

# Opis projekt "Serce dla Seniora" - Kompleksowa Opieka dla Seniorów

Projekt "Serce dla Seniora" ma na celu stworzenie kompleksowego programu wsparcia dla osób starszych, obejmującego zarówno aspekty zdrowotne, psychiczne, jak i społeczne. Chcemy zapewnić seniorom poczucie bezpieczeństwa, spełnienia i godności w jesieni życia.

## **Cele projektu:**

- Podniesienie świadomości społecznej na temat potrzeb seniorów.
- Zmniejszenie poczucia osamotnienia i izolacji wśród osób starszych.
- Poprawa jakości życia seniorów poprzez zapewnienie im kompleksowej opieki.
- Wsparcie rodzin w opiece nad osobami starszymi.
- Promowanie aktywnego i zdrowego starzenia.

## **Moduły projektu:**

### **1. Edukacja:**

- **Demencja vs. depresja:** Organizacja spotkań edukacyjnych dla seniorów i ich rodzin, podczas których eksperci wyjaśnią różnice między demencją a depresją, objawy, diagnostykę i możliwości leczenia.
- **Diagnoza demencji:** Informacje o dostępnych metodach diagnostyki demencji, znaczeniu wczesnego wykrywania choroby i możliwościach wsparcia.
- **Adaptacja mieszkania:** Prelekcje dla seniorów i ich rodzin, podczas których terapeuci zajęciowi przedstawią praktyczne wskazówki dotyczące adaptacji mieszkania, aby ułatwić funkcjonowanie osobie z demencją.
- **Tabu i pragnienia seniorów:** Grupy wsparcia, podczas których seniorzy będą mogli otwarcie mówić o swoich potrzebach i pragnieniach, w tym o seksualności w wieku starszym.
- **Planowanie przyszłości:** Konsultacje z doradcami finansowymi i prawnymi, które pomogą seniorom zaplanować swoją przyszłość finansową i zabezpieczyć swoje interesy.
- **Podróże dla seniorów:** Organizacja bezpiecznych i dostosowanych do potrzeb osób starszych wycieczek i podróży z wykorzystaniem naszego projektu autorskiego „Terapia w Podróży”
- **Oszustwa i bezpieczeństwo:** Prelekcje, podczas których specjaliści ostrzegą przed różnymi rodzajami oszustw, które dotyczą seniorów.
- **Śmierć i żałoba:** Grupy wsparcia dla osób starszych, które doświadczyły straty bliskich oraz dla ich rodzin.
- **Profilaktyka zdrowotna:** Regularne badania profilaktyczne, szczepienia, edukacja na temat zdrowego stylu życia.
- **Działania zapobiegawcze wobec narastającego zjawiska samobójstw,** obejmującego wszystkie grupy społeczne w tym również seniorów.
- **Spotkania relaksacyjne:** autogenne treningi relaksacji oraz „Dogo & Felinoterapia” (terapia z udziałem psa i kota)

## 2. Wsparcie społeczne:

- **Wolontariat:** Zaangażowanie wolontariuszy do odwiedzania seniorów w domach, organizowania wspólnych spotkań i aktywności.
- **Kluby seniora:** Stworzenie przyjaznych miejsc spotkań dla seniorów, gdzie będą mogli spędzać czas, uczestniczyć w zajęciach i nawiązywać nowe znajomości.
- **Telefon zaufania:** Uruchomienie całodobowej linii wsparcia telefonicznego dla seniorów i ich rodzin.

## 3. Wsparcie dla rodzin:

- **Grupy wsparcia dla rodzin:** Organizacja spotkań dla rodzin opiekujących się osobami starszymi, podczas których będą mogli dzielić się swoimi doświadczeniami i uzyskać wsparcie.
- **Konsultacje psychologiczne i pielęgnacyjne:** Dostęp do konsultacji psychologicznych i pielęgnacyjnych dla rodzin borykających się z trudnościami w opiece nad osobą starszą.

### Współpraca:

- **Placówki medyczne:** Szpitale, przychodnie, ośrodki zdrowia.
- **Organizacje pozarządowe:** Fundacje, stowarzyszenia zajmujące się pomocą seniorom.
- **Samorządy lokalne:** Gminy, miasta.
- **Seniorzy i ich rodziny:** Aktywne zaangażowanie seniorów i ich rodzin w tworzenie i realizację projektu.

### Ewaluacja:

Regularna ewaluacja projektu pozwoli na identyfikację jego mocnych stron i obszarów wymagających poprawy oraz dostosowanie działań do zmieniających się potrzeb seniorów.

### Wnioski:

Projekt "Serce dla Seniora" to ambitna inicjatywa, która może znacząco poprawić jakość życia osób starszych. Dzięki kompleksowemu podejściu i współpracy wielu podmiotów, możemy stworzyć przyjazne środowisko dla seniorów, w którym będą mogli spędzić swoją jesień życia w zdrowiu, szczęściu i poczuciu bezpieczeństwa.

### Uwagi:

- Powyższy projekt jest jedynie propozycją i może być dostosowany do konkretnych potrzeb i możliwości fundacji.
- Ważne jest, aby projekt był elastyczny i otwarty na zmiany, aby móc reagować na zmieniające się potrzeby seniorów.
- Współpraca z seniorami i ich rodzinami jest kluczowa dla sukcesu projektu.

**Seniorzy są skarbem naszego narodu. Poświęćmy wspólny wysiłek, aby im to okazać !!!**