



Bendrai finansuoja Europos Sąjunga

Prasideda projektas „Sveikatos ir bendrystės taku“ Biržuose

Biržų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras kartu su partneriais pradeda įgyvendinti projektą **„Sveikatos ir bendrystės taku“ (projekto Nr. 11-115-K-0001)**. Projektas finansuojamas pagal 2022–2030 metų plėtros programos pažangos priemonę Nr. 01-004-08-04-01 „Didinti visuomenės įsitraukimą į vietos problemų sprendimą“.

Projekto problema ir aktualumas - projektas reaguoja į aktualią visuomenės problemą – gyventojų senėjimą bei socialinę atskirtį. Biržuose auga senyvo amžiaus ir negalią turinčių asmenų skaičius, kurių galimybės gauti sociokultūrines paslaugas dažnai ribotos.

Projekto tikslas – stiprinti fizinę ir emocinę gyventojų gerovę, mažinti socialinę atskirtį ir skatinti visapusišką įtrauktį bei sąmoningumą, plėtojant naujas sociokultūrines paslaugas, skirtas:

- senyvo amžiaus žmonėms – skatinti aktyvumą, palaikyti sveikatą, ugdyti kūrybiškumą;
- asmenims su negalia ar sergantiems lėtinėmis ligomis – pasiūlyti individualizuotas terapijas ir fizinio aktyvumo veiklas;
- kitiems miesto gyventojams – padėti integruoti pažeidžiamas grupes ir stiprinti bendruomeniškumą;
- savanoriams – skatinti pilietiškumą ir savanorišką pagalbą tiems, kuriems jos labiausiai reikia. Projektas taip pat siekia:
- ugdyti savarankiškumą ir stiprinti pasitikėjimą savimi;
- mažinti vienatvę, skatinti tarpusavio bendravimą ir naujų ryšių užmezgimą;
- padėti dalyviams įgyti praktinių žinių apie sveiką gyvenseną, mitybą, streso valdymą;
- suteikti erdvę saviraiškai per terapijas, edukacines, menines, fizines veiklas.

Projekto metu bus taikomas holistinis požiūris – fizinė sveikata, emocinė pusiausvyra, socialinis ryšys ir kūrybiškumas bus puoselėjami vieningai, siekiant ilgalaikio poveikio tikslinėms grupėms ir visai Biržų miesto bendruomenei.

Projektas įgyvendinamas bendradarbiaujant su: Biržų „Artrito“ klubu, VšĮ „Pagalbos centru“, Asociacija „Biržėnai“.

Projekto metu bus vykdomos įvairios sveikatinimo, sąmoningumo, terapinės, kūrybinės, edukacinės, kultūrinės ir fizinio aktyvumo veiklos, skirtos senjorams, neįgaliesiems, asmenims, sergantiems lėtinėmis ligomis bei visiems Biržų miesto gyventojams.

Numatomos veiklos:

- pirmosios pagalbos, sveikos mitybos ir emocinio intelekto mokymai;
- terapijos: keramika, meno terapijos spektakliai, judesio terapija;
- kūrybinės dirbtuvės ir kultūriniai-degustaciniai užsiėmimai;
- sveikatinimo išvykos į Nidą, Šventąją, Anykščius, Druskininkus;
- plaukimo užsiėmimai ir fizinio aktyvumo mokymai;
- savanorystės skatinimas – bus apmokyti ir koordinuojami savanoriai.

Dalyvauti planuoja per 170 Biržų miesto gyventojų.

Bendra projekto vertė – 181 904,44 Eur

Projekto įgyvendinimo laikotarpis - nuo 2025 m. liepos mėn. iki 2026 m. spalio 31 d.