

Ośrodek Wsparcia - Klub Samopomocy os. Zielone 7.

Umowa na prowadzenie Ośrodka została podpisana z Gminą Miejską Kraków od 1 grudnia 2020 – do 30 listopada 2023 roku. Tytuł zadania publicznego : „Powierzenie realizacji zadania publicznego w zakresie pomocy społecznej, w tym pomocy rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywania szans tych rodzin i osób , polegającego na prowadzeniu od 1.XII. 2020 – do 30. XI. 2023 na terenie Dzielnicy XVIII ośrodka wsparcia – klubu samopomocy przeznaczonego dla 45 osób.”

W Ośrodku Wsparcia są realizowane zadania przez 5 dni w tygodniu.

Z Ośrodka korzysta 45 osób w wieku powyżej 60 lat. Są mieszkańcami Krakowa, przeważnie z dzielnicy XVIII.

Celem prowadzenia ośrodka – klubu jest aktywizacja seniorów. Poprzez różne zajęcia w ośrodku i poza nim realizujemy zadanie nam powierzone.

Codzienne zajęcia to: gimnastyka, obsługa komputerów, nauka języka angielskiego, terapia plastyczna, szydełkowanie, praca na drutach, terapia krawiecka, muzyczna, teatralna, gry towarzyskie: brydż, uno, szachy, scrabble, krzyżówki i inne. Ponadto są tzw. *Środa z historią i geografią* wyjazdy rekreacyjno – turystyczne, masaże na urzędzeniach, taniec w kręgu, spacer z nordic – walking, wyjścia do muzeów, wyjazdy na grilla na działki uczestników, kino domowe. Uczymy nowych aplikacji w telefonach np. WhatsApp, Messenger, poznajemy skype.

Potrzebujących wspieramy różnymi rozmowami, poradami.. Często uczestniczymy w spotkaniach modlitewnych, towarzyskich.

Rok 2020 tradycyjnie Seniorzy rozpoczęli kolędowaniem przy różnych spotkaniach biesiadnych.

Już trzeci raz został zaproszony zespół *Almoraima*, który pokazał tańce flamenco, oraz pięknie przedstawił tradycję Bożego Narodzenia w Hiszpanii.

Seniorzy uczestniczyli w spotkaniu jasełkowym w teatrze Vandre.

W 2020 roku odbyło się też wiele spotkań tematycznych jak np. Dzień Babci i Dziadka połączonych z występami dzieci z przedszkola Słoneczne Nutki. Było dużo spotkań imieninowych seniorów, spotkanie walentynkowe, tłusty czwartek, spotkania muzyczne, poetyckie np. związane ze świętem 3 Maja.

W styczniu seniorzy zwiedzali już po raz drugi Muzeum AK, połączone z oglądaniem prac plastycznych uczestników WTZ os. Górali. Wysłuchali też koncertu na saksofonach przez studentów Akademii Muzycznej .

Uczestnicy wybrali się też na wycieczkę do Kalwarii Zebrzydowskiej, gdzie z przewodnikiem oprócz klasztoru zwiedzali muzeum Jana Pawła II.

Odbyła się też bardzo lubiana zabawa karnawałowa w sali *Artzona* , gdzie przy dźwiękach profesjonalnego zespołu tańce trwały do wieczora.

Bardzo podobało się też Muzeum Czartoryskich, zwieńczone później różnymi pracami plastycznymi w klubie.

Wycieczki na Zarabie, na Górę Chełmską, wiele spotkań nad Wisłą na jazie, gdzie seniorom organizujemy grilla, coroczny rejs statkiem po Wiśle spod Wawelu to tradycyjne spędzanie czasu w Ośrodku Wsparcia - Klubie Samopomocy na os. Zielonym.

W 2020 roku uczestnicy brali udział w pielgrzymce do M>B>Częstochowskiej, na os. Szklane Domy, w spotkaniu w Mogile w święto Podwyższenia Krzyża, we mszy w Łagiewnikach, w drogach krzyżowych na os. szklane Domy.

Seniorzy brali udział w konkursie plastycznym w Krakowskich Spotkaniach Teatralnych *Gaudium*.

W roku 2020 praktyki studenckie odbyło 4 studentów z Uniwersytetu Pedagogicznego.

W roku 2020 nie korzystaliśmy z grantów, usług KIS.