

Program "Aktywny i Twórczy Senior" jako przykład działania w zakresie wdrażania standardów pracy socjalnej oraz funkcjonowania instytucji pomocy i integracji społecznej w mieście na prawach powiatu Świętochłowice realizowany jest w ramach projektu systemowego "Tworzenie i rozwijanie standardów usług i pomocy i integracji społecznej Działanie 1.2". Wartość projektu wyniosła ponad 847 tys. zł.

Wsparcie systemowe instytucji pomocy i integracji społecznej ma na celu przetestowanie niestosowanych dotąd metod pracy z osobami starszymi poprzez wprowadzenie Standardu pracy socjalnej z osobą starszą oraz Standardu usług opiekuńczych świadczonych dla osób starszych w miejscu zamieszkania przy wykorzystaniu Modelu realizacji usług o określonym Standardzie w mieście na prawach powiatu.

Projekt realizowany był do 30 listopada 2013 r. i przewidywał udział 35 Seniorów (20 uczestników Centrum Aktywizacji Osób Starszych oraz 15 osób korzystających z usług opiekuńczych). Wszelkie podejmowane działania miały za zadanie wspieranie osób starszych w pełnieniu ich ról społecznych, dostosowanie form wsparcia do potrzeb osób starszych oraz zwiększenie świadomości społecznej związanej ze starzeniem się społeczeństwa i ograniczeń z tym związanych.

Uczestnicy projektu zrekrutowani w ramach Centrum Aktywizacji Osób Starszych mieli możliwość wzięcia udziału w dwóch różnych formach terapii. Przygotowane programy pozwalały z kolei na usprawnienie psychiczne i fizyczne oraz pobudzały zaradność, uczyły nawiązania kontaktów, wpływały pozytywnie na samoocenę osób starszych, a także wyzwały poczucie bycia potrzebnym. Ponadto realizowane przez Fundację Rozwoju Świętochłowic – Partnera OPS, działania zawierały kompleksowe zajęcia, które z uwagi na zróżnicowane pod względem tematycznym warsztaty, wyposażyły uczestników w konkretne umiejętności efektywnego działania w społeczności lokalnej.

W ramach projektu zrealizowano zajęcia o następującej tematyce:

1. Jestem artystką, jestem artystą – zajęcia pobudzające wyobraźnię, pomysłowość i zdolności manualne. Uczestnicy wykonując czynności poznali różne masy, narzędzia i techniki malowania, malowanie na szkle oraz różne techniki pracy z papierem – decoupage na różnych podłożach;
2. Każdy może obsługiwać komputer – zajęcia grupowe z indywidualizacją pracy związanej z poziomem umiejętności poszczególnych uczestników. Dzięki temu uczestnicy nabyli podstawowe umiejętności wykorzystania komputera w życiu codziennym (w tym edytor tekstu, poczta elektroniczna, korzystanie z Internetu, itp.);
3. Tam gdzie muzyka staje się przewodnikiem... a taniec całym życiem. Poprzez zajęcia Seniorzy uzyskali umiejętności wykonywania konkretnych tańców i układów choreograficznych.
4. Tam gdzie codziennie możesz być kimś innym...a konsekwencje zmian nie istnieją, czyli zajęcia teatralne połączone z emisją głosu. Na warsztatach Seniorzy poznali świat sztuki teatralnej. Osoby, dla których ten sposób spędzania czasu okazał się atrakcyjny mają możliwość wejścia do zespołu Teatru Seniora XXI w. prowadzonego przez Fundację.
5. Korzystam z nowoczesnych technologii. Podczas tych zajęć pokazano, że każdy, niezależnie od wieku, może korzystać z różnych nowoczesnych urządzeń takich jak telefon komórkowy, komputer, aparat fotograficzny, bankomat, etc. Uczestnicy poznają podstawowe funkcje, zasady działania w/w urządzeń oraz zapoznają się m.in. z funkcjonowaniem portali społecznościowych (jak nasza-klasa, facebook, etc.)
6. Z współczesną fotografią na Ty (połączone z graficzną obróbką zdjęć). Uczestnicy podczas praktycznych zajęć poznali różne techniki i sposoby wykonywania fotografii, a następnie w utworzonej pracowni komputerowej mogli pracować nad graficzną obróbką wykonanych przez siebie zdjęć;

7. W zdrowym ciele, zdrowy duch. Poznanie i rozwijanie sprawności w tym kondycji fizycznej, dzięki czemu uczestnicy pokazują otoczeniu, że osoby starsze też potrafią aktywnie i zdrowo spędzać czas.

Dla uczestników korzystających z usług opiekuńczych przy zaangażowaniu pracownika socjalnego, pięciu opiekunek, koordynatora usług opiekuńczych, trzech asystentów osoby starszej zrealizowano następujące działania:

- zapewnienie lepszej, fachowej opieki poprzez profesjonalne przeszkolenie opiekunek (szkolenie z zakresu pierwszej pomocy, szkolenie podnoszące kwalifikacje zawodowe),
- podniesienie własnej samooceny poprzez udostępnienie dostępu do usług kosmetyczno-pielęgnacyjnych,
- umożliwienie kontaktu ze sztuką i kulturą poprzez wyjścia do kina lub innych instytucji kulturalnych i sakralnych,
- zapewnienie dostępu do specjalistycznych porad psychologicznych i lekarskich.
- odbudowa zerwanych więzi i podtrzymywanie kontaktów z rodziną,
- głośne czytanie książek co jest doskonałym rozwiązaniem dla osób mających problemy ze wzrokiem.

W ramach realizacji projektu przewidziano także działania podnoszące kompetencje pracowników OPS w zakresie pracy socjalnej. Działania te objęły w szczególności następujące obszary:

- szkolenie dot. zarządzania budżetem domowym prowadzone metodami warsztatowymi (główne zagadnienia: określania celów finansowych, przepływy gotówki, sezonowość wydatków, możliwości oszczędzania, tworzenie funduszu na nagłe wypadki, narzędzia oszczędnościowe, zasady racjonalnego pożyczania, tworzenie planu finansowego i jego realizacja);
- rozwiązywanie problemów i podejmowanie decyzji (główne zagadnienia: definiowanie problemu, pozyskiwanie, dobór, selekcja informacji, techniki poszukiwania rozwiązań, dobór kryteriów oceny, analiza pomysłów, pułapki podejmowania decyzji);
- komunikowanie w sytuacjach zawodowych (główne zagadnienia: komunikacja werbalna i niewerbalna, bariery komunikacyjne, aktywne słuchanie, perswazja, elementy negocjacji);
- stres i wypalenie zawodowe – jak się chronić? (główne zagadnienia: rola stresu w życiu człowieka, sposoby radzenia sobie ze stresem, syndrom wypalenia zawodowego, techniki relaksacyjne, zachowania wobec stresu).

Obok tego pracownicy socjalni, jak i opiekunki środowiskowe wzięli udział w superwizjach, mających na celu wzrost kompetencji, polepszenie wydajności i jakości pracy, relacji z przełożonym i współpracownikami oraz wzrost zadowolenia z pracy.

Koordynatorem projektu w jednostce jest Stanisław Korman – Naczelnik Wydziału Funduszy Europejskich.

Zapraszamy do odwiedzenia strony [Telewizyjnego Portalu Szkoleniowo-Edukacyjnego ZPP, na której zamieszczony jest film informujący o tej inicjatywie.](#)

*Źródło: materiał powstał w ramach projektu "Innowacyjna i sprawna administracja" współfinansowanego ze środków UE w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, a realizowanego przez Związek Powiatów Polskich*