

**SPRAWOZDANIE**  
**z realizacji**  
**Miejskiego Systemu Wspierania**  
**Aktywności Seniorów**  
**na lata 2009 – 2015**  
**„Tomaszów dla Seniorów”**

**Tomaszów Mazowiecki**  
**marzec 2016 roku**

*Starzy ludzie poruszają się wolniej,  
ale **wiedzą lepiej, dokąd  
zmierzają.***

*Może i wolniej podejmują decyzje,  
ale **ich decyzje są mądrzejsze.***

*Może i wolniej myślą,  
ale **ich myśli są bardziej  
przenikliwe.***

*Może i gorzej widzą,  
ale **ich wzrok sięga głębiej.***

*Może i gorzej słyszą,  
ale **lepiej wiedzą,  
czego w ogóle słuchać.***

*Może i gorzej radzą sobie  
z nowoczesną technologią,  
ale **więcej wiedzą  
o tajemnicy życia.***

**(publikacja Fundacji Pacific Institute Europe)**

W dniu 26 sierpnia 2009 roku Rada Miejska Tomaszowa Mazowieckiego przyjęła Uchwałę Nr XLV/403/09 w sprawie przyjęcia **Miejskiego Systemu Wspierania Aktywności Seniorów na lata 2009 – 2015 pn. „Tomaszów dla Seniorów”** i zobligowała Prezydenta Miasta do przedkładania sprawozdania z wykonania uchwały do końca I kwartału każdego roku.

Wydział Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia przeprowadził w okresie funkcjonowania programu roku szereg działań zmierzających do realizacji zaplanowanych celów i rezultatów programowych. W lutym 2010 roku otrzymaliśmy potwierdzenie przyznania dofinansowania ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej oraz Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Roku Walki z Ubóstwem i Wykluczeniem Społecznym 2010. Projekt „Tomaszów dla Seniorów”, stanowiący wyciąg z miejskiego dokumentu programowego, został sklasyfikowany na 12 miejscu w Polsce. Celem projektu była integracja poprzez aktywizację społeczną oraz przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób starszych, mieszkańców Gminy Miasto Tomaszów Mazowiecki. Cel ten zrealizowano poprzez dwa cykle działań:



- **społeczno – edukacyjne:** powołanie Koalicji na rzecz seniorów, seminarium na temat wykluczenia społecznego osób starszych, kampania informacyjna w mediach lokalnych (telewizja, radio, prasa), materiały informacyjne (ulotki, plakaty), utworzenie strony internetowej.
- **kulturalno – integracyjne:** „Kawka za złotówkę”, „Kino za złotówkę”, Festyn „Tomaszów dla Seniorów”, obchody Dnia Seniora, konkurs „Miejsca Przyjazne Seniorom”.

Projekt „Tomaszów dla Seniorów” został zrealizowany zgodnie z założeniami w terminie od 1 marca do 30 listopada 2010 r. Szeroki zakres prowadzonych działań pozwolił objąć nimi zarówno osoby w wieku senioralnym, jak również wszystkich mieszkańców miasta.

W marcu 2010 roku wystosowano zaproszenia do instytucji i organizacji pozarządowych zajmujących się osobami starszymi do wydelegowania przedstawicieli do pracy w „**Koalicji na rzecz seniorów**”. Jednocześnie zaproszenie skierowano do wszystkich osób zainteresowanych tematem z terenu Tomaszowa Mazowieckiego za pośrednictwem prasy lokalnej (Tomaszowski Informator Tygodniowy) oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta. W dniu 31 marca 2010 roku odbyło się pierwsze spotkanie „**Koalicji na rzecz seniorów**”, w której znaleźli się przedstawiciele Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Urzędu Miasta (koordynator i asystent koordynatora projektu), Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, Domów Pomocy Społecznej Nr 1 i Nr 2, Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, Miejskiego Ośrodka Kultury, Dzielnicowego Ośrodka Kultury, Parafii Rzymsko – Katolickiej p.w. Najświętszego Serca Jezusowego oraz NZOZ Tomaszowskiego Centrum Zdrowia. W okresie trwania projektu Koalicja odbyła dziesięć spotkań, w trakcie których m. in. utworzono kalendarz imprez i wydarzeń skierowanych do seniorów, opracowano ulotkę informacyjną, akceptowano projekty graficzne plakatów, strony internetowej, przygotowano kampanię edukacyjno-informacyjną na temat problemów i praw osób starszych, a także prowadzono dyskusję na temat głównych problemów starszych mieszkańców miasta i sposobów ich rozwiązywania. Wypracowane pomysły, jak np. potrzeba prowadzenia konsultacji farmaceutycznych, czy konieczność kontynuacji działań w zakresie dbania o bezpieczeństwo osób starszych, będą wdrażane w latach

kolejnych. Po przeprowadzeniu analizy zaangażowania i frekwencji podczas spotkań koalicji, konieczne będą zmiany w jej składzie tak, aby decyzyjność tego zespołu i możliwość realizacji działań zdecydowanie wzrosły.

W dniu **29 kwietnia 2010 roku** Zarządzeniem Prezydenta Miasta nr 91/2010 ogłoszono **konkurs pn.: „Miejsca Przyjazne Seniorom”**. Celem konkursu było wskazanie miejsc na terenie miasta, w których osoby starsze traktowane są w sposób szczególnie przyjazny, czują się swobodnie lub korzystają ze specjalnych przywilejów, gdzie dba się o ich bezpieczeństwo. Wśród kandydatur do tytułu mogły znaleźć się m.in. obiekty użyteczności publicznej (kawiarnie, instytucje kultury, sklepy, apteki), instytucje państwowe, prywatni przedsiębiorcy. Informacja o konkursie została przekazana „Koalicji na rzecz seniorów”, ukazała się na stronie internetowej Urzędu Miasta oraz w prasie lokalnej. W trakcie trwania konkursu przyznano łącznie piętnaście wyróżnień w formie grawerowanych tabliczek wręczanych każdorazowo podczas lokalnych uroczystości przygotowywanych dla seniorów lub organizowanych przy ich współudziale. Laureatami konkursu zostali:

- **Miejski Ośrodek Kultury** za otwartość na seniorów, poprzez zainicjowanie utworzenia Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, udostępnienie siedziby dla potrzeb uniwersytetu, wsparcie w różnych organizowanych działaniach,
- **Filia Uniwersytetu Łódzkiego w Tomaszowie Mazowieckim** za udostępnienie pomieszczenia uczelni (auli, pracowni informatycznych) dla realizacji zajęć edukacyjnych Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku,



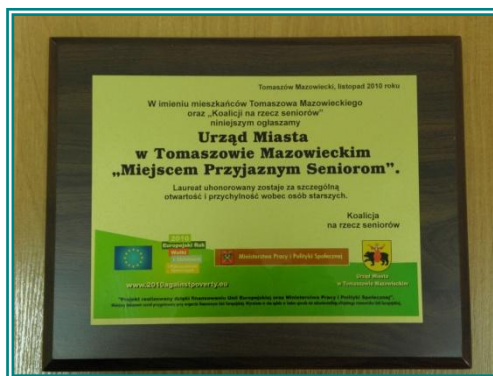
- **Ognisko TKKF „ROLAND”** za przychylne spojrzenie na chęć integracji osób starszych i bezpłatne udostępnienie siedziby dla Klubu Seniora „ROLAND”, za wsparcie organizacyjne i bezinteresowną pomoc,
- **Restauracja „ALABASTRO”, Restauracja „MUZYCZNA”, Kawiarnia „...i cafe”** za aktywne włączenie w akcję „Kawka za złotówkę” i chęć wspierania integracji tomaszowskich seniorów,
- **Abstynenckie Stowarzyszenie Klubu Wzajemnej Pomocy „ALA”** za szczególną przychylność wobec osób starszych, bezpłatne udostępnienie lokalu dla Klubu Seniora „Niezapominajki”, szeroko pojętą gościnność oraz za zrozumienie dla potrzeby integracji osób starszych,
- **Miejska Biblioteka Publiczna** za czynne włączenie się w inicjatywę utworzenia Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, za przyjazne nastawienie do seniorów,
- **Skansen Rzeki Pilicy** za przyjazną, sympatyczną atmosferę, za przyjmowanie z wielką życzliwością członków Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku,
- **Dom Pomocy Społecznej Nr 1** za pomoc świadczoną mieszkańcom miasta w postaci posiłków dla osób starszych i chorych udostępnianych zarówno w stołówce, jak również dowożonych do domu,
- **Dom Pomocy Społecznej Nr 2** za pomoc świadczoną osobom chorym i niepełnosprawnym w postaci posiłków dla mieszkańców naszego miasta, przyjazną atmosferę sprzyjającą nawiązywaniu nowych kontaktów, zawieraniu znajomości, profesjonalne świadczenie usług gastronomicznych, dobre warunki lokalowe, miły i życzliwy personel;



- **Gimnazjum nr 6** za gościnne i pełne troski o osoby starsze przyjęcie Klubu Seniora 50+,
- **Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych Nr 3** za aktywne włączenie dyrekcji i uczniów w działalność Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, za nieodpłatne udostępnianie sal i wspieranie organizacji w przygotowywaniu imprez,
- **Komenda Powiatowa Policji** za aktywne włączenie się w działania na rzecz bezpieczeństwa osób starszych poprzez przygotowanie pogadek profilaktycznych z zakresu bezpieczeństwa podczas festynu i seminarium, opracowanie we współpracy z TUTW filmów pn.: „Bezpieczny senior”;
- **Urząd Miasta** za działania podjęte na rzecz seniorów, dzięki którym rok 2010 był, zdaniem wnioskodawców, w Tomaszowie Mazowieckim „Rokiem seniorów”.



Przez cały czas trwania projektu, konkurs „Miejsce Przyjazne Seniorom” był promowany na stronie internetowej Urzędu Miasta oraz przez lokalne media (w lokalnym radio FAMA, w gazetach lokalnych „Tomaszowskim Informatorze Tygodniowym” i „Przeglądzie Lokalnym FAMKA” oraz w lokalnej telewizji TELETOP).



## Urząd Miasta w Tomaszowie Mazowieckim

W całym okresie funkcjonowania programu realizowane były następujące projekty:

- 1. „Kawka za złotówkę”** – w okresie funkcjonowania programu do udziału w projekcie udało nam się pozyskać kawiarnie z terenu naszego miasta: „...i cafe” przy Stowarzyszeniu TOMY (ul. Jerozolimska 1E) – przez cały okres funkcjonowania, Restauracja „Muzyczna” Pani Agnieszki Arkusińskiej (ul. Browarna 7) i „Alabastro” Pani Pauliny Starus - Sujki (ul. Dzieci Polskich 6/8) – w 2010 roku, Tomaszowską Spółdzielnię Socjalną „IMPULS” – w 2012 roku, kawiarnię „czytaj cafe” przy Placu Kościuszki – w roku 2015, a w bieżącym roku funkcjonowania projektu dołączyły do nas VENEZIA CAFE przy ul. Św. Antoniego 1, Galeria „ARKADY” przy ul. Rzeźniczej oraz SZEŚĆ NA DZIEWIĘĆ CLUB przy Placu Kościuszki. Wszystkie te podmioty zadeklarowały, że tomaszowscy seniorzy będą mogli korzystać z kawy lub herbaty za symboliczną złotówkę po okazaniu talonu. Talony zostały przygotowane przez realizatora projektu i przekazywane zainteresowanym seniorom w Urzędzie Miasta, ale również za pośrednictwem Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, organizacji pozarządowych. Projekt „Kawka za złotówkę” promowany był poprzez stronę internetową Urzędu Miasta, radio i gazety lokalne. Z programu korzystali podopieczni Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, członkowie stowarzyszeń i klubów senioralnych, mieszkańcy Domów Pomocy Społecznej i najstarsi mieszkańcy miasta. Do chwili obecnej projekt cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem seniorów.



## Wykorzystanie biletów „Kawka za złotówkę w latach 2010-2015

rok	ilość biletów
2010	śr. 115 osób/m-c
2011	668
2012	668
2013	825
2014	696
2015	1054

### 2. „Kino za złotówkę”

Od 2010 roku realizowany był także w ramach programu projekt „Kino za złotówkę”.

W **2010 roku** odbyły się następujące projekcje filmowe:

- „Mamma mia” w dniu 26 września 2010 roku,
- „Poznaj moich rodziców” w dniu 7 listopada 2010 roku,
- „To skomplikowane” w dniu 28 listopada 2010 roku

W każdym seansie uczestniczyło ponad 270 seniorów.

W **2011 roku** zaproponowaliśmy seniorom dwa tytuły:

- „Pod słońcem Toskanii” – w dniu 13 lutego 2011 roku
- „Och Karol 2” – w dniu 26 czerwca 2011 roku.

W każdym seansie uczestniczyło ponad 270 seniorów.



W **2012 roku** zaprezentowaliśmy cztery filmy:

- „Poznaj naszą rodzinę” w dniu 29 stycznia 2012 roku,
- „Żelazna Dama” w dniu 11 marca 2012 roku,
- „Nietykalni” w dniu 24 czerwca 2012 roku,
- „Choć goni nas czas” w dniu 14 października 2012 roku.

Na wszystkie seanse wydano ogółem 1070 biletów.

Informacja o projekcie ukazywała się każdorazowo na stronie internetowej Urzędu Miasta i prezentowana była przez lokalne Radio FAMA. Promocyjne bilety były rozprowadzane przez Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta.

**3. W dniu 22 sierpnia 2010 roku** na terenie Parku Miejskiego „Solidarność”

odbył się **Festyn „Tomaszów dla seniorów”**. Program imprezy składał się zarówno z występów artystycznych (koncerty zespołów „M-ini” „Blues Fellows”, występ chóru „Ad Libitum” oraz sekcji kabaretowej Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku), jak również działań rekreacyjnych i kulturalnych



(prezentacja i instruktaż korzystania z kijków trekkingowych w wykonaniu Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów, wystawa prac plastycznych mieszkańców Domów Pomocy Społecznej). Ponadto tomaszowscy seniorzy obejrzeli pokaz pierwszej pomocy przedmedycznej w wykonaniu Polskiego Czerwonego Krzyża i poznali podstawowe zasady zachowania bezpieczeństwa, o których poinformowała przedstawicielka Komendy Powiatowej Policji w Tomaszowie Mazowieckim. Promocja festynu odbywała się poprzez plakaty, stronę internetową Urzędu Miasta, zaproszenia rozesłane do instytucji i organizacji pozarządowych na terenie miasta.

#### 4. Wizyta Klubu Puławska 50+

W dniu 17 maja 2012 roku w siedzibie Centrum Dialogu Społecznego i Wolontariatu gościliśmy grupę seniorów z warszawskiego „Klubu Puławska 50+”. Goście zapoznali się szczegółowo z programem „Tomaszów dla Seniorów” oraz aktywnością organizacji pozarządowych i grup nieformalnych zrzeszających lub działających na rzecz osób starszych w Tomaszowie Mazowieckim. Przygotowana prezentacja multimedialna wywołała wiele pytań, zarówno na temat samego programu, jak również z historii naszego miasta, rewitalizacji Placu Kościuszki, informacji o Grotach Nagórzyckich i Niebieskich Źródłach. Działania prowadzone przez nasze Miasto uznane zostały za wzorcowe. Goście otrzymali materiały promocyjne na temat naszego regionu oraz dotyczące atrakcji turystycznych najbliższej okolicy Tomaszowa Mazowieckiego.



## **5. Gadżety**

Po analizie działań na rzecz seniorów pojawiła się konieczność przygotowania zestawu gadżetów, które odpowiadałyby potrzebom osób starszych. Materiały te stanowią drobne podarunki wykorzystywane podczas licznych imprez i akcji senioralnych, podczas obchodów jubileuszowych.

W 2013 roku zamówione zostały specjalne linijki z lupą ułatwiające czytanie, pudełeczka do porcjowania leków oraz portfeliki zapinane na nadgarstku umożliwiające przenoszenie w sposób bezpieczny niewielkich kwot pieniędzy.

Gadżety przekazano m. in. do Klubu Seniora 50+, do MOPS (dla członków nowych klubów senioralnych), do Powiatowego Stowarzyszenia Emerytów, Rencistów i Inwalidów (jako nagrody dla aktywnie działających seniorów, w tym włączających się w wolontariat), do Miejskiej Biblioteki Publicznej (jako nagrody podczas zabaw i konkursów senioralnych).

## **6. Wolontariat**

W 2012 roku Centrum Dialogu Społecznego i Wolontariatu prowadziło akcję popularyzacji idei pomocy wzajemnej na terenie naszego miasta. Do organizacji pozarządowych przekazane zostały pisma zachęcające do współpracy oraz ulotki dotyczące wolontariatu. W dniach 16, 29 i 30 października oraz 26 i 27 listopada 2012 r. Centrum Dialogu Społecznego i Wolontariatu gościło Panią Magdalенę Korczyk – Waszak - trenerkę, konsultantkę, która przez 9 lat była koordynatorką Regionalnego Centrum Wolontariatu w Łodzi. Przeprowadzono cykl spotkań o charakterze warsztatowo – szkoleniowym. Szkolenie miało na celu rozwój wiedzy i pozyskanie podstawowych kompetencji z zakresu zarządzania wolontariuszami oraz praktycznych umiejętności związanych z wszystkimi procesami we współpracy z nimi. Podczas warsztatu uczestnicy poznali metody wdrażania programu wolontarystycznego w organizacji, budowania współpracy zespołowej i zagospodarowania potencjału poszczególnych wolontariuszy.

Uczestnicy zdobyli także wiedzę na temat tego jak zdobywać, motywować i utrzymywać wolontariusza. Poznali i przećwiczyli różne sposoby dobrej,

uregulowanej prawnie kooperacji z ochotnikami, której podstawą jest komunikacja w zespole. W szkoleniach uczestniczyli przedstawiciele trzech organizacji zrzeszających seniorów z naszego miasta (PSERiI, PZERiI, PSD KM Nr2).

W 2013 roku prowadzone były działania na rzecz promocji wolontariatu osób starszych. Najszerzej włączyło się w nie Powiatowe Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów, którego przedstawiciele udzielali się w działalności na rzecz:

- ✓ dzieci z Przedszkola Nr 3, gdzie w każdy czwartek prowadzili akcje czytelnicze,
- ✓ seniorów z Domu Pomocy Społecznej przy ul. Farbiarskiej, gdzie kilka razy do roku prezentowali występy artystyczne.

W następnych latach organizacje senioralne oraz grupy nieformalne działające na terenie naszego miasta prowadziły wspólne działania wolontaryjne we własnym zakresie, działając w oparciu o wcześniej zdobytą wiedzę i doświadczenie.

## 7. Uroczyste obchody Dnia Seniora

**14 listopada 2010 r. w Sali Kina Włókniarz w Tomaszowie Mazowieckim** odbył się uroczysty koncert, podczas którego wręczone zostało wyróżnienie „Miejsce Przyjazne Seniorom” dla Urzędu Miasta na wniosek Koalicji na rzecz seniorów. Podsumowano dotychczasowe działania w ramach projektu „Tomaszów dla seniorów”. Następnie odbył się **koncert Alicji Majewskiej przy akompaniamencie Włodzimierza Korcza**. Uroczystość była prowadzona przez konferansjera.



W dniach **26 i 29 listopada 2010 r.** odbyły się uroczyste obchody **Dnia Seniora** połączone z **Andrzejkami** w **Domu Pomocy Społecznej Nr 1, Domu Pomocy Społecznej Nr 2** oraz **Tomaszowskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku**. W ramach projektu przygotowaliśmy występy zespołu muzycznego (DPS-y) oraz wieczór karaoke połączony z występem artystycznym dziecięcych tancerzy z Klubu Sportowego „Aster” (TUTW).



W związku z obchodami Międzynarodowego Dnia Seniora w dniu **14 listopada 2011** roku w Sali Kina „Włókniarz” odbył się koncert Krystyny Giżowskiej. Gwiazda wykonała swoje największe przeboje, w czym aktywnie pomagała jej widownia. Na uroczystość wydano 274 bezpłatne bilety.

W **2012 roku** w ramach uroczystych obchodów Dnia Seniora Urząd Miasta podpisał z czterema placówkami porozumienia na przeprowadzenie działań kulturalno – edukacyjno – integracyjnych dla osób starszych. W akcję włączyły się: Miejski Ośrodek Kultury, Dzielnicowy Ośrodek Kultury, Ośrodek Kultury „TKACZ” oraz Miejska Biblioteka Publiczna.

**Miejski Ośrodek Kultury** zorganizował akcję pod hasłem *„Nie prześpij jesieni”*:

- ✓ W ramach cyklu „Środy z teatrem i telewizją” odbyły się trzy pokazy filmowe (6 listopada, 13 listopada, 4 grudnia 2013 r.): „Cacao choin” Teatru Telewizji, „Kolebka zakonu franciszkanów – Asyz” – film dokumentalny z serii „Klasztory polskie” oraz spektakl „Kwiaty dla Algernona”. Po każdym pokazie prowadzona była



dyskusja oraz poczęstunek.

- ✓ Integracyjne warsztaty kulinarne dla seniorów i ich wnuków pn. „Gotu...JEMY”, które odbyły się 17 listopada i 4 grudnia 2013 r. prowadzone były przez przedstawicielkę Muzeum Rozproszonego w Łodzi i dotyczyły promocji walorów zdrowotnych oraz smakowych warzyw, jak też przygotowywania staropolskich pierników świątecznych.

**Dzielnicowy Ośrodek Kultury** przeprowadził w okresie od 4 listopada do 12 grudnia 2013 r. projekt pod nazwą „3xS – Szalona Strefa Seniora”, w którym brała udział 20-to osobowa grupa seniorek. Głównym celem projektu była aktywizacja i zwiększenie poziomu świadomej samooceny i pewności siebie u kobiet uczestniczących w zajęciach. W ramach projektu przeprowadzono:

- ✓ Warsztat Strefy Piękna – spotkanie prowadzone przez konsultantkę kosmetyczną dotyczyło podstaw pielęgnacji cery oraz wykonywania makijażu,
- ✓ Warsztat Strefa Stylu – spotkanie prowadzone przez stylistkę i wizażystkę dotyczyło właściwego dobierania stroju, kolorów, fryzury oraz ukrywania mankamentów i eksponowania walorów własnej figury,
- ✓ Warsztat Strefa Ciała – spotkania z zakresu prawidłowego kształtowania postawy – prowadzona była gimnastyka,
- ✓ Warsztat Strefa Umysłu Piękna dotyczył kreowania własnego wizerunku i znaczenia tzw. „pierwszego wrażenia” – spotkanie poprowadziła studentka psychologii; warsztat wzbogacono o prezentację konsultantki kosmetycznej i wizażystki, która przedstawiła paniom, jak niwelować oznaki zmęczenia i podkreślać swoją urodę za pomocą makijażu.



Następnie odbyła się dwudniowa sesja zdjęciowa uczestniczek projektu, a efektem było wydrukowanie kalendarza ze zdjęciami senierek biorących udział w zajęciach.



W **Ośrodku Kultury TKACZ** przeprowadzono cykl działań pod hasłem „*Inspiracja do uśmiechu*”:

- ✓ „Piękną być” cz.1 – warsztaty tworzenia biżuterii z filcu (broszek, koraliki, naszyjników) prowadzone przez instruktorkę zajęć plastycznych połączone z prezentacją własnych prac uczestniczek; spotkanie odbyło się 13 listopada 2013 r.,
- ✓ „Piękną być” cz. 2 – pokaz i warsztaty tworzenia filcowych dodatków artystycznych do odzieży: szali, toreb w technice filcowania na mokro prowadzone przez artystkę zajmującą się tkaniną unikatową zorganizowane zostały w dniu 20 listopada 2013 r.,
- ✓ Występ muzyczno wokalny II Andrzejkowa Biesiada Artystyczna, który odbył się 27 listopada 2013 r. został zatytułowany „W krainie operetki i musicalu”, a 120 widzów wysłuchało znanych arii z „Barona





Cygańskiego” i „Księżniczki Czardasza” oraz z filmów muzycznych w wykonaniu artystów scen operowych i operetkowych.

W **Miejskiej Bibliotece Publicznej** przeprowadzono działania w ramach projektu „*Senior potr@fi – kreatywność w bibliotece*”:

- ✓ w dniu 4 grudnia 2013 r. w Sali Koncertowej w siedzibie Oddziału dla Dzieci i Młodzieży odbył się występ kabaretu „Spóźniony Zapłon” z klubu seniora „Zgoda” ze Skierniewic, nagradzanego w wielu konkursach ogólnopolskich. Na widowni gościli seniorzy z Domów Pomocy Społecznej, Domu Dziennego Pobytu, Klubu Seniora „Pasja” i wielu innych. Organizatorzy przygotowali również gry i zabawy w formie teleturniejów „Jaka to melodia” i „Familiada” oraz słodki poczęstunek.



- ✓ w dniu 12 grudnia odbył się uroczysty koncert piosenki literackiej i kabaretowej Wojtka Gęsickiego – barda, artysty estradowego, autora piosenek i kompozytora z towarzyszeniem wybitnego akordeonisty – Rafała Grzaka. Występ



obejrzeliby seniorzy z Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Domów Pomocy Społecznej oraz klubów senioralnych.

Wszystkie powyższe działania sfinansowane zostały ze środków Gminy Miasto Tomaszów Mazowiecki.



## 8. Koncerty w parafii

W dniu 25 stycznia 2014 roku w auli św. Piusa X przy parafii św. Antoniego odbył się koncert dla osób starszych pt. „Trochę wspomnień z tamtych lat”. Organizatorami byli komisja ds. duszpasterstwa charytatywnego, Rycerze Kolumba oraz Gmina Miasto Tomaszów Mazowiecki. Około 150 seniorów wysłuchało największe przeboje lat 70 - tych



i 80- tych, wykonane przez dzieci i młodzież z Ośrodka Kultury Tkacz i Młodzieżowego Domu Kultury. Pani Iwona Kmiecik zaprezentowała piosenki własne oraz z repertuaru Krystyny Prońko, a tancerze z klubu Cantinero przedstawili pokaz taneczny.

Gmina Miasto Tomaszów Mazowiecki wsparła organizację imprezy poprzez zorganizowanie i sfinansowanie poczęstunku dla seniorów, na który wydatkowano 1.000 zł.

Koncert ten na stałe wpisał się już do kalendarza imprez senioralnych. W dniu 24 stycznia 2015 roku odbył się znowu – w tym samym miejscu i o tym samym tytule. Jak w roku poprzednim cieszył się on bardzo dużym zainteresowaniem ze strony seniorów. Podobnie do roku ubiegłego Gmina Miasto Tomaszów Mazowiecki wsparła organizację koncertu poprzez sfinansowanie poczęstunku dla seniorów.

### W ramach cyklu działań społeczno – edukacyjnych zorganizowano:

1. W dniu **16 listopada 2010 roku** odbyło się **seminarium pn.: „Ławeczka, dla kogo?”** dotyczące wykluczenia społecznego osób starszych nawiązujące do obchodów Międzynarodowego Dnia Walki z Ubóstwem.

Tytułowa „ławeczka” została przez organizatorów i prelegentów potraktowana dwukierunkowo:

→ jako element pierwszej, najprostszej formy aktywizacji i integracji osób starszych

lub też

→ jako symbol swoistego „zasiedzenia”, z którego należy poderwać seniorów do dalszego aktywnego działania, aby jak powiedział jeden z prelegentów „... nie stała się ona katafalkiem...”.

Seminarium odbyło się w Filii Uniwersytetu Łódzkiego w Tomaszowie Mazowieckim. W programie znalazły się następujące prelekcje:



→ „Ławeczka w oczach młodzieży” – fotoreportaż Młodzieżowego Zespołu Konsultacyjnego przy Prezydencie Miasta Tomaszowa Mazowieckiego,

→ „Dostępność ławeczek” – informacja Spółdzielni Mieszkaniowej „Przodownik” o stanie i dostępności sprzętu rekreacyjnego na osiedlach,

→ „Bezpieczna ławeczka?” – prezentacja Komendy Powiatowej Policji zawierająca porady na temat zasad zachowania osób starszych podnoszących ich bezpieczeństwo wraz z prezentacją filmu z cyklu „Bezpieczny senior”,

→ „Samotni na ławce. Ludzie starsi między wykluczeniem a samowykluczeniem” – wykład dr Przemysława Owczarka antropologa kultury,

→ „Płaszczyzny integracji osób starszych” – wykład prof. dr hab. Piotra Błądowskiego - Przewodniczącego Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego.

W seminarium udział wzięło 100 osób - przedstawiciele organizacji pozarządowych oraz instytucji z terenu miasta. Każdy uczestnik seminarium



otrzymał komplet materiałów, który zawierał: wydruk prezentacji wykładowców, „Miejski System Wspierania Aktywności Seniorów na lata 2009-2015”, program seminarium oraz dwie ulotki „Jesień życia” i „O przemocy

wobec osób starszych, czyli przełamywanie tabu” zakupione z Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. W trakcie seminarium zaprezentowano spot telewizyjny dotyczący praw seniorów. Seminarium zakończyło się podpisaniem deklaracji na rzecz współpracy dla poprawy jakości życia osób starszych w Tomaszowie Mazowieckim.

**2. Od sierpnia do listopada 2010 r. trwała kampania edukacyjno-informacyjna na temat praw i problemów osób starszych za pośrednictwem różnych środków przekazu: radia, prasy, telewizji, internetu.**

Przygotowano i wyemitowano:

1. **6 audycji radiowych** w okresie od 12 sierpnia do 28 października 2010 roku, zawsze w czwartki o godzinie 10.00 w Radio „FAMA”,
2. **4 informacje prasowe** w Przeglądzie Lokalnym „FAMKA”





w formacie ½ strony A 4 w wersji kolorowej oraz w Tomaszowskim Informatorze Tygodniowym,

3. **2 spoty reklamowe** w Telewizji Lokalnej „TELETOP” emitowane w okresie od 18 października do 30 listopada 2010 r. z częstotliwością 130 emisji w miesiącu; jeden z nich dotyczył praw seniorów, drugi promował projekt „Tomaszów dla seniorów”.

Opracowano i wydrukowano:

→ **ulotkę** informacyjną na temat:

- praw seniora według ONZ,
- instytucji, organizacji pozarządowych i grup nieformalnych działających na rzecz seniorów na terenie miasta,
- Koalicji na rzecz seniorów,
- ważnych telefonów alarmowych i kontaktowych z zakresu ochrony zdrowia, bezpieczeństwa, sytuacji kryzysowych związanych z zagrożeniem alkoholizmem i przemocą w rodzinie,

→ **plakaty** informacyjne w związku z działaniami projektowymi:

- Festywnem „Tomaszów dla Seniorów”,
- obchodami „Dnia Seniora”,
- seminarium „Ławeczka – dla kogo?”.

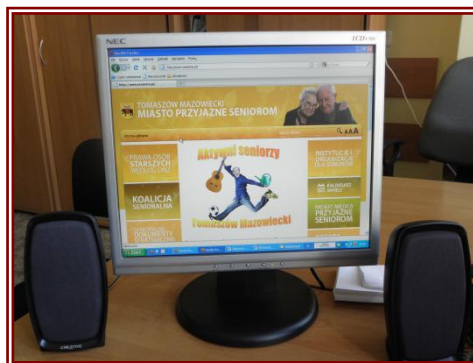
3. W ramach projektu utworzono **stronę internetową dla seniorów**, która służy starszym mieszkańcom naszego miasta również po zakończeniu realizacji projektu.

Strona internetowa o adresie [www.seniortm.pl](http://www.seniortm.pl) zawiera:

- informację o prawach osób starszych według ONZ,
- informacje i kontakt z koalicją senioralną,



- dokumenty strategiczne dotyczące m. in. bezpośrednio tematyki senioralnej,
- projekt „Tomaszów dla Seniorów”,
- podprojekty: „Kino za złotówkę”, „Kawka za złotówkę”, „Miejsca Przyjazne Seniorom”,
- informacje o instytucjach i organizacjach działających na rzecz seniorów,
- kalendarz imprez,
- ofertę dla seniorów z zakresu nauki, kultury, sportu, zdrowia i usług,
- aktualności,
- ważne telefony.



Serwis ten jest na bieżąco rozbudowywany zgodnie z sugestiami tomaszowskich seniorów. Serwis internetowy dla seniorów jest dalej prowadzony przez Wydział Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia. Organizacje senioralne, jak i grupy nieformalne coraz częściej sięgają do strony, aby zorientować się w ofercie zajęć dla seniorów i poszerzyć swoją wiedzę na temat internetu. W 2015 roku na stronie internetowej znalazły się także informacje na temat Tomaszowskiej Rady Seniorów.

#### **4. Apele Prezydenta Miasta:**

Z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Starszych – 1 października 2012 roku – opublikowano na stronie internetowej Urzędu Miasta oraz w serwisie senioralnym apel Prezydenta Miasta dotyczący zasad bezpieczeństwa z życia codziennym.

Podczas uroczystych obchodów Dnia Seniora w dniu 14 listopada 2012 roku przekazano uczestnikom koncertu apel Prezydenta Miasta na temat zasad bezpiecznego zachowania.

## **5. Spotkania**

W marcu 2012 roku odbyło się spotkanie Komendanta Straży Miejskiej z członkami senioralnego Klubu 50+. Poruszono kwestię zasad zachowania w sytuacjach zagrożenia, przekazano informacje o służbach powołanych do udzielania pomocy, zasad odpowiedzialnego zachowania. Seniorzy otrzymali magnesy z numerami alarmowymi oraz gwizdki bezpieczeństwa.

We wrześniu 2012 roku odbyło się spotkanie Naczelnika Wydziału Polityki Społecznej z członkami senioralnego Klubu 50+. Rozmowa dotyczyła m. in. rozpoznania miejsc niebezpiecznych w najbliższym otoczeniu, na osiedlu, w okolicy, ale również współpracy i pomysłów na przyszłość.

## **6. Prelekcje**

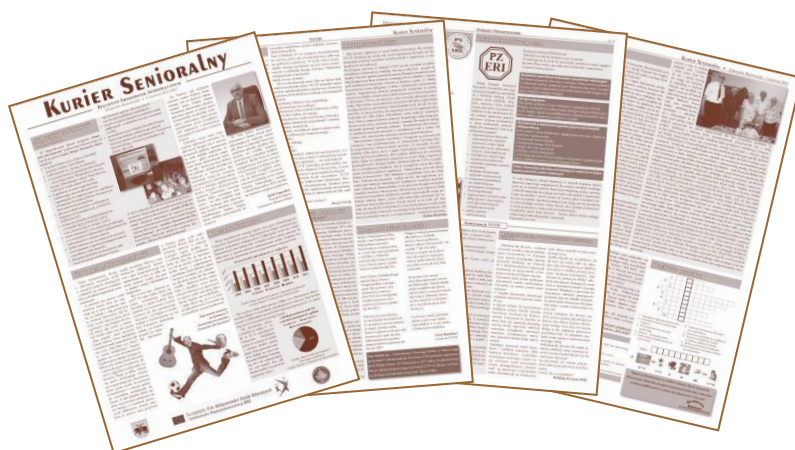
W ramach współpracy ze środowiskami senioralnymi w dniu 27 kwietnia 2015 roku, z inicjatywy Klubu Seniora „Słoneczna Jedyńka” w Sali Obrad Urzędu Miasta w Tomaszowie Mazowieckim odbyły się konsultacje farmaceutyczne dla seniorów „Alergia – choroba naszych czasów”.

Wśród działań profilaktycznych skierowanych do seniorów znalazły się także dwie prelekcje dotyczące problematyki cukrzycy. Jedna z nich odbyła się w dniu 16 czerwca a dotyczyła zespołu stopy cukrzycowej. Kolejna prelekcja, która odbyła się w dniu 15 grudnia 2015 roku dotyczyła wysiłku fizycznego w cukrzycy typu 2.



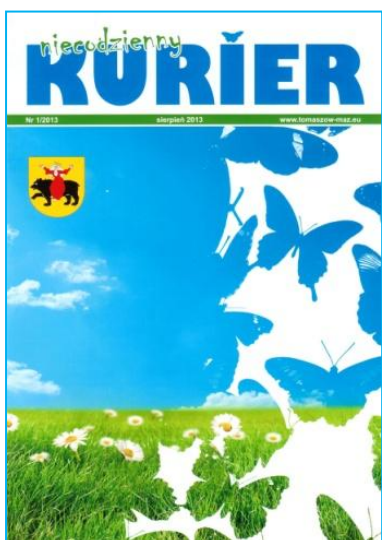
## 7. Kurier Senioralny

Na przełomie maja i czerwca 2012 roku ukazał się pierwszy numer „Kuriera Senioralnego” – gazetki zawierającej artykuły przygotowane w większości przez osoby starsze zrzeszone w tomaszowskich organizacjach pozarządowych i grupach nieformalnych, ale również materiały stanowiące podsumowanie dotychczasowych działań na rzecz seniorów. Publikacja ta została sfinansowana ze środków Miasta Tomaszów Mazowiecki i już podczas Senioraliów rozeszła się wśród uczestników w ilości prawie 800 egzemplarzy. Kolportowana była także za pośrednictwem klubów senioralnych i organizacji działających na rzecz osób starszych.



## 8. Kurier niecodzienny

We wrześniu 2013 roku Wydział Polityki Społecznej opracował i wydał publikację pod tytułem „Kurier Niecodzienny” w nakładzie 2000 sztuk, zawierającą informacje o różnych działaniach realizowanych w ostatnich latach. Również kwestie senioralne zostały poruszone w dwóch artykułach pt. „I co dalej seniorzy?” oraz „Dom Dziennego Pobytu”.



## 9. Senioralia

W dniu 3 czerwca 2012 roku, już po raz trzeci, odbyły się w Tomaszowie Mazowieckim Senioralia, czyli święto studentów Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Impreza tradycyjnie zorganizowana została w Parku Miejskim „Solidarność”.



Obchody zgromadziły również wielu gości z zewnątrz – studentów okolicznych uniwersytetów z Łowicza, Rawy Mazowieckiej, Piotrkowa Trybunalskiego i Opoczna. W programie artystycznym zaprezentowali się uczestnicy tomaszowskiej sekcji kabaretowo – wokalne oraz chór „Ad Libitum”. Występy urozmaicono również koncertami ARTURO COVER GROUP oraz Kapeli Podwórkowej „FAKIRY” oraz piękną prezentacją Klubu Tańca „CANTINERO”. Do uczestnictwa w zabawie zaproszono wszystkie organizacje senioralne oraz grupy nieformalne zrzeszające osoby starsze w naszym mieście.

Organizacja imprezy współfinansowana była ze środków Gminy Miasto Tomaszów Mazowiecki.

## **10. Wsparcie Organizacji Pozarządowych**

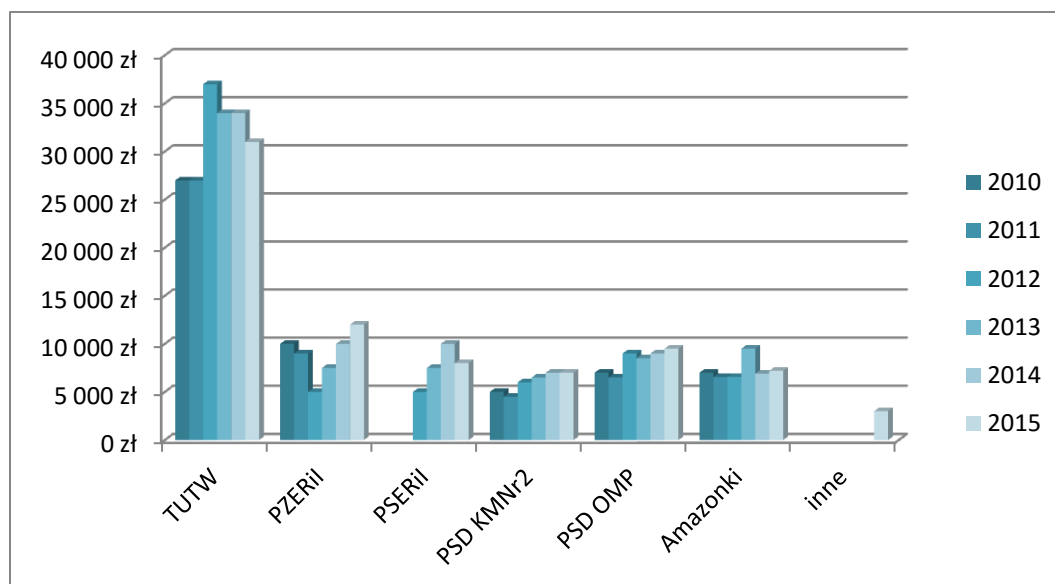
W trakcie realizacji programu prowadzone były inne działania na rzecz osób starszych, często we współpracy ze środowiskami senioralnymi, które aktywnie uczestniczą w życiu naszego miasta:

W ramach **konkursów na realizację zadań publicznych** przeprowadzonych, jak co roku, na przełomie grudnia 2009 roku i stycznia 2010 roku, przyznano m. in. środki dla organizacji pozarządowych **wspierających aktywność osób starszych**. Wartość wsparcia wzrasta systematycznie, ale jednocześnie zdecydowanie rozszerza się oferta przygotowana przez podmioty trzeciego sektora dla tomaszowskich seniorów. Każdego roku przyznawane są środki na realizację zadań z tego zakresu, a ilość podmiotów korzystających ze wsparcia systematycznie wzrasta.

Tabela: Wysokość środków przekazanych na realizację zadań w obszarze seniorów

	2010	2011	2012	2013	2014	2015
wartość w PLN	56 000,00	53 550,00	68 550,00	73 500,00	76 900,00	77 700,00

Wykres: Wysokość środków przekazanych na realizację zadań w obszarze seniorów.



We wrześniu 2010 roku z inicjatywy Miejskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego wydany został **informator o podmiotach działających w sferze pożytku publicznego w Tomaszowie Mazowieckim**. Jest to publikacja, finansowana ze środków Gminy Miasto Tomaszów Mazowiecki, w której można znaleźć informacje na temat lokalnych organizacji, w tym realizujących działania z zakresu aktywizacji seniorów, zapoznać się z ich pracą, pomysłami, danymi teleadresowymi. W 2015 roku Miejska Rada Działalności Pożytku Publicznego dostrzegła konieczność aktualizacji informatora, której to efektem



jest informator o organizacjach pozarządowych działających na terenie Tomaszowa Mazowieckiego „Lokalni Niebanalni”. Znajdziemy w nim cały dział poświęcony organizacjom pozarządowym działającym w obszarze seniorów.

Co roku w Tomaszowie Mazowieckim **odbywa się Piknik Organizacji Pozarządowych „LOKALNI NIEBANALNI”**, w którym aktywnie uczestniczą



tomaszowscy seniorzy, zarówno jako zwiedzający, jak również jako wystawcy. Organizacje mają również możliwość zaprezentowania swojej twórczości artystycznej na scenie w trakcie trwania

pikniku. Aktywni seniorzy mogą zapoznać się z działalnością lokalnych organizacji działających w obszarze seniorów i zastanowić się nad przystąpieniem do jednej z nich.



## Wigilie

W miesiącu grudniu 2010 roku przeprowadzono cykl imprez pod wspólną nazwą „**Gwiazdka łączy pokolenia**”, integrujących seniorów, dzieci i młodzież w atmosferze Świąt Bożego Narodzenia. Projekt ten opracowany został przez Wydział Polityki Społecznej oraz Centrum Dialogu Społecznego i Wolontariatu Urzędu Miasta w Tomaszowie Mazowieckim.



**W dniu 15 grudnia 2010 roku** w Zespole Szkół Gimnazjalnych przy ul. Stolarskiej 21/27 odbyło się wspólne



przygotowanie potraw wigilijnych dla mieszkańców schroniska dla osób bezdomnych prowadzonego przez Stowarzyszenie św. Brata Alberta. W akcji uczestniczyli przedstawiciele Polskiego

Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, młodzi wolontariusze działający przy Centrum Dialogu Społecznego i Wolontariatu, przedstawiciele Młodzieżowego Zespołu Konsultacyjnego przy Prezydencie Miasta Tomaszowa Mazowieckiego oraz Stowarzyszenia św. Brata Alberta. Przygotowano potrawy wigilijne: zupę pieczarkową, śledzie, ciasteczka imbirowe oraz 270 pierogów. Celem inicjatywy było przede wszystkim zwiększenie świadomości konieczności niesienia pomocy drugiemu człowiekowi, a także integracja i nawiązanie dialogu międzypokoleniowego, przekazanie świątecznych tradycji regionalnych oraz szerzenie idei wolontariatu.

**W dniu 17 grudnia 2010 roku** w Urzędzie Miasta odbyło się wspólne przygotowanie ozdób i dekorowanie choinki, która pojawiła się w holu głównym. W akcję zaangażowali



się przedstawiciele Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Młodzieżowego Zespołu Konsultacyjnego przy Prezydencie Miasta Tomaszowa



Mazowieckiego oraz opiekunowie i dzieci z klasy „0” Szkoły Podstawowej nr 1. Najmłodszy,



wspierani przez starszych kolegów i seniorów, wykonywali kolorowe aniołki, misie, gwiazdki, bałwanki oraz łańcuchy. Następnie wszystkie ozdoby zawieszono na choince znajdującej się na parterze w holu głównym Urzędu Miasta. Każdy mieszkaniec Tomaszowa mógł podziwiać dzieło, jakim była „Integracyjna Choinka Międzypokoleniowa”. Akcja miała na celu kultywowanie i przekazywanie tradycji regionalnych w zakresie przygotowania ozdób choinkowych oraz integrację międzypokoleniową dzieci, młodzieży i seniorów z terenu miasta w świątecznej atmosferze.

W dniu **14 grudnia 2012** roku zorganizowana została uroczysta kolacja wigilijna dla 120 osób samotnych i potrzebujących wsparcia. Do współpracy przy tym przedsięwzięciu zaproszono Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Tomaszowską Spółdzielnię Socjalną „IMPULS”, Młodzieżowy Dom Kultury, Abstynenckie Stowarzyszenie Klubu Wzajemnej Pomocy „Ala” oraz młodych wolontariuszy z Gimnazjum Nr 6 i III Liceum Ogólnokształcącego. Młodzież z „Teatru do Spraw Ciężkich” przygotowała świąteczny występ, a następnie odbyło się wspólne kolędowanie z towarzyszeniem akordeonu, wzbogacone prezentacją multimedialną na temat najpopularniejszych kolęd. Wszyscy uczestnicy otrzymali świąteczne paczki.

W dniu **16 grudnia 2013** roku zorganizowana została kolacja wigilijna dla 70 osób starszych, samotnych i potrzebujących wsparcia. Do współpracy w tym przedsięwzięciu zaproszono Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Stowarzyszenie Abstynenckie „AZYL” oraz Polski Czerwony Krzyż. W spotkaniu uczestniczyli podopieczni MOPS-u. Grupa poetycko – muzyczna „Na Trzeźwo” działająca przy stowarzyszeniu „AZYL” przygotowała nastrojowy program artystyczny utrzymany w klimacie świątecznym.

## **Działania ogólnopolskie**

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej utworzyło w 2012 roku serwis internetowy Europejskiego Roku Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej. Gmina



Miasto Tomaszów Mazowiecki zgłosiła do zamieszczenia w serwisie informacje o realizowanych własnych projektach: „Kino za złotówkę”, „Kawka za złotówkę”, „Kurier senioralny” oraz o inicjatywie podjętej przez Tomaszowski Uniwersytet Trzeciego Wieku – Tomaszowskich Senioraliach. Dane te zamieszczone zostały w odpowiednich zakładkach i udostępnione dla wszystkich zainteresowanych.

W marcu 2012 roku Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej powołało Nieformalny Zespół ds. Europejskiego Roku Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej, w skład którego weszła również przedstawicielka Wydziału Polityki Społecznej Urzędu Miasta. W związku z tym braliśmy czynny udział w konsultowaniu Rządowego Programu na Rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych oraz pośredniczyliśmy w przekazywaniu inicjatyw, podejmowanych przez Ministerstwo, na poziom lokalny. Zaproszenie do udziału w konkursie „Aktywna Babcia, Aktywny Dziadek” oraz do akcji popularyzującej Europejski Dzień Solidarności Międzypokoleniowej przekazane zostały do 8 szkół podstawowych, 6 szkół gimnazjalnych, 5 szkół ponadgimnazjalnych oraz do Młodzieżowego Zespołu Konsultacyjnego przy Prezydencie Miasta. Zaproszenie opublikowane było także w miejskich serwisach internetowych.

W kwietniu 2012 roku przedstawicielka Tomaszowa Mazowieckiego uczestniczyła w konferencji „Aktywizacja osób w wieku 50+ z terenu województwa łódzkiego” organizowanej przez Dyrektora Regionalnego



Centrum Polityki Społecznej w Łodzi. Tematyka konferencji dotyczyła aktywizacji społecznej, zdrowotnej oraz zawodowej osób powyżej 50 roku życia.

W dniu 1 października 2015 roku odbyło się Inauguracyjne posiedzenie Obywatelskiego Parlamentu Seniorów, w którym uczestniczyło trzech przedstawicieli naszego miasta i powiatu. Odbyło się ono w Sali Posiedzeń Sejmu RP. Inauguracja OPS odbyła się w Międzynarodowym Dniu Osób Starszych, który został ustanowiony przez Zgromadzenie Ogólne ONZ. Tegoroczny OPS miał charakter pionierski. Wzięli w nim udział delegaci będący przedstawicielami środowisk inicjatywnych t.j. Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów oraz gminnych rad seniorów. Tomaszowski Uniwersytet Trzeciego Wieku reprezentowała Pani Krystyna Wilk, Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów reprezentowała Pani Donata Domańska, natomiast Tomaszowską Radę Seniorów – Pan Wiesław Rychta.

### **Tomaszowska Rada 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.) w Tomaszowie Mazowieckim Rada Miejska powołała do życia Tomaszowską Radę Seniorów.

W dniu 21 maja 2015 roku Prezydent Miasta Tomaszowa Mazowieckiego Zarządzeniem nr 217/2015 w sprawie ogłoszenia o naborze kandydatów na członków Tomaszowskiej Rady Seniorów rozpoczął procedurę naboru do Rady. Zgłaszanie kandydatów odbywało się do dnia 21 maja 2015 roku. Zgłoszenia

mogły dokonać organizacje pozarządowe i podmioty działające na rzecz osób starszych oraz przedstawiciele osób starszych po przedstawienie listy poparcia dla kandydata (min. 20 osób.) Zebranie wyborcze osób spełniających kryteria zawarte w ogłoszeniu odbyło się w dniu 29 czerwca 2015 roku. Zgodnie z procedurą kandydaci wybrali ze swojego grona 13 osób, które weszły w skład Tomaszowskiej Rady Seniorów. W dniu 2 lipca 2015 roku Prezydent Miasta Tomaszowa Mazowieckiego ogłosił wyniki głosowania tym samym zatwierdzając skład Tomaszowskiej Rady Seniorów.

Tomaszowska Rada Seniorów liczy 13 członków. Kadencja Rady trwa cztery lata, licząc od dnia wyboru jej członków.

Tomaszowska Rada Seniorów jest zespołem doradczym, inicjującym i opiniującym. Działa przy Prezydencie Miasta Tomaszowa Mazowieckiego. Rada opiniuje programy i dokumenty strategiczne dotyczące obszaru seniorów na terenie Gminy. Uczestniczy w inicjowaniu działań na rzecz seniorów (uroczystości i akcje). Członkowie Rady, będący przedstawicielami stowarzyszeń i grup nieformalnych działających na terenie miasta, przekazują Prezydentowi Miasta informacje na temat bieżących problemów i oczekiwań środowiska senioralnego w naszym mieście.

## **Działania Placówek Kultury na rzecz seniorów**

### **Miejski Ośrodek Kultury**

W ofercie ośrodka znajdowały się działania na rzecz seniorów m.in. prowadzenie sekcji artystycznych i rekreacyjnych dla tej grupy wiekowej,

współpraca ze środowiskami senioralnymi i pomoc organizacyjna w zakresie działań podejmowanych przez stowarzyszenia i kluby senioralne.

W 2014 roku wykonano:

- Prowadzenie lektoratów języków obcych – dla ponad 80 osób
  - organizacja zajęć dla 4 grup sekcji języka angielskiego – dla słuchaczy Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku
  - nieodpłatne udostępnienie pomieszczeń ośrodka na prowadzenie lektoratów: języka niemieckiego, francuskiego, hiszpańskiego
- Prowadzenie sekcji plastycznej – malarskiej i ceramicznej dla seniorów – 35 osób w tym 23 osoby z TUTW
- Prowadzenie sekcji rekreacji ruchowej:
  - taniec terapeutyczno-relaksacyjny – 20 osób – sekcja TUTW,
  - gimnastyka prozdrowotna, fitness i nordic walking – ponad 60 osób w tym 50 z TUTW,
  - wiosenne i jesienne rajdy nordic walking (4 edycje), ponad połowa uczestników rajdów to seniorzy – ok. 80 osób.
- Prowadzenie zajęć artystycznych:
  - międzypokoleniowa grupa teatralna i recytatorzy – ok. 7 osób,
  - wokaliści – 4 osoby,
  - sekcja chóru TUTW – nieodpłatne udostępnianie sali ośrodka – ponad 20 osób,
- Warsztaty organizowane w placówce:
  - wakacyjne warsztaty ceramiki dla dzieci młodzieży i seniorów – 5 osób w wieku senioralnym,
  - warsztaty kulinarne (przed świętami wielkanocnymi i Bożym Narodzeniem) – około połowy uczestników to seniorzy – 15 osób,

- Projekcje archiwalnych spektakli teatru telewizji „Środy z teatrem” – ponad połowa uczestników projekcji to seniorzy – w skali roku ponad 150 osób.
- Korzystanie z wyjazdów do teatru – ok. 60 osób w skali roku.
- Pomoc organizacyjna dla Klubu Seniora „Słoneczna Jedynka w zakresie wykonania dokumentacji zdjęciowych podczas pierwszych uroczystych spotkań klubu oraz udostępnienie nagłośnienia podczas uroczystości wigilijnej w Muzeum w Tomaszowie Mazowieckim.
- „Wczasy w Sercu Miasta” - był to projekt współfinansowany przez Gminę Miasto Tomaszów Mazowiecki, realizowany przez TUTW w partnerstwie z Miejskim Ośrodkiem Kultury (sierpień-wrzesień). Ciężar organizacji działań był po stronie naszej placówki. Ideą projektu „wCZASy w SERCU MIASTA” była integracja wewnątrz i międzypokoleniowa na płaszczyźnie kultury i tożsamości regionalnej oraz poszerzenie oferty kulturalnej dla osób w wieku dojrzałym. W ramach projektu w sierpniu 2014 roku odbył się cykl zdarzeń kulturalnych (Miejska Potańcówka, Przegląd Tomaszowskiej Twórczości Senioralnej, projekcja w Kinie Letnim) i działań turystyczno – rekreacyjnych (wycieczka po Tomaszowie w formie gry miejskiej; Turniej Gier Stolikowych,) oraz warsztatów integracyjno – tanecznych i kulinarnych. W wyniku podjętych działań uczestnicy zwiększyli swoje kompetencje związane z aktywnym uczestnictwem w kulturze, pogłębili umiejętności interpersonalne oraz zwiększyli poczucie tożsamości regionalnej. Projekt przyczynił się także do przełamania stereotypów w myśleniu o osobach starszych i postrzegania Tomaszowa, jako miejsca ubogiego kulturalnie i turystycznie. Bezpośrednimi odbiorcami projektu „wCZASy w SERCU MIASTA” było 299 osób. Odbiorców pośrednich było: 70 widzów na

Pierwszym Przeglądzie Twórczości Senioralnej, około 300 widzów podczas koncertu zespołu „Five O'clock Orchestra” oraz 40 widzów podczas Projekcji w Kinie Letnim.

Projekt realizowany był od 18 sierpnia do 28 sierpnia, na program składały się następujące wydarzenia:

1. WYCIECZKA PO TOMASZOWIE w formie gry miejskiej – 27 uczestników.

Uczestnicy wspólnie z wnukami, odkrywali znane w Tomaszowie zabytkowe miejsca związane z przemysłem. Każdy otrzymał świetnie przygotowaną mapę Tomaszowa z wyznaczoną trasą i dawnymi zdjęciami miejsc, które należało odwiedzić.

2. WARSZTATY INTEGRACYJNO - TANECZNE – 24 uczestników

Warsztaty odbyły się w siedzibie Miejskiego Ośrodka Kultury. W programie była m.in. integracja międzypokoleniowa za pomocą chusty animacyjnej Klanza oraz nauka cza-czy i kroków tanecznych „Macareny”.

3. TURNIEJ GIER STOLIKOWYCH – 48 uczestników

Cele spotkania: integracja wewnątrz i międzypokoleniowa, zaproponowanie innych form spędzenia wolnego czasu poprzez gry planszowe, m.in. szachy, labirynt, duchy. W turnieju rywalizowały ze sobą trzy pokolenia uczestników. W tajniki gier wprowadziła młodzież Klubu Kultury Japońskiej KANPAI oraz Klubu Miłośników Fantastyki ELYSIUM. Turniej odbył się w Miejskim Ośrodku Kultury.

4. WARSZTATY KULINARNE – 32 uczestników

Tematem zajęć była nauka pieczenia ryby w glinie. Uczestnicy warsztatów mieli niepowtarzalną okazję samemu upiec i zjeść świeżą rybę, która po uprzednim przygotowaniu została zawinięta w glinę

i włożona do ogniska. Warsztaty przeprowadzone zostały w Skansenie Rzeki Pilicy.

#### 5. GRY I ZABAWY MIĘDZYPOKOLENIOWE POŁĄCZONE Z RAJDEM NORDIC WALKING – 22 uczestników

Uczestnicy wyruszyli z malowniczego terenu Szkółki Leśnej "Iłki" w Swolszewicach Dużych. Dla wszystkich entuzjastów rajdu zaplanowano warsztaty chodzenia techniką Nordic Walking. Zadaniem uczestników było pokonanie 9 kilometrowej trasy wyznaczonej na leśnych duktach w nadleśnictwie Smardzewice. Przeprowadzone zostały też gry i zabawy międzypokoleniowe. Na zakończenie było ognisko i wspólne pieczenie kiełbasek.

#### 6. POTAŃCÓWKA MIEJSKA -107 uczestników

Celem spotkania była integracja środowisk poprzez wspólną zabawę, połączona z comiesięcznymi spotkaniami urodzinowymi słuchaczy Tomaszowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku pod hasłem „Kto w sierpniu urodzony jest...”. Uczestnicy poczęstowani zostali jagodziankami, wspólnie śpiewali przy ognisku oraz piekli kiełbaski. Potańcówka zorganizowana została w Skansenie Rzeki Pilicy.

#### 7. WYCIECZKA PO TOMASZOWSKIEJ OKRĄGLICY – 21 uczestników

Celem wycieczki było pokazanie uczestnikom Tomaszowa i okolic, jako atrakcyjnych miejsc pod względem turystycznym, historycznym, kulturalnym i przyrodniczym. Wycieczkę przewodniczył **dyrektor Skansenu Rzeki Pilicy, dziennikarz, pasjonat historii – Andrzej Kobalczyk**. Początek trasy miał miejsce w Grotach Nagórzyckich. Po zwiedzeniu grot uczestnicy wyruszyli w dalszą trasę przez wieś Józefów do Niebieskich Źródeł. Przy wywierzysku mieli niepowtarzalną okazję usłyszeć od Andrzeja Kobalczyka historię krasowych źródeł.

Ostatnim etapem wycieczki było zwiedzanie Skansenu Rzeki Pilicy, gdzie uczestnicy wycieczki zobaczyli wystawy stałe oraz najnowszą wystawę czasową pt. „Nadpilickie Wilegiatury i Letniska”.

#### 8. PIERWSZY PRZEGLĄD TWÓRCZOŚCI SENIORALNEJ – 85 uczestników

Celem przeglądu była aktywizacja oraz integracja uczestników oraz propagowanie wartości artystycznych. Jako aspekt społeczny przegląd służył ukazaniu potencjału ludzi dojrzałych i zachęceniu innych do aktywności i samorozwoju. Na przeglądzie w MOK-u uczestnicy prezentowali swoje umiejętności, m.in. wokalne, plastyczne, recytację wierszy, rękodzieło artystyczne, opowiadanie dowcipów. Najliczniej reprezentowany był Klub Seniora Słoneczna Jedynka, Dom Dziennego Pobytu prowadzony przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej oraz Tomaszowski Uniwersytet Trzeciego Wieku.

#### 9. PROJEKCJA W KINIE LETNIM – 40 uczestników

Celem projekcji była integracja osób dojrzałych z terenu Tomaszowa Mazowieckiego, podniesienie poziomu samopoczucia widzów, zwiększenie zadowolenia wśród odbiorców z powodu propozycji dodatkowych form spędzania wolnego czasu.

Film – „Śniadanie do łóżka” w reż. Krzysztofa Lange w doborowej obsadzie (T. Karolak, M. Socha, P. Adamczyk, I. Kuna) był wyświetlony przed Miejskim Ośrodkiem Kultury. Wstęp na projekcję był bezpłatny.

#### 10. KONCERT ZESPOŁU FIVE O’CLOCK ORCHESTRA – około 300 osób

Na zakończenie projektu „wCZASy w SERCU MIASTA” wystąpił zespół jazzu tradycyjnego w rozbudowanym składzie (na jubileusz 45-lecia istnienia).

Koncert odbył się na muszli koncertowej w Parku Miejskim im. "Solidarności". Zgromadził około 300 odbiorców. Wstęp na koncert był bezpłatny.

### **Skansen Rzeki Pilicy**

Skansen Rzeki Pilicy podejmuje wiele różnorodnych działań z myślą o starszych mieszkańcach Tomaszowa Mazowieckiego i jego okolic. Służą one z jednej strony propagowaniu wśród nich bogatego dziedzictwa kulturowego Pilicy i Nadpilicza i poszerzeniu wiedzy na ten temat, a z drugiej – stwarzaniu seniorom możliwości aktywnego i atrakcyjnego spędzenia czasu w naturalnej scenerii Skansenu.

Nie brakuje także przykładów czynnego włączania się seniorów do organizowanych przez Skansen wydarzeń kulturalnych. Na tym polu szczególnie owocna jest już wieloletnia współpraca Skansenu z Tomaszowskim Uniwersytetem Trzeciego Wieku. Świadczy o tym choćby kilka wydarzeń z ubiegłego roku. I tak w programie „Majówki pod Grotami”, odbywającej się 3 maja 2013. roku, znalazł się występ grupy wokalnejs „Ad Libitum” i grupy teatralnej, działających przy TUTW. Aktorzy-amatorzy z TUTW wystąpili także podczas odbywającego się na terenie Skansenu w dniu 12 lipca ub. roku „Pikniku rodzinnego w stylu retro”.

Skansen Rzeki Pilicy był w ub. roku również miejscem kilku wydarzeń adresowanych do seniorów w ramach programu „Lato w mieście” i organizowanych we współpracy z MOK i TUTW. Tak więc w Skansenie odbyły się z udziałem seniorów: warsztaty kulinarne - w dniu 21 sierpnia, piknik pt.



„Potańcówka miejska” – w dniu 25 sierpnia i „Wycieczka po Tomaszowskiej Okrąglicy” – w dniu 26 sierpnia.

Kontynuowaną od wielu lat formą współpracy ze środowiskiem senioralnym jest gratisowe udostępnianie w okresie letnim terenu Skansenu na comiesięczne spotkania integracyjne – tzw. urodziny dla uczestników TUTW. Podobne spotkania przy ognisku organizują w Skansenie dla swoich członków: miejskie koło Stowarzyszenia Diabetyków i Polskiego Związku Działkowców. W minionym roku kilkakrotnie gościli na gratisowych wycieczkach w Skansenie uczestnicy Domu Dziennego Pobytu w Tomaszowie oraz pensjonariusze tomaszowskich Domów Pomocy Społecznej.

### **Dzielnicowy Ośrodek Kultury**

Ośrodek prowadził w 2014 roku liczne zajęcia bezpośrednio związane z seniorami.

#### Zajęcia stałe :

- gimnastyka dla seniorów (zajęcia 2 x w tygodniu)
  - spacer z kijami (nordic walking) – 1 x w tygodniu
- średnio w zajęciach brało udział 6- 10 osób



Na przestrzeni lat objętych programem zrealizowano wiele wydarzeń i działań artystycznych, rekreacyjnych, edukacyjnych adresowanych do wszystkich grup wiekowych.

Wydarzenia artystyczne adresowane głównie do seniorów:

08.01.2014r. - bal karnawałowy „Taneczne szaleństwo z Babcią i Dziadkiem” - integracyjna zabawa taneczna – konkursy, gry, poczęstunek.

17.01.2014r. - Dla Babci i Dziadka - spotkanie artystyczne – występy dzieci, uczestników zajęć w DOK (teatrzyk MiszMasz, zespół Taneczny IMPULS, wokaliści, gitarzyści), międzypokoleniowe zabawy integracyjne.

28.02.2014r. - Tłusty Czwartek na Ludowo –obrzędowa prezentacja artystyczna w wykonaniu zespołu ludowego Brzustowianie oraz prezentacja monodramu „Shirley-ka” w wykonaniu Elżbiety Ołubek. Koncert zakończony tłustoczwartkowym, tradycyjnym poczęstunkiem.



W 2015 roku w Dzielnicowym Ośrodku Kultury powstał Klub Seniora 50+, który bardzo aktywnie włączył się w działalność Ośrodka oraz działania międzypokoleniowe w nim realizowane.

### Ośrodek Kultury „TKACZ”

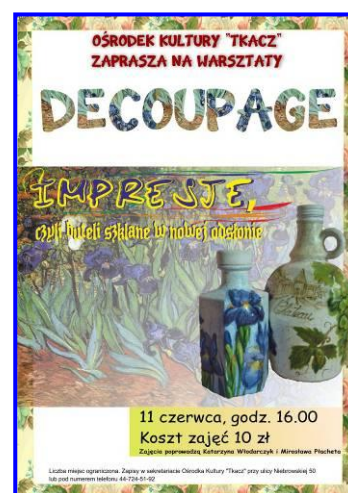
W Ośrodku Kultury TKACZ przeprowadzono w 2014 r. cykl działań na rzecz seniorów:

DATA	NAZWA IMPREZY	UWAGI	MIEJSCE
25.01	<b>Koncert dla seniorów „Trochę wspomnień z tamtych lat”</b>	W przyszłości zasadnym byłoby robienie koncertu na dwie tury, ze	Aula Piusa X przy parafii św. Antoniego

		względu na bardzo liczną grupę seniorów	
14 III	<b>Warsztaty decoupage – Bizuteria 3D cz.1</b>		O.K. „TKACZ”
19 III	<b>Warsztaty decoupage – Bizuteria 3D cz.2</b>		O.K. „TKACZ”
04 IV	<b>Warsztaty dla młodzieży i dorosłych „Jajko decoupage – technika serwetkowa”</b>	Impreza wielopokolenio wa	O.K. „TKACZ”
12 IV	<b>Udział w XVII Przeglądzie Artystycznego Ruchu Seniora 2014 w Koluszkach</b> Seniorzy z O.K. „TKACZ”: Marta Wojciechowska, Michalina Bartyzel, Teresa Olczyk i Henryk Kowalski - podopieczni Pani Małgorzaty Karazim - stanęli w szranki w XVII Przeglądzie Artystycznego Ruchu Seniora 2014 w Koluszkach. Pan Henryk Kowalski wykonaniem utworów „Lubię wracać tam, gdzie byłem...” z repertuaru Zbigniewa Wodeckiego oraz „Matko moja, ja wiem...” Bernarda Ładysza wyśpiewał wyróżnienie w kategorii Soliści i Duety.		MOK w Koluszkach
18 IV	<b>Warsztaty plastyczne „Stroiki wielkanocne”</b>		O.K. „TKACZ”
11 VI	<b>Warsztaty decoupage</b>		O.K. „TKACZ”

28 VI	<b>Rajd nordic walking „Śladami carów rosyjskich”</b>		Tomaszów - Smardzewice
11 VIII	<b>Dzień Sąsiada</b> Dzień Sąsiada to akcja społeczna, mająca na celu integrację społeczności lokalnej głównie z Osiedla Niebrów, ale piknik był dla wszystkich tomaszowian	Impreza wielopokoleniowa	O.K. ”TKACZ”
13 VIII	<b>Kino plenerowe</b> Idea było propagowanie rodzinnego oglądania i wspólnego dyskusowania o filmie. Projekcję poprzedził krótki wstęp tematyczny, wygłoszony przez Bartosza Zajęca, na co dzień pracownika Instytutu Kultury Współczesnej przy UŁ, Zakład Historii i Teorii Filmu.	Impreza wielopokoleniowa	O.K. ”TKACZ”
25 VIII	<b>Karaoke z TKACZEM</b> Karaoke z TKACZEM to popołudniowe spotkanie, podczas którego mieszkańcy osiedla mogli pośpiewać, bez stawiania w szranki konkursowe. Propozycja skierowana była do przedstawicieli wszystkich grup wiekowych, zatem impreza miała również charakter integracji międzypokoleniowej.	Impreza wielopokoleniowa	O.K. ”TKACZ”
7 XI	<b>Biesiada senioralna</b> Propozycja skierowana do		O.K. ”TKACZ”

	najstarszych odbiorców naszego miasta. Uczestniczyli w niej bywalcy zajęć w O.K."TKACZ", seniorzy z osiedla Niebrów a także przedstawiciele kół senioralnych, nad którymi opiekę sprawuje MOPS.		
27 XI	<b>Warsztaty tworzenia ludowych ozdób choinkowych – „języki” z papieru</b>		O.K. „TKACZ”



### Zespoły i koła zainteresowań Ośrodka Kultury „TKACZ” działające w 2014 roku skierowane do osób dorosłych

- SEKCJA WOKALNA SENIOR PLUS I SENIOR SOLO  
- instruktorka Małgorzata Karazim
- 1. PRACOWNIA GARNCARSKA - instruktor Marcin Mizerski
- 2. NAUKA MALARSTWA, RYSUNKU I LINORYTU -  
instruktor Mirosław Bernacki
- 3. AEROBIK, STEP, PILATES, STRETCHING -  
instruktorka Izabela Bobrzyk



## Miejska Biblioteka Publiczna

Miejska Biblioteka Publiczna realizowała na bieżąco działania na rzecz seniorów w zakresie :

- **obsługa czytelnicza**, polegająca m.in. na udostępnianiu książek z dużą czcionką, audiobooków, e-booków; wyposażeniu biblioteki w sprzęt i oprogramowanie specjalistyczne. W 2014 r. w MBP zarejestrowanych było **1 375** czytelników w wieku **powyżej 60 lat**.

Dla seniorów kupowane były książki z dużą czcionką oraz audiobooki na płytach CD. W siedzibie głównej Miejskiej Biblioteki Publicznej znajduje się także profesjonalny sprzęt przeznaczony dla osób niedowidzących i niedowidzących : powiększalnik tekstu, „czytaki” do odtwarzania kart SD. Z tych urządzeń w pierwszej kolejności mogą korzystać osoby niewidome, które posiadają orzeczenie lekarskie o niepełnosprawności. Jednak w razie konieczności sprzęt użyczany był również osobom starszym w razie potrzeby. Do odtwarzania kart SD posiadamy 5 szt. odtwarzaczy książki mówionej , które są również nieodpłatnie wypożyczane starszym i niedowidzącym czytelnikom.

Dodatkowo w Wypożyczalni MBP i w Oddziale dla Dzieci udostępniane są audiobooki na płytach CD, a także 99 tytułów książek z serii Duże Litery.

- **współpraca z organizacjami** działającymi na rzecz seniorów w zakresie współorganizacji imprez kulturalnych, udostępniania i obsługi lokali bibliotecznych na organizowane przez nich i dla nich imprez (sala koncertowa, wystawowa i sala Włókniarza). Miejska Biblioteka Publiczna w Tomaszowie Mazowieckim w 2014 r. współpracowała z m.in. z Tomaszowskim Uniwersytetem Trzeciego Wieku, Związkiem Emerytów

i Rencistów, Domem Pomocy Społecznej , Domem Dziennego Pobytu, Klubem Słoneczna Jedyńka, warsztatami terapii zajęciowej, Stowarzyszeniem Rodzin Osób i Dzieci Niepełnosprawnych.

➤ **kursy komputerowe**

W 2014 roku odbyły się dwie edycje kursu komputerowego – w każdej edycji przeszkolono po dwie grupy chętnych osób powyżej 50 roku życia.

I edycja - Spotkania odbywały się od 17.02 do 15.05.2014 r. – zajęcia były prowadzone dla 2 grup – w tym czasie odbyło się łącznie 36 spotkań, w których frekwencja wyniosła 455 obecności (w I grupie 244, a w II grupie 211) uroczyste podsumowanie miało miejsce 22 maja 2014r.; kurs ukończyło 28 osób; w uroczystości zakończenia kursu (22 maja) połączonej z poczęstunkiem i rozdaniem pamiątkowych dyplomów uczestniczyło 18 osób;

II edycja - spotkania odbywały się od 22.09 do 8.12.2014 r. – zajęcia były prowadzone dla 2 grup – w tym czasie odbyły się łącznie 33 spotkania (16 z I grupą i 17 z II grupą), w których frekwencja wyniosła 399 obecności (w I grupie 164, a w II grupie 235), kurs ukończyły 22 osoby; uroczyste podsumowanie miało miejsce 10.12.2014 r. – uczestniczyło w nim 20 osób;

Ogółem w ramach w/w kursu odbyło się 69 spotkań, w których **uczestniczyły 854 osoby.**

Zajęcia komputerowe są bezpłatne i cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem osób po 50 roku życia. Świadczyć może o tym fakt, że listy uczestników są pełne nieomal z rocznym wyprzedzeniem.

W 2015 roku działania te były kontynuowane.



➤ **widowisko kabaretowe pt: „ Klimakterium Oswojone”!**

21 lutego 2014 r. w sali koncertowej Biblioteki, dla tomaszowskich seniorów wystąpił gościnnie amatorski zespół artystyczny ze Stowarzyszenia Kobiet Kreatywnych „Szyk” z Budziszewic. Artystki przedstawiły przed tomaszowską publicznością, widowisko kabaretowe pt.: „Klimakterium oswojone”. Pomysł na przedstawienie zaczerpnięty ze znanego spektaklu kabaretowego Elżbiety Jodłowskiej pt.: „Klimakterium”

Wieczór z „Szykiem” był bardzo udany, a artystki pokazały swoje umiejętności, jak przystało na prawdziwe gwiazdy estrady. Śmiech publiczności, oklaski i bisy to najlepsza recenzja ich występu. W spotkaniu wzięło udział ok. 70 osób.

➤ **Senior potrafi! - wystawa prac plastycznych podopiecznych Domu Dziennego Pobytu i koncert Kapeli Podwórkowej „SPOD DĘBU”**

14.11.2014 r. w Oddziale dla Dzieci i Młodzieży Miejskiej Biblioteka Publicznej, odbył się wernisaż wystawy zatytułowanej „Senior potrafi”.



W tym dniu można było obejrzeć wystawę prac plastycznych wykonanych różnymi technikami przez podopiecznych Domu Dziennego Pobytu z Tomaszowa Mazowieckiego.

Uroczystemu wernisażowi towarzyszył występ Kapeli Podwórkowej „SPOD DĘBU”. Przybyli na wystawę mogli podziwiać pracę swoich



kolegów oraz przekonali się, iż starsi członkowie naszych rodzin także posiadają liczne talenty plastyczne.

➤ **Wystawa prac plastycznych „Pejzaże jesieni” i występ „Trzciny**

Miejska Biblioteka Publiczna oraz Klub Seniora "Słoneczna Jedynka" w Tomaszowie Mazowieckim, wspólnie zorganizowali na wystawę fotograficzną PEJZAŻ JESIENI..." obrazującą barwy jesieni w przyrodzie i w życiu człowieka. Zaprezentowano Prace uczniów Szkoły Ponadgimnazjalnej Nr 6 oraz zdjęcia Zygmunta Dziedzińskiego. Uroczysty wernisaż z programem artystycznym Stowarzyszenie Inicjatyw Kulturalnych "TRZCINA", odbył się 18 listopada 2014 r.

➤ **„Drzewo” wystawa malarstwa sekcji plastycznej TUTW i MOK**

MBP była współorganizatorem wystawy p.t. :„Drzewo”. Wernisaż, który odbył się 17.10.2014 r. zgromadził liczną grupę gości, ok.100 osób. Członkowie TUTW przygotowali bardzo ciekawy program towarzyszący, prezentujący utwory literackie o tej tematyce. Poezja i muzyka w wykonaniu seniorów stworzyła niezapomniany nastrój tego wieczoru.

### **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**

W 2012 roku Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Tomaszowie Mazowieckim objął pomocą 164 osoby w wieku poprodukcyjnym. Osoby te otrzymały wsparcie materialne, usługowe oraz w formie poradnictwa.

Spośród powyższych, 104 osobom została udzielona pomoc finansowa w formie zasiłków celowych i celowych specjalnych, między innymi na zakup opału, leków i żywności.

Na zasiłki celowe przeznaczono kwotę 49.427,32 zł.

Podopieczni Ośrodka otrzymywali również wsparcie w formie posiłku w ramach wieloletniego programu „Pomoc państwa w zakresie dożywiania”, w tym także posiłku dowożonego do miejsca zamieszkania. Z pomocy tej korzystało 27 osób, w tym 6 z dowozem do domu. Natomiast osoby, które nie mogą z przyczyn zdrowotnych (np. przestrzeganie diety) spożywać posiłków żywienia zbiorowego, obejmowane były pomocą finansową w formie zasiłków celowych na zakup artykułów żywnościowych (5 osób otrzymało pomoc w tej formie). Na ten cel przeznaczono kwotę w wysokości 11.670,00 zł.

Klienci, którzy mimo osiągniętego wieku emerytalnego, nie posiadają prawa do własnych świadczeń z ZUS otrzymali pomoc w formie zasiłku stałego, zgodnie z art. 37 ust. 1 ustawy o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 r. W 2012 r. uprawnionych do otrzymania tej formy pomocy było 28 klientów. Na zasiłki stałe przeznaczono kwotę 180.853,42 zł.

Osoby, które ze względu na wiek, chorobę lub niepełnosprawność wymagają częściowej opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych, mają przyznane usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania, zgodnie z art. 51 w/w ustawy. W ubiegłym roku z pomocy tej skorzystało 30 osób starszych. Świadczenia te realizowane były od poniedziałku do piątku od godz. 7.30 - 15.30, a ewentualną odpłatność uzależniono od wysokości dochodu podopiecznego. Pełną odpłatność za usługi opiekuńcze, tj. 16 zł za godzinę, ponosiło 7 osób, natomiast pozostali podopieczni (23 osoby) partycypowali w pokrywaniu kosztów poprzez częściową dopłatę do usług. Koszt zatrudnienia osób do realizacji zadań opiekuńczych wyniósł 88.128,00 zł.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w ramach współpracy z Domami Pomocy Społecznej kwalifikował osoby chętne do spożywania gorącego posiłku na terenie DPS lub z dowozem do miejsca zamieszkania za pełną odpłatnością zainteresowanego. Koszt posiłku w DPS nr 1 przy konsumpcji na miejscu to 7,50

zł (z dowozem do domu 11,50 zł), natomiast w DPS nr 2 koszt posiłku to 7 zł. Z pomocy tej korzystały 62 osoby, w tym 12 z dowozem do domu.

Zgodnie z art. 101 ust. 1 i 2 ustawy o pomocy społecznej opłacane było Schronisko dla Osób Bezdomnych w Henrykowie dla 1 osoby niepełnosprawnej w wieku starszym. Miesięczny koszt wynosi 388,20 zł.

Z pomocy w postaci dodatku mieszkaniowego korzystało 26 osób.

W ramach prowadzonej procedury „Niebieskiej Karty”, zgodnie z Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 13 września 2011 r., udzielono wsparcia w zakresie poradnictwa psychologicznego i prawnego 6 rodzinom, w których poszkodowanymi były osoby starsze. W 5 przypadkach grupa robocza postanowiła uznać dalsze działanie za bezzasadne z uwagi na fakt, iż nie występowały już sytuacje wymagające kolejnych interwencji, natomiast w 1 przypadku trwa dalsze postępowanie sądowe.

### **Działania ankietowe**

Zgodnie z założeniami Miejskiego Systemu Wspierania Aktywności Seniorów na lata 2009 - 2015 „Tomaszów dla Seniorów”, kontynuowane były prace nad pozyskiwaniem materiałów do diagnozy życia seniorów. Pracownicy socjalni Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej odwiedzili łącznie 4986 osób w wieku powyżej 75 roku życia i przeprowadzili 1456 ankiet z osobami chętnymi do udzielenia informacji.

### **Dom Dziennego Pobytu**

Ze wstępnej analizy ankiet wynikało, że 52% ankietowanych kobiet i 34% ankietowanych mężczyzn zamieszkiwało samotnie, a ponad 30 % ankietowanych nie mogło liczyć na systematyczną pomoc ze strony rodziny i wymaga wsparcia środowiskowego. Jedną z form odpowiedzi na podstawową potrzebę tych właśnie osób było podjęcie decyzji o utworzeniu Domu Dziennego Pobytu dla osób starszych. W roku 2012 przeprowadzono

następujące prace budowlano – remontowe w budynku przy ul. Piłsudskiego 34 (dawna siedziba OK. TKACZ):

Zgodnie z opinią rzeczoznawcy p. poż. oraz decyzją Wojewódzkiego Komendanta Straży Pożarnej z Łodzi została założona instalacja oświetlenia ewakuacyjnego, Grupa Remontowo – Budowlana z OSiR wykonała:

- montaż płytek ściennych i podłogowych w łazienkach,
- montaż płyt ogniochronnych na skosach na poddaszu (zalecenie Wojewódzkiego Komendanta Straży Pożarnej),
- malowanie ścian, stolarki drzwiowej i okiennej,
- cyklinowanie podłóg,
- malowanie podłóg środkiem zabezpieczającym i lakierem.



W I kwartale 2013 roku podjęto kolejne działania, tj.: wyposażenie pomieszczeń zgodnie z przeznaczeniem, montaż oświetlenia oraz porządkowanie terenu wokół budynku. W sezonie wiosenno – letnim zakupione będą ławki, stoliki i sprzęt ogrodniczy, a także wykonane zostaną nasadzenia roślin ozdobnych jednorocznych i wieloletnich. Łączna kwota wydatków poniesionych w 2012 r. na remont Domu Dziennego Pobytu wyniosła 244.971,79 zł. W dniu 19 grudnia 2012 r. wykonawca, w obecności inspektora nadzoru budowlanego i inspektora nadzoru gazowego, przekazał wyremontowany budynek do odbioru.

W 2012 roku opracowano program działań, podejmowanych w Domu Dziennego Pobytu oraz wytyczono cele szczegółowe, którymi były:

- ✓ zagospodarowanie czasu wolnego uczestników,
- ✓ podtrzymywanie sprawności psychofizycznej,

- ✓ kształtowanie nawyków zachowań prozdrowotnych,
- ✓ zaspakajanie potrzeb towarzyskich i kulturalnych,
- ✓ wsparcie w przypadku choroby,
- ✓ rozwijanie indywidualnych zdolności uczestników domu,
- ✓ profilaktyka zdrowotna.

Powyższe cele będą osiągnane poprzez:

- ✓ organizowanie zajęć w ramach terapii zajęciowej, zajęcia z zakresu rękodzieła ( m. in. robótki ręczne),
- ✓ zapewnienie jednego gorącego posiłku,
- ✓ dyżury pielęgniarki i spotkania cykliczne z lekarzami specjalistami,
- ✓ udzieleniu pomocy w załatwieniu trudnych spraw życiowych w ramach pracy socjalnej prowadzonych przez dyżurujących pracowników socjalnych,
- ✓ poradnictwo prawne i wsparcie psychologiczne (terapia grupowa i indywidualna),
- ✓ możliwość korzystania z TV i ciekawej prasy na terenie domu,
- ✓ organizowanie uroczystości okazjonalnych wynikających z tradycji i obyczajów,
- ✓ wyjście do kina i muzeum,
- ✓ wycieczki krajoznawcze również po okolicy naszego miasta (Groty Nagórzyckie oraz Niebieskie Źródła),
- ✓ zajęcia taneczne, gimnastyczne i relaksacyjne,
- ✓ organizowanie kół zainteresowań,
- ✓ organizację posiłków dla podopiecznych Domu,
- ✓ wspólne uczestnictwo członków domu w uroczystościach i spotkaniach organizowanych w mieście.

Dom przeznaczony jest dla 30 osób.

## **Klub Seniora „PASJA”**

Z inicjatywy Prezydenta Miasta Tomaszów Mazowiecki oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w październiku 2012 roku zainaugurował działalność Klub Seniora „PASJA”. W grupie tej zrzeszone są osoby starsze z terenu Osiedla Niebrów i okolic. Miejscem spotkań jest stołówka Zespołu Szkół Nr 4. Początkowo w spotkaniach klubu uczestniczyło 39 osób, zaś pod koniec roku stanowił on miejsce spotkań prawie 100 seniorów.



W okresie październik – grudzień w Klubie odbyły się:

- ✓ prelekcja dietetyka,
- ✓ prelekcja nt. prawa spadkowego,
- ✓ Bal Andrzejkowy,
- ✓ Wigilia.



Członkowie Klubu korzystali z zajęć na basenie, biletów na „Kawkę za złotówkę”, uczestniczyli w seansie kinowym i koncercie z okazji Dnia Seniora.

W 2013 roku pomocą finansową objęto 35 osób. Wsparcie to przeznaczone było m. in. na zakup opału, leków i żywności. W grupie tej znalazło się 16 osób, których dochód przekraczał kryterium wskazane w ustawie o pomocy społecznej, a przyznane świadczenie wynikało ze szczególnych okoliczności losowych.

Tomaszowscy seniorzy (13 osób) korzystali również z posiłków w ramach wieloletniego programu „Pomoc państwa w zakresie dożywiania”, w tym posiłków dowożonych do miejsca zamieszkania. Natomiast 46 osób zostało zakwalifikowanych do spożywania gorącego posiłku na terenie DPS za pełną odpłatnością zainteresowanych.

Osoby starsze, które pomimo osiągnięcia wieku emerytalnego, nie posiadają prawa do świadczeń z ZUS-u są obejmowane zasiłkami stałymi, zgodnie z art. 37 ust. 1 ustawy o pomocy społecznej – z zasiłków tych skorzystało w 2013 r. 19 osób.

Wśród innych form pomocy wymienić należy także:

- ✓ wydanie 26 decyzji na objęcie usługami opiekuńczymi osób starszych,
- ✓ udzielenie porad prawnych 39 seniorom,
- ✓ wdrożenie 19 procedur „Niebieskiej Karty” w środowiskach, gdzie ofiarami przemocy były osoby starsze; zapewnienie pokrzywdzonym pomocy psychologicznej i prawnej.

W 2013 roku zakończono etap zbierania danych w ramach badania ankietowego sytuacji życiowej osób powyżej 75 roku życia. Na podstawie przetworzonych informacji został opracowany Raport z badania „Diagnoza sytuacji osób starszych w Tomaszowie Mazowieckim”. Przebadano 1456 osób. Materiał ten będzie stanowił podstawę do poprawy poziomu usług społecznych świadczonych na rzecz osób starszych, jak również do wypracowania systemów i standardów pomocy na rzecz seniorów.

Wśród działań aktywizujących i integrujących osoby starsze, które prowadził w 2013 roku Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej należy szczególnie podkreślić inicjowanie powstawania klubów senioralnych oraz działalność Domu Dziennego Pobytu.

W dniu 11 lutego 2013 roku rozpoczął działalność Dom Dziennego Pobytu dla emerytów i niepracujących inwalidów. Jest on przygotowany dla 30 osób, a na dzień 31 grudnia 2013 roku korzystało z zajęć 27 osób (2 osoby zrezygnowały ze względów zdrowotnych, 1 osoba zmarła). Placówka działa od poniedziałku do piątku w godzinach 7.30 – 15.30. Uczestnicy Domu ponoszą odpłatność uzależnioną od dochodu:

- ✓ 2 osoby korzystały nieodpłatnie,
- ✓ 1 osoba – 10 % odpłatności,
- ✓ 4 osoby – 15 % odpłatności,
- ✓ 12 osób – 20% odpłatności,
- ✓ 6 osób – 30 % odpłatności,
- ✓ 1 osoba – 40 % odpłatności,
- ✓ 1 osoba – 60 % odpłatności.



Podopieczni Domu mieli możliwość skorzystania z posiłków, oferowanych przez Tomaszowską Spółdzielnię Socjalną „IMPULS” – koszt całkowity jednego posiłku to 8,60 zł. Również opłaty za posiłki są uzależnione od dochodu. Z posiłków skorzystały 24 osoby (6 osób bezpłatnie, 1 osoba – 30% odpłatności, 2 osoby – 40%, 5 osób – 50%, 10 osób – 100%).



Podopieczni Domu uczestniczyli aktywnie w życiu kulturalnym miasta: zwiedzali Muzeum im. A. hr. Ostrowskiego, odwiedzali czytelnię Miejskiej Biblioteki Publicznej i Ośrodek Kultury TKACZ. Brali również udział w wycieczkach do Teatru Muzycznego w Łodzi, do Rezerwatu Niebieskie Źródła, do Leśnego



Zakładu Doświadczalnego SGGW Arboretum w Rogowie, do Spały i Inowłódza, do Ośrodka Hodowli Żubrów w Smardzewicach i Grot Nagórzyckich.

W ramach współpracy z tomaszowskimi placówkami i instytucjami Dom Dziennego Pobytu gości: dzieci z Przedszkola „Promyczek” i Przedszkola Nr 2, uczniów Gimnazjum Nr 3 i Państwowej Szkoły Muzycznej. Odbyły się także wystawy prac Stowarzyszenia Amatorów Plastyków i p. Mirosławy Płachety oraz warsztaty twórcze przygotowane przez Miejski Ośrodek Kultury. W ramach arteterapii prowadzone były zajęcia z malarstwa, rękodzieła, muzykoterapii, biblioterapii oraz filmoterapii.

Uczestnicy mieli też do dyspozycji pokój dzienny wyposażony w sprzęt audiowizualny i podręczną biblioteczkę oraz jadalnię służącą też do prowadzenia zajęć plastycznych.

W placówce prowadzone były także warsztaty z terapeutą na temat integracji grupy, pozytywnego myślenia, postaw asertywnych, przypadłości wieku starszego, mechanizmów uzależnień. Przeprowadzono również praktyczne ćwiczenia z podstawowych procesów poznawczych, mające na celu polepszenie sprawności umysłowej seniorów. Dodatkowo w każdą środę odbywały się dyżury pracownika socjalnego i pielęgniarki.

W ramach poprawy sprawności fizycznej seniorów zorganizowana była codzienna gimnastyka oraz dostęp do salki rekreacyjnej wyposażonej w rowery stacjonarne, orbit rek, bieżnię. Seniorzy korzystali też ze spacerów oraz z wypoczynku w ogrodzie z altaną. Dla uczestników, którzy mają problemy z chodzeniem, MOPS zorganizował dojazd.

Kolejnym działaniem aktywizującym osoby starsze, podejmowanym przez MOPS, było inicjowanie powstawania klubów senioralnych.

Pod koniec 2012 roku powstał Klub Seniora PASJA z siedzibą w Zespole Szkół Nr 4. Grupa ta rozwinęła zakres swoich działań w 2013 roku. Przeprowadzono m. in.:

✓ wycieczki do Muzeum im. A. hr. Ostrowskiego, do Uniejowa na baseny termalne, do Leśnego Zakładu Doświadczalnego SGGW Arboretum w Rogowie,



✓ zabawę karnawałową, zabawę z okazji Dnia Kobiet, wieczorki taneczne i piosenek biesiadnych, ogniska, obchody Dnia Seniora,

✓ wyjazdy na turnusy rehabilitacyjne do Dźwiżyna, każdy dla 50 osób, na warsztaty żeglarskie w Giżycku dla 20 osób, na warsztaty „Wolontariat bez granic” w Pucku dla 8 osób, na warsztaty terapeutyczne w Dubiu dla 50 osób,

✓ warsztaty twórcze,

✓ spotkania z:

- Powiatowym Rzecznikiem Praw Konsumenta,
- przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji,
- Dyrektorem Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie,
- ciekawymi ludźmi: Markiem Hendzelewskim, Antonim Malewskim,
- specjalistą psychologiem

oraz 6 spotkań organizacyjnych.

Obecnie grupa liczy około 100 osób.

Sukces Klubu Seniora PASJA spowodował, że we wrześniu 2013 podjęto działania zmierzające do powstania kolejnego klubu. W



dniu 25 września 2013 r. odbyło się spotkanie inauguracyjne grupy

scentralizowanej wokół Szkoły Podstawowej Nr 1. Klub przyjął nazwę „Słoneczna Jedyńka” i stopniowo ilość liczba jego członków zwiększała się. Pod koniec roku liczył on już blisko 70 osób.

W Klubie Seniora „Słoneczna Jedyńka” odbyły się m. in.:

- ✓ spotkanie z dietetykiem,
- ✓ spotkanie z Powiatowym Rzecznikiem Praw Konsumenta,
- ✓ spotkanie z oficerem prasowym Komendy Powiatowej Policji,
- ✓ spotkanie terapeutą psychologiem,
- ✓ spotkania organizacyjne dotyczące powołania zarządu i zespołów tematycznych.

Pod koniec roku zarząd Klubu opracował plan pracy na I półrocze 2014 roku.

W 2014 roku pomocą finansową objęto 83 osób. Wsparcie to przeznaczone było m. in. na zakup opału, leków i żywności. W grupie tej znalazło się 33 osób, których dochód przekraczał kryterium wskazane w ustawie o pomocy społecznej, a przyznane świadczenie wynikało ze szczególnych okoliczności losowych.

Tomaszowscy seniorzy (11 osób) korzystali również z posiłków w ramach wieloletniego programu „Pomoc państwa w zakresie dożywiania”, w tym posiłków dowożonych do miejsca zamieszkania. Natomiast 45 osób zostało zakwalifikowanych do spożywania gorącego posiłku na terenie DPS za pełną odpłatnością zainteresowanych.

Osoby starsze, które pomimo osiągnięcia wieku emerytalnego, nie posiadają prawa do świadczeń z ZUS-u są obejmowane zasiłkami stałymi, zgodnie z art. 37 ust. 1 ustawy o pomocy społecznej – z zasiłków tych skorzystało w 2014 r. 36 osób.

Wśród innych form pomocy wymienić należy także:

- wydanie 50 decyzji na objęcie usługami opiekuńczymi osób starszych,

- udzielnie porad prawnych 10 seniorom,
- wdrożenie 31 procedur „Niebieskiej Karty” w środowiskach, gdzie ofiarami przemocy były osoby starsze; zapewnienie pokrzywdzonym pomocy psychologicznej i prawnej.

### Dom Dziennego Pobytu

W 2014 roku placówka działa od poniedziałku do piątku w godzinach 7.30 – 15.30. W 2014 roku wydano 31 decyzji kierujących do uczestnictwa w zajęciach zorganizowanych w DPD. Na dzień 31.12.2014 roku w Domu Dziennego Pobytu przebywało 26 uczestników zajęć (21 kobiet i 5 mężczyzn).

W 2014 roku koszt miesięczny ponoszony przez jednego uczestnika w DDP wyniósł 294,22 zł. Uczestnicy Domu ponoszą odpłatność uzależnioną od dochodu:

- ✓ 2 osoby korzystały nieodpłatnie,
- ✓ 1 osoba – 10 % odpłatności,
- ✓ 4 osoby – 15 % odpłatności,
- ✓ 12 osób – 20% odpłatności,
- ✓ 3 osoby – 30 % odpłatności,
- ✓ 2 osoby – 40 % odpłatności,
- ✓ 1 osoba – 60 % odpłatności.
- ✓ 1 osoba 100% odpłatności.



1 lipca 2014 roku zostało podpisane porozumienie z gminą Lubochnia, na mocy którego od 15 września 2014 roku w DDP przebywa jedna osoba z tej gminy.

Podopieczni Domu mieli możliwość skorzystania z posiłków oferowanych przez Tomaszowską Spółdzielnię Socjalną „IMPULS”. Z posiłków skorzystały 24 osoby w tym 4 bezpłatnie.

Podopieczni Domu uczestniczyli aktywnie w życiu kulturalnym miasta: zwiedzali Muzeum im. A. hr. Ostrowskiego, odwiedzali czytelnię Miejskiej Biblioteki Publicznej i Ośrodek Kultury TKACZ (Biesiadzie Senioralnej), kilkakrotnie skorzystali z prelekcji i koncertów w sali Kina „Włókniarz”.

W ramach współpracy z tomaszowskimi placówkami i instytucjami, Dom Dziennego Pobytu gościł: dzieci z Przedszkola „Promyczek” i Przedszkola Nr 2, uczniów Gimnazjum Nr 3 i Państwowej Szkoły Muzycznej. przedstawiciele Stowarzyszenia Amatorów Plastyków na spotkaniu autorskich. Uczestnicy zajęć DDP gościli również członków Klubu „Słoneczna Jedynka z przedstawieniem pt.: „Wieczera u Boryny w M-3” oraz Grupę Artystyczną NAZAwołanie z fragmentami tekstów poetyckich pt.: „Shirley Valentine”, „Miłość niejedno ma imię” oraz „Seniorzy seniorom”.

W ramach arteterapii prowadzone były zajęcia z malarstwa, rękodziela, muzykoterapii, biblioterapii oraz filmoterapii.

Uczestnicy mieli też do dyspozycji pokój dzienny wyposażony w sprzęt audiowizualny i podręczną biblioteczkę oraz jadalnię służącą też do prowadzenia zajęć plastycznych.

W placówce prowadzone były także warsztaty z terapeutą na temat integracji grupy, pozytywnego myślenia, postaw asertywnych, przypadłości wieku starszego, mechanizmów uzależnień. Przeprowadzono również praktyczne ćwiczenia z podstawowych procesów poznawczych, mające na celu polepszenie sprawności umysłowej seniorów. Dodatkowo w każdą środę odbywały się dyżury pracownika socjalnego i pielęgniarki.

W ramach poprawy sprawności fizycznej seniorów zorganizowana była codzienna gimnastyka oraz dostęp do salki rekreacyjnej wyposażonej w rowery stacjonarne, orbit rek, bieżnię. Seniorzy korzystali też ze spacerów oraz z wypoczynku w ogrodzie z altaną. Nie obyło się również bez dalszych

wycieczek. Uczestnicy zajęć w DDP wyjechali do Łodzi, gdzie odwiedzili Dom Dziennego Pobytu przy ul. Senatorskiej. W programie wycieczki znalazł się także spacer po Parku Źródliśka, Palmiarni oraz „Ziemi Obiecanej” czyli Muzeum Scheiblera. Przy okazji rewizyty uczestników DDP z Łodzi odbyło się zwiedzanie Tomaszowskiej Okrąglicy oraz Klasztoru Franciszkanów w Smardzewicach. Najbardziej niezwykłym wydarzeniem w ubiegłym roku dla uczestników Domu Dziennego Pobytu była wizyta niecodziennego gościa – Pani Jolanty Kwaśniewskiej.

W 2015 roku Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Tomaszowie Mazowieckim wydał 16 decyzji dla osób w wieku emerytalnym na korzystanie z posiłków w ramach Wieloletniego Programu Wspierania Finansowego Gmin w zakresie dożywiania „Pomoc Państwa w zakresie dożywiania” na lata 2014-2020. Dodatek mieszkaniowy przyznano 297 wnioskodawcom – seniorom. W Domach Pomocy Społecznej natomiast 53 osoby korzystały z pełnopłatnych obiadów (DPS ul. Polna – 18 osób, ul. Farbiarska – 4 osoby, DPS ul. Jana Pawła II – 31 osób).

W 2015 roku wydano 32 decyzje kierujące do DDP, w trakcie roku uchylono 6 decyzji, a 7 osób nie przedłużyło pobytu w DDP. Na dzień 31 grudnia 2015 roku do DDP uczęszczało 19 osób za następującą odpłatnością:

1 osoba – odpłatność 60%

1 osoba odpłatność 40%

5 osób – odpłatność 30%

8 osób – odpłatność 20%

3 osoby – odpłatność 15%

1 osoba – pobyt bezpłatny.

DDP w 2015 roku był czynny codziennie w godzinach 7.30-15.30 dla mieszkańców miasta Tomaszowa Mazowieckiego. Zajęcia w Domu prowadzone

byli przez wykwalifikowanych terapeutów. Uczestnicy mogli także skorzystać z pomocy pracowników socjalnych, psychologa oraz prawnika. Seniorzy objęci byli również cotygodniową pomocą pielęgniarki.

Seniorzy uczestniczyli w obchodach świąt, imienin, urodzin. Organizowane były wyjazdy do teatru („Sen nocy letniej”). W DDP prowadzone były zajęcia arteterapeutyczne, rękodzieła, biblioterapii, muzykoterapii, choreoterapii, a także gimnastyki.

### **Kluby senioralne**

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej nadzorował w 2014 roku funkcjonowanie dwóch klubów seniora: „Pasja” i „Słoneczna Jedyńka”.

Klub seniora „Pasja” zrzesza ok. 300 członków, w tym ok. 200 członków aktywnie uczestniczących w zebraniach i spotkaniach. Zebrania klubu odbywały się w czwartki dwa razy w miesiącu. Klub w ramach swojej działalności organizował wyjścia na basen, turnusy wypoczynkowo – rehabilitacyjne w Dźwirzynie, warsztaty tematyczne dla osób niepełnosprawnych w Dubiu, Giżycku oraz Pucku, ogniska i wieczorki tematyczne z okazji Dnia Seniora, Dnia Kobiet itp., oraz wiele innych atrakcji.

Klub Seniora „Słoneczna Jedyńka” zrzesza aktualnie ok. 102 członków w wieku od 54 do 93 lat. Zebrania członków Klubu odbywają się we wtorki dwa razy w miesiącu. Klub w ramach swojej działalności organizuje inscenizacje teatralne, widowiska, warsztaty tematyczne, ogniska, wieczorki taneczne, wycieczki do teatru i muzeum. Klub organizuje także spotkania z ciekawymi ludźmi, którzy są związani z Tomaszowem Mazowieckim. Klub współpracuje także z młodzieżą z Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych nr 6 oraz z Państwową Szkołą Muzyczną w Tomaszowie Mazowieckim. Jako jedyna grupa nieformalna



członkowie „Słonecznej Jedynki” wzięli w 2014 roku udział w Przeglądzie Twórczości Senioralnej.

W roku 2015 Klub Seniora „Pasja” stał się samodzielnym Krajowym Stowarzyszeniem Seniorów „Pasja” i od dnia 28.05.2015 roku jest samodzielną organizacją pozarządową. Klub seniora „Słoneczna Jedynka” działa dalej przy MOPS. W chwili obecnej zrzesza 92 osoby starsze. W 2015 roku przy współpracy z I Liceum Ogólnokształcącym w Tomaszowie mazowieckim klub przeprowadził projekt pod nazwą „Wnuczek – nauczycielem, senior - uczniem”, który, poza integracją międzypokoleniową wprowadził osoby starsze do „świata techniki”. Seniorzy pod czujnym okiem swoich trenerów poznali tajniki posługiwania się tabletami, laptopami i telefonami komórkowymi, a także zasmakowali w świecie mediów społecznościowych.

### **Niezależne Kluby Seniora**

Klub Seniora 50+ powstał we wrześniu 2008 roku przy Gimnazjum Nr 6 w Tomaszowie Mazowieckim. Od samego początku członkowie Klubu aktywnie włączali się w działania dotyczące seniorów w naszym mieście. Zebrania członków klubu odbywały się w każdy czwartek. Klub w ramach swojej działalności organizował spotkania i pogadanki o bardzo różnej tematyce. Poruszane były problemy dotyczące bezpieczeństwa seniorów, problemów zdrowotnych osób starszych, działań samorządu, zagrożeń dla osób starszych w życiu codziennym. Organizowane były także uroczystości z okazji świąt państwowych oraz religijnych, wieczorki integracyjne, urodziny klubowiczów, oraz imprezy okolicznościowe (dzień Babci i Dziadka, Dzień Kobiet).

W ramach realizacji Miejskiego Systemu Wspierania Aktywności Seniorów na lata 2009 – 2015 „Tomaszów dla seniorów” w okresie trwania programu osiągnięto następujące rezultaty:

- zwiększenie świadomości społecznej w zakresie praw osób starszych i wypromowanie pozytywnego obrazu starości w społeczności lokalnej,
- zmiana stereotypu postrzegania osób starszych,
- podniesienie świadomości osób starszych na temat przysługujących im praw, możliwości pomocy, dostępnych form aktywizacji i integracji w grupie,
- rozwój solidarności między- i wewnątrzpokoleniowej wśród mieszkańców miasta,
- rozszerzenie dostępnej oferty kulturalnej dla osób starszych dostosowanej do ich potrzeb i możliwości,
- stworzenie zespołu opiniotwórczego i doradczego w zakresie działań na rzecz osób starszych,
- włączenie do wspólnych działań sektora publicznego, społecznego i prywatnego na zasadach partnerstwa,
- powstanie nowoczesnego serwisu internetowego dla seniorów, którego będą odbiorcami i współtwórcami,
- upowszechnienie programów strategicznych i dokumentów programowych dotyczących osób starszych w społeczności lokalnej.

Podsumowując założenia dokonane w **Miejskim Systemie Wspierania Aktywności Seniorów na lata 2009-2015 „Tomaszów dla Seniorów”** stwierdzić należy, że zaplanowane działania zostały zrealizowane zgodnie z harmonogramem. Istnieje wielka potrzeba ich kontynuowania w latach kolejnych oraz rozszerzania o nowe przedsięwzięcia.