**Гуманитарный проект**

**государственного учреждения «Центр социального обслуживания населения Октябрьского района г. Гродно»**

**«Активное долголетие через воркаут»**

**Humanitarian project**

**The state agency "Center for social services for the population of the Oktyabrsky district of Grodno"**

**"Active longevity through workout"**



|  |  |
| --- | --- |
| **1. Наименование проекта:** "Активное долголетие через воркаут"  **1.  Name of the project:** "Active longevity through workout " | |
| **2. Срок реализации проекта**: 12 месяцев  **2. . Project implementation period:** 12 months | |
| **3. Организация –заявитель, предлагающая проект:**  государственное учреждения «Центр социального обслуживания населения  Октябрьского района г. Гродно»  **3. Applicant organization proposing the project:** The state agency "Center for Social Services to the Population of the Oktyabrsky District of Grodno" | |
| **4.Цели проекта:**  улучшение качества, увеличение продолжительности активной жизни пожилого населения и инвалидов через проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий на открытом воздухе.  **4. Project goals:**  improving the quality, increasing the duration of active life of the elderly people and the disabled through physical culture and recreation activities in the open air. | |
| **5. Задачи, планируемые к выполнению в рамках реализации проекта:**  1. Выбор площадки и получение разрешения от администрации города на оснащение территории спортивным инвентарем; 2. Работы по установке открытой спортивной площадки; 3. Реализация проекта.  **5. Tasks planned for implementation within the framework of the project:** 1. Choosing an area and receiving permission from the city administration to equip the territory with sports equipment; 2. Works on the installation of an outdoor sports ground; 3. Project realization. | |
| **6. Целевая группа:**  пожилые люди от 60 лет и старше, и инвалиды, находящиеся на социальном обслуживании в отделениях дневного пребывания Центра.  **6. Task force:** senior citizens age 60 years and older and disabled people who are on social services in the day care units of the Center. | |
| **7. Краткое описание мероприятий в рамках проекта**:  - оснащение современным спортивным оборудованием площадки воркаут;  - обучение пожилых граждан спортивным нагрузкам на современном оборудовании;  - физиологическая подготовленность и устойчивость организма к нагрузкам;  - увеличение практической и теоретической компетенции в определенном виде спорта;  - проведение занятия восточно-оздоровительной системы, гимнастики «Хаду», эстетической гимнастики, пилатеса, скандинавской ходьбы, клуба «Здоровый образ жизни», танцевально-оздоровительной группы «Вдохновение» и теннисного клуба;  - вовлечение в деятельность проекта пожилых граждан, с целью популяризации тренда «Здоровый образ жизни» и долгосрочных перспектив проекта. **7. Brief description of activities within the project:** - equipment with modern sports equipment of the workout area; - training of senior citizens in sports loads on modern equipment; - physiological readiness and resistance of the body to load; - increase of practical and theoretical competence in a certain sport; - carrying classes of the Oriental health system, gymnastics "Hadu", aesthetic gymnastics, pilates, Nordic walking, the club "Healthy lifestyle", the dance and wellness group "Inspiration" and the tennis club; - involvement of senior citizens in the activities of the project, in order to popularize the trend of "Healthy lifestyle" and the long-term prospects of the project. | |
| **8. Общий объем финансирования (в долларах США):** 7800 $  **8. Total funding (in US dollars):** 7800 $ | |
| Источник финансирования  Source of financing | Объем финансирования  (в долларах США)  Funding volume  (in USD) |
| Средства донора  Donor funds | 7800 |
| Софинансирование  Co-financing |  |
| **9. Место реализации проекта (область/район, город):**  Республика Беларусь, г.Гродно, ул. Фомичева, д. 17.  **9. Location of the project (region/district, city):**  The Republic of Belarus, Grodno, Fomichova street, 17. | |
| **10. Контактное лицо:**  Мария Зеноновна Баранова, заведующий отделением дневного пребывания для граждан пожилого возраста государственного учреждения «Центр социального обслуживания населения Октябрьского района г. Гродно»  +375295879249, e-mail: [ogpv-okt@mail.grodno.by](mailto:ogpv-okt@mail.grodno.by)  **10. Contact person**:  Maria Zenonovna Baranova, the head of the day care department for senior citizens of the state agency "Center for Social Services of the population of the Oktyabrsky district of Grodno"  +375295879249, email: [ogpv-okt@mail.grodno.by](mailto:ogpv-okt@mail.grodno.by) | |