

Don't Age, Engage!



Co-funded by
the European Union



DON'T AGE, ENGAGE!

FOCO DO PROJETO

Don't Age, Engage! é um projeto europeu que responde a um dos maiores desafios do século XXI — o envelhecimento ativo e saudável.

O projeto visa melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas e reforçar as competências dos profissionais que trabalham com este grupo, promovendo o bem-estar físico, mental e social através de atividades criativas e inclusivas.

O projeto aposta numa abordagem **holística** ao **envelhecimento ativo**.



RESULTADOS ESPERADOS

O projeto **Don't Age, Engage!** desenvolverá os seguintes resultados concretos:

1. **Formação internacional para profissionais** de lares e centros de dia sobre envelhecimento ativo;
2. **E-book sobre atividades mentais** para estimulação cognitiva dos seniores;
3. **Vídeos instrutivos de atividades físicas** adaptadas à terceira idade;
4. **Exposição digital de arte sénior**, mostrando trabalhos criativos desenvolvidos nas oficinas;
5. **Guia de Intervenção Profissional**, integrando atividades físicas, mentais e artísticas para aplicação prática em contextos de cuidado e educação.

A QUEM SE DESTINA






O projeto dirige-se a:

- **Pessoas idosas** que desejam viver de forma mais ativa e saudável;
- **Profissionais e cuidadores** que trabalham com seniores em lares, centros de dia e organizações comunitárias;
- **Educadores de adultos, formadores e mentores** na área do envelhecimento e inclusão social;
- **Organizações públicas e privadas** que prestam serviços a cidadãos mais velhos;
- **Educadores europeus** ligados à EPAL e outras redes Erasmus+.



OBJETIVOS PRINCIPAIS

O projeto **Don't Age, Engage!** pretende envolver e capacitar profissionais e organizações do setor da educação de adultos através dos seguintes objetivos:

-  **Desenvolver programas inovadores** de envelhecimento ativo, com foco físico, mental e artístico;
-  **Formar profissionais e cuidadores** em metodologias e práticas de envelhecimento ativo;
-  **Promover o bem-estar emocional e social** das pessoas idosas através da arte e da criatividade;
-  **Fomentar a cooperação internacional** e a partilha de boas práticas entre Itália, Portugal e Turquia;
-  **Criar uma rede europeia de profissionais** para a promoção da participação ativa e inclusão social dos seniores.

CONSÓRCIO DO PROJETO



UNIÃO DAS FREGUESIAS
de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jorim

SIGA-NOS:



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

PROJETO N.º: 2024-2-IT02-KA210-ADU-C83AC9C3



DON'T AGE, ENGAGE!



Co-funded by
the European Union



DON'T AGE, ENGAGE!