



**Projekt współfinansowany ze środków Województwa Małopolskiego z obszaru pomocy społecznej w zakresie wspierania funkcjonowania społecznego oraz przeciwdziałaniu wykluczeniu osób starszych.**

Stowarzyszenie Pomocna Dłoń rozpoczęło realizację projektu pt. „Czas na aktywność”  
Projekt jest współfinansowany ze środków Województwa Małopolskiego.

Realizowany może być też dzięki pracy wolontaryjnej wielu osób/min. kierownik projektu, księgowa, asystent trenera. Spotkanie organizacyjne odbyło się 04.05.2015r. Zajęcia rozpoczynają się 11 maja i trwać będą do 19 listopada 2015 r. w salach wykładowych Ośrodka Rehabilitacyjno-Wypoczynkowego EWA .

W projekcie uczestniczyć będzie 20 osób ,w wieku 50+ z powiatu brzeskiego,bocheńskiego. Uczestnikom projektu zaoferowano różne , bardzo ciekawe zajęcia min.z treningu interpersonalnego, warsztaty fotograficzne, wokalnno-teatralne, zajęcia komputerowe.... Ponadto odbywają się zajęcia ruchowe fitness, zajęcia pilates i taniec .Działać ma też klub dyskusyjny „ Czas ocalony”.

Uczestniczący w projekcie korzystać będą z” kawowego poczęstunku”a także z częściowego zwrotu kosztów dojazdu na zajęcia w postaci ryczałtu.

We wrześniu planowana jest wycieczka do Solca Zdroju na baseny solankowe.

Ewa Cierniak-Lambert / kierownik projektu/.