

Senioralne popołudnie w Gniewkowie 60+



Całkowita wartość projektu:

94 225,00 zł

Kwota dofinansowania UE:

89 225,00 zł

Cel projektu:

Celem głównym projektu było utworzenie i prowadzenie Klubu Seniora, którego działalność sprzyjała zwiększeniu aktywności społecznej, kulturalnej i fizycznej seniorów z terenu Gminy Gniewkowo poprzez stworzenie warunków do uczestnictwa w zajęciach, wydarzeniach kulturalnych oraz życiu lokalnej społeczności. Projekt miał na celu zachęcenie seniorów do podejmowania różnych form aktywności i pokazanie, że niezależnie od wieku warto pozostawać zaangażowanym, rozwijać swoje zainteresowania oraz uczestniczyć w życiu społecznym.

Grupa docelowa:

Osoby starsze, zamieszkujące na obszarze objętym LSR, tj. gmin miejskich i miejsko-wiejskich powiatu inowrocławskiego (z wyłączeniem miasta Inowrocław), czyli gminy Dąbrowa Biskupia, Gniewkowo, Inowrocław (gmina wiejska), Janikowo, Kruszwica, Pakość, Rojewo, Złotniki Kujawskie. Za osobę starszą należy rozumieć osobę, która ukończyła 60 rok życia.

Zadania i działania:

Zadaniem było utworzenie i funkcjonowanie Klubu Seniora. W ramach zadania odbyły się następujące działania:

1. Zrealizowano warsztaty międzypokoleniowe (4 spotkania po 4 godziny), w tym jedno spotkanie o tematyce ekologicznej

połączone z akcją sprzątania świata. Warsztaty przyczyniły się do zwiększenia integracji międzypokoleniowej, poprawy komunikacji między grupami wiekowymi, wzrostu zaangażowania społecznego oraz wzmocnienia poczucia odpowiedzialności za otoczenie. Uczestnicy poszerzyli również swoją wiedzę na temat działań proekologicznych i pracy zespołowej.

2. Przeprowadzono warsztaty z lekarzem rodzinnym (3 spotkania po 4 godziny), podczas których uczestnicy poszerzyli wiedzę z zakresu profilaktyki zdrowotnej, chorób wieku senioralnego oraz zasad dbania o zdrowie. Uczestnicy zyskali również większą motywację do wykonywania badań profilaktycznych i dbania o własne samopoczucie.

3. Zrealizowano warsztaty ze strażakami i policjantami (3 spotkania po 4 godziny), dotyczące bezpieczeństwa i reagowania w sytuacjach zagrożenia. Uczestnicy zwiększyli wiedzę w zakresie zasad bezpieczeństwa, sposobów unikania zagrożeń oraz właściwego reagowania w sytuacjach kryzysowych. Wzmocniono także ich poczucie bezpieczeństwa oraz świadomość instytucji, do których mogą zwrócić się o pomoc.

4. Przeprowadzono warsztaty sportowe (10 spotkań po 4 godziny), obejmujące aktywność fizyczną dostosowaną do możliwości uczestników. Zajęcia poprawiły kondycję i sprawność ruchową oraz wpłynęły na ogólne samopoczucie. Uczestnicy zwiększyli świadomość znaczenia ruchu dla zdrowia i jakości życia oraz wykształcili nawyk regularnej aktywności fizycznej. Warsztaty sprzyjały także integracji grupy i motywowały do podejmowania aktywności poza projektem.

5. Zrealizowano warsztaty rękodzielnicze i kreatywne (12 spotkań po 4 godziny). Zajęcia przyczyniły się do poprawy koncentracji i sprawności manualnej oraz rozwoju pasji twórczych. Dodatkowo warsztaty wpływały pozytywnie na

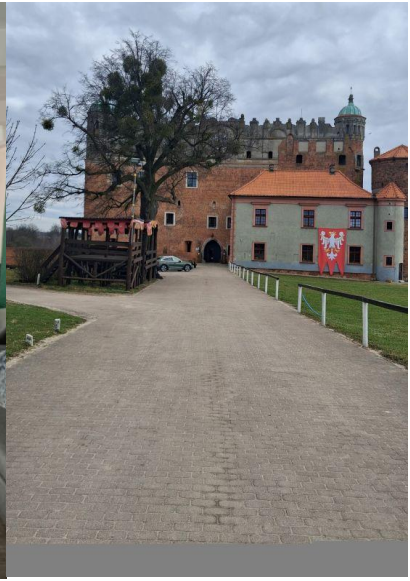
samopoczucie, redukcję stresu oraz integrację uczestników poprzez wspólne działania i wymianę doświadczeń.

6. Zorganizowano wyjazdy do instytucji kultury (8 wyjazdów grupowych). Wyjazdy przyczyniły się do poszerzenia horyzontów kulturowych, wzrostu zainteresowania kulturą i sztuką oraz zwiększenia aktywności społecznej. Sprzyjały także integracji grupy, przeciwdziałały izolacji społecznej i wzmacniały relacje między uczestnikami.

7. Odbływały się również spotkania klubowe, podczas których uczestnicy oglądali filmy, prowadzili rozmowy, grali w gry planszowe i rozwiązywali krzyżówki (24 spotkania po 3 godziny). Spotkania te sprzyjały budowaniu relacji społecznych, przeciwdziałały samotności oraz wzmacniały poczucie przynależności do grupy. Uczestnicy rozwijali umiejętności komunikacyjne, spędzali aktywnie czas wolny oraz wzmacniali więzi społeczne.

**Efekty,
rezultaty
działań:**

1. Całkowita liczba osób objętych wsparciem – 15 os.
 2. Liczba osób starszych objętych wsparciem w klubach seniora, gospodarstwach opiekuńczych i Uniwersytetach Trzeciego Wieku – 15 os.
 3. Wspierane strategie rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność – 1 szt.
 4. Ludność objęta projektami w ramach strategii zintegrowanego rozwoju terytorialnego – 15 os.
 5. Liczba osób, których sytuacja społeczna uległa poprawie po opuszczeniu programu – 10 os.
 7. Liczba objętych wsparciem klubów seniora, gospodarstw opiekuńczych i Uniwersytetów Trzeciego Wieku – 1 szt.
-





#FunduszeUE