

17 września 2021



## Świętokrzyski Senior - zdrowy i aktywny

**W Parku Etnograficznym w Tokarni kilkuset seniorów z całego województwa świętokrzyskiego po raz kolejny wzięło udział w dorocznej imprezie „Bez barier z ekonomią społeczną”. Z uczestnikami wydarzenia spotkali się wicemarszałkowie Renata Janik i Marek Bogusławski.**

- Organizowane corocznie przez Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego spotkania „Bez barier z ekonomią społeczną” pełnią rolę edukacyjno-integracyjną. Łączą pokolenia, przełamują bariery i uprzedzenia oraz integrują różne środowiska - mówiła podczas otwarcia spotkania wicemarszałek **Renata Janik**.

Hasłem tegorocznego wydarzenia „Bez barier z ekonomią społeczną” jest „Senior

Świętokrzyski - zdrowy i aktywny". Do udziału w nim zaproszono seniorów z województwa świętokrzyskiego, pochodzących z różnych środowisk: miejskich i wiejskich, członków stowarzyszeń, lokalnych grup działania, Kół Gospodyń Wiejskich, organizacji społecznych oraz wolontariuszy.

Jak informuje wicemarszałek **Marek Bogusławski** - Bogaty program warsztatów dostarcza nie tylko rozrywki, ale też uczy - pokazuje uczestnikom rozmaite rodzaje aktywności, w których mogą rozwijać swoje pasje. Nierzadko pozwala również wrócić do rodzinnych korzeni, poznawać nowe możliwości służące samorealizacji w każdym wieku.

Uczestnicy imprezy w Tokarni wzięli udział w konkursach i licznych warsztatach - garncarskich, tkackich, zielarskich, zdrowia i urody oraz sportu i rekreacji.

W programie spotkania znalazł się także panel ekspercki pn. „Zdrowy senior - optymistyczny senior” z udziałem zaproszonych specjalistów z różnych dziedzin. O profilaktyce zdrowotnej mówił Radny Województwa Świętokrzyskiego - dr n. med. Grzegorz Świercz. Do ćwiczeń i zajęć ruchowych zachęcał specjalista rehabilitacji Andrzej Sobczyński ze Świętokrzyskiego Centrum Rehabilitacji w Czarnieckiej Górze. Z trenerką i dietetykiem Olgą Chaińską seniorzy mogli porozmawiać o zdrowym odżywianiu, a z prof. Agatą Chabior z Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach o tym, jak zadbać o sprawność i kondycję umysłu. O działaniach na rzecz bezpieczeństwa i zdrowia seniorów, prowadzonych w ramach projektu „Stop wirusowi” mówiła Elżbieta Korus, dyrektor Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej przy Urzędzie Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego.

*Wydarzenie „Bez barier z ekonomią społeczną” organizowane jest w ramach projektu „Świętokrzyska Ekonomia Społeczna” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Świętokrzyskiego na lata 2014-2020.*

## Galeria zdjęć

