

## **Zapraszamy do „Klubu Seniora’!**

Ciekawe zajęcia, wycieczki, spotkania z lekarzem - to propozycje do programu tworzonego w gminie Wola Mysłowska „Klubu Seniora”. Zajęcia rozpoczną się we wrześniu, już w maju będzie można się na nie zapisywać.

Warto się pospieszyć, gdyż liczba miejsc jest ograniczona i wynosi 50.

Projekt „Wsparcie niesamodzielnym i niepełnosprawnym w gminie Wola Mysłowska” został zakwalifikowany do dofinansowania w ramach osi priorytetowej Wyłączenie Społeczne - Działanie usługi społeczne i zdrowotne. Na realizację gmina dostanie 817 tys. zł, wkładem własnym gminy będzie udostępnianie sal.

**- Zorganizujemy Dzienny Klub Seniora. Zajęcia będą odbywać się w czterech miejscach - w świetlicy wiejskiej w Ciechominie, w Strażnicy OSP Jarczew, w Świetlicy Wiejskiej w Wandowie i sali konferencyjnej UG w Woli Mysłowskiej - wylicza wójt gminy Wola Mysłowska Kinga Szerszeń.**

Nad projektem będzie czuwał kierownik. Zajęcia zapowiadają się ciekawie.

W planach są: warsztaty zajęciowe, gimnastyka rekreacyjna z elementami rehabilitacji (np. aerobik, joga, ćwiczenia na zdrowy kręgosłup, nornic walking ), spotkania ze specjalistami (np. lekarzami, dietetykiem), zajęcia animacyjno aktywizacyjne dla seniorów. Wśród zaproszonych lekarzy znajdują się: dietetyk, kardiolog, internista, pulmonolog, psychiatra, geriatra.

Seniorzy będą spędzać czas na zajęciach informatycznych, kulinarnych, plastycznych, tanecznych, teatralnych, wikliniarskich, animacyjnych, aktywizacyjnych, mające na celu usamodzielnienie i pobudzenie seniorów do zaradności, naukę współżycia w grupie i w środowisku, relacji międzyludzkich, umiejętności spędzania czasu z rówieśnikami, nawiązywanie kontaktów sąsiedzkich.

**- Tematyka będzie bardzo różnorodna i dostosowana do potrzeb klubu seniora np. warsztaty z kuchni meksykańskiej, warsztaty jogi, warsztaty z przygotowania projektów świątecznych, malowania pisanek, zajęcia informatyczne, wikliniarstwo, a także wyjazdy do kina, teatru, na basen czy wycieczki - mówi wójt.**

Urząd Gminy przygotowuje pomieszczenia w meble i sprzęt.

Istotnym, równie istotnym, elementem projektu będą usługi opiekuńcze świadczone przez trzy zatrudnione w tym celu opiekunki. Panie będą odwiedzać osoby starsze i zajmować się nimi. Tą formą opieki będzie objętych 15 osób.

Rekrutacja chętnych i kierownika Klubu rozpocznie się w maju.

Umowa o dofinansowanie podpisana została 20 kwietnia 2021 roku.