



## **Krakowianie aktywnie korzystali z Centrum Zdrowia Seniora**

2020-01-09

**445 konsultacji specjalistycznych, 180 godzin gimnastyki w sali treningowej, wykłady i wyjazdy - to zakres projektu „Centrum Zdrowia Seniora” zrealizowanego w ubiegłym roku przez Fundację Poland Business Run.**

W realizowanych w ramach programu bezpłatnych konsultacjach, wykładach, wyjazdach i zajęciach gimnastyki wzięło udział ponad 100 seniorów z Krakowa i okolic. Program skierowany był do osób w wieku 60+ z niepełnosprawnością ruchową i dysfunkcjami narządu ruchu.

Dużym zainteresowaniem cieszyły się bezpłatne i szybko dostępne konsultacje i wykłady specjalistyczne, zajęcia gimnastyczne, a także specjalistyczne konsultacje rehabilitacyjne, ortopedyczne, dietetyczne, diabetologiczne oraz geriatryczne. W ramach projektu seniorzy mieli także możliwość uczestniczenia w wykładach prowadzonych przez podologa, psychologa, geriatrę oraz fizjoterapeutę specjalizującego się w uroinekologii.

Seniorzy mogli też spróbować swoich sił podczas treningów rehabilitacyjnych, które odbywały się pod czujnym okiem fizjoterapeutów. Osoby, którym pozwalał na to stan zdrowia, wzięły udział w wycieczkach terenowych i zajęciach nordic walking.

Dodatkowo seniorzy korzystali z bezpłatnej infolinii, na której przeszkolony konsultant pomagał znaleźć odpowiedzi na pytania dotyczące pomocy medycznej i możliwości sfinansowania sprzętu ortopedycznego.

Środki na realizację projektu Fundacja Poland Business Run pozyskała z Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.

Szczegółowe informacje o projekcie „Centrum Zdrowia Seniora” oraz innych przedsięwzięciach fundacji można znaleźć na stronie internetowej [polandbusinessrun.pl](http://polandbusinessrun.pl).