

Ruch połączył seniorów

20.12.2024



W ramach inicjatywy „Aktywni Seniorzy 2024” Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Drzewicy zrealizował projekt obywatelski pn. „Łączy nas ruch. Integracyjne spotkania z tańcem, zabawą i speed-ballem”.

„Aktywni Seniorzy” to kolejna inicjatywa drzewickiego samorządu mająca formę konsultacji społecznych. W jej ramach mieszkańcy Gminy Drzewica, którzy ukończyli 60. rok życia, mogli zgłaszać propozycje projektów obywatelskich, poprawiających jakość i poziom życia seniorów.

Z trzech zgłoszonych projektów Miejska Rada Seniorów w Drzewicy rekomendowała do realizacji zadanie pt. „Łączy nas ruch: Integracyjne spotkania z tańcem, zabawą i speed-ballem”.

Projekt autorstwa Ireny Kwiecień miał na celu propagowanie aktywności fizycznej, dbałości o stan zdrowia i edukacji seniorów, a także promocję integracji międzypokoleniowej. Zakładał organizację darmowych warsztatów speed-balla, warsztatów nordic walking oraz zajęć z tańca liniowego i tańca w kręgu.

Realizatorem zadania został Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Drzewicy, otrzymując grant w wysokości 5.000,00 zł, finansowany ze środków Gminy

Drzewica.

Działania projektowe realizowano w okresie od 4 października do 23 listopada 2024 r.

Warsztaty ze speed-balla miały miejsce 4 i 5 października w hali sportowej Szkoły Podstawowej im. Polskich Olimpijczyków w Drzewicy. Zajęcia poprowadzili Zbigniew Bizoń oraz Tomasz Bizoń ze stowarzyszenia Sportownia Speed-Ball.

9 listopada uczestnicy projektu wzięli udział w warsztatach nordic walking, zorganizowanych przez instruktorkę nordic walking Marię Smolarską. Wspólne maszerowanie odbywało się w malowniczej scenerii Zalewu Drzewickiego i okolicznych lasów.

Z kolei 22 i 23 listopada seniorzy uczyli się tańca liniowego i tańca w kręgu. Zajęcia w hali sportowej Szkoły Podstawowej w Drzewicy przeprowadziła Justyna Dragan – trenerka i instruktorka tańca oraz sędzia tańca towarzyskiego.

Wszystkim uczestnikom projektu serdecznie dziękujemy za udział w warsztatach, wielkie zaangażowanie oraz miłą atmosferę panującą podczas zajęć.

Galeria zdjęć





- [Udostępnij: Facebook](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)