

Informujemy, iż Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej zatwierdził wyniki konkursu w ramach Programu Osłonowego „Wspieranie Jednostek Samorządu Terytorialnego w Tworzeniu Systemu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie” edycja 2019. Projekty zostały poddane ocenie merytorycznej przez Zespół Monitorujący do spraw Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie. Na liście projektów, które uzyskały najwyższą liczbę punktów i zostały zakwalifikowane do dofinansowania, znajduje się projekt złożony przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czyżach pt „Gmina Czyże bez przemocy – bezpieczny senior”.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY MIESZKAŃCÓW GMINY CZYŻE PO 60 R.Ż. DO UDZIAŁU W PROJEKCIE.

REKRUTACJĘ PROWADZĄ PRACOWNICY GMINNEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ W CZYŻACH TEL. 85 655 44 19.

W ramach projektu planujemy działania skierowane do seniorów.

Działanie 1: „Zespół interdyscyplinarny wobec przemocy w stosunku do seniorów”. Profesjonalne szkolenie dla członków zespołu interdyscyplinarnego i GKRPA w Czyżach ukierunkowane na przeciwdziałanie przemocy wobec osób starszych oraz problemu uzależnienia.

Działanie 2. Warsztaty

1) Bezpieczny senior – spotkanie z przedstawicielem policji mające na celu zapoznanie seniorów z zagrożeniami oraz z zasadami, których należy przestrzegać by uchronić się przed oszustami. Policjant poinformuje jak nie dać oszukać się „na wnuczka”, „na policjanta” czy „na pracownika socjalnego”, jak należy właściwie zareagować, gdy ktoś z nieuczciwymi zamiarami podejdzie do osoby starszej bądź zadzwoni. Jak nie dać się oszukać nieuczciwym sprzedawcom, na co zwrócić uwagę przy zawieraniu umów i na jakie numery nigdy nie oddzwaniać. Poruszone zostaną również tematy przemocy domowej, ochrony praw osób starszych, gdzie szukać pomocy.

2) Uważny senior – spotkanie z przedstawicielem Państwowej Straży Pożarnej. W trakcie spotkania seniorzy dowiedzą się, jakie skutki może nieść ze sobą niedokonywanie okresowych przeglądów przewodów kominowych oraz wentylacyjnych, w jaki sposób ustrzec się przed czadem, a także jak udzielić pierwszej pomocy osobie zaczadzonej. W czasie spotkania zostanie przedstawiona zasada działania czujnika tlenku węgla.

3) Zdrowy senior – spotkanie z dietetykiem. Uczestnicy zapoznają się z zasadami prawidłowego żywienia i jego wpływu na funkcjonowanie organizmu. Zebrany został piramida żywienia, która stanowi podstawę planowania codziennego jadłospisu tak, aby dieta była zbilansowana i bogata we wszystkie składniki odżywcze niezbędne do utrzymania dobrej kondycji. Każdy z uczestników otrzymał sporo cennych wskazówek, które ułatwią im wprowadzenie prawidłowych zasad żywienia do swojego jadłospisu, co wpłynie pozytywnie na ich zdrowie i samopoczucie.

4) Sprawny senior – spotkanie z rehabilitantem/ fizjoterapeutą. Seniorzy dowiedzą się jak dbać o kręgosłup oraz stawy, zachować ich sprawności na długie lata i niwelować problemy zdrowotne. Oprócz omówienia przyczyn bólu, rehabilitant/fizjoterapeuta pokaże jak można samemu w domu wykonywać proste ćwiczenia – ćwiczenia poprawiające kondycje naszego ciała.

5) Atrakcyjny senior - spotkania z fryzjerem i wizażystą w ramach warsztatów kreowania własnego wizerunku. Podczas zajęć seniorzy poznają nowe techniki makijażu i sposoby ich wykonania, uzyskują porady w zakresie stylizacji fryzur, doboru kolorów. Kosmetyczka opowie jak dbać o wygląd w każdym wieku. Uczestnicy przejdą tzw metamorfozę, która

zostanie uwieczniona na zdjęciach. Działania te będą miały na celu zapobieganie przemocy poprzez podnoszenie poczucia własnej wartości, poznanie swoich mocnych stron, nabycie umiejętności kształtowania pozytywnej samooceny oraz dostrzeżenia wagi pozytywnego myślenia w podnoszeniu poczucia własnej wartości.

6) Kreatywny senior – warsztaty plastyczne. Spotkania podczas którego seniorzy zachęceni będą do wspólnego tworzenia, wykonywania określonych prac plastycznych i artystycznych, które będą zarazem okazją do wspólnej rozmowy, wspomnienia, opowiadania ważnych dla siebie historii. Będzie to również okazją do odreagowania zalegających napięć psychicznych, integracji a także spotkania z osobami o takich samych problemach.

Działanie 3. Lokalna kampania dotycząca przemocy wobec osób starszych.

Rozwój oddziaływań terapeutycznych i edukacyjnych ukierunkowanych na osoby dotknięte przemocą w rodzinie.

Kampania społeczna dotycząca tematyki przemocy wobec osób starszych - skierowana do lokalnej społeczności i instytucji działających na terenie gminy mająca zwrócić uwagę na problematykę przemocy, podnieść świadomość nt. skutków przemocy w rodzinie a także wyczulić na akty przemocy wobec starszych. W ramach kampanii pracownicy GOPS, członkowie ZI i GKRPA podczas lokalnych imprez będą dyżurować w stoisku pn „Stop przemocy wobec osób starszych”, udzielać będą porad dotyczących problemów związanych z przemocą, uzależnieniem i innych, rozdawać będą ulotki i inne gadżety.

Działanie 4. Warsztaty z zakresu umiejętności społecznych

Oferta 2 dniowych wyjazdowych warsztatów umiejętności społecznych skierowana do ok. 20 seniorów. Zajęcia na temat skutecznej komunikacji, rozwiązywania konfliktów, radzenia sobie ze złością, stresem, negatywnymi emocjami, dbania o swój wizerunek, konieczność ćwiczenia umysłu, dotyczące zagadnień komunikacji społecznej, asertywności i rozwiązywania konfliktów w grupie społecznej, podnoszenie skuteczności działania w grupie zachęcanie do współpracy, motywowanie do aktywności.