

# KLUB SENIORA ŻŁOTY WIEK - PIĘKNY WIEK



**Całkowita wartość projektu:**

95 530,00 zł

**Kwota dofinansowania UE:**

88 850,00 zł

## **Cel projektu:**

Celem projektu było utworzenie i funkcjonowanie klubu seniora umożliwiającego aktywną integrację 15 seniorów poprzez podniesienie aktywności intelektualnej, kulturalnej i fizycznej osób starszych narażonych na marginalizację społeczną. Klub był miejscem przyjaznym uczestnikom i odpowiadającym jego potrzebom i zapewniającym kompleksową ofertę wsparcia uczestników w następujących obszarach:

1. Nabywania nowych umiejętności, w szczególności umiejętności poruszania się w Internecie oraz obsługi urządzeń teleinformatycznych.
2. Propagowanie profilaktyki, promocja zdrowego stylu życia i szeroko pojęta edukacja zdrowotna – zajęcia z zakresu diety, stylu życia, pielęgnacji zdrowia i urody, sportowo-rekreacyjne, a także konsultacje z psychologiem i pedagogiem.
3. Rozwój kreatywności – organizowanie zajęć twórczych, w szczególności rękodzielniczych i warsztatów kreatywnych, wykorzystujących idee promocji ekologii poprzez ponowne wykorzystanie materiałów i produktów (up-cykling).
4. Udział w kulturze i uwrażliwienie na sztukę – organizowanie warsztatów muzycznych oraz wyjazdów do muzeów i na koncerty.

Potrzeba realizacji projektu została zidentyfikowana na podstawie wywiadów przeprowadzonych wśród 25 seniorów –

	<p>członków i sympatyków Stowarzyszenia „Złoty Wiek”. Z przeprowadzonych rozmów wynikało, że w środowisku lokalnym istnieje wyraźna potrzeba spotkań, wspólnego spędzania czasu, podejmowania aktywności oraz rozwijania pasji i zainteresowań przez osoby starsze. Podobne potrzeby zostały wskazane również podczas opracowywania koncepcji Smart Village dla Złotnik Kujawskich. Odpowiadając na zdiagnozowane potrzeby zaplanowano i zrealizowano szereg działań, które przyczyniły się do ograniczenia problemu izolacji społecznej oraz zwiększenia aktywności seniorów.</p>
<b>Grupa docelowa:</b>	<p>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.</p>
<b>Zadania i działania:</b>	<p>Zadaniem było utworzenie i funkcjonowanie Klubu Seniora, który był przestrzenią służącą aktywnej integracji osób starszych. W ramach funkcjonowania klubu przewidziano realizację następujących działań:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Warsztaty informatyczne (10 spotkań po 4h) – uczestnicy podnieśli swoje kompetencje cyfrowe, nabyli umiejętność korzystania z Internetu oraz obsługi podstawowych urządzeń teleinformatycznych, co zwiększyło ich samodzielność w codziennym funkcjonowaniu.</li><li>2. Warsztaty Dobrego życia, w tym 6 spotkań o tematyce rekreacyjno-sportowej, 3 spotkania z zakresu dietetyki i kulinariów, 3 spotkania z zakresu pielęgnacji ciała i urody oraz 2 indywidualne spotkania z pedagogiem (łącznie 78h) – uczestnicy zwiększyli swoją wiedzę na temat zdrowego stylu życia, poprawili kondycję fizyczną oraz poszerzyli wiedzę z</li></ol>

---

zakresu prawidłowego odżywiania i profilaktyki zdrowotnej, a także otrzymali wsparcie w zakresie funkcjonowania społecznego i dobrostanu psychicznego.

3. Warsztaty rękodzielnicze up-cyklingowe (10 spotkań po 4h) – uczestnicy rozwinęli kreatywność i zdolności manualne, poznali techniki rękodzielnicze wykorzystujące materiały wtórne oraz zwiększyli swoją świadomość ekologiczną.

4. Warsztaty muzyczne (10 spotkań po 4h) oraz 5 wyjazdów do instytucji i miejsc związanych z uczestnictwem w kulturze – uczestnicy rozwinęli swoją wrażliwość artystyczną, aktywnie uczestniczyli w działaniach kulturalnych oraz wzmocnili integrację i relacje społeczne w grupie.

---

**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 z niepełnosprawnościami objętych wsparciem w programie – 4 os.

6. Liczba osób, których sytuacja społeczna uległa poprawie po opuszczeniu programu – 12 os.

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

---



#FunduszeUE