



## **Dzielnicowe pośrednictwo w pomocy osobom starszym i niepełnosprawnym**

2020-01-03

Projekt „Dzielnicowe pośrednictwo w pomocy osobom starszym i niepełnosprawnym” jest realizowany od kilku lat przez Programy Aktywności Lokalnej „Na Olszy” oraz „Ugorek”. Głównym celem projektu jest wspieranie i aktywizacja mieszkańców Dzielnicy III, w szczególności osób niepełnosprawnych i starszych. W 2019 r. w projekcie wzięło udział łącznie 94 osoby. W ramach projektu odbyły się: 2 wyjazdy do Słowackiej Orawy oraz do Nowego Wiśnicza i Lipnicy Murowanej, zajęcia ruchowe „Zdrowy kręgosłup” oraz „Taniec w kręgu i linowy”, warsztaty zapamiętywania i koncentracji, warsztaty higieny snu, wyjścia do instytucji kultury. Udział w zajęciach był bezpłatny dla mieszkańców; został zrealizowany ze środków Rady Dzielnicy. Dla mieszkańców udział w zajęciach był okazją do nawiązania nowych relacji, nabycia nowych umiejętności i wiedzy z zakresu m.in. zdrowia oraz aktywności fizycznej.