

## Sárospataki Családi ébresztő! Fittség, egészség, szépség TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01006

Kedvezményezett neve: László Irén

Projekt címe: Sárospataki családi ébresztő!  
Fittség, Egészség, Szépség

Szerződött támogatás összege: 1 909 004 Ft

Támogatás intenzitása: 100 %

Projekt tervezett kezdési dátuma: 2020.06.01

Projekt tervezett befejezési dátuma: 2021.04.30

Felhívás azonosítószáma: TOP-7.1.1-16-H-083-10.....

Beruházás helye (régió): Észak-Magyarország

Beruházás helye (megye): Borsod-Abaúj-Zemplén

Beruházás helye (helység): Sárospatak

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.



Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

SZÉCHENYI 2020

### A projekt tartalmának bemutatása

A pályázatban szereplő programmal az egészség megőrzés sokszínű változatát és lehetőségét ismerik meg a résztvevők életkoruknak megfelelően.

A jelenlévők térítésmentesen vehetik igénybe az Élet-Forma- fitness edzőtermét. Emellett dietetikus segítségével megismerhetik az egészség megőrzés érdekében fontos étel csoportokat, és ezeknek kóstolására is térítésmentesen nyílik lehetőség. Ezen felül minden egyes résztvevő számára testösszetétel mérést készítünk, illetve a projekt keretén belül lehetőség nyílik vérnyomás és cukorszint mérésre. Az egyéb egészségügyi információk birtokában személyre szóló javaslatot adunk étrend és testmozgás formára, gyermekek és felnőttek számára egyaránt. Mindezek a mozgásformák pedig azonnal kipróbálhatók a helyszínen. Így térítésmentesen vehető igénybe az összes edzőtermi gép, van lehetőség részt venni salsa és más különböző kardió edzéseken.

Emellett a résztvevők megismerik a városunk – egészségügyi és életviteli szempontól nélkülözhetetlen – egyedi erőforrásait, illetve az ehhez közvetetten kapcsolódó helyi szereplőket.

További információ:

Polgárné Monok Bernadett  
p.monok.bernadett@gmail.com  
06-20/417-7200