

ZAŁĄCZNIK
DO UCHWAŁY
NR XXXVIII/135/2005
RADY MIASTA ŻAGAŃ
Z DNIA 29 GRUDNIA 2005 R.

Miasto Żagań

**Lokalny System wsparcia
środowiskowego osób w podeszłym wieku
oraz niepełnosprawnych.**

Żagań 2005 r.

I. CZĘŚĆ OGÓLNA

Opis problemu

Społeczeństwo polskie nieubłaganie starzeje się. Wydłuża się średnia życia kobiet i mężczyzn, rośnie liczba osób w podeszłym wieku przewlekłe chorych oraz seniorów, którzy cierpią na kilka schorzeń jednocześnie.

U większości ludzi w podeszłym wieku obserwuje się stopniowe ograniczenie aktywności fizycznej, mniejszą ruchliwość, eliminowanie wysiłku fizycznego, co wpływa na zmniejszenie sprawności fizycznej.

Urazy czy przewlekłe choroby często powodują u tych osób zmniejszenie – i tak już małej wydolności fizycznej do poziomu uniemożliwiającego im samodzielne wykonywanie podstawowych czynności życia codziennego i uzależnia je od pomocy innych.

Duże znaczenie ma stosowanie regularnych ćwiczeń fizycznych w procesie rehabilitacji osób starszych, mających wpływ na poprawę koordynacji ruchowej, równowagi, gibkości i szybkości ruchów. Ćwiczenia fizyczne prowadzą także do dłuższego zachowania sprawności i samodzielności seniorów, co oddala konieczność korzystania z pomocy usługowej i instytucjonalnej. Ponadto wykonywanie ćwiczeń w rytm muzyki doprowadzi do poprawy nastroju i samopoczucia.

Niezwykle ważne jest aby ćwiczenia fizyczne opracowywane i prowadzone były przez wykwalifikowanego rehabilitanta, z uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób starszych i niesprawnych.

Uwzględniając powyższe aspekty oraz biorąc pod uwagę duże zainteresowanie programem seniorów i niepełnosprawnych w latach 2004 i 2005 pragniemy kontynuować projekt nt.: „Lokalny system wsparcia środowiskowego osób w podeszłym wieku oraz niepełnosprawnych”, który znalazł akceptację samorządu województwa poprzez przyznanie w 2004 dotacji na jego realizację w wysokości 1.000 zł. zaś w 2005 roku – 3.000 zł.

II. PODSTAWOWE ZAŁOŻENIA PROGRAMU.

1. Cel główny.

Ogólnym celem programu jest stworzenie możliwości korzystania z rehabilitacji przez osoby w podeszłym wieku, osoby niesprawne i niepełnosprawne, z uwzględnieniem osób korzystających z usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania – w **utworzonym Punkcie Rehabilitacji**.

2. Cele szczegółowe.

A. Umożliwienie korzystania ze sprzętu rehabilitacyjnego.

- B. Stworzenie możliwości regularnego wykonywania ćwiczeń fizycznych przy muzyce, w większej grupie osób pod kierunkiem rehabilitanta.
- C. Umożliwienie korzystania z masażu i ćwiczeń usprawniających przez osoby korzystające z usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania, wykonywane i prowadzone przez rehabilitanta.
- D. Zakup sprzętu muzycznego i płyt z muzyką.
- E. Zapewnienie aktualnej informacji o możliwości korzystania z rehabilitacji i opieki zdrowotnej.

3. Miejsce realizacji.

Ośrodek Pomocy Społecznej w Żaganiu, ul. Pstrowskiego 3, 68-100 Żagań.

4. Instytucje zaangażowane w realizację programu.

- Ośrodek Pomocy Społecznej w Żaganiu,
- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Zarząd Rejonowy w Żaganiu,
- Służba Zdrowia
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Żaganiu.

5. Oczekiwane efekty.

Działalność Punktu Rehabilitacji spowoduje wydłużenie się okresu ogólnej sprawności, podniesie standard życia seniorów i przyczyni się do integracji oraz utrzymania osób w podeszłym wieku i niepełnosprawnych w ich środowisku zamieszkania.

6. Posiadane zasoby własne.

Zasoby lokalowe.

Ośrodek Pomocy Społecznej w Żaganiu posiada odpowiednie warunki lokalowe i rzeczowe do działania Punktu Rehabilitacji, który istnieje na bazie Centrum Usług Opiekuńczych, obok działającego Domu Dziennego Pobytu. Punkt Rehabilitacji usytuowany 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 m², w której odbywają się ćwiczenia gimnastyczne pod kierunkiem rehabilitanta,
- sala o powierzchni 20 m² wyposażona w sprzęt rehabilitacyjny,
- szatnia,

- toalety przystosowane dla potrzeb osób niepełnosprawnych,
- łazienka z wanną i natryskiem przystosowane dla potrzeb osób niepełnosprawnych,
- aneks kuchenny.

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

Zasoby rzeczowe.

Obecnie w posiadaniu Ośrodka Pomocy Społecznej znajduje się następujący sprzęt rehabilitacyjny:

- rower treningowy – 2 szt.,
- stepper – 2 szt.,
- zestaw do ćwiczeń (bieżnia, rower, wiosłarz),
- orbitrek – 1 szt.,
- urządzenie do ćwiczeń kończyn dolnych,
- drabinki przymocowane do ściany,
- kozetka do masażu,
- parawan,
- urządzenie do masażu stóp,
- urządzenie do masażu rąk,
- poduszka rozgrzewająco-masująca,
- materace – 4 szt.,
- kij do ćwiczeń – 25 szt.,

W obecnym roku zakupiony zostanie sprzęt rehabilitacyjny ze środków własnych na kwotę 800 zł.

Zasoby kadrowe.

W Ośrodku Pomocy Społecznej zatrudniona jest dyplomowana pielęgniarka, która zajmuje się czynnościami organizacyjnymi oraz dokonuje regularnych pomiarów ciśnienia tętniczego osób korzystających ze sprzętu rehabilitacyjnego.

7. Planowane godziny działania Punktu Rehabilitacyjnego.

Punkt Rehabilitacyjny funkcjonować będzie od poniedziałku do piątku w godz. od 11:00 do 15:00, w tym: 3 dni w tygodniu zajęcia będą odbywać się w siedzibie OPS, 2 dni w tygodniu rehabilitacja prowadzona będzie w miejscu zamieszkania osób korzystających z usług opiekuńczych.

8. Kalkulacja przewidywanych kosztów związanych z działalnością Punktu Rehabilitacyjnego.

Całkowity koszt (w zł.)	16.671,-
w tym wnioskowana wielkość dotacji	11.400,-
w tym wielkość środków własnych	5.271,-

Kosztorys wnioskowanej wielkości dotacji

Lp.	Rodzaj kosztów	Ilość	Koszt ogólny
I. Koszt zatrudnienia rehabilitanta			
1.	na ½ etatu	1 osoba	8.400,-
II. Koszt zakupu sprzętu			
1.	Zakup sprzętu muzycznego	1 szt.	2.500,-
2.	Zakup płyt z muzyką	10 szt.	500,-
Razem:			11.400,-

Kosztorys wnioskowanej środków własnych

Lp.	Rodzaj kosztów	Ilość	Koszt ogólny
I. Koszt zakupu sprzętu			
1.	Zakup sprzętu rehabilitacyjnego	1 szt.	800,-
II. Koszt zatrudnienia pielęgniarce			
1.	na ¼ etatu	1 osoba	4.471,-
Razem:			5.271,-