

Udruga mladih Marija Bistrica kreće s provedbom građanske akcije »Zdravo starenje«

»Zdravo starenje« je građanska akcija Udruge mladih Marija Bistrica koja se provodi od 1. veljače do 30. travnja 2016. godine na području općine Marija Bistrica zahvaljujući financijskoj potpori Zaklade za poticanje partnerstva i razvoja civilnog društva u sklopu decentraliziranog modela financiranja Nacionalne zaklade za razvoj civilnoga društva.

Ovim projektom preventivno se djeluje na unapređenje fizičkog i psihosocijalnog zdravlja starijih osoba te se potiče njihova neovisnost u starijoj životnoj dobi. Kroz organizirane rekreacijske aktivnosti, uz nadzor liječnika neurologa i fizioterapeuta, unaprijedit će se zdravlje starijih osoba na području Općine Marija Bistrica. Osim toga, Udruga mladih Marija Bistrica kao nositelj ovog projekta, osposobit će volontere koji će jednom tjedno dio svog slobodnog vremena provesti sa starijim osobama koje žive u usamljeničkim kućanstvima na području Općine Marija Bistrica kako bi smanjili njihov osjećaj isključenosti iz zajednice.

U sklopu projekta, bit će organizirano i predavanje za zainteresiranu javnost pod nazivom „Važnost poticanja tjelesne aktivnosti kod osoba starije životne dobi“ kojim će se povećati informiranost starijih osoba i članova njihovih obitelji o važnosti redovite tjelesne aktivnosti u starijoj životnoj dobi. Također, na istu temu bit će tiskana i brošura koja će dodatno naglasiti navedeno.

Navedenim aktivnostima starijim stanovnicima na području općine Marija Bistrica bit će osigurana uključenost i aktivnost primjerena njihovim mogućnostima, što će biti korisno i za njihovo duševno zdravlje (osamljeni su, nerijetko depresivni ili ogorčeni), a samim tim i za fizičko zdravlje.

Udruga mladih Marija Bistrica poziva sve zainteresirane pojedince koji se žele informirati više o akciji ili se priključiti na bilo koji način te pomoći održivosti projekta neka se jave na mail udruge: udrugamladimb@gmail.com, na Facebook stranicu ili se učlane u Facebook grupu udruge (UMMB).