

-SEMESTER 5 ACTIVITIES-

IN SITU VISITS

IN SITU VISIT TO ALMERE – Amsterdam and Almere, 24-25th of April



A Basque delegation acquired in-depth knowledge of the Good Practices presented within the third thematic area: Active Citizens for Healthy Ageing. The Dutch partner introduced through its stakeholders *SeniorLive*, *Age Friendly City* initiative, as well as Amsterdam

Healthy Weight project.

On the first day, Amsterdam City Council presented the work being carried out in the *Amsterdam Age Friendly City* project, that aims to achieve age-friendly environments, accessible and adapted it to the individuals' different needs/skills.

The second day, was dedicated to the Amsterdam Healthy Weight, a programme also promoted by Amsterdam City Council. Finally, representatives of the University of the Basque Country (EHU/UPV) who are implementing a research project aimed at including a physical activity routine for senior citizens, met the *SeniorLive* initiative, which also seeks to foster physical activity for senior citizens via current technologies, for which they receive the training required.

W dniach 24-25 kwietnia odbyła się wizyta w Almere i Amsterdamie. Delegacja baskijska uzyskała dogłębną wiedzę na temat dobrych praktyk zaprezentowanych w trzecim obszarze tematycznym: Aktywni obywatele dla zdrowego starzenia się. Holenderski partner wprowadził za pośrednictwem swoich interesariuszy *SeniorLive*, inicjatywy *Age Friendly City*, a także projekt *Amsterdam Healthy Weight*.

Pierwszego dnia Rada Miejska Amsterdamu zaprezentowała prace prowadzone w ramach projektu *Amsterdam Age Friendly City*, którego celem jest stworzenie środowiska przyjaznego osobom starszym, dostępnym i dostosowanym do różnych potrzeb / umiejętności poszczególnych osób.

Drugi dzień poświęcony był *Amsterdam Health Weight*, programowi

promowanemu także przez Urząd Miasta Amsterdam. Wreszcie przedstawiciele Uniwersytetu Kraju Basków (EHU / UPV), którzy realizują projekt badawczy mający na celu włączenie rutynowej aktywności fizycznej seniorów, spotkali się z inicjatywą SeniorLive, która ma również na celu promowanie aktywności fizycznej seniorów za pośrednictwem obecnych technologii , na które otrzymują wymagane szkolenie.

-NEXT ACTIVITIES-

- **Action Group Report 3** will be delivered/uploaded to InterregEurope web
- All **TITTAN Good Practices** should be uploaded to [InterregEurope.eu/tittan](https://interregeurope.eu/tittan)
- September will be full of intense work for elaborating the **Action Plans** to adapt and implement those more interesting Good Practices in each region

NEXT ACTIVITIES-

- Raport grupy działania 3 zostanie dostarczony / przesłany do sieci InterregEurope
- Wszystkie dobre praktyki TITTAN należy przesłać na stronę [InterregEurope.eu/tittan](https://interregeurope.eu/tittan)
- Wrzesień będzie pełen intensywnych prac nad opracowaniem planów działania w celu dostosowania i wdrożenia bardziej interesujących dobrych praktyk w każdym regionie.