

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
02-ZPS	Prešovská univerzita v Prešove, Centrum celoživotného a kompetenčného vzdelávania	Škola záhradnej architektúry očami seniorov.	1 000,00 €	Prešov	Projekt <i>Škola záhradnej architektúry očami seniorov</i> je zameraný na zvyšovanie kvality života zraniteľnej skupiny občanov nad 60 rokov, ktorí sú ohrození sociálnym vylúčením. Hlavným cieľom projektu je integrácia seniorov do spoločnosti, posilňovanie ich sebarealizácie, prelomenie medzigeneračných problémov, prebudenie ich záujmu o rôzne aktivity v úzkom kontakte s prírodou. Stretnutia budú prebiehať 1x týždenne po dobu 4 hodín, prvá hodina bude teóriou záhradnej architektúry pod vedením lektora, ďalšie tri hodiny budú prebiehať v priestoroch ovocnej a záhradnej škôlky v Prešove.
08-ZPS	Zdravé mesto a región Turčianske Teplice	Vytvoríme si krajší svet	1 810,00 €	Turčianske Teplice	Projekt <i>Vytvoríme si krajší svet</i> je zameraný na integračné aktivity pre seniorov a mladých ľudí v meste Turčianske Teplice, ich vzájomná výmena skúseností a zručností. Projekt je venovaný dôchodcom vo veku nad 60 rokov, členom Klubu dôchodcov v Turčianskych Tepliciach. Hlavným cieľom projektu je vytvorenie optimálnych podmienok na posilnenie fyzickej a psychickej kondície seniorov. V rámci projektu budú realizované športovo-zábavné aktivity pre celé rodiny s dôrazom na seniorov, skrášľovanie prostredia klubu dôchodcov a semináre so zdravotnou a sociálnou problematikou.
15-ZPS	OZ Terapeutika	Spoločne pre dobrú pamäť	1 060,00 €	Bratislava	<i>Spoločne pre dobrú pamäť</i> je názov projektu, ktorého obsahom je vzdelávací, aktivizačný a preventívny program "Tréning pamäti a vitality pre seniorov" určený aktívnym seniorom. Program pozostáva zo stretnutí seniorov pod vedením trénerov pamäti a je zameraný na cvičenia pôsobiace na poznávacie funkcie mozgu, najmä pamäti. Zahŕňa poznatky o mozgu a pamäti, mnemotechniky - pamäťové pomôcky a ich využitie v bežnom živote, pohybovo-koncentračné cvičenia zamerané na motorickú pamäť a koordináciu pohybov starého človeka. Stretnutia budú realizované skupinovo, avšak s vysoko individuálnym prístupom kvalifikovaných odborníkov. Pravidelné stretávanie sa v stabilnej skupine pomáha predchádzať sociálnej izolácii seniorov a svojou náplňou prispieva k zvýšeniu kvality života účastníkov.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
16-ZPS	Obed Široké	Stavanie medzigeneračného vzťahového "mostu"	1 530,00 €	Široké	Cieľom projektu <i>Stavanie medzigeneračného vzťahového "mostu"</i> je vytváranie príležitostí pre budovanie vzťahového "mostu" medzi generáciou seniorov a mládežou žijúcou v obci Široké. V rámci projektu budú aktivity zamerané na skontaktovanie seniorov s mladými ľuďmi a realizáciu spoločných aktivít v Širokom. Zároveň jučiteľka ZŠ a vedúca záujmového útvaru CVČ navštívia s mladými ľuďmi umelecký program pre seniorov. Súčasťou projektu bude aj sprostredkovanie vzdelávacích aktivít pre seniorov, ktoré uskutoční lekár na témy: Problém hypertenzie a vznik náhlej cievnej mozgovej príhody; Je starnutie choroba?; Ako si udržať fyzické a duševné zdravie?; Vírusové a bakteriálne choroby v staršom veku. Manželský pár obohatí stretnutia seniorov o semináre s týmito témami: Medzigeneračné problémy v manželstve; Prečo niektoré manželstvá prestanú fungovať?; Rozdielnosť a doplnkovosť medzi mužom a ženou; Ako viesť dialóg v manželstve?
19-ZPS	Rímskokatolícka cirkev, Farnosť Lúčky	Aktívny život seniorov má zelenú	1 570,00 €	Lúčky	Cieľom projektu <i>Aktívny život seniorov má zelenú</i> je motivovanie k aktívnej činnosti aj v seniorskom veku. Uskutoční sa desať stretnutí seniorov obcí Lúčky a Kalameny v spoločenských priestoroch fary. V rámci projektu sa seniori začnú pravidelne stretávať. Uskutočnia sa tvorivé dielne, workshopy a rôzne odborné prednášky. Účasťou na podujatiach seniori získajú nové praktické, sociálne a komunikačné zručnosti a príležitosti pre sebarealizáciu. Zvýšia sa príležitosti pre prežitie aktívnej staroby v kruhu priateľov a známych, čím sa predíde sociálnej izolácii. projekt je orientovaný na zlepšenie medzigeneračného porozumenia a vzájomného obohatenia sa medzi seniormi a mládežou.
29-ZPS	Regionálne kultúrne centrum v Prievidzi	Čírenie spomienok - pokračovanie projektu	2 000,00 €	Prievidza	Projekt <i>Čírenie spomienok</i> pre svoj mimoriadne pozitívny ohlas pokračuje ďalej. Je preventívnym projektom zameraným na pamäť, pretože či chceme alebo nie, zabúdanie je súčasťou každodenného života. Nie vždy musí mať súvis s ochorením, ale často je príznakom Alzheimerovej choroby. Projekt Čírenie spomienok využije techniky tréningu pamäti pre lepšiu orientáciu v každodennom živote seniorov. Príspeje k informovanosti seniorov o možných príčinách zabúdania či straty pamäti a oboznámiť ich s prejavmi začínajúcej choroby, aby sa stali obozretnjšími a vnímavejšími voči zmenám v správaní svojich partnerov, rodičov, príbuzných. Cieľovou skupinou sú seniori v denných centrách pre seniorov, v základných organizáciách Jednoty dôchodcov na Slovensku okresov Prievidza a Partizánske, ale rovnako i seniori žijúci vo svojich domácnostiach.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
32-ZPS	Mesto Strážske	Zdravý životný štýl senioriek v Strážskom	1 250,00 €	Strážske	Klub dôchodcov v meste Strážske má takmer 90 členov, ktorí sa pravidelne stretávajú, chodia na výlety a založili spevácky súbor Rozmarín. Vo svojich aktivitách dosiaľ nemali možnosť stretávať sa s mladšou generáciou, i keď aktivity mladých sú im stále blízke. Z tohto dôvodu sa mesto rozhodlo poskytnúť seniorom priestor, kde sa budú stretávať seniorky a mamičky na materskej dovolenke a spoločne sa venovať tanečnému aerobiku. Kurzy bude viesť predsedkyňa občianskeho združenia Tanečný aerobic, ktoré na tieto účely prepožičia mestu aparatúru. Ženy sa budú stretávať týždenne v priebehu šiestich mesiacov a následne chcú v cvičení pokračovať.
34-ZPS	Dom pokojnej staroby, n.o., Gbely	"Starnem aktívne - hrám minigolf!"	2 000,00 €	Gbely	Vybudovaním minigolfového ihriska bude mať 112 obyvateľov Domu pokojnej staroby v Gbeloch, z ktorých mnohí sú fyzicky alebo mentálne hendikepovaní, možnosť rozšíriť škálu voľnočasových aktivít spojených s aktívnym pohybom na čerstvom vzduchu. Pre telesne znevýhodnených obyvateľov na invalidných vozíkoch to bude zároveň forma rehabilitácie zameraná na zlepšenie koordinácie, sebestačnosti a posilnenia horných končatín. Minigolfové ihrisko bude osadené študentmi- dobrovoľníkmi zo Strednej odbornej školy elektrotechnickej v Gbeloch.
38-ZPS	Regionálne osvetové stredisko v Leviciach	fotolokomotíva	1 560,00 €	Levice	Projekt <i>Fotolokomotíva</i> je vzdelávacie podujatie v oblasti fotografie. Zámerom projektu je systematická práca s neorganizovanou skupinou aktívnych seniorov na workshopoch, prednáškach a besedách, spolu 9 stretnutiach so skupinou 25 seniorov. Seniori sa naučia efektívne využiť svoj voľný čas, naučia sa spoznávať okolie inak ako doteraz - fotografickým okom, naučia sa tiež kompozíciu a jednoduché techniky fotenia. Budú sa zdokonaľovať pod vedením odborníkov s predpokladom, že sa fotografovaniu budú venovať aj po skončení projektu. Kvantitatívnymi výstupmi projektu budú bulletin a kalendár a tiež verejná prezentácia vo forme elektronickej i kamennej výstavy.
56-ZPS	Slovenský červený kríž, územný spolok Michalovce	Zlatistá jeseň života	328,00 €	Michalovce	Cieľom projektu <i>Zlatistá jeseň života</i> je zvýšiť samostatnosť a povedomie seniorov pri riešení problémov staroby. V cykle vzdelávacích stretnutí získajú základné informácie o tom, ako postupovať pri uplatňovaní nároku na poskytovanie sociálnych služieb, naučia sa vykonávať niektoré úkony pri starostlivosti o ľudí odkázaných na pomoc - polohovanie, hygiena na lôžku. Spoznajú škálu a používanie kompenzačných pomôcok, význam fyzioterapie a naučia sa cviky vhodné na uchovanie si samostatnosti a mobility, ako aj pamäťové cvičenia. Zároveň má projekt snahu podať seniorom základné informácie o niektorých ochoreniach starých ľudí, ako sú psychické ochorenia a znížená mobilita a pomôcť získať základné poznatky o poskytnutí prvej pomoci pre niektorých stavoch.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
61-ZPS	Vihorlatské osvetové stredisko v Humennom	Reminiscencie a súčasnosť	1 970,00 €	Humenné	Projekt <i>REMINISCENCIE a súčasnosť</i> prináša súhrn rôznorodých kultúrnych aktivít seniorov mesta Humenné v snahe o priblíženie života, zvykov a tradícií v meste v období 20 - 90 rokov minulého storočia prostredníctvom výtvarnej fotografickej a literárnej tvorby, spomienkových stretnutí pamätníkov s mládežou a rozvíjaním záujmovej umeleckej činnosti seniorov. Obsahom cyklu podujatí budú výstavy z maliarskej a fotografickej tvorby seniorov, sprístupnenie faktografického dokumentačného materiálu, spracovanie brožúry s pôvodnou poviedkovou tvorbou, jej verejná prezentácia cestou umeleckého prednesu, rozhovory a besedy seniorov a mladých ľudí z mesta. Hlavným zámerom projektu je medzigeneračná spolupráca v snahe o aktívne zapojenie generácie seniorov. Výstupy jednotlivých workshopov (rezbárskeho, sochárskeho, maliarskeho a iných) budú nepriamym kvantitatívnym prínosom projektu.
82-ZPS	OZ Živá Zem	Harmónia v prírode	2 000,00 €	Prešov	Projekt <i>Harmónia v prírode</i> , ktorý predložilo OZ Živá Zem, má za cieľ skvalitnenie života seniorov, poskytnutie pocitu užitočnosti, sprostredkovanie kontaktu s novými, predovšetkým mladými, ľuďmi, ponúknutie možnosti seniorom, ako hlbšie, detailnejšie vnímať prírodu okolo seba, podnietiť ich záujem o ďalšie udržiavanie parku pri domove Harmónia aj po skončení projektu, vzbudiť záujem o prechádzky v prírode aj v zimnom období. Spomínané ciele budú dosiahnuté prostredníctvom konkrétnych aktivít zameraných na zveľaďovanie parku pri domove Harmónia, ako je výsadba stromov, výsadba pôvodných drevín, rekonštrukcia altánku, vytvorenie vtáčej záhrady, zhotovenie informačného systému - obrazových a fotografických materiálov a sprievodného textu - a jeho inštalácia. Celkovým výsledkom projektu bude zblíženie ľudí navzájom i medzi generáciami a tiež zblíženie človeka s prírodou.
83-ZPS	Domov dôchodcov a domov sociálnych služieb Kremnica	S hudbou v každom veku	1 100,00 €	Kremnica	Na každého človeka v rôznom veku, v rôznom prostredí - doma alebo v zariadení sociálnych služieb - má priaznivý vplyv dobrá hudba, či už reprodukovaná, či ako improvizovaná hra na hudobné nástroje. Prijímateľom sociálnych služieb v DD a DSS Kremnica chcú predkladatelia projektu <i>S hudbou v každom veku</i> formou muzikoterapie - posluchom, hrou na hudobných nástrojoch a relaxáciou pri nich zlepšiť kvalitu života - uľahčiť a rozvíjať komunikáciu, medziludské vzťahy, pohyblivosť, sebarealizáciu, odbúrať stres, zmenšiť telesné, emocionálne, mentálne, sociálne a kognitívne problémy. Súčasťou projektu teda nie len samotné počúvanie hudby, ale aj aktívne zapájanie sa do hudobnej tvorby seniorov, pričom za týmto účelom za budú v zariadení DSS Kremnica konať raz týždenne muzikoterapeutické stretnutia pod vedením odborníkov.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
84-ZPS	Mesto Žiar nad Hronom	Krok vpred	1 700,00 €	Žiar nad Hronom	Projekt <i>Krok vpred</i> Mesta Žiar nad Hronom má za cieľ zaktivizovať seniorov, ktorí sú pasívnymi členmi Klubu dôchodcov, a prostredníctvom workshopov, ako je napríklad Literárčenie, Tvorivé dielne, FotoPamätníci, Tréning pamäte či Športový krúžok, napomáhať im v seberealizácii, podporiť ich samostatnosť a nezávislosť a vytvoriť im v týchto aktivitách podmienky prispôsobené ich zdravotnému stavu a individuálnym potrebám. Snahou je tiež vytvoriť im miesto v spoločnosti ako pozitívny vzor pre mladšiu generáciu, čím sa prispeje k ich integrácii do spoločnosti, umožniť im ďalšie vzdelávanie, ktoré by bolo súčasťou prevencie voči (No Suggestions) chorobe a podporiť umelecké schopnosti a využiť ich životné skúsenosti v prospech spoločnosti.
91-ZPS	TROJLÍSTOK- centrum sociálnych služieb	Nájdime zdravie v prírode!	1 570,00 €	Ružomberok	Hlavná myšlienka projektu <i>Nájdime zdravie v prírode!</i> , predloženého centrom sociálnych služieb TROJLÍSTOK, vychádza zo snahy o dosiahnutie spoločenskej potrebnosti a užitočnosti seniorov a ich sociálnej aktivizácie. Výsledkom projektu bude vytvorenie bylinkovej záhrady v areáli zariadenia pre seniorov, ktoré bude slúžiť ako prostriedok na pracovnú terapiu spojenú s aktívnym oddychom. V spolupráci s Gymnáziom v Ružomberku sa seniori dozvedia o sile a účinkoch liečivých rastlín a následne svoje získané vedomosti premietnu do praktickej činnosti v danej oblasti. V spolupráci s mestskou knižnicou majú možnosť dlhodobo si požičiavať literatúru venujúcu sa problematike liečivých rastlín a tým si neustále zvyšovať svoje vedomosti a znalosti. Pridanou hodnotou projektu je samotné využitie bylín na prevenciu a liečenie ochorení, teda zlepšenie zdravia seniorov a tiež estetizácia prostredia.
93-ZPS	Mesto Rožňava	Dva svety	1 398,00 €	Rožňava	Cieľmi projektu <i>Dva svety</i> , ktorý organizuje mesto Rožňava, je zblížovanie dvoch generácií (mladých ľudí a seniorov), realizácia aktivít, prostredníctvom ktorých získa mládež skúsenosti a zručnosti od seniorov a opačne, výmena názorov medzi generáciami, ukázanie odlišností medzi generáciami, zveľaďovanie verejného priestranstva. Ciele projektu budú naplnené najmä realizovaním rôznych kurzov pre mládež i seniorov, ako je kurz používania výpočtovej techniky a sociálnych sietí, pohybové aktivity pre seniorov, kurz háčkovania či pečenia, kurz záhradkárstva, kartový turnaj, nácvik spoločného tanečného vystúpenia či spoločná garden party a nakoniec premiéra konečného výstupu projektu - dokumentárneho filmu o živote seniorov a mládeže v ich prirodzenom prostredí, pričom samotní aktéri budú prítomní pri jeho úprave a strihaní v televíznom štúdiu.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
96-ZPS	Mestské kultúrne stredisko Šurany	Kreatívny svet seniorov	477,00 €	Šurany	Počas týždňového kurzu kreatívnych prác, v rámci projektu <i>Kreatívny svet seniorov</i> , ktorý organizuje Mestské kultúrne stredisko Šurany, si seniori naštudujú a naučia sa vytvárať ručné práce novou, modernou technikou. Naučia sa pracovať s patchworkom, pliesť z papiera, osvoja si drôťkovú techniku, budú maľovať na sklo. Všetky práce, ktoré vyrobia počas kreatívnych aktivít, budú súčasťou výstavy s rovnomeným názvom a po ukončení výstavy si svoje výrobky odnesú domov. Cieľmi aktivít je zapojenie seniorov do kultúrnych aktivít, obohatiť voľný čas seniorov, podporiť seberealizáciu seniorov, využiť ich tvorivý potenciál, štúdiom z odbornej literatúry obohatiť ich duševný svet, prezentovať verejnosti kreatívne výsledky prác seniorov. Mnohí zo seniorov nie sú členmi žiadneho klubu a preto iste privítajú tiež príležitosť vzájomnej spolupráce a zblíženia sa.
99-ZPS	Turčianske kultúrne stredisko v Martine	Chodníčky za pamätihodnosťami Turca	1 800,00 €	Martin	Ambíciou projektu <i>Chodníčky za pamätihodnosťami Turca</i> , predloženého Turčianskym kultúrnym strediskom v Martine, je umožniť seberealizáciu starších ľudí, pričom dôraz sa kladie na spracovanie samotných pamätníkov, ako tichého odkazu našej minulosti, avšak aj na následnú propagáciu regiónu Turiec pre rozvoj cestovného ruchu. Seniori prostredníctvom inšpiratívnych metód (fotenie, práca s mapou, práca s odbornou literatúrou, spoznávanie regionálnych kultúrnych, historických a prírodných pamiatok) vytvoria za pomoci odborných lektorov brožúru v tlačenej forme a fotografickú výstavu svojej činnosti, ktorá bude prezentovaná širšej verejnosti. Seniori si dali za úlohu spracovať problematiku (o čom vypovedajú a pôvod ich vzniku) pamätníkov v Turci. Prezentácie budú použité aj na školách v rámci snahy vzbudiť ďalší záujem o regionálnu históriu.
105-ZPS	Občianske združenie SENIOR pri Domove MÁRIE	Aktivizácia klientov Domova MÁRIE	620,00 €	Banská Štiavnica	Cieľom projektu je podporiť seberealizáciu klientov v Domove MÁRIE, zapojiť ich do aktívneho života aj po nástupe do zariadenia, v tomto prípade formou aktivizácie seniorov a tréningov pamäte. Tieto aktivity u seniorov slúžia ako prevencia voči Alzheimerovej chorobe, kde pravidelný tréning pamäte a obdobné aktivity dokážu čiastočne spomaliť progredujúci priebeh tejto choroby. Pohybové cvičenia sa budú konať aspoň trikrát týždenne po zakúpení cvičebných pomôcok, ako sú tenisové loptičky, masážne loptičky, overbally, masážne gumičky, posilňovacie gumičky. Rôznorodosť pomôcok zabezpečí väčšiu variabilitu cvikov a zvýšenie ich počtu zasa možnosť zapojenia sa viacerých seniorov.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
109-ZPS	Obec Žabokreky	Život je pieseň, hudba je náš liek:)	1 550,00 €	Žabokreky	Projekt <i>Život je pieseň, hudba je náš liek</i> predkladá obec Žabokreky, aby pomohla členom Denného centra seniorov zapojených v spevokole v ich aktívnom trávení času na starobnom dôchodku a vytvorila podmienky pre trvalú udržateľnosť ich seberealizácie zakúpením potrebnej audiovizuálnej techniky a premietacieho plátna, zaobstaraním jednotného, primeraného oblečenia na vystupovanie, zakúpením potrebnej ozvučovacej aparatury, zabezpečením atraktívnych a finančne nenáročných reklamno-propagačných materiálov o obci, o regióne a o aktivitách v Dennom centre seniorov. Splnením týchto cieľov plánuje predkladateľ dosiahnuť u dotknutých seniorov pocit hrdosti, spokojnosti a zadosťučinenia, že ich činnosť je vítaná, obdivovaná a že reprezentujú všetkých občanov bez rozdielu veku či schopností a dokonca motivujú tých, ktorí majú vzhľadom na vek a možnosti ďaleko väčšie predpoklady.
118-ZPS	Občianske združenie LÚČ Sečovce	Šedivíme, ale nestarneme...	1 200,00 €	Sečovce	Občianske združenie LÚČ Sečovce predkladá projekt <i>Šedivíme ale nestarneme</i> , ktorým chce zabezpečiť základnú počítačovú gramotnosť pre seniorov vo veku nad 60 rokov, ktorí ju nemali možnosť získať počas aktívneho života. V rámci projektu bude zabezpečená spolupráca s materským centrom Kačiatko, za účelom trojgeneračných stretnutí a trávenia spoločných chvíľ seniorov, mamičiek a ich detí, v priebehu ktorých by seniori odprezentovali nadobudnuté vedomosti a zručnosti - čítanie rozprávok deťom, napísaných po zvládnutí programu Word, pre mamičky materského centra odprezentovanie vlastných najobľúbenejších receptov programom Powerpoint, vytvorenie a odovzdanie omaľovánok vytvorených seniormi a zároveň by členky materského centra odovzdali svoje skúsenosti ohľadne počítačových zručností dôchodcom, čím by sa podstatne zvýšila počítačová gramotnosť seniorov a zároveň by sa rozšírili emocionálne väzby.
119-ZPS	Zariadenie pre seniorov a domov sociálnych služieb Dolný Kubín	Vykročme spolu	500,00 €	Dolný Kubín	Zámerom projektu <i>Vykročme spolu</i> je vťahnutie seniorov do zmyslupnej, pravidelnej činnosti a pohybových aktivít mimo interiéru, zlepšenie fyzického stavu pri pohybe, pešej chôdzi, nordickej chôdzi, posilnenie duševného a fyzického zdravia seniorov, okysličenie pľúc v prírode, utužovanie vzájomných vzťahov v rámci komunity i vytváranie nových priateľstiev, obohatenie o zážitky z ciest a tak budovanie zdravého sebavedomia seniorov. Seniori budú na úvodných stretnutiach inštruovaní do základov nordickej chôdze a neskôr po ich zvládnutí absolvujú výlety do Srňacieho či Oravskej Lesnej, spojené nielen s aktívnou chôdzou, ale i zberom bylín, cestou lesnou železničkou či rôznymi súťažami.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
126-ZPS	Psychosociálne centrum	Seniorské aktíva	1 950,00 €	Košice	Projekt <i>Seniorské aktíva</i> obsahuje vzdelávací a sebarozvojový program pre seniorov, zameraný na rozvoj vnútorného potenciálu a tvorivé využitie voľného času v sociálnej skupine. Sebarozvojové programy sú pre seniorov zdrojom potešenia a uspokojenia. Tento program prináša, okrem diskusie venovanej aktívnemu starnutiu, blok arteterapie, canisterapie, biblioterapie a kurz tréningovania pamäti. Arteterapia podporuje tvorivosť a hravosť, uvoľňuje negatívne emócie pozitívnym a prijateľným spôsobom. Bloky biblioterapie a canisterapie pomáhajú seniorom emocionálne sa otvoriť a podeliť sa s prežívaním svojich pocitov. Cez psích terapeutov dochádza okrem citových a zmyslových podnetov aj k podpore fyzickej rehabilitácie prirodzeným nenásilným spôsobom. Tréningy pamäti vedú k udržaniu a rozvoju kognitívnych funkcií, tvorbe rezervnej mozgovej kapacity, zvýšeniu samostatnosti a keďže sa realizujú v skupine, zabraňujú pocitom izolácie. Projekt cez širokú škálu aktivít podporuje seniorov v aktívnom starnutí, vo vytváraní nových sociálnych kontaktov, vedie ich k autonómii a k zodpovednosti za svoj život.
127-ZPS	Oravská knižnica Antona Habovštiaka v Dolnom Kubíne	Na jeseň nie je dôvod na tieseň	1 700,00 €	Dolný Kubín	Projekt <i>Na jeseň nie je dôvod na tieseň</i> má za cieľ zmenu súčasného vnímania seniorov len ako sociálnej a ekonomickej záťaže, prostredníctvom rozvíjania, respektíve upevňovania medzigeneračnej komunikácie, vzájomnej tolerancie a pochopenia mladej a staršej generácie. Aktivity projektu sú koncipované tak, aby hlavnej cieľovej skupine priniesli uspokojenie kultúrnych, tvorivých, spoločenských a relaxačných potrieb a záujmov, ako aj pocit ocenenia ich životných skúseností. Hlavnými plánovanými aktivitami sú "Rozprávky z truhlice starej mamy" - stretnutia starých rodičov, rodičov a detí v priestoroch knižnice pri čítaní svojich obľúbených knižiek, "Tematické stretnutia seniorov a detských členov Klubu pána Osmijanka" - detsko-seniorské stretnutie pri literatúre, "Kreslo pre hosťa" - stretnutie seniorov so súčasnými slovenskými autormi a "Noc literatúry" - spoločné nočné čítanie detí a seniorov.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
131-ZPS	Informačné centrum mladých Levice	"Bližšie k sebe"	1 500,00 €	Levice	<i>Bližšie k sebe</i> je projekt Informačného centra mladých z Levíc, ktorý je zameraný na podporu medzigeneračného dialógu seniorov a mladých ľudí do 30 rokov prostredníctvom aktivít mládežníckeho centra. Seniorom projekt vytvorí nový priestor k seberealizácii a zdieľaniu svojich skúseností mladým ľuďom. Budú mať možnosť naučiť sa nové techniky na zlepšenie funkčnosti pamäte a vitality, čo prispeje k ich aktívnemu starnutiu a skvalitneniu života. Najzaujímavejšou aktivitou bude "Živá knižnica". Seniori budú mať možnosť stať sa "živou knihou" pre mladých ľudí a sprostredkovať svoj životný príbeh, ktorý si bude môcť vypočuť 100 levických stredoškôľakov. Ich príbehy budú hlavnou súčasťou pripravovaného metodického materiálu k problematike ľudských práv, ktorý bude jedným z výstupov projektu. Pre mladých ľudí bude projekt ďalšou skúsenosťou pri komunikácii a spolupráci s generáciou seniorov.
147-ZPS	Obec Andovce	Aktívnym pohybom k dlhému a zdravému životu	1 900,00 €	Andovce	Z potrieb dôchodcov, ktorí sa pravidelne stretávajú v klube dôchodcov v Andovciach, vznikol projekt <i>Aktívnym pohybom k dlhému a zdravému životu</i> . Dôchodcovia sa venujú rôznym činnostiam (ručné práce, besedy, výlety atď.). Nemajú ale zatiaľ k dispozícii dvor, kde by sa mohli trochu poprechádzať, posediť na lavičke, venovať sa záhradkárčeniu. Obec im poskytla priestor za budovou, ktorý si v rámci tohto projektu môžu zveľadiť a upraviť podľa vlastných predstáv. Ide o trávnatú plochu, ktorá je verejne prístupná, slúžila by preto nielen im, ale aj ostatným obyvateľom obce a návštevníkom. Zámerom projektu ale je, aby si ho zveľadili priamo dôchodcovia a v budúcnosti sa oň sami v rámci ergoterapie starali. Práca je pohyb, ktorý je nenáročný a každý si v závislosti od svojich možností nájde pre seba činnosť, ktorá mu vyhovuje. V neposlednom rade ide o aktivitu, ktorá je dôchodcom na vidieku blízka, nevyvolá preto nežiaduce odmietnutie. A popri tom zabezpečí príležitosť pre lepšiu integráciu starších ľudí do spoločnosti.
148-ZPS	Obec Dubník	Chceme zostarnúť pri vás!	400,00 €	Dubník	Cieľom projektu <i>Chceme zostarnúť pri vás!</i> je primeranou kultúrnou a záujmovou činnosťou udržať kontakt seniorov a starších ľudí so svetom, so životom v komunite, v obci. Príkladom plánovaných aktivít sú vystúpenia na kultúrnych podujatiach, spev, krátky tanec či prednes poézie, výtvarné a ručné práce, aranžovanie kvetov, besedy a stretnutia seniorov s odborníkmi v oblasti zdravotníctva, sociálnych služieb a polície a hasičmi, účasť seniorov na verejných schôdzkach samosprávy. Významnou súčasťou projektu je aj vyhľadávanie a integrácia osamelých starších ľudí medzi aktívnych seniorov. Na všetkých aktivitách sa budú zúčastňovať tiež deti, mládež a dospelí, čo prispeje k budovaniu pocitu spolupatričnosti medzi generáciami. Projekt je súčasťou viacročného úsilia obce Dubník o zlepšovanie pohybových i mentálnych schopností seniorov a ich integráciu do miestnej komunity.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
149-ZPS	Domov použitých kníh, občianske združenie	Knižný domov pre seniorov	2 000,00 €	Bratislava	Občianske združenie Domov použitých kníh realizáciou projektu <i>Knižný domov pre seniorov</i> vytvorí vo svojich priestoroch miesto na zmysluplné trávenie času pre seniorov. Domov použitých kníh sa popri záchrane starých kníh pred vyhodením do odpadu stane aj miestom pre stretávanie sa seniorov, pre posedenia pri knihe, pre nadväzovanie kontaktov. V rámci tohto projektu sa seniori aktívne zapoja do prípravných činností súvisiacich s otvorením Domova použitých kníh pre verejnosť a týmto vytvoria predpoklady aj na ďalšie dobrovoľnícke aktivity seniorov, aby Domov použitých kníh fungoval ich pričinením v dlhodobom časovom horizonte. Veľmi početnou skupinou darcov kníh sú práve seniori. Projekt ponúka starším ľuďom uplatnenie ich doteraz nadobudnutých zručností a možnosť realizácie sa v kultúrnom prostredí priateľskom k starým ľuďom. V Domove použitých kníh sú seniorom k dispozícii všetky knihy na účely svojho vzdelávania zdarma. Taktiež je priestorom na odovzdávanie skúseností a vedomostí mladým ľuďom, ktorí ho navštevujú.
155-ZPS	Základná škola Snina	Poznaj-akceptuj-rozvíjaj (PAR)	1 000,00 €	Snina	Na základnej škole na Budovateľskej ulici v Snine sa učitelia rozhodli umožniť dvom generáciám spoznať sa, naučiť sa vzájomne akceptovať a rozvíjať svoje silné stránky. Projekt si dáva tri hlavné ciele: spoznať zvyky a tradície prezentované generáciou seniorov, priblížiť kultúru mladej generácie v Snine a zblížiť generácie prostredníctvom neformálnej PC výuky. Seniori a žiaci zažijú spolu Jánsku noc so zapálením jánskeho ohňa, opekačkou a tradičnými hrami, Noc strašidiel a s ňou spojené zvyky viažuce sa na Dušičky. Žiaci si pre seniorov pripravia prednes poézie a prózy vychádzajúce zo súčasnej literatúry pre deti a mládež a tiež Módnu show pre staré mamy, na ktorej sa predvedú staré mamy a ich vnučky v tradičných krojoch i trendy modeloch. Súčasťou projektu bude i zoznámenie sa seniorov s intranetom a programom MS Office. Výsledkom spolupráce seniorov a malých žiakov bude vydanie knihy receptov.
159-ZPS	Domov Seniorov Dolinka	Seniori na krídlach	800,00 €	Očová	Domov Seniorov Dolinka organizuje už po druhý krát podujatie <i>Seniori na krídlach</i> umožňujúce seniorom zo sociálnych zariadení v okolitých obciach stretnúť sa a spoločne sa zabaviť a zasúťažiť si v tradičných disciplínach, ktoré seniorov z tohto regiónu sprevádzali celý život. Podujatie sa uskutoční na letisku v Očovej, pričom sprievodnými podujatiami budú nielen súťaže v púšťaní a akrobacii šarkanov, rôzne súťaže zručnosti, hádanky a vedomostné kvízy, ale aj prehliadka letiska, výklad jeho vzniku, histórie a súčasnosti a v neposlednom rade prehliadka malých motorových lietadiel. Podujatie bude trvať 5 júnových dní, pričom organizačné zabezpečenie si vzali na starosť pracovníci Domova seniorov Dolinka, rodinní príslušníci seniorov a deti zo základnej školy v Očovej.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
160-ZPS	DSS Nádej Krupina	Zapojme všetky generácie	642,00 €	Krupina	<i>Zapojme všetky generácie</i> je projekt pre seniorov z DSS Krupina, vďaka ktorému zažijú počas slnečných dní zaujímavý program a aktivity s rôznymi generačnými skupinami. V rámci projektu budú v areáli DSS Nádej osadené drevené lavičky, na ktorých si budú môcť seniori vychutnať kultúrny program Detského folklórneho súboru Vartášik z Krupiny, prednášky lekárov, spoločenské hry a súťaže s rodinnými príslušníkmi.
161-ZPS	Obchodná akadémia- Kereskedelmi akadémia	Naučme starkých surfovať	1 500,00 €	Rimavská Sobota	Cieľom projektu <i>Naučme starkých surfovať</i> je prilákať seniorov späť do školy a umožniť im na vlastnej koži vyskúšať zážitkové učenie- vzdelávací kurz v oblasti práce s internetom. Do projektu budú zapojení žiaci školy, ktorí si prostredníctvom prípravy úloh pre seniorov ale i prostredníctvom dobrovoľníckej práce precvičia nadobudnuté skúsenosti v oblasti IKT i sociálnych zručností. Cieľom je prilákať seniorov k počítaču a vzbudiť v nich záujem o komunikáciu s priateľmi a rodinou prostredníctvom internetu, čím sa zníži ich sociálna izolácia a získaním nových zručností a odbúraním pocitu menejcennosti a ostychu súvisiaceho s nastoleným fenoménom internetu. Žiaci dobrovoľníci budú so seniormi pracovať individuálne a s ohľadom na ich doterajšie zručnosti a tempo zvládania úloh.
163-ZPS	Outdoor Institute	Nový sever pre seniorov	1 700,00 €	Banská Bystrica	<i>Nový sever pre seniorov</i> je projekt, ktorý symbolicky spája severskú disciplínu Nordic walking s hľadaním nového severu- nového zmyslu života. Nordic walking ako mladá disciplína napomáha seniorom zapojiť až 90 % svalov tela a to spojením bežnej chôdze a pohybu horných končatín s využitím paličiek. Počas dva a pol mesačného intenzívneho programu sa skupina seniorov z Banskej Bystrice naučí základy severskej chôdze, spozná nových ľudí zo svojho okolia a dostane sa do kontaktu s prírodnými krásami okolia Banskej Bystrice. Do projektu budú vybraní aktívni seniori z klubov dôchodcov ale i seniori žijúci v domácnostiach a to prostredníctvom krátko motiváčného listu, v ktorom zdôvodnia svoju motiváciu a záujem zúčastniť sa.
172-ZPS	Živena, spolok slovenských žien	Vzdelávať sa a žiť naplno v každom veku	1 000,00 €	Bratislava	Živena, spolok slovenských žien počas svojej 143 ročnej histórie povznáša vzdelanostnú úroveň slovenských žien a ich rodín. V súčasnosti realizuje svoje aktivity v štyroch kluboch- Prvý sa venuje diskusiám o klasických témach z histórie, kultúry a vedy, druhý má za cieľ podporovať talenty v oblasti poézie, prózy a žurnalistiky, tretí spolok sa venuje tréningom pamäte pre seniorky a štvrtý zastrešuje rôzne diskusné témy vedené odborníkmi. V rámci projektu bude spolok propagovať svoje aktivity prostredníctvom regionálnych médií, rozšíri svoje aktivity o bezplatné počítačové kurzy pre seniorov, o právne poradenstvo, sociálne poradenstvo a ľudovú školu umenia a to všetko vďaka nadviazaniu spolupráce s mimovládnyimi a kultúrnymi inštitúciami.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
177-ZPS	Klub strieborných hláv- občianske združenie, Tanečná skupina Orchidea	Tanec-spôsob aktívneho starnutia	2 000,00 €	Bratislava	Tanečná skupina Orchidea vznikla pri občianskom združení Klub strieborných hláv. Aktuálne má 11 aktívnych členiek a 4 členov, ktorí sa stretávajú každú stredu, nacvičujú nové choreografie a pravidelne vystupujú na seniorských kultúrnych podujatiach. Tanec má významný terapeutický charakter, nakoľko členovia si musia zapamätávať stále nové choreografie, čím predchádzajú vzniku stareckej demencie a Alzheimerovej choroby. Pravidelné nácviky a vystúpenia ich navyše udržiavajú v dobrej zdravotnej kondícii. Pri príležitosti Európskeho roka aktívneho starnutia a medzigeneračnej solidarity už skupina absolvovala niekoľko vystúpení v Domovoch seniorov, pre Zväz kresťanských seniorov Slovenska, zabezpečila kultúrny program pre Európsku konferenciu o aktívnom starnutí a čaká ich ešte veľa vystúpení, na ktoré usilovne nacvičujú nové choreografie. Tanečná skupina sa nebráni rozšíreniu svojej základne o nových členov a keďže v januári 2013 oslávi 10. výročie vzniku, chce svoje aktivity spropagovať vydaním informačného bulletinu.
178-ZPS	Správa zariadení sociálnych služieb, Baničova ul., Nitra	Aktívnym pohybom a pravidelným cvičením ku kvalitnejšiemu životu	700,00 €	Nitra	Centrum pre seniorov na Baničovej ulici dlhodobo motivuje svojich klientov k pravidelnému cvičeniu a to vytváraním podmienok pre rôznorodé pohybové aktivity. V centre je zriadená telocvičňa, v ktorej majú klienti možnosť cvičiť individuálne i skupinovo pod dohľadom cvičiteľky z radov seniorov. Pravidelný skupinový pohyb zlepšuje fyzickú kondíciu klientov, utužuje vzájomné väzby a priaznivo pôsobí na ich duševné zdravie. Pre neustále skvalitňovanie cvičebných podmienok plánuje zariadenie dokúpiť a zmodernizovať cvičebné náradie.
179-ZPS	Úsmev DSS Zlaté Moravce	Pohybom k zdraviu seniorov	2 000,00 €	Zlaté Moravce	Domov sociálnych služieb Úsmev v Zlatých Moravciach v snahe o zlepšenie kvality života svojich seniorov prišlo s myšlienkou zriadenia rehabilitačno- relaxačného centra vo svojich priestoroch. Projektovým zámerom je vniesť do života seniorov pohybové aktivity, pracovať na regenerácii tela a mysle seniorov pod vedením kvalifikovaného odborníka a dobrovoľníkov. Rehabilitačné centrum bude okrem klientov zariadenia prístupné i seniorom združeným v Klube dôchodcov Zlaté Moravce.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
192-ZPS	OZ Poza školu	Detská reštaurácia	1 500,00 €	Omšenie	OZ Poza školu prišlo s unikátnou myšlienkou vytvorenia <i>Detskej reštaurácie</i> v obecných priestoroch obce Omšenie, kde budú seniori spolu s deťmi viesť reštauráciu s ponukou jednoduchých jedál, hracími salónikmi a detskými dobrovoľníkmi, ktorí sa budú hosťom venovať pri návšteve reštaurácie. Do projektu bude zapojených 10 seniorov a 15 detí, pričom v prípravnej fáze seniori naučia deti pripravovať jednoduché jedlá. Účastníci tiež absolvujú kurzy finančnej gramotnosti potrebnej na fungovanie reštaurácie. Detská reštaurácia bude určená deťom a ich starým rodičom a okrem chutných jedál bude ponúkať návštevníkom aj priestor na hry. Projekt Detskej reštaurácie dostane generáciu detí a generáciu seniorov do úzkeho kontaktu, v ktorom sa budú môcť vzájomne obohacovať, spoznávať a seberealizovať.
200-ZPS	Mestská časť Bratislava-Nové mesto	Memory	2 000,00 €	Bratislava	Mestská časť Bratislava- Nové mesto prevádzkuje 8 klubov seniorov s viac ako 1000 aktívnymi členmi, ktorí sa pravidelne stretávajú pri záujmových aktivitách, spoločenských podujatiach a pri bežných rozhovoroch pri čaji a káve. Pre veľký záujem zo strany seniorov sa Mestská časť rozhodla zorganizovať IKT kurzy a tréningy pamäte, aby tak vytvorila podmienky aktívneho odpočinku a zdravej rovnováhy telesných a duševných činností svojich najstarších obyvateľov. V IKT zručnostiach budú vyškolení 10 seniori, ktorí následne odovzdajú svoje skúsenosti seniorom v 5 kluboch dôchodcov. Tréningy pamäte prebehnú v piatich kluboch v cykloch dvanástich stretnutí pod dohľadom certifikovaných trénerov pamäte.
207-ZPS	LIKAVA- domov sociálnych služieb a zariadenie pre seniorov	Športom za zdravím a priateľstvom	1 035,00 €	Likavka	Športový deň pre seniorov, ako hlavná aktivita projektu <i>Športom za zdravím a priateľstvom</i> spestrí každodenný život mobilných a čiastočne imobilných klientov s mentálnym postihnutím zariadenia LIKAVA - domov sociálnych služieb a zariadenie pre seniorov v Likavke. Cieľom športového dňa je, aby klienti vyšli "za múry" zariadenia sociálnych služieb a aktívne strávili deň pri športovej aktivite. Aby sa starší ľudia a ľudia so zdravotným postihnutím zážitkovou formou aktivizovali a počas príjemne zažitého dňa v prírode nadviazali kontakty i na medzinárodnej úrovni s klientmi iných zariadení. Predpokladá sa, že projekt vyvolá záujem o organizovanie športových činností aj v budúcom období, že športový deň sa stane tradíciou zariadenia a bude sa realizovať každoročne. Očakávaným výstupom je tiež rozvinutie sociálnych kontaktov, uzatváranie nových priateľstiev a zvýšenie mentálnej a fyzickej sviežosti.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
209-ZPS	Mesto Revúca	Senior škola	2 000,00 €	Revúca	Za účelom skvalitnenia života obyvateľov Zariadenia opatrovateľskej služby mesta Revúca poskytne SENIOR ŠKOLA obyvateľom tohto zariadenia možnosti realizácie štyroch aktivít - "školských predmetov", a to pestovateľské práce, rehabilitačné cvičenie, prezentácia životných spomienok v dramatickom stvárnení, výtvarné a ručné práce. Obyvatelia zariadenia takto využijú svoje životné skúsenosti a zručnosti nie len ako "žiaci", ale aj ako "učitelia". Realizácia projektu prispeje jednak k zvýšeniu pohybovej aktivity, k zlepšeniu zručnosti, k rozvíjaniu pamäťových schopností, ako aj k oživeniu spomienok klientov zariadenia a taktiež k celkovému zvýšeniu kvality a kultúry ich života, ktorý trávia na jeho sklonku v zariadení. Projekt súčasne počíta so zlepšením medzigeneračnej komunikácie (seniori vs. študenti literárneho gymnázia), ako aj verejnou prezentáciou klientov zariadenia.
220-ZPS	SRPZ- Rodičovské združenie pri ZŠ	Kreatívne medzigeneračné dialógy	1 970,00 €	Bratislava	Občianske združenie rodičov a priateľov školy chce v spolupráci so školou, domovom dôchodcov a mestskou časťou uskutočniť medzigeneračné dialógy pri tvorení. Jedná sa o sériu tvorivých dielní, kde dôchodcovia a deti zo ZŠ budú v špeciálne na mieru navrhnutých činnostiach tvorivých dielní, prostredníctvom rôzneho druhu kreatívnych činností, viesť medzigeneračné dialógy. Výsledkom budú "artefakty" prezentujúce pohľady a skúsenosti rôznych generácií na tie isté témy, ako aj spoločné diela. Časť diel, spolu s fotografiami z aktivít, budú na záver projektu umiestnené v priestoroch úradu mestskej časti Ružinov, kde budú tvoriť podnetnú výstavu pre všetkých Ružinovčanov. Druhá časť výrobkov bude venovaná ako dary pre všetkých, i imobilných klientov DD, časť ostane deťom ako podnet na rozhovory so svojimi vlastnými starými rodičmi. Projekt umožňuje seniorom pretvoriť prostredie, v ktorom žijú, zdomáčniť ho a naplniť svojimi dielami, podeliť sa o svoje životné príbehy s deťmi a zároveň aj so širokou verejnosťou, naučiť sa nové vedomosti, prispievať k rozvoju ich jemnej aj hrubej motoriky, dávať možnosti komunikácie a sebaujadrenia prostredníctvom vlastnoručne tvorených

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
222-ZPS	Mesto Čadca- Mestská polícia Čadca	Pomáhajme si navzájom	2 000,00 €	Čadca	Projekt <i>Pomáhajme si navzájom</i> je určený pre aktívnych seniorov, ktorí sú ochotní zapojiť sa do dobrovoľníckej činnosti zameranej na návštevy najmä samostatne žijúcich seniorov, priateľov a známych s cieľom informovať ich o projekte pod názvom "Chráňme sa navzájom". Tento projekt má za cieľ zvýšiť bezpečnosť samostatne žijúcich seniorov, ktorý ich povzbudzuje v zvyšovaní bezpečnosti svojho bývania. Ide najmä o budovanie občianskej solidarity seniorov, dobrých vzájomných vzťahov, ochranu vlastného majetku a vlastnej bezpečnosti. Prvoradým zámerom je vyškoliť aktívnych seniorov, ktorí budú mať záujem o takúto dobrovoľnú činnosť. Organizátori pripravujú vzdelávací tréning, ktorý bude zameraný na poskytnutie informácií na vzájomnú ochranu a bezpečnosť domova, ako sa nestáť obeťou kriminality alebo obeťou rôznych negatívnych spoločenských javov. Seniori sa oboznámia s konkrétnymi prípadmi, ktoré sa stali, s cieľom poukázať na spôsoby, ktoré využívajú podvodníci a odovzdaním návodov a odporúčaní, ako sa v podobnej situácii zachovať, čo robiť a čoho sa naopak vyvarovať. Projekt sa snaží tiež o zníženie úrovne strachu seniorov zo zločinu a prehĺbenie spolupráce o orgánmi štátnej správy a s políciou.
236-ZPS	Klub košických vitálnych seniorov	Let's travel, Intenzívny jazykový kurz pre cestujúcich seniorov	1 500,00 €	Košice	Organizovaním seminára <i>Let's Travel</i> , ktorý bude pozostávať z jazykového tréningu, kurzu angličtiny pre seniorov, so zameraním na cestovanie a inštruktážou, ako využívať internet na získanie informácií v oblasti cestovania, chce Klub košických vitálnych seniorov ponúknuť možnosť pre starších ľudí zapojiť sa do takých aktivít, ktoré prispievajú k zvyšovaniu kvality ich života a podporujú proces vlastnej sebarealizácie. Súčasťou projektu bude vytvorenie učebného materiálu, príručky <i>Let's Travel</i> , a tvorba kolektívnej seminárnej práce za účasti učiacich sa seniorov a ich trénerov na tému "Košice - My Home Town", v anglickom jazyku, ktorá bude stručným turistickým sprievodcom po pamiatkach mesta. Priebeh a realizácia seminára sú koncipované tak, aby učitelia sa seniori po ukončení kurzu odchádzali s dobrým pocitom, že získanými vedomosťami a skúsenosťami dokážu obohatiť kvalitu svojho života, a tiež aby podporili ich záujem o ďalšie vzdelávanie.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
240-ZPS	Domov dôchodcov a domov sociálnych služieb Rimavská Sobota	Pracovná dielňa v Domove dôchodcov	1 717,00 €	Rimavská Sobota	Cieľom projektu je vytvoriť v Domove dôchodcov a domove sociálnych služieb Rimavská Sobota pracovnú dielňu, v ktorej by sa seniori mohli venovať voľnočasovým aktivitám a pracovno-terapeutickým činnostiam pod vedením sociálnych pracovníkov. Dielňa bude vybavená pracovnými stolmi a potrebným náradím na realizáciu rôznych pracovných a umeleckých postupov s drevom, sklom, textilom, sadrou, lepenkou, papiermi, kovom i plastom. Zámerom je rozšíriť a spestriť možnosti trávenia voľného času pre klientov DD a umožniť seniorom častejšie a vo väčšej miere sa do nich zapájať. Výsledkom by malo byť zmysluplné trávenie voľného času, rozvoj sociálnych vzťahov a lepšia aklimatizácia nových klientov na život v zariadení. Nezanedbateľným prínosom projektu je tiež udržiavanie fyzickej kondície a psychickej pohody u seniorov.
244-ZPS	Folklorná skupina Šulekovo z Hlohovca	Aktívne zapojenie seniorov do uchovania dedičstva našich predkov	2 000,00 €	Hlohovec	Zámerom projektu <i>Aktívne zapojenie seniorov do uchovania dedičstva našich predkov</i> je vytvoriť, v spolupráci s regionálnou televíziou, DVD nosič reprezentujúci zvyklosti našich predkov. Seniori budú aktívne participovať na jeho príprave už pri samotnom konzultovaní scenára, pri príprave rekvizít, nácviaku piesní a tancov k vystúpeniam, budú aktívnymi účastníkmi pri predvádzaní autentických činností, ako je kosenie, mlátenie, príprava "povresiel", driapaní peria, dorábaní vína a podobne. Seniori sa tiež budú podieľať na udržiavaní a obnovovaní pôvodných častí krojov a ich rekonštrukcii. Projekt umožní seniorom aktívne sa zapojiť do rôznych kultúrno-spoločenských podujatí v meste a regióne, využije ich skúsenosti a zručnosti a docieli zmysluplné trávenie voľného času seniorov.
248-ZPS	Spojená škola, gymnázium Mikuláša Galandu Turčianske Teplice	Solidarita medzi generáciami	1 000,00 €	Turčianske Teplice	Projekt <i>Solidarita medzi generáciami</i> chce, v súčasnej dobe moderných informačných technológií a neosobnej komunikácie, pomôcť prelomiť komunikačné bariéry medzi generáciami a seniorom ponúknuť nie len poučenie, zábavu a spoločné stretnutia, ale práve aj zblížiť tak rozdielne a pritom tak blízke generácie. Počas aktivít budú práve seniori odovzdávať našim žiakom kus toho, čo vedia, čo zažili, svoje skúsenosti, postrehy, ale aj kus tradícií a kultúry turčianskeho kraja. Očakáva sa tiež prepojenie a ponuka zo strany mladšej generácie, a to práve z ich moderného sveta. "Moderné technológie, Životný štýl, Tradície a ručné práce, Pohyb a šport" - to sú témy, ktorým budú venované jednotlivé vzdelávacie i voľnočasové aktivity. Seberealizácia seniorov a ich sociálna integrácia do života našej školy bude konkrétnym naplnením myšlienky aktívneho starnutia a solidarity medzi generáciami.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
251-ZPS	REFUGIUM, n.o.	Sociálna integrácia pasívnych a aktívnych seniorov v zariadení REFUGIUM, n.o.	1 370,00 €	Trenčín	Snahou projektu <i>Sociálna integrácia pasívnych a aktívnych seniorov v zariadení REFUGIUM, n.o.</i> je prepojiť spoluprácu aktívnych seniorov a dobrovoľníkov v pomoci pre pasívnych seniorov. Aktívnym seniorom bude ponúknutý priestor pre seberealizáciu v oblasti, aká im vyhovuje a je im najbližšia a svojou prácou tiež prospejú seniorom nachádzajúcim sa v hospíci, domove sociálnych služieb alebo zariadení pre seniorov. Ide najmä o účasť a vytváranie besied a seminárov na rôzne témy, ktoré odzrkadľujú ich životné skúsenosti a vedomosti. Plánuje sa Reminiscenčná terapia, ktorá pomáha klientom vrátiť sa v spomienkach do časov mladosti, kedy boli vitálni, canisterapia, osobné rozhovory s klientmi, už spomínané besedy a prednášky aktívnych seniorov, tvorivé dielne pod vedením aktívnej seniorky, bývalej učiteľky v Základnej umeleckej škole a Skupinová terapia. Teda konečný efekt je pomáhať seniorom zlepšovať kvalitu ich života a tak im spríjemňovať jeseň života.
252-ZPS	Domov dôchodcov a domov sociálnych služieb HRON	Umenie nás spája	1 500,00 €	Nemecká	Cieľom projektu <i>Umenie nás spája</i> je podporiť prijímateľov sociálnych služieb Domova dôchodcov a domova sociálnych služieb HRON k samostatnosti, k posilneniu ich vlastných schopností a seberealizácie v oblasti umeleckých zručností. Vďaka projektu budú zakúpené pomôcky a spotrebný materiál a budú zabezpečené pravidelné sedenia s lektorom, ktorý naučí seniorov maľovať na hodváb, vyrábať ozdoby zo slaného cesta, pracovať s drôtom, ale aj pliesť košíky a papiera. Prijímatelia sociálnych služieb v zariadení budú mať možnosť využiť svoje schopnosti a zručnosti a zároveň sa naučiť nové umelecké techniky. Spoločne strávený čas prinesie úžitok nielen vytvorením "vlastného umeleckého diela", ale aj zníži sociálnu izolovanosť, skupinové stretnutia zlepšia sociálne vzťahy, obnovia vzájomnú dôveru, pocit vlastnej dôležitosti a vieru vo vlastné sily. Umenie tiež rozvíja kreativitu, komunikáciu, osobnosť a predchádza vzniku telesných a psychických ochorení.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
271-ZPS	"NITRAVA", zariadenie sociálnych služieb	Pieseň je náš liek	1 360,00 €	Nitra	Zámerom projektu <i>Pieseň je náš liek</i> , predkladaného Zariadením sociálnych služieb "NITRAVA", je rozvoj ďalších činností existujúceho spevokolu, sebarealizácia odkázaných a ťažko zdravotne postihnutých seniorov a podpora ich širších sociálnych kontaktov, za účelom skvalitnenia nácvikov a celkového hudobného prejavu a to zakúpením klávesového nástroja - keyboard, stojanu a kufra na klávesy a jednotného oblečenia pre všetkých členov spevokolu. Pod vedením dobrovoľníčky - učiteľky hudby, so sprievodom hudobného nástroja a v jednotnom oblečení, budú vzorom sebarealizácie pre všetkých seniorov na nespočetnom množstve akcií a tým sa projektový zámer z pohľadu budúcnosti stáva časovo neobmedzeným. Najvýznamnejšou akciou, ktorou projekt vyvrcholí, bude účasť spevokolu na súťaži "Domov baví domov", za účasti všetkých zariadení pre seniorov a významných predstaviteľov nitrianskeho kraja.
274-ZPS	Slovenská Alzheimerova spoločnosť	Tréning pamäti pre seniorov vo Veľkom Mederi	1 220,00 €	Bratislava	Obsahom projektu <i>Tréning pamäti pre seniorov vo Veľkom Mederi</i> je realizácia samotných tréningov pamäti pod vedením absolventa akreditovaného kurzu Centra MEMORY, ktoré pozostávajú z pohybovo koncentračného cvičenia a získavania nových vedomostí aj pomocou pracovných listov. Projektom sa umožní seniorom prístup k ďalšiemu vzdelávaniu, osvojenie si nových poznatkov bude mať priaznivý dopad na prevenciu kognitívneho úpadku a u niektorých aj oddialenie prejavov Alzheimerovej choroby. Pre mnohých to bude priestor na vytvorenie nových sociálnych vzťahov, čo je prevenciou proti pocitu osamelosti, depresii a nepotrebnosti a zároveň umožňuje zmysluplne tráviť voľný čas.
285-ZPS	Denné centrum	"Palicový štart"	1 040,00 €	Chorvátsky Grob	Projekt <i>Palicový štart</i> je zameraný na športovú aktivitu seniorov novovzniknutého Denného centra pod názvom Severská chôdza, alebo Nordic Walking. Táto metóda využíva špeciálne palice, ktoré slúžia nielen pri chôdzi, ale aj na cvičenie, je nenáročná a efektívna pre udržanie kondície, určená všetkým, bez ohľadu na vek aktuálnu kondíciu. Predpokladom maximálnej efektivity je správne používanie palíc, aby boli pohyby skoordované a aby boli aktívne zapojené všetky časti tela. Preto zámerom tohto projektu je získanie absolvovania kurzu pod dohľadom odborného inštruktora a nákup potrebných a vhodných palíc. Výstupom projektu je sebarealizácia seniorov, zlepšenie životného štýlu, zlepšenie zdravia a ich kondície a založenie krúžku Nordic Walking. Aktivita prebieha v prírode a jej súčasťou je tiež možnosť nadviazania nových kontaktov a udržiavania dobrých vzájomných vzťahov.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
291-ZPS	Cesta nádeje	Máme na to(?) ... Ja ti to nakreslím	1 000,00 €	Košice	Projekt <i>Máme na to(?)...Ja ti to nakreslím</i> sa zaoberá jednou z nepriaznivých stránok dôchodkového veku - nedostatkom finančných prostriedkov, ktoré bránia plnohodnotnému prežívaniu tejto fázy života. Jeho cieľom je pomôcť "vysporiadať sa" s týmto fenoménom prostredníctvom "netradičného" pohľadu na hospodárenie cez sebarealizáciu seniorov v oblasti výtvarných a kreatívnych činností. Pozostáva z aktivít, ktoré budú prebiehať formou pravidelných stretnutí, a počas ktorých sa budú účastníci spoločne zamýšľať nad témou hospodárenia a učiť sa vyjadrovať svoje pocity, potreby a túžby cez výtvarné a kreatívne činnosti. V rámci projektu je plánovaný cyklus stretnutí pod vedením "motivátora", psychológa, lektora kreslenia alebo lektora tvorivých dielní, pričom každé stretnutie bude tematicky venované jednej z oblastí vynakladania finančných prostriedkov, ako sú napr. výdavky na bývanie a energie, výdavky na stravu, na zdravie, šetrenie. Okrem podpory sebarealizácie vytvorí projekt tiež priestor pre sociálnu integráciu seniorov cestou nadviazania rovesníckych kontaktov a účasti na medzigeneračných stretnutiach.
292-ZPS	OZ Rodinná Rozprávka	Rozšírenie aktivít rodinného centra aj pre seniorov	1 120,00 €	Žilina	Predkladaný projekt pomôže rozšíriť činnosť centra Rodinná Rozprávka, ktoré realizuje aktivity najmä pre deti predškolského veku a ich rodičov, aj na aktívne zapojenie seniorov do svojej činnosti. Klubové stretnutia detí a seniorov, ktorých obsahom budú pohybové aktivity, výtvarné techniky, hry či hudba a Mesačné slávnosti, kde budú prezentované výstupy aktivít jednotlivých klubov / výstavy detských výtvarných prác, piesní a pod/, predstavujú možnosť aktívneho spájania generácií a vzájomnú výmenu skúseností. Jedenkrát mesačne bude prebiehať monitorovacie stretnutie lektorov, zástupcov partnerských organizácií a zástupcov rodičov, seniorov a dobrovoľníkov, kde sa zhodnotí priebeh realizovaných stretnutí a naplánujú sa ďalšie aktivity klubu. V prípade záujmu seniorov im bude poskytnutý ďalší priestor na zapojenie sa do činnosti centra. Na záver projektu bude širokej verejnosti prezentovaná výstava fotografií z aktivít projektu.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
304-ZPS	ZŠ Rudolfa Dilonga	Nový pohľad na život v starobe	625,00 €	Trstená	Projekt <i>Nový pohľad na život v starobe</i> je zameraný na spoluprácu aktívnych osamelo žijúcich dôchodcov i pasívnych seniorov žijúcich v charitnom dome so žiakmi cirkevnej základnej školy. Plánujú sa vzájomné stretnutia na pôde charitného domu i cirkevnej školy, kde bude prebiehať výmena skúseností, diskusie na rôzne témy, rozprávanie skutočných zážitkov zo života seniorov a tvorivé dielne pre obe generácie, kde sa budú využívať nové výtvarné aj pracovné techniky aj materiály. Žiaci spolu s aktívnymi seniormi nacvičia divadelné predstavenie "Nikto ma nechápe", zahrajú si didaktické hry na rozvoj myslenia a logiky, zúčastnia sa súťaže v umeleckej tvorbe: kresba, maľba, grafika, ktorá bude zakončená verejnou výstavou. Cieľom je prepojenie aktivít seniorov a žiakov na vzájomné obohatenie a zlepšenie medzigeneračných vzťahov, čo pomôže získať obom generáciám nový pohľad na život.
305-ZPS	Obec Dvory nad Žitavou	Na učenie nikdy nie je neskoro	668,00 €	Dvory nad Žitavou	Zámerom projektu <i>Na učenie nikdy nie je neskoro</i> je formou šesť týždňového kurzu zrealizovať základné IT vzdelávanie - internet, skype, mail pre seniorov. Výučba sa bude konať v plne vybavenej počítačovej učebni miestnej základnej školy za účasti odborného lektora i dobrovoľníkov, ktorých hlavnou úlohou bude opakovanie vysvetlenia zadania, spôsobu plnenia a pod. Okrem seniorov sa kurzov zúčastnia aj tri mamičky na materskej dovolenke. Absolvovanie počítačového kurzu rozšíri možnosti komunikácie seniorov s príbuznými, priateľmi aj úradmi, otvára cestu k získavaniu rôznych informácií, k zvyšovaniu samostatnosti a určitej formy nezávislosti.
306-ZPS	Obec Kameničany	"by sláva obec nevyšla v zániku!" E- kronika Kameničany	1 850,00 €	Kameničany	<i>By sláva obce nevyšla v zániku!</i> alebo <i>E-kronika Kameničany</i> je projektom obce Kameničany, ktorý chce oživiť kroniku obce a sprístupniť ju prostredníctvom modernej techniky - na internete. Kronika je vedená od roku 1953, posledný zápis je však 18 rokov starý. Seniori prejavili záujem o pomoc pri jej rekonštrukcii a elektronizácii. V prípravnej fáze sa aktívne zapoja do dobudovania miestnosti s výpočtovou technikou výrobou nábytku a podobne. V druhej fáze sa sami zúčastnia vzdelávania v oblasti základných zručností obsluhy PC a s využitím týchto nových vedomostí sa zapoja do archivácie (elektronizácie) dát kroniky. Do budúcnosti sa predpokladá ďalšie aktívne dopĺňanie kroniky seniormi i ostatnými obyvateľmi obce. Projekt pomôže seniorom aktívne sa zapojiť do diania v obci a prostredníctvom príspevkov v kronike zanechať odkaz do budúcnosti mladším generáciám.

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
308-ZPS	Obec Horné Semerovce	Seniori z Hontu a z Liptova	1 500,00 €	Horné Semerovce	Zámerom projektu <i>Seniori z Hontu a Liptova</i> je rozšíriť pôsobnosť dôchodcov z obce Horné Semerovce na sever Slovenska a pomôcť im založiť spevácky zbor so živým hudobným sprievodom. Novovzniknutý spevácky zbor a hudobná kapela bude reprezentovať región Hont na Liptove. V spolupráci s družobnou obcou a seniormi z obce Valašská Dubová bude zorganizovaný deň kultúry regiónov Hontu a Liptova, kde seniiori z Hontu navštívia svojich rovesníkov z Liptova, kde im predstavia hudobno-divadelné pásmo zvykov a piesní z Hontu. Seniiori z Liptova pohostia svojich hostí špecialitami typickými pre ich región. V úlohe hostiteľov sa ocitnú aj dôchodcovia Hontu, keď pohostia návštevu z Liptova. Cieľom týchto aktivít je "spojenie" dvoch regiónov Slovenska a výmena kultúrnych a kulinárskych zvyklostí. Založením zboru a kapely sa dôchodcovia priučia nové piesne a tradície, samotný kultúrny deň bude príležitosťou na utvorenie nových medziľudských vzťahov, ktoré by si k sebe ťažko hľadali cestu, vzhľadom na vzdialenosť a rôznorodosť kultúr jednotlivých regiónov.
320-ZPS	Asociácia Divadelná Nitra	Aktívne v divadle, aktívne v zrelom veku	1 450,00 €	Nitra	Európsky rok aktívneho starnutia a solidarity medzi generáciami 2012 je impulzom a ideovým východiskom projektu Asociácie a festivalu Divadelná Nitra pod názvom "Aktívne v divadle, aktívne v zrelom veku". Staršia generácia so záujmom o kultúru prirodzene inklinuje k divadelnému umeniu. Súčasnú divadlo však prináša často témy a formy ťažko zrozumiteľné pre divákov vyššieho veku. Festival Divadelná Nitra prezentuje slovenské a zahraničné divadlo, súčasné a odvážne, netradičné a hľadačské. Väčšinu publika tvoria mladí diváci, no želaním festivalu je, aby bol jeho program otvorený všetkým generáciám. A tak ponúka v tomto ročníku seniorom možnosť vzdelávania sa o divadle v rámci programu Ako na divadlo. Spoločná analýza divadelných hier, diskusia s odborníkmi - divadelnými kritikmi a teoretikmi, ako aj umelcami, pohľad do zákulisia a prípravy predstavenia - to všetko otvorí nové možnosti pohľadu na súčasné divadlo. Aktivizácia seniorov v rámci najväčšieho divadelného festivalu na Slovensku však nebude spočívať iba vo vzdelaní - dostanú možnosť zapojiť sa do dobrovoľníckych prác počas prípravy a realizácie festivalu, kde okrem zaujímavých pracovných

Zoznam podporených projektov s anotáciou Zelená pre seniorov 2012

Číslo projektu	Predkladateľ	Názov projektu	Podporená suma	Mesto	Anotácia
324-ZPS	Obec Podhradie	Zahraj svoje srdce	1 100,00 €	Podhradie	Cieľom projektu <i>Zahraj svoje srdce</i> je rozvíjať pohybové schopnosti seniorov, ktoré sú dôležité pre zdravý životný štýl, udržanie si kvality života a dobrej fyzickej a duševnej kondície až do vysokého veku. Projekt pozostáva zo vzdelávacej a realizačnej časti. Vo vzdelávacej časti predkladateľ spolu so zástupcami seniorov plánujú zorganizovať sériu troch prednášok/seminárov od témy "zdravý životný štýl" cez "zdravý pohyb vo vyššom veku" až po odbornú tému vybraného odborníka z ortopedie. Prednášky budú prístupné pre všetkých občanov, čo prispeje k zblíženiu staršej a mladšej generácie. V realizačnej časti bude podporená skupina seniorov, ktorá už niekoľko rokov pravidelne amatérsky precvičuje, tým, že dostane možnosť, na základe odporúčania odborných lektorov a špecialistov, upraviť svoj cvičiaci program a vybaviť sa jednoduchými cvičebnými pomôckami, ktoré im umožnia skvalitniť doposiaľ organizované pohybové aktivity. Existuje predpoklad, že vzdelávacia časť motivuje ďalších seniorov k pridaniu sa k cvičiacej skupine. Na záver seniori zorganizujú spoločnú túru pre všetkých občanov obce a projekt sa spoločne vyhodnotí.
328-ZPS	Technická univerzita vo Zvolene- Univerzita tretieho veku	Archeológia a seniori	1 690,00 €	Zvolen	V rámci projektu <i>Archeológia a seniori</i> si predkladatelia kladú za cieľ prostredníctvom vedného odboru archeológia Univerzity tretieho veku vo Zvolene vytvoriť kladný vzťah seniorov k histórii regiónu, ale aj Slovenska a Európy, podporiť mobilitu seniorov cielenou propagáciou Asociácie univerzít tretieho veku, prostredníctvom Letnej školy archeológie podporiť medzigeneračný prístup a v tiež propagovať Národnú kultúrnu pamiatku Pustý hrad, kde sa bude škola archeológie konať. Obsahom budú prednášky, terénne ukážky, práca v teréne, spoločné diskusie, spoločný krátky program na začiatku a na záver aktivity. Seniori sa budú môcť aktívne zúčastniť odkryvania minulosti, spoznať históriu nielen zvolenskej kotliny, ale aj súvisiacu históriu Slovenskej republiky a to všetko v spolupráci s mladými ľuďmi, študentmi, ktorí budú na Pustom hrade s rovnakým poslaním.

85 000,00 €