



Finanțat de
Uniunea Europeană



Proiectul ERASMUS+-KA210-ADU-2023

București, 10 iulie 2024

**PROIECT: CREȘTEREA CALITĂȚII VIEȚII LA PERSOANELE VÂRSTNICE CU
POSIBILITĂȚI REDUSE DIN BUCUREȘTI ȘI ROMA**

Parteneri proiect Erasmus+ 2023-1-RO01-KA210-ADU-000164010:

- ▶ Institutul Național de Gerontologie și Geriatrie „Ana Aslan” (E 10263181 - RO)
- ▶ Grupul Național de Studiu și Practică Yoga (E 10212776 - RO)
- ▶ Sarva Yoga International (E 10332877 - IT)

Membrii parteneriatului își asumă toate responsabilitățile pentru realizarea obiectivelor generale și specifice ale proiectului „QuoL65+: Increasing the Quality of Life for Older Adults with fewer opportunities from Bucharest and Rome”. Proiectul cu durata de 14 luni (01.11.2023-31.12.2024) este susținut din partea INGG de echipa de cercetători psihologi a Laboratorului de cercetare Gerontologie Socială și Gerontopsihologie. Această echipă cu expertiză în lucrul cu persoanele vârstnice este implicată în toate etapele de Management și Implementare proiect începând de la planificare și programare până la impact, de asemenea în toate celelalte activități ale proiectului ERASMUS+.

Grupul țintă, 60 persoane vârstnice cu posibilități reduse, care a beneficiat gratuit de acest curs de yoga în 12 sesiuni, a fost format din 15 cursanți GNSPY și 15 persoane care nu au practicat vreodată yoga, în total 30 persoane din București, și un grup similar constituit în Roma de partenerul Sarva Yoga International.

S-au respectat criteriile de selecție a participanților. Aceleași formulare de recrutare și consimțământ informat și chestionare au fost aplicate în limba nativă celor două grupuri țintă, din Roma și București, echipa de cercetare de la INGG „Ana Aslan” livrând aceste materiale în timp optim și adaptat partenerului din Italia. Echipa Laboratorului de Gerontologie Socială și Gerontopsihologie de la Institutul „Ana Aslan” s-a ocupat de respectarea criteriilor de selecție, semnarea acordului de Consimțământ Informat și aplicarea chestionarelor selectate înainte și după participarea la cursul yoga adaptat nevoilor persoanelor în vârstă cu posibilități reduse pentru grupul țintă din București (30 subiecți).

Aceleași instrumente au fost aplicate și grupului țintă din Roma (30 subiecți selectați), formularele fiind scanate și transmise spre centralizare (**baza de date**) partenerului „Ana Aslan”, care constituie bordul științific în acest proiect.



KA210-ADU – Small-scale partnerships in adult education
Project code: 2023-1-RO01-KA210-ADU-000164010