

ZARZĄDZENIE NR 302/V/2010

PREZYDENTA MIASTA KONINA

z dnia 07.10.2010 r.

w sprawie wprowadzenia “Programu zajęć dla seniorów z terenu miasta Konina realizowanego w Klubie Integracji Społecznej Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie w okresie styczeń 2011 – grudzień 2012r.”

Na podstawie art. 30 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2001 r. Nr 142, poz. 1591 ze zm.) oraz art. 17 ust. 1 pkt 1 ust. ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U z 2009r. Nr.175, poz.1362 z późn.zm.) zarządza się, co następuje:

§ 1

W celu zrealizowania zadań wynikających z ustawy o pomocy społecznej oraz z przyjętej Uchwałą Rady Miasta Konina Nr 720 z dnia 3 października 2006r. „Lokalne Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych dla Miasta Konina na lata 2006-2015” „, w części dotyczącej programów pomocy społecznej, profilaktyki rozwiązywania problemów alkoholowych i innych, których celem jest integracja osób i rodzin z grup szczególnego ryzyka. Realizując cel strategiczny „O godne życie ludzi starszych – strategia poprawy jakości życia” wprowadza się “Program zajęć dla seniorów z terenu miasta Konina realizowany w Klubie Integracji Społecznej Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie w okresie styczeń 2011 – grudzień 2012 r.”, który stanowi załącznik do Zarządzenia.

§ 2

Wykonanie zarządzenia powierza się Dyrektorowi Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie.

§ 3

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Zastępca Prezydenta Miasta Konina

Andrzej Sybis

**„ZŁOTA JESIEŃ ŻYCIA” - PROGRAM ZAJĘĆ DLA SENIORÓW
Z TERENU MIASTA KONINA REALIZOWANY
W KLUBIE INTEGRACJI SPOŁECZNEJ MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY
RODZINIE W KONINIE
W OKRESIE STYCZEŃ 2011 – GRUDZIEŃ 2012 r.**

WSTĘP

Klub Integracji Społecznej został uruchomiony na podstawie Zarządzenia Nr 415/IV/2006 Prezydenta Miasta Konina z dnia 18.05.2006 roku.

Klub Integracji Społecznej jest prowadzony przez Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Koninie, a głównym celem jego działalności jest reintegracja zawodowa i społeczna osób długotrwale bezrobotnych, ale także dotkniętych innymi problemami i zagrożonych wykluczeniem społecznym z terenu Konina, czyli realizacja działań umożliwiających indywidualnym osobom oraz ich rodzinom pomoc w odbudowaniu i podtrzymaniu umiejętności uczestnictwa w życiu społeczności lokalnej, powrocie do pełnienia ról społecznych w miejscu zamieszkania oraz podniesieniu kwalifikacji zawodowych.

Realizując różnorodne programy Klub Integracji Społecznej wychodzi naprzeciw problemom osób z grup szczególnego ryzyka. Programy skierowane są między innymi dla osób bezrobotnych i bezdomnych, dla kobiet dotkniętych problemem przemocy domowej, jak również dla matek samotnie wychowujących dzieci.

Zadania realizowane przez Klub Integracji Społecznej wynikają także z przyjętej Uchwałą Rady Miasta Konina Nr 720 z dnia 3 października 2006 roku „Lokalnej Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych dla Miasta Konina na lata 2006 – 2015”, w części dotyczącej programów pomocy społecznej, profilaktyki rozwiązywania problemów alkoholowych i innych, których celem jest integracja osób i rodzin z grup szczególnego ryzyka. Jedną z części strategii „O godne życie ludzi starszych- strategia poprawy jakości życia” skierowana jest dla seniorów i jej celem głównym jest rewitalizacja życia ludzi starszych poprzez rozwijanie własnej aktywności, budowanie i wzmacnianie kompetencji niezbędnych do opieki i wsparcia seniora w rodzinie oraz społeczności lokalnej. Przy opracowywaniu strategii Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Koninie współpracując z radnymi Rady Miasta Konina, z placówkami i instytucjami działającymi na rzecz osób starszych, organizacjami pozarządowymi i Państwową Wyższą Szkołą Zawodową w Koninie opracował diagnozę problemów społecznych osób starszych. Było to niezbędne do zaproponowania optymalnej wersji prognozy i budowy strategii. Mając na uwadze potrzeby zgłaszane przez seniorów z terenu miasta Konina i opierając się na powyższej strategii, Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Koninie postanowił opracować program skierowany dla starszej części mieszkańców naszego miasta, który będzie realizowany w Klubie Integracji Społecznej

OPIS PROBLEMU

O tym, że starość jest nieunikniona wie każdy z nas, starzejemy się wszyscy. Starość przebiega w różny sposób, ma różne oblicza. Do najważniejszych problemów ludzi starszych można zaliczyć samotność, chorobę, inwalidztwo, życie w ubóstwie, poczucie nieprzydatności. Wszystkie te problemy wskazują na uogólnienia i marginalizację osób starszych czego przykładem może być stopniowe eliminowanie ich z aktywnego życia zawodowego i społecznego w momencie przekraczania granicy wieku emerytalnego. Osoby starsze boją się nie tylko chorób i niepełnosprawności, ale także osamotnienia i nietolerancji. Jest to okres trudny i człowiek musi zostać do niego odpowiednio przygotowany. W okresie tym człowiek dokonuje analizy i podsumowania dotychczasowego życia. Czasami podkreśla się jej negatywny wymiar związany z doświadczaniem różnorodnych strat. Starość może być także postrzegana jako czas podejmowania nowych wyzwań i ról społecznych oraz odpoczynku od pracy zawodowej. Zdarza się, że ludzie starsi w społeczeństwie postrzegani są jako osoby zbędne i bierne, a zapomina się o ich bagażu doświadczeń i bogatym zasobie posiadanej wiedzy.

Obecna sytuacja demograficzna regionu konińskiego wydaje się być szczególnie silnym argumentem w dyskusji nad jakością życia w okresie starości. Proces starzenia się społeczeństwa ma charakter ciągły i postępujący. Z danych Urzędu Miasta Konina – Wydział Spraw Obywatelskich wynika, iż w 2008r. w Koninie zamieszkiwało 78 139 osób w tym 12 394 w wieku poprodukcyjnym co stanowi 16% ogólnej liczby mieszkańców. Tempo wzrostu ludności w starszym wieku pozwala stwierdzić, iż w przyszłości region koniński należeć może do regionów o intensywnym procesie starzenia się ludności. W związku z tym należy jak najwcześniej podejmować działania zmierzające do poprawy jakości życia osób starszych.

Pomimo tego, iż część seniorów z terenu naszego miasta należy do różnego rodzaju stowarzyszeń, klubów, wspólnot, Uniwersytetu III Wieku, nadal styl życia przeważającej liczby osób w podeszłym wieku charakteryzuje niewielka aktywność. Seniorzy większość czasu spędzają w swoich domach. Tymczasem ludziom tym potrzebna jest akceptacja otoczenia i konieczność aktywnego uczestnictwa w życiu, we wszystkich jego dziedzinach. Sami ludzie starsi powinni się lepiej organizować i prowadzić aktywną działalność, aby w świadomości młodych zniknął obraz zniedołężniałych i zakompleksionych starszków. Aby zachęcić osoby starsze do większej aktywności, a młodzież do nawiązywania kontaktów z osobami starszymi, konieczne jest wprowadzanie i realizowanie nowych programów skierowanych dla starszej części naszego społeczeństwa.

Niniejszy program wychodzi naprzeciw problemom osób starszych i ich rodzinom oraz ma na celu przeciwdziałanie wycofaniu z życia społecznego, rozwijanie własnej aktywności osób starszych, a także przełamanie stereotypów dotyczących „jesieni życia”. – jako okresu

wypełnionego chorobami, samotnością i bezczynnością poprzez wsparcie seniora w rodzinie i w społeczności lokalnej.

CEL GŁÓWNY PROGRAMU

Zwiększenie możliwości aktywnego uczestnictwa osób starszych w życiu społecznym i kulturalnym oraz nabycie nowych umiejętności przez seniorów z terenu miasta Konina poprzez ukończenie cyklu zajęć w Klubie Integracji Społecznej.

CELE SZCZEGÓŁOWE

1. Działania o charakterze terapeutycznym, psychoedukacyjnym i samopomocowym, zmierzające do zwiększenia poczucia własnej wartości i samooceny osób starszych.
2. Zapewnienie wymiany doświadczeń między osobami starszymi poprzez utworzenie samopomocowej grupy wsparcia .
3. Poznanie technik radzenia sobie ze stresem.
4. Poznawanie nowych alternatyw spędzania czasu wolnego poprzez organizowanie wyjść do kina i imprez okolicznościowych.
5. Motywowanie do utrzymania adekwatnej do stanu zdrowia aktywności fizycznej, edukacja ludzi starszych w zakresie zachowań prozdrowotnych.
6. Działania mające na celu rozwijanie własnych pasji i zainteresowań, udziału w przedsięwzięciach społecznych i kulturalnych.
7. Podtrzymanie i rozwijanie aktywności intelektualnej seniorów.
8. Budowanie pozytywnego myślenia, przełamanie stereotypów, poznanie własnych predyspozycji i mocnych stron.
9. Działania mające na celu integrację i wymianę doświadczeń między młodszymi uczestnikami zajęć w KIS, a seniorami.
10. Działania o charakterze socjalnym, mające na celu indywidualną pomoc w rozwiązywaniu trudnych, konfliktowych sytuacji rodzinnych, w tym pomoc finansowa.
11. Ograniczenie niepożądanych zjawisk społecznych.

Cele te zostaną osiągnięte poprzez realizację następujących zajęć:

Program modułu zajęciowego w Klubie Integracji Społecznej Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie seniorów z ternu miasta Konina

<i>L. p.</i>	<i>Rodzaje i formy zajęć</i>	<i>Osoby odpowiedzialne</i>	<i>Ilość godzin</i>
1.	Warsztaty psychoedukacyjne „Komunikacja i integracja”	Psycholog, terapeuta (w ramach współpracy z WUP lub PWSZ)	9 h
2.	Warsztaty „Radzenie sobie ze stresem”	Psycholog, terapeuta (w ramach współpracy z WUP lub PWSZ)	9 h
3.	Warsztaty asertywności	Psycholog, terapeuta (w ramach współpracy z WUP lub PWSZ)	9 h
4.	Instytucjonalna pomoc i wsparcie seniora w Koninie- wykład	Pracownicy MOPR Konin	2 h
5.	Spotkanie informacyjne z przedstawicielem lub przedstawicielami Uniwersytetu Trzeciego Wieku lub Politechniki Trzeciego Wieku (NOT) mające na celu zachęcenie seniorów do podejmowania tej formy aktywności	Przedstawiciel Uniwersytetu III Wieku w Koninie lub Politechniki Trzeciego Wieku	2 h
6.	Indywidualne porady prawne	Prawnik MOPR Konin	w zależności od zapotrzebowania
7.	Oblicza starości – wykład	Gerantolog – wykładowca z PWSZ Konin	3 h
8.	Edukacja zdrowotna – zajęcia z udzielania pierwszej pomocy, bezpłatne badanie słuchu wraz z wykładem.	Ratownik medyczny, protetyk słuchowy (w ramach wolontariatu)	6 h
9.	Spotkanie informacyjne z funkcjonariuszem Policji z Wydziału Prewencji mające na celu zapoznanie uczestników zajęć z zagrożeniami jakie mogą spotkać osoby starsze w miejscach zamieszkania i miejscach publicznych, w środkach komunikacji publicznej czy w ruchu drogowym.	Funkcjonariusz Komendy Miejskiej Policji w Koninie	2h

<i>L. p.</i>	<i>Rodzaje i formy zajęć</i>	<i>Osoby odpowiedzialne</i>	<i>Ilość godzin</i>
10.	Przeciwdziałanie przemocy wobec osób starszych- krótki kurs samoobrony	Instruktor (w ramach wolontariatu)	5h
11.	„Makijaż seniorki”- krótki kurs wizażu dla Pań. Zorganizowanie pokazu mody dla seniorek.	Kosmetyczka (w ramach wolontariatu)	2h
12.	Warsztaty relaksacyjne - joga	Nauczyciel jogi (w ramach wolontariatu)	10h
13.	Organizowanie spotkań samopomocowej grupy wsparcia . Działania mające na celu integrację grupy, zapewnienie wymiany doświadczeń między seniorami.	Pracownik socjalny i specjalista pracy z rodziną Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie	Na bieżąco
14.	Wyjścia do kina, oglądanie tv i filmów. (organizowane także wspólnie z młodszymi uczestnikami zajęć w KIS w celu integracji międzypokoleniowej)	Pracownik socjalny i specjalista pracy z rodziną Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie	Na bieżąco
15.	Biblioteka seniora Zajęcia w Miejskiej Bibliotece Publicznej- biblioteka multimedialna	Pracownik biblioteki (w ramach wolontariatu)	2h
16.	Spotkanie z książką - wizyta u konińskiej pisarki Janiny Perathoner	Pracownicy Klubu Integracji Społecznej	2h
17.	Możliwość skorzystania z zajęć podnoszące umiejętności: nauka języków obcych, obsługa komputera oraz Internetu, w zależności od możliwości inne zajęcia tematyczne planowane na bieżąco, z uwzględnieniem oczekiwań i predyspozycji uczestników.	Informatyk Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie wolontariusze Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Koninie, pracownik socjalny Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie,	Na bieżąco
18.	Popołudnia z muzyką (prowadzone przez młodzież w celu integracji międzypokoleniowej). Koncert pt. "Piosenka stara jak świat" w wykonaniu uczniów Szkoły Muzycznej I i II stopnia.	Pracownicy Klubu Integracji Społecznej; młodzież grająca na instrumentach	Na bieżąco

<i>L. p.</i>	<i>Rodzaje i formy zajęć</i>	<i>Osoby odpowiedzialne</i>	<i>Ilość godzin</i>
19.	Spacery i wycieczki Zwiedzanie np. Galerii "Łaźnia", Muzeum w Gosławicach. Wystawy sztuki organizowane w Wieży Ciśnień, w CKiS oraz w Miejskiej Bibliotece Publicznej	Pracownicy Klubu Integracji Społecznej	Na bieżąco
20.	Popołudnia przy herbatce - Wyjście do kawiarni	Pracownicy Klubu Integracji Społecznej	Na bieżąco

Powyższe cele i działania mogą ulec modyfikacji w trakcie realizacji programu w zależności od potrzeb i predyspozycji uczestników.

ODBIORCY PROGRAMU

Program skierowany jest dla seniorów (60+) z terenu miasta Konina.

Maksymalna liczba uczestników grupy biorącej udział w programie to 8-10 osób.

Przewidywana ilość grup – od 1 do 3, w zależności od ilości osób chętnych.

REALIZATORZY – PARTNERZY

1. Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Koninie
2. Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Koninie
3. Szkoła Muzyczna I i II stopnia im. I. J. Paderewskiego w Koninie
4. Uniwersytet III Wieku
5. Kluby Seniora z terenu Konina
6. Placówki wsparcia dziennego i całodobowego z terenu miasta
7. Organizacje pozarządowe zajmujące się problematyką osób starszych
8. Wojewódzki Urząd Pracy Oddział Zamiejscowy w Koninie
9. Pogotowie Ratunkowe w Koninie
10. Firma „Audiola”
11. Komenda Miejska Policji w Koninie
12. Koniński Dom Kultury
13. Młodzieżowy Dom Kultury

ZASIĘG

Miasto Konin.

PLANOWANE EFEKTY

- odbudowanie pozytywnego wizerunku własnej osoby,
- wzmocnienie poczucia własnej wartości, odkrycie swych mocnych stron i wykorzystywanie tej wiedzy w życiu codziennym,
- zwiększenie aktywności fizycznej i intelektualnej seniorów,
- integracja i wymiana doświadczeń między starszymi, a młodszymi uczestnikami zajęć w KIS,
- poznanie nowych alternatyw spędzania czasu wolnego,
- nabycie nowych umiejętności (podstawy znajomości języka obcego, obsługa internetu),
- nabycie umiejętności korzystania z instytucjonalnych, jak i oferowanych przez organizacje pozarządowe form wsparcia i pomocy,
- poznanie nowych, konstruktywnych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

KOSZTY PROGRAMU

Realizacja programu finansowana jest w ramach budżetu jednostki organizacyjnej samorządu terytorialnego – Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Koninie – sekcja Klub Integracji Społecznej; ze środków na realizację Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Większość zadań w ramach powyższego programu realizowana będzie w ramach współpracy i wolontariatu, nie będzie wymagała nakładów środków finansowych.

MONITORING I EWALUACJA

Monitorowanie wpływu prowadzonych zajęć na odzyskanie umiejętności prawidłowego funkcjonowania przez uczestników programu. Informacje uzyskane z powyższych działań będą wykorzystane do ewentualnych zmian w zajęciach realizowanych w ramach programu.

Opracowały: Lila Kubicka, Katarzyna Grabowska, Anna Głęb

Konsultacje: Józef Mazurkiewicz, Magdalena Zbyszewska