



Tytuł projektu: „ Krok po kroku z seniorem nad jeziorem II”

Okres realizacji: lipiec – sierpień 2026 r.

Cel projektu: poprawa jakości życia seniorów oraz budowanie pozytywnego wizerunku tej grupy.

Grupa docelowa: projekt skierowany do pensjonariuszy Dniennego Domu Pomocy

Działania:

- tańce integracyjne
- ćwiczenia motoryki małej
- ćwiczenia usprawniające
- ćwiczenia oddechowe i relaksacja
- ćwiczenia na krzesłach
- ćwiczenia na siłowni na świeżym powietrzu
- zajęcia z elementami muzykoterapii
- wspólne biesiadowanie, poczęstunek
- zajęcia z elementami arteterapii

Rezultaty :

- zmniejszenie poczucia samotności seniorów,
- budowanie więzi i dobrych relacji międzyludzkich
- integracja społeczności DDP
- wzrost poczucia własnej wartości u osób starszych
- zagospodarowanie czasu wolnego osobom starszym
- poprawa funkcjonowania seniorów w najbliższym otoczeniu

