

**SPRAWOZDANIE**  
**Działu Realizacji Projektów**  
**z wykonania uchwały Nr PR.0007.208.2015 Rady Miasta Ruda Śląska**  
**z dnia 22.10.2015 r. w sprawie przyjęcia**  
**Programu Aktywności Lokalnej dla dzielnicy Orzegów na lata 2015 - 2017.**  
**Sprawozdanie z realizacji Programu w 2016 r.**

W załączniku do uchwały Rady Miasta Ruda Śląska Nr PR.0007.208.2015 Rady Miasta Ruda Śląska z dnia 28 października 2015 r. wskazano cel główny Programu Aktywności Lokalnej dla Orzegowa (PAL O), którym jest „Wzrost aktywności społecznej mieszkańców/nek dzielnicy Orzegów, w szczególności osób zagrożonych wykluczeniem społecznym korzystających ze wsparcia Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Rudzie Śląskiej” oraz cele szczegółowe, których osiągnięcie zapewniało osiągnięcie celu głównego.

W poniższym sprawozdaniu wykazano działania, służące osiągnięciu założonych w PAL celów szczegółowych:

1. Zrealizowano cel szczegółowy: **„Zwiększenie kompetencji społecznych uczestników/czek PAL”**.
  - 1.1. Dla potrzeb realizacji PAL zatrudniono dwóch **animatorów lokalnych** posiadających doświadczenie i umiejętności niezbędne do pracy ze społecznością lokalną w różnych grupach wiekowych. Wszystkie podejmowane działania animacyjne oraz dedykowane szkolenia dążyły do zwiększania kompetencji społecznych. Oprócz możliwości rozwoju swoich zdolności plastycznych, majsterkowania czy kulinarnych, osoby biorące udział w PAL miały możliwości rozwoju swoich umiejętności motywacyjnych, tworzenia pozytywnego nastroju, radzenia sobie z trudnymi emocjami czy zarządzania czasem. Uczestniczki/cy na bieżąco podczas zajęć przedstawiali różne sytuacje i uruchamiali dyskusję, w rezultacie czego uzyskiwały/li odpowiedzi na pytanie, jak zachować się w konkretnych sytuacjach życiowych.

Spotkania świetlicowe były poświęcane aktualnym sprawom społeczności Orzegowa, kształtowaniu postaw prospołecznych, integracji społeczności lokalnej, działaniom zmierzającym do podtrzymania i zachowania równego statusu kobiet i mężczyzn, pielęgnowaniu tradycji regionalnych czy wzmacnianiu więzi rodzinnych. Spotkania miały charakter dyskusji, zawierały elementy wspólnego planowania działań i demokratycznego podejmowania decyzji, a niektóre działania stanowiły inicjatywę własną uczestników/czek PAL.

1.2. Wszyscy/tkie uczestnicy/czki PAL byli/ły objęci/te **pracą socjalną** w ramach Sekcji Pracowników Socjalnych ds. Realizacji Projektów. W Sekcji zatrudnione były cztery pracownice (4 etaty), które podpisały **27** umów uczestnictwa w PAL, monitorowały ich realizację i świadczyły pracę socjalną na rzecz uczestników/czek projektu oraz członków ich rodzin. Pracownice socjalne wspierały i kształtowały umiejętności prawidłowego pełnienia ról społecznych i postaw obywatelskich uczestników/czek PAL. Praca socjalna w środowisku służyła rozbudzaniu i wspieraniu mieszkańców/nek Orzegowa w dążeniu do poprawy ich statusu społecznego i ekonomicznego.

1.3. W ramach programu mieszkańcy Orzegowa wzięli udział w następujących **szkoleniach**:

- „**Dekorator - bukieciarz** (II kwartał) - realizowane przez Centrum Kształcenia Praktycznego i Doskonalenia Zawodowego w Rudzie Śląskiej. Szkolenie cieszyło się bardzo dużym zainteresowaniem. W czasie kilku tygodni uczestnicy/czki PAL mieli/ały okazję nauczyć się jak w prosty i estetyczny sposób przygotować kompozycje kwiatowe, dekoracje okolicznościowe czy zapakować prezent. Prowadząca szkolenie wielokrotnie podkreślała, że grupa była bardzo zdyscyplinowana, pozytywnie nastawiona do zajęć i prezentowała wysoką kulturę osobistą, co ma duże znaczenie dla realizatorów projektu.

- „**Zarządzanie emocjami i radzenie sobie ze stresem**” (III kwartał). Szkolenie prowadzone było przez animatora, który posiadał odpowiednią wiedzę i wykształcenie niezbędne do prowadzenia szkoleń w tym zakresie (10 godzin). Jego celem było zdobycie umiejętności rozpoznawania własnych uczuć i odpowiedniego ich nazywania oraz wypracowanie własnych metod radzenia sobie ze stresem. Zajęcia prowadzone były w formie treningu opartego na pracy nad emocjami. Za pomocą technik wizualizacji uczestnicy/czki uczyli/ły się rozpoznawać swoje emocje, odpowiednio je klasyfikować, panować nad nimi i poddawać się relaksującym wpływom. Szkolenie pozwoliło im na zrozumienie roli równowagi emocjonalnej w procesie podejmowania decyzji, wypracowanie mechanizmów samokontroli i umiejętności rozmowy o uczuciach swoich i innych.

2. Zrealizowano cel szczegółowy: „**Promowanie postaw prospołecznych**”.

2.1. Przez cały rok prowadzony był **Punkt Pomocy Rzeczowej**. Do świetlicy PAL dostarczana była odzież, galanteria i zabawki, które segregowali/ły i układali/ły uczestnicy/czki PAL. Z Punktu mogli korzystać pozostali/te mieszkańcy/nki dzielnicy.

2.2. Dla potrzeb PAL O zaangażowano dwóch **animatorów lokalnych**, którzy prowadzili cykliczne zajęcia w poniedziałki (Nordic Walking i konsultacje indywidualne) oraz zajęcia

świetlicowe we wtorki (15.00 - 18.00) i czwartki (11.00 - 14.00). Oprócz tego wspierali organizację Punktu Pomocy Rzeczowej, monitorowali wyjścia do instytucji kultury i uczestniczyli w wyjazdach edukacyjno – integracyjnych.

Praca animatora ukierunkowana była na pobudzanie aktywności obywatelskiej lokalnej społeczności, wsparcie merytoryczne inicjatyw jej uczestników i oferowanie pomocy przy realizacji podejmowanych działań. Dzięki wypracowanemu dialogowi z lokalną społecznością zoptymalizowano ofertę zajęć i planowanych wydarzeń. Dzięki temu w 2016 r. w Orzegowie z powodzeniem kontynuowano zajęcia plastyczne, podczas których wykonywano tradycyjne kartki świąteczne, kartki okolicznościowe dla dzieci z oddziałów onkologicznych, pudełka z masy marcepanowej, witraże samoprzylepne, dekoracyjne jajka ozdobione cekinami i wstążkami czy aranżację plenerów, w których odbyły się koncerty w ramach inicjatywy „Kameralne familoki”. Dodatkowo, odbywały się zajęcia tematyczne „Zrób to sam” oraz „Koło Gospodyń Miejskich”. Pierwsze poświęcone były rozwijaniu umiejętności majsterkowania z wykorzystaniem drobnych napraw w świetlicy i dyskusjom nt. użytecznych rozwiązań w gospodarstwie domowym. Warto podkreślić, że podczas tych zajęć szczególnie wyróżniły się dwie osoby, tzw. „złote rączki”. Formuła spotkań tak przypadła im do gustu, że przejęli rolę animatorów prowadzących zajęcia. Najlepszym rezultatem ww. zajęć była współpraca uczestników/czek PAL z animatorem i księdzem, który pozyskał meble kuchenne, a uczestnicy samodzielnie zmontowali aneks kuchenny w świetlicy. Z kolei zajęcia „Koło Gospodyń Miejskich” koncentrowały się na praktycznej wiedzy z zakresu prowadzenia gospodarstwa domowego oraz wspólnego, wartościowego i ekonomicznego przygotowania posiłku, np. risotto z warzywami, sałatki bawarskiej czy bigosu. Ponadto, animatorzy organizowali spotkania dyskusyjne nt. bieżących wydarzeń z życia dzielnicy, miasta i regionu, istotnych spraw społeczno - politycznych (np. uruchomienia programu Rodzina 500+), roli społeczeństwa w tworzeniu wspólnoty europejskiej czy równych szans kobiet i mężczyzn w wypełnianiu ról rodzicielskich. Oprócz zajęć grupowych udzielano również poradnictwa indywidualnego.

Ponadto, uczestnicy/czki coraz częściej z własnej inicjatywy realizowali/ły swoje inicjatywy, jak np. pisemna prośba do władz miasta o zapewnienie bankomatu na terenie Orzegowa czy pomysł na plenerowy koncert muzyki klasycznej „**Kameralne familoki**”, który w efekcie okazał się zwycięskim projektem zgłoszonym w ramach akcji „Zróbmy to razem – tylko kulturalnie” organizowanej przez narodowe Centrum Kultury wspólnie z Miejskim Centrum Kultury w Rudzie Śląskiej. Efektem długofalowej pracy ze społecznością lokalną okazało się również zaangażowanie kilku/a uczestników/czek PAL w pracę na rzecz swojej społeczności i podpisanie umów o wolontariat z tut. Ośrodkiem w zakresie wykonywania prac przy wydawaniu żywności w ramach Programu FEAD finansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Pomocy Najbardziej Potrzebującym.

- 2.3. W ciągu roku animatorzy prowadzili systematyczne dyskusje z uczestników/czek nt. **profilaktyki zdrowotnej** i zdrowego stylu życia, prezentowali filmy promujące dobre nawyki żywieniowe i higieniczne, a także raz w tygodniu bez względu na aurę oferowali spacer z kijami Nordic Walking. Ponadto, dobrą okazją do promowania działań prozdrowotnych były zajęcia Koła Gospodyń Miejskich, podczas których uczestnicy/czki wymieniali/ły swoje doświadczenia żywieniowe, nawyki nabyte w rodzinnych domach, a podczas rozmów weryfikowali/ły posiadaną wiedzę nt. zdrowego i prawidłowego odżywiania.
- 2.4. Uczestnicy/czki PAL w ramach **spotkań z ciekawymi osobami** wzięli/ły udział w czterech wydarzeniach: prelekcji ks. Proboszcza Ryszarda Nowaka dotyczącej jego pasji zdobywania alpejskich czterotysięczników oraz ks. Krystiana Łagowskiego, również pasjonaty wędrówek górskich. Na kolejnym spotkaniu pojawił się strażak z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej, którego hobby było nurkowanie. Gość zaprezentował wszystkim zebranym strój pływacki a także bogatą galerię zdjęć wykonanych podczas pływania w rafach koralowych. Z kolei pod koniec roku wszyscy uczestnicy/czki PAL O wzięli/ły udział w spotkaniu ze śląskim artystą Mirosławem Szoltyskiem. Mieli okazję bliżej go poznać, wysłuchać prelekcji oraz wspólnie kolędować. Efektem spotkań było stworzenie warunków do wymiany poglądów, dyskusji oraz skupienia się wokół autorytetów, co służyło rozwijaniu własnych zainteresowań.
3. Zrealizowano cel szczegółowy: **„Dążenie do integracji i pozytywnej zmiany wizerunku społeczności lokalnej Orzegowa”**.
- 3.1. Dla realizacji PAL O wynajęto pomieszczenia od parafii rzymskokatolickiej pw. św. Michała Archanioła w Orzegowie z przeznaczeniem na świetlicę dla lokalnej społeczności oraz Punkt Pomocy Rzeczej. Do dyspozycji uczestników/czek przeznaczony jest również teren zielony w obrębie probostwa wraz z boiskiem do siatkówki.
- 3.2. W 2016 r. uczestnicy/czki PAL O wzięli udział w szeregu **wydarzeń kulturalnych**:
- udział kobiet w koncercie Damiana Holeckiego w ramach Dnia Kobiet,
  - wyjście do nowej siedziby Muzeum Śląskiego i spacer po „nowych Katowicach”,
  - wyjście do Teatru Rozrywki w Chorzowie na musical „Jesus Christ Superstar”,
  - zwiedzanie kompleksu pałacowego w Siewierzu,
  - współudział w organizacji cyklu koncertów „Kameralne familoki”,
  - udział w koncercie muzyki klasycznej w nowej siedzibie Narodowej Orkiestry Symfonicznej Polskiego Radia w Katowicach,
  - udział w spotkaniu kolędowym z Mirosławem Szoltyskiem,
  - wyjściach do kina na seanse filmowe.
- Inicjatywy kulturalne umożliwiły dotarcie do dóbr kultury dotychczas niedostępnych, nie tylko ze względu na ograniczenia finansowe, ale i bariery psychologiczne osób zagrożonych wykluczeniem społecznym czy ubóstwem. Dla wielu wizyta w teatrze

czy NOSPR była debiutowym wydarzeniem, skłaniającym również do zadbania o swój wizerunek i odpowiednie zachowanie się.

3.3. Uczestniczki/cy PAL O wzięli udział w kilku **wyjazdach edukacyjno – integracyjnych**:

- wyjazd do Wisły z ciekawym programem na który składał się: spacer po centrum Wisły, wizyta w prywatnym Muzeum Adama Małysza, wejście do Urzędu Gminy z figurą Adama Małysza z białej czekolady, kulig z Wisły Czarne do podnóża Baraniej Góry czy zwiedzanie skoczni narciarskiej w Wiśle - Malince,
- wyjazd do Bierunia i Muzeum Państwowego Auschwitz - Birkenau w Oświęcimiu,
- coroczny wyjazd na grzybobranie połączony ze spacerem po lasach w okolicach Lublińca,
- wyjazd nad Jezioro Pławniowice na zakończenie wakacji, który był okazją do tego, aby uczestnicy/czki zabrali ze sobą dzieci i wnuki.

Wyjazdy stanowiły zawsze najbardziej oczekiwany element PAL. Umożliwiły również wykorzystanie w praktyce poza miejscem swojego zamieszkania nabytych w ramach PAL umiejętności komunikacyjnych czy zasad savoir-vivre.

3.4. Zarówno w świetlicy PAL, Punkcie Pomocy Rzeczowej, w otoczeniu probostwa i na terenie boiska do siatkówki uczestnicy/czki PAL przez cały rok regularnie prowadzili/ły **prace porządkowe**. Warto podkreślić, że wszystkie kanały komunikacji w grupie były otwarte, a uczestnicy/czki „wyspecjalizowali/ły się” w swoich rolach. Można z łatwością wskazać osoby chętnie angażujące się w prace porządkowe, inne, które lubią stawać na czele grupy gdy przygotowany jest np. poczęstunek, a jeszcze inne jako liderów w zakresie planowania działań na terenie dzielnicy czy konieczności dokonywania zmian. Z kolejnym rokiem łatwiej zauważyć coraz większą samodzielność w zachowaniu uczestników/czek PAL, bowiem animatorzy, stanowiąc oparcie dla grupy, jedynie asystują przy działaniach przez nią podejmowanych.