

# Klub Senior Plus

**Klub Seniora + to miejsce spotkań osób starszych, którego celem jest m. in. wsparcie seniorów w zakresie aktywizacji społecznej, prozdrowotnej, edukacyjnej, rekreacyjnej oraz kulturalnej.**

W Klubie Seniora można się więc będzie spotkać np. z sąsiadem czy sąsiadką, znajomą, znajomym w podobnym wieku i wspólnie z nimi spędzić czas. Klub ma integrować i wspierać aktywność osób starszych, ma też motywować seniorów do działań na rzecz samopomocy i działań wolontariackich. Projekt utworzenia Klubu Senior+ ma także na celu zwiększenie poczucia własnej wartości starszego pokolenia, przeciwdziałać marginalizacji i wykluczeniu społecznemu tej grupy społecznej, a także promować wiek senioralny, jako wiek dojrzałej, satysfakcjonującej i rozwijającej intelektualnie aktywności społecznej.

1. Dla realizacji celów programowych tworzenia i prowadzenia Klubu „Senior+ wydzielonych zostało 12 pomieszczeń o łącznej powierzchni ok. 600 m<sup>2</sup> w tym:

2. Sala szkoleniowo-klubowa o pow. ok. 376 m<sup>2</sup> z wyjściem na taras. Wyposażenie stanowić będą stoły, krzesła (są już zakupione) kanapa, fotele, stolik okolicznościowy, sprzęt RTV i multimedialny (zakupiono rzutnik, projektor, ekran).

3. Kuchnia o pow. ok. 15 m<sup>2</sup> wyposażona w sprzęt, urządzenia i naczynia do przygotowywania posiłków.

4. Sala rekreacyjno-rehabilitacyjna o pow. ok. 33 m<sup>2</sup> ( dwa pomieszczenia plus prysznic) do zajęć rehabilitacyjno – ruchowych oraz poradnictwa z zakresu opieki medyczno – psychologicznej ludzi starszych, wyposażona w sprzęt rehabilitacyjny, sportowy i fitness ( zakupione są 4 rowerki treningowe i 2 bieżnie, łóżko do masażu, karimaty).

5. Sala komputerowa o pow. ok. 32 m<sup>2</sup> , wyposażona w stoliki i

10 komputerów z dostępem do internetu( są zakupione)

6. Pomieszczenia 4 węzłów sanitarnych, w tym główny składający się z łazienki wyposażonej w umywalki, w 2 toalety damskie, 1 toaletę przystosowaną dla osób niepełnosprawnych, 2 toalety męskie plus 1 toaleta z pisuarem, 2 kabiny prysznicowe i jedna toaleta z umywalką.

7. Pomieszczenie szatni o pow. ok 12 m<sup>2</sup>.

8. Dwa pomieszczenia zaplecza biurowo-technicznego dla Klubu o łącznej pow. ok 30 m<sup>2</sup> Wszystkie pomieszczenia znajdują się na parterze budynku i na jednym poziomie umożliwiając swobodne poruszanie się osób niepełnosprawnych. Wejście do budynku odbywa się z zewnątrz.

Budynek, w którym będą się odbywać zajęcia i będą świadczone usługi jest pozbawiony barier architektonicznych. Infrastruktura powstała w ramach projektu komplementarnego, będzie dostępna zapewniając możliwość jak najbardziej samodzielnego korzystania z przestrzeni; bezpieczna – wprowadzone rozwiązania (winda dla os. niepełnosprawnych, monitoring, budowa dróg rowerowych pozwalających w bezpieczny sposób dojechać do amfiteatru z większości miejscowości w gminie) zwiększają będą bezpieczeństwo fizyczne i psychologiczne mieszkańców. Przy planowaniu inwestycji wykorzystano świadomość potrzeb oraz dostępność (miejsca parkingowe dla niepełnosprawnych). Celem projektu jest zapobieganie marginalizacji i wykluczeniu społecznemu 30 osób.

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom seniorów, gmina zaplanowała utworzenie Klubu Senior+ w strukturach CUS, gdzie osoby starsze spędzać mogą ciekawie i aktywnie czas w grupach rówieśniczych, rozwijać aktywności społeczne, nawiązywać nowe kontakty i podtrzymywać wcześniejsze znajomości. Klub da szansę na rozwijanie zainteresowań seniorów w szeroko pojętej działalności kulturalnej oraz będzie wpływać na rozwój kondycji fizycznej. Projekt oferuje aktywizację intelektualną,

psychiczną i fizyczną seniorów ale również wykorzystuje doświadczenie własne seniorów w tworzeniu przyjaznego otoczenia, wpływa na integrację międzypokoleniową i tworzenie pozytywnego wizerunku osób starszych w przestrzeni społecznej. Utworzenie Klubu Seniora w ramach programu Senior + jest jednym z tych działań i zadań, które są niezbędne aby zapewnić tej grupie społecznej możliwość aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym, zapobiegać jej alienacji i samotności Grupa docelowa to os. zamieszkujące teren gminy Bobrowniki, w szczególności os. starsze (60+), z niepełnosprawnością, nieaktywne zawodowo.

Przystąpienie do Programu Senior + i uzyskana dotacja na utworzenie Klubu Senior +, w ramach Modułu I Programu daje nam możliwość starania się w kolejnych latach o dotację w ramach II Modułu, tj. na utrzymanie i funkcjonowanie powstałego w Gminie Bobrowniki Klubu Senior+ , mówiąc prosto, możemy starać się o dofinansowanie do 40% kosztów utrzymania i funkcjonowania KS+.

*Źródło: bobrowniki.pl*