

Pogodna i aktywna jesień życia - aktywizacja ruchowa starszej społeczności lokalnej

Profil naukowo-badawczy Katedry Promocji Zdrowia stanowił podstawę do powstania w listopadzie 2016r. Uniwersytetu Trzeciego Wieku AWFIS w Gdańsku. Liczne badania naukowe dowodzące skuteczności treningu zdrowotnego realizowanego w grupie osób starszych, stanowiły fundament oferty UTW AWFIS. Program wysycony jest aktywnością fizyczną (AF) oraz wykładami z zakresu zdrowia psychofizycznego i powstał dzięki współpracy z Fundacją Rozwoju Kultury Fizycznej (w efekcie realizacji projektu Akademia Animatora stworzono multimedialny poradnik *Seniorzy na orliku*) i Europejskim Stowarzyszeniem Promocji Aktywności Ruchowej ESPAR 50. Projekt stanowi przykład kompleksowej oferty edukacyjnej, o dużym znaczeniu społecznym, zachęcającym do kontynuowania edukacji zgodnie z koncepcją LLL (*LifeLong Learning*).

Osiągnięciem wydziału jest modelowe rozwiązania łączenia teorii z praktyką w zakresie kształcenia kadr instruktorskich z kinezygerontoprofilaktyki, które powstało w wyniku realizacji projektu statutowego *Optymalizacja treningu zdrowotnego ludzi w różnym wieku*. Model stanowi przykład dobrej praktyki, a dzięki wprowadzaniu grup seniorów na zajęcia dydaktyczne proces kształcenia studentów jest uwiarygodniony i zbliżony do warunków spotykanych na rynku pracy. Wydział współpracuje z Domami Pomocy Społecznej, dzięki czemu wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne przenoszone są ze środowiska uniwersyteckiego do lokalnego.

Prowadzone na Wydziale badania interdyscyplinarne i współpraca z UTW zaowocowały realizacją innowacyjnych projektów m.in. suplementacji wit. D3, wskaźników pozytywnego zdrowia fizycznego i poczucia atrakcyjności fizycznej seniorów. Oprócz badań nad profilaktyką pierwotną i prewencją chorób, realizowane są projekty związane z AF po incydentach kardiologicznych.