

Załącznik  
do Uchwały Nr XXXVI/22/2013  
z dnia 12 marca 2013 r.

# Miasto Żagań

## Lokalny program wspierania aktywności seniorów



Żagań 2013 rok

# I. CZĘŚĆ OGÓLNA

## Opis problemu

Samotność osób starszych jest społecznym problemem. Pojawia się, gdy odchodzi ktoś bliski lub usamodzielniają się dzieci. Czasami bywa też wyborem samotnego stylu życia.

Mieszkające oddzielnie dzieci wiodą własne, coraz bardziej intensywne życie. Zapracowani rzadziej odwiedzają rodziców.

Wśród seniorów znacznie maleje także chęć podtrzymywania dawnych znajomości. Zostają powierzchowne znajomości sąsiedzkie, znajomości nawiązane w kościele, w sklepie. Ludzie zamykają się w domach, bojąc się wyjść na zewnątrz. A powodów może być wiele: złe warunki atmosferyczne, obawa przed niebezpieczeństwem, stan zdrowia. Inni znajomi zachowują się podobnie i w ten sposób koło się zamyka.

Coraz częściej u osób starszych występuje depresja, która jeszcze szczelniej izoluje od innych, wywołuje jeszcze głębsze poczucie niepotrzebności.

Aby pomóc seniorom należy mobilizować ich do aktywności, i to jak najwcześniej. Aktywność spowoduje, że osoby starsze będą czuły się potrzebne, będą się realizowały, planowały dalsze działania, przyjmowały i osiągały dalsze cele. Aktywność, szczególnie kulturalno oświatowa i ta związana z wykonywaniem różnych, nierutynowych czynności, przyczynia się bowiem do zachowania dłużej „młodości” mózgu.

Bogatą ofertę zajęć dla osób starszych oferuje Dom Dziennego Pobytu, działający w Ośrodku Pomocy Społecznej w Żaganiu. Zapewnia on osobom starszym lub o zmniejszonej sprawności psychofizycznej, pomoc i udział w różnych formach aktywności, stwarzając odpowiednie warunki do wielogodzinnego przebywania w nim.

W Domu Dziennego Pobytu organizowane są zajęcia plastyczne, muzyczne, teatralne, literackie, kulinarne, sportowe oraz wspólne oglądanie telewizji i udział w imprezach kulturalnych. Bardzo ważną działalnością DDP jest organizowanie dla pensjonariuszy wspólnych spotkań świątecznych, uroczystości, zabaw tanecznych i wycieczek.

Dom Dziennego Pobytu zaspakaja potrzeby seniorów takie jak: potrzeba przynależności, akceptacji i rozwoju, potrzeby poznawcze, a także potrzebę bycia przydatnymi i potrzebnymi.

## II. PODSTAWOWE ZAŁOŻENIA PROGRAMU.

### 1. Cel główny

Głównym celem programu jest przeciwdziałanie samotności osób w podeszłym wieku zamieszkałych na terenie miasta Żagania.

### 2. Cele szczegółowe

- A. Kształtowanie pozytywnych relacji międzyludzkich.
- B. Przywracanie zdolności do aktywnego życia w interakcji z otoczeniem społecznym.
- C. Wyzwalanie twórczej ekspresji i pobudzanie kreatywności u osób w podeszłym wieku.
- D. Integrowanie seniorów z różnymi grupami społecznymi.
- E. Wydłużenie okresu ogólnej sprawności psychicznej i fizycznej seniorów.
- F. Przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu.

### 3. Zakres rzeczowy programu

W Domu Dziennego Pobytu przeprowadzanych jest szereg zajęć, mających na celu uatrakcyjnienie czasu seniorom.

Należą do nich arteterapia (rysunek, malarstwo, grafika, rzeźba, zdobnictwo), ergoterapia (tkactwo, hafciarstwo, dziewiarstwo, ogrodnictwo), zajęcia rekreacyjne (spacery, wieczorki taneczne, gry sportowe, gry i zabawy świetlicowe, spotkania z poezją), zajęcia artystyczne (śpiewanie znanych piosenek, uczenie się nowych, słuchanie muzyki, udział w koncertach), gry i zabawy mające na celu rozwijanie orientacji, pomysłowości, uzupełnianie wiadomości oraz kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji. Stosowana jest także biblioterapia dostarczająca tematów do rozmów i nowego spojrzenia na własne problemy.

Przeprowadzane są ponadto zajęcia teatralne, w trakcie których pensjonariusze samodzielnie wykonują dekoracje i stroje, poświęcają dużo czasu na naukę tekstu i ćwiczenie swoich ról.

Podczas zajęć gastronomicznych seniorzy samodzielnie pieką ciasta, wykonują sałatki, desery i koktajle, natomiast w okresie wiosenno–letnim często spotykają się przy grillu.

Seniorzy zachęceni są ponadto do pieszych wycieczek i korzystania z kąpieli na miejskim basenie.

W ramach działalności DDP organizowane są wycieczki poza miejsce zamieszkania.

W świetlicy DDP cyklicznie przeprowadzane są zabawy taneczne z okazji Walentynek oraz Andrzejek, w których każdorazowo bierze udział od 50 do 60 osób. Zabawy te cieszą się bardzo dużą popularnością wśród osób starszych, zamieszkałych na terenie miasta.

DDP kontynuuje współpracę z żagańskimi przedszkolami, w ramach której dzieci odwiedzają seniorów, w celu obejrzenia sztuk teatralnych – bajek oraz wspólnej zabawy. Pensjonariusze DDP są również zapraszani na występy słowno–muzyczne do miejskich przedszkoli.

DDP czynny jest w dni robocze w godz.7.30 – 18.00. Obecnie z zajęć Domu Dziennego Pobytu korzysta grupa około 26 osób w wieku od 57 do 83 lat.

Z otrzymanej dotacji na realizację programu „Lokalny program wspierania aktywności seniorów” w 2013 roku OPS planuje zorganizować dwie wycieczki, do Opery lub Operetki oraz do Filharmonii w Zielonej Górze, a także zabawę taneczną dla seniorów.

Zamiarem realizatorów programu jest także zakupienie książek, płyt CD, rolet oraz szafy meblowej.

#### **4. Opis planowanych działań przy realizacji programu**

- A. Zapewnienie aktualnej informacji o działalności Domu Dziennego Pobytu oraz źródłach jego finansowania.
- B. Rekrutacja uczestników programu.
- C. Zorganizowanie wycieczek.
- D. Zorganizowanie zabawy tanecznej.
- E. Zakup wyposażenia do DDP.

#### **5. Termin realizacji programu**

Program realizowany będzie w 2013 roku.

## 6. Miejsce realizacji

Ośrodek Pomocy Społecznej w Żaganiu, ul. Pstrowskiego 3, 68-100 Żagań (parter, Dom Dziennego Pobytu).

## 7. Instytucje zaangażowane w realizację programu

- Ośrodek Pomocy Społecznej w Żaganiu,
- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Zarząd Rejonowy w Żaganiu.

## 8. Oczekiwane efekty

Działalność Domu Dziennego Pobytu spowoduje wzrost aktywności seniorów. Doprowadzi do podniesienia standardu życia osób korzystających oraz zwiększenia poczucia przydatności społecznej seniorów.

## 9. Posiadane zasoby własne

### *Zasoby lokalowe.*

Ośrodek Pomocy Społecznej w Żaganiu posiada odpowiednie warunki lokalowe konieczne do przeprowadzania zajęć w Domu Dziennego Pobytu. Świetlica Domu Dziennego Pobytu usytuowana jest na parterze budynku OPS. Wejście do budynku wyposażone jest w podjazd dla wózków inwalidzkich. Do dyspozycji osób zainteresowanych udostępnione są następujące pomieszczenia:

- sala o powierzchni 40 m<sup>2</sup>,
- umeblowany i wyposażony w odpowiedni sprzęt i naczynia kuchenne aneks kuchenny.
- toalety przystosowane dla potrzeb osób niepełnosprawnych,

Ośrodek Pomocy Społecznej ponosi koszty utrzymania lokalu (energia elektryczna, koszty ogrzewania, woda, środki czystości).

### ***Zasoby rzeczowe.***

Obecnie w posiadaniu Ośrodka Pomocy Społecznej znajdują się następujące materiały oraz sprzęty konieczne do przeprowadzania zajęć:

- zestaw muzyczny,
- płyty CD
- artykuły papiernicze ( bloki rysunkowe, bibuła, kredki, mazaki, farby, nożyczki, ołówki, farby witrażowe, wstążki, itp.),
- książki,
- grill, krzesółka, parasole ochronne,
- sprzęt sportowy do gry w kometkę, piłki,
- sprzęt do karaoke,
- kuchenka elektryczna,
- sprzęt i naczynia kuchenne,

### ***Zasoby kadrowe***

W Ośrodku Pomocy Społecznej w Żaganiu zatrudniony jest pracownik, zajmujący się czynnościami organizacyjnymi, związanymi z działalnością Domu Dziennego Pobytu oraz prowadzeniem zajęć z seniorami.

## **10. Planowane godziny działania Domu Dziennego Pobytu**

Zajęcia w DDP prowadzone będą w dni robocze w godz. od 7.30 do 18:00.

## **11. Kalkulacja przewidywanych kosztów związanych z działalnością Domu Dziennego Pobytu**

Całkowity koszt (w zł.)	27.820,41
w tym wnioskowana wielkość dotacji	7.000,00
w tym wielkość środków własnych	20.820,41

### Kosztorys wnioskowanej wielkości dotacji

Lp.	Rodzaj kosztów	Koszt ogólny
<b>I. Koszt zakupu materiałów</b>		
1.	Zakup wyposażenia do Domu Dziennego Pobytu (książki, płyty CD, rolety, szafa meblowa)	2.250,00
<b>II. Koszt zorganizowania wycieczek</b>		
2.	Zorganizowanie wycieczki do Opery lub Operetki we Wrocławiu lub Poznaniu (zakup biletów wstępu, wynajem środka transportu, ubezpieczenie uczestników, zakup posiłków).	2.300,00
	Zorganizowanie wycieczki do Filharmonii w Zielonej Górze (zakup biletów wstępu, wynajem środka transportu, ubezpieczenie uczestników, zakup posiłków).	1.450,00
<b>III.</b>		
3.	Zorganizowanie zabawy tanecznej dla seniorów (zakup artykułów żywnościowych i dekoracyjnych, zakup nagród za udział w konkursach).	1.000,00
<b>Razem:</b>		<b>7.000,00</b>

### Kosztorys posiadanych środków własnych

Lp.	Rodzaj kosztów	Ilość	Koszt ogólny
<b>I. Koszt zatrudnienia podinspektora CUO</b>			
1.	Wynagrodzenie podinspektora CUO wraz z pochodnymi - 7 miesięcy	1 osoba	18.820,41

II. Koszt działalności DDP		
1.	Materiały i żywność do przeprowadzania zajęć w Domu Dziennego Pobytu	2.000,00
		<b>Razem: 20.820,41</b>