

Projekt „Mental Senior”



Wójt Gminy Wołyń Tomasz Jurkiewicz objął honorowym patronatem **projekt „Mental Senior”**, którego celem jest wsparcie rozwoju oraz zdrowia psychicznego osób starszych (60+) poprzez prowadzenie warsztatów w **Klubach Seniora w Wołyniu i Suchowoli**.

Projekt ma charakter społeczny. Upowszechniane są wartościowe treści edukacyjne. Pokazuje, jak dbać o swoją kondycję i cieszyć się dobrostanem psychicznym przez całe życie. Realizowany przez **cztery licealistki z Międzynarodowego Liceum Ogólnokształcącego Paderewski w Lublinie**, w ramach olimpiady Zwolnieni z Teorii.

W ramach projektu oferowana jest szeroka gama zajęć: od warsztatów na rozwój kreatywności, zajęć wokalnych i sportowych, po trening mózgu. Seniorzy spróbują swoich sił jako aktorzy. Klub Seniora w Wołyniu przygotuje i wystawi sztukę teatralną „Czerwony Kapturek”. Działania projektowe zostaną zwieńczone wielką międzypokoleniową konferencją.

Dzięki realizacji szeregu działań nastąpi wzrost motywacji seniorów do podejmowania nowych działań w kontakcie z młodym pokoleniem oraz budowanie więzi społecznych i współpracy międzypokoleniowej. Projekt niewątpliwie wpłynie na kształtowanie w młodych ludziach empatii, umiejętności słuchania drugiego człowieka, otwartości na problemy starszego pokolenia, gotowości do pomocy i troski.

Zachęcamy do śledzenia działań projektowych na bieżąco. Obserwujmy na Instagramie (mentalsenior), Facebooku (Mental Senior) oraz Tik-Toku (mentalsenior). Zapraszamy.©

Linki do mediów społecznościowych:

<https://www.instagram.com/mentalsenior?igsh=anY5MHhxYXdxczRn>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61555673192631>

<https://www.tiktok.com/@mentalsenior>