



**Projekt dofinansowany ze środków programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025. Edycja 2021.**

## **REKRUTACJA DO PROJEKTU**

**Szanowni Seniorzy z terenu gminy: Blizanów, Ceków-Kolonia, Godziesze Wielkie, Koźminek, Opatówek, Stawiszyn, Mycielin, Lisków, Żelazków w tym roku również będziemy realizować projekt skierowany właśnie do Was!!!!**

W ramach programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025 Edycja 2021 LGD7 uzyskało dofinansowanie w kwocie 92 365,00zł na projekt pn. „Kraina Nocy i Dni dla Seniora”

Projekt polegał będzie na utworzeniu aplikacji umożliwiającej zdalne prowadzenie zajęć w formie interaktywnej. Dla beneficjentów projektu, czyli osób 60+ zostanie przygotowany cykl wykładów z:

- psychologiem -psychologiczne skutki pandemii
- fizjoterapeutą -fizyczne skutki pandemii
- trenera personalnego - jak przygotować się do aktywności fizycznej
- lekarza-wpływ pandemii na nasze zdrowie
- dietetyka-jak powinniśmy się odżywiać, aby odzyskać sprawność
- pedagoga senioralny -funkcjonowanie człowieka 60+ w środowisku rodzinnym i społecznym
- policjantem-bezpieczeństwo z szczególnym uwzględnieniem tematyki wyłudzeń
- pielęgniarką -opieka nad osobami starszymi
- oraz wielu innych zarówno dotyczących aktywności kulturalnej, różnych form plastyczno-artystycznych, krajoznawczym itp.

Ponadto odbędą się zajęcia sportowe, rajdy rowerowe, spacerzy, koncert filharmonii, spektakl teatralny, wyjazd do muzeum lub galerii.

Projekt przewiduje zaangażowanie wolontariuszy uczniowskich, którzy w ramach zadania „użycz babci kompa” pomogą w przygotowaniu do korzystania ze sprzętu i aplikacji Teams w warunkach domowych.

**Aby wziąć udział w projekcie należy zgłosić to do koordynatora w swojej gminie oraz wypełnić deklarację przystąpienia do projektu.**

**Poniżej wykaz koordynatorów lokalnych, w każdej z gmin:**



Projekt dofinansowany ze środków programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025. Edycja 2021.

Lp.	Imię i nazwisko Tel./mail	
1	Beata Sadowska Tel.62 7511192 <a href="mailto:gokblizanow@wp.pl">gokblizanow@wp.pl</a>	Koordynator Gminy Blizanów
2	Iwona Chowańska tel. 62 763-10-80 / 692-084-947 <a href="mailto:gopscekow@post.pl">gopscekow@post.pl</a>	Koordynator Gminy Ceków-Kolonia
3	Aleksandra Podłużny Tel.697001871 <a href="mailto:olapodluzny@wp.pl">olapodluzny@wp.pl</a>	Koordynator Gminy Godziesze Wielkie
4	Monika Nowak Tel.509214720 <a href="mailto:nowak@kozminek.pl">nowak@kozminek.pl</a>	Koordynator Gminy Koźminek
5	Aleksandra Bylica Tel.510097291 <a href="mailto:a.bylica@stawiszyn.pl">a.bylica@stawiszyn.pl</a>	Koordynator Gminy Stawiszyn
6	Joanna Witkowska Sołtysiak Tel.62 7618425 wew 26 <a href="mailto:gopsopatowek@post.pl">gopsopatowek@post.pl</a>	Koordynator Gminy Opatówek
7	Marika Antczak Tel. 62 75-134-19 <a href="mailto:dzialalnosc@mycielin.pl">dzialalnosc@mycielin.pl</a>	Koordynator Gminy Mycielin
8	Katarzyna Nowak Tel.601716510 / 513 720 663, <a href="mailto:senior@zelazkow.pl">senior@zelazkow.pl</a>	Koordynator Gminy Żelazków



**Projekt dofinansowany ze środków programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025. Edycja 2021.**

<b>9</b>	<b>Katarzyna Orczykowska</b> tel 603215725 tel. 62 7634150 <a href="mailto:gok.liskow@wp.pl">gok.liskow@wp.pl</a>	<b>Koordinator Gminy Lisków</b>
----------	--	---------------------------------

Wszelkie informacje o projekcie można uzyskać w :  
biurze Stowarzyszenia „LGD7-Kraina Nocy i Dni”  
ul.Kościelna 2 ,62-860 Opatówek  
lub pod numerem telefonu 609 860 000  
Koordynatorem projektu jest Kamila Pawlak