

Jesteśmy młodzi, bo jesteśmy sprawni - gimnastyka dla osób starszych

Zadanie polega na organizacji zajęć, które zaktywizują starszych mieszkańców poprzez umiejętne wykorzystanie czasu wolnego, poprawę stanu psychofizycznego, szeroko rozumianą aktywność i budowanie grup wsparcia.

W ramach zadania zaplanowano regularne zajęcia kinezygeronto profilaktyka oraz zajęcia aktywności psychoruchowej metodami tańców integracyjnych.