



“WSPÓŁPRACA POPLACA!”

Podsumowanie projektu.



Czy starość może być pełna aktywności i radości? Dzięki naszemu projektowi, skierowanemu do osób starszych, udowodniliśmy, że tak! W ciągu kilku miesięcy intensywnych działań zrealizowaliśmy szereg inicjatyw, które nie tylko wspierały seniorów, ale także zmieniały sposób postrzegania starości w społeczeństwie.

WARSZTATY DLA SENIORÓW – OD WIEDZY PO INTEGRACJĘ



Jednym z kluczowych elementów projektu były warsztaty zwiększające bezpieczeństwo, które cieszyły się ogromnym zainteresowaniem. Seniorzy uczyli się udzielania pierwszej pomocy pod okiem doświadczonych ratowników medycznych, zdobywali praktyczne wskazówki dotyczące samoobrony na zajęciach prowadzonych przez policjantów oraz poznawali zasady zdrowego stylu życia. Ponadto uczestnicy mieli możliwość skorzystania z indywidualnych porad prawnych i psychologicznych, które pomagały im lepiej radzić sobie z wyzwaniami codzienności.

“...JESIEŃ ŻYCIA – ŻŁOTE LIŚCIE WIATREM WSPOMNIENIE NIESIONE, CZEKAJĄ NA CIEPŁO DŁONI, BY ROZKWITNAĆ NA NOWO...”

Warsztaty międzypokoleniowe ...

Dużym sukcesem okazały się również międzypokoleniowe warsztaty artystyczne i kreatywne. Zorganizowaliśmy zajęcia z florystyki, rękodzieła oraz tworzenia ekologicznych kosmetyków, w których uczestniczyli seniorzy i młodsze pokolenia. Wspólna praca nie tylko wzmacniała więzi rodzinne i społeczne, ale także pozwalała na wymianę doświadczeń i przełamywanie stereotypów związanych z wiekiem



Nowa perspektywa na starość
W ramach projektu zadbaliśmy również o podniesienie samooceny uczestników. Warsztaty z kosmetyczką, wizażystką i fizjoterapeutą pomogły seniorom zadbać o wygląd i zdrowie, co pozytywnie wpłynęło na ich samopoczucie.

Nasza kampania społeczna, promująca aktywny i pełen możliwości wiek senioralny, dotarła do szerokiego grona odbiorców. Dzięki plakatom, ulotkom oraz aktywności w mediach społecznościowych udało się przełamać wiele uprzedzeń i stereotypów dotyczących starości.

Efekty i refleksje.....

Projekt zakończył się dużym sukcesem. Udział w warsztatach wzięło udział 48 seniorów, a także liczne osoby z młodszych pokoleń. Wspólnie stworzyliśmy przestrzeń do nauki, integracji i wzajemnego wsparcia.

Seniorzy podkreślali, że dzięki projektowi nie tylko zdobyli nowe umiejętności, ale także poczuli się docenieni i ważni. Relacje międzypokoleniowe, które udało się zbudować, były wyjątkowym i inspirującym efektem tych działań. Udowodniliśmy, że starość może być czasem pełnym aktywności, radości i wartościowych relacji. Choć projekt dobiegł końca, jego efekty i inspiracje pozostaną z nami na długo.

“

**„Młodość biegnie
ścieżką z iskrami w
oczach, starość kroczy
ślądami mądrości –
razem tworzą pieśń
czasu, w której każda
nuta ma swoje miejsce.”**