

Wyjazd do Buska-Zdroju okazał się niezwykle wartościowym doświadczeniem – pozwolił odkryć piękno i bogactwo miasta, a jednocześnie spędzić czas w serdecznej atmosferze, pełnej rozmów i radości. Seniorzy wrócili z

wycieczki zadowoleni, bogatsi o nowe wspomnienia i doświadczenia.

Więcej zdjęć dostępnych pod poniższym linkiem:
<https://sandomierz.caritas.pl/wpis/2781>



WOJEWÓDZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE



CARITAS
DIECEZJA SANDOMIERSKIE

otrzymał dofinansowanie od Województwa Świętokrzyskiego w ramach ogłoszonego II otwartego konkursu na wspieranie realizacji zadań publicznych z zakresu pomocy społecznej w 2025 r.

- Tytuł zadania Publicznego: **pn. „Razem po siłę”**
- Dofinansowanie na realizację zadań na rzecz osób starszych, ma na celu zmniejszenie zjawiska wykluczenia społecznego poprzez poprawę bezpieczeństwa wśród mieszkańców Województwa Świętokrzyskiego.
- Kwota dotacji zadania publicznego - **10.000,00 zł**
- Środki własne Caritas Diecezji Sandomierskiej – **2.580,00 zł**

Celem głównym przystąpienia do zadania przez Caritas Diecezji Sandomierskiej będzie zmniejszenie zjawiska wykluczenia społecznego poprzez poprawę bezpieczeństwa u osób starszych. Zwiększenie bezpieczeństwa osób starszych to ważny temat, zwłaszcza w kontekście ich zdrowia, samodzielności i ochrony przed zagrożeniami. W projekcie „Razem po siłę” przeprowadzone zostaną warsztaty/spotkania, które obejmą takie tematy jak uniknąć zagrożeń, poznać zasady ruchu drogowego, pierwszej pomocy, a także radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.

W ramach Projektu „Razem po siłę” przewidziane są następujące działania:

Działania aktywizująco-edukacyjne:

1. **Bezpieczeństwo w ruchu drogowym w ramach tego działania odbędzie się spotkanie z przedstawicielem policji**
 2. **Bezpieczeństwo w domu w ramach tego tematu odbędzie się spotkania ze strażakiem**
 3. **Bezpieczeństwo w kontaktach z obcymi, samoobrona w ramach tego tematu odbędą się spotkania w formie teoretycznej i praktycznej przeprowadzonej przez instruktora samoobrony**
 4. **Bezpieczeństwo w Internecie w ramach tego tematu odbędzie się spotkanie przeprowadzone przez Informatyka.**
 5. **Bezpieczeństwo zdrowotne w ramach tego tematu odbędzie się spotkanie przeprowadzone przez ratownika medycznego**
-
1. **Wycieczka edukacyjno- informacyjna do Buska Zdroju**

Miejscem realizacji niniejszego zadania będzie Caritas Diecezji Sandomierskiej ul. Opatowska 10, 27-600 Sandomierz – Centrum Obsługi Ruchu Turystycznego.

Grupą docelową będą osoby starsze 60+ łącznie 20 osób z terenu województwa świętokrzyskiego, gmina Sandomierz. Główna grupa docelowa to emeryci, renciści, bezrobotni **znajdujący się w trudnej sytuacji materialnej**.

Termin realizacji od 1 września do 15 grudnia 2025r.

Nabór uczestników trwa do 15 września 2025r.

Podsumowanie zadania publicznego „Razem po siłę”

Zadanie publiczne było realizowane w terminie od 01.09.2025 do 15.12.2025 r. W zadaniu wzięło udział 20 osób 60 + z terenu województwa świętokrzyskiego. Zadanie realizowane było w Caritas Diecezji Sandomierskiej ul. Opatowska 10, 27 – 600 Sandomierz.

CELEM GŁÓWNYM ZADANIA – było zmniejszenie zjawiska wykluczenia społecznego poprzez poprawę bezpieczeństwa u osób starszych zwłaszcza w kontekście ich zdrowia, samodzielności i ochrony przed zagrożeniami.

Realizacja zadania odbywała się przez udział w spotkaniach :

Bezpieczeństwo w ruchu drogowym – podczas, którego przedstawiciel policji poruszył zagadnienia dotyczące bezpieczeństwa osób starszych na drodze: jako pieszy, rowerzysta, pasażer, a także poruszanie się po zmroku.

Każdy uczestnik otrzymał gadżety z elementami odblaskowymi, które zwiększą bezpieczeństwo na drogach.

Bezpieczeństwo w domu - spotkanie ze strażakiem, który przedstawił kwestie dotyczące zapobiegania pożarom i wypadkom w domu, zatruciu czadem, bezpieczeństwo instalacji elektrycznej, gazowej i zasad postępowania w przypadku włamania.

Uczestnicy otrzymali czujki dymu, aby zapobiec zaccadzeniu w miejscu zamieszkania.

Bezpieczeństwo w kontaktach z obcymi, samoobrona – przeprowadzono 3

spotkania z instruktorem samoobrony w formie teoretycznej i praktycznej. Uczestnicy dowiedzieli się jak rozpoznawać zagrożenia i unikać niebezpiecznych sytuacji, a także technik radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia. Mieli okazję ćwiczeń z zakresu samoobrony w przypadku napaści.

Uczestnicy otrzymali gwizdki alarmujące, aby w chwili zagrożenia zaalarmować otoczenie .

Bezpieczeństwo w internecie – informatyk podczas spotkania poruszył kwestię ochrony danych osobowych, rozpoznawania oszustwa internetowego, bezpiecznego korzystania z mediów społecznościowych i robienia zakupów online.

Bezpieczeństwo zdrowotne – odbyło się spotkanie z ratownikiem medycznym w formie teoretycznej i praktycznej. Dotyczące podstawowych zasad pierwszej pomocy , postępowania w przypadku omdlenia, zawału serca, udaru i opatrywania ran.

Każdy z uczestników otrzymał ciśnieniomierz nadgrastkowy co pozwoli kontrolować ciśnienie.

Uczestnicy wybrali się, również na wycieczkę edukacyjno – informacyjną do Buska Zdroju, gdzie poznali miejsca uzdrowiskowe Park Zdrojowy, Tężnię Solankową, a także odwiedzili Sanatorium Marconi i Galerie Polonia, gdzie obejrzeli wystawę Kornela Arciszewskiego. Na koniec wycieczki uczestnicy zjedli ciepły posiłek i ruszyli w drogę powrotną.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom za udział i zaangażowanie w spotkaniach, realizatorom i prowadzącym.