

Najciekawsze dobre praktyki na rzecz osób starszych w województwie kujawsko-pomorskim

W naszym kraju zauważa się zjawisko starzenia się społeczeństwa oraz stały wzrost liczby osób w wieku emerytalnym. Z upływem lat przybywa osób starszych, dysponujących dużą ilością wolnego czasu i chcących ten czas spożytkować w sposób aktywny i pomysłowy. Z tego też względu należałoby okazać większe zainteresowanie i wsparcie dla tej grupy społecznej. Aby zachęcić różne instytucje do zwiększenia zadań z zakresu działań aktywizujących i integrujących osoby starsze, aby przedsięwzięcia te stale się pogłębiały i doskonaliły, należy wymieniać się wiedzą i pomysłami, korzystać z doświadczeń i praktyk realizowanych przez różne podmioty. Stąd pomysł Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu na stworzenie bazy ciekawych przedsięwzięć na rzecz osób starszych podejmowanych przez wybrane instytucje pomocy społecznej z województwa kujawsko-pomorskiego. Baza powstała w oparciu o wybrane materiały przesłane przez Domy Pomocy Społecznej, Dienne Domy Pomocy Społecznej oraz Ośrodki Pomocy Społecznej z naszego regionu. Niniejszy artykuł zawiera najciekawsze projekty i inicjatywy z trzech wybranych instytucji pomocy społecznej z naszego województwa, które godne są kontynuowania i upowszechnienia.

Jedną z placówek prężnie działających na rzecz seniorów jest **Dom Pomocy Społecznej w Inowrocławiu**. Pracownicy Domu podejmują wiele działań, aby zaktywizować swoich mieszkańców, zintegrować ich ze społecznością lokalną oraz z innymi seniorami. W



tym celu organizowane są m.in. **Powiatowe Dni Seniora** finansowane przez Starostwo Powiatowe w Inowrocławiu. Jest to impreza cykliczna, odbywająca się raz w roku – w październiku z okazji Międzynarodowego Dnia Seniora. Miała już ona swoje trzy edycje. Celem przedsięwzięcia jest przede wszystkim integracja mieszkańców z

seniorami z różnych środowisk i grup społecznych, uwrażliwienie społeczeństwa na potrzeby ludzi starszych oraz umożliwienie im uczestnictwa w kulturze. Adresatem spotkań jest społeczność lokalna – mieszkańcy miasta, powiatu, domów pomocy społecznej, uczestnicy domów dziennego pobytu, klubów seniora oraz Uniwersytetu III Wieku w Inowrocławiu. W obchodach tych uczestniczy najczęściej ok. 250 osób. **I Powiatowe Dni Seniora** odbyły się w

dniach od 01.10.2009 roku do 03.10.2009 roku. Program imprezy obfitował w wiele wydarzeń artystyczno-kulturalnych, m.in. konkursy, zabawy, pokaz tańca, prelekcję dr pedagogiki Hanny Solarczyk pt: „Dorośli uczą się inaczej”, koncert pt: „Ulubione pieśni Jana Kiepury” w wykonaniu artystów scen bydgoskich z Klubu Środowisk Twórczych w



Bydgoszczy oraz program kabaretowy w wykonaniu zespołu „Radojewiczanie” z Radojewic.

II Powiatowe Dnia Seniora odbyły się 02 października 2010 roku pn: „Miłość nie jedno ma imię” w Sali Koncertowej Szkoły Muzycznej w Inowrocławiu. W programie zaprezentowane zostały pokazy tańca towarzyskiego, utwory Chopinowskie,

zaś głównym punktem imprezy był program słowno-muzyczny w wykonaniu artystów scen bydgoskich z Klubu Środowisk Twórczych w Bydgoszczy: Teresy Wądzińskiej, Urszuli Walaszczyk, Wiesława Raczkowskiego i Piotra Trella.



III Powiatowe Dni seniora odbyły się 02 października 2011 roku. Główną atrakcją był koncert pt: „W rytmie Czardasza” w Sali



Koncertowej Szkoły Muzycznej w Inowrocławiu. Artyści scen bydgoskich zaprezentowali publiczności w formie wokально-instrumentalnej muzykę klasyczną, natomiast zespół cygański „Romana Dżipen” w formie tanecznej najpiękniejsze czardasze.

Organizowane przez Dom Pomocy Społecznej w Inowrocławiu „Powiatowe Dni Seniora” to tylko

jedna z inicjatyw podejmowanych na rzecz osób starszych. Ponadto prowadzą także **Akademię Pogodnego Seniora** – są to cykliczne zajęcia o różnej tematyce (np. bezpieczeństwo osób starszych, pszczelarstwo, tradycje i kultura Kujaw itp.). Na terenie Domu działa również zespół wokально-instrumentalny „Sami Swoi”, który odpowiedzialny jest za przygotowanie programów słowno-muzycznych, biesiadnych i folklorystycznych w ramach różnych przeglądów i konkursów, jednak przede wszystkim wzbogaca wszelkie imprezy odbywające się na terenie Domu. Ważna jest także współpraca DPS z fundacją Ekspert-Kujawy, w zakresie której realizowano m.in. zadanie pn. „Akademia III wieku

Fundacji Ekspert-Kujawy”, w ramach którego odbył się piknik integracyjny z bogatym programem warsztatowym i artystycznym.

Kolejną instytucją realizującą ciekawe inicjatywy na rzecz seniorów jest „Stowarzyszenie z Potrzeby Serca” działające przy **Domu Dziennego Pobytu „Senior” w Bydgoszczy**. Wspiera ono bydgoskich seniorów poprzez organizowanie m.in. imprez, konkursów, ćwiczeń z samoobrony, zajęć z bezpieczeństwa oraz zapewnia możliwość uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych. Jednak jednym z innowacyjnych i cieszących się dużym zainteresowaniem ze strony seniorów przedsięwzięciem jest organizowany cyklicznie



„Przemarsz Kapeluszowy”. Projekt ma na celu aktywizację osób starszych, samotnych i niepełnosprawnych, ich integrację z innymi seniorami oraz młodszym pokoleniem. Jest także formą manifestacji tej grupy społecznej, ukazując, iż wiek nie musi być ograniczeniem i przeszkodą w realizacji zainteresowań.

Przemarsz corocznie odbywa się w Bydgoszczy. Wtedy to ulicami miasta przechodzi barwny korowód osób zaopatrzonych w kolorowe kapelusze, balony i inne akcesoria, który to zatrzymuje się na Starym Rynku, gdzie odbywają się imprezy towarzyszące. W 2011 roku były to m.in. występy formacji tanecznej „Senior” z Domu Dziennego Pobytu „Senior”, pokaz sztuk magicznych z użyciem kapelusza, zaprezentowany przez bydgoskiego mistrza iluzji. Atrakcją programu były również konkursy z nagrodami. Ponadto można było posłuchać pięknych piosenek w wykonaniu młodej artystki, która jednocześnie była konferansjerką podczas uroczystości. „Przemarsz Kapeluszowy” z roku na rok cieszy się większym zainteresowaniem i przybywa mu coraz więcej uczestników – już nie tylko mieszkańców Bydgoszczy, ale także z całego województwa kujawsko-pomorskiego.



Godne upowszechniania są również działania na rzecz osób starszych podejmowane przez **Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więborku**. Jest to szereg przedsięwzięć realizowanych we współpracy m.in. z Polskim Związkiem Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Klubem Seniora, a także projekty realizowane samodzielnie. W latach poprzednich realizowano m.in. następujące projekty: „WSPIERAJmy siebie –cykliczne

imprezy integracyjne dla osób niepełnosprawnych”, „Bądźmy razem, nie musisz być sam”, Piknik Przyjaźni, Osadę Krajeńską, imprezę taneczną dla seniorów i wieczerzę wigilijną dla osób niepełnosprawnych. Jednym z większych przedsięwzięć, które przyczyniło się do powstania w Więcborku Klubu Seniora, był projekt pn. „**W 80 dni dookoła aktywności – Klub Seniora w gminie Więcbork**”. Realizowany był on w okresie od 01.10.2009 roku do 30.09.2010 roku w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, Priorytet VII *Promocja*



Integracji Społecznej, Działanie 7.3. Inicjatywy lokalne na rzecz aktywnej integracji. Koncepcję projektową przygotowano z myślą o seniorach zamieszkujących na terenie miasta i gminy Więcbork – osobach nieaktywnych zawodowo. Aktywnie do tworzenia Klubu włączył się Polski Związek Emerytów,

Rencistów i Inwalidów w Więcborku. Działania projektowe zrealizowano w dwóch modułach: edukacyjnym, w ramach którego organizowane były spotkania ze specjalistami, zajęcia artystyczne, gry, warsztaty komputerowe, spotkanie ze stylistką oraz moduł animacyjny podczas którego stworzono kącik prasowy i internetowy oraz wiele wyjazdów kulturalno-integracyjnych.

Łącznie odbyło się 80 spotkań grupowych (stad też tytuł projektu). Uczestnicy spotkań mieli wpływ na ich charakter, poprzez wskazywanie potrzeb i preferowanej tematyki oraz możliwość czynnego uczestniczenia w trakcie planowania zadań realizowanych w projekcie.

Po zakończeniu projektu w okresie od października do grudnia 2010 r. odbywały się dalsze spotkania seniorów, finansowane ze środków własnych gminy Więcbork. Od sierpnia 2011 r. Klub Seniora ponownie wznowił swoją działalność. Obecnie Klub finansowany jest ze środków własnych gminy Więcbork. Dotychczas zorganizowane były zajęcia plastyczne, wyjazd do Teatru Polskiego w Bydgoszczy oraz pielgrzymka do Sanktuarium Maryjnego w Górze Klasztornej. Planowane są również zajęcia edukacyjno-kulturalne, sportowo-rekreacyjne oraz spotkania z pielęgniarką. Klub Seniora ma przede wszystkim aktywizować i integrować osoby starsze z terenu gminy Więcbork oraz przyczynić się do integracji międzypokoleniowej i rozwoju zainteresowań.



Bardzo ważna dla działalności na rzecz osób starszych jest współpraca ośrodka z **Polskim Związkiem Emerytów, Rencistów i Inwalidów – Oddział Rejonowy w**

Więcborku. Związek działa już 30 lat i systematycznie i z wielkim zapalem organizuje



różnorodne spotkania integracyjne, np. imprezy, wycieczki plenerowe, wyjazdy do teatru i opery, itp. W ramach imprez, zorganizowano m.in. : Biesiadę z okazji Tłustego Czwartku, Piknik Integracyjny, Spotkanie w Ośrodku Wypoczynkowym Malwa w Luchowie, Zabawę Andrzejkową, Spotkanie opłatkowe

oraz Wigilię dla osób samotnie spędzających Święta.

Jednak głównym osiągnięciem Związku jest zainicjowanie i organizowanie międzygminnej imprezy integracyjnej – pn. **Wieczór Seniora**, organizowanej już od 14 lat. Dzięki umiejętnemu zaangażowaniu licznej grupy osób dobrej woli, corocznie udaje się zorganizować huczną imprezę na około 300 osób, której uczestnikami są mieszkańcy gminy Więcbork oraz przyległej gminy Sośno. Spotkanie jest wyjątkową okazją do uhonorowania par małżeńskich obchodzących 50-lecie pożycia małżeńskiego, wręczenia symbolicznej nagrody i przekazania najszczerzych podziękowań dla Seniora Roku, itp.



Wszystkie realizowane przez Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku przedsięwzięcia przynoszą duże efekty dla środowiska osób starszych zamieszkałych na terenie gminy Więcbork. Przyczyniają się one do aktywizacji osób starszych, polepszania ich wizerunku w środowisku lokalnym, a także zachęcają do aktywnego spędzania czasu wolnego.

Przedstawione powyżej projekty i inicjatywy na rzecz osób starszych mogą być inspiracją dla różnych instytucji prowadzących działalność dla seniorów. Warto więc dzielić się pomysłami, doświadczeniami i sukcesami, aby działania te stale się pogłębiały i rozwijały, a dzięki nim i życie osób starszych stało się pełniejsze i ciekawsze.