

## II edycja programu „Senior na start”

**Regionalna Koalicja na Rzecz Zdrowego Starzenia Się przystępuje do realizacji II edycji Programu „Senior na Start”, który polegać będzie na aktywizacji seniorów poprzez uczestnictwo w wydarzeniach kulturalnych, rekreacyjnych, edukacyjnych czy sportowych.**

Celem programu jest zmotywowanie seniorów do większej aktywności, a szczególnie seniorów nieaktywnych i mało aktywnych.

Do uczestnictwa w Programie zapraszamy seniorów powyżej 60 roku życia, którzy są mieszkańcami subregionu wałbrzyskiego.

Aktywni seniorzy na specjalnych kartach zbierają potwierdzenia udziału w programie. Aktywności zostaną przeliczone na punkty, a następnie zostaną przyznane nagrody. Ponadto specjalne nagrody przewidziano dla osób, które zmotywują największą liczbę nieaktywnych seniorów.

Każdy z Koalicjantów przygotował na swoim terenie specjalne wydarzenia, za udział w których uczestnicy oraz osoby motywujące do uczestnictwa w imprezach, otrzymają odpowiednio punkty:

1. 3 pkt - za uczestnictwo w wydarzeniach organizowanych przez Regionalną Koalicję na Rzecz Zdrowego Starzenia Się,
2. 2 pkt - za uczestnictwo w pozostałych wydarzeniach kulturalnych, sportowych, rekreacyjnych,
3. 1 pkt - za udział w aktywnościach indywidualnych (takich jak np. nordic walking), przy czym maksymalna liczba punktów do zdobycia -10 pkt.
4. 1 pkt dla Motywatora za rozpowszechnianie Programu w środowisku senioralnym, za każdego zarejestrowanego uczestnika.

Osoby, które uzyskają największą liczbę punktów zostaną nagrodzone na uroczystej gali podsumowującej Program.

Każdy z beneficjentów Programu otrzyma Kartę uczestnika Programu „Senior na Start”, w której będą odnotowywane wszystkie zdobyte punkty.

Karta uczestnika i Regulamin Programu dostępne będą do pobrania w siedzibie Koalicjantów, a także pod adresem: [www.rkzs.org/senior-na-start](http://www.rkzs.org/senior-na-start).

Kartę uczestnika w Programie należy złożyć w siedzibie Koalicjantów lub w Wydziale Zdrowia i Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Świdnicy przy ul. M. Skłodowskiej-Curie 7 (III piętro pokój 315) w terminie **do dnia 31.10.2024 r.**

Szczegółowe informacje nt. uczestnictwa w Programie „Senior na Start” można uzyskać pod numerem tel. 74 85-00-435; 74 85-00-455 oraz pod adresem e-mail: [koalicja.zdrowe.starzenie@gmail.com](mailto:koalicja.zdrowe.starzenie@gmail.com).

REGIONALNA KOALICJA na RZECZ ZDROWEGO STARZENIA SIĘ

- Powiat Świdnicki
- Powiat Dzierżoniowski
- Gmina Miejska Świdnica
- Gmina Wiejska Świdnica
- Gmina Miejska Dzierżoniów
- Gmina Wiejska Dzierżoniów
- Gmina Świebodzice
- Gmina Żarów

- Gmina Marcinowice
- Gmina Strzegom
- Gmina Bielawa
- Uniwersytet Trzeciego Wieku w Świdnicy
- Społeczna Akademia Nauk Filia w Świdnicy
- Sudecka Izba Przemysłowo Handlowa w Świdnicy
- Fundacja Via Salutis w Wałbrzychu

#### **MIEJSCA DYSTRYBUCJI KART ZGŁOSZENIOWYCH**

##### **Świdnica:**

Starostwo Powiatowe w Świdnicy, ul. M. Skłodowskiej-Curie 7,

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych, III piętro, p. 315,

Uniwersytet Trzeciego Wieku, ul. Rynek 39, III piętro, p. 26, środy 11.00-13.00,

Klub Senior +, ul. Malinowa 2,

Klub Senior +, ul. Kozara-Słobódzkiego 19,

Klub Seniora „Zarzecze”, ul. Rolnicza 9,

Dom Dziennego Pobytu Senior-Wigor, ul. Saperów 27

##### **Dzierżoniów:**

Ośrodek Pomocy Społecznej Gminy Dzierżoniów, ul. Piastowska 1

Centrum Seniora, ul. Świdnicka 35

##### **Świebodzice:**

Klub Senior +, ul. Osiedle Sudeckie 10

Klub Senior +, ul. Osiedle WSK 1

##### **Bielawa:**

Zespół Ośrodków Wsparcia w Bielawie, ul. Lotnicza 5

##### **Marcinowice:**

Urząd Gminy, ul. Juliana Tuwima 2, Punkt Obsługi Klienta

##### **Żarów:**

Urząd Miejski, ul. Zamkowa 2, p. 10

Gminne Centrum Kultury i Sportu, ul. Piastowska 10a

Biblioteka Publiczna Miasta i Gminy Żarów, ul. Piastowska 10

##### **Wałbrzych:**

Fundacja Via Salutis, ul. 1-go Maja 5, wtorki i środy 15.00-17.00

##### **Strzegom:**

Dzienny Dom Pobytu Senior – Wigor, ul. Armii Krajowej 23

Klub Senior + w Jaroszowie, Jaroszków 101A.

Kartę uczestnika w programie należy złożyć w siedzibie koalicjantów lub w Wydziale Zdrowia i Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Świdnicy przy ul. M. Skłodowskiej-Curie 7 (III piętro pokój 315) w terminie do dnia 31 października 2024 r.