

Sprawozdanie z działalności Klubu Seniora „Senior+” w Biesiekierzu za rok 2024

Klub „Senior+” w Biesiekierzu funkcjonuje zgodnie z postanowieniami *Programu Wieloletniego „Senior+”*. Placówka powstała z inicjatywy Gminy Biesiekierz w roku 2019, a jej utworzenie było współfinansowane ze środków budżetu państwa, pozyskanych w związku z realizacją zadania zleconego w ramach Programu Wieloletniego „SENIOR+”.

W roku 2024r. w związku z otwartym konkursem ofert w ramach programu wieloletniego „Senior+” na lata 2021-2025 Edycja 2024 Klub Senior+ w Biesiekierzu ponownie został zakwalifikowany do otrzymania dotacji - w roku bieżącym w wys. 51 600 zł. Wkład własny zaplanowano wstępnie na kwotę 59 500 zł.

Klub w dalszym ciągu funkcjonuje w strukturze Ośrodka Pomocy Społecznej w Biesiekierzu, a jego siedzibą są pomieszczenia w budynku pod adresem Biesiekierz 15. Są one dostosowane do potrzeb i możliwości osób niepełnosprawnych i spełniają standardy warunków lokalowych dla Klubu Seniora „Senior+”, dodatkowo do siedziby klubu przynależy teren zielony z ogrodem i drewnianą altaną rekreacyjną.

Klub działa w oparciu o przepisy:

- Ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej,
- Uchwały NR XII/90/19 Rady Gminy w Biesiekierzu z dnia 28 listopada 2019r. w sprawie utworzenia Klubu „Senior+” w Biesiekierzu.

Szczegółowe zasady określa natomiast Regulamin Klubu.

Celem głównym Klubu „Senior+” w Biesiekierzu jest zapewnienie wsparcia seniorom poprzez umożliwienie korzystania z oferty opiekuńczej, aktywizującej, edukacyjnej, kulturalnej, rekreacyjnej, integracyjnej oraz prozdrowotnej, a także prowadzenie działań mających na celu poprawę stanu psychofizycznego uczestników, zapewnienie wsparcia i stworzenie odpowiednich warunków do różnych form aktywności, integracja seniorów, stworzenie warunków do samopomocy i aktywności seniorów jako liderów społeczności lokalnej, rozwój systemu pomocy środowiskowej dla seniorów, motywowanie seniorów do wspólnego spędzania czasu wolnego i zawierania nowych znajomości, propagowanie zdrowego stylu życia oraz postaw proekologicznych oraz różnych form działalności twórczej seniorów.

Klub jest miejscem spotkań mieszkańców Gminy Biesiekierz - osób nieaktywnych zawodowo w wieku 60 lat i więcej, dysponuje 25 miejscami, jednakże mając na uwadze zrównanie szans dostępu do ww. usług wszystkich mieszkańców Gminy Biesiekierz umożliwiono uczestnictwo większej liczbie osób poprzez uczęszczanie na zajęcia naprzemiennie. Osobom, które nie posiadają własnego środka transportu gmina w razie konieczności zapewnia dojazd.

W 2024r. do Klubu uczęszczały 44 osoby. Byli to mieszkańcy Biesiekierza, Kotłowa, Lasek Koszalińskich, Świemina, Starych Bielic, Nowych Bielic, Kraśnika Koszalińskiego, Parnowa.

Od początku funkcjonowania placówki usługi dla seniorów są świadczone są przez kadrę merytoryczną Klubu tj. kierownika oraz opiekuna, a także przez specjalistów zaangażowanych okresowo do realizacji warsztatów tematycznych.

W roku sprawozdawczym zajęcia dla seniorów odbywały się w dni robocze od poniedziałku do piątku w przedziale godzin od 8.00-14.00 ale w uzasadnionych sytuacjach klub realizował swoje działania także w innych godzinach lub w dniach wolnych od pracy. Pozostały czas funkcjonowania klubu był przeznaczony na przygotowanie do zajęć, prace porządkowe oraz prowadzenie dokumentacji klubu (akta uczestników, sprawozdawczość, dokumentowanie frekwencji, dokumentowanie zajęć, organizacja zajęć, sprawy bieżące itd.). Zajęcia w Klubie organizowane były w formie zajęć tematycznych, spotkań ogólnych, wyjazdów, wizyt, imprez okolicznościowych, spotkań integracyjnych, udziału w ogólnodostępnych lub dedykowanych imprezach artystycznych, kulturalnych i lokalnych.

W okresie od stycznia do grudnia 2024r. odbywały się w Klubie m.in. następujące zajęcia:

1) Wzmacniające sprawność fizyczną/ruchowe:

warsztaty ogólnorozwojowe – zajęcia z fizjoterapeutą – (zagadnienia z zakresu schorzeń kręgosłupa, zwyrodnienia stóp) teoretyczne i praktyczne – cykliczne ćwiczenia usprawniające ruchowo; prace porządkowe w ogrodzie; Nordic Walking – nieodpłatne zajęcia z instruktorem w ramach projektu pn. Nordic Walking Senior współfinansowanego przez Ministerstwo Sportu i Turystyki. Organizatorem projektu było Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking.

2) Wyjazdy rekreacyjne:

nad morze do Sarbinowo, Unieścia, Chłopów - zwiedzanie Skarbnicy Wioski Rybackiej; do Arboretum w Karnieszewicach (zwiedzanie z leśnikiem oraz rekreacja przy ognisku); do Świemina – spotkanie integracyjne, zwiedzanie ścieżki edukacyjnej przy Szkole Podstawowej; do ogrodów HORTULUS Spectabilis – zwiedzanie z przewodnikiem; do Zagrody Jamneńskiej – zwiedzanie z przewodnikiem lekcja muzealna; do MUZEUM w Koszalinie – lekcja muzealna, na Farmę Dyniową do Łaz; do Pałacu w Siemczynie – wycieczka autokarem, zwiedzanie z przewodnikiem pałacu, Wystawy Rzemiosł, Wystawy Porcelany, poczęstunek; do fabryki bombek w Nałławiu – warsztaty zdobienia bombek oraz zwiedzanie fabryki; na musical „Świąteczny szal przebojów” w teatrze muzycznym Adria.

3) Edukacyjne:

- Cykliczne spotkania klubu gier planszowych „Hex” (raz w tygodniu) z instruktorem w ramach współpracy z Biblioteką Publiczną Gminy Biesiekierz,
- Zajęcia tematyczne – Dzień pisma ręcznego,
- Zajęcia edukacyjne – ogólnopolska akcja – Zimowe Ptakoliczenie.
- Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego – zagadki, rebusy,
- Światowy Dzień Mózgu- ćwiczenia, gry logiczne,
- Kampania edukacyjna Bezpłatne Szczepienia Przeciw Pneumokokom,
- Światowy Dzień Zdrowia 2024 „Moje zdrowie Moje prawo” - wyjazd do Koszalina na bezpłatne badania,
- Potrzeby edukacyjne osób dojrzałych – webinar online ABC senior,
- Międzynarodowy Dzień Ochrony Zabytków-prezentacja,
- WEBINAR – Jak nauczyć się odbierać paczki wygodnie i bez obaw w paczkomacie INPOST,
- WEBINAR – Prawne aspekty zabezpieczenia sytuacji majątkowej osób starszych,
- Dzień Drzewa zajęcia edukacyjno przyrodnicze z uczniami SP w Biesiekierzu,
- Wyjazd do Muzeum Obrony Przeciwlotniczej w Koszalinie – lekcja muzealna z przewodnikiem, zwiedzanie muzeum połączona z obchodami Święta Niepodległości,
- Spotkanie edukacyjne z Policjantami z KMP w Koszalinie nt. bezpieczeństwa seniorów w cyberprzestrzeni.

4) Spotkania integracyjne w tym międzypokoleniowe:

- Zajęcia kulinarne - Faworki dla dzieci - akcja seniorów,
- Tłusty czwartek - pączki – połączone z integracją lokalną i poczęstunkiem mieszkańców gminy,
- Walentynki,
- Spotkanie kulinarne – śledzik,
- Dzień Kobiet spotkanie integracyjne w Bibliotece – koncert saksofonisty,
- Spotkanie z okazji Dnia Sołtysa,
- Warsztaty świąteczne z uczniami SP – rękodzieło i ozdoby,
- Spotkanie integracyjne ŚDS- grill,
- Fotograficzny Dzień Wspomnień,
- grill
- Wiosenny Salon Ogrodniczy ŚDS Feniks,
- z Biblioteką w ramach projektu grantowego ORLEN – plakat pomnik ziemniaka,
- Dzień Dziecka na stadionie w Biesiekierzu,
- z Biblioteką – KARAOKE,
- integracyjne w altanie – Powitanie lata,

- w BPG Biesiekierz – zakończenie projektu „Najbardziej znany, nieznany pomnik ziemniaka”,
- w Bibliotece Publicznej Gminy Biesiekierz – film i archiwalne zdjęcia,
- Wizyta w BPG Biesiekierz-koncert Tenora,
- Kino na leżakach „Jerzy Stuhr w kadrze”- spotkanie w ogrodzie,
- Wyjazd nad morze połączony z piknikiem na plaży z seniorami z Mielna,
- Dzień Pola – Europlant Świemino – prezentacja stoiska z potrawami i reprezentacja Gminy Biesiekierz,
- uczestnictwo w imprezie tanecznej „Hawajskie pożegnanie lata” na stadionie – impreza z konkursem na najciekawsze przebranie, zajęcia taneczne z instruktorem ze szkoły tańca,
- Wyjazd na turniej tańca organizowany przez ŚDS Feniks do Kraśnika Koszalińskiego,
- udział w otwarciu siłowni plenerowej w Biesiekierzu na boisku SP w Biesiekierzu,
- udział w koncercie – Znanne przeboje na saksofonie – Czesław Zdrojewski zorganizowany przez OPS Biesiekierz w BPG Biesiekierz,
- Andrzejki – spotkanie integracyjne połączone z zabawą taneczną,
- Jarmark świąteczny w Biesiekierzu – udział seniorów w warsztatach międzypokoleniowych z dziećmi (tworzenie ozdób świątecznych, wspólne kolędowanie, spotkanie z Mikołajem).

5) Zajęcia rękodzielnicze

- upominki dla dzieci- serduszka z kartonu i kordonka - przygotowania do Walentynek,
- koszyczki ze sznurka,
- wiosenne ozdoby i wianki,
- ozdoby na Wielkanoc,
- kartki na Dzień Strażaka i Dzień Bibliotekarza,
- warsztaty kreatywne Monotypia,
- przygotowanie do dożynek – ozdoby na stoisko oraz kosz dożynekowy do udziału w konkursie na najpiękniejszy kosz dożynekowy – Nagroda I miejsce w konkursie,
- żółędzie z filcu – breloczki dla dzieci,
- stroiki okolicznościowe na cmentarz (złożone m.in. na zapomnianych grobach),
- ozdoby świąteczne- stroiki bożonarodzeniowe.
- szaliki z włóczki w ramach akcji Szalik Pozytywnej Energii organizowanej przez UM w Koszalinie, Pałac Młodzieży przy współudziale Centrum Zdrowia Psychicznego MEDISON. Akcja miała na celu solidaryzowanie się z osobami w kryzysie psychicznym.

6) KULINARNE:

- Dzień spaghetti, Dzień Bezy, Światowy Dzień Pizzy, Dzień Pikantnych potraw, Światowy Dzień Sera, Dzień Naleśnika, Dzień Marchewki – ciasto marchewkowe, Dzień Tosta, Dzień Lodów rzemieślniczych, Dzień Czekolady, rogaliki, Światowy dzień soku, Dzień bułki, ciasta na Dzień Dziecka, pierogi, tiramisu, Dzień kawy, kopytka/ zupa dyniowa, pierniki świąteczne.

Rzeczywista liczba seniorów objętych wsparciem w ramach Programu w roku 2024r. : 44.

Koszt realizacji zadania w ramach Programu wyniósł - ogółem 111 448,57zł, w tym ze środków własnych-59.848,57 zł, dotacja budżetu państwa: 51.600,00 zł. Liczba seniorów objętych poszczególnymi rodzajami usług:

- a)edukacyjne-40
- b)kulturalno-oświatowe-41
- c)sportowo-rekreacyjne-38
- d) aktywności ruchowej -23 (warsztaty ogólnorozwojowe z fizjoterapeutą, Nordic Walking z instruktorem)
- e)aktywizując społecznie-42
- f) pozostałe – 44

Osiągnięte rezultaty:

- kontynuowanie zadania publicznego z 2023r. poprzez prowadzenie Klubu "Senior+" dla co najmniej 25 uczestników w wieku 60 r.ż. i powyżej (w zajęciach uczestniczyło naprzemiennie 44 seniorów);
- zapewniono uczestnikom miejsce, w którym mogli spędzić wspólnie czas- umocnić więzi międzypokoleniowe oraz towarzyskie przez uczestnictwo w wydarzeniach typu: Dzień Kobiet, Andrzejki, Tłusty Czwartek, Hawajskie Pożegnanie Lata, Dożynki gminne, wyjazdy i spotkania rekreacyjne, edukacyjne itp.

- promowano postawy samopomocowe m.in. poprzez tworzenie rękodzieła mogącego wesprzeć akcje wolontarystyczne. W klubie odbywały się zajęcia i warsztaty z uczniami Szkoły Podstawowej, postawy społeczne), przy jednoczesnym wzmocnieniu poczucia własnej wartości seniorów.
- umożliwiono seniorom uczestnictwo w zajęciach plenerowych aktywizujących ruchowo oraz pozwalających na zdobycie nowej wiedzy o otoczeniu (udział w wyjazdach, imprezach gminnych.
- kontynuowano prowadzenie strony Klubu Senior + w Biesiekierzu, na której są prezentowane informacje o bieżącej działalności placówki oraz prezentowane prace seniorów.
- umożliwiono uczestnictwo seniorów w zajęciach, warsztatach tematycznych (ogólnorozwojowych z fizjoterapeutą, Nordic Walking), warsztatach ogrodniczych, wyjazdach do muzeów, do teatru muzycznego, ogrodu botanicznego, spacerach nad morze, wyjazdach rekreacyjnych (Darłowo, Siemczyno), spotkaniach edukacyjnych, integracyjnych. W wyniku działalności Klubu Seniora uczestnicy zostali zmotywowani do aktywności własnej, rozwijania zdolności, nabywania nowej wiedzy i umiejętności, działań wolontarystycznych, kreatywnego spędzania czasu co wpłynęło pozytywnie na ich stan psychofizyczny. Podejmowane działania miały charakter systematyczny, a seniorzy byli ich aktywnymi uczestnikami. Zdobywali wiedzę w zakresie bieżących i współczesnych czynności. Udział w zajęciach przyczynił się do poprawy ich ogólnej aktywności oraz wpłynął pozytywnie na funkcjonowanie w społeczeństwie zapobiegając wykluczeniu społecznemu i zjawisku samotności co wielokrotnie potwierdzali podczas rozmów.

Fotorelacje z działalności są publikowane na bieżąco na stronie Klubu na portalu społecznościowym Facebook, informacje dot. niektórych zajęć i wywiady z seniorami pojawiały się również w PR Koszalin w audycji „Równe szanse 60+”, na stronie GK24 co niewątpliwie przyczynia się do promocji Gminy.