

Załącznik nr 3

do Regulaminu rekrutacji i uczestnictwa
w projekcie pn. „Pora dla seniora”

DEKLARACJA UCZESTNICTWA W PROJEKCIE

Ja niżej podpisany/ -na

.....
(imię i nazwisko)

wyrażam wolę uczestnictwa w projekcie pt.: „Pora dla seniora” realizowanym przez Gminę Susiec w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Lubelskiego na lata 2014-2020, współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Oś Priorytetowa 11 Włączenie społeczne Działanie, Działanie 11.2 Usługi społeczne i zdrowotne,

deklaruję uczestnictwo w zajęciach:

(proszę zaznaczyć znakiem „x” przy wybranych formach zajęć)

Można wybrać dowolną liczbę zajęć.

- ćw. ruchowe i taneczne tj Joga, pilates, aerobic, zumba:
- Samoobrona
- Tenis, bilard
- Nordic walking
- Narty biegowe
- basen, aquaaerobic
- zajęcia z rękodzieła
- warsztaty teatralne,
- warsztaty literacko-poetyckie,
- warsztaty malarskie
- warsztaty wokalne

KOŁA ZAINTERESOWAŃ

- klub brydżowy,
- klub karciany,
- klub szachowy,
- klub prasowy,
- klub dobrej książki,
- biblioterapia,



- filmoterapia,
 - muzykoterapia,
 - treningi pamięci
 - wsparcie psychologiczne
- PORADNICTWO ZDROWOTNE obejmujące:

- dietetyk,
- lekarz,
- fizjoterapeuta/masażysta itp.
- zajęcia z kreowania wizerunku
- zajęcia informatyczne:
- warsztaty historyczno – krajoznawcze
- senior ekspert- grupy samopomocowe

VADEMEKUM SENIORA obejmujące m.in.:

- poradnictwo prawne
- poradnictwo z zakresu ubezpieczeń
- poradnictwo z zakresu bankowości
- warsztaty kulinarne
- spotkania okolicznościowe obejmujące m.in.: Dzień Kobiet, Mężczyzn, Dzień Babci i Dziadka, Spotkanie opłatkowe, wielkanocne itp
- wieczorki taneczne
- spacerowanie badawcze (grzybobranie, na jagody, zbieranie ziół itp.
- spotkania integracyjne w siedzibie klubu seniora w Sułcu z seniorami z innych gmin
- wyjazd studyjny członków Klubu Seniora w Sułcu do Klubów Seniora z okolicznych gmin

ZAJĘCIA KULTURALNE obejmujące:

- wyjazdy do kina, teatru
- wycieczki krajoznawcze

.....
Miejscowość, data

.....
Czytelny podpis

* Niepotrzebne skreślić