

Uchwała Nr LIX/387/23
Rady Gminy Ojrzeń
z dnia 28 grudnia 2023 roku

w sprawie przyjęcia do realizacji projektu socjalnego „Zdrowy i aktywny Senior”

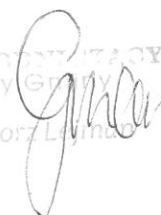
Na podstawie art. 18 ust. 2 pkt 15 ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2023 roku poz. 40 z późn. zm.) oraz art. 17 ust. 2 pkt 3a ustawy z dnia 12 marca 2004 r., o pomocy społecznej (Dz. U. z 2023 r., poz. 901 z późn. zm.) Rada Gminy Ojrzeń uchwala, co następuje:

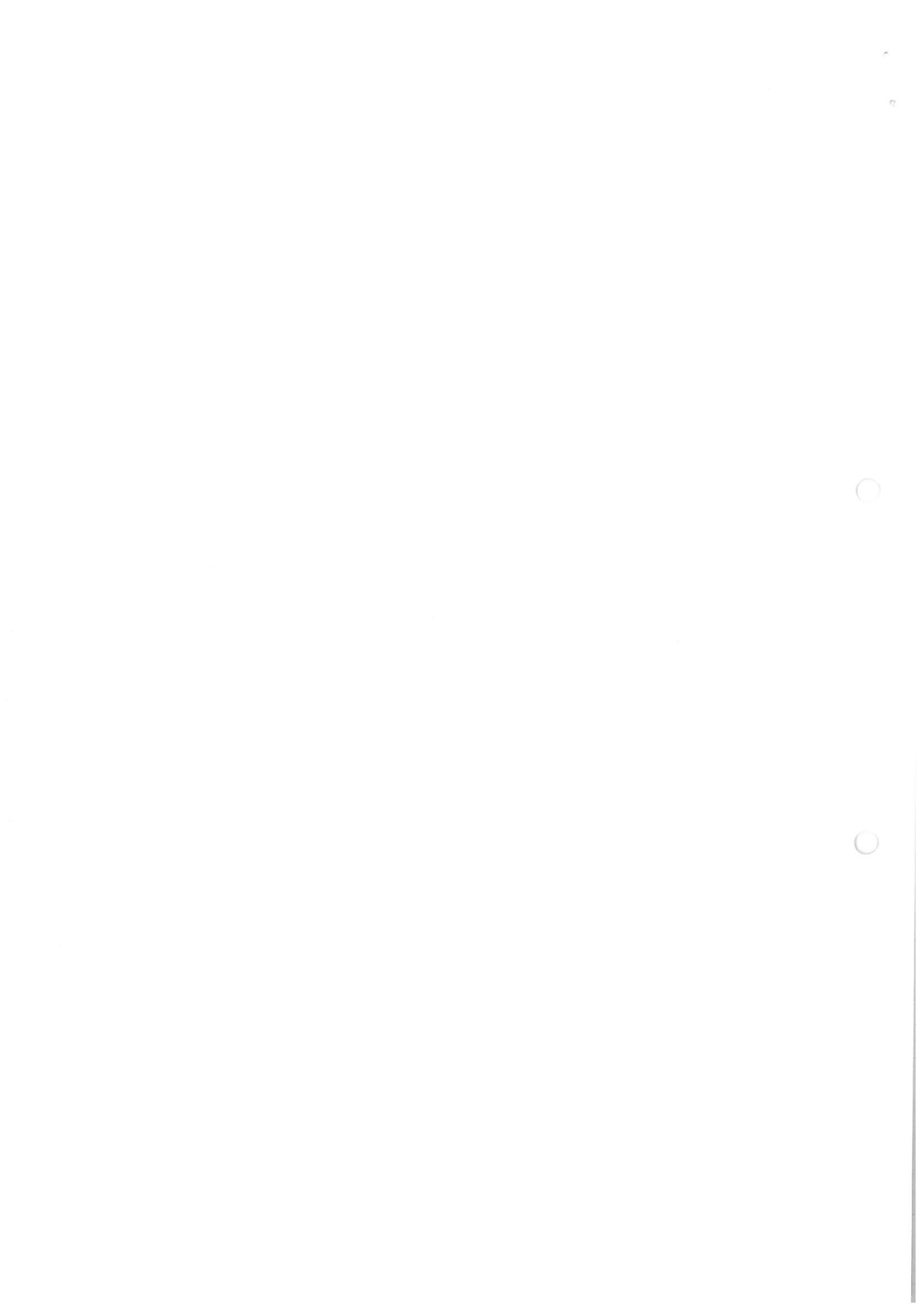
§ 1 Przyjmuje się do realizacji projekt socjalny „Zdrowy i aktywny Senior”, który stanowi załącznik do uchwały.

§ 2 Wykonanie Uchwały powierza się Wójtowi Gminy Ojrzeń.

§ 3 Uchwała wchodzi w życie z dniem 1 stycznia 2024r.

PRZEWODNICZĄCY
Rady Gminy
Grzegorz Lajnoch





Załącznik do Uchwały Nr LIX/387/23
Rady Gminy Ojrzeń z dnia 28 grudnia 2023 roku
w sprawie przyjęcia do realizacji projektu socjalnego
„Zdrowy i aktywny Senior”

PROJEKT SOCJALNY

„Zdrowy i aktywny Senior”



Realizator:

Realizatorem projektu „ Zdrowy i aktywny Senior” jest Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ojrzeniu, ul. Ciechanowska 19, 06-456 Ojrzeń.

Za realizację projektu odpowiedzialni będą: kierownik Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej, pracownicy socjalni, opiekun osób starszych oraz zatrudnieni specjaliści.

Diagnoza

Zmiany demograficzne zachodzące w całym kraju (spadek liczby urodzeń, ujemny przyrost naturalny), w tym również w gminie Ojrzeń, skłaniają do podjęcia działań skierowanych dla osób w wieku poprodukcyjnym. Konieczność zwiększenia aktywności osób w tzw. „wieku 60 +” jest od wielu lat mocno akcentowana w kampaniach społecznych oraz programach ogólnopolskich.

Na dzień 31.12.2022 r. Gminę Ojrzeń zamieszkiwało 4 140 mieszkańców, z czego 49,00 % stanowiły kobiety, a 51,00 % mężczyźni. Gmina Ojrzeń ma ujemny przyrost naturalny wynoszący - 21. Odpowiada to przyrostowi naturalnemu -5,08 na 1000 mieszkańców gminy Ojrzeń. W 2022 roku urodziło się 32 dzieci, w tym 34,4 % dziewczynek i 65,6 % chłopców. Współczynnik dynamiki demograficznej, czyli stosunek liczby urodzeń żywych do liczby zgonów wynosi 0,62 i jest znacznie mniejszy od średniej dla województwa oraz nieznacznie mniejszy od współczynnika dynamiki demograficznej dla całego kraju.



Z danych GUS wynika, że w 2022 r. 59,8 % mieszkańców gminy Ojrzeń było w wieku produkcyjnym, 19,9 % w wieku przedprodukcyjnym, a 20,3 % w wieku poprodukcyjnym.

W budowie stabilnego i bezpiecznego życia seniorów duże znaczenia ma wspólna troska i działanie instytucji państwowych, które na co dzień dostrzegają potrzeby seniorów.

W gminie Ojrzeń powyższy problem został zidentyfikowany i opisany w dokumencie: Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych dla Gminy Ojrzeń na lata 2021-2026 przyjętej Uchwałą Nr XXVI/168/20 Rady Gminy Ojrzeń z dnia 30 grudnia 2020 roku.

Świadomość problemów oraz troska o bezpieczeństwo seniorów gminy Ojrzeń spowodowała, że pracownicy Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Ojrzeniu wprowadzili do

swojej pracy projektowanie socjalne, które stanowi innowacyjną metodę pracy. Projekt socjalny jest przedsięwzięciem, które cechuje się pewną niepowtarzalnością, realizuje określone cele i jest adresowany do konkretnej jednostki, grupy bądź społeczności. Jako pracownicy mamy wszechstronne rozeznanie problemów, i potrzeb osób starszych z terenu gminy Ojrzeń, ponieważ na co dzień z nimi pracujemy.

Wychodząc naprzeciw potrzebom osób starszych oraz dbając o ich zdrowie Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ojrzeniu postanowił podjąć inicjatywę realizacji projektu socjalnego pt. „Zdrowy i aktywny Senior” mającego na celu wydłużenie samodzielności życiowej seniorów oraz podniesienie jakości życia poprzez zwiększenie ich świadomości na temat zdrowego stylu życia i ochrony zdrowia.

Realizacja projektu i zadania w nim zawarte odpowiadają na potrzeby osób starszych w gminie Ojrzeń, jakimi są: dostęp do kultury, integracja, organizacja czasu wolnego, zwiększenie świadomości i wiedzy na temat zdrowego stylu życia i ochrony zdrowia, umożliwienie rozwijania nowych zainteresowań. Na starzenie się osób starszych wpływa: odżywianie, tryb życia, aktywność, Brak możliwości spędzania wolnego czasu, brak zainteresowania może prowadzić do depresji, braku motywacji czy nawet otępienia. Dlatego, aby zachować nasze funkcje poznawcze w dobrym stanie należy dbać o aktywność i ich trenowanie, a także prowadzić aktywny i zdrowy tryb życia. Zaburzenie funkcji poznawczych zaburza codzienne funkcjonowanie, a w kolejności osoba starsza wymaga coraz więcej pomocy w opiece, czynnościach dnia codziennego, dlatego należy jak najdłużej dbać o tę samodzielność do późnej starości, a jeśli dodatkowo jest zaangażowanie to należy dbać o optymalizację sprawności seniorów i prowadzić dla tej grupy osób działania.

Seniora często postrzega się jako osobę, która najlepsze lata ma już za sobą, a czas który jej pozostał powinna spędzić na bujanym fotelu, okazuje się jednak, że jesień życia może być wyjątkowym okresem dla każdej osoby.

Opis projektu:

Wychodząc naprzeciw określonym w badaniach w 2023 r. potrzebom seniorów ustalono, że w dalszym ciągu zachodzi konieczność wspomagania działaniami zdarzeń, w których osoby w wieku poprodukcyjnym oraz osoby osamotnione z terenu gminy mogą podejmować działania integracyjne i wspólnie spędzać czas.

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ojrzeniu dokonał analizy potrzeb mieszkańców gminy Ojrzeń w zakresie potrzeb seniorów, z której wynika potrzeba realizacji projektu.

Dysponując odpowiednimi pomieszczeniami (pomieszczenia po Dziennym Domu „Senior +” w Ojrzeniu) i wyposażeniem beneficjenci projektu będą mieli zaspokojone potrzeby i oczekiwania.

Realizacja projektu pt. „Zdrowy i aktywny Senior” pozwoli również na większy wpływ seniorów w przedmiocie realizowanych zadań.

Zakłada się, że Seniorzy uczestniczący w projekcie będą mogli korzystać z porad opiekuna oraz pracowników socjalnych, którzy swoimi usługami zapewnią pomoc socjalną i wsparcie emocjonalne. Będzie możliwość korzystania z usług zatrudnionych specjalistów takich jak fizjoterapeuta czy muzykoterapeuta. W ramach wolontariatu będą prowadzone liczne działania wspierające Seniorów w ich aktywizacji społecznej.

Zakłada się by do projektu przyjmować osoby, które ukończyły 60 lat i są mieszkańcami gminy Ojrzeń oraz złożyły pisemną deklarację uczestnictwa w projekcie.

Przewidywana liczba uczestników w 2024 r.: 25 osób

Szczegółowe zasady uczestnictwa w projekcie będzie określał regulamin, który ustali kierownik Ośrodka.

Ośrodek zapewnia beneficjentom projektu zaopatrzenie w kawę, herbatę, cukier, mleko na cykliczne spotkania oraz poczęstunki na organizację spotkań okolicznościowych.

Beneficjenci projektu: osoby będące mieszkańcami gminy Ojrzeń, które ukończyły 60 rok życia.

Cel główny:

Aktywizacja i integracja środowiskowa seniorów z terenu gminy Ojrzeń.

Cele:

1. Motywowanie środowiska seniorów do wspólnego spędzania czasu wolnego i zwiększania udziału w życiu społecznym.
2. Zwiększenie wiary we własne siły i umiejętności
3. Zawieranie nowych znajomości i utrzymywanie więzi wśród seniorów.
4. Wypełnianie czasu wolnego osobom starszym w sposób będący swoistą profilaktyką przeciw marginalizacji i wykluczeniu społecznemu.
5. Upowszechnianie zdrowego stylu życia.
6. Propagowanie różnych form działalności twórczej seniorów.

Zadania:

1. Organizowanie dla uczestników projektu atrakcyjnych form spędzania czasu wolnego, poprzez stworzenie bezpiecznej i przyjaznej przestrzeni tzw.: spotkania towarzyskie.
2. Organizowanie zajęć rozwijających zdolności i pasje: kulinarne, plastyczne i inne dostosowane do możliwości zainteresowań uczestników.
3. Organizowanie działań kulturalno-oświatowych: wyjazdy do kina i teatru, na koncerty, organizacja wycieczek, spotkania z ciekawymi ludźmi, uczestnictwo w wydarzeniach organizowanych przez instytucje kulturalne, udział w wykładach i pogadankach z zakresu różnych dziedzin np. kultury itp.
4. Organizowanie terapii zajęciowej
 - a) zajęcia z muzykoterapii
 - b) zajęcia manualne, czyli wykonywanie prac ręcznych z wykorzystaniem różnorodnych technik i materiałów.
5. Organizowanie form aktywności ruchowej utrzymującej sprawność fizyczną uczestników.
6. Organizowanie zajęć prozdrowotnych: spotkania ze studentami oraz wykłady i pogadanki z zakresu zdrowia oraz o dostępnych usługach medycznych i rehabilitacyjnych na terenie powiatu ciechanowskiego.

Spodziewane rezultaty:

- poprawa sprawności manualnej i ruchowej seniorów,
- dowartościowanie i wzrost samooceny osób starszych,
- aktywizacja społeczna,
- integracja osób starszych w środowisku i z najbliższym otoczeniem,
- wymiana doświadczeń i zainteresowań,
- nawiązanie nowych znajomości oraz poprawa kontaktów między seniorami,
- poprawa samopoczucia,
- pogłębienie więzi międzyludzkich wśród seniorów.

Miejsce i termin realizacji projektu:

Realizacja projektu socjalnego styczeń-grudzień 2024 r.

Miejscem spotkań uczestników projektu socjalnego „Zdrowy i aktywny Senior” będzie budynek gminny znajdujący się w Ojrzeniu ul. Grzybowskiego 3, 06-456 Ojrzeń.

Po zakończeniu realizacji projektu socjalnego „Zdrowy i aktywny Senior” zostanie przedstawione sprawozdanie.

Budżet projektu:

Lp.	Nazwa	Kwota
1.	Wynagrodzenia osobowe pracowników i dodatki do wynagrodzeń (Ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy)	52,800,00
2.	Zakup materiałów i wyposażenia, zakup środków żywności, zakup energii, szkolenia pracowników niebędących członkami korpusu służby cywilnej	22.700,00
3.	Zakup usług zdrowotnych	1.000,00
4.	Zakup pozostałych usług	54.500,00
5.	Opłaty z tytułu zakupu usług telekomunikacyjnych	2.000,00

Źródło finansowania projektu socjalnego stanowią środki z budżetu gminy Ojrzeń.

Realizacja projektu to działanie na rzecz dobra wspólnego. Przedstawione zadania bardzo dużo wniosą w życie osób starszych. Działania kierowane do grupy osób starszych będą dla nich wsparciem.

Za realizację projektu odpowiedzialni będą pracownicy socjalni, którzy będą nadzorowali realizację wszystkich działań projektowych. Pracownicy ustalą terminy i czas realizacji poszczególnych spotkań oraz zajmą się organizacją spotkań dla Seniorów.

Zakończenie

Działania w projekcie „Zdrowy i aktywny Senior” zostały zaplanowane w oparciu o przeprowadzoną przez pracowników socjalnych diagnozę w środowisku lokalnym oraz konsultacje z seniorami gminy Ojrzeń i klientami Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Ojrzeniu.

Wychodząc naprzeciw potrzebom w projekcie socjalnym „Zdrowy i aktywny Senior” będzie działaniem na rzecz osób starszych, które mogą podejmować działania integracyjne i wspólnie spędzać czas, a także zwiększać świadomości na temat zdrowego stylu życia.

Realizacja projektu to działanie na rzecz dobra wspólnego. Przedstawione zadania bardzo dużo wniosą w życie osób starszych. Działania kierowane do grupy osób starszych będą dla nich wsparciem.

Za realizację projektu odpowiedzialni będą pracownicy socjalni, którzy będą nadzorowali realizację wszystkich działań projektowych. Pracownicy ustalą terminy i czas realizacji poszczególnych spotkań oraz zajmą się organizacją spotkań dla beneficjentów.

Projekt socjalny „Zdrowy i aktywny Senior” jest realizacją zadań wynikających z ustawy o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 roku.

PRZYMOCNI STACY
Rady Gminy
Grzegorz Leyman