

**Regulamin działania Klubu Senior+ w Gminie Kołaczkowo,
funkcjonującego w 2019 r. w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2015-2020.**

§ 1 Informacje ogólne

1. Niniejszy Regulamin określa:

- 1) cele i założenia Klubu Senior+,
- 2) zasady organizacji działań i zajęć Klubu Senior+,
- 3) prawa i obowiązki uczestników Klubu Senior+,
- 4) zasady rezygnacji z uczestnictwa w Klubie Senior+.

2. Gmina Kołaczkowo jest Organizatorem Klubu Senior+ funkcjonującego w 2019 r. w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2015-2020. Klub Senior + działa w strukturze Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej. Zajęcia w ramach Klubu Senior + odbywać się będą w Gminnym Ośrodku Kultury Pl. Wł. Reymonta 1 w Kołaczkwie.

§ 2 Cele i założenia Klubu Senior+

Klub „Senior+” funkcjonuje w 2019 r. w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2015-2020. Celem Programu jest poprawa jakości i poziomu życia osób starszych dla godnego starzenia się poprzez aktywność społeczną. Program ma za zadanie przyczynić się do pełniejszego korzystania z potencjału społeczno-zawodowego osób starszych, aby mogły one pełnić różne role społeczne w życiu publicznym. Ważnym elementem jest uwzględnienie w działaniu ograniczeń wynikających z barier funkcjonalnych, na które narażone mogą być osoby starsze.

§ 3. Zasady organizacji działań i zajęć Klubu Senior+

1. Udział w działaniach i zajęciach Klubu Senior+ jest bezpłatny.

2. Klub „Senior+” będzie czynny dwa dni w tygodniu, po cztery godziny w pomieszczeniach z aneksem kuchennym i salą spotkań mieszczący się w Gminnym Ośrodku Kultury w Kołaczkwie, Pl. Wł. Reymonta 1. Dopuszcza się również organizację działań i imprez okolicznościowych w obiektach jednostek i instytucji Gminy Kołaczkowo. Każdemu z uczestników Klubu Senior+ przysługują następujące typy zajęć:

- 1) plastyczne/manualne - zajęcia te będą miały na celu rozwinięcie manualnej sprawności i wrażliwości plastycznej. W ramach zajęć, przy współpracy z miejskimi placówkami oświatowymi, organizowane będą także spotkania integracyjne, łączące pokolenia – przedszkolaki/uczniowie będą tworzyć pod okiem seniorów i odwrotnie;
- 2) kulinarne – w ramach zajęć seniorzy otrzymają porady dietetyczne, a także wspólnie będą przygotowywać posiłki. Ponadto będzie to platforma do wymiany między sobą przepisów i doświadczeń kulinarnych;

- 3) ruchowe i sportowo – rekreacyjne (Gimnastyka dla seniora) – zajęcia polegające na prowadzeniu ćwiczeń ogólnorozwojowych wg schematu ćwiczeń odpowiedniego do wieku uczestników, spaceru. Przyczynią się one do poprawy sprawności organizmu, pogłębią wydolność sercowo – oddechową, wyjazdy na basen;
 - 4) gry stolikowe – w ramach tego działania seniorzy będą mogli wspólnie lub w parach, zająć się grami, które dostarczą rozrywki, rozwiną zdrową konkurencję, pobudzą umysł i przyczynią się do lepszego jego funkcjonowania. W ramach gier stolikowych proponowane będą m.in. gry planszowe, karciane, a także szachy i warcaby;
 - 5) poranki filmowe – w ramach takich poranków seniorzy będą oglądać filmy i programy, po czym wywoływana będzie na ich podstawie dyskusja;
 - 6) zajęcia integracyjne – w ramach tych zajęć nawiązana zostanie współpraca z placówkami oświatowymi. Seniorzy będą włączani w różne akcje wolontarystyczne/ charytatywne, dzięki czemu kształtowana będzie w nich postawa niesienia pomocy innym oraz samopomocy, a także wykształcone zostanie poczucie „bycia potrzebnym”, organizowane będą także spotkania/akcje seniorów z dziećmi w celu integracji międzypokoleniowej.
 - 7) zajęcia komputerowe – dzięki któremu seniorzy nabędą lub udoskonalą umiejętność obsługi komputera, niezbędnego dziś w życiu codziennym;
 - 8) spotkania ze specjalistami – w ramach prelekcji pogadarek np. z lekarzem: diabetologiem, urologiem, geriatrą, dietetykiem zapoznanie seniorów z profilaktyką zdrowia, zdrowym stylem życia;
 - 9) wyjazdy kulturalno-edukacyjne, jednodniowe – dzięki, którym seniorzy poznają walory i dziedzictwo kulturowe (wycieczki, wyjazdy do kina, teatru);
 - 10) zajęcia ogrodnicze - prowadzenie ogródka warzywnego i kwiatowego;
 - 11) szereg imprez okolicznościowych (m.in. wieczorki taneczne, dzień kobiet, dzień matki, dzień dziecka, dzień seniora, andrzejki, dzień wolontariusza, dzień babci, dzień dziadka);
3. Podczas zajęć wykorzystane będą listy obecności, ankiety, testy i kwestionariusze służące monitoringowi i ewaluacji projektu.

§ 4. Prawa i obowiązki uczestników Klubu Senior+.

1. Każdy uczestnik Klubu „Senior+” ma prawo do:

- 1) udziału w działaniach i zajęciach zgodnie z postanowieniami niniejszego Regulaminu,
- 2) zgłaszania uwag dotyczących realizacji projektu bezpośrednio animatorowi zajęć,
- 3) otrzymania materiałów i narzędzi i innych pomocy niezbędnych do prawidłowej realizacji zajęć i działań.

2. Uczestnik Klubu Senior+ zobowiązany jest do:

- 1) przybycia na zajęcia i działania Klubu Senior+,

- 2) punktualnego i aktywnego uczestnictwa w działaniach i zajęciach ,
 - 3) odpowiedniego zachowania zgodnie z normami społecznymi.
 - 4) potwierdzania uczestnictwa w zajęciach każdorazowo na liście obecności,
 - 5) wypełniania ankiet ewaluacyjnych, testów i kwestionariuszy monitoringowych.
3. W przypadku przybycia na zajęcia pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających Organizator ma prawo odmówić uczestnikowi projektu udziału w oferowanym wsparciu. Powtórzenie takiej sytuacji skutkuje wykluczeniem uczestnika z dalszego udziału w działaniach i zajęciach Klubu Senior+
4. Uczestnik Klubu Senior+ ma obowiązek informowania animatora zajęć o jakiegokolwiek zmianie danych osobowych, oraz o zmianach statusu na rynku pracy.
5. Organizator dopuszcza usprawiedliwione nieobecności spowodowane chorobą lub ważnymi sytuacjami losowymi.

§ 5. Zasady rezygnacji uczestnictwa z Klubu Senior+

1. W przypadku rezygnacji z uczestniczenia w Klubie Senior+ uczestnik zobowiązuje się dostarczyć informacje o tym fakcie na piśmie, bądź za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres opskolaczkowo@op.pl w najwcześniejszym możliwym terminie, jednak nie później niż 7 dni od zaprzestania uczestnictwa w zajęciach.
2. Organizator zastrzega sobie prawo skreślenia uczestnika z listy uczestników Projektu w przypadku naruszenia przez niego niniejszego Regulaminu.

§ 6. Postanowienia końcowe

1. Organizator zastrzega sobie prawo wniesienia zmian do Regulaminu lub wprowadzenie dodatkowych postanowień.
 2. W kwestiach nieujętych w niniejszym Regulaminie ostateczną decyzję podejmuje zespół pracowników odpowiedzialnych za realizację projektu Klubu Senior+. W skład zespołu wchodzi: , Kierownik Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Kołaczkowie, Pracownik Klubu, Starszy Pracownik Socjalny GOPS.
- Od decyzji zespołu nie przysługuje odwołanie.