



## GMINA WIŚNIEW/GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W WIŚNIEWIE ZAPRASZA DO UDZIAŁU W PROJEKCIE PN.

### „*CZAS SENIORA*”

LIDER PROJEKTU: GMINA KOTUŃ-GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ  
W KOTUNIU

PARTNERZY PROJEKTU:

GMINA SKÓRZEC – GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W SKÓRCU  
GMINA SIEDLCE-GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W SIEDLCACH  
GMINA WIŚNIEW– GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W WIŚNIEWIE



*Oś Priorytetowa IX Wspieranie włączenia społecznego i walka z ubóstwem  
Działanie 9.2 Usługi społeczne i usługi opieki zdrowotnej  
Poddziałanie 9.2.1 Zwiększenie dostępności usług społecznych*

Celem projektu jest zwiększenie dostępu do usług społecznych osobom starszym w wieku poprodukcyjnym zamieszkałym na terenie jednej z Gmin powiatu siedleckiego: KOTUŃ, SKÓRZEC, SIEDLCE, WIŚNIEW.

Zapraszamy do udziału w projekcie osoby, które zakończyły aktywność zawodową tj. osoby w wieku 60+ w przypadku kobiet i osoby w wieku 65+ w przypadku mężczyzn.



### **REKRUTACJA UCZESTNIKÓW DO PROJEKTU: 27.01.2020 r. – 14.02.2020 r.**



#### **Oferujemy:**

W każdej z gmin zostanie utworzony **Lokalny KLUB SENIORA**.  
W ramach prowadzonych 9 Klubów planuje się realizację:

1. Edukację prozdrowotną wykłady ze specjalistami : lekarz, pielęgniarka, ratownik medyczny, fizjoterapeuta, warsztaty: pierwsza pomoc przedmedyczna, warsztaty kulinarne, terapia tańcem i ruchem.
2. Program edukacyjny: zajęcia e-senior(umiejętność komunikacji ze światem zewnętrznym, w tym wyszukiwarki, e-zakupy, obsługa komputera, telefonu i tabletów.
3. Działalność kulturalna: wyjazdy do kina, teatru, koncerty, muzeum, imprezy kulturalne.
4. Zajęcia sportowe: nordic walking, aquaerobic, basen, kręgle, bilard.
5. Zajęcia rozwijające umiejętności i zainteresowania: warsztaty taneczne, muzyczne, kulinarne, szydełkowanie, rękodzieło.
6. Zajęcia zwiększające aktywność : trening pamięci.
7. Wyjazdy integracyjno- aktywnościowe.
8. Spotkania i prezentacje międzygminne.

#### Biurowo Projektu:

**Gminy Ośrodek Pomocy Społecznej w Kotuniu**  
ul. Siedlecka 56 c, 08-130 Kotuń

Tel. 25 641-43-63

e- mail: [kotun@ops.pl](mailto:kotun@ops.pl)

Osoby z terenu gminy Wiśniew zainteresowane udziałem w projekcie proszone są o zgłaszanie się do:

**Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej**  
w Wiśniewie ul. Siedlecka 13, 08-112 Wiśniew

Tel. 25 64-17-313 wew.121

e- mail: [gops@wisniew.pl](mailto:gops@wisniew.pl)



**Ponadto na terenie Gminy Kotuń zostanie utworzona Wypożyczalnia Sprzętu Pielęgnacyjnego i Wspomagającego.**

Kwota dofinansowania projektu z UE:

**4 351 900,69 zł**