

"Dzień Zdrowia dla Seniora"



Fundusze Europejskie
dla Świętokrzyskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



WOJEWÓDZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

W dniu 8 maja 2025 roku druga grupa 20 uczestników z Gminy Zagnańsk wzięła udział w trzecim wydarzeniu pn. " Dzień Zdrowia dla Seniora" w ramach projektu "Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów" współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027. „Dzień zdrowia dla seniora” to pakiet usług ogólnorozwojowych i zdrowotnych, z którego mogą skorzystać uczestnicy wyjazdu. W pakiecie znajdują się: analiza kondycji zdrowotno-sprawnościowej, pomiar parametrów życiowych, zajęcia ogólnousprawniające, ćwiczenia siłowe, cardio, wykłady/konsultacje w zakresie edukacji antydyskryminacyjnej/zdrowia/dietetyczny/fizjoterapeutyczny.

Miejscem realizacji zajęć jest EXPERT FITNESS w Kielcach.
