

1 czerwca 2026



Fundusze Europejskie
dla Świętokrzyskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



WOJEWÓDZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

Senior w plenerze – dzień pełen zdrowia, aktywności i integracji

30 maja 2026 r. w Parku Miejskim im. Stanisława Staszica, ul. Jana Pawła II, 25-960 Kielce odbyło się wyjątkowe wydarzenie „Senior w plenerze” zorganizowane przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego w ramach unijnego projektu „Tworzenie Lokalnych Systemów

Wsparcia dla Seniorów”. W spotkaniu uczestniczyli seniorzy z 19 gmin powiatu kieleckiego oraz miasta Kielce, którzy wspólnie spędzili dzień pełen ruchu, edukacji, profilaktyki zdrowotnej i integracji. Inicjatorem całego wydarzenia jest Renata Janik - Marszałek Województwa Świętokrzyskiego, która zawsze z zaangażowaniem pamięta o seniorach naszego regionu, podejmując działania służące ich integracji, aktywizacji i wsparciu.

Aktywność fizyczna na świeżym powietrzu:

Uczestnicy mieli okazję poznać zasady nordic walkingu, ćwiczyć na rowerkach stacjonarnych oraz brać udział w zajęciach ruchowych z wykorzystaniem piłek, hantli i kijów treningowych. Był to doskonały sposób na poprawę sprawności fizycznej, troskę o zdrowie i aktywne spędzenie czasu.

Zdrowie i profilaktyka:

Seniorzy mogli skorzystać z porad specjalistów, zmierzyć poziom cukru we krwi i ciśnienie tętnicze, a także uczestniczyć w prelekcjach dotyczących zdrowia wzroku oraz zapobiegania chorobom nowotworowym. Dużym zainteresowaniem cieszyły się również konsultacje prowadzone przez ekspertów ze Świętokrzyskiego Centrum Onkologii i Wojewódzkiego Ośrodka Medycyny Pracy.

Bezpieczeństwo przede wszystkim:

Nad bezpieczeństwem uczestników czuwali policjanci, strażacy oraz ratownicy medyczni, którzy prowadzili również edukację z zakresu pierwszej pomocy. Dzięki ich wsparciu seniorzy zdobyli praktyczne umiejętności i wiedzę przydatną w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia.

Spotkanie było nie tylko okazją do aktywnego spędzenia czasu i poszerzenia wiedzy, ale także do integracji, rozmów i nawiązywania nowych znajomości. Radość uczestników, przyjazna atmosfera i duże zaangażowanie pokazały, że aktywność oraz wspólne działania nie mają ograniczeń wiekowych.

Serdecznie dziękujemy wszystkim seniorom, organizatorom aktywności, ekspertom oraz służbom za stworzenie miejsca sprzyjającego spotkaniom, nauce i aktywności. Był to dzień pełen inspirujących doświadczeń, pozytywnych emocji i troski o zdrowie.

Zapraszamy do obejrzenia [krótkiego filmu z wydarzenia](#).

Projekt pn. „Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów” realizowany jest w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, Priorytet 9, Działanie 9.4 Zwiększenie dostępności usług społecznych i zdrowotnych.

Głównym celem projektu jest wypracowanie systemu koordynacji świadczenia usług społecznych i zdrowotnych dla osób potrzebujących wsparcia – seniorów (osób 60+) poprzez ułatwienie im dostępu do usług. Całkowita wartość projektu to ponad 63 mln zł, z czego 54 mln zł stanowi dofinansowanie z Unii Europejskiej.

Galeria zdjęć







