

Informacja o działalności Klubów Seniora

Gmina Ciechanowiec w roku 2020 otrzymała dofinansowanie w ramach naboru projektów do realizacji wieloletniego programu „Senior+” na lata 2015 - 2020 Edycja 2020 w wysokości 121 036 zł. na utworzenie i wyposażenie Klubu Senior + w Ciechanowcu. Przyznana dotacja została przeznaczona na remont i wyposażenie w artykuły gospodarstwa domowego, sprzęt komputerowy, AGD i RTV oraz meble. W roku 2021 Gmina otrzymała dofinansowanie zadania publicznego pod nazwą „Utworzenie i wyposażenie Klubu Senior+ w Wojtkowicach Starych w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2021-2025, Edycja 2021 w wysokości 200 000 zł. Podczas realizacji projektu, przeprowadzone zostały prace remontowo-adaptacyjne w budynku dawnej szkoły podstawowej przeznaczonym na Klub Senior+ w Wojtkowicach Starych i zakupiono wyposażenie. W roku 2022 ramach programu wieloletniego „Senior+” na lata 2021-2025 Edycja 2022 Gmina Ciechanowiec otrzymała dotację na „Utworzenie i wyposażenie Klubu Senior+ w Czajach Wólce” w wysokości 200 000 zł . Przyznana dotacja została przeznaczona na remont budynku świetlicy wiejskiej, adaptowanej na cele Klubu Seniora w Czajach Wólce oraz zakup wyposażenia (wyposażenie kuchni, sprzęt RTV i AGD, zakup mebli). Od 15.09.2022 r. rozpoczął funkcjonowanie Klub Seniora w Czajach-Wólce w ramach projektu „Rozwój usług społecznych w Gminie Ciechanowiec”.

Kluby Seniora działają w strukturach Ośrodka Pomocy Społecznej w Ciechanowcu. Siedziby Klubów zlokalizowane są przy ulicy 11 Listopada 5 A w Ciechanowcu, w Wojtkowicach Starych 9, oraz Czaje Wólka 33. Klub Seniora w Ciechanowcu funkcjonuje od 14.06.2021 r., w Wojtkowicach Starych od 01.04.2022 r. ,Klub Seniora w Czajach Wólce od 15.09.2022 r. Opiekę nad funkcjonowaniem Klubów sprawuje Kierownik Klubu.

Działalność Klubów finansowana jest ze środków własnych Gminy oraz dotacji budżetu państwa. Na realizację zadania publicznego pod nazwą „Zapewnienie funkcjonowania Klubu Senior+” w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na 2022 rok Gmina Ciechanowiec otrzymała dotację w wysokości:

- 57 510 zł. – Klub Senior+ w Ciechanowcu,

- 21 870 zł. – Klub Senior+ w Wojtkowicach Starych.

Kluby Senior+ zostały utworzone w celu integracji i aktywizacji społecznej oraz zaspokojenia potrzeb kulturalnych środowiska osób starszych w gminie Ciechanowiec. Klub Senior+ w Ciechanowcu dysponuje 30 miejscami, 15 miejscami w Wojtkowicach Starych oraz 15 miejscami w Czajach Wólce. Obecnie do Klubu Senior+ w Ciechanowcu uczęszcza 37 uczestników, 15 w Wojtkowicach Starych, 15 w Czajach Wólce.

W lokalach wyodrębnionych na Klub Senior+ w Ciechanowcu, Wojtkowicach Starych oraz Czajach Wólce do dyspozycji uczestników jest: kuchnia, sala spotkań, szatnia, hol, łazienki.

W Ciechanowcu Klub czynny jest od poniedziałku do piątku, w Wojtkowicach Starych trzy razy w tygodniu tj. wtorek, czwartek, piątek zaś w Czajach Wólce od poniedziałku do piątku.

Uczestnikami Klubu są osoby nieaktywne zawodowo, które ukończyły 60 lat i są mieszkańcami gminy Ciechanowiec. Uczestnictwo jest dobrowolne i bezpłatne.

Celem Klubów jest stworzenie osobom starszym miejsca i warunków do spotkań, w trakcie których mogą ciekawie spędzać wolny czas, zaspokoić potrzeby psychofizyczne i edukacyjne. Kładziony jest nacisk na zdrowy tryb życia oraz promowanie aktywności fizycznej, stanowiącej fundament dobrego zdrowia i umożliwiającej zachowanie sprawności i samodzielności w zakresie samoobsługi w dłuższej perspektywie. Podejmowane działania o charakterze edukacyjnym zmierzały do wzrostu umiejętności w zakresie wartościowego spędzania czasu wolnego oraz do mobilizowania seniorów do aktywności poza miejscem zamieszkania, a tym samym podnoszenia jakości życia. Rozpoznawane są również potrzeby seniorów oraz rozwijane są zainteresowania poprzez organizację atrakcyjnych form spędzania czasu wolnego w bezpiecznej i przyjaznej atmosferze. Seniorzy mają możliwość uczestniczyć w spotkaniach tematycznych, zajęciach kulinarnych, manualnych i rękodzieła, edukacyjnych, kulturalnych i ruchowych. Ponadto celem jest budowanie i utrzymywanie relacji społecznych oraz pobudzanie aktywności seniorów i dążenie do ich aktywności na rzecz społeczności lokalnej. Podejmowane są działania z zakresu m.in. integracji międzypokoleniowej, służące wzajemnej wymianie doświadczeń i inspirowaniu do aktywności.

Klub Seniora organizował zajęcia integracyjne, spotkania ze specjalistami i pasjonatami różnych dziedzin wiedzy m.in. lekarzem, rehabilitantem, prawnikiem, psychologiem, policjantem, dietetykiem.

Odbywały się warsztaty i zajęcia takie jak:

- warsztaty pobudzające twórczość,

- zajęcia o tematyce zdrowotnej,
- kulinarnej;
- zajęcia muzyczne;
- zajęcia komputerowe;
- zajęcia kulinarne;
- spotkania z psychologiem;
- gry planszowe; gry i zabawy ćwiczące pamięć ;
- spotkanie z kosmetologiem ;
- warsztaty kosmetyczne w Korycinach;
- warsztaty kosmetyczne ;
- spotkania z radcą prawnym;
- warsztaty herbaciane ;
- pogadanki o zdrowym stylu życia;
- zajęcia z treningu pamięci ;
- zajęcia indywidualne z psychologiem;
- zajęcia ruchowo-gimnastyczne ;
- zajęcia aerobiku ;
- zajęcia muzyczno-taneczne.
- zajęcia gimnastyczne;
- zajęcia sportowe ;
- spacerzy z kijkami nordic walking ;
- spacerzy po okolicy ;
- zajęcia taneczne ;
- zajęcia sportowe zdrowy kręgosłup;
- zajęcia manualne;
- zajęcia z rękodzieła artystycznego ;
- przygotowywanie wiązanek na groby ;
- warsztaty świąteczne ;
- czytanie bajek w przedszkolu ;
- zajęcia manualne z dziećmi ;
- pieczenie ciast i ciasteczek na koncert charytatywny .

Seniorzy uczestniczyli w wycieczkach do:

- wyjazd do Czyżewa rozstrzygnięcie konkursu „Pisanka Wielkanocna" ;
- wycieczka do Warszawy: zwiedzanie Sejmu, Koncert ;

- wycieczka do Białegostoku: zwiedzanie Muzeum Sybiru, Opera ;
- wyjazd do Drohiczyna;
- wyjścia do kina;
- wyjazdy na basen;
- wycieczki rowerowe.

Organizowano imprezy okolicznościowe takie jak:

- spotkania klubowe ;
- Filmowy Klub Seniora ;
- spotkania przy kawie i herbacie;
- walentynkowe spotkanie przy kawie i herbacie ;
- spotkanie integracyjne z okazji Dnia Seniora ;
- Bal Klubu Seniora;
- wspomnienia bliskich, którzy odeszli;
- złożenie wiązanek i zapalenie zniczy na grobach ;
- Mikołajki Klubowe;
- przygotowania do Wigilii ;
- Wigilia Klubowa;
- Sylwester.

Aktywność seniorów gwarantuje kontrolę nad swoim życiem i nad decyzjami, które ich dotyczą. Społeczność lokalna zyskuje grupę ludzi chętnych do dzielenia się swoim czasem, pomocą i doświadczeniem. Dzięki tym działaniom seniorzy są zabezpieczani przed wykluczeniem społecznym.