



Institutul Național de Gerontologie și Geriatrie „Ana Aslan - România

București, 8 Mai 2024

**PROIECT Erasmus+ 2023-1-RO01-KA210-ADU-000164010 QuoL65+:  
„Increasing the Quality of Life for Older Adults with fewer opportunities from  
Bucharest and Rome”**

Durata proiectului: **14 luni**, data începerii: **01.11.2023**, data încheierii: **31.12.2024**

***Partener INGG „Ana Aslan”***

Echipa de cercetare a Laboratorului de cercetare Gerontologie Socială și GerontoPsihologie este implicată în toate activitățile proiectului, continuând cu implementarea și diseminarea proiectului conform graficului de activități agreat, având și responsabilitatea de a monitoriza execuția corectă din punct de vedere științific.

***Obiectivele specifice și Activitățile echipei de cercetare în etapa intermediară***

*Obiectivele specifice* sunt următoarele pentru etapa intermediară 01.11.2023-31.05.2024:

A2. Crearea cursului Yoga special adaptat nevoilor persoanelor vârstnice cu posibilități reduse.

OS2.1. Crearea profilului optim al beneficiarului cursului de Yoga;

OS2.2. Analiza cantitativă și calitativă a datelor colectate pentru crearea profilului optim al beneficiarului;

OS2.3. Elaborarea profilului optim al beneficiarului cursului de Yoga.

A3. Livrarea cursului Yoga pentru persoanele vârstnice cu posibilități reduse.

OS3.1. Analiza și identificarea instrumentelor optime de evaluare a participanților;

OS3.2. Administrarea la 30 de subiecți a instrumentelor selectate;

OS3.3. Elaborarea unui chestionar de satisfacție specific cursului.

