Data publikacji: 16.07.2014

„Seniorzy dla demokracji”

Rodzina Kolpinga zaprasza do udziału w projekcie „Seniorzy dla demokracji”. Uczestnicy projektu to seniorzy po 60. roku życia – członkowie kolpingowskiego Klubu Seniora w Brzesku. Dotychczas, osoby zaangażowane w projekt wzięły udział w dwóch spotkaniach – warsztatach motywacji. W trakcie tych zajęć odkrywają swój potencjał jako aktywnych członków lokalnej społeczności, są motywowani do aktywności w lokalnych środowiskach.

Warsztaty prowadzone są przez doświadczonego coacha, który pomaga seniorom w podniesieniu ich samooceny, uświadomieniu im jak wiedza i doświadczenie zdobywane przez całe życie mogą im pomóc w dalszym aktywnym uczestnictwie w życiu społecznym szczególnie w obszarze pomocy innym seniorom. W perspektywie są dalsze szkolenia, zajęcia z psychologiem, wyjazdy, kursy komputerowe, itp. Projekt zakłada również możliwość korzystania z bezpłatnych porad prawnych przez wszystkich potrzebujących Seniorów, także nie będących bezpośrednimi uczestnikami projektu.Projekt będzie realizowany do końca 2015 roku. O poszczególnych działaniach będziemy informować na bieżąco.

Zapraszamy do obejrzenia galerii zdjęć z dotychczasowych zajęć:**https://plus.google.com/u/0/photos/104691440138125497381/albums/6030647315854386769**Kolejnym przedsięwzięciem Rodziny Kolpinga na drugie półrocze 2014 r. (lipiec 2014 do luty 2015) będzie realizacja kolejnego projektu kolpingowskiego Klubu Seniora pt.: „Trzy aspekty profilaktyki zdrowotnej wśród seniorów – wiedza, umiejętności i ruch” skierowanego także do osób po 60-tym roku życia.

Celem projektu będą:- poprawa jakości edukacji seniorów w zakresie profilaktyki prozdrowotnej,- motywowanie Seniorów do podejmowania działań prozdrowotnych i zachowania aktywności ruchowej,- wzmocnienie sprawności fizycznej oraz poprawa zdrowia fizycznego Seniorów-tworzenie warunków do rozwoju oferty edukacyjno-społecznej dla osób starszych 60+Wśród działań projektowych będą spotkania ze specjalistami w dziedzinie ziołolecznictwa, zdrowej diety, domowej opieki nad chorym. Są także atrakcyjne zajęcia ruchowe jak: gimnastyka oraz nordic-walking. Mają one zachęcić Seniorów do aktywności fizycznej, poprawić kondycję i przekonać, że ruch może być nie tylko zdrowy, ale i przyjemny. Pod hasłem: „Coś dla ciała, coś dla ducha" w ramach tego projektu seniorzy wezmą także udział w pielgrzymce śladami św.Jakuba.

Projektem chcemy zainteresować okoliczne sołectwa i seniorską wiejską społeczność.W związku z powyższym zapraszamy zainteresowanych o zgłaszanie się do naszego kolpingowskiego biura lub pod nr tel. 14 68 62 302. Ilość miejsc ograniczona! (Rodzina Kolpinga i kolpingowski Klub Seniora w Brzesku)

KOLPING BRZESKO

Źródło: https://www.brzesko.pl/aktualnosc/10315,seniorzy-dla-demokracji

Data wydruku: 2026-10-08 16:11:31