

Projekt „**Seniorzy XXI wieku – aktywni, nowocześni, zaangażowani**” realizowany jest przez Fundację Rozwoju Świętochłowic dzięki dofinansowaniu Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Programu Operacyjnego - Fundusz Inicjatyw Obywatelskich.

### **Cele projektu:**

Głównym celem projektu jest aktywizacja osób starszych (powyżej 60 roku życia) mieszkających w Świętochłowicach i innych miastach województwa śląskiego oraz ich integracja z innymi środowiskami na rzecz wspólnego rozwiązywania problemów lokalnych.

### **Uczestnicy:**

Grupę bezpośrednich odbiorców stanowią osoby starsze w wieku powyżej 60 roku życia.

### **Lider projektu:**

Fundacja Rozwoju Świętochłowic

### **Partner:**

Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Świętochłowicach

Młodzieżowy Dom Kultury w Świętochłowicach

## **Działania podjęte w ramach projektu:**

Zorganizowanie 10 zróżnicowanych tematycznie zajęć (50 godz. każde),

### **w tym w roku 2009:**

- kurs obsługi komputera – podstawowy pakiet programów komputerowych wraz z niezbędnymi umiejętnościami praktycznego wykorzystywania komputera w życiu codziennym;
- aerobik z elementami fitness – zapraszamy wszystkich entuzjastów zasady "w zdrowym ciele, zdrowy duch". Poznanie i rozwijanie sprawności w tym kondycji fizycznej, dzięki czemu uczestnicy udowodnią, że osoby starsze potrafią aktywnie i zdrowo spędzać czas;
- spotkania z muzyką – w ramach poniedziałkowych "Poranków muzycznych", dodatkowo będą organizowane zajęcia warsztatowo-wykładowe poświęcone m.in.: historii muzyki.

### **w roku 2010:**

- warsztaty artystyczne – zajęcia rozwijające wyobraźnię, twórczość i zdolności manualne. Uczestnicy będą mieli okazję poznać różne techniki tworzenia i wyrażania ekspresji
- warsztaty fotograficzne – uczestnicy poznają różne techniki i sposoby robienia zdjęć, a następnie w utworzonej pracowni komputerowej zdobędą umiejętności graficznej obróbki wykonanych przez siebie fotografii;
- tworzenie stron www – warsztaty pokażą, że każdy, niezależnie od wieku, może stworzyć własną witrynę internetową, która będzie interesującą formą przekazania określonych treści;
- zajęcia taneczne z elementami choreografii – na zajęcia zapraszamy wszystkich młodych duchem ludzi kochających taniec i muzykę, którzy w ten sposób pragną wyrażać swoje emocje;
- zajęcia teatralne połączone z emisją głosu – na warsztaty zapraszamy wszystkich odważnych, niebojących się wyzwań i chcących poznać świat sztuki teatralnej;
- zajęcia dla miłośników Śląska – zajęcia popularyzować będą kulturę, tradycję, język oraz kuchnię Śląska. Będą także okazją do zwiedzania najważniejszych miejsc kultury Śląska;
- poradnictwo: warto wiedzieć – spotkania będą miały charakter warsztatowo-doradczy

głównie z zakresu prawa, zdrowia i opieki medycznej, spraw społecznych, ubezpieczeń społecznych, spraw obywatelskich, etc.

Dodatkowo przed rozpoczęciem każdego modułu zajęć tematycznych zorganizowane zostaną warsztaty integracyjno-motywacyjne, a na zakończenie części szkoleniowej - warsztaty ewaluacyjne.

### **Zakończenie projektu:**

Cały projekt zakończony zostanie zorganizowaniem uroczystej Gali podsumowującej, podczas której wszyscy uczestnicy pokażą mieszkańcom Świętochłowic i miast ościennych efekty w postaci dzieł własnej pracy, a także pochwalą się umiejętnościami, które nabyli podczas udziału w projekcie. Będzie to także okazja do utrwalenia integracji międzypokoleniowej, a także międzysektorowej, co w przyszłości pozwoli kontynuować ideę integracji środowisk z osobami starszymi.

### **Czas trwania projektu:**

1 czerwiec 2009 r. – 31 grudzień 2010 r