

Klub Senior+ w Dzwonku
Dzwonek 58
07-407 Dzwonek
NIP 7582377811, REGON 387968718



RADA GMINY CZERWIN

Wpłynęło dn. 14.04.2023 r.

Nr Zał.
RGW. 0004.31.2023

**SPRAWOZDANIE KOŃCOWE Z WYKONANIA ZADANIA PUBLICZNEGO
W RAMACH MODUŁU II PROGRAMU WIELOLETNIEGO SENIOR+**

realizowanego w okresie od 1 stycznia 2022 r. do 31 grudnia 2022 r.

określonego w Porozumieniu nr 27/MII/2022

Gmina Czerwin

Data złożenia sprawozdania: 23 marca 2023 r.

KIEROWNIK
Klubu Senior+ w Dzwonku
Sylvia Kinga Sawicka
mgr Sylwia Kinga Sawicka

SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI KLUBU SENIOR+ W DZWONKU ZA ROK 2022

Klub Senior+ w Dzwonku jest ośrodkiem wsparcia dziennego, koedukacyjnym, dysponującym 15 miejscami. Placówka czynna jest 20 godzin w tygodniu i pobyt w niej w ubiegłym roku był nieodpłatny. Działalność ośrodka finansowana była z budżetu gminy Czerwin, Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2021 – 2025. W 2022 roku na działalność klubu wydatkowano 74 762,45 zł., z tego dotacja wojewody wyniosła 28 020,17 zł.

Klub Senior+ w Dzwonku działa w ramach rządowego Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2021 – 2025. Program pozwolił na powołanie ośrodka w 2020 roku – Moduł I „Utworzenie lub wyposażenie Dziennego Domu „Senior+”/Klubu „Senior+” (Program Wieloletni „Senior+” na lata 2015 – 2020), a następnie zapewnił częściowe utrzymanie – Moduł II „Zapewnienie funkcjonowania już istniejących placówek”. Działalność Klubu oraz zadania realizowane są ściśle w oparciu o założenia i wytyczne programu „Senior+”.

Klub Senior+ w Dzwonku jest ośrodkiem wsparcia dla 15 seniorów, którzy mieszkają na terenie gminy Czerwin, mają powyżej 60 lat i są nieaktywni zawodowo. Do Klubu uczestniczą mieszkańcy Dzwonka i Wojsz. Placówka zapewnia usługi aktywizacyjno - społeczne osobom starszym, które ze względu na wiek, samotność i inne utrudnienia, wymagają częściowej opieki oraz pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych, stwierdzonych w środowisku lokalnym. Głównym zadaniem ośrodka jest poprawa jakości życia seniorów, zapewnienie im wsparcia oraz pomocy adekwatnej do potrzeb i możliwości wynikających z wieku oraz stanu zdrowia, w tym wsparcia specjalistycznego. Ponadto Klub zapewnia integrację społeczną środowiska seniorów, w tym rozwój działań samopomocowych, a także działania motywujące do zaangażowania w życie społeczności lokalnej.

W 2022 r. wsparciem objęto 15 seniorów na 15 miejsc dostępnych w klubie. Wsparcie, które otrzymali seniorzy dostosowane zostało do ich możliwości biopsychofizycznych wynikających z wieku i stanu zdrowia. Głównym celem działania ośrodka było zintegrowanie środowiska senioralnego w miejscowości Dzwonek (utworzenie grupy wzajemnie się wspierającej) i podniesienie jakości życia seniorów poprzez promowanie zdrowego oraz aktywnego stylu życia. Wszyscy seniorzy zostali objęci usługami fizjoterapeutycznymi. Pięciu seniorów objętych zostało

indywidualnym planem żywieniowym ze względu na cukrzycę i zagrożenie cukrzycą. Wszyscy klubowicze uczestniczyli w zajęciach gimnastycznych: nordic walking, gimnastyka na urządzeniach gimnastycznych, gimnastyka z instruktorem. Działania w Klubie obejmowały: zajęcia manualne (m.in. wykonywanie ozdób świątecznych, kompozycji kwiatowych, kartek okolicznościowych wyrobów do użytku domowego - naczynia, puzderka, lampiony itp. - 1 blok raz na dwa tygodnie (4 godz.); zajęcia gimnastyczne - 3 razy w tygodniu (kinezyterapia, ćwiczenia na urządzeniach, nordic walking - 2-3 godz.); fizjoterapia - ćwiczenia grupowe, masaż indywidualny, zabiegi fizykalne (magnetoterapia, elektroterapia, ultradźwięki, laser) - 1-2 razy w tygodniu 2 godziny (w zależności od potrzeb); zajęcia ze śpiewu - w zależności od potrzeb, średnio 1 warsztat w miesiącu; zajęcia usprawniające pamięć - 2 godz raz/dwa razy w tygodniu; zajęcia z edukacji cyfrowej - 1 godz. raz w tygodniu; wyjazdy edukacyjno - krajoznawcze - 3 wyjazdy; integracja międzypokoleniowa - 3 spotkania – warsztaty. Ponadto w ubiegłym roku placówka oferowała klubowiczom organizację czasu wolnego m.in. gry logiczne, wspólne śpiewanie, prace porządkowe. W miesiącu kwietniu odbyło się spotkanie z dr Martą Pietrusińską z Zakładu Integracji, Inkluzji i Edukacji Społecznej Wydział Pedagogicznego Uniwersytetu Warszawskiego, edukatorką Grupy Granica na temat uchodźców. Spotkanie związane było z sytuacją polityczną w Ukrainie.

Klub przyczynia się do poprawy jakości życia osób starszych i z niepełnosprawnościami, przeciwdziała uczuciu osamotnienia, izolacji społecznej, umożliwia spędzanie wolnego czasu wśród rówieśników, a jednocześnie daje możliwość wykazania się swoimi zdolnościami

i umiejętnościami. Zajęcia mają na celu podniesienie aktywności fizycznej i psychicznej seniorów.

W 2022 r. Klub Senior+ w Dzwonku zapewnił swoim uczestnikom:

1. rehabilitację ruchową – kinezyterapię
 - ćwiczenia przy muzyce,
 - ćwiczenia na urządzeniach gimnastycznych,
 - nordic walking
2. rehabilitację usprawniającą - fizjoterapię
 - masaż
 - fizykoterapię – magnetoterapię, elektroterapię, terapię ultradźwiękami
3. terapię zajęciową usprawniającą funkcje manualne
 - metaloplastykę,
 - decoupage,
 - malowanie na desce, foli, szkłe
 - wykonywanie prac okazjonalnych – stroiki, bombki, choinki itp.

4. zajęcia usprawniające procesy poznawcze
 - ćwiczenia pamięci,
 - ćwiczenia uwagi,
 - ćwiczenia koncentracji
5. poradnictwo
 - zaspakajanie potrzeb kulturalnych, rekreacyjnych i towarzyskich,
 - spotkania z przedstawicielem organizacji pozarządowej
6. organizacja uroczystości okolicznościowych,
 - świąt,
 - urodzin,
 - obchodów
7. wspólnych udziałów w imprezach,
 - spotkanie integracyjne – senioralia w Ostrołęce, Rzekuniu
 - udział w dożynkach gminnych
8. zajęcia edukacyjne,
 - zajęcia z dietetykiem,
 - zajęcia propagujące wiedzę medyczną – schorzenia wieku starczego

Zasoby kadrowe

Placówka zatrudnia 1 osobę na ½ etatu – kierownika. Program „Senior+” umożliwił rozszerzenie oferty wsparcia ośrodka i zatrudnienie na umowy zlecenie dodatkowych osób do prowadzenia zajęć manualnych, ruchowych, fizjoterapeutycznych, muzycznych, poradnictwa dietetycznego. W 2022 r. na umowę zlecenie zatrudniony został fizjoterapeuta, instruktor zajęć manualnych oraz dietetyk.

Zasoby materialne placówki

Klub Senior+ w Dzwonku zlokalizowany jest w budynku Ochotniczej Straży Pożarnej. Zajmuje dwa pomieszczenia oraz kuchnię. Główna sala spotkań wyposażona jest w stoły i krzesła. Przy wyjściu znajdują się wieszaki i szafki na zmianę obuwia z siedziskami. Drugie pomieszczenie - pokój wypoczynku i rekreacji wyposażony jest w: kanapy, stolik kawowy, biblioteczkę, telewizor, pracownię komputerową (biurka z komputerami). Sala ta służy także jako pokój zabiegowy - znajduje się w niej stół do masażu oraz sprzęt do magnetoterapii, terapii ultradźwiękami, elektroterapii. Kuchnia została w pełni wyposażona w naczynia, sprzęt AGD, piekarnik, lodówkę, zmywarkę. Ponadto w klubie znajdują się toalety (oddziela dla mężczyzn i kobiet dostosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową) oraz pomieszczenie gospodarcze.

Klub posiada również urządzenia do ćwiczeń - orbitek, 2 rowery (poziomy i pionowy), bieżnię. Dodatkowo przed budynkiem znajduje się siłownia w plenerze, zaopatrzona w kilka urządzeń gimnastycznych.

Realizowane programy w 2022 r.

Klub Senior+ w Dzwonku uczestniczył w programie „Korpus wsparcia seniorów” realizowanym przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwinie. W ramach programu 6 seniorek zostało objętych teleopieką. Otrzymały opaski monitorujące funkcje i parametry życiowe.

Ponadto seniorzy w ramach współpracy z Polskim Komitetem Pomocy Społecznej oddział w Ostrołęce otrzymali paczki żywnościowe z Programu Operacyjnego Pomoc Żywnościowa.

Integracja wewnątrzpokoleniowa i międzypokoleniowa.

Oprócz stałych zajęć w 2022 r. dużym zainteresowaniem cieszyły się liczne spotkania okolicznościowe i integracyjne np. wspólne świętowanie urodzin, tłusty czwartek, dzień kobiet, dzień seniora spotkanie opłatkowe i wielkanocne, zabawy, warsztaty z udziałem dzieci i ich rodziców oraz jednodniowe wycieczka do Torunia, Augustowa, Olsztyna.

18 czerwca odbył się wyjazd do Torunia. Seniorzy zwiedzili stare miasto w Toruniu. Odwiedzili muzeum Mikołaja Kopernika, muzeum piernika oraz uczestniczyli w seansie w planetarium.

9 lipca seniorzy zwiedzali Augustów. Odwiedzili m.in. Rynek Zygmunta Augusta, Kanał Bystry, Bazylikę Mniejszą, budynek i park wokół Starej Poczty. Udali się na rejs Kanałem Augustowskim, z licznymi atrakcjami turystycznymi widocznymi na brzegu jezior Necko i Białe, kończąc w miejscowości Studzieniczna, malowniczo położonej na półwyspie, miejscem kultu religijnego z wieloma zabytkami sakralnymi.

18 września zwiedzali Gietrzwałd i Olsztyn. Uczestniczyli we mszy św. w Sanktuarium w Gietrzwałdzie. Odwiedzili zamek w Olsztynie, katedrę oraz stare miasto z licznymi zabytkami świeckimi.

Klub współpracuje z Dziennym Domem „Senior+” w Czerwinie. Wspólnie organizowane były warsztaty ze śpiewania, których zwieńczeniem był wspólny występ podczas spotkań senioralnych w Ostrołęce, Rzekuniu i na dożynkach gminnych w Czerwinie.

W miesiącu listopadzie i grudniu uczestnicy Klubu otrzymali paczki żywnościowe: z okazji obchodów Dnia Seniora i świąteczne podczas spotkania opłatkowego z udziałem władarzy gminy Czerwin (była to też okazja do rozmów, wspólnego połamania się opłatkiem).

Udział w mediach społecznościowych, działania promocyjne.

Seniorzy z pomocą kierownika prowadzą stronę na platformie społecznościowej Facebook, na której są odnotowywane ważniejsze wydarzenia z pracy Klubu udokumentowane fotografiami. Ponadto informacja na temat działalności klubu została zamieszczona na łamach gazety lokalnej „Tygodnik Ostrołęcki” (wydanie papierowe).

W Klubie Senior+ w Dzwonku udział w zajęciach jest dobrowolny. Dzięki placówce seniorzy mogą uczestniczyć w zajęciach, wyjazdach edukacyjno - krajoznawczych i innych wydarzeniach o charakterze aktywizacyjnym. Ponadto dzięki pozyskanemu w 2021 roku sprzętu do fizykoterapii seniorzy zostali objęci profesjonalnymi usługami rehabilitacyjnymi w zakresie magnetoterapii, elektroterapii, laseroterapii i terapii ultradźwiękami. Obecnie klub jest jedynym miejscem w Dzwonku skupiającym seniorów. Miejscem, do którego mogą oni przyjść, wypić herbatę, porozmawiać. Starość, zły stan zdrowia na skutek ciężkiej pracy wiąże się z izolacją społeczną oraz poczuciem bezużyteczności (zwłaszcza w na terenach wiejskich, gdzie w dalszym ciągu panuje silny etos pracy w gospodarstwie). Szczególnie dotkliwie odczuwają to mieszkańcy wsi takich jak Dzwonek znajdujących się w znacznym oddaleniu od miast. Organizacja czasu wolnego oraz inne usługi świadczone przez placówkę, a także możliwość czynnego udziału w życiu społecznym i kulturalnym zdecydowanie wpłynęła na jakość życia klubowiczów. Na terenie gminy Czerwin nie funkcjonuje żaden klub przeznaczony dla osób 60+ stąd też poczucie izolacji i osamotnienia, które towarzyszy seniorom, szczególnie będących w stanie wdowieństwa. Docenianie dorobku osób starszych, wyzwalanie pozytywnych uczuć emocjonalnych, okazywanie przydatności i znaczenia w środowisku, podtrzymywanie sprawności psychofizycznej poprzez rozmowy, porady, terapię zajęciową, a także zajęcia ruchowe powodują, że seniorzy czują się w Klubie bardzo dobrze i chętnie uczestniczą w zajęciach.

