

Klub Seniora w Suchatówce II



Całkowita wartość projektu:

82 033,42 zł

Kwota dofinansowania UE:

77 883,42 zł

Cel projektu:

Celem projektu było utworzenie i funkcjonowanie Klubu Seniora umożliwiającego aktywną integrację 12 seniorów poprzez podniesienie aktywności kulturalnej i fizycznej osób starszych narażonych na marginalizację społeczną. Klub był miejscem przyjaznym uczestnikom, odpowiadał ich potrzebom i zapewniał kompleksową ofertę wsparcia uczestników w następujących obszarach: rozwój aktywności społecznej, propagowanie profilaktyki oraz edukacji zdrowotnej, rozwój kreatywności, udział w kulturze i uwrażliwienie na sztukę, wsparcie psychologiczne oraz poprzez realizację innych zajęć sprzyjających integracji uczestników.

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 warsztaty, spotkania i wydarzenia w następujących obszarach:

1. Rozwój aktywności społecznej – w ramach tego obszaru zrealizowano warsztaty dotyczące podejmowania działań społecznych w środowisku lokalnym, w tym: „100 pomysłów na społeczne działania” (6 godzin), „Jak skutecznie działać społecznie?” (6 godzin) oraz warsztaty wzmacniające „WENDO” (12 godzin). Uczestnicy projektu zdobyli wiedzę i praktyczne umiejętności dotyczące planowania inicjatyw społecznych, pracy w grupie oraz wzmacniania własnej sprawczości.

2. Propagowanie profilaktyki oraz edukacji zdrowotnej – w celu promowania zdrowego stylu życia przeprowadzono warsztaty z zakresu aktywności fizycznej i zdrowego odżywiania, w tym warsztaty kulinarne – winiarskie (6 godzin) oraz czekoladowe (6 godzin), warsztaty ruchowe (12 godzin), dwa wyjazdy na basen (łącznie 10 godzin) oraz warsztaty z muzykoterapii (12 godzin). Działania te sprzyjały zwiększeniu świadomości zdrowotnej uczestników oraz zachęcały do podejmowania aktywności fizycznej i dbania o kondycję psychofizyczną. Uczestnicy projektu poszerzyli swoją wiedzę na temat zdrowego stylu życia oraz mieli możliwość praktycznego zastosowania zdobytych umiejętności.

3. Rozwój kreatywności – w ramach rozwijania kreatywności i zdolności manualnych zrealizowano warsztaty twórcze i rękodzielnicze, takie jak: „Rusz głową” (12 godzin), warsztaty czerpania papieru i tworzenia kartek okolicznościowych (5 godzin), warsztaty String Art (5 godzin), warsztaty „Anioły z makramy w ramce” (5 godzin), warsztaty tworzenia zapachowych świec żelowych i sojowych z elementami decoupage (5 godzin), warsztaty wiosenno-wielkanocne – kompozycje z roślin cebulowych w wielkim jajku (5 godzin) oraz warsztaty biżuteryjne (5 godzin). Zajęcia umożliwiły seniorom rozwijanie zdolności artystycznych, pobudzanie kreatywności oraz integrację poprzez wspólne działania twórcze.

4. Udział w kulturze i uwrażliwienie na sztukę – w celu

zwiększenia dostępu seniorów do oferty kulturalnej zorganizowano warsztaty fotograficzne wraz z sesją zdjęciową (12 godzin), dwa wyjazdy do kina (łącznie 10 godzin) oraz dwa wyjazdy do teatru (łącznie 12 godzin). Uczestnicy mieli możliwość bezpośredniego kontaktu z różnymi formami sztuki oraz rozwijania swoich zainteresowań kulturalnych.

5. Wsparcie psychologiczne – w ramach projektu przeprowadzono także grupowe warsztaty z psychologiem (12 godzin), ukierunkowane na rozwijanie umiejętności współdziałania, wzmacnianie poczucia własnej wartości oraz budowanie pozytywnych relacji społecznych. Zajęcia prowadzone były z wykorzystaniem metod dostosowanych do potrzeb seniorów, w tym elementów psychodramy. Spotkania sprzyjały integracji uczestników, poprawie samopoczucia oraz wzmacnianiu kompetencji społecznych i emocjonalnych.

6. Inne zajęcia, w szczególności o charakterze integracyjnym, realizowane w zależności od zdiagnozowanych potrzeb i oczekiwań uczestników projektu. Dodatkowa organizacja wydarzeń integracyjnych przyczyniła się do wzmocnienia więzi między uczestnikami projektu oraz integracji mieszkańców lokalnej społeczności.

**Efekty,
rezultaty
działań:**

1. Całkowita liczba osób objętych wsparciem – 12 os.
2. Liczba osób starszych objętych wsparciem w klubach seniora, gospodarstwach opiekuńczych i Uniwersytetach Trzeciego Wieku – 12 os.
3. Wspierane strategie rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność – 1 szt.
4. Ludność objęta projektami w ramach strategii zintegrowanego rozwoju terytorialnego – 12 os.
5. Liczba osób z niepełnosprawnościami objętych wsparciem w programie – 1 os.

6. Liczba osób, których sytuacja społeczna uległa poprawie po opuszczeniu programu – 9 os.

7. Liczba objętych wsparciem klubów seniora, gospodarstw opiekuńczych i Uniwersytetów Trzeciego Wieku – 1 szt.



#FunduszeUE