ul. Francesco Nullo 8/4 31-543 Krakow
Email: biuro@oirp.krakow.pl, tel. 12 410 84 00

03.04.2017 obowiązuje od

Projekt "W sile wieku" dla mieszkańców Krakowa

Szanowni Państwo,

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Krakowie informuje, że od dn. 01.03.2017r.
do dn. 28.02.2020 r. realizować będzie projekt pn.: **„W sile wieku”** , finansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020.

W związku z powyższym zwracam się z uprzejmą prośbą o rozpowszechnienie wśród zespołów **parafialnych/-mieszkańców/członków** stowarzyszenia informacji o niniejszym przedsięwzięciu.

Projekt pn.: „W sile wieku” skierowany jest do mieszkańców Krakowa, którzy ze względu na podeszły wiek (60+), stan zdrowia lub niepełnosprawność wymagają opieki lub wsparcia w związku z niemożnością samodzielnego wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego oraz ich opiekunów faktycznych.

Dla uczestniczek i uczestników przewidziano utworzenie na terenie Gminy Miejskiej Kraków 5 nowych placówek – klubów samopomocy (100 nowych miejsc) zapewniających dzienną aktywizację seniorów. W ramach projektu zaplanowano realizację usług:

opiekuńczo – pielęgnacyjnych : dwa posiłki dziennie (w przypadku osób niesamodzielnych zapewniamy pomoc w spożywaniu posiłków), pomoc w podstawowych czynnościach życiowych, opiekę higieniczną a dla wybranych uczestników dowóz z miejsca zamieszkania do i z klubu samopomocy;

aktywizująco – usprawniających : organizacja czasu wolnego, terapie zajęciowe podnoszące sprawność i aktywizację seniorów; imprezy integracyjne, wyjazdy rekreacyjno-turystyczne,

wspomagających : możliwość uzyskania wsparcia w postaci informacji, edukacji i poradnictwa poprzez bezpośredni kontakt pracownika socjalnego z uczestnikiem projektu a także poprzez wsparcie świadczone dla opiekunów faktycznych (poradnictwo indywidualne, wsparcie psychologiczne, warsztaty tematyczne).

Od dn. 13.03.2017 r. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej planuje uruchomienie na **os. Krakowiaków 2 w Krakowie** , pierwszego **Klubu Samopomocy – Specjalistycznego** dla 20 mieszkańców Krakowa po 60 r. ż, po przebytym udarze mózgu, cierpiących na Alzheimera
lub inne choroby otępienne. Pozostałe kluby samopomocy - aktywizacyjne uruchomione będą w najbliższym czasie.

Aby zostać uczestnikiem klubu samopomocy w ramach projektu „W sile wieku”, należy złożyć wniosek zamieszczony na stronie internetowej Ośrodka wraz z zaświadczeniem lekarskim bezpośrednio w siedzibie MOPS w Krakowie ul. Józefińska 14, klubach samopomocy, w lokalach Filii MOPS lub za pośrednictwem poczty lub pracownika socjalnego.

Osoby zainteresowane udziałem w projekcie proszone są o kontakt telefoniczny z p. Moniką Łojek w godz. 7.30 – 15.30 pod numer tel. 12 616 53 30 lub tel. kom. 660 637 756.

Udział w projekcie jest całkowicie bezpłatny. Serdecznie zapraszamy.

Z poważaniem

Sebastian Lipowski

Kierownik projektu

„W sile wieku”

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Krakowie

ul. Józefińska 14, 30-529 Kraków,

tel.: 12 616 53 30,

www.wsilewieku@mops.krakow.pl

Aby zostać uczestnikiem Klubu Samopomocy należy skontaktować się z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Krakowie lub z Filią MOPS zgodną z miejscem zamieszkania:

MOPS, Dział Domów Pomocy Społecznej i Ośrodków Wsparcia
ul. Józefińska 14, wsilewieku@mops.krakow.pl
tel. 12 616 53 30

1.Filia nr 1 MOPS (dla mieszkańców Dzielnicy III, XIV i XV)
os. Teatralne 24, f1@mops.krakow.pl
tel. 12 430 45 46, fax 12 636 07 06

2.Filia nr 2 MOPS (dla mieszkańców Dzielnicy IV)
ul. Radzikowskiego 37, f2@mops.krakow.pl
tel. 12 636 77 98, fax 12 636 75 24

3.Filia nr 3 MOPS (dla mieszkańców Dzielnicy IX, X i XIII oraz północnej części obszaru Dzielnicy XI)
ul. Rzeźnicza 2, f3@mops.krakow.pl
tel. 12 257 00 07, fax 12 257 00 08

4.Filia nr 4 MOPS (dla mieszkańców Dzielnicy XVIII)
os. Szkolne 34, f4@mops.krakow.pl
tel. 12 425 75 64, fax 12 643 72 78

5.Filia nr 5 MOPS (dla mieszkańców Dzielnicy VIII)
ul. Praska 52, f5@mops.krakow.pl
tel. 12 269 05 54, 12 269 06 37

6.Filia nr 6 MOPS (dla mieszkańców Dzielnic I i II)
ul. Dietla 64, f6@mops.krakow.pl
tel. 12 423 23 15, 12 421 94 96

7.Filia nr 7 MOPS (dla mieszkańców Dzielnic V, VI i VII)
Al. Słowackiego 46, f7@mops.krakow.pl
tel. 12 632 00 22, 12 632 66 20

8.Filia nr 8 MOPS (dla mieszkańców Dzielnicy XII oraz południowej części obszaru Dzielnicy XI)
ul. Na Kozłówce 27, f8@mops.krakow.pl
tel. 12 659 12 86, 12 658 63 63

9.Filia nr 9 MOPS (dla mieszkańców Dzielnic XVI i XVII)
os. Teatralne 24, f9@mops.krakow.pl
tel. 12 644 76 09, 12 616 53 97

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Małopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020.



ul. Francesco Nullo 8/4 31-543 Krakow
Email: biuro@oirp.krakow.pl, tel. 12 410 84 00

KLUB SAMOPOMOCY – AKTYWIZACYJNY ZAPRASZA:

- Mieszkańców Krakowa, po 60 roku życia,
- Osoby potrzebujące wsparcia w czynnościach dnia codziennego,
- Osoby chętne do działania.

1) **ul. Grzegórzecka 19/ 1-2, tel. 668 254 980**
2) **ul. Gdańska 5, tel. 660 637 805**

KLUB SAMOPOMOCY – SPECJALISTYCZNY ZAPRASZA:

- Mieszkańców Krakowa, po 60 roku życia,
- Osoby po przebytym udarze mózgu,
- Osoby z chorobą Alzheimera,
- Osoby z chorobami otępiennymi,
- Osoby potrzebujące wsparcia w czynnościach dnia codziennego.

1) **os. Krakowiaków 2, tel. 660 637 847**

KLUBY SAMOPOMOCY ZAPRASZAJĄ:

- Opiekunów uczestników projektu

KLUB SAMOPOMOCY ZAPEWNIA:

- Dwa posiłki,
- Pomoc w podstawowych czynnościach życiowych,
- Możliwość dowozu,
- Organizację czasu wolnego,
- Zajęcia podnoszące sprawność fizyczną,
- Terapię zajęciową,
- Udział w imprezach integracyjnych i rekreacyjno–turystycznych,
- Poradnictwo i edukacje,
- Wsparcie psychologiczne.

Opiekunom zapewniamy wsparcie psychologiczne oraz poradnictwo i edukację.

Uczestnictwo w Klubie Samopomocy jest bezpłatne.

