

Informacja z działalności Klubu Seniora działającego w gminie Lubasz

W dniu 22 maja br. w Lubaszu miało miejsce uroczyste otwarcie Klubu Seniora. W otwarciu Klubu udział wzięli: Wójt Gminy Lubasz Pan Marcin Filoda, Wójt Gminy Czarnków Pan Krzysztof Chyży, Przewodnicząca Rady Gminy Lubasz Pani Elżbieta Nowak, Radny Powiatu Czarnkowsko-Trzcianeckiego Pan Szymon Szwed, Kierownik GOPS Pani Wioletta Surma, Kierownik nowo powstałego Klubu Seniora Pani Małgorzata Granops – Hogiel oraz uczestnicy Klubu Seniora.

Klub Seniora został powołany na podstawie złożonego wniosku w ramach programu REGIONALNEGO FUNDUSZE EUROPEJSKIE DLA WIELKOPOLSKI na lata 2021-2027 **nr wniosku FEWP.06.13-IZ.00-0035/23 jako zadanie 11 projektu.**

Utworzenie Klubu Seniora w miejscowości Lubasz było możliwe dzięki podpisanej umowie między Ośrodkiem Wsparcia Osób Niepełnosprawnych i Niesamodzielnym w Plewiskach a Zarządem Województwa Wielkopolskiego w Poznaniu. W zawartej umowie gmina Lubasz jest partnerem natomiast Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lubaszu pełni funkcję realizatora projektu.

Tytuł projektu Usługi społeczne w Gminie Lubasz.

Budżet Klubu Seniora to kwota 177.420 zł w tym kwota 45920,00 zł to wkład własny gminy w formie udostępnionego lokalu .

Struktura klubu to : zatrudniony na ½ etatu kierownik.

Klub Seniora jest czynny codziennie w wymiarze 4 godzin.

Harmonogram spotkań w Klubie Seniora :

poniedziałek	14-18
wtorek	9-13
środa	9-13
czwartek	14-18
piątek	8-12

Klub skupia 40 osób z terenu gminy Lubasz i powstał z myślą o osobach, które ukończyły sześćdziesiąt lat i chciałyby aktywnie spędzać czas, dowiedzieć się czegoś nowego lub

poszerzyć swoje zainteresowania. Jego działanie ma na celu promocję zdrowego i aktywnego stylu życia wśród seniorów. Celem Klubu Seniora w Lubaszcu jest aktywizacja środowiska seniorów do wspólnego i zorganizowanego spędzania czasu wolnego. W tym celu działania ukierunkowane są na przeprowadzeniu zajęć o charakterze integracyjnym, kulturalno-edukacyjnym, rekreacyjno-sportowym dostosowanym do możliwości uczestników. Zajęcia prowadzone w ramach Klubu nastawione są na zaspokajanie potrzeb towarzyskich poprzez organizowanie różnego rodzaju warsztatów, spotkań i pogadań oraz na umożliwieniu seniorom udziału w imprezach kulturalnych oraz wycieczkach.

Uczestnicy Klubu mają zapewnione 224 godziny warsztatów zajęciowych oraz 112 godzin zajęć gimnastycznych

Aktualnie odbyły się następujące warsztaty:

-zajęcia z kosmetyczką (24 godz.) dzięki którym seniorzy dowiedzieli się jak możemy zadbać o swój wygląd i zdrowie. Seniorzy mieli wykonywane różne zabiegi upiększające, oczyszczające. Koszt zajęć 2400,00 zł

-zajęcia z diabetologiem (20 godz.) na których seniorzy mieli wykonane pomiary stężenia glukozy we krwi następnie ocenę i interpretację wyników oraz była prowadzona edukacja w obszarze szeroko rozumianej profilaktyki ze szczególnym naciskiem na zasady dotyczące żywienia oraz stylu życia. Łączny koszt zajęć wynosił 2000,00zł

-zajęcia z wizażystką (10 godz.) na których seniorki dowiedziały się jak wykonać profesjonalny makijaż, jak upiększyć swój wizerunek, zatuszować ewentualne niedoskonałości cery, a przy tym poprawić samopoczucie i dodać pewności siebie
Łączny koszt zajęć wyniósł 1000,00 zł

-zajęcia kulinarne (50godz.)podczas zajęć kulinarnych seniorzy uczyli się:

- przygotowywać posiłki z wykorzystaniem prostych przepisów
- estetycznie podać przygotowany posiłek
- robić kolorowe sałatki
- gotować zupy
- przygotowywać drugie dania

- robić ciasta i desery z przepisu
- przygotowywać dania z gotowych półproduktów

Łączny koszt zajęć wyniósł 5000,00 zł plus 4000,00 to koszt zakupionych produktów.

Zajęcia trwające :

-warsztaty rękodzieła- 50 godz. które mają na celu rozwijanie umiejętności manualnych, kreatywności i wyobraźni uczestników poprzez naukę różnorodnych technik i form artystycznych. Podczas warsztatów uczestnicy poznawali najpopularniejsze techniki rękodzieła artystycznego, m.in.: de coupage, scrapbooking, filcowanie, makrama, sutasz, masy plastyczne, robótki ręczne, tworzenie biżuterii, czy bibułkarstwo. Podczas zajęć praktycznych uczestnicy uczyli się podstawowych zasad i metod związanych z wybraną formą rękodzieła – scrapbooking. . Tutaj przewidywany koszt zajęć wyniesie 5000,00 zł plus około 5000,00 na zakup niezbędnych materiałów do prowadzenia zajęć.

-warsztaty fryzjerskie (22 godz). -na warsztatach fryzjerskich seniorzy poznają techniki i metody upinania włosów, tworzenia objętości, pielęgnacji . Kluczową rolę pełni umiejętne wykorzystanie odpowiednich produktów.

Łączny koszt zajęć wyniesie 2200,00 zł plus koszt zakupionych materiałów 1000,00 zł

-zajęcia gimnastyczne – 112 godz. na których seniorzy kształtują prawidłową postawę dbają o harmonijny rozwój fizyczny seniora.

Łączny koszt prowadzonych zajęć wyniesie 11200,00 zł.

Ponad to Seniorzy mają zapewnione dwa wyjścia kulturalne np.: teatr, kino do wyboru, oraz spotkania integracyjne.

W ramach działającego Klubu Seniora będzie również działa wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego, mająca w swoim wyposażeniu: łóżka rehabilitacyjne, wózki inwalidzkie,

materace przeciwoślężynowe, rotory, kule inwalidzkie, toalety przenośne oraz platformy wibracyjne.

Jesień życia nie musi być czasem smutnym, nudnym, czy upływającym w samotności. W każdym wieku i na każdym etapie życia potrzebujemy pasji, aktywności, kontaktu z otwartymi i życzliwymi ludźmi, między innymi taki cel przyświeca powstałemu Klubu.

