**Sprawozdanie**

**z**

**Miejskiego Programu Działań na Rzecz Seniorów**

**na lata 2016 – 2017**

**„Tomaszów dla Seniorów”**

**za 2016 rok**

****

**marzec 2017**

Spis treści

[Wstęp 3](#_Toc477868358)

[**I.** **Zwiększenie aktywności seniorów** 3](#_Toc477868359)

[**1.** **Wsparcie i aktywizacja lokalnych seniorów** 3](#_Toc477868360)

[**1.1** **Wspieranie działalności stowarzyszeń i grup nieformalnych zrzeszających seniorów na terenie Miasta** 3](#_Toc477868361)

[**1.2** **Projekt „Kino za złotówkę”** 15](#_Toc477868362)

[**1.3** **Projekt „Kawa za złotówkę”** 15](#_Toc477868363)

[**1.4** **Wspieranie działań rekreacyjnych, edukacyjnych i kulturalnych na rzecz seniorów** 17](#_Toc477868364)

[**2.** **Poprawa dostępności do informacji o działaniach dla seniorów** 21](#_Toc477868365)

[**2.1** **Propagowanie działalności Rady Seniorów** 21](#_Toc477868366)

[**2.2** **Prowadzenie strony internetowej senioralnej i działania promocyjne strony** 22](#_Toc477868367)

[**3.** **Poprawa społecznego wizerunku seniorów i przeciwdziałanie dyskryminacji społecznej osób starszych.** 22](#_Toc477868368)

[**3.1** **Podejmowanie działań międzypokoleniowych** 22](#_Toc477868369)

[**3.2** **Zwiększenie dostępności usług opiekuńczych w domach osób starszych** 24](#_Toc477868370)

[**3.3** **Pomoc społeczna dla seniorów** 24](#_Toc477868371)

[**4.** **Profilaktyka zdrowotna seniorów** 28](#_Toc477868372)

[**4.1** **Działania z zakresu profilaktyki zdrowia dla seniorów** 28](#_Toc477868373)

[**4.2** **Poprawa lub utrzymanie sprawności fizycznej seniorów poprzez organizację lub wspieranie działań, prelekcji i pokazów z zakresu aktywności fizycznej seniorów** 29](#_Toc477868374)

[**4.3** **Wprowadzenie ulg dla seniorów w Ośrodku Rehabilitacji Dzieci Niepełnosprawnych** 31](#_Toc477868375)

[**5.** **Przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu seniorów.** 32](#_Toc477868376)

[**5.1** **Wspieranie szkoleń z dziedziny obsługi komputerów i poruszania się w internecie oraz obsługi innych urządzeń** 32](#_Toc477868377)

[**5.2** **Konkurs na stworzenie logo programu na rzecz seniorów** 33](#_Toc477868378)

# Wstęp

W dniu 31 marca 2016 roku Rada Miejska Tomaszowa Mazowieckiego Uchwałą nr XXVI/262/2016 przyjęła Miejski Program Działań na Rzecz Seniorów na lata 2016 - 2017 „Tomaszów dla Seniorów”. Program ten stanowi kontynuację i uszczegółowienie zaplanowanych działań strategicznych określonych w „Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Tomaszowa Mazowieckiego na lata 2016-2020” przyjętej w dniu 25 lutego 2016 Uchwałą Nr XXXII/283/08.

Zgodnie z kierunkami wynikającymi ze „Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Tomaszowa Mazowieckiego na lata 2016-2020” określony został cel operacyjny w zakresie tworzenia warunków sprzyjających integracji w starzejącym się społeczeństwie.

CEL OPERACYJNY

Kompleksowe wsparcie osób starszych w życiu społecznym

Kompleksowe wsparcie osób starszych w życiu społecznym

W oparciu o cel operacyjny określone zostały w Miejskim Programie Działań na Rzecz Seniorów na lata 2016 2017 „Tomaszów dla Seniorów” cele główne, szczegółowe oraz przyporządkowane im działania.

1. **Zwiększenie aktywności seniorów**
2. **Wsparcie i aktywizacja lokalnych seniorów**
   1. **Wspieranie działalności stowarzyszeń i grup nieformalnych zrzeszających seniorów na terenie Miasta**

W trakcie realizacji programu prowadzone były działania na rzecz osób starszych, często we współpracy ze środowiskami senioralnymi, które aktywnie uczestniczą w życiu naszego Miasta. W ramach konkursów na realizację zadań publicznych przyznano m. in. środki dla organizacji pozarządowych wspierających aktywność osób starszych. I tak w 2016 roku na wsparcie działań środowisk senioralnych wydatkowano kwotę 54.000,00 zł.

Wykres nr 1: Wsparcie finansowe dla organizacji senioralnych w latach 2010 - 2016

Wśród podmiotów korzystających ze wsparcia znalazły się takie organizacje pozarządowe, jak:

* Tomaszowski Uniwersytet Trzeciego Wieku
* Powiatowe Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów
* Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział Rejonowy w Tomaszowie Mazowieckim
* Krajowe Stowarzyszenie Seniorów „PASJA”

Wykres nr 2: Wsparcie finansowe dla poszczególnych organizacji w latach 2010-2016

W ramach wsparcia przez Gminę Miasto Tomaszów Mazowiecki zadań publicznych stowarzyszenia przeprowadzały szereg różnorodnych działań mających na celu integrację środowisk senioralnych, ale także wsparcie i edukację. I tak:

*Tomaszowski Uniwersytet Trzeciego Wieku*

Tomaszowski Uniwersytet Trzeciego Wieku w 2016 roku otrzymał wsparcie na realizację zadania pn.: „Rozwój różnorodnych form wsparcia, integracji i aktywizacji oraz podnoszenie sprawności intelektualnej, psychicznej i fizycznej osób starszych z terenu Miasta Tomaszowa Mazowieckiego”. W ramach zadania TUTW realizowało następujące zadania:

* Zajęcia z obsługi komputera i korzystania z internetu. W okresie od 10.02.2016r. do 30.06.2016r. zrealizowano 60 dwugodzinnych spotkań. Zajęcia prowadzone były w 3 grupach.
* Nauka języków obcych: angielski, niemiecki, francuski, hiszpański. W okresie od 10.02.2016r. do 30.06.2016r., oraz od 01.10.2016r. do 31.12.2016r. zrealizowanych zostało 390 godzin lektoratów językowych, tj. 180 dwugodzinnych spotkań oraz 15 jednogodzinnych spotkań.
* Zajęcia wokalne od lutego do grudnia prowadzone były raz w tygodniu po 2 godziny z instruktorem śpiewu. W okresie sprawozdawczym odbyło się 34 spotkań. Sekcja wokalna dwa razy brała udział w przeglądach – VII Przegląd Ruchu Artystycznego Seniora „Nutki Złotej Jesieni” organizowany przez Dom Kultury w Łęczycy, XVII przeglądzie Twórczości Seniorów w Skierniewicach oraz XXII Wojewódzkim Przeglądzie Artystycznego Ruchu Seniorów w Skierniewicach.
* Zajęcia plastyczne prowadzone były w 2 grupach raz w tygodniu po 2 godziny.
* Zajęcia tańca relaksacyjno-terapeutycznego prowadzone były raz w tygodniu po 2 godzinie w jednej grupie. W okresie sprawozdawczym zrealizowano 40 godzin zajęć.
* Zajęcia na kręgielni prowadzone były dla grupy 30 osobowej. Spotkania odbywały się raz w tygodniu po 2 godziny.
* Edukacyjna, dwudniowa wycieczka do Krakowa. W pierwszym dniu wycieczki 50 uczestników zwiedziło Muzeum Katedralne, wystawę „Maria Matka Miłosierdzia” w Muzeum Narodowym w Krakowie oraz obejrzało spektakl w Teatrze Bagatela spektakl „Seks dla opornych”. Dzień drugi to zwiedzanie Wawelu i powrót do Tomaszowa Mazowieckiego. Uczestnicy wyjazdu poszerzyli swoją wiedzę historyczną.
* Inauguracja roku akademickiego.
* Imprezy urodzinowe i okolicznościowe.
* Uroczyste spotkanie wigilijne „Przy wigilijnym stole” odbyło się w” Domu Weselnym Roland”. Uroczystość uświetnił koncert operetkowy opłatkowo – świąteczny.
* Obchody 10 – lecia – cykl imprez. 22 marca 2016 r. odbył się Jubileuszowy Turniej Kręgalski o puchar 10 – lecia 18.04.2016 r. odbył się Jubileuszowy Wernisaż prac uczestników sekcji plastycznej. Prace można było podziwiać w sali Miejskiej Biblioteki Publicznej. 26. 09.2016 w Sali OK. Tkacz odbyła się uroczysta Gala Jubileuszowa
* 24.10.2016 r. zabawa jubileuszowa z okazji 10 – lecia TUTW.

Całkowity koszt realizacji zadania wyniósł 81.825,27 zł.

*Powiatowe Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów*

Powiatowe Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów w 2016 roku otrzymało wsparcie w wysokości 10.000,00 zł na realizację zadania „Rozwój różnorodnych form wsparcia, integracji i aktywizacji oraz podnoszenie sprawności intelektualnej, psychicznej i fizycznej osób starszych z terenu Miasta Tomaszowa Mazowieckiego”. W ramach zadania członkowie stowarzyszenia realizowali następujące działania:

* Spotkania czwartkowe – w trakcie 16 spotkań członkowie stowarzyszenia omawiali najważniejsze sprawy organizacyjne, planowali wycieczki oraz imprezy (1227 uczestników).
* Obchody Międzynarodowego Dnia Inwalidy – w miesiącu kwietniu przypada Międzynarodowy Dzień Inwalidy, który jest okazją do wręczenie wyróżnień dla najbardziej aktywnych i zasłużonych dla stowarzyszenia osób. Jest to także doskonała okazja do integracji środowiska (152 uczestników).
* Wyjazdy na termy do Uniejowa – w 2016 roku członkowie stowarzyszenia skorzystali z tej formy 5 razy (250 uczestników).
* Obchody Międzynarodowego Dnia Seniora – dzień ten przypada na październik, dlatego też członkowie stowarzyszenia mogą podsumować dotychczasową działalność (150 uczestników).
* Organizacji kolacji wigilijnej – spotkanie opłatkowe dla wszystkich członków stowarzyszenia, w szczególności dla osób samotnych, dla których uroczystość ta jest jedyną wieczerzą wigilijną - (107 uczestników).

Całkowity koszt realizacji zadania wyniósł 21.200,00 zł.

*Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów*

*Oddział Rejonowy w Tomaszowie Mazowieckim*

W 2016 roku Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział Rejonowy w Tomaszowie Mazowieckim otrzymał wsparcie w wysokości 10.000,00 zł na realizację zadania „Rozwój różnorodnych form wsparcia, integracji i aktywizacji oraz podnoszenie sprawności intelektualnej, psychicznej i fizycznej osób starszych z terenu Miasta Tomaszowa Mazowieckiego”.

W ramach realizacji zadania organizowane były:

* Spotkania integracyjne (2 razy w miesiącu – 1098 osoby).
* Terapia zajęciowa (warsztaty rękodzieła) oraz obchody urodzin członków związku – odbyły się 23 spotkania grupowe dla średnio 8 osób.
* Zajęcia na basenie – 30 osób
* Imprezy okolicznościowe (spotkanie wielkanocne, Dzień Inwalidy, Dzień Seniora, spotkanie wigilijne) – 527 osób
* Wyjazdy integracyjne – 1164 osoby

Całkowity koszt realizacji zadania wyniósł 243.945,06 zł.

*Krajowe Stowarzyszenie Seniorów „PASJA”*

Najmłodsza organizacja zrzeszająca seniorów działająca na terenie naszego Miasta otrzymała wsparcie w wysokości 4.000,00 zł na realizację zadania „Rozwój różnorodnych form wsparcia, integracji i aktywizacji oraz podnoszenie sprawności intelektualnej, psychicznej i fizycznej osób starszych z terenu Miasta Tomaszowa Mazowieckiego”.

W ramach realizacji zadania organizowane były:

* Wycieczki do teatru (4 wyjazdy dla 147 osób).
* Wycieczki na basen (3 wyjazdy dla 160 osób)
* Wycieczka do Warszawy (1 wyjazd dla 54 osób)
* Spotkania okolicznościowe (5 spotkań)

Całkowity koszt realizacji zadania wyniósł 28.544,28 zł.

Poza wsparciem stowarzyszeń senioralnych działających na terenie naszego Miasta Prezydent Miasta przekazał również dotacje na realizację zadań publicznych dla innych stowarzyszeń działających w obszarze pomocy społecznej, zrzeszających jednak w większości osoby starsze. Na wsparcie tych zadań przeznaczono dotację w wysokości 24.200,00 zł.

*Tomaszowskie Stowarzyszenie Amazonek*

Tomaszowskie Stowarzyszenie Amazonek działające na terenie naszego Miasta prowadzi działania z zakresu profilaktyki zdrowia, ma jednak w swoich szeregach osoby w wieku 50+. W 2016 roku stowarzyszenie realizowało zadanie „Prowadzenie działań mających na celu aktywizację, edukację i integrację oraz promocję zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Miasta Tomaszowa Mazowieckiego”. Na realizację tego zadania stowarzyszenie otrzymało dotację w wysokości 7.200,00 zł.

W ramach realizacji zadania organizowane były:

* Ćwiczenia usprawniające – rehabilitacja fizyczna amazonek (4 razy w miesiącu, 10 osób);
* Spotkania integracyjne (21 spotkań, 28 osób);
* Szkolenia edukacyjne (5 szkoleń, 25 osób);
* Udział w spartakiadzie amazonek regionu łódzkiego;
* Udział w Ogólnopolskiej spartakiadzie amazonek 60+ w Sierakowie
* Wycieczki integracyjne (25 osób);
* Wykłady specjalistów (2 wykłady, 20 osób);
* Spotkania okolicznościowe;
* Spotkania edukacyjne z młodzieżą – 40 osób
* Zajęcia na basenie
* Spotkania z psychologiem – 1 raz w miesiącu (25 osób)

Całkowity koszt zadania wyniósł 27.971,53 zł.

*Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Koło Miejskie Nr 2*

Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Koło Miejskie Nr 2 otrzymało w 2016 roku wsparcie w wysokości 8.000,00 zł na realizację zadania „Prowadzenie działań mających na celu aktywizację, edukację i integrację oraz promocję zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Miasta Tomaszowa Mazowieckiego”. Łącznie z realizowanych zadań skorzystały 1693 osoby.

W ramach realizacji zadania organizowane były:

* Wycieczki integracyjne;
* Wyjazdy do teatru;
* Spotkania edukacyjne (10 spotkań, 584 osoby);
* Bezpłatne badania przesiewowe poziomu cukru we krwi i ciśnienia tętniczego wśród mieszkańców Miasta (338 osób; 1014 badań);
* Imprezy okolicznościowe.

Całkowity koszt realizacji zadania wyniósł 35.930,00 zł.

*Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Oddział Miejsko – Powiatowy*

Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Oddział Miejsko – Powiatowy otrzymał w 2016 roku wsparcie w wysokości 9.000,00 zł na realizację zadania „Prowadzenie działań mających na celu aktywizację, edukację i integrację oraz promocję zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Miasta Tomaszowa Mazowieckiego”.

W ramach realizacji zadania organizowane były:

* Prelekcje z zakresu profilaktyki zdrowia;
* Spotkania okolicznościowe;
* Wycieczki integracyjne;
* Spotkania robocze;
* Prelekcje z zakresu bezpieczeństwa osób starszych;
* Badania profilaktyczne (450 osób; 1145 badań);

Całkowity koszt realizacji zadania wyniósł 12.657,00 zł.

W Tomaszowie Mazowieckim działają również grupy nieformalne zrzeszające seniorów z terenu Miasta. Grupy te nie mają podstaw prawnych do ubiegania się o środki na realizację zadań publicznych. Otrzymują one jednak corocznie wsparcie w postaci ufundowanych przez Prezydenta Miasta nagród w konkursach i wydarzeniach organizowanych przez kluby, finansowania spotkań wigilijnych oraz sfinansowanie kosztów transportu grupy seniorów na wycieczkę integracyjną. Ponadto w 2016 roku nastąpiło uroczyste podsumowanie warsztatów organizowanych przez Klub Seniora „Słoneczna Jedynka” oraz I Liceum Ogólnokształcące im. J. Dąbrowskiego w Tomaszowie Mazowieckim. Każdy z uczestników warsztatów otrzymał dyplom oraz nagrody ufundowane przez Prezydenta Miasta. Grupy te korzystają także z bogatej oferty placówek kultury i innych instytucji działających na terenie naszego Miasta.

*Klub Seniora 50+*

W dniu 15 września 2016 roku Klub Seniora 50+ działający przy Gimnazjum nr 6 im. ks. Jana Twardowskiego w Tomaszowie Mazowieckim obchodził 8-lecie swojego istnienia. Przypomnijmy, że klub jest grupą nieformalną składającą się z osób powyżej 50. roku życia, którzy postanowili wspólnie spędzać swój wolny czas, organizować go wspólnie z innymi osobami w ich wieku. Inicjatorem oraz szefem klubu jest Pan Hieronim Kliszewski. Członkowie Klubu spotykają się ze znanymi osobami, organizują wycieczki i ogniska, wspólnie przygotowują spotkania świąteczne i okolicznościowe. Aktywna działalność Klubu stanowiła przesłankę do wdrożenia w życie inicjatywy dotyczącej integracji osób starszych poprzez powstawanie lokalnych, osiedlowych klubów senioralnych. Klub liczy około 70 członków.

W 2016 roku klub odbył 34 spotkania, w tym:

* spotkania organizacyjne, na których omawiane były bieżące działania klubu, ale także przedstawione i dyskutowane dokumenty dotyczące seniorów;
* spotkania dotyczące informacji na tematy bieżące Miasta z udziałem Zastępcy prezydenta Miasta Tomaszowa Mazowieckiego – Pani Zofii Szymańskiej oraz Dyrektora Wydziału Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia Urzędu Miasta w Tomaszowie Mazowieckim;
* wieczorki taneczne (styczeń, luty);
* spotkanie z posłem na sejm RP Panem Rafałem Wójcikowskim;
* spotkanie ze doktorantką filologii polskiej UJ;
* badanie słuchu przez profesjonalistów zorganizowane w siedzibie klubu;
* udział w przygotowanym przez uczniów Gimnazjum Nr 6 specjalnie dla seniorów widowisku Katyń – Smoleńsk;
* spotkania plenerowe przy grillu;
* wyjazdy do teatru w Łodzi;
* spotkanie z przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji na temat bezpiecznych zachowań wśród seniorów;
* spotkanie z przedstawicielem Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej na temat działań przeciwpożarowych oraz zagadnień związanych z czadem;
* spotkania okolicznościowe z okazji Dnia Seniora, świąt i innych. Na spotkanie opłatkowe zaproszono również chór Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów „Jesienne Słowiki”.

Ponadto członkowie klubu chętnie uczestniczą w wydarzeniach organizowanych na terenie Miasta, które są skierowane do seniorów.

*Klub Seniora „Słoneczna Jedynka”*

W ramach działań Klubu Integracji Społecznej w 2016r. organizowane były spotkania Klubu Seniora „Słoneczna Jedynka” działającego przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej. W miesiącu grudniu 2016r. Klub „Słoneczna Jedynka” liczył 102 członków, 93 kobiety i 9 mężczyzn.

Członkowie Klubu brali udział w uroczystościach oraz imprezach okolicznościowych.

* W dniu 25.01.2016r. odbyło się uroczyste spotkanie z okazji Dnia Babci i Dziadka;
* W dniu 3.02.2016r w ILO odbyło się uroczyste zakończenie warsztatów „Senior w świecie wirtualnym, wnuczek –nauczycielem, senior –uczniem” realizowanym we współpracy z I Liceum Ogólnokształcącym im. J. Dąbrowskiego w Tomaszowie Mazowieckim. W warsztatach wzięło udział 17 członków Klubu Seniora „Słoneczna Jedynka”, przedstawiciele Klubu Seniora „Niezapominajki” oraz Klubu Seniora 50+ działającego przy Gimnazjum nr 6 im. Ks. J. Twardowskiego w Tomaszowie Mazowieckim. Frekwencja wyniosła 92%. W warsztatach wzięło udział 33 trenerów – uczniów I LO.
* W dniu 07.03.2016 roku panowie z Klubu Seniora „ Słoneczna Jedynka” zorganizowali spotkanie „ Pod Arkadami” z piękniejszą częścią ludzkości – kobietami. W miłej atmosferze przy herbatce i serniku w programie artystycznym udowodniliśmy tezę, że „kobieta to też człowiek”.
* W Klubie Seniora „Słoneczna Jedynka” odbyły się warsztaty florystyczne związane ze Świętami Wielkanocnymi.
* W dniu 17.05.2016r. seniorzy z klubu „Słoneczna Jedynka” seniorzy z klubu wyjechali na spektakl komediowo- muzyczny do Łodzi. „Sen nocy nie/letniej”. W spektakl oparty na motywach komedii Szekspira zostały wplecione znane i lubiane przeboje takie jak „Gdzie ci mężczyźni” czy „Sen o Victorii”.
* W dniu 21.05.2016 Klub Seniora „Słoneczna Jedynka” wziął udział w uroczystej Gali z okazji 20-lecia powstania Galerii pod Arkadami. Grupa artystyczna klubu SAK przedstawiła montaż słowno-muzyczny „Viva Arkady”
* W dniu 24.05.2016 na przystani miejskiej odbyło się ognisko z okazji Dnia Matki. W uroczystości udział wzięły kluby seniora „Słoneczna Jedynka”, 50+, „Niezapominajki” oraz przedstawiciele Polskie Stowarzyszenie Diabetyków.
* Klub Seniora „Słoneczna Jedynka” po raz trzeci wziął udział w Miejskim Przeglądzie Twórczości Senioralnej. Klub przedstawił etiudę teatralną „To wiek, nasz wiek”.
* Narodowe czytanie „Qvo vadis” – w sobotę 3 września I LO stało się sceną dla młodzieży i seniorów „Słonecznej Jedynki”, którzy czytali fragmenty, nagrodzonej literackim Noblem, powieści H. Sienkiewicza „Qvo vadis”;
* Piknik „LOKALNI NIEBANALNI” – Seniorzy „Słonecznej Jedynki” prezentowali działalność i dorobek klubu podczas IX Pikniku Lokalni Niebanalni. Przed okazałym namiotem została zorganizowana wystawa fotograficzna „Z działalności Klubu” oraz „Lato 2016”;
* „Piękna Polska nasza cała” – w słoneczną wrześniową sobotę grupa 50 seniorów ze „Słonecznej Jedynki” udała się na wycieczkę autokarową w Góry Świętokrzyskie. Pierwszym etapem była Jaskinia Raj, jedna z najbardziej znanych atrakcji turystycznych Gór Świętokrzyskich. Następnym etapem tej wycieczki była Tokarnia – Skansen wsi kieleckiej.
* Europejski Dzień Seniora – w dniu 13.11.2016r. Seniorzy Słonecznej Jedynki wzięli udział w obchodach Europejskiego Dnia Seniora.
* Jak szybko płynie życie, jak szybko mija czas – w dniu 22.11.2016r. członkowie klubu wraz z zaproszonymi na tę okazję gośćmi uroczyście obchodzili trzecią rocznicę powstania klubu. Impreza odbyła się w Ośrodku Wczasowym Przystań;
* W dniu 16.12.16 w stołówce ZSP nr 4 odbyła się wieczerza wigilijna Klubu Seniora Słoneczna Jedynka. Uczniowie klas I-III wraz z opiekunami przygotowali przepiękną inscenizację poświęconą narodzinom Chrystusa. Następnie wszyscy seniorzy oraz zaproszeni goście udali się na wieczerzę, gdzie dzielono się opłatkiem i składano życzenia świąteczne.

*Klub Seniora przy Dzielnicowym Ośrodku Kultury*

Klub Seniora Dzielnicowego Ośrodka Kultury filii Miejskiego Centrum Kultury w Tomaszowie Mazowieckim powstał przy ośrodku w październiku 2015 roku, jako zwieńczenie poprojektowych działań w ramach zadania „Grant na lepszy start” pn. „Przez żołądek do integracji”.  Klub skupia ponad 30 uczestników, w większości panie. Są to mieszkańcy między innymi dzielnicy Białobrzegi i Ludwików. Cześć członków klubu korzysta systematycznie ze stałej oferty ośrodka: zajęcia rekreacyjne; gimnastyka dla seniora, tenis stołowy, zajęcia artystyczne itp. warsztaty ceramiki oraz inne warsztaty rękodzielnicze. Grupa spotyka się systematycznie na comiesięcznych spotkaniach organizacyjno – integracyjnych, o tematyce prozdrowotnej w ramach cyklu „Na zdrowie nigdy nie jest za późno”, kultywuje tradycje klubowych spotkań około świątecznych; Boże Narodzenie, Wielkanoc, Andrzejki, Ostatki, Dzień Kobiet itp., bierze czynny udział w życiu ośrodka poprzez uczestnictwo w organizowanych wydarzeniach. Wspiera także te działania poprzez pomoc organizacyjną oraz udział w imprezach integrujących pokolenia. Klub inicjuje i organizuje wyjazdy turystyczne (wycieczki autokarowe) i wycieczki rowerowe.

*Klub Seniora „Niezapominajki”*

Klub ten działa już od wielu lat, choć już kilkakrotnie zmieniała się jego nazwa oraz siedziba. Obecną siedzibą klubu jest świetlica ogrodów działkowych „Siedmiodomki”. Klub zrzesza w swoich szeregach około 70 osób. Członkowie klubu spotykają się cyklicznie jeden raz w miesiącu. Na spotkaniach organizacyjnych omawiane są bieżące sprawy klubu oraz zamierzenia i pomysły dotyczące dalszej działalności. Podobnie jak i w innych klubach jego członkowie organizują wspólne wyjazdy krajoznawcze (około 3 wycieczki w roku), organizują imprezy okolicznościowe oraz wieczorki muzyczne. Członkowie klubu spotykają się także z przedstawicielami samorządu miejskiego i powiatowego. Klub zamierza systematycznie rozwijać swoją działalność i zwiększać ofertę dla seniorów, którzy zechcieliby dołączyć do ich grona.

**Wskaźniki ewaluacji:**

* **Łączna kwota dotacji przekazana na realizację zadań dla stowarzyszeń: 78.200,00 zł;**
* **Ilość zadań zleconych: 7**
  1. **Projekt „Kino za złotówkę”**

W dniu 12 maja 2016 roku odbyły się dwa seanse „Kina za złotówkę”. Na projekcję znanej polskiej komedii „Planeta singli” w sali kina „Włókniarz” Prezydent Miasta zaprosił nie tylko seniorów działających w organizacjach pozarządowych czy grupach nieformalnych, ale także osoby starsze nie udzielające się na co dzień w ich szeregach.

Łącznie w 2 projekcjach filmowych wzięło udział 540 seniorów.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość wydanych biletów: 540 sztuk.**
  1. **Projekt „Kawa za złotówkę”**

W 2016 roku talony wydawane były w pięciu kawiarni z terenu naszego Miasta, w których tomaszowscy seniorzy mogli skorzystać z ciepłego napoju (kawy lub herbaty) za symboliczną złotówkę. Kawiarnie, które wzięły udział w projekcie to:

* „…i cafe” przy Stowarzyszeniu TOMY (ul. Jerozolimska 1E)
* Kawiarnia „czytay cafe” przy Placu Kościuszki
* VENEZIA CAFE przy ul. Św. Antoniego 1,
* Galeria „ARKADY” przy ul. Rzeźniczej
* SZEŚĆ NA DZIEWIĘĆ CLUB przy Placu Kościuszki.

Wykres nr 3: Wykorzystanie talonów w latach 2011-2016

Talony wydawane były seniorom w Wydziale Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia Urzędu Miasta oraz w organizacjach pozarządowych. Głównym celem projektu była aktywizacja osób starszych oraz zwiększenie poczucia przynależności do społeczności lokalnej. Projekt cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem seniorów

W roku sprawozdawczym wydano łącznie 1634 talony, co daje średnio 136 talonów na miesiąc.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość wydanych biletów: 1634 sztuk.**
  1. **Wspieranie działań rekreacyjnych, edukacyjnych i kulturalnych na rzecz seniorów**

*Urząd Miasta w Tomaszowie Mazowieckim*

W dniu **23 stycznia 2016 roku** w Sali kina „Włókniarz” odbył się koncert dla seniorów pt.: **„Trochę wspomnień z tamtych lat…”** organizowany we współpracy z Parafią Rzymsko – Katolicką pw. Św. Antoniego z Padwy. Koncert ten jest kolejną imprezą dla seniorów, która na stałe wpisała się do tomaszowskiego kalendarza imprez. Cieszy się on niezmiennie bardzo dużym zainteresowaniem seniorów, przenosząc ich w świat pięknych polskich przebojów z dawnych lat.

**„Jedno serce – dwa kraje”** to tytuł koncertu dla seniorów zorganizowanego z okazji Dnia Kobiet, który odbył się w ostatnią sobotę **5 marca** w Sali Kina „Włókniarz”. Młodzi wykonawcy z dziecięco – młodzieżowego zespołu „Sto Uśmiechów” z Gimnazjum im. Adama Mickiewicza w Wilnie oczarowali widzów pięknymi strojami, tańcem i śpiewem. Sentymentalna podróż przez ludową kulturę, zarówno polską jak i wileńską u wielu wywołała wzruszenie. Po koncercie można było zakupić palmy wielkanocne wykonane przez członków stowarzyszenia. Koncert odbył się we współpracy ze Stowarzyszeniem „Wspólnota Polska”, które wspiera Polaków mieszkających poza granicami kraju.

W dniu **30 września 2016** roku w Sali Obrad Urzędu Miasta w Tomaszowie Mazowieckim odbyła się debata zorganizowana w ramach **„Przeglądu systemu emerytalnego 2016 r. – Bezpieczeństwo dzięki odpowiedzialności”** zorganizowana we współpracy z Oddziałem Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Tomaszowie Mazowieckim.

W trakcie debaty przedstawiciele środowisk senioralnych mogli wysłuchać prelekcji na temat:

* Emerytura z systemu zreformowanego – determinanty wpływające na jej wysokość” prowadzona przez dr Małgorzatę Olszewską, Dyrektor II Oddziału Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Łodzi;
* „Warunki nabycia prawa do najniższej emerytury”;
* „Wpływ zmian w systemie emerytalnym na rynek pracy”;
* „Emeryt oczami pracodawcy”;
* „Zagrożenie ubóstwem w nowym systemie emerytalnym”.

W dniu **7 listopada** Prezydent Miasta zaprosił tomaszowskich seniorów do hali sportowej Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 w Tomaszowie Mazowieckim, gdzie odbył się koncert z okazji miejskich obchodów **Dnia Seniora**. Tym razem w klimat pięknej polskiej poezji i piosenki wprowadziła tomaszowian **Edyta Geppert** – uznana polska wokalistka, która swoim głosem i interpretacją sceniczną oczarowała tłumnie zgromadzonych na koncercie widzów. Koncert po raz pierwszy miał charakter charytatywny. Pieniądze wrzucone do puszek wolontariuszy przekazane zostały w całości na rzecz Mai Żaczek – uczennicy Szkoły Podstawowej Nr 1 im. A. Kamińskiego w Tomaszowie Mazowieckim, która od wielu lat zmaga się ciężką chorobą, a środki z koncertu przeznaczone były na jej rehabilitację. Z tego też powodu w trakcie koncertu zorganizowano stoiskach, na których, po wrzuceniu drobnej sumy do puszki, można było otrzymać słodki poczęstunek lub ręcznie robione ozdoby świąteczne przygotowane przez członków Klubu Seniora „Słoneczna Jedynka” działającego przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Tomaszowie Mazowieckim. W koncercie wzięło udział ponad 900 seniorów z terenu całego Miasta. Był to, jak do tej pory, rekordowy pod względem zgromadzonych widzów, koncert z tej okazji.

*Miejskie Centrum Kultury*

*Dzielnicowy Ośrodek Kultury*

W Dzielnicowym Ośrodku Kultury w Tomaszowie Mazowieckim odbywały się cykliczne imprezy dla seniorów zrzeszonych w Klubie Seniora działającym przy DOK. I tak w 2016 roku:

* W 23 stycznia 2016 roku w Dzielnicowym Ośrodku Kultury odbył się bal karnawałowy Klubu Seniora, w którym wzięło udział 40 seniorów z dzielnicy Białobrzegi ;
* W dniu 14 marca odbyło się uroczyste spotkanie Klubu Seniora z okazji Dnia Kobiet (35 osób);
* W dniu 4 czerwca odbyło się integracyjne spotkanie klubu seniora „Przy ognisku…” (35 osób);
* W dniu 18 czerwca odbyła się wycieczka dla seniorów do sanktuarium maryjnego w Licheniu (27 osób);
* W dniu 16 lipca 2016 roku odbyło się letnie integracyjne spotkanie Klubu Seniora w Akademii Ciastka w Twardej połączone z ogniskiem (30 osób);
* W dniu 8 października odbyło się integracyjne spotkanie taneczne na powitanie jesieni (26 osób);
* W dniu 26 listopada odbyła się andrzejkowa zabawa taneczna dla seniorów z klubu seniora DOK (40 osób);
* W dniu 29 grudnia odbyło się integracyjne spotkanie świąteczne (35 osób).

*Ośrodek Kultury „TKACZ”*

Ośrodek Kultury „Tkacz” współpracował w 2016 roku z organizacjami pozarządowymi zrzeszającymi seniorów z naszego Miasta. W swojej ofercie zawarł działania skierowane bezpośrednio do seniorów. Znalazły się wśród nich zajęcia fitness, które odbywały się 2 razy w tygodniu dla grupy 20 osób, zajęcia wokalne odbywające się raz w tygodniu dla czteroosobowej grupy seniorów, a także zajęcia plastyczne dla grupy „Spryciarki” składającej się z 8 seniorek. Ponadto seniorzy uczestniczyli w licznych wydarzeniach kulturalnych odbywających się na terenie ośrodka takich jak: koncerty, spektakle teatralne warsztaty plastyczno – ceramiczne.

Ponadto w O.K. „Tkacz” odbyły się imprezy bezpośrednio skierowane do seniorów:

* W dniu 9 lutego odbyła się „Ostatkowa biesiada senioralna” dla 35 seniorów;
* Kolejna biesiada, tym razem na powitanie lata, odbyła się w dniu 21 czerwca 2016 roku. Uczestniczyło w niej 45 osób;
* W dniu 26 września odbył się jubileusz 10-lecia TUTW;
* W dniu 24 października we współpracy z TUTW odbył się seans filmowy, w którym wzięło udział 120 seniorów;
* W dniu 24 listopada odbyła się Andrzejkowa Biesiada Senioralna, w której wzięło udział 120 seniorów;
* W dniu 13 listopada w ramach obchodów Europejskiego Dnia Seniora odbyła się projekcja filmu „Nie płacz kiedy odjadę” oraz koncert wokalistów z O.K. „Tkacz” oraz TM BRASS – miejskiego zespołu muzycznego.

*Miejski Ośrodek Kultury*

W Miejskim Ośrodku Kultury wsparcie seniorów realizowane było poprzez następujące działania:

* Udostępniana była sala wykładowa dla uczestników lektoratów sekcji TUTW i sala na zajęcia taneczne i wokalne sekcji TUTW.
* Seniorzy brali udział w przeglądach, koncertach, konkursach i programach artystycznych, organizowanych w filii MOK.
* Udostępniona była również sala dla grupy artystycznej ze stowarzyszenia „Słoneczna Jedynka” na próby wokalne i teatralne.
* Udostępniona była także sala „Przyjaźń” należąca do filii MOK przy ul. Św. Antoniego 55 dla osób korzystających z Domu Dziennego Pobytu – prowadzone są tam zajęcia relaksacyjno-taneczne dla seniorów.
* Oferta wydarzeń kulturalnych i artystycznych dla seniorów w filii MOK była zamieszczana dla uczestników TUTW w comiesięcznym harmonogramie.
* Strona internetowa filii MOK posiada zakładkę TUTW, w której znajduje się historia, galeria zdjęć, kontakt z zarządem TUTW oraz wszelkie informacje o działalności.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość osób biorących udział w wydarzeniach: około 2685 osób.**

1. **Poprawa dostępności do informacji o działaniach dla seniorów**
   1. **Propagowanie działalności Rady Seniorów**

Uchwałą Nr VIII/53/2015 Rady Miejskiej Tomaszowa Mazowieckiego z dnia 25 marca 2015 roku w sprawie powołania Tomaszowskiej Rady Seniorów i nadania jej Statutu (Dz. Urz. Woj. Łódzkiego poz. 1672 z dnia 21 kwietnia 2015 roku.) rozpoczęła się procedura utworzenia w Tomaszowie Mazowieckim Rady Seniorów, która ostatecznie ukonstytuowała się w lipcu 2015 roku.

W 2016 roku Tomaszowska Rada Seniorów odbyła 6 posiedzeń stacjonarnych. Na swoich posiedzeniach TRS omawiała:

* projekt strategii rozwiązywania problemów społecznych na lata 2016 – 2020 w zakresie seniorów;
* projekt Miejskiego Programu Działań na Rzecz Seniorów na lata 2016 – 2017 „Tomaszów dla Seniorów”;
* wnioski dotyczące wizyt w domach pomocy społecznej oraz w Zakładzie Pielęgnacyjno – Opiekuńczym;
* założenia wprowadzenia ulg dla seniorów na terenie Miasta;
* regulamin konkursu międzypokoleniowego na projekt graficzny logo programu;
* sprawy bieżące wynikające z codziennej pracy na rzecz seniorów.

Przedstawiciele Tomaszowskiej Rady Seniorów uczestniczyli w obradach Ogólnopolskiego Parlamentu Seniorów, a także konferencji na temat "Rady Seniorów - partnerstwo z samorządami" zorganizowanej przez Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w dniu 1 października w Warszawie.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość informacji na stronach internetowych: 10 informacji;**
* **Ilość spraw prowadzonych przez Radę: 7 spraw;**
* **Ilość wniosków wypracowanych przez Radę: 6 wniosków.**
  1. **Prowadzenie strony internetowej senioralnej i działania promocyjne strony**

W ramach działań na rzecz seniorów prowadzona była strona internetowa [www.seniortm.pl](http://www.seniortm.pl), na stronach której można odnaleźć najważniejsze ogłoszenia, wydarzenia artystyczne i kulturalne dotyczące seniorów. Strona ta cieszy się coraz większym powodzeniem środowisk senioralnych, które coraz częściej chcą „pochwalić” się swoimi działaniami przesyłając materiały z wycieczek i imprez organizowanych w ramach swoich grup i stowarzyszeń.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość artykułów umieszczonych na stronie internetowej: 27 aktualności, 6 informacji o posiedzeniach Rady Seniorów;**
* **Ilość wejść na stronę: 14.575 wejść.**

1. **Poprawa społecznego wizerunku seniorów i przeciwdziałanie dyskryminacji społecznej osób starszych.**
   1. **Podejmowanie działań międzypokoleniowych**

Działania międzypokoleniowe odbywały się głównie za pośrednictwem placówek kultury działających na terenie naszego Miasta.

*Dzielnicowy Ośrodek Kultury*

W Dzielnicowym Ośrodku Kultury w Tomaszowie Mazowieckim w dniu 8 stycznia 2016 roku zorganizowano rodzinne śpiewanie kolęd, w którym wzięły udział całe rodziny, babcie, dziadkowie z wnukami i wnuczkami. W imprezie wzięło udział ok. 50 osób. Ponadto w dniu 22 stycznia 2016 roku odbyła się integracyjna impreza artystyczno – rekreacyjna z zabawami i konkursami łączącymi pokolenia wnuków i dziadków pod nazwą „Dla babci i dziadka”.

*Miejski Ośrodek Kultury*

W Miejskim Ośrodku Kultury działania międzypokoleniowe były realizowane w ramach projektu „wCZASy w sercu miasta”. Od 23 sierpnia do 2 września odbywał się w filii MOK cykl imprez kulturalnych, w którym łącznie wzięło udział 485 osób. W programie znalazły się warsztaty integracyjno – taneczne, letnie warsztaty ceramiczne, wieczór gier stolikowych „Dzień zdrowia i Urody”, warsztaty kulinarne, wieczór karaoke, wycieczka autokarowa do Łęczycy, Krośniewic i Kłodawy.

Dodatkowo, w ciągu roku realizowane były inne formy działań międzypokoleniowych:

* Dzień Babci i dziadka w dniu 20 stycznia;
* Piknik Artystyczny w dniu 21 czerwca;
* Koncert z okazji Międzynarodowego Dnia Muzyki;
* Wyjazdy do teatrów.

W ramach działań międzypokoleniowych Prezydent Miasta Tomaszowa mazowieckiego ogłosił w dniu 20 grudnia 2016 roku konkurs na logo Miejskiego Programu Działań na Rzecz Seniorów „Tomaszów dla Seniorów”. Głównym założeniem tego konkursu było stworzenie projektu graficznego logo w zespołach międzypokoleniowych, czyli osoby starsze i młodzież.

Przykładem działań międzypokoleniowych były także spotkania organizowane przez kluby seniora i organizacje pozarządowe z uczniami tomaszowskich szkół , jak np.:

* Klub seniora 50+ - udział w przygotowanym przez uczniów Gimnazjum nr 6 widowisku Katyń – Smoleńsk;
* Klub Seniora „Słoneczna Jedynka” – Narodowe czytanie „Qvo Vadis” wraz z uczniami I Liceum Ogólnokształcącego im. J. Dąbrowskiego w Tomaszowie Mazowieckim;
* Oddział Rejonowy Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Tomaszowie Mazowieckim - w dniach 3–4 czerwca 2016 roku na terenie Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych Nr 1 w Tomaszowie Mazowieckim odbył się „Mega Festyn Mechanika”. W ramach współpracy międzypokoleniowej w imprezie wzięły udział między innymi: Grupa Manualna „Spryciarki”, Grupa Wokalna „Jesienne Słowiki” oraz Mieczysław Kincel, które prezentowały dorobek Oddziału Rejonowego Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość działań: 11 działań.**
  1. **Zwiększenie dostępności usług opiekuńczych w domach osób starszych**

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w 2016 roku prowadził działania w zakresie usług opiekuńczych dla najstarszych podopiecznych. W ramach tych usług wykonywane były:

* Pomoc w utrzymaniu czystości w pomieszczeniach;
* Pomoc w utrzymaniu higieny osobistej;
* Przygotowanie i podanie posiłków, leków;
* Zakup artykułów spożywczych i innych niezbędnych w gospodarstwie domowym;
* Realizacja recept;
* Kontakt z lekarzem i pielęgniarką środowiskową;
* Załatwianie spraw urzędowych.

W 2016 roku z takich usług skorzystało 56 osób.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość osób, dla których realizowano usługi opiekuńcze: 56 osób.**
  1. **Pomoc społeczna dla seniorów**

W 2016r. z pomocy społecznej udzielanej przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej skorzystało 109 seniorów, otrzymali następujące formy pomocy:

**Zasiłki celowe na kwotę 25.960,77 zł:**

* na leki - 12 osób;
* na żywność - 48 osób;
* na opał - 44 osoby;
* na dofinansowanie do czynszu – 3 osoby;
* na zakup okularów - 1 osoba;
* na gaz - 3 osoby;
* na realizację recept - 11 osób;
* na zakup farb - 2 osoby
* na opłaty za energię elektryczną - 10 osób
* zwolnienie z opłaty za usługi opiekuńcze - 1 osoba
* zasiłek celowy z programu wieloletniego,, Pomoc państwa w zakresie dożywiania” - 58 osób
* zasiłek celowy ze zdarzenia losowego - 3 osoby
* zasiłki okresowe - 2 osoby

**Zasiłki celowe specjalne na kwotę 19.289,88 zł oraz zasiłki celowe ze zdarzenia losowego na kwotę 4.700,00 zł:**

* na leki - 10 osób
* na zakup opału - 22 osoby
* na żywność - 12 osoby
* na zakup gaz - 1 osoba
* na energię elektryczną - 1 osoba
* na spłatę zadłużenia w czynszu - 1 osoba
* na remont dachu - 1 osoba
* na dofinansowanie do pobytu w Szkolnym Schronisku Młodzieżowym - 1 osoba
* skierowania do DPS - 59 osób
* bezpłatne posiłki z punktu - 24 osoby

Z dodatku mieszkaniowego w 2016r. skorzystało 272 emerytów, natomiast z dodatku energetycznego 51 osób.

*Dom Dziennego Pobytu*

11 lutego 2013 roku w ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Tomaszowie Mazowieckim rozpoczął funkcjonowanie Dom Dziennego Pobytu dla osób starszych i niepełnosprawnych przy Alei Marszałka J. Piłsudskiego 34. Od dnia 7 marca 2016r. nastąpiła zmiana adresu placówki na ul. Jana Pawła II 37 przy Domu Pomocy Społecznej Nr 2.

Dom Dziennego Pobytu to miejsce przeznaczone dla seniorów, wypełnione różnego rodzaju działaniami mającymi na celu zapewnienie wsparcia i pomocy zgodnej z potrzebami ludzi starszych. Integracja społeczna różnych środowisk lokalnych oraz poprawa jakości życia na emeryturze powoduje to, że seniorzy czują się integralną częścią wszystkich mieszkańców Tomaszowa Mazowieckiego.

W 2016 roku wydano 23 decyzje kierujące do DDP, 3 decyzje zostały uchylone (ze względu na chorobę 1 osoba, 2 osoby zrezygnowały z uczestnictwa). 7 osób nie przedłużyło uczestnictwa w DDP od miesiąca lipca 2016 roku. Na koniec grudnia 2016 roku w zajęciach udział brało 13 osób (w tym 12 kobiet i 1 mężczyzna).

Pełna odpłatność w 2016 roku za pobyt w DDP przez uczestników wynosiła 306,21 zł. 1 osoba była całkowicie zwolniona z odpłatności;, 4 osoby ponosiły odpłatność 15%, 5 osób ponosiły odpłatność 20%, 2 osoby ponosiły odpłatność 30%, 1 osoba ponosiła odpłatność 40%.

Na co dzień nasi uczestnicy mogli brać udział w różnego rodzaju zajęciach proponowanych w ramach terapii zajęciowej, porozmawiać z gośćmi zapraszanymi do DDP, obejrzeć występy dzieci z przedszkola, młodzieży szkolnej oraz zaprzyjaźnionych grup seniorów. Podopieczni mogli w ramach aktywności rekreacyjnej pójść na spacer czy pojechać na wycieczkę.

Do dyspozycji seniorów była herbata, kawa, uczestnicy mieli możliwość na miejscu skorzystać z płatnego posiłku obiadowego na stołówce Domu Pomocy Społecznej. Jeden uczestnik objęty był pomocą w formie nieodpłatnego posiłku przywożonego na miejsce – w związku z uchwałą nr 221 Rady Ministrów z dnia 10 grudnia 2013r. w sprawie ustanowienia wieloletniego programu wspierania finansowego gmin w zakresie dożywiania "Pomoc państwa w zakresie dożywiania" na lata 2014-2020.

W Domu Dziennego Pobytu była prowadzona szeroko rozumiana terapia, w skład której wchodziły działania arteterapeutyczne, rękodzieło, biblioterapia, muzykoterapia czynna i bierna, choreoterapia, a także gimnastyka. Wszystkie te zajęcia miały na celu podtrzymanie sprawności fizycznej i psychicznej.

Sprawność fizyczną ma podtrzymać codzienna gimnastyka ogólna na urządzeniach rehabilitacyjnych.

W trosce o kondycję psychiczną prowadzone były zajęcia usprawniające procesy myślowe, pobudzające logiczne myślenie, wspólne rozwiązywanie krzyżówek, kalamburów oraz układanie puzzli dostosowane do możliwości wiekowych.

Arteterapia i rękodzieło czyli wykonywanie różnego rodzaju prac plastycznych dawało możliwość rozwijania często uśpionych pasji, uruchamiało wyobraźnię a przede wszystkim oddalało problemy zdrowotne wieku starczego. Zajęcia codzienne w DDP prowadziła wykwalifikowana kadra. Uczestnicy mieli możliwość także skorzystać z pomocy pracowników socjalnych, uzyskać poradę prawnika czy psychologa. Pomoc psychologiczna prowadzona była indywidualnie oraz w grupach. Seniorzy objęci byli cotygodniową opieką pielęgniarki , która zajmowała się mierzeniem ciśnienia, poziomu cukru, wagi .

Ważnymi wydarzeniami w Domu Dziennego Pobytu były uroczystości związane z obchodami polskich świąt zgodnie z obyczajem i tradycją.

W 2016 roku uczestników zajęć Domu Dziennego Pobytu odwiedzili przedstawiciele z takich placówek, instytucji oraz grup seniora, jak :

* dzieci wraz z wychowawczyniami z Przedszkola nr 2 im. M. Kownackiej oraz z Przedszkola Niepublicznego „Promyczek” z pięknymi przedstawieniami;
* Uczennice wraz z nauczycielkami z klas IV-VI Szkoły Podstawowej nr 8;
* Powiatowy Rzecznik Konsumenta oraz przedstawiciele Komendy Powiatowej Policji;
* NAZAwołanie to grupa artystyczna działająca przy TUTW, która kilka razy w 2016 roku gościła w DDP pokazując swe artystyczne dokonania
* Przedstawiciele Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów;
* Klub Seniora „Słoneczna Jedynka”

Seniorzy z Domu Dziennego Pobytu uczestniczyli także w wydarzeniach organizowanych przez tomaszowskie placówki kultury. Zorganizowano także wyjazd do teatru muzycznego w Łodzi na sztukę pt.: „Cyrano”.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość przyznanych zasiłków:**

**- 109 osób skorzystało z zasiłków celowych;**

**- 272 osób skorzystało z dodatku mieszkaniowego;**

**- 51 osób skorzystało z dodatku energetycznego.**

1. **Profilaktyka zdrowotna seniorów**
   1. **Działania z zakresu profilaktyki zdrowia dla seniorów**

W ramach Populacyjnego Programu Wczesnego Wykrywania Raka Piersi zorganizowano w 2016 roku we współpracy z firmą LUXMED **badania mammograficzne** dla kobiet powyżej 50 roku życia. Akcje odbywały się w dniu 27 czerwca na Placu Kościuszki oraz w dniach 20-21 grudnia przy Galerii Tomaszów. W badaniach wzięło udział łącznie około 250 kobiet. Mammobus był także dostępny podczas IX Pikniku Organizacji Pozarządowych „Lokalni Niebanalni” w dniu 28 sierpnia 2016 roku. W trakcie tej akcji przebadano 50 kobiet.

W dniu **17 października 2016** roku w Urzędzie Miasta w Tomaszowie Mazowieckim odbyło się spotkanie dla seniorów pn.: **„Nadwaga wśród seniorów”**. Prelekcja, w której udział wzięło ok. 50 osób, realizowana była w ramach V edycji Ogólnopolskiej Akcji Walki z Nadwagą.

*Miejskie Centrum Kultury w Tomaszowie Mazowieckim*

*Dzielnicowy Ośrodek Kultury*

W Dzielnicowym Ośrodku Kultury w dzielnicy Białobrzegi w 2016 roku prowadzony był cykl spotkań pod hasłem: **„Na zdrowie nigdy nie jest za późno”**. W ramach tych zajęć prowadzone były prelekcje na temat:

* „Śmierć – koniec czy początek” – spotkanie z ks. Grzegorzem Chirkiem psychoonkologiem – w potkaniu uczestniczyło 35 seniorów;
* „Łatwe i proste zasady zdrowego odżywiania” – spotkanie z przedstawicielami „Metamorfozy” – studia Pięknego Ciała oraz delikatesów ze zdrową żywnością „Apetyczne EKO” – w spotkaniu uczestniczyło 28 seniorów;
* „Rola psychoonkologia w procesie leczenia onkologicznego” – spotkanie z Panią Karoliną Kulczyńską – psychoonkologiem oraz przedstawicielem Centrum Diagnostyki i Terapii Onkologicznej „NU-MED” w Tomaszowie Mazowieckim – w spotkaniu uczestniczyło 32 seniorów;
* „Zdrowe odżywianie najlepszą profilaktyką chorób cywilizacyjnych”. W spotkaniu uczestniczyło 32 seniorów.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość spotkań: 6 spotkań.**



* 1. **Poprawa lub utrzymanie sprawności fizycznej seniorów poprzez organizację lub wspieranie działań, prelekcji i pokazów z zakresu aktywności fizycznej seniorów**

*Urząd Miasta w Tomaszowie Mazowieckim*

W dniu **14 lutego 2016** **roku** na Placu Kościuszki odbył się bieg pn.: „Z Miłości do Zdrowia”. Jego celem było zwiększenie aktywności fizycznej mieszkańców naszego Miasta oraz promocja zdrowego stylu życia. W imprezie wzięli udział również przedstawiciele środowisk senioralnych działających na obszarze Miasta. Bieg połączony był z możliwością wykonania badań poziomu cukru, pomiaru ciśnienia tętniczego oraz z nauką samobadania piersi.

W dniu **6 grudnia 2016 roku** odbyła się **„I Tomaszowska Spartakiada dla Seniorów”** zorganizowana przez Prezydenta Miasta Tomaszowa Mazowieckiego. Współorganizatorami imprezy byli: Krajowe Stowarzyszenie Seniorów „PASJA”, Gimnazjum nr 7 w Tomaszowie Mazowiecki, Miejskie Centrum Kultury w Tomaszowie Mazowieckim, Rada Sportu przy Prezydencie Miasta Tomaszowa Mazowieckiego oraz Stowarzyszenie Abstynenckie „AZYL”. Wydział Kultury, Sportu i Promocji oraz Wydział Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia Urzędu Miasta przygotowały dla uczestników spartakiady 10 konkurencji rekreacyjno – sportowych, w których rywalizowali seniorzy. Prezydent Miasta ufundował dla uczestników imprezy słodki poczęstunek i upominki mikołajkowe. Sponsorem imprezy był Zakład Gospodarki Wodno – Kanalizacyjnej w Tomaszowie Mazowieckim.

Impreza cieszyła się bardzo dużym zainteresowaniem uczestników. Łącznie we wszystkich konkurencjach uczestniczyło 107 zawodników. Rozdano 24 komplety medali w różnych kategoriach wiekowych. Przyznano także dwie równorzędne nagrody dla najlepiej kibicującej grupy. Otrzymały je: Krajowe Stowarzyszenie Seniorów „PASJA” oraz Tomaszowski Uniwersytet Trzeciego Wieku.

Spartakiada została bardzo dobrze przyjęta przez środowiska senioralne i na stałe wpisała się już do tomaszowskiego kalendarz imprez.

*Miejskie Centrum Kultury w Tomaszowie Mazowieckim*

*Dzielnicowy Ośrodek Kultury*

W dniu 30 kwietnia w DOK odbyły się Otwarte Indywidualne Mistrzostwa Tomaszowa Mazowieckiego Seniorów o Puchar Przewodniczącego Rady Miejskiej w tenisie stołowym.

W dniu 17 września w Dzielnicowym Ośrodku Kultury zorganizowany został rajd rowerowy pod nazwą „Na zdrowie nigdy nie jest za późno”. 15 seniorów pokonało trasę: DOK – Skansen Rzeki Pilicy – Groty Nagórzyckie – DOK.

*Miejski Ośrodek Kultury*

W Miejskim Ośrodku Kultury regularnie organizowane były rajdy Nordic Walking dla osób dorosłych i seniorów. I tak:

* w dniu 6 lutego w Nadleśnictwie Smardzewice odbył się Zimowy Rajd Nordic Walking, w którym wzięło udział 30 seniorów;
* w dniu 23 kwietnia w Parku Krajobrazowym Wzniesień Łódzkich odbył się rajd wiosenny;
* w dniu 19 marca w Rezerwacie Kruszewiec i Starodrzew Lubocheński odbył się rajd historyczny, w którym wzięło udział 40 uczestników;
* w dniu 27 sierpnia 2016 roku odbył się rajd w okolicach Nadleśnictwa Brzeziny, w którym wzięło udział 35 seniorów.
* w dniu 24 września w Rezerwacie Przyrody Jaksonek odbył się Jesienny Rajd, a jego kontynuacja w dniu 15 października miała miejsce w Żywocinie;
* w dniu 29 grudnia odbył się Rajd Sylwestrowy, w którym wzięło udział 28 uczestników.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość działań: 10.**
  1. **Wprowadzenie ulg dla seniorów w Ośrodku Rehabilitacji Dzieci Niepełnosprawnych**

Zarządzeniem nr 271/2016 Prezydenta Miasta Tomaszowa Mazowieckiego z dnia 29 czerwca 2016 roku o zmianie zarządzenia 282/2015 Prezydenta Miasta Tomaszowa Mazowieckiego z dnia 12 czerwca 2015 roku w sprawie ustalenia cennika usług z zakresu ochrony zdrowia realizowanych przez Ośrodek Rehabilitacji Dzieci Niepełnosprawnych w Tomaszowie Mazowieckim przy ul. Jana Pawła II 64/66 wprowadzono 20% ulgi dla seniorów – mieszkańców Tomaszowa Mazowieckiego.

W roku sprawozdawczym, od wejścia w życie wskazanego zarządzenia, 45 osób starszych skorzystało z przedmiotowych ulg, w następującym zakresie:

* Fizykoterapia – 665 zabiegów;
* Kinezyterapia – 81 zabiegów;
* Hydroterapia – 60 zabiegów;
* Masaż suchy – 82 zabiegi;
* Logopeda – 10 zabiegów.

Łącznie wykonano 898 zabiegów dla seniorów.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość zabiegów: 898 zabiegów;**
* **Ilość osób korzystających z zabiegów: 45 osób**

1. **Przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu seniorów.**
   1. **Wspieranie szkoleń z dziedziny obsługi komputerów i poruszania się w internecie oraz obsługi innych urządzeń (telefonów komórkowych, aparatów cyfrowych, bankomatów, itd.)**

W 2016 roku działania z zakresu obsługi komputerów i poruszania się w internecie prowadzone były przez Miejską Bibliotekę Publiczną w Tomaszowie Mazowieckim. Działania te były kontynuacją projektów realizowanych w latach ubiegłych. W 2016 roku odbywały się następujące zajęcia:

1. **„Podstawy obsługi komputerów i internetu 50+”. –** w 2016 roku odbyły się dwie edycje kursu.

* W pierwszej edycji kurs trwał od 10.02.2016r. do 30.03.2016r.; zajęcia prowadzone były w jednej grupie. Odbyło się łącznie 18 spotkań. W kursie uczestniczyło 12 osób.
* W drugiej edycji kurs trwał od 4.04.2016r. do 23.05.2016r.; zajęcia prowadzone były w jednej grupie. Odbyło się łącznie 17 spotkań. W kursie uczestniczyło 12 osób.

1. **„Bezpieczeństwo korzystania z internetu i bankowości elektronicznej”** – pracownicy MBP przygotowali prezentację multimedialną, w oparciu o którą prowadzili zajęcia skierowane do seniorów. Szkolenie dotyczyło zasad bezpiecznego korzystania z internetu podczas obsługi kont bankowych, zakupów w sklepach internetowych, a także płatności elektronicznych. Zajęcia odbywały się w dwóch grupach:

* I grupa spotykała się w okresie 12 – 16 września 2016 roku. W zajęciach uczestniczyło 7 osób.
* II grupa spotykała się w okresie 19 – 23 września 2016 roku. W zajęciach uczestniczyło 5 osób.

Kursy organizowane były bezpłatnie i cieszyły się dużą popularnością wśród seniorów. Uczestnicy rekrutowani byli z organizacji pozarządowych oraz klubów nieformalnych działających na terenie naszego Miasta. Zajęcia prowadzone były przez przygotowanych merytorycznie pracowników MBP.

**Wskaźnik ewaluacji:**

* **Ilość szkoleń i prelekcji: 4 szkolenia.**
  1. **Konkurs na stworzenie logo programu na rzecz seniorów**

W dniu 20 grudnia 2016 roku Prezydent Miasta Tomaszowa Mazowieckiego Zarządzeniem nr 481/2016 ogłosił konkurs na projekt graficzny logo Miejskiego Programu Działań na Rzecz Seniorów „Tomaszów dla Seniorów”.

Regulamin konkursu zakładał, że konkurs będzie działaniem międzypokoleniowym. Prace konkursowe mogły zgłaszać zespoły składające się z minimum 1 osoby dorosłej (50+) i minimum 1 osoby do 20-tego roku życia.

Rozstrzygnięcie konkursu zaplanowano do 28 lutego 2017 roku.

Logo wyłonione w konkursie sygnować będzie wszelkie działania Gminy Miasto Tomaszów Mazowiecki skierowane do seniorów.

Głównymi źródłami finansowania wymienionych w sprawozdaniu zadań były środki z budżetu Miasta Tomaszowa Mazowieckiego (**łącznie około 236.000,00 zł**) oraz środki własne organizacji pozarządowych.