

# Senior w Formie



Za jej sprawą kampanii SeniorWFormie Centrum Inicjatyw Senioralnych przekonuje, że warunkiem koniecznym dla zdrowego starzenia się jest regularne podejmowanie aktywności fizycznej. Kampania skierowana jest zarówno do samych seniorów, jak i organizatorów zajęć rekreacyjnych.

Celem kampanii SeniorWFormie jest promocja aktywności fizycznej wśród seniorów jako najlepszego leku na wszelkie dolegliwości i sposobu na pozostanie niezależnym, ale też formy spędzania czasu z innymi, aktywnego wypoczynku. W ramach kampanii na stronie internetowej Centrum Inicjatyw Senioralnych można odnaleźć opis, zasady i walory najróżniejszych dyscyplin sportowych. Promujemy miejsca, w których pod okiem specjalistów można tej dyscypliny się uczyć, uprawiać ją bezpiecznie. Zachęcamy kluby, ośrodki sportu do przygotowania szczególnie atrakcyjnej oferty lub specjalnego wydarzenia dla dojrzałych mieszkańców Poznania.

[Więcej informacji na temat projektu](#)