**Správa o činnosti Denného centra /*klubu* dôchodcov/ za rok 2022**

 **Denné centrum sa vo svojej činnosti riadi právoplatným Štatútom, Prevádzkovým poriadkom a Domovým poriadkom.**

 **Náplňou a poslaním DC je riešiť seniorov a občanov s nepriaznivým zdravotným stavom so zameraním na ich záujmové aktivity, na sociálne-právne, zdravotné poradenstvo a iné aktuálne témy tejto skupiny obyvateľstva, so zohľadnením ich veku a zdravotného stavu.**

 **Členskú základňu tvorilo v r. 2022 70 členov, z toho 60 žien a 10 mužov.**

 **Denné centrum sa pre seniorov sprístupnilo a začalo činnosť 24.3.2022 aj keď pre pandemickú situáciu to ešte oficiálne nebolo povolené, ale seniori sa stretnutí dožadovali.**

 **Centrom našich aktivít je denné centrum, ktoré je vybavené a zariadené pre potreby tejto skupiny občanov aj s kuchyňou, kde jej inventárne vybavenie  umožňuje prípravu občerstvenia a uvarenia jedál na jednotlivé akcie. Seniori sa tu stretávajú, svoje záujmy zameriavajú na:**

* **kreatívne ručné práce**
* **využívanie dostupných rehabilitačných pomôcok podľa individuálnych možnosti členov na rozvíjanie a posilnenie ich pohybovej aktivity, ako sú fit lopty, posilňovacie pruhy, loptičky, činky a iné pomôcky na posilňovanie svalov**
* **posedenia v záhrade DC v letnom období spojené so športovými aktivitami  – petang, hod šípok na terč**
* **vypožičiavanie kníh, časopisov, magazínov z výpožičného fondu DC, vytváraného a doplňovaného z vlastných, už prečítaných materiálov**

**Sociálne-právna oblasť:**

* **prednáška mestskej polície na tému „ zvýšenie bezpečnosti seniorov“ s premietaním názorných ukážok  o podvodných praktikách a trikoch na senioroch za účelom vylákania peňažných prostriedkov**
* **sociálne poradenstvo za účelom poskytnutia informácií o možnostiach, spôsobe a formách zriadených a poskytovaných sociálnych službách pre seniorov v našom meste a tiež objasnenia konkrétnych otázok zo strany seniorov uskutočnili pracovníčky sociálneho odd. MsÚ**
* **prednášku na aktuálnu tému separácie odpadov, čipovania zberných nádob komunálneho odpadu, životného prostredia v našom meste s vysvetlením konkrétnych dotazov uskutočnila odborná pracovníčka MsÚ**
* **v sociálnej oblasti medziľudské vzťahy udržujeme návštevou imobilných našich členov – 3 návštevy účasťou na 4-roch jubilejných akciách našich členov s vhodným kultúrnym programom**
* **účasťou na akcií „odprevadiť posledný raz“ /Horničáková, Gurníková/**

**Zdravotná oblasť:**

* **2 pracovníci očnej kliniky Neovízia so sídlom v Poprade uskutočnili 26.10.2022 v priestoroch DC odbornú prednášku zameranú na vývin ochorenia šedého zákalu, jej diagnostiku, operačný postup, zodpovedanie dotazov a uskutočnili meranie zraku 36 seniorov so zameraním na túto diagnózu**

**Kultúrno-spoločenská oblasť bola zameraná na tieto akcie:**

* **v priebehu roka sme si pozreli 4 divadelné predstavenia v Spišskom divadle v Spišskej Novej Vsi**
* **v kine Tatran v Poprade sme raz mesačne mali možnosť vidieť film pre seniorov**
* **aktívna spolupráca s mestskou knižnicou zorganizovaním dvoch stretnutí v knižnici na tému „ rozhovory nielen o literatúre“**
* **v záhrade denného centra sa seniori stretávali v priebehu roka pri opekaní 5 krát, túto možnosť kontaktu využívali aj členovia partnerského DC z Podolínca, 12. júla sme si v záhrade posedeli pri kávičke a koláčiku**
* **„Úcta k starším“ s kultúrnym pozdravom folklórneho súboru Belanček, príhovorom viceprimátorky a pracovníčky sociálneho odd. MsÚ, spoločenská časť s harmonikárom Oliverom**
* **Mikulášske posedenie a stretnutie pri adventom venci s tradičnými zvyklosťami**
* **„Vianoce u seniorov“ s tématickým kultúrnym programom žiakov základnej a žiakov špeciálnej základnej školy, spevákov seniorov, potešili darčeky od žiakov ŠZŠ zhotovené v ich tvorivých dielňach, vinše a pozdravy aj od primátora a pracovníkov MsÚ**
* **v rámci Belianskych Vianoc sme sa prezentovali prevádzkovaním stánku v meste s podávaním vianočnej kapustnice uvarenej v našej kuchyni /v spolupráci s Jednotou dôchodcov Slovenska ZO Spišská Belá/**
* **počas Dní mesta sme sa spolu so ZO SZZP zapojili do súťaže vo varení gulášu a obsadili sme 2. miesto**
* **zorganizovali sme zájazd do Poľska, ktorého náplňou bola plavba po Čortynskom jazere, zámok Niedzica, prechádzka po priehradnej hradzi, pamätná tabuľa na rodnom dome Michala Dočolomanského, návšteva kostola sv. Bartolomeja, nákup v potravinách ABC**
* **v súčinnosti s F-clubom a ich “ týždňa dobrovoľníctva“ sa uskutočnilo vyčistenie**

**nedostupných /vo výškach/ časti DC a ich vstupov /dverí/**

**Oblasť športu:**

* **zorganizovali sme „športový deň seniorov“, zameraný na súťažné disciplíny primerané našim seniorom, ako hod šípok na terč, streľba prakom na plechový terč, hod loptičkou do visiaceho kruhu, petang, s účasťou súťažiacich z partnerských DC Podolínec a Kežmarok, podával sa kotlíkový guláš**
* **12. augusta sa družstvo 4 členov nášho DC zúčastnilo  športových hier seniorov z príležitostí akcie Kežmarok – európske mesto športu, konaných v športovom areáli DC Kežmarok, zo 6- tých súťažných družstiev naše DC obsadilo 1. miesto**
* **zorganizovali sme 3 pohybové aktivity spojené s opekaním v záhrade DC**
* **zapojili sme sa do športových hier seniorov organizovaných partnerským DC v Podolínci**

**V oblasti seniorskej aktivity sme zorganizovali a absolvovali tieto akcie:**

* **výlet do Starého Smokovca, na Hrebienok a k Rainerovej chate**
* **výlet na Štrbské pleso, pohybová aktivita okolo Štrbského plesa, športový areál pod Soliskom**
* **pohybový ako aj duchovný charakter mal výlet zo Starého Smokovca smerom na Peknú Vyhliadku kalváriou, ktorú tvoria na 14-tých zastaveniach umelecké diela vo forme krížov od slovenských, českých a poľských umelcov**
* **Mestské lesy s Národným lesníckym centrom vo Zvolene pripravili pre seniorov v okolí Náučného lesníckeho chodníka Fľak zážitkový program „S lesníkom v lese“ zameraný na vedomosti o lese, praktické ukážky o tom čo zužitkujeme a využívame pre svoj život z lesa**

 **Členovia DC sa aktívne, až spontánne zapájajú do jednotlivých akcií a aj účasť na nich svedčí pri určitých akciách o preplnenom priestore nášho klubu. Z týchto akcií sa uskutočňujú fotografické a video záznamy, ktoré si v DC priebežne premietame cez USB na televíznej obrazovke.**

 **Členovia DC sa spoločne zúčastňujú a aktívne zapájajú do spoločenských, kultúrnych a iných akcií organizovaných mestom,  spolkami, školami, cirkvami, SNG a inými spoločenskými organizáciami.**

 **Naši seniori priestor denného centra navštevujú preto, že sa tu zbavujú pocitu osamelosti, domáceho stereotypu, hlavne medzi sebou veľa komunikujú v rôznych záujmových skupinách a aktívne sa interesujú o dianie nielen v našom meste ale aj v oveľa širších súvislostiach a oblastiach.**

**Zameranie DC v roku 2023:**

 **V našej činnosti budeme vychádzať v prvom rade z osvedčených akcií, o ktoré bol zo strany členov záujem vzhľadom na ich vek a zdravotné možnosti. Tieto sa budú aktualizovať o vhodné akcie navrhnuté našimi členmi, ak budú naplňovať poslanie denného centra.**

**Akcie organizovať :**

* **pre aktívnejších členov**
* **pre imobilnejších členov**
* **zážitkový program s vycestovaním regionálnym vlakom do poľskej Muszyny spojený s pobytom v jedinečnom senzorickom parku**
* **návšteva zoologickej záhrady v Spišskej Novej Vsi**
* **ďalšie poznávacie aktivity so zameraním na spoznávanie mesta, blízkeho a širšieho okolia, Vysokých Tatier,  tým rozvíjať seniorskú aktivitu a orientáciu členov DC**
* **udržiavať a vhodne rozvíjať partnerstvo s DC v Podolínci, s DC v Kežmarku so zameraním na športové a kultúrne aktivity**
* **nadviazať kontakt a podnetnú aktivitu a spoluprácu s Jednotou dôchodcov Slovenska ZO Spišská Belá**

**Vypracovala: Mariana Mačáková, 31.1.2023**