

RAPORT KOŃCOWY Z REALIZACJI PROJEKTU „Aktywny Senior”

Niniejszy raport końcowy podsumowuje realizację projektu „Aktywny Senior”, zrealizowanego przez Fundację Inicjatyw Prorodzinnych i Opiekuńczo-Wychowawczych „Nasze Dzieci” w okresie od 01.06.2025 do 31.12.2025 roku na terenie powiatu przasnyskiego, woj. mazowieckie. Raport sporządzono zgodnie z założeniami ewaluacji ex-ante oraz ex-post oraz z zasadami sprawozdawczości dotyczącej projektów finansowanych ze środków publicznych.

1. Informacje podstawowe o projekcie

- Tytuł zadania publicznego: Aktywny Senior
- Realizator: Fundacja Inicjatyw Prorodzinnych i Opiekuńczo-Wychowawczych „Nasze Dzieci”
- Okres realizacji: 01.06.2025 – 31.12.2025
- Miejsce realizacji: Powiat przasnyski, woj. mazowieckie (gminy wiejskie i miejsko-wiejskie) ul. St. Chełchowskiego 3 06-415 Czernice Borowe
- Liczba beneficjentów ostatecznych: 40 osób
- W tym: 30 osób 60+ oraz 10 osób w wieku 7–18 lat
- Liczba osób z niepełnosprawnościami: 7
- Liczba wolontariuszy zaangażowanych w projekt: 2 osoby

2. Diagnoza potrzeb i uzasadnienie realizacji projektu

Projekt „Aktywny Senior” powstał w odpowiedzi na zdiagnozowane potrzeby osób starszych zamieszkujących teren powiatu przasnyskiego. Według danych GUS na dzień 31.12.2023 roku powiat zamieszkiwało 52 101 mieszkańców, z czego aż 10 552 osoby (20,25%) stanowiły osoby w wieku poprodukcyjnym. W obszarze tym obserwuje się postępujące zjawisko starzenia się społeczeństwa oraz ograniczony dostęp seniorów do oferty rekreacyjnej, edukacyjnej i integracyjnej. Jednocześnie diagnoza wykazała niski poziom aktywności społecznej seniorów oraz niewystarczającą liczbę działań integrujących pokolenia.

Projekt był odpowiedzią na następujące problemy społeczne:

- samotność i izolację społeczną osób starszych,
- brak infrastruktury i oferty zajęciowej ukierunkowanej na aktywizację 60+,
- utrwalone negatywne stereotypy dotyczące starości,
- niskie kompetencje cyfrowe osób starszych,
- ograniczoną integrację międzypokoleniową oraz sensoryczną.

Realizacja projektu przyczyniła się do ograniczenia powyższych zjawisk poprzez stworzenie przestrzeni do współpracy, rozwoju i aktywnego uczestnictwa seniorów w kulturze, rekreacji i życiu społeczności lokalnej.

3. Cele projektu i stopień ich osiągnięcia

Cel główny projektu: zwiększenie uczestnictwa osób starszych we wszystkich dziedzinach życia społecznego poprzez wspieranie aktywności organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów.

Cele szczegółowe projektu obejmowały:

- budowanie pozytywnego wizerunku starości i starzenia się,
- rozwijanie kompetencji społecznych i cyfrowych wśród seniorów,
- integrację międzypokoleniową przez wspólne działania dzieci i seniorów,
- wzrost aktywności rekreacyjnej i fizycznej uczestników.

Cele projektu zostały w pełni osiągnięte, co potwierdzają rezultaty ilościowe i jakościowe uzyskane w procesie ewaluacji oraz dokumentacja fotograficzna, listy obecności i ankiety.

4. Harmonogram zrealizowanych działań

- Promocja i rekrutacja: 01.06.2025 – 31.12.2025
- Warsztaty teatralne: 12 spotkań po 4h
- Warsztaty rękodzielnicze: 12 spotkań po 4h
- Warsztaty kulinarne: 12 spotkań po 4h
- Warsztaty produktu tradycyjnego: 4 spotkania po 8h
- Warsztaty komputerowe: 12 spotkań po 3h
- Szkolenia z bezpieczeństwa seniorów: 2 sesje tematyczne
- Wycieczka krajoznawcza „Poznajemy Warmię i Mazury”: 1 wyjazd dwudniowy
- Wyjazdy rekreacyjne na basen (aqua aerobik)
- Ewaluacja ex-ante i ex-post

5. Szczegółowy przebieg działań projektowych

W trakcie trwania projektu przeprowadzono szeroki zakres działań edukacyjnych, artystycznych, rekreacyjnych i integracyjnych. Każde z działań miało określony wkład w osiąganie celów projektu.

- Warsztaty teatralne – uczestnicy rozwijali ekspresję emocjonalną, pracę z głosem oraz odwagę sceniczną. Zwieńczeniem zajęć był występ jasełkowy podczas wspólnej wigilii.
- Warsztaty rękodzielnicze – seniorzy oraz młodzież poznawali techniki rękodzielnicze (m.in. szydełkowanie, tworzenie ozdób, prace plastyczne). Zajęcia wspierały motorykę małą, koncentrację oraz wspólne spędzanie czasu.
- Warsztaty kulinarne i produktu tradycyjnego – służyły przekazaniu tradycji kulinarnych pokoleń. Finałem zajęć była wspólna wigilia, która pozwoliła na prezentację efektów.
- Warsztaty komputerowe – skupiały się na obsłudze komputera, przeglądarki, poczty elektronicznej oraz bezpiecznym korzystaniu z Internetu.
- Szkolenia z bezpieczeństwa seniorów – obejmowały tematykę zagrożeń, oszustw „na wnuczka” i „na policjanta”, bezpieczeństwo drogowe oraz podstawy pierwszej pomocy.
- Wycieczka krajoznawcza „Poznajemy Warmię i Mazury” – uczestnicy odwiedzili miejsca o charakterze historycznym i rekreacyjnym, co wpłynęło na integrację grupy. Zakwaterowani w Hotelu Azzu SPA w Kromerowie k/ Olsztyna.

- Wyjazdy rekreacyjne na pływalnię – seniorzy brali udział w zajęciach aqua aerobiku, co korzystnie wpłynęło na ich kondycję fizyczną i samopoczucie.

6. Rezultaty ilościowe

- Zrealizowano 12 warsztatów teatralnych
- Zrealizowano 12 warsztatów rękodzielniczych
- Zrealizowano 12 warsztatów kulinarnych
- Zrealizowano 4 warsztaty produktu tradycyjnego
- Zrealizowano 12 warsztatów komputerowych
- Zrealizowano 2 szkolenia z bezpieczeństwa seniorów
- Zrealizowano 1 wycieczkę krajoznawczą
- W projekcie uczestniczyło łącznie 40 osób, w tym 30 seniorów i 10 dzieci
- W projekcie uczestniczyło 7 osób z niepełnosprawnościami
- Zaangażowano 2 wolontariuszy

7. Rezultaty jakościowe

W wyniku realizacji projektu odnotowano znaczące zmiany jakościowe, obejmujące:

- wzrost aktywności społecznej i fizycznej seniorów,
- wzmocnienie więzi międzypokoleniowych,
- poprawę kompetencji cyfrowych seniorów,
- przełamywanie stereotypów dotyczących starości,
- wzrost poczucia własnej wartości i sprawczości wśród osób starszych,
- zwiększenie poczucia bezpieczeństwa w życiu codziennym.

8. Ewaluacja ex-ante i ex-post

Ewaluacja projektu została przeprowadzona w dwóch etapach:

- Ewaluacja ex-ante obejmowała przygotowanie narzędzi badawczych, ankiet oraz weryfikację założeń projektowych przed rozpoczęciem działań.
- Ewaluacja ex-post została przeprowadzona po zakończeniu projektu i obejmowała analizę skuteczności, efektywności, trwałości oraz trafności działań.

Wykorzystane metody badawcze:

- ankiety ewaluacyjne,
- analiza list obecności,
- obserwacja uczestnicząca,
- dokumentacja fotograficzna,
- konsultacje z kadrą prowadzącą.

Wyniki ewaluacji wskazały na wysoką skuteczność projektu, szczególnie w obszarze integracji pokoleń oraz wzrostu kompetencji społecznych.

9. Trwałość rezultatów i działania po projekcie

Projekt posiada trwały charakter – uczestnicy oraz organizacja deklarują kontynuację działań z seniorami po zakończeniu finansowania. Planowane jest dalsze prowadzenie warsztatów kulinarnych, rękodzielniczych, komputerowych oraz organizowanie wyjazdów do instytucji kultury. Organizacja zamierza pozyskiwać środki z dotacji gminnych, samorządowych oraz rządowych, co gwarantuje kontynuację efektów projektu.

10. Wnioski i rekomendacje

Projekt „Aktywny Senior” został zrealizowany zgodnie z harmonogramem, budżetem oraz założonymi wskaźnikami. W ocenie uczestników i kadry stanowi wzorcowe działanie w obszarze aktywizacji osób starszych. Rekomenduje się:

- zwiększenie liczby wyjazdów rekreacyjnych,
- rozszerzenie warsztatów komputerowych o moduły mobilne i bezpieczeństwo cyfrowe,
- utrzymanie stałej współpracy międzypokoleniowej wspieranej przez szkoły i KGW.

Raport sporządziła firma

KOM-PASS Marcin Komosiński

Ul. Gołymińska 15

06-300 Przasnysz

NIP 566 193 12 70

PREZES ZARZĄDU

Wojciech Tytz

FUNDACJA INICJATYW PRORODZINNYCH
I OPIEKUNCZO-WYCHOWAWCZYCH
„NASZE DZIECI”
ul. St. Chelchowskiego 3, 06-415 Czernice Borowe
NIP: 7611557149; REGON: 147123929
tel.: (23) 657 42 25, 609 024 351
e-mail: fundacja@fipiwow.pl