

## Centrum wolontariatu 60+

W marcu bieżącego roku Fundacja im. Hetmana Jana Tarnowskiego rozpoczęła realizację IV edycji projektu „Centrum Wolontariatu 60+”. Projekt realizowany jest w ramach Rządowego Programu na Rzecz Aktywności Osób Starszych na lata 2014-2020 współfinansowany przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

Projekt w całości skierowany jest i tworzony przez Seniorów, którzy ukończyli 60 rok życia. Ideą główną jest aktywizacja osób starszych poprzez inicjowanie i pobudzanie do działania, z jednej strony przez osoby aktywne, które dysponują wolnym czasem i chęcią pomocy innym a z drugiej osobami, które z różnych względów znalazły się w trudnej sytuacji życiowej.

W roku 2017 planujemy zrekrutować 50 podopiecznych i 25 wolontariuszy.

W ramach Projektu, wolontariusze wraz z podopiecznymi mają możliwość korzystania z bezpłatnych biletów do kina, teatru, karnetów na basen oraz szkoleń rozwijających zdolności artystyczne czy sportowe.

Raz w miesiącu w kawiarni przy kawie i ciastku organizowane będą Samopomocowe Grupy Wsparcia, które mają na celu zachęcenie Seniorów do aktywnego spędzania czasu wolnego i spotkania w gronie znajomych. Jest to również okazja do wspólnego świętowania imienin, urodzin czy innych uroczystości. Spotkania prowadzone będą przez moderatora, który inicjuje tematy, oraz czuwa nad ich przebiegiem.

Dla osób chcących zadbać nieco bardziej o kondycję ciała, istnieje możliwość poddania się zabiegom relaksacyjnym w gabinecie SPA takim jak masaże czy kąpiele w jacuzzi oraz umówienie się na indywidualną rozmowę z wizażystką/kosmetyczką. Wszystko po to by udowodnić, że w każdym wieku można wyglądać atrakcyjnie i czuć się piękną.

Seniorzy chcących rozwinąć swoje talenty artystyczne będą mogli uczestniczyć w warsztatach teatralnych i warsztatach decupage.

Wzorem lat ubiegłych we wrześniu planujemy jednodniową wycieczkę – tym razem będziemy zwiedzać Łańcut. Projekt „Centrum Wolontariatu 60+” cieszy się z roku na rok coraz większym zainteresowaniem wśród seniorów. W roku ubiegłym rekrutacja przerosła nasze oczekiwania, co pokazuje, że seniorzy chcą aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym, mają świetne pomysły i ogromny zapał do ich realizacji.

**Więcej informacji można uzyskać w biurze Fundacji im. Hetmana Jana Tarnowskiego na ul. Krakowskiej 13/10, 33-100 Tarnów lub pod nr Tel. 14 63 90 868 lub 513 066 421.**

**Okres realizacji projektu: 01.03.2017 – 31.12.2017 r.**

Koordynatorka Projektu

*Arlita Kraszevska*