



**DOFINANSOWANO  
ZE ŚRODKÓW  
BUDŻETU PAŃSTWA**

**Program Wieloletni  
na rzecz Osób Starszych „Aktywni+”  
na lata 2021-2025, Edycja 2023**

**„Aktywni i Bezpieczni”**

**DOFINANSOWANIE  
30 000 ZŁ**

**CAŁKOWITA WARTOŚĆ  
33 400 ZŁ**

data podpisania umowy: 8.08.2023 r.

**Celem projektu jest:**

1. Zmiana przyzwyczajeń żywieniowych polegająca na wprowadzaniu zdrowej, ekologicznej żywności, dokonywanie zmian w złych nawykach u seniorów.
2. Zaangażowanie seniorów w aktywną postawę, promującą zdrowy styl życia, którzy do tej pory nie podejmowali się zorganizowanej działalności w tym obszarze.
3. Ukazanie seniorom przez ćwiczenia fizyczne, że aktywność fizyczna jest potrzebna, konieczna i możliwa codziennie; przeciwdziałanie siedzącemu trybowi życia.
4. Merytoryczne zaangażowanie seniorów w celowość, sensowność dbania właściwe zachowania związane ze zdrowym stylem życia i zainteresowanie edukacją w tym obszarze.
5. Świadome poszukiwanie dostępu do zdrowej, ekologicznej żywności dzięki nowym technologiom, internetowi.
6. Rozwój kontaktów interpersonalnych poprzez świadome prowadzenie rozmów telefonicznych z osobami narażonymi na samotność, również przez to aktywizowanie osób zaangażowanych w projekt.



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej

