

**Poczuj się potrzebny!**  
**Podziel się swoim doświadczeniem!**  
**Dołącz do nas i stwórz z nami wyjątkowe wydarzenia!**



"Designed by Freepik"



**Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej**

---

Projekt: Nowoczesny senior! jest dofinansowany ze środków rządowego programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025

# **Drodzy Seniorzy!!!**

**Parafia rzymskokatolicka pw. św. Jerzego i Matki  
Bożej Różańcowej w Wałbrzychu serdecznie zaprasza  
do bezpłatnego udziału w projekcie  
pt.: Nowoczesny senior!**

**Projekt jest dofinansowany ze środków rządowego  
programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych  
„Aktywni+” na lata 2021–2025, Edycja 2023**



**Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej**

---

Projekt: Nowoczesny senior! jest dofinansowany ze środków rządowego programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025

## Kryteria rekrutacji uczestników

Kandydaci zostaną poproszeni o odniesienie się w formularzu zgłoszeniowym do zagadnień istotnych z punktu widzenia projektu. A mianowicie będą zobligowani do określenia:

- wieku (zrekrutowane zostaną osoby 60+);
- miejsca zamieszkania (do projektu zakwalifikowane zostaną osoby fizyczne, które pracują lub zamieszkują miasto Wałbrzych lub tereny powiatu wałbrzyskiego);
- chęci podniesienia poziomu umiejętności, wiedzy z zakresu obsługi urządzeń teleinformatycznych oraz poprawy funkcjonowania procesów poznawczych.

Do udziału w projekcie zostanie zakwalifikowanych 40 osób.



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej

---

## Organizacja usług

Usługi świadczone będą w województwie dolnośląskim w mieście Wałbrzych. Warsztaty tematyczne dla 40 uczestników projektu obejmować będą :

### **Szkolenie z zakresu kompetencji cyfrowych**

Program:

- Zakładanie Profilu Zaufanego i konta na platformie ePUAP.
- Jak uzyskać EKUZ za pośrednictwem ePUAP.
- Logowanie na Internetowym Koncie Pacjenta, e-recepty, e-skierowania,
- Inne - w zależności od zgłaszanych potrzeb.
- E-czytniki.
- Google Maps.



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej

---

## Cyfrowy trening funkcji poznawczych

- Usprawnianie procesów uwagi, pamięci, percepcji wzrokowej oraz słuchowej, orientacji przestrzennej oraz funkcji wykonawczych;
- Umożliwienie treningu uwagi, treningu pamięci, treningu funkcji wykonawczych, treningu percepcji wzrokowej i treningu orientacji przestrzennej.



"Designed by Freepik"



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej

Projekt: Nowoczesny senior! jest dofinansowany ze środków rządowego programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025

## **Uczestnicy/uczestniczki zobowiązani będą do:**

- przestrzegania Regulaminu projektu;
- punktualnego przychodzenia na zajęcia;
- uczestniczenia w zajęciach w pełnym zakresie przewidzianym w programie, przy min. 80 % obecności;
- rzetelnego przygotowywanie się do zajęć zgodnie z zaleceniami trenerów;
- potwierdzania każdorazowo obecności na zajęciach poprzez złożenie podpisu na liście obecności;
- poddawania się monitoringowi zgodnie z zasadami opisanymi w regulaminie;
- złożenia pisemnego oświadczenia w przypadku rezygnacji z udziału w projekcie.



**Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej**

---

## Szanowni Seniorzy

Dzięki uczestnictwie w projekcie nabędziecie lub wzmocnicie posiadane kompetencje w zakresie korzystania z narzędzi teleinformatycznych, poznacie swoje słabsze i moce strony, podniesiecie swoją samoocenę, wzmocnicie motywację i chęć do działania dla innych.

### Zapewniamy:

- catering (kawa, herbata, ciastka itp.);
- możliwość owocnego spędzenia czasu poprzez udział w zajęciach rozwijających zainteresowania;
- wykłady, zajęcia otwarte;
- przyjazną atmosferę.



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej

---

**Biuro Projektu**  
**Nowoczesny senior!**  
**ul. św. Jerzego 4,**  
**58-304 Wałbrzych**  
**e-mail: szydlowska.marysia@os.pl**  
**tel.: 603 566 133**

(Publikacja bezpłatna)



**Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej**

---

Projekt: Nowoczesny senior! jest dofinansowany ze środków rządowego programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025