

www.hasicproject.eu

*Vidáman, jó erőben,
együtt az időskorban!*

• egészséges étkezés • testmozgás • mértékletes alkoholfogyasztás • társadalmi kapcsolatok



hasic

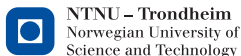
Healthy Ageing Supported by
Internet and Community



www.hasicproject.eu

A HASIC projekt célja, hogy a 65 éven felüli idős embereket támogassa az egészséges életmód kialakításában, amely magában foglalja az egészséges étkezést, a rendszeres testmozgást, az alkoholfogyasztás mértékletességét és az aktív társadalmi életet.

A projekt az idősek életminőségének javítását szakemberek és mentorok képzésével, az azonos körülmények között élők csoportfoglalkozásaival, online felületek létrehozásával és a helyi szolgáltatások közti együttműködés fejlesztésével segíti elő.



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union