

Załącznik do Uchwały Nr VI/39/11  
Rady Miasta Kostrzyn nad Odrą  
z dnia 24 marca 2011r.

**GMINNY SYSTEM WSPARCIA ŚRODOWISKOWEGO  
OSÓB STARSZYCH**

**„ AKTYWIZACJA SPOŁECZNA SENIORÓW DOMU DZIENNEGO POBYTU  
W OŚRODKU POMOCY SPOŁECZNEJ W KOSTRZYNI NAD ODRĄ ”**

**NA ROK 2011**

Kostrzyn nad Odrą 2011 r.

## **1. Uzasadnienie realizacji programu**

Osoby starsze, znajdujące się w relatywnie złej sytuacji materialnej narażone są na ryzyko wykluczenia społecznego, problemy z zaspokajaniem potrzeb medycznych, opiekuńczych i kulturalnych. W strukturze demograficznej naszego kraju, w tym województwa lubuskiego, zwiększa się udział ludności w wieku poprodukcyjnym. Prognozy demograficzne wyraźnie ukazują postępujące starzenie się społeczeństwa.

Samotność jest poważnym zagrożeniem dla ludzi starszych. Seniorzy są specyficzną grupą populacji, podatną na osamotnienie i izolację. Transformacja ustrojowa po 1999 r. doprowadziła do rozluźnienia kontakty rodzinnych pomiędzy pokoleniami.

Formą pomocy dla seniorów wsparcie w organizowaniu życia w nowej rzeczywistości, zapewnienie pomocy i opieki na miejscu w ich domach lub w Dziennych Domach Pobytu.

Dzienny Dom Pobytu przy Ośrodku Pomocy Społecznej, swoją działalność prowadzi od 2004r. Dom czynny jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 7.00 – 15.00. Oferta DDP skierowana jest do osób starszych, mieszkańców miasta Kostrzyn nad Odrą. Celem Domu jest organizacja czasu wolnego, zaspokojenie potrzeb kulturalnych i towarzyskich, wsparcie w samodzielnym egzystowaniu w środowisku lokalnym, umożliwienie utrzymywania kontaktów z osobami w swojej grupie wiekowej. Z danych zebranych przez pracowników socjalnych tutejszego Ośrodka Pomocy Społecznej wynika, iż zapotrzebowanie na tego typu usługi dla osób starszych jest bardzo duże. Osoby starsze, to grupa zagrożona izolacją społeczną. Powszechna jest w tym środowisku deprivacja potrzeb społecznych. Osoby te żyją często w sytuacji izolacji, osamotnienia, braku kontaktu z innymi osobami oraz - rozczarowania w stosunku do bliskich, którzy nie utrzymują z osobą kontaktu oraz poczucia niesprawiedliwości spowodowanej brakiem dostępu do dóbr materialnych i niematerialnych. Niezaspokojenie którejs z nich może spowodować stres, pogłębienie choroby, depresję. Realizacja programu przyczyni się do aktywizacji osób starszych znajdujących się w trudnej sytuacji materialno-bytowej i rodzinnej, oraz do poprawy ich funkcjonowania w społeczności lokalnej.

## **2. Założenia i cel programu**

Programem w 2011r. zostanie objętych łącznie **15 osób** w okresie od **maja 2011r.** do **września 2011r.** Zgodnie z polityką równych szans będą to zarówno kobiety jak i mężczyźni, w wieku od 65 – 85 lat, posiadające bardzo niskie źródła utrzymania (renty, emerytury), kwalifikujące się do świadczeń z pomocy społecznej.

*Celem ogólnym* programu jest :

**aktywizacja społeczna seniorów poprzez uczestnictwo w Domu Dziennego Pobytu**

*Cele szczegółowe :*

- 1. utrzymanie sprawności psychofizycznej i zdrowotnej poprzez gimnastykę, rehabilitację, spacer, wycieczki turystyczne i kulturalne jako alternatywne formy spędzania czasu wolnego,**
- 2. pobudzanie zaradności, nauka współżycia w grupie,**
- 3. rozwijanie zainteresowań,**
- 4. zapewnienie poczucia bezpieczeństwa,**
- 5. wyjście z izolacji społecznej i zapobieganie wykluczeniu z życia społecznego.**

W celu osiągnięcia celu głównego oraz celów szczegółowych, w ramach programu zaplanowano następujące działania:

### **1. Aktywizacja zdrowotna**

**a/ rehabilitacja ruchowa i fizjoterapia** – prowadzący Technik rehabilitacji i fizjoterapii, zajęcia grupowe, 5 dni w tygodniu po 1 godzinie,

**b/ propagowanie zdrowego stylu życia i żywienia** – prowadzący Technolog żywienia i żywności człowieka, mini wykłady – 2 godziny w miesiącu x 5 miesięcy; zajęcia kulinarne - prowadzący wykwalifikowany kucharz, 3 godziny tygodniowo,

**c/ spotkanie ze zdrowiem** - prowadzący lekarz medycyny – 1 godzina w miesiącu x 5 miesięcy: spotkania i wykłady informacyjne na temat fizjologii starzenia się i najbardziej powszechnych dolegliwości tego wieku. Cykl wykładów ma na celu zwiększenie samoświadomości osób starszych, pokazanie w jasny i zrozumiały sposób, co dzieje się z organizmem starszego człowieka, czego można się spodziewać, co jest normą, a co może być oznaką choroby w tym:

1. Choroby układu krążenia -choroba nadciśnieniowa, choroba niedokrwienna serca, żylaki
2. Zaburzenia psychofizyczne (otępienia, depresje, zaniedbania intelektualne itp.)
3. Choroby i wady układu ruchu (zwyrodnienia i stany zapalne stawów, kruchość kości)

### **2. Aktywizacja społeczno- kulturalna**

a/ wycieczka do Parku Ujście Warty,

b/ wyjazd do Teatru w Gorzowie Wlkp. na sztukę

c/ „Majówka” organizacja Pikniku Integrycyjnego

### **3. Rozwijanie zainteresowań**

a/ zajęcia z kroju i szycia – prowadząca krawcowa

b/ zajęcia muzyczne ( śpiew w zespole ) – prowadzący muzyk/ akordeonista

c/ zajęcia kulinarne ( pieczenie, gotowanie ) – prowadzący kucharz

d/ filмотeka dojrzałego człowieka – wspólne oglądanie filmów, wybranych przez seniorów

Zajęcia rozwijające zainteresowania, które jednocześnie będą alternatywnymi formami spędzania czasu wolnego, będą odbywały się codziennie, od poniedziałku do piątku.

### **3. Zakładane rezultaty**

1. Zaangażowanie i czynne uczestnictwo w Domu Dziennego Pobytu osób starszych – klientów OPS w Kostrzynie nad Odrą – zagrożonych wykluczeniem i izolacją społeczną.
2. Zwiększenie świadomości i wiedzy osób starszych na temat ich stanu zdrowia, odpowiedzialności za nie.
3. Poprawa samopoczucia seniorów, jakości życia i funkcjonowania w społeczności lokalnej, poprzez umożliwienie udziału w kulturze, edukacji .
- 4 .Poprzez aktywizację psychoruchową wzrost mobilności i sprawności.
5. Zwiększenie szans prowadzenia przez osoby starsze aktywnego, samodzielnego i niezależnego życia tak długo, jak to tylko możliwe z punktu widzenia zachowanego potencjału zdrowotnego oraz sprawności.
6. Zmianę dotychczasowego, biernego stylu życia poprzez wskazanie alternatywnych form spędzania czasu wolnego o rozwijania zainteresowań.

### **4. Harmonogram działań**

<b>Lp.</b>	<b>Nazwa działania</b>	<b>Realizator/partner działania</b>	<b>Okres realizacji działania</b>
<b>1</b>	<b>Dokonanie zakupu sprzętu i wyposażenia</b>	Ośrodek Pomocy Społecznej	Maj 2011
<b>2</b>	<b>Aktywizacja zdrowotna</b>	Ośrodek Pomocy Społecznej, Lekarz medycyny, rehabilitant- fizjoterapeuta, Technolog żywienia	Maj 2011 – Wrzesień 2011
<b>3</b>	<b>Aktywizacja społeczno - kulturalna</b> a/ wycieczka do Parku Ujście Warty, b/ wyjazd do Teatru w Gorzowie Wlkp. na sztukę c/„Majówka” organizacja Pikniku Integracyjnego	Ośrodek Pomocy Społecznej  Ośrodek Pomocy Społecznej  Ośrodek Pomocy Społecznej	Czerwiec 2011  Wrzesień 2011  Maj 2011
<b>4</b>	<b>Rozwijanie zainteresowań</b>	Ośrodek Pomocy Społecznej	Maj 2011-Wrzesień 2011

### **5. Posiadana infrastruktura**

Ośrodek Pomocy Społecznej posiada niezbędną infrastrukturę do realizacji tego typu programów. Wyodrębniono pomieszczenia na działalność Domu Dziennego Pobytu dla seniorów, z aneksem kuchennym i salą do fizjoterapii oraz WC. W celu realizacji programu niezbędne jest doposażenie Domu w telewizor, kuchenkę elektryczną, naczynia stołowe, serwisy obiadowo- kawowe, a także planujemy zakup wieży stereofonicznej.

**KOSZTORYS PROGRAMU WSPIERANIA DZIAŁAŃ POMOCY SPOŁECZNEJ NA  
RZECZ WYRÓWNYWANIA POZIOMU ŻYCIA MIESZKAŃCÓW  
WOJEWÓDZTWA**

Całkowity koszt ( w zł) - **16.725,00zł**

W tym :

Wnioskowana wielkość dotacji - **11. 365,00 zł**

Wielkość środków własnych - **5. 360,00 zł**

**DZIAŁ 852**

**ROZDZIAŁ 85203**

LP.	Rodzaj kosztów i sposób ich kalkulacji	Koszt ( w zł)	W tym z dotacji (w zł)	W tym ze środków własnych ( w zł)
1.	Wynagrodzenie i pochodne kadry - Technik rehabilitacji i fizjoterapii (pracownik OPS) - Technolog żywienia człowieka (2h w m-cu x 80 zł/h x 5 mcy) - Kucharz ( prac. OPS) - Krawcowa ( prac.OPS) - Muzyk (prac.OPS)  <b>§ 4010, 4110,4120, 4170 ( um.zlec)</b>	1 400,00 800,00 840,00 1 400,00 1 400,00	X 800,00 X X X	1.400,00 X 840,00 1 400,00 1 400,00
2.	Wyjazd do teatru na sztukę : - zakup biletów PKP (15 biletów x 21,00 zł) - zakup biletów na spektakl ( 15 x 30,00zł) <b>§ 4300</b>	315,00 450,00	315,00 450,00	X X
3.	Wycieczka do Parku Ujście Warty z przewodnikiem <b>§4300</b>	70,00	X	70,00
3.	Koszt wykorzystania pomieszczeń - media, 5 m-cy x 50 zł <b>§4260</b>	250,00	X	250,00
4.	Zakup sprzętu , materiałów i wyposażenia - Telewizor LCD 42” - Wieża stereo - materiały do zajęć krawieckich - kuchenka elektryczna - naczynia stołowe, garnki, 1 serwis kawowy i 1 serwis obiadowy, sztucce <b>§ 4210</b>	2.200,00 1.500,00 500,00 1 600,00 4.000,00	2.200,00 1.500,00 500,00 1 600,00 4. 000,00	X X X X X
	<b>RAZEM</b>	<b>16.725,00</b>	<b>11. 365,00</b>	<b>5. 360,00</b>