Zakończenie Projektu „OPIEKA NA PLUS”



W dniu 30 września 2026 r. zakończyliśmy realizację dwuletniego projektu „Opieka na PLUS”, w ramach Funduszy Europejskich dla Śląskiego 2021–2027.

Projekt odpowiadał na potrzeby osób wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu, w szczególności osób starszych i osób z ograniczoną samodzielnością. W ramach projektu rozwijano i zapewniano podstawowe usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania oraz sąsiedzkie usługi opiekuńcze, a także usługi aktywizujące w Klubie Seniora oraz Dziennym Domu Pomocy dla Osób z Zaburzeniami Pamięci.
Istotną częścią projektu były działania aktywizujące, integracyjne i terapeutyczne.

Seniorzy korzystali m.in. z dogoterapii, warsztatów kulinarnych, zajęć grupy samopomocowej, śmiechojogi, dźwiękoterapii, zajęć plastycznych i kreatywnych, warsztatów komputerowych i krawieckich, a także z wyjść na basen, wydarzeń kulturalnych i wyjazdów krajoznawczych. W ramach wsparcia realizowano również m.in. zabiegi pedicure.

Mocnym i symbolicznym akcentem zakończenia projektu było wydarzenie integracyjno-aktywizujące dla seniorów, zorganizowane jako podsumowanie dwuletnich działań. W wydarzeniu uczestniczyło około 100 seniorów, którzy mogli korzystać z pięciu tematycznych stref: zielarskiej, zdrowego żywienia, ruchowej, kreatywnej oraz relaksacyjnej. Było to połączenie edukacji, aktywności, terapii, integracji i dobrej zabawy.

Finał wydarzenia dobrze oddał ideę całego projektu – wsparcie osób starszych nie ogranicza się do pomocy w codziennym funkcjonowaniu, ale obejmuje również aktywizację, budowanie relacji, przeciwdziałanie izolacji społecznej, rozwijanie zainteresowań oraz tworzenie warunków do aktywnego uczestnictwa w życiu lokalnej społeczności.

Dwuletnia realizacja „Opieki na PLUS” była ważnym przedsięwzięciem MOPS w zakresie rozwoju usług społecznych i tworzenia bardziej dostępnych, różnorodnych form wsparcia dla mieszkańców Tarnowskich Gór. Zakończenie projektu jest jednocześnie podsumowaniem wykonanych działań i doświadczeniem, które może być wykorzystywane przy planowaniu kolejnych form wsparcia.

W ostatnim okresie w ramach współpracy międzypokoleniowej w CAS zorganizowano wspólną przestrzeń do 15. edycji Narodowego Czytania. W tym roku uczniowie Szkoły Podstawowej nr 8 w Tarnowskich Górach zaprezentowali inscenizację „Dziadów” Adama Mickiewicza.

W ramach projektu „Opieka na Plus” zorganizowano:

- warsztaty krawieckie
- miasteczko piknikowe na terenie CAS

Podczas imprezy seniorzy mogli aktywnie uczestniczyć w przygotowanych strefach tematycznych:

W ramach **Strefy zdrowego jedzenia** Seniorzy uczestniczyli we wspólnym przygotowywaniu lekkich, zdrowych i atrakcyjnych wizualnie przekąsek.

Strefa zielarska umożliwiła uczestnikom zdobycie i poszerzenie wiedzy dotyczącej właściwości oraz zastosowania ziół. Seniorzy rozpoznawali poszczególne rośliny na podstawie ich wyglądu, zapachu i smaku, a także samodzielnie tworzyli kompozycje ziołowe.

W **Strefie ruchu i dobrej zabawy** zorganizowano zajęcia taneczne w formie tańca na krześle, prowadzone przy największych przebojach lat 50, 60 i 70. Aktywność dostosowana do możliwości Seniorów.

Strefa kreatywności była przestrzenią rozwijania zdolności manualnych i twórczych. Seniorzy uczestniczyli w warsztatach „Biżuteria z natury”, podczas których wykorzystywano m.in. żywicę epoksydową, oraz w zajęciach „Drewno z charakterem”,

obejmujących elementy rękodzieła i majsterkowania.

W **Strefie relaksu i dobrego samopoczucia** przygotowano kameralną przestrzeń sprzyjającą odpoczynkowi, wyciszeniu i swobodnym rozmowom. Wykorzystanie aromaterapii stworzyło uczestnikom możliwość relaksu i regeneracji oraz zadbania o dobre samopoczucie.

Dziękujemy za wspólną realizację projektu „Opieka na Plus”!

Projekt pn.: "Opieka na PLUS"

zrealizowany w ramach Funduszy Europejskich dla Śląska 2021 – 2027, Priorytetu: FESL.07.00 – Fundusze Europejskie dla społeczeństwa, działania: FESL.07.04 – Usługi społeczne.

Okres realizacji projektu: 1 października 2024 r. - 30 września 2026 r.

Beneficjent: Gmina Tarnowskie Góry
Realizator: Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Tarnowskich Górach
Wartość projektu: 3 252 786,50 PLN
Wartość dofinansowania: 3 090 147,17 PLN