

Dla kogo jest program „Happy Senior 2025”?

Dla osób w wieku 55+, które chcą:

- poczuć się pewniej w świecie cyfrowym,
- lepiej radzić sobie ze stresem i samotnością,
- być aktywne, twórcze i częścią społeczności.

Co zyskasz, biorąc udział w programie?

- nowe umiejętności – nauczysz się obsługi telefonu i aplikacji,
- więcej radości – weźmiesz udział w warsztatach artystycznych i spotkaniach integracyjnych,
- lepsze samopoczucie – poznasz techniki relaksacji, porozmawiasz z terapeutą,
- nowe relacje – spotkasz innych seniorów, wymienisz się doświadczeniami,
- poczucie sprawczości – odkryjesz, że w każdym wieku można zacząć coś nowego.

OFERTA BEZPŁATNA

Biuro Fundacji Pozytyw



ul. Szpitalna 1A, 08-200 Łosice



www.fundacijapozytyw.pl, fundacijapozytyw@gmail.com



693 570 205

Happy Senior 2025

Zadanie publiczne sfinansowane ze środków
Samorządu Województwa Mazowieckiego

FUNDACJA POZYTYW



Happy Senior



Program na rzecz zwiększania samodzielności i przeciwdziałania zagrożeniu marginalizacją społeczną skierowany do seniorów

Warsztaty cyfrowe i artystyczne

Warsztaty zielarskie

Warsztaty profilaktyczno-terapeutyczne

Konsultacje terapeutyczne

Spotkania integracyjne

Happy Senior 2025

Bo życie wciąż potrafi zaskakiwać