

data 27. 03. 2026

nr 2398... zał. Amk

# Dzienny Dom „Senior+“ w Czerwinie

RADA GMINY CZERWIN

Wpłynęło dn. 30.03.2026

Nr ..... Zał. ....

RGW.0004.16.2026



**Sprawozdanie z działalności**  
**Dziennego Domu „Senior+“ w Czerwinie**  
**za rok 2025**

Dzienny Dom „Senior+“ w Czerwinie działa na podstawie przepisów Ustawy o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 roku, a także Uchwały Nr III/9/2018 Rady Gminy Czerwin, jak również Regulaminu Dziennego Domu „Senior+“ wprowadzonego zarządzeniem Kierownika Dziennego Domu „Senior+“. Działalność ośrodka finansowana jest z budżetu gminy Czerwin, Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2021 – 2025. Na funkcjonowanie Dziennego Domu „Senior+“ w Czerwinie w 2023 roku zostały pozyskane środki w wysokości – **58 296.00 zł.**

Dzienny Dom „Senior+” jest placówką aktywizującą, wspierającą i pomagającą osobom starszym z terenu Gminy Czerwin. Z oferty mogą korzystać osoby nieaktywne zawodowo, które ukończyły 60. rok życia. Dom zapewnia 8 godzinną opiekę i ofertę usług – funkcjonuje od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 16:00.

Działania placówki są dostosowane przede wszystkim do możliwości i potrzeb seniorów. Obejmują one zaspokajanie podstawowych potrzeb, pomoc w czynnościach dnia codziennego, zapewnienie ciepłego posiłku oraz wsparcie w zakresie zdrowia i bezpieczeństwa. Czas uczestników organizowany jest w sposób aktywizujący, sprzyjający integracji społecznej oraz budowaniu pozytywnych relacji międzyludzkich. W Domu panuje miła, ciepła i przyjazna atmosfera.

W analizowanym 2025 roku, na podstawie decyzji wydanych przez Kierownika OPS w Czerwinie, z usług placówki skorzystało 15 seniorów nieaktywnych zawodowo z terenu Gminy Czerwin. Struktura wiekowa uczestników została przedstawiona w tabeli poniżej:

Wiek seniorów	Liczba seniorów
60-70 lat	5 osób
71-80 lat	10 osób

Tabela 1. Struktura wiekowa seniorów w 2025 r.

Zakres usług świadczonych przez Dzienny Dom „Senior+“ w Czerwinie obejmuje głównie usługi:

- opiekuńcze i socjalne;
- kulturalne;
- aktywizujące społecznie;
- zajęcia kulinarne;
- edukacyjne;
- usprawniające pamięć;
- terapii zajęciowej;
- zajęcia fizjoterapeutyczne;
- aktywności ruchowej;
- sportowo-rekreacyjne.

W roku 2025 seniorzy mieli możliwość korzystania z różnorodnych zajęć, takich jak: terapia zajęciowa z wykorzystaniem różnych technik pracy, zajęcia kulinarne, fizjoterapeutyczne, usprawniające pamięć, muzykoterapia oraz zajęcia edukacyjne, w tym pogadanki tematyczne.

Organizowano również działania mające na celu zaspokajanie podstawowych potrzeb w codziennym życiu seniorów. Odbywały się także spotkania aktywizujące społecznie. Uczestnicy wspólnie obchodzili wydarzenia okolicznościowe, które sprzyjały budowaniu dobrych relacji między nimi.

W ramach integracji dla każdego seniora organizowano imieniny, podczas których mogli spędzić czas w miłej, przyjaznej atmosferze i dobrze się bawić. Seniorzy mieli również możliwość udziału w spotkaniach podsumowujących dany miesiąc oraz wyrażania opinii i planowania działań na kolejny okres. Spośród wielu różnorodnych propozycji każdy mógł wybrać coś dla siebie, a zajęcia były dostosowywane do ich potrzeb i oczekiwań.

#### **DZIAŁANIA, KTÓRE ODBYŁY SIĘ W 2025 ROKU:**

- Dzień Babci i Dziadka zorganizowany przez Szkołę Podstawową w Piskach;
- Udział w spotkaniu „Ziołolecznictwo w chorobach wieku senioralnego“;
- Międzypokoleniowe warsztaty kulinarne z udziałem przedszkolaków z Przedszkola Samorządowego w Czerwinie;
- Międzypokoleniowe Silent Disco;
- Udział w spotkaniu autorskim „Historie bliskie sercu“ - z autorką bestsellerowych powieści historycznych i obyczajowych Panią Anną Rybakiewicz;
- Udział w: „Spotkania autorskie- Świat literacki na wyciągnięcie ręki“, warsztaty kulinarno- literackie (znany i lubiany autor komedii kryminalnych- Pan Alek Rogoziński oraz mistrz kuchni, autor kulinarnych bestsellerów- Pan Paweł Płaczek)
- Festyn z okazji Jubileuszu 35-lecia istnienia Klubu Seniora „Jesienne Kwiaty“ w Goworowie;

- Występ podczas XXIII Jarmarków Czerwińskich;
- IV Seniorada w Rzekuniu;
- Udział w Festiwalu Literackich Smaków w Czerwinie;
- Udział w Narodowym Czytaniu utworów Jana Kochanowskiego. Patronat Honorowy Prezydent RP Andrzej Duda;
- Bal Seniora;
- VI Przegląd Artystyczny Osób Starszych w Warszawie;
- Dzień Seniora.

**W Dziennym Domu „Senior+“ w 2025 roku zostały przeprowadzone następujące zajęcia:**

### **1. Warsztaty terapii:**

W ramach działań zrealizowano bogaty program warsztatów artystycznych, kreatywnych i praktycznych, które cieszyły się dużym zainteresowaniem uczestników.

Zorganizowano warsztaty lepienia w glinie – zajęcia artystyczne rozwijające kreatywność, sprawność manualną oraz wyobraźnię. Praca z gliną sprzyjała koncentracji, relaksowi i wyciszeniu, a także dawała seniorom satysfakcję z tworzenia własnych, unikatowych prac.

Ponadto realizowano liczne zajęcia mające na celu poszerzanie umiejętności uczestników, rozwijanie zdolności manualnych, koncentracji oraz współpracy w grupie. Zajęcia te przynosiły seniorom dużą satysfakcję i poczucie dumy z własnoręcznie wykonanych prac. Działania twórcze pobudzały wyobraźnię i kreatywność, a ich efektem były różnorodne przedmioty dekoracyjne i użytkowe.

W ramach warsztatów realizowano m.in.:

– zajęcia rękodzielnicze – podczas których seniorzy tworzyli różnorodne przedmioty dekoracyjne i użytkowe, rozwijając zdolności manualne, kreatywność oraz wyobraźnię.

Powstawały m.in. ozdoby świąteczne, drobne upominki, dekoracyjne bukiety, świeczniki czy kartki okolicznościowe. Zajęcia sprzyjały koncentracji, relaksowi oraz integracji uczestników, dając im satysfakcję z własnoręcznie wykonanych prac.

– zajęcia ogrodnicze (hortiterapia) – obejmujące sadzenie kwiatów, pielęgnację roślin oraz dbanie o estetykę zieleni. Zajęcia rozwijały cierpliwość i odpowiedzialność, wspierały relaksację oraz pozytywnie wpływały na samopoczucie seniorów. Praca z roślinami sprzyjała integracji grupy i dawała satysfakcję z obserwowania efektów własnej pracy;

– zajęcia krawieckie – podczas których seniorzy szyli różnorodne przedmioty, w tym drobne dekoracje. Zajęcia rozwijały zdolności manualne, precyzję i cierpliwość, pobudzały kreatywność oraz dawały satysfakcję z własnoręcznie wykonanych prac, które mogły być wykorzystywane w praktyce lub pełnić funkcję dekoracyjną.

Realizowane warsztaty miały charakter terapeutyczny, edukacyjny oraz integracyjny, znacząco wpływając na aktywizację seniorów, poprawę ich samopoczucia oraz budowanie relacji społecznych.

**2. Zajęcia z fizjoterapeutą-** regularne zajęcia fizjoterapeutyczne w Dziennym Domu „Senior+” znacząco wpływały na poprawę ogólnego stanu zdrowia uczestników. Systematyczna aktywność fizyczna pomagała w zwalczaniu lub minimalizowaniu różnych dolegliwości i schorzeń, takich jak bóle kręgosłupa, sztywność stawów czy ograniczona ruchomość kończyn. Podczas zajęć seniorzy wykonywali ćwiczenia wzmacniające mięśnie, poprawiające równowagę oraz koordynację ruchową, co zmniejszało ryzyko upadków i kontuzji. Ćwiczenia obejmowały zarówno aktywności ogólnorozwojowe, jak i ćwiczenia ukierunkowane na konkretne partie ciała, dopasowane do indywidualnych potrzeb uczestników.

Regularna gimnastyka wpływała również korzystnie na wydolność układu krążenia, wspomagała pracę serca, poprawiała krążenie krwi, a także sprzyjała obniżeniu poziomu cholesterolu i regulacji ciśnienia tętniczego. Zajęcia fizjoterapeutyczne wspierały także kondycję psychiczną seniorów – poprawiały samopoczucie, zmniejszały napięcie i stres oraz dawały poczucie sprawczości i satysfakcji z dbania o własne zdrowie. Dzięki systematycznym ćwiczeniom seniorzy byli bardziej aktywni, samodzielni i pewni siebie w codziennym funkcjonowaniu, co pozytywnie wpływało na ich jakość życia.

**3. Zajęcia muzyczne-** terapia muzyką była jednym z najbardziej lubianych i wyczekiwanych elementów programu przez seniorów.

Zajęcia te nie tylko aktywizowały uczestników, ale również pogłębiały ich wrażliwość na muzykę oraz rozwijały zainteresowania artystyczne. Podczas spotkań seniorzy brali udział we wspólnym śpiewie znanych i lubianych utworów, co sprzyjało integracji grupy oraz budowaniu pozytywnej atmosfery. Muzyka stanowiła także formę relaksu i odprężenia – pozwalała uczestnikom wyciszyć się, oderwać od codziennych trosk oraz zredukować napięcie i stres. Śpiew i słuchanie muzyki umożliwiały wyrażanie emocji, w tym uwalnianie negatywnych odczuć, a jednocześnie dostarczały pozytywnej energii i poprawiały nastrój. Zajęcia muzyczne wspierały również pamięć i koncentrację, szczególnie poprzez przypominanie sobie tekstów piosenek oraz rytmów. Dodatkowo terapia muzyką wpływała korzystnie na ogólne samopoczucie seniorów, wzmacniała poczucie wspólnoty oraz zachęcała do aktywnego uczestnictwa w życiu grupy.

**4. Zajęcia edukacyjne-** zmniejszające ryzyko wystąpienia chorób otępiennych, ich głównym celem było stymulowanie pracy mózgu oraz wzmacnianie funkcji poznawczych, takich jak pamięć, koncentracja, myślenie logiczne i zdolności analityczne. W ramach zajęć seniorzy uczestniczyli w różnorodnych ćwiczeniach, które angażowały umysł i pobudzały kreatywność. Realizowano m.in. ćwiczenia pamięciowe, łamigłówki, gry planszowe i logiczne, czytanie oraz analizę tekstów, a także naukę nowych umiejętności.

Prowadzone były również rozmowy tematyczne oraz zadania aktywizujące myślenie, sprzyjające rozwijaniu wyobraźni i kreatywności uczestników. Regularne uczestnictwo w zajęciach przyczyniało się do utrzymania sprawności intelektualnej seniorów oraz stymulowało ich aktywność społeczną, umożliwiając wymianę doświadczeń i poglądów w grupie.

**5. Zajęcia kulinarne-** dzięki zajęciom kulinarnym, które odbywały się regularnie w Dziennym Domu „Senior+”, uczestnicy nie tylko miło spędzali ze sobą czas, ale również mieli okazję do wymiany doświadczeń oraz przepisów kulinarnych. Wspólne przygotowywanie posiłków sprzyjało integracji grupy oraz budowaniu relacji opartych na współpracy i wzajemnym wsparciu. Seniorzy chętnie dzielili się swoją wiedzą i tradycjami kulinarnymi, co pozwalało na kultywowanie dawnych zwyczajów oraz poznawanie nowych smaków. Zajęcia te rozwijały umiejętności praktyczne, pobudzały kreatywność oraz zachęcały do aktywnego uczestnictwa w codziennych czynnościach. Wspólne gotowanie i spożywanie przygotowanych potraw odbywało się w miłej, przyjaznej atmosferze, co sprzyjało poprawie samopoczucia oraz budowaniu poczucia wspólnoty wśród seniorów.

**6. Bal Seniora-** w ramach działań integracyjnych zorganizowano bal, którego celem było umożliwienie seniorom wspólnego i aktywnego spędzenia czasu w miłej, przyjaznej atmosferze. Wydarzenie było okazją do integracji grupy, wymiany doświadczeń oraz nawiązywania nowych znajomości. Podczas balu uczestnicy mogli uczestniczyć w rozmowach, tańcu i wspólnej zabawie, co sprzyjało budowaniu relacji oraz wzmocnieniu poczucia wspólnoty. Wydarzenie dawało seniorom możliwość oderwania się od codziennych obowiązków, relaksu oraz pełnego zaangażowania się w życie społeczne placówki. Bal Seniora pozytywnie wpływał na samopoczucie uczestników, wzmacniał poczucie przynależności do grupy i dawał możliwość aktywnego uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych. Takie inicjatywy sprzyjały integracji społecznej, rozwijaniu więzi międzyludzkich oraz dostarczały wielu radosnych i niezapomnianych wspomnień.

**7. Filharmonia-** dzięki otrzymanej dotacji seniorzy mogli wziąć udział w wyjazdach do filharmonii, które stanowiły istotny element kulturalnej oferty Domu. Wyjazdy te miały na celu pogłębienie twórczej aktywności uczestników oraz rozwijanie i kształtowanie ich wiedzy muzycznej. Podczas koncertów seniorzy mogli obcować z różnymi gatunkami muzyki, poznawać nowe utwory oraz interpretować ich treść i przesłanie artystyczne. Udział w wydarzeniach muzycznych sprzyjał również integracji grupy, stymulował emocje i wyobraźnię, a także wpływał na poprawę nastroju i ogólnego samopoczucia uczestników. Wyjazdy do filharmonii były okazją do kulturalnego wzbogacenia życia seniorów, a jednocześnie dostarczały radosnych i inspirujących doświadczeń.

**8. Usługi pielęgniarki-** w ramach funkcjonowania placówki seniorzy mieli zapewniony dostęp do wykwalifikowanej opieki pielęgniarskiej. Obejmowała ona wsparcie medyczne przy różnego rodzaju schorzeniach, a także możliwość korzystania z indywidualnych konsultacji i porad zdrowotnych. Pielęgniarka udzielała fachowej pomocy podczas wykonywania czynności medycznych, takich jak pomiar podstawowych parametrów życiowych (np. ciśnienia tętniczego czy poziomu cukru we krwi), kontrola stanu zdrowia uczestników oraz pomoc w realizacji zaleceń lekarskich.

**9. Grill integracyjny-** w ramach działań integracyjnych zorganizowano spotkania na świeżym powietrzu przy grillu i ognisku, które stanowiły doskonałą okazję do wspólnego spędzania czasu oraz budowania relacji między uczestnikami. Wszyscy seniorzy spędzili czas w sposób miły, w przyjaznej i ciepłej atmosferze, sprzyjającej rozmowom, integracji oraz wzajemnemu poznawaniu się. Spotkania te pozwalały na chwilę relaksu, odpoczynku oraz oderwania się od codziennych obowiązków. Grille odbyły się w sierpniu oraz we wrześniu – spotkanie wrześniowe zostało zorganizowane z okazji Dnia Mężczyzny. Wydarzenia te były okazją do wspólnego świętowania, a także do aktywnego udziału seniorów w przygotowaniu poczęstunku. Tego typu inicjatywy wzmacniały więzi społeczne, budowały poczucie wspólnoty oraz dostarczały uczestnikom wielu pozytywnych emocji.

**10. Wycieczka krajoznawczo-edukacyjna-** w ramach działań zorganizowano wycieczkę do Giżycka, która stanowiła atrakcyjną formę aktywizacji i integracji seniorów. Wyjazd był doskonałą okazją do wspólnego wypoczynku, zmiany otoczenia oraz poznania walorów turystycznych regionu. Uczestnicy mieli możliwość zwiedzania miasta, podziwiania lokalnych atrakcji oraz spędzenia czasu na świeżym powietrzu. Wycieczka sprzyjała aktywnemu spędzaniu czasu, a także integracji grupy, wspólne przeżycia i rozmowy pozwoliły na zacieśnienie relacji między uczestnikami. Tego rodzaju inicjatywy przyczyniają się do przeciwdziałania izolacji społecznej, wzmacniają poczucie wspólnoty oraz dostarczają wielu pozytywnych wrażeń i wspomnień.

W okresie sprawozdawczym realizowane były cele związane z aktywizacją seniorów oraz wypełnieniem ich czasu wolnego. Korzystanie z Dziennego Domu „Senior+” dało podopiecznym poczucie własnej wartości, a także zaspokoilo potrzebę bezpieczeństwa i przynależności. Placówka przeciwdziałała marginalizacji i izolacji osób starszych, poprawiając jakość ich życia i wspierając ich samodzielność. Uczestnictwo w zajęciach i wydarzeniach dawało seniorom możliwość samorealizacji, odkrywania nowych zainteresowań oraz pogłębiania pasji. Program placówki motywował do nauki czegoś nowego, rozwijania kreatywności oraz aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Seniorzy mogli również nawiązywać kontakty międzyludzkie, szukać przyjaźni i wsparcia w relacjach z innymi uczestnikami.

Reasumując, Dzienny Dom „Senior+” jest miejscem ciepłym i przyjaznym, pełniącym funkcję azylu, do którego seniorzy chętnie wracają. Z dumą można stwierdzić, że placówce udaje się tworzyć bezpieczne i wspierające miejsce na mapie naszej Gminy, sprzyjające aktywnemu i satysfakcjonującemu życiu osób starszych.

Kierownik Dziennego Domu  
„Senior+” w Czerwinie  
Monika Mierzejewska