

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie we Włocławku

ul. Kościuszki 26

87-800 Włocławek

tel. (centrala): (54) 411-63-11

tel. (54) 411-63-12, (54) 411-63-13

fax. (54) 411-63-14

Projekty i inicjatywy na rzecz osób starszych w gminie Włocławek

Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr 2 „Zazamcze”

Działania dotyczące organizowania społeczności lokalnej oparte na **metodzie CAL**, skierowane do grupy kategoryjnej - seniorów zamieszkujących osiedle „Zazamcze”.

W 2007 roku dokonano rozeznania potrzeb grupy seniorów zamieszkujących na osiedlu „Zazamcze”. W latach 2007-2009 realizowano różnego rodzaju długofalowe projekty socjalne mające na celu integrację grupy oraz zapoznanie z szeroką ofertą działań umożliwiających konstruktywne spędzanie wolnego czasu.

Pierwszym etapem pracy z grupą seniorów był projekt pt. **„Blżej siebie”**, w ramach, którego odbyło się spotkanie organizacyjno – sondażowe, dwie wycieczki oraz impreza we współpracy ze znajdującym się na naszym terenie Zespołem Szkół Integracyjnych Nr 1 we Włocławku. W rozmowach z beneficjentami kładliśmy nacisk na pogodę ducha, zgodę z czasem i z samym sobą, a zamiast kanapy, pilota i narzekania proponowano zdrową dietę, spacer, pogawędkę, spotkania z ciekawymi ludźmi. Dlatego też w projekcie zaplanowano szereg spotkań z różnymi specjalistami: rzecznikiem Policji- omawiała, jak ustrzec się przed niebezpieczeństwami na ulicy, dietetyczką - propagowała zdrowy styl życia, lekarzem pierwszego kontaktu - omawiał diety stosowane przy danej jednostce chorobowej, natomiast zespół folklorystyczny „ECHO KUJAW” zachęcał do śpiewania. Prężnie działała czytelnia, ważne było dzielenie się wrażeniami z przeczytanej książki i polecanie jej innej osobie, wieczory poetyckie również uwrażliwiali uczestników na piękno literatury. Dużo czasu spędzaliśmy tańcząc i śpiewając różne piosenki, zarówno te dawne, ale i te napisane specjalnie dla seniorów, były to działania zachęcające do powstania chóru. Podczas spotkań zawsze był skromny poczęstunek ufundowany przez pozyskanych sponsorów, a zaskakująco wysoka frekwencja świadczyła o dużym zapotrzebowaniu na tego rodzaju działania.

W myśl zasady „Ruch jest receptą na zdrowie” organizowaliśmy wycieczki. Projekt **„Mój świat Twoim światem”** zakładał nawiązanie bliższych relacji osiedlowych seniorów z pensjonariuszami Domu Pomocy Społecznej przy ul. Nowomiejskiej we Włocławku. Spotkania integracyjne były organizowane cyklicznie, raz w miesiącu. Na wspólne biesiadowanie zapraszano ciekawych gości: pszczelarza, dietetyczkę, rehabilitanta. Omawiano ciekawe wydarzenia w naszym mieście i zachęcano do uczestnictwa w nich. Oprawę muzyczną i artystyczną stanowiły występy zespołu folklorystycznego, jak i senioralnego chóru. Były śpiewy, tańce, recytacja wierszy. Ramy czasowe spotkań były zawsze przekroczone. Gdy była sprzyjająca pogoda spotkania odbywały się w plenerze. W

ramach realizacji tego projektu zorganizowano wspólną wycieczkę dla pensjonariuszy i seniorów do Gniezna.

„**Włocławek moje miasto**” to kolejne przedsięwzięcie realizowane w okresie od 2007 do 2008 roku. Wśród seniorów było wielu rodowitych mieszkańców naszego miasta, ale spora ich część trafiła do nas np. przemieszczając się z innych regionów. Okazało się, że zamieszkując przez wiele lat we Włocławku, tak naprawdę nigdy nie poznali naszych zabytków. W ten sposób powstał kolejny pomysł. Wspólnie zwiedzaliśmy najciekawsze włocławskie zabytki w ramach sześciu zorganizowanych wycieczek po mieście. Na zakończenie zorganizowaliśmy zgaduj-zgadulę na temat zwiedzanych obiektów. Dla najlepszych uczestników przygotowano nagrody, a dla nas najlepszą nagrodą było pytanie o termin kolejnej wycieczki.

Wprowadzenie w życie wymienionych wyżej projektów było możliwe dzięki pomocy i ofiarności lokalnych sponsorów.

W 2009 roku utworzono **klub seniora** na terenie osiedla, który oparto o projekt socjalny „Samodzielni”. Zaczęto od opracowania wraz z seniorami regulaminu, zorganizowania pierwszych jawnych wyborów na przewodniczącego oraz członków zarządu klubu oraz zarejestrowania klubu, jako stowarzyszenia. Pomagaliśmy systematycznie przy poszukiwaniach lokalu na spotkania, jednak wycofaliśmy się zupełnie w kwestii poszukiwania sponsorów i finansowania podejmowanych przez klub działań. Jednocześnie bacznie obserwowaliśmy poczynania seniorów, gdyż obawialiśmy się, że brak funduszy przyczyni się do zaprzestania działalności klubu. Okazało się, że zaszczerpione przez trzy lata wartości zaczęły procentować. Seniorzy doskonale dają sobie radę sami. Ich działania odbijają się szerokim echem nie tylko na terenie naszego miasta, ale i poza jego granicami.

Klub spotyka się systematycznie dwa razy w tygodniu, oprócz tego organizuje różnego rodzaju spotkania okolicznościowe związane z obchodzonymi świętami. Aktywnie włącza się w różne imprezy organizowane przez pobliską szkołę. Samodzielnie organizuje „Imprezy Taneczne z Koszyczkiem” oraz bale karnawałowe, które skierowane są do wszystkich mieszkańców osiedla, nie tylko do członków klubu. W dalszym ciągu realizowane są wycieczki, kontynuowane są również spotkania z pensjonariuszami Domu Pomocy Społecznej.

Powstał „Zespół Wokalny Klubu Seniora - ZAZAMCZE”, który promuje działalność seniorów między innymi na takich imprezach jak: XIV Wojewódzki Przegląd Artystyczny Ruchu Seniorów ARS 2010 w Bydgoszczy, „Dni Włocławka” - cykliczna coroczna impreza kulturalna, „Piknik Integracyjny ZSI Nr1”, również coroczny festyn, Włocławskie Inspiracje Artystyczne, XVII Wojewódzki Przegląd Dorobku Klubów Seniora w Raciążku, Przegląd Artystycznego Ruchu Seniorów „O zegar czasu” w Aleksandrowie Kujawskim, zdobywając III miejsce, jako zespół i indywidualne wyróżnienie specjalne, Włocławskie Święto Żuru – które przyniosło I nagrodę. Seniorzy sami dla siebie znaleźli receptę na przyjemną i atrakcyjną starość, są również lekiem na codzienne zmartwienia i niepowodzenia. Nasi seniorzy wyszli poza krąg własnej grupy, składając całej społeczności osiedla ofertę na spędzanie czasu wolnego w postaci np. zabaw tanecznych.

Cele projektu

Celem ostatecznym podejmowanych działań było doprowadzenie do utworzenia na terenie osiedla samodzielnie działającego klubu seniora będącego dla najstarszych mieszkańców alternatywą na samotność i różnego rodzaju problemy związane z kryzysem wieku poprodukcyjnego

Adresatami projektu były osoby w wieku poprodukcyjnym zamieszkałe na terenie osiedla „Zazamcze”. Liczba uczestników – ok. 60 osób.

Partnerzy projektu:

- Spółdzielnia Mieszkaniowa „Zazamcze”,
- Szkoła Podstawowa nr 18 we Włocławku,
- Zespół Szkół Integracyjnych Nr 1 we Włocławku,
- Dom Pomocy Społecznej przy ul. Nowomiejskiej we Włocławku.

Źródło finansowania

W latach 2007 - 2009 wszelkie działania związane z realizacją projektów socjalnych finansowane były przez lokalnych sponsorów wrażliwych na potrzeby lokalnej społeczności. Od 2009 r. Klub utrzymuje się w oparciu o własne środki – składki członków klubu.

Projekty i inicjatywy na rzecz osób starszych w gminie Włocławek

Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr 4 „Południe”

Projekt socjalny „Młodsza babcia starszy wnuk – bez barier”

Projekt został zrealizowany w ramach Centrum Aktywności Lokalnej przez Osiedlową Sekcję Pomocy Społecznej nr 4 „Południe” przy udziale społeczności lokalnej i szczodrości sponsorów, przy współpracy Świetlicy Profilaktyczno – Wychowawczej „Zefir”. Projekt ten skierowany był do dzieci z tej świetlicy i członków Klubu Seniora „Nasz Dom”.



Osoby widniejące na fotografiach wyrażają zgodę na udostępnienie swojego wizerunku na potrzeby akcji Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu, promującej dobre praktyki oraz pozytywny wizerunek aktywnego seniora.

Partnerem projektu było Stowarzyszenie Trzeźwości „Klub Promień”, a koordynatorami z ramienia sekcji były: Małgorzata Marciniak, Agnieszka Drzewiecka, Sława Dalecka.

Pomysł niniejszego przedsięwzięcia wyrósł na kanwie potrzeby promowania i kształtowania pożądanых społecznie zachowań w zakresie aktywizacji i integracji wielopokoleniowej. Projekt miał profilaktyczny wymiar w aspekcie socjologicznym i pedagogicznym, w obszarze wzmacniania spójności społecznej i zaakcentowania oraz przywrócenia należytej pozycji i roli seniora w rodzinie i społeczeństwie, jako wartości nieocenionej w przestrzeni społecznej, która we współczesnym świecie niepostrzeżenie ulega dewaluacji.



Podjęmowane działania:

Wzajemne poznawanie się obu pokoleń i kształtowanie relacji międzypokoleniowej odbywało się poprzez wspólną zabawę zorganizowaną z okazji Dnia Babci i Dziadka w ramach, której seniorzy zaprezentowali swoje muzyczne talenty, a młodsze pokolenie zainspirowane śpiewem seniorów, spontanicznie wprowadziło uczestników w nastrój nowoczesnych taktów, ukazując przy tym swój kunszt wokalny, a zaprezentowany przez dzieci program artystyczny spotkał się z dużym aplauzem seniorów. Nader miłym momentem było podarowanie seniorom upominków wykonanych własnoręcznie przez dzieci. W czasie wspólnych zabaw i konkursów bariera pokoleniowa stawała się niezauważalna, a duch rywalizacji towarzyszył wszystkim uczestnikom, generując emanującą wokół radość. Dzieci i seniorzy tańczyli przy taktach muzyki, a w chwilach odpoczynku, kosztowali łakoci ofiarowanych przez sponsorów. Wzajemnie spędzone chwile zaowocowały powstaniem nici przyjaźni i wspólnej przestrzeni międzypokoleniowej.

Osoby widniejące na fotografiach wyrażają zgodę na udostępnienie swojego wizerunku na potrzeby akcji Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu, promującej dobre praktyki oraz pozytywny wizerunek aktywnego seniora.

Projekt socjalny

„Spotkanie opłatkowe”



Cel główny

Głównym celem projektu było zorganizowanie spotkania wigilijnego dla 20 seniorów, zamieszkałych w rejonie działania Osiedlowej Sekcji Pomocy Społecznej Nr 3 „Wschód”. Spotkanie odbyło się 13 grudnia 2010 r. w jadalni „U św. Antoniego”.



Cele szczegółowe:

- kontynuacja spotkań,
- pozyskanie sponsorów do realizacji projektu,
- pokazanie alternatywnych form spędzania czasu wolnego,
- aktywizacja osób starszych,
- integracja uczestników spotkania.



Osoby widniejące na fotografiach wyrażają zgodę na udostępnienie swojego wizerunku na potrzeby akcji Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu, promującej dobre praktyki oraz pozytywny wizerunek aktywnego seniora.

Okres około bożonarodzeniowy jest doskonałym momentem do zorganizowania spotkania w nastroju świątecznym. Osobom starszym, niepełnosprawnym, często samotnym coraz trudniej odnaleźć się i sprostać trudnościom dnia codziennego. Osamotnieni, spychani na margines życia społecznego, starsi ludzie unikają kontaktów z drugim człowiekiem. Jednak magiczna aura świąt sprawia, że wszyscy spontanicznie otwierają się na drugiego człowieka. Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom po raz kolejny pracownicy OSPS Nr 3 „Wschód” zorganizowali spotkanie opłatkowe.

Realizatorem projektu byli pracownicy MOPR – pracownicy socjalni Osiedlowej Sekcji Pomocy Społecznej Nr 3 „Wschód”.

Partnerzy projektu:

- Parafia Matki Bożej Fatimskiej we Włocławku,
- MOPR – Jadłodajnia „U św. Antoniego”,
- Fundacja „Dar Serca”.

Zakładane rezultaty:

- aktywizacja ludzi starszych,
- kolejne spotkanie i wspólne spędzenie czasu wolnego,
- kontynuacja współpracy z instytucjami w ramach CAL oraz nawiązanie nowych kontaktów.



Ewaluacja projektu

Zorganizowanie przedsięwzięcia było możliwe po wcześniejszym zaproszeniu do współpracy osób i instytucji. Pani kierownik jadłodajni nieodpłatnie udostępniła salę na zorganizowanie wigilii. Zgodnie z wcześniej ustalonym jadłospisem pracownicy jadłodajni przygotowali potrawy świąteczne. Nie zabrakło bożonarodzeniowych akcentów: udekorowana choinka, świąteczne stroiki, szopka. Życzenia i wspólne kolędowanie stworzyły niepowtarzalny nastrój. Dopelnieniem bożonarodzeniowej atmosfery byli księża z Parafii Matki Bożej Fatimskiej we Włocławku – proboszcz Ojciec Kamil M. Kraciuk oraz Brat Stanisław M. Krause. Na zakończenie pracownicy socjalni wręczyli seniorom świąteczne upominki, a kapłani podarowali każdemu uczestnikowi kalendarze na 2011 rok z wizerunkiem męczennika księdza Jerzego Popiełuszki.

Osoby widniejące na fotografiach wyrażają zgodę na udostępnienie swojego wizerunku na potrzeby akcji Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu, promującej dobre praktyki oraz pozytywny wizerunek aktywnego seniora.

Osoby uczestniczące w projekcie z nieukrywaną radością deklarowały chęć uczestnictwa w kolejnych tego typu przedsięwzięciach, co potwierdza, że zamierzone cele zostały zrealizowane.

Projekt Socjalny

„Wycieczka dla osób niepełnosprawnych i starszych do Lichenia”



Cel główny:

- Zminimalizowanie izolacji społecznej u osób niepełnosprawnych i starszych poprzez zorganizowanie wycieczki do Lichenia.

Cele szczegółowe:

- wzmocnienie psychiczne,
- stworzenie warunków do nawiązania nowych znajomości u osób z orzecznym stopniem niepełnosprawności,
- przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób niepełnosprawnych,
- przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób starszych,
- wspólne spędzanie czasu,
- rozbudzenie zainteresowania poznawczo-kulturalnego,
- wspólny posiłek.

Projekt „Wycieczka dla osób niepełnosprawnych do Lichenia” jest kolejnym projektem organizowanym przez Osiedlową Sekcję Pomocy Społecznej Nr 3 „Wschód”. Wycieczka ma zapewnić osobom niepełnosprawnym możliwość umiejętnego i efekownego wykorzystania czasu wolnego, a także umożliwić wyjazd z miejsca zamieszkania, pozwolić na oderwanie się od spraw dnia codziennego. Zrealizowanie zadania umożliwi osobom niepełnosprawnym uczestniczenie w życiu społecznym oraz nawiązanie kontaktów międzyludzkich.

Realizator projektu:

- MOPR pracownicy socjalni Osiedlowej Sekcji Pomocy Społecznej Nr 3 „Wschód”.

Osoby widniejące na fotografiach wyrażają zgodę na udostępnienie swojego wizerunku na potrzeby akcji Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu, promującej dobre praktyki oraz pozytywny wizerunek aktywnego seniora.

Partnerzy projektu:

- Piekarnia przy ul. Nowcy - sponsor artykułów cukierniczych,
- „Bomila” Spółka z o.o. - sponsor artykułów cukierniczych,
- Środki finansowe z konta przeciwalkoholowego,
- Jadłodajnia „U św. Antoniego” - przygotowanie posiłku w postaci zestawu obiadowego.

Podejmowane działania:

Wycieczka odbyła się 28.05.2010 r. Przewodnik oprowadził nas po kościele św. Doroty, gdzie znajduje się oryginał obrazu Matki Bożej Licheńskiej. Opowiedział nam także historię powstania świątyni i innych obiektów zbudowanych w tym miejscu. Następnie poszliśmy do Bazyliki i oglądaliśmy obrazy, na których był Ojciec Święty Jan Paweł II. Następnym punktem wycieczki był smaczny obiad, który spożyliśmy w plenerze. Po posiłku udaliśmy się na Gólgotę, na której szczycie widnieje krzyż oraz postać Matki Bożej i Św. Jana. To ulubione miejsce modlitwy pielgrzymów. Ostatnim punktem wycieczki było cudowne źródło, darzone przez pielgrzymów wielkim pietyzmem. Wodę, która z niego wytryska, traktują, jako symboliczny dar zdrowia.



Bardzo miło i przyjemnie spędziliśmy ten wspólny czas, wykorzystując go na modlitwę, zwiedzanie Lichenia i innych obiektów sakralnych, które zapadły nam głęboko w pamięć.



Zrealizowane zadanie umożliwiło osobom niepełnosprawnym uczestniczenie w życiu społecznym oraz nawiązanie kontaktów międzyludzkich. W czasie trwania wycieczki nawiązały się nowe przyjaźnie.

Osoby widniejące na fotografiach wyrażają zgodę na udostępnienie swojego wizerunku na potrzeby akcji Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu, promującej dobre praktyki oraz pozytywny wizerunek aktywnego seniora.

Praca socjalna z seniorami

Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr 1 „Śródmieście”

Przed kilkoma laty stworzony został projekt pod hasłem „Świąteczny łańcuch pokoleń”. Jego głównym celem była integracja lokalnego środowiska. Pracę integracyjną rozpoczęło zorganizowanie Dnia Babci i Dziadka w SP nr 3, na który zaproszeni zostali pensjonariusze Ośrodka Dziennego Pobytu przy ulicy Brzeskiej oraz najstarsi mieszkańcy dzielnicy.

Efektem tego spotkania obfitującego w walory artystyczne oraz łyzy wzruszenia było zaproszenie dzieci przez pensjonariuszy ODP z okazji Dnia Dziecka. Starsi państwo podjęli dzieci w swojej placówce zapewniając im liczne atrakcje w postaci konkursów wokalnych i sportowych na świeżym powietrzu.

W kolejnym roku Dzień Babci i Dziadka zorganizowany został w Szkole Podstawowej nr 10, a rewizyta dzieci ponownie miała miejsce w ODP przy ul. Brzeskiej.

W międzyczasie zorganizowane były bale karnawałowe i projekt pod tytułem „**Dzieci darczyńcom**”, podczas którego dzieci ze świetlicy Zapiecek wręczały sponsorom symboliczną bombkę choinkową wyrażając w ten sposób wdzięczność za okazane serce.

Jako animatorzy lokalnego środowiska staraliśmy się uwrażliwiać młode pokolenie na potrzeby seniorów, seniorów zaś na potrzeby najmłodszych. Ponieważ potrzebą najstarszego pokolenia jest bez wątpienia kontakt z innymi, natomiast dla dzieci ważne jest kulturalne i bezpieczne spędzanie czasu wolnego, zorganizowane zostało przedsięwzięcie pod tytułem „**Wspólne kołędowanie**”. Podczas tego spotkania dzieci ze świetlicy „Zapiecek” podjęły seniorów z ODP, by wspólnie śpiewać kolędy i pastorałki, kultywując tradycje Świąt Bożonarodzeniowych i jednoczenie się przy wspólnym stole.

Kolejną cykliczną imprezą były **biesiady poetyckie**, do których udziału zaproszeni zostali przedstawiciele śródmiejskich szkół podstawowych i gimnazjalnych, dzieci i młodzież ze świetlicy „Zapiecek” oraz pensjonariuszy ODP. W każdej z tych placówek ogłoszony został konkurs na najpiękniejszy wiersz o danej porze roku, a placówki te we własnym zakresie wyłoniły po 5 swych reprezentantów.

Powstała poezja zachwycała i wzruszała wszystkich zgromadzonych. Innowacyjnym charakterem biesiad była forma głosowania. Zrezygnowano z jury, na rzecz głosowania publiczności za pomocą cukierków. Nic zatem dziwnego, że biesiady okrzyknięto mianem „słodkich biesiad poetyckich”.

Z każdą porą roku przybywało twórców, wierszy i gości. Sala kameralna Miejskiej Biblioteki Publicznej wypełniała się po brzegi. Zawsze starano się pamiętać o świątach przypadających w określonych porach roku. Były więc wiersze z okazji Dnia Babci i Dziadka, Dnia Matki i Dnia Dziecka. Były serdeczności z okazji Dnia Seniora i historycznie wspomnienia z okazji Świąta Niepodległości. Zarówno seniorzy, jak i młodzież przygotowywali z tych okazji wzruszające programy artystyczne.

Podczas wiosennej biesiady poetyckiej zorganizowano wernisaż fotografii Patryka Ostrowskiego - ówczesnego maturzysty i późniejszego fotografa „Śródmiejskich Wieści”.

9-cio miesięczny okres trwania projektu wzmocnił w uczestnikach poczucie własnej wartości, zwiększył wiarę w ich możliwości, nauczył otwartości w kontaktach międzyludzkich.

Ogromne zaangażowanie twórców, ich pasja i kreatywność zostały nagrodzone wydaniem tomiku poezji pt. „Cztery pory roku z poezją”. Jego wręczenie, podczas finałowej edycji biesiad, było ogromnym zaskoczeniem dla wszystkich uczestników. Z kolei dla nas – organizatorów przedsięwzięcia wielkim zaskoczeniem były dyplomy i listy pochwalne wręczone nam przez przedstawicieli placówek biorących udział w biesiadach.