



Wsparcie osób ze szczególnymi potrzebami i ich opiekunów

# 20

Klub świadomego\_ej  
opiekuna\_ki

Pakiety wdrożeniowe innowacji społecznych zostały przygotowane w ramach projektu „Innowacje w samorządzie” realizowanego przez Fundację Fundusz Współpracy.



Pakiet wdrożeniowy **Klub świadomego\_ej opiekuna\_ki** został opracowany na podstawie innowacji społecznej stworzonej w ramach inkubatora Generator Innowacji. Sieci Wsparcia



Niniejszy materiał opublikowany jest na licencji CC BY 4.0 (Creative Commons-Uznanie autorstwa-4.0 Międzynarodowe (CC BY 4.0)). Szczegóły licencji znajdziesz pod adresem: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pl>

Projekt realizowany w ramach programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus.



**Autorzy innowacji:**

Podkarpackie Stowarzyszenie Pomocy Osobom  
z Chorobą Alzheimerera

**Autorzy pakietu wdrożeniowego:**

# FUTURI

- Natalia Kacprzyk
- Łukasz Szczęsny
- Karolina Michałkowska
- Mateusz Maik
- Katarzyna Trzaska
- Maria Garus

**Skład dokumentu:**

- Magda Ociepka-Maik

# Spis treści

<b>01 Charakterystyka innowacji</b>	<b>5</b>
<hr/>	
1. Czym jest innowacja i jaki problem rozwiązuje?	6
2. Jakie jednostki mogą wdrażać innowacje?	13
3. Do jakich odbiorców jest kierowana innowacja?	15
4. Na czym polega wyjątkowość tego rozwiązania?	17
5. Co możecie zyskać wdrażając innowację?	18
6. Dlaczego Wasi odbiorcy będą zainteresowani innowacją?	19
<b>02 Instrukcja wdrożenia</b>	<b>21</b>
<hr/>	
1. Na czym będzie polegało wdrożenie?	22
2. Jakich zasobów potrzebujecie do wdrożenia?	23
3. Jak przeprowadzić wdrożenie krok po kroku?	26
4. Na jakie potencjalne ryzyka należy uważać?	38
5. Harmonogram prac	40
6. Ramowy budżet wdrożenia innowacji	42
<b>03 Lista załączników i źródeł</b>	<b>46</b>
<hr/>	
1. Lista załączników	47
2. Źródła	48

# 01

## Charakterystyka innowacji



# 1. Czym jest innowacja i jaki problem rozwiązuje?

## Czym jest rozwiązanie?

Model organizacyjny do tworzenia lokalnej sieci wsparcia. Klub Świadomego\_ej Opiekuna\_ki (KŚO) ma na celu odciążenie opiekunów osób starszych, dzięki ofercie grupowych, czterogodzinnych zajęć terapeutycznych dla osób starszych prowadzonych przy wsparciu wolontariuszy 50+.

Poza uzyskaniem opieki wytchnieniowej, opiekunowie mogą uczestniczyć w przygotowanych dla nich warsztatach edukacyjno--integracyjnych i tworzyć własne sieci wsparcia.

## Na jaki problem odpowiada?

Innowacja odpowiada na problem izolacji i ograniczonej aktywizacji osób starszych wymagających pomocy w codziennym funkcjonowaniu oraz osamotnienia ich opiekunów, którzy często nie mają dostępu do praktycznych form wsparcia. Proponuje rozwiązanie systemowe, które łączy terapię, edukację i wolontariat.



## Do kogo jest kierowana?



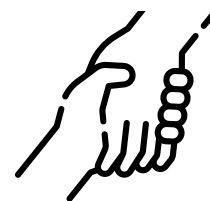
### **Opiekunowie\_ki osób starszych**

którzy szukają wy-  
tchnienia, prak-  
tycznej wiedzy oraz  
integracji z innymi  
opiekunami w po-  
dobnej sytuacji



### **Osoby starsze**

które zmagają się  
z zespołem chorób  
otępiennych, w tym  
z chorobą Alzheim-  
era, potrzebują za-  
równo całodobowej  
opieki, jak i akty-  
wizacji i kontaktu  
z otoczeniem



### **Wolontariusze\_ki 50+**

którzy chcą anga-  
żować się społecz-  
nie, zdobywać nowe  
kompetencje i czuć się  
przydatni

## Kto może wdrażać?



### **Jednostki samo- rządu terytorial- nego**

które chcą rozwi-  
jać lokalne usługi  
społeczne odpowia-  
dające na wyzwanie  
starzejącego się  
społeczeństwa



### **Centra Usług Społecznych i Ośrodki Pomocy Spo- łecznej**

które chcą rozwijać  
systemowe rozwią-  
zania usług opiekuń-  
czych



### **Dzienne domy po- mocy, domy senior+ i kluby senior+, placówki wsparcia dziennego i placów- ki opieki wytchnie- niowej**

które dysponują kadłą,  
przestrzenią i doświad-  
czeniem, a dzięki  
innowacji poszerzają  
zakres działań o opiekę  
wytchnieniową i inte-  
grację rodzin

## Jakie są najważniejsze funkcje?

- Odciążenie grupy opiekunów\_ek, co umożliwia regenerację psychiczną i fizyczną, realizację innych ról społecznych (rodziny i zawodowych).
- Umożliwienie osobom starszym uczestnictwa w różnych formach terapii opóźniających procesy otępienne i poprawiających codzienne funkcjonowanie.
- Wzmacnianie integracji społecznej, co rozwija kompetencje wszystkich uczestników i sprzyja tworzeniu poczucia przynależności.
- Tworzenie lokalnych sieci wsparcia, które opierają się na współpracy różnych grup mieszkańców.

## Jak działa innowacja?



### **Osoby starsze wymagające wsparcia w codziennym funkcjonowaniu**

Uczestniczą w czterogodzinnych zajęciach terapeutycznych w małych grupach (6-8 osób), obejmujących arteterapię, muzykoterapię, treningi poznawcze, terapię reminiscencyjną czy elementy ruchowe.



### **Opiekunowie\_ki osób starszych**

W czasie zajęć podopiecznych biorą udział w warsztatach edukacyjnych, grupach wsparcia, wydarzeniach integracyjnych i konsultacjach indywidualnych. Zyskują wiedzę o opiece, przestrzeń do wymiany doświadczeń oraz chwilę wytchnienia.



### **Wolontariusze 50+**

Angażują się w działania Klub Świadomego\_ej Opiekuna\_ki (KŚO), wspierając terapeutów i podopiecznych. Korzystają ze szkoleń przygotowujących do roli, zdobywają nowe kompetencje społeczne. Ich obecność wzmacnia poczucie wspólnoty i solidarności, a oni sami doświadczają satysfakcji i aktywności społecznej.

## Jak wygląda przestrzeń?

Spotkania odbywają się w miejscu łatwo dostępnym dla seniorów i ich opiekunów. Najlepiej w siedzibie instytucji lokalnej (np. w świetlicy gminnej, w bibliotece, w domu kultury, w klubie seniora). Przestrzeń powinna być podzielona na dwie strefy: terapeutyczną dla osób starszych oraz edukacyjno-warsztatową dla opiekunów, aby obie grupy mogły równolegle uczestniczyć w zajęciach.

Całość powinna być przyjazna, w miarę możliwości domowa i bezpieczna, sprzyjająca budowaniu wspólnoty i integracji. Przestrzeń nie powinna posiadać barier architektonicznych i powinna być dostosowana do potrzeb osób z ograniczoną mobilnością.

W miejscu realizacji zajęć zarówno seniorzy, jak i ich opiekunowie powinni czuć się komfortowo. Pomieszczenia muszą posiadać łatwy dostęp do sanitariatów (również dostępnych dla osób z niepełnosprawnościami).



Na zdjęciu grupa starszych osób jedzących śniadanie przy stole.

## Dlaczego to działa?

- Tworzy poczucie wspólnoty – łączy osoby starsze, ich opiekunów oraz wolontariuszy 50+, budując sieć solidarności i współpracy międzypokoleniowej.
- Dostarcza gotowych narzędzi – zawiera scenariusze zajęć, procedury pracy z chorymi i opiekunami oraz wzory dokumentów, które ułatwiają szybkie wdrożenie rozwiązania w dowolnej instytucji.
- Wykorzystuje lokalne zasoby – angażuje istniejące instytucje, takie jak kluby seniora, CUS/OPS czy organizacje pozarządowe oraz wolontariuszy 50+, bez potrzeby kosztownej infrastruktury.
- Wpisuje się w strategię lokalne – wspiera polityki senioralne i społeczne samorządów, odpowiadając na wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa.
- Trwałe i skalowalne – bazuje na prostych procedurach, powtarzalnych działaniach i współpracy wielu podmiotów, dzięki czemu może być rozwijane w kolejnych gminach i społecznościach.

## Jak może wyglądać przykładowy program/oferta?

Przykładowy program Klubu Świadomego\_ej Opiekuna\_ki może obejmować cykliczne działania skierowane równoległe do osób starszych, ich opiekunów oraz wolontariuszy 50+. JST mogą dostosować częstotliwość i zakres zajęć do lokalnych potrzeb i zasobów, jednak ważne jest, aby zachować równowagę pomiędzy wsparciem chorych i ich opiekunów.

Rekomendowany program zakłada realizację zajęć terapeutycznych i opieki wytchnieniowej dla dwóch równoległych grup (łącznie 12 osób objętych opieką oraz 12 opiekunów).



### Przykład programu 6-miesięcznego

- **dwa razy w tygodniu czterogodzinne zajęcia terapeutyczne** — w małych grupach (od 6 do 8 osób) dla osób starszych, w trakcie programu można zrealizować zajęcia z zakresu m.in. arteterapii,

muzykoterapii, treningi poznawcze, terapię reminiscencyjną, elementy ruchowe

- **równoległe warsztaty i grupy wsparcia dla opiekunów** — np. z tematyki radzenie sobie ze stresem, organizacji opieki, komunikacji z osobą chorą
- **raz na dwa miesiące wydarzenie integracyjno-wytchnieniowe** — dla opiekunów i podopiecznych (np. wyjazd, wspólna aktywność)
- **cykliczne szkolenia i spotkania metodyczne dla wolontariuszy 50+** — obejmujące przygotowanie do pracy z osobami wymagającymi opieki oraz wymianę doświadczeń
- **zajęcia zindywidualizowane dla opiekunów** — np. spotkania z metodykiem w odpowiedzi na potrzeby poszczególnych opiekunów; spotkania mają na celu budowanie indywidualnych sieci wsparcia i odbywają się poza klubem, np. w miejscu zamieszkania opiekuna
- **punkt informacyjny i konsultacyjny dla opiekunów** — dostępny w ustalonych godzinach, oferujący wsparcie indywidualne i poradnictwo (np. psychologiczne)

Taki zestaw działań tworzy spójną ofertę, którą można łatwo komunikować mieszkańcom i partnerom lokalnym, a jednocześnie daje JST elastyczność w doborze form i skali wsparcia.

## 2. Jakie jednostki mogą wdrażać innowacje?

W ramach grantów innowacje mogą być wdrażane przez Jednostki Samorządu Terytorialnego oraz ich jednostki organizacyjne. Jednak innowacje mogą być także wdrażane poza grantem w ramach własnych zasobów. W takim przypadku nie ma ograniczeń i istnieje możliwość samodzielnego wykorzystania dostępnych materiałów. Dodatkowo wyłoniono także możliwych partnerów lokalnych, którzy mogą stanowić istotne wsparcie podczas wdrażania innowacji.

### Jednostki Samorządu Terytorialnego (JST) i jednostki organizacyjne JST

#### 1. Wydziały ds. polityki społecznej i zdrowia

Mogą wdrażać program jako narzędzie wspierania rodzin opiekujących się osobami starszymi oraz rozwijania lokalnych usług opiekuńczych i wytchnieniowych.

#### 2. Centra Usług Społecznych i Ośrodki Pomocy Społecznej

Koordynują działania, prowadzą rekrutację uczestników i mogą włączyć innowację do katalogu usług społecznych dla mieszkańców.

#### 3. Wydziały ds. polityki senioralnej

Uwzględniają usługę w politykach senioralnych jako stałą formę wsparcia osób starszych i ich opiekunów.

#### 4. Kluby seniora, dzienne domy pobytu i inne środowiskowe podmioty zapewniające opiekę nad osobami starszymi

Dysponują przestrzenią i kadrami, która może realizować program w oparciu o gotowe procedury, poszerzając swoją ofertę o element opieki wytchnieniowej.

## Potencjalni partnerzy lokalni

### 1. **Organizacje pozarządowe**

Specjalizujące się w pracy z osobami starszymi wymagającymi opieki (np. z chorobą Alzheimera) i ich rodzinami, które mogą prowadzić zajęcia, szkolenia i grupy wsparcia.

### 2. **Parafie i wspólnoty lokalne**

Wspierają rekrutację uczestników i mogą udostępniać przestrzeń na spotkania.

### 3. **Uniwersytety trzeciego wieku i kluby seniora** Mogą kierować wolontariuszy 50+ do udziału w innowacji.

### 4. **Spółdzielnie socjalne i inicjatywy sąsiedzkie**

Pomagają w organizacji zajęć i zapewnieniu bieżącego wsparcia rodzinom opiekującym się osobami starszymi.

### 5. **Partnerzy prywatni (firmy lokalne, sponsorzy)** Wspierają innowację rzeczowo lub inansowo, np. poprzez wypożyczenie sal czy materiały dla uczestników.

## 3. Do jakich odbiorców jest kierowana innowacja?

Jednym z istotniejszych zadań podczas wdrażania innowacji jest precyzyjne określenie grupy odbiorców. Pozwala to na lepsze zarządzanie wdrożeniem i realizacją zadań, a także bardziej precyzyjne działania komunikacyjne i rekrutacyjne.



### Osoby starsze wymagające wsparcia w codziennym funkcjonowaniu

- Osoby 60+ zmagające się z chorobami otępiennymi, np. chorobą Alzheimera lub innymi ograniczeniami.
- Osoby prowadzące wcześniej aktywny, towarzyski tryb życia.
- Potrzebują całodobowej opieki ze strony innych osób.
- Potrzebują regularnej aktywizacji i podtrzymywania samodzielności oraz towarzystwa innych ludzi.
- Potrzebują uczestnictwa w różnych formach terapii, które opóźniają procesy otępienne i poprawiają codzienne funkcjonowanie.



### Opiekunowie\_ki osób starszych (z zespołem chorób otępiennych, w tym z chorobą Alzheimera)

- Na co dzień mierzą się z dużym obciążeniem emocjonalnym i fizycznym (często 24 godziny na dobę).
- Potrzebują chwili wytchnienia i możliwości podzielenia się doświadczeniami w gronie innych opiekunów.
- Szukają praktycznej wiedzy, jak lepiej opiekować się osobą chorą i jak zadbać o siebie.
- Potrzebują wiedzy o chorobach otępiennych i możliwościach wsparcia osoby chorej oraz jej samej w roli opiekuna (np. o dostępnych usługach społecznych, środowiskowych, zdrowotnych).
- Często poza rolą opiekuna pełnią inne role społeczne i zawodowe (np. posiadają swoje rodziny, obowiązki zawodowe).



## Wolontariusze\_ki 50+

- Chcą aktywnie angażować się społecznie i dzielić doświadczeniem życiowym.
- Poszukują możliwości rozwijania nowych kompetencji.
- Empatyczni, tolerancyjni i pozytywnie nastawieni do ludzi.
- Chcą czuć się potrzebni i uczestniczyć w działaniach lokalnych.
- Posiadają talenty artystyczne, muzyczne, manualne, którymi mogą się dzielić.

## 4. Na czym polega wyjątkowość tego rozwiązania?

Warto mieć świadomość, na czym polega wyjątkowość tego rozwiązania, i dbać o to, aby te aspekty nie umknęły w gąszczu zadań i terminów.

### Nowe podejście do opieki wytchnieniowej

Innowacja łączy równoległe zajęcia dla osób starszych i wsparcie dla ich opiekunów, co pozwala wspierać obie grupy jednocześnie, a nie tylko jedną stronę relacji.

### Budowanie sieci wsparcia

W centrum działań znajdują się także wolontariusze 50+, którzy wspierają chorych i opiekunów. Wzajemne relacje wszystkich uczestników tworzą międzypokoleniową wspólnotę opartą na solidarności i współpracy.

### Wykorzystanie lokalnego potencjału

Program opiera się na już działających instytucjach i osobach, które chcą angażować się społecznie, przez co umożliwia wykorzystanie już istniejącej energii.

### Odpowiedź na wyzwania społeczne

Inicjatywa wpisuje się w potrzeby związane ze starzeniem się społeczeństwa i brakiem systemowych usług wytchnieniowych, oferując kompleksowe i praktyczne wsparcie rodzin.

## 5. Co możecie zyskać wdrażając innowację?

Wdrożona innowacja może służyć rozwiązaniu konkretnego problemu gminy, ale także wpisywać się w szereg innych zadań i celów. Poniżej znajdują się korzyści dla gmin wdrażających.

### Integracja społeczności lokalnej

Samorząd wzmacnia więzi między osobami starszymi, ich opiekunami i wolontariuszami 50+, tworząc trwałą sieć solidarności i współpracy międzypokoleniowej.

### Rozszerzenie oferty usług społecznych

Samorząd zyskuje nową formę opieki wytchnieniowej, odpowiadając na potrzeby starzejącego się społeczeństwa i wspierając rodziny, które do tej pory często pozostawały bez realnej pomocy.

### Wzmocnienie polityki senioralnej

Innowacja uzupełnia lokalne strategie senioralne i zdrowotne, pozwalając skuteczniej odpowiadać na problemy izolacji, przeciążenia opiekunów i braku aktywizacji osób starszych objętych opieką.

### Rozwój wolontariatu i aktywności obywatelskiej

Projekt mobilizuje mieszkańców 50+ do działań społecznych, dzięki czemu samorząd buduje zasoby ludzkie i angażuje grupę, która często bywa nieaktywna zawodowo, ale gotowa do działania.

### Wizerunek nowoczesnego i odpowiedzialnego samorządu

JST pokazuje się jako instytucja innowacyjna i społecznie wrażliwa, potrafiąca odpowiadać na wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa i potrzebą opieki wytchnieniowej.

### Niskie koszty wdrożenia i łatwość replikacji

Rozwiązanie opiera się na istniejących zasobach instytucjonalnych i gotowych narzędziach, dzięki czemu można je wdrożyć nawet w gminach o ograniczonym budżecie i powielić w innych lokalizacjach.

## 6. Dlaczego Wasi odbiorcy będą zainteresowani innowacją?

Podczas rekrutacji odbiorców do projektu ważne jest, aby mówić do nich językiem ich korzyści. Dzięki temu będą w stanie zrozumieć, czego mogą się spodziewać po uczestnictwie, i zobaczyć, jak wpłynie to na ich życie.

Poniżej znajdziesz główne korzyści, które możesz przywołać, pozyskując różne grupy odbiorców dla wdrażanej innowacji.



### Osoby starsze wymagające wsparcia w codziennym funkcjonowaniu

- Regularna aktywizacja w małych grupach, dostosowana do ich możliwości.
- Zajęcia terapeutyczne poprawiające pamięć, samopoczucie i poczucie bezpieczeństwa.
- Kontakty społeczne, które zmniejszają izolację i poczucie samotności.
- Możliwość dłuższego utrzymania samodzielności w codziennym funkcjonowaniu.



### Opiekunowie\_ki osób starszych

- Czas wytchnienia, gdy podopieczni są objęci bezpieczną opieką.
- Praktyczna wiedza i umiejętności potrzebne do codziennej opieki.
- Dostęp do grup wsparcia i wymiany doświadczeń z innymi opiekunami.
- Poczucie, że nie są sami ze swoimi wyzwaniami i mogą liczyć na sieć pomocy.



### **Wolontariusze\_ki 50+**

- Szansa na aktywność społeczną i poczucie bycia potrzebnym.
- Możliwość zdobycia nowych kompetencji i wiedzy o opiece nad osobami starszymi.
- Budowanie relacji międzypokoleniowych i więzi lokalnych.
- Satysfakcja z uczestniczenia w inicjatywie przynoszącej realne korzyści społeczności.

# 02

## Instrukcja wdrożenia



# 1. Na czym będzie polegało wdrożenie?

Innowacja została podzielona na 5 etapów. Dodatkowo wyłonione zostały działania, które powinny zostać zrealizowane w trakcie realizacji grantu (etapy 1 i 2). Etapy 3 i 4 pozwalają rozwijać innowację, jednak nie są wymagane do rozliczenia grantu.

## Przed napisaniem wniosku o grant



### **Rozpoznanie (2-3 miesiące)**

Wybór operatora w JST. Zweryfikowanie z potencjalnymi partnerami możliwości współpracy. Sprawdzenie dostępności przestrzeni lokalowych. Diagnoza potrzeb osób starszych i ich opiekunów.

## Realizacja grantu



### **Przygotowanie (5 miesięcy)**

Zrekrutowanie i przeszkolenie zespołu merytorycznego i wolontariuszy. Zrekrutowanie uczestników działania.



### **Uruchomienie (6 miesięcy)**

Prowadzenie regularnych zajęć terapeutycznych, warsztatów edukacyjnych, konsultacji indywidualnych i grup wsparcia.

## Rozwój rozwiązania po rozliczeniu grantu



### **Monitoring (6-12 miesięcy)**

Zebranie wniosków i sformułowanie rekomendacji do dalszego rozwijania innowacji w kolejnych cyklach i lokalizacjach.



### **Skalowanie (12 miesięcy)**

Pomoc w stworzeniu autonomicznej sieci wsparcia. Pozyskanie źródeł finansowania. Zwiększenie zasięgu lub skali działania.

## 2. Jakich zasobów potrzebujecie do wdrożenia?

Do wdrożenia będziesz potrzebować różnego rodzaju zasobów, które zostały podzielone na kilka kategorii.

Zasoby ludzkie porządkują, jakie role są potrzebne do przeprowadzenia rozwiązania, i prawdopodobnie będą wymagały stworzenia nowych stanowisk pracy.

Zasoby organizacyjne wyznaczają listę działań, o które należy zadbać w ramach własnej organizacji.

Zasoby infrastruktury i sprzętu obejmują niezbędne urządzenia, narzędzia, technologie oraz wyposażenie przestrzeni, które umożliwiają realizację projektu.

Zasoby informacyjne porządkują, o jakiego rodzaju informacje warto zadbać podczas realizacji innowacji.

Zasoby przestrzenne wskazują na to, jakiego rodzaju przestrzeń będzie konieczna do wdrożenia innowacji.

### Zasoby ludzkie



- **specjalista ds. organizacji działań** — odpowiedzialny za rekrutację zespołu merytorycznego, przygotowanie programu i harmonogram działań, przygotowanie i wdrożenie procedur i wzorów dokumentacji, zbieranie i przechowywanie dokumentacji, współpracę z terapeutami i edukatorami, budowanie partnerstw, monitoring jakości wsparcia i podejmowanie działań naprawczych
- **terapeuta zajęciowy** — posiadający wykształcenie i doświadczenie przydatne w pracy z osobami chorymi na demencję, w tym chorobę Alzheimera; powinien posiadać kwalifikacje min. szkoły policealnej w zawodach terapeuta lub opiekun medyczny (jeśli ich nie posiada, dopuszczalne jest przygotowanie pedagogiczne, wsparte doświadczeniem w opiece nad osobami

więcej na następnej stronie ↓

zmagającymi się z otępieniem) oraz gotowość do samokształcenia.

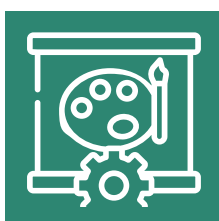
- **metodyk ds. opiekunów osób starszych i budowania sieci wsparcia** — nadzoruje proces grupowy i przeprowadza zajęcia z opiekunami, prowadzi grupy wsparcia i spotkania indywidualne, obserwuje postępy i wspiera integrację wszystkich uczestników, aby tworzyć trwałą sieć wsparcia
- **metodyk ds. współpracy z wolontariatem** — posiadający doświadczenie w organizacji wolontariatu, w tym doświadczenie w realizacji zadań projektowych i sprawozdawczych
- **lekarz współpracujący** — szczególnie przy rekrutacji uczestników (osób starszych); pożądane specjalizacje to: neurologia, medycyna rodzinna, geriatryka lub choroby wewnętrzne
- **trenerzy i edukatorzy prowadzący warsztaty tematyczne i szkolenia dla opiekunów i wolontariuszy** — np. z zakresu przebiegu chorób otępiennych i choroby Alzheimera, dbania o dobrostan i inne wynikające z zapotrzebowania uczestników
- **wolontariusze 50+** — wspierający seniorów i opiekunów podczas zajęć i wydarzeń

## Zasoby organizacyjne



- **koordynacja projektu** — zarządzanie całością wdrożenia i komunikacją z partnerami
- **komunikacja i informacja** — prowadzenie działań promocyjnych online i offline
- **osoba odpowiedzialna za bezpieczeństwo i BHP (przeszkolony pracownik JST lub partner)** — pomaga w tworzeniu regulaminów w kwestiach dotyczących bezpieczeństwa i przepisów BHP oraz weryfikuje zgodność z przepisami przygotowanej przestrzeni
- **obsługa księgową** — rozliczenie
- **obsługa prawna** — zadbanie o wymogi formalne

## Zasoby infrastruktury i sprzętu



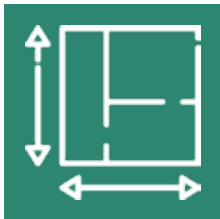
- materiały dydaktyczne i terapeutyczne oraz karty pracy
- drobne wyposażenia sal – jeżeli aktualne wyposażenie nie będzie wystarczające do realizacji usługi (np. sprzęt multimedialny typu rzutnik, drobny sprzęt sportowy np. kijki do nordic-walking, taśmy gumowe, maty, zakup tekstyliów np. koce, poduszki, inne)

## Zasoby informacyjne



- regulamin prowadzenia KŚO wraz z deklaracjami uczestnictwa
- scenariusze zajęć terapeutycznych dla seniorów oraz warsztatów i grup wsparcia dla opiekunów
- poradniki dla terapeutów, metodyków i wolontariuszy zawierające wskazówki do pracy z osobami starszymi objętymi opieką
- procedury tworzenia i prowadzenia wolontariatu 50+ wraz ze wzorami dokumentów: list obecności, zgód RODO, kwestionariuszy monitoringu, raportów okresowych
- materiały związane z kampanią rekrutacyjną uczestników – materiały graficzne, strona lub podstrona www, druk plakatów i ulotek

## Zasoby przestrzenne



- **sala do pracy z 6-8 osobową grupą osób starszych** — (wymogi zbliżone do dziennego ośrodka wsparcia) sala powinna być wyposażona w stoły, krzesła, kanapę, szafkę na materiały do terapii zajęciowej oraz w niezbędny sprzęt audiowizualny (rzutnik, laptop, sieć internetowa); powinna dawać możliwość wydzielenia części na potrzeby indywidualnego wypoczynku dla chorego (który potrzebuje odpoczynku) oraz prowadzenia zindywidualizowanych zajęć wymagających zróżnicowania ze względu na poziom trudności (może to być wydzielona przestrzeń lub oddzielne pomieszczenie)
- **sala szkoleniowa dla opiekunów i wolontariuszy** — miejsce może być przeznaczone również na cele administracyjne oraz na spotkania grup wsparcia i indywidualne spotkania z opiekunami w toku budowania ich sieci wsparcia

Obie sale powinny posiadać swobodny dostęp do sanitariatów (również dostosowanych do potrzeb osób z niepełnosprawnościami)

**Ważne:** Pomieszczenia, w których realizowana będzie usługa, nie powinny posiadać barier architektonicznych. Koszty przeprowadzenia modernizacji lub remontu nie są kwalifikowalne w ramach projektu!

## 3. Jak przeprowadzić wdrożenie krok po kroku?

Poniżej znajduje się szczegółowy opis propozycji działań, które warto zrealizować, aby skutecznie wdrożyć innowację. Niektóre z nich są opcjonalne (na kolorowym tle), a więc takie, które zwiększają jakość innowacji, jednak pominięcie ich nie wpłynie negatywnie na wdrożenie rozwiązania.

### Przed napisaniem wniosku o grant

#### Etap 0 Rozpoznanie

##### 1. Wybierz operatora w JST

Wskaż, jaka jednostka będzie odpowiedzialna za wdrożenie. Nawiąż współpracę z partnerami i ustal ich zakres zaangażowania.

##### 2. Znajdź odpowiednią przestrzeń dla KŚO

Znajdź przestrzeń w instytucjach lokalnych, która posiada sale umożliwiające równoległe prowadzenie zajęć terapeutycznych dla osób starszych oraz zajęć edukacyjno-warsztatowych dla ich opiekunów. Pamiętaj, że przestrzeń nie może posiadać barier architektonicznych oraz powinna pozwalać na wyciszenie i dawać poczucie prywatności.

##### 3. Zidentyfikuj partnerów wdrożenia i ich role

Przygotuj listę instytucji, które mogą wesprzeć wdrożenie: CUS/OPS (dotarcie do opiekunów), klub seniora (przestrzeń i kadry), UTW/parafie (promocja, wolontariat 50+), organizacje pozarządowe (kadra merytoryczna).

#### Chcesz więcej? (opcjonalnie)

Zrób spotkania z przedstawicielami partnerów, aby określić, kto najlepiej nadaje się do poszczególnych zadań.

#### **4. Rozpoznaj potrzeby opiekunów i osób starszych wymagających wsparcia**

Porozmawiaj z potencjalnymi partnerami oraz innymi osobami mającymi kontakt z osobami starszymi i ich opiekunami. Określ liczbę potencjalnych uczestników oraz ich potencjalne obawy i oczekiwania odnośnie do zajęć, preferowanych godzin, barier udziału, transportu.

##### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Po rozmowach zobacz, w jakim rejonie gminy jest największa potrzeba wdrożenia usługi oraz potencjał do zaangażowania wolontariuszy. Może to pomóc w wyborze lokalizacji zajęć, a co za tym idzie, skrócić i ułatwić ewentualny transport uczestników.

#### **5. Sprawdź dostępność specjalistów i wolontariuszy**

Zrób listę osób, które będą potrzebne podczas wdrożenia (terapeuta zajęciowy dla osób zależnych, trenerzy/edukatorzy dla opiekunów, wolontariusze 50+) oraz sprawdź ich dostępność.

##### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Skorzystaj z wiedzy i poleceń potencjalnych partnerów lub zapytaj kilku opiekunów, czy kogoś polecają lub co byłoby dla nich istotne przy współpracy z takimi osobami jak terapeuta zajęciowy.

#### **6. Przygotuj pakiet startowy**

Opracuj wstępny harmonogram i wskaźniki działań, czyli co chcesz zrobić i co osiągnąć w okresie grantu. Weź pod uwagę m.in. liczbę osób starszych i opiekunów, częstotliwość spotkań i ich czas trwania (np. dwie grupy 6 osób starszych i 6 opiekunów po 4 godziny zegarowe raz w tygodniu). Zaplanuj proces rekrutacji. Wskaż specjalistę ds. organizacji działań po stronie JST.

## Realizacja grantu

### Etap 01 Przygotowanie

#### 1. Zrekrutuj zespół merytoryczny

Zatrudnij terapeutę zajęciowego oraz metodyka ds. opiekunów osób starszych i budowania sieci wsparcia oraz metodyka ds. współpracy z wolontariatem, edukatorów/trenerów, którzy będą prowadzić spotkania i warsztaty. Terapeuta zajęciowy powinien umieć wykorzystać potencjał tkwiący zarówno w osobach chorych, jak i w grupie wolontariuszy. Określ zakres zadań każdego członka zespołu.

#### Chcesz więcej? (opcjonalnie)

Przygotuj prosty regulamin pracy zespołu i ustal regularne spotkania organizacyjne, np. co dwa tygodnie.

#### 2. Zrekrutuj wolontariuszy 50+ i zorganizuj szkolenie

Odwiedź lokalne UTW, kluby seniora, koła gospodyń wiejskich, domy kultury. Opowiedz o innowacji, wywieś ogłoszenia, zostaw ulotki. Przeprowadź rozmowy indywidualne z potencjalnymi wolontariuszami, gdzie określicie ich cechy, dyspozycyjność, sytuację zdrowotną i potrzeby. Następnie zorganizuj szkolenie merytoryczne z zakresu chorób otępiennych oraz z zakresu obowiązków i praw wolontariuszy. Potrzebne dokumenty do podpisania oraz scenariusze szkoleń znajdziesz w materiałach Innowacji.

#### 3. Stwórz zespół rekrutacyjny i opracuj plan rekrutacji

Powołaj zespół rekrutacyjny, który będzie składał się z terapeuty zajęciowego, wolontariuszy i lekarza. Na wstępie należy przeprowadzić wywiady środowiskowe, m.in. w OPS-ach, klubach seniora, samorządowych radach osiedli, UTW, lokalnej grupie wsparcia dla opiekunów (NGO) oraz wejść w bezpośredni kontakt z osobami

zainteresowanymi udziałem w zajęciach KŚO. Zespół rekrutacyjny musi posiadać specjalistyczną wiedzę na temat choroby i złożonej sytuacji opiekunów osób starszych wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu. Przygotuj informacje dla wolontariuszy, osób starszych oraz ich opiekunów i rodzin, które pomogą w procesie rekrutacji i rozpowszechniania informacji o usłudze wśród mieszkańców. Opis metodyki rekrutacji znajdziesz w Załączniku: „Procedury zakładania i prowadzenia KŚO”.

#### **4. Zadbaj o formalności i bezpieczeństwo**

Przygotuj potrzebne regulaminy, zgody RODO, procedury bezpieczeństwa, zasady pracy wolontariuszy – możesz posłużyć się opracowanymi w ramach innowacji procedurami KŚO. Pamiętaj, że w trakcie wdrażania usługi odpowiadacie za uczestników od czasu odebrania ich z domu do odwiezienia z powrotem. Nie zapomnij o zapewnieniu niezbędnego transportu oraz ubezpieczeniu uczestników od nieszczęśliwych wypadków i odpowiedzialności cywilnej.

#### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Zorganizuj szkolenie z pierwszej pomocy przedmedycznej dla wolontariuszy i opiekunów.

#### **5. Zrekrutuj opiekunów i osoby starsze**

Opowiedz o innowacji w przychodni, wśród znajomych i sąsiadów, zostawcie informacje w aptekach, urzędzie gmin, bibliotekach i w innych miejscach, tam, gdzie przychodzą potencjalni odbiorcy innowacji. Zorganizuj spotkanie rekrutacyjne, na którym opowiecie o innowacji, o tym, co mogą zyskać opiekunowie i osoby wymagające wsparcia. Wskazane jest, aby w spotkaniu rekrutacyjnym uczestniczyli m.in. terapeuta, lekarz, np. neurolog (w zależności od możliwości organizacyjnych), i 1-2 wolontariuszy. Przeprowadź rozmowy z zainteresowanymi rodzinami na temat

potrzeb opiekuna oraz osoby starszej. Kwalifikacja przez zespół rekrutacyjny ma zapewnić właściwe dobranie uczestników i dopasowanie działań do indywidualnych potrzeb jej użytkowników.

Poproś osoby starsze oraz opiekunów o wypełnienie formularzy oraz kwestionariuszy, które znajdziesz w materiałach innowacji. Pamiętaj, że innowacja zakłada opiekę nad chorym będącym na wczesnym etapie choroby.

Podczas spotkania rekrutacyjnego terapeutka i wolontariusze opiekują się i rozmawiają z osobami starszymi, a przy tym obserwują je pod kątem możliwości udziału w zajęciach i adaptacji w grupie. Rozmowy z chorymi mogą odbyć się w obecności ich opiekunów (potrzebne jest zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i akceptacji dla chorych).

Rozmowy z opiekunami powinny odbyć się w czasie, gdy osoby zależne są pod opieką wolontariuszy i terapeutki. Rozmowa ma na celu zapoznanie ich z założeniami funkcjonowania KŚO w odniesieniu do współpracy z nimi w zakresie organizowania form opieki wytchnieniowej oraz tworzenia modelu sieci wsparcia (społeczne-go, sąsiedzkiego i rodzinnego) wokół opiekuna i chorego.

## **6. Na podstawie zebranych informacji przygotuj harmonogram zajęć**

Ustal terminy zajęć terapeutycznych dla osób starszych oraz spotkań dla opiekunów. Zweryfikujcie, czy jesteście w stanie zapewnić odpowiedni rodzaj wsparcia i dostosujcie program zajęć do potrzeb uczestników.

## **7. Zapewnij odpowiednie materiały**

Zakup materiały potrzebne do zajęć (plastyczne, edukacyjne, aktywizacyjne) oraz do odpowiedniego przygotowania sal terapeutycznych i warsztatowych. Nie zapomnij o drobnym poczęstunku (catering lub samodzielnym zakupie produktów).

**Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Sprawdź możliwości pozyskania części materiałów od partnerów lokalnych (sponsoring, darowizny).

Możecie też zaangażować w przygotowanie poczęstunku lokalny podmiot ekonomii społecznej, np. KGW.

**8. Zorganizuj transport dla osób starszych**

Sprawdź, czy wszyscy uczestnicy mogą bez problemu dotrzeć na zajęcia lub jakiego rodzaju wsparcie jest potrzebne. Może będzie konieczne zaplanowanie, kto będzie dowoził podopiecznych.

Sprawdź, czy urząd gminy lub ośrodek kultury mogą Ci w tym pomóc. Może również okazać się, że opiekunowie sami zadeklarują, że będą dowozić swoich podopiecznych.

**Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Zrób harmonogram dowozów oraz prowadź na bieżąco ewidencję przebiegu pojazdu po uruchomieniu usługi.

## Realizacja grantu

### Etap 02 Uruchomienie

#### 1. **Rozpocznij regularne zajęcia terapeutyczne dla osób starszych wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu**

Najlepiej, żeby pierwsze grupowe zajęcia dla osób starszych odbywały się w tym samym czasie, co pierwsze szkolenia dla opiekunów. Zagwarantujesz sobie w ten sposób możliwość współpracy z opiekunami i pomocy od nich, gdyby wystąpiły problemy adaptacyjne u ich podopiecznych.

Zapewnij różne formy aktywizacji: trening pamięci, zajęcia ruchowe, arteterapię. Pomysły oraz scenariusze zajęć znajdziesz w materiałach innowacji.

Podczas grupowej terapii zajęciowej wsparciem dla terapeuty są wolontariusze. Ich rola nie ogranicza się wyłącznie do asystowania. Wolontariusze mający umiejętności i doświadczenie w różnych dziedzinach życia z powodzeniem mogą wykorzystywać je w toku zajęć terapeutycznych. Może się zdarzyć, że ich doświadczenia zainspirują terapeutę, a nawet, że sami poprowadzą część zajęć.

#### 2. **Uruchom równoległą opiekę wytchnieniową dla opiekunek i opiekunów**

Rozpocznij zajęcia dla opiekunów. Pomysły oraz przykładowe scenariusze zajęć znajdziesz w Załączniku „Praca z opiekunami”. Mogą to być szkolenia z zakresu wsparcia osób z chorobami otępiennymi, warsztaty psychologiczne, ale również działania integracyjne, np. wyjście do muzeum czy kina. Metodyk nie tylko dba o przeprowadzenie zajęć, ale również obserwuje postępy i dba o integrację grupy.

#### 3. **Zapewnij bieżące wsparcie organizacyjne**

Specjalista ds. organizacji działań zarządza komunikacją między partnerami, terapeutą, wolontariuszami, osobami starszymi i opiekunami, reagując na pojawiające się trudności.

### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Ustalcie stałe godziny dyżuru telefonicznego (np. prowadzonego przez specjalistę ds. organizacji działań), podczas którego seniorzy lub ich opiekunowie mogą zgłaszać uwagi i potrzeby.

#### **4. Regularnie zbieraj opinie osób starszych, opiekunów, terapeutów i wolontariuszy**

Zbieraj opinie oraz uwagi uczestników na temat jakości zajęć, wsparcia i komfortu udziału w programie.

### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Wprowadź krótkie ankiety satysfakcji lub rozmowy podsumowujące raz w miesiącu. Pomoże to szybko reagować na potrzeby.

#### **5. Opracuj wspólnie z opiekunami program i terminarz tworzenia indywidualnych sieci wsparcia**

Na dalszym etapie zaangażuj opiekunów do współtworzenia programu oraz opracowania zindywidualizowanych narzędzi edukacyjnych dla swoich podopiecznych. Pomysły na tego rodzaju współpracę znajdziesz w materiałach innowacji.

### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Stwórzcie i podzielcie się bazą kontaktów do osób, które będą chciały pozostać w sieci wsparcia po zakończeniu działania w ramach grantu. Być może nawiązane relacje pozwolą na dalsze utrzymanie wsparcia przez wolontariuszy i uczestników.

## **6. Obserwuj wpływ programu na osoby starsze i opiekunów**

Monitoruj wpływ wsparcia na samopoczucie uczestników oraz ich zaangażowanie, które może przerodzić się w trwałą sieć wsparcia. W materiałach innowacji znajdziesz kwestionariusz do śledzenia postępów opiekunów. Są to wyraźne dane, które mogą wskazywać na skuteczność innowacji i stanowić argument do skalowania lub dalszego finansowania programu.

### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Przygotuj z pomocą terapeuty krótką ankietę do monitorowania samopoczucia osób starszych i wolontariuszy.

## Rozwój rozwiązania po rozliczeniu grantu

### Etap 03 Monitoring działań

#### 1. Przygotuj podsumowanie

Zrób podsumowanie (np. liczba osób starszych i opiekunów w programie, liczba przeprowadzonych zajęć, opinie uczestników i uczestniczek programu, pierwsze wnioski) dla JST i partnerów. Wzmacnia to poczucie zaangażowania i skuteczności wspierania innowacji. Może pomóc w dalszych rozmowach o rozwoju programu.

#### Chcesz więcej? (opcjonalnie)

Zorganizuj krótki warsztat, gdzie wraz z opiekunami, wolontariuszami, terapeutą i moderatorem podsumujecie działania innowacji i wskażecie, co było najbardziej skuteczne, oraz wypracujecie pomysły na ewentualne zmiany.

#### 2. Wprowadź ewentualne zmiany

Warto, aby zebrane informacje nie pozostawały wyłącznie w dokumentach, a były podstawą do weryfikacji programu i tworzenia zmian. Zaproponuj nowe rozwiązania, optymalizuj działania do lokalnych potrzeb. Ważne, aby reagować na sygnały od uczestników i w razie potrzeby zmienić sposób działania na dalszych etapach rozwoju Innowacji.

#### Chcesz więcej? (opcjonalnie)

Spisuj wszystkie modyfikacje i wnioski w jednym dokumencie. Ułatwi to rozwój programu i dzielenie się doświadczeniami z innymi instytucjami.

## Rozwój rozwiązania po rozliczeniu grantu

### Etap 04 Upowszechnianie

- 1. Wspomóż podtrzymanie autonomicznej sieci wsparcia**

Zorganizuj spotkanie z opiekunami oraz wolontariuszami na temat dalszego realizowania Klubu jako samodzielnej grupy wsparcia. Porozmawiajcie o dalszych potrzebach, możliwościach, źródłach finansowania i chęci zaangażowania w dalsze skalowanie programu. Spróbuj pokazać, jak uczestnicy mogą dalej wzajemnie dawać sobie wsparcie, tworząc autonomiczną sieć wsparcia.
- 2. Pozyskaj dodatkowe źródła finansowania**

Rozmawiaj z OPS, klubami seniora, NGO o możliwości wspólnego wdrażania programu. Zaproponuj model współfinansowania, np. część kosztów pokrywa OPS, część gmina, część pochodzi z programów senioralnych.

#### Chcesz więcej? (opcjonalnie)

Zachęć partnerów prywatnych (np. lokalne firmy) do wspierania kolejnych edycji jako elementu CSR.

- 3. Zwiększaj skalę lub zasięg inicjatywy**

Na podstawie doświadczeń z jednej lokalizacji uruchamiaj kolejne kluby w innych częściach gminy, powiatach, możesz też nawiązać partnerstwo z sąsiednimi JST.  
Na podstawie doświadczeń możesz tworzyć własne scenariusze zajęć i wprowadzać nowe metody pracy i terapii.

### **Chcesz więcej? (opcjonalnie)**

Nawiąż współpracę z regionalnymi portalami senioralnymi i stowarzyszeniami, aby nagłośnić efekt w szerszej skali. Przygotuj wystawę zdjęć z zajęć lub spotkanie otwarte dla mieszkańców.

#### **4. Zadbaj o dalszą promocję innowacji**

Przygotuj informacje prasowe i artykuły na temat sukcesu innowacji oraz o potencjalnych kierunkach rozwoju, które przekażesz do lokalnej prasy i opublikujesz w mediach społecznościowych gminy. Podkreślaj korzyści dla osób starszych, opiekunów, wolontariuszy oraz wysoki potencjał do tworzenia rozwiązania systemowego.

## 4. Na jakie potencjalne ryzyka należy uważać?

Każde wdrożenie projektu niesie za sobą bariery, które mogą się pojawiać w trakcie prac. Poniżej znajduje się lista barier oraz sposoby radzenia sobie z nimi, które pozwolą na lepsze przygotowanie się do działania.

Bariera	Sposób poradzenia sobie z nią
Brak odpowiedniej przestrzeni dostosowanej do potrzeb osób starszych	Wykorzystaj sale w świetlicach gminnych, klubach seniora, domach kultury, parafiach, które spełniają kryteria dostępności. Określ możliwość adaptacji istniejących pomieszczeń poprzez drobne zmiany.
Trudności w rekrutacji opiekunów i osób starszych do udziału w programie	Współpracuj z OPS, lekarzami POZ, klubami seniora i parafiami. Wykorzystaj lokalnych liderów i wolontariuszy 50+ jako ambasadorów innowacji.
Niedobór wolontariuszy 50+ gotowych do stałego zaangażowania	Rozpocznij stałą współpracę z UTW, klubami seniora i organizacjami społecznymi. Podkreślaj wartości i korzyści, jakie wolontariusze mogą uzyskać dla siebie podczas spotkań.
Wypalenie lub przeciążenie opiekunów rodzinnych	Zadbaj o regularność i atrakcyjność zajęć wytchnieniowych. Wprowadź grupy wsparcia i indywidualne konsultacje z ekspertami. Zorganizuj wygodny transport.

<b>Bariera</b>	<b>Sposób poradzenia sobie z nią</b>
Problemy z utrzymaniem trwałości programu po zakończeniu grantu	Włącz innowację do strategii polityki senioralnej JST i zapewnij współfinansowanie z budżetu gminy. Rozwijaj partnerstwa z NGO i sponsorami lokalnymi. Szukaj programów krajowych i unijnych, z których można sfinansować działania.
Ryzyko błędów formalnych (RODO, dokumentacja, koszty niekwalifikowalne)	Korzystaj z gotowych wzorów dokumentów i procedur opracowanych w innowacji. Skonsultuj się z inspektorem ochrony danych i działem finansowym JST.
Brak doświadczenia JST w prowadzeniu usług wytchnieniowych	Zwróć szczególną uwagę na zatrudnienie odpowiedniej kadry – specjalistów prowadzących wsparcie. Możesz w tym celu wykorzystać posiadane kontakty z instytucjami lub organizacjami zajmującymi się tematyką usług wytchnieniowych i terapeutycznych. Korzystaj z gotowych scenariuszy.
Niska frekwencja uczestników (np. seniorzy rezygnują z zajęć, opiekunowie nie mają czasu)	Stwórz elastyczny harmonogram zajęć (różne godziny, dni), stosuj telefoniczne przypomnienia i zapewnij możliwość wygodnego transportu. Przygotuj listę rezerwową uczestników.
Ryzyko braku akceptacji społecznej (np. opór rodzin wobec korzystania z wolontariuszy 50+ lub obcych osób)	Zorganizuj działania informacyjne w lokalnej społeczności oraz spotkania otwarte prezentujące ideę klubu. Stopniowo włączaj wolontariuszy, po tym, jak grupa zintegruje się ze sobą i wzrośnie poziom zaufania.

## 5. Harmonogram prac

Zadanie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>Etap 01 Przygotowanie</b>												
1. Rekrutacja zespołu merytorycznego												
2. Rekrutacja wolontariuszy 50+ i organizacja szkolenia												
3. Stworzenie zespołu rekrutacyjnego i opracowanie planu rekrutacji uczestników												
4. Przygotowanie regulaminu i dokumentów projektowych												
5. Rekrutacja uczestników: opiekunów i osób starszych												
6. Przygotowanie harmonogramu zajęć												
7. Zapewnienie odpowiednich materiałów												
8. Zorganizowanie transportu												

- szacunkowy czas etapu

- optymalny czas

- margines czasowy

Zadanie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>Etap 2: Uruchomienie</b>						■						
1. Prowadzenie regularnych zajęć terapeutycznych dla osób starszych						■						
2. Prowadzenie równoległej opieki wychowawczej dla opiekunów i opiekunek						■						
3. Bieżące wsparcie organizacyjne						■						
4. Regularne zbieranie opinii osób starszych, opiekunów, terapeutów i wolontariuszy						■						
5. Opracowanie wspólnie z opiekunami programu i terminarza tworzenia indywidualnych sieci wsparcia						■		■		■		
6. Obserwacja wpływu programu na osoby starsze i opiekunów						■						

■ - szacunkowy czas etapu

■ - optymalny czas

■ - margines czasowy

## 6. Ramowy budżet wdrożenia innowacji

W ramowym budżecie zawarto wyłącznie koszty kwalifikowalne możliwe do sfinansowania w ramach grantu. Katalog ten nie jest zamknięty – jest wyjściową propozycją wynikającą z opisanego powyżej planu wdrożenia. Docelowy budżet powinien zostać dopasowany do skali wdrożenia i warunków organizacyjnych w jednostce wdrażającej innowację.

Budżet został podzielony na zakres podstawowy i poszerzony, zawierający koszty opcjonalne. Do zakresu podstawowego zostały przyporządkowane koszty uznane za niezbędne do wdrożenia innowacji. Zakres poszerzony zawiera natomiast koszty opcjonalne – ocenione jako ważne, bez których jednak innowacja jest możliwa do wdrożenia.

### 1. Wynagrodzenia osób bezpośrednio zaangażowanych

pozycja	jednostka	liczba	cena od	cena do	koszt od	koszt do
<b>zakres podstawowy</b>						
<b>1.1 Specjalista ds. organizacji działań:</b> 1 etat lub umowa zlecenie (wymiar etatu może być mniejszy)	miesiąc	11	6 500	9 000	71 500	99 000
<b>1.2 Terapeuta zajęciowy</b> ½ etatu lub umowa zlecenie (udział w rekrutacji uczestników, prowadzenie i przygotowanie zajęć, dyżur telefoniczny)	miesiąc	10	3 250	4 500	32 500	45 000
<b>1.3 Metodyk ds. opiekunów osób starszych i budowania sieci wsparcia:</b> 16 spotkań grupowych (po 2h każde) oraz 16 konsultacji indywidualnych (po 1h) z opiekunami	godzina	48	70	150	3 360	7 200

więcej na następnej stronie ↓

<b>1.4 Metodyk ds. współpracy z wolontariatem:</b> 2 grupy po 4 godziny tygodniowo przez 6 miesięcy (stawka zawiera przygotowanie się do zajęć)	godzina	192	70	150	13 440	28 800
<b>1.5 Lekarz - konsultacje w zakresie możliwości uczestnictwa w projekcie:</b> średni czas wywiadu środowiskowego - 1 godzina, stawka zawiera koszt dojazdu do domu pacjenta	godzina	20	150	350	3 000	7 000
<b>suma kosztów podstawowych</b>					<b>123 800</b>	<b>187 000</b>
<b>zakres poszerzony (koszty opcjonalne)</b>						
<b>1.6 Psycholog - konsultacje indywidualne dla osób zależnych i opiekunów</b> 100 konsultacji * 1 godzina	godzina	100	120	200	12 000	20 000
<b>suma kosztów opcjonalnych</b>					<b>12 000</b>	<b>20 000</b>

<b>2. Narzędzia, urządzenia i zakupy bezpośrednio związane z wdrożeniem</b>						
pozycja	jednostka	liczba	cena od	cena do	koszt od	koszt do
<b>zakres podstawowy</b>						
<b>2.1 Szkolenie dla wolontariuszy z zakresu pracy z osobami zależnymi z chorobami otępiennymi, w tym z chorobą Alzheimera:</b> 3 dni * 4 godziny * 2 grupy	godzina	24	150	350	3 600	8 400
<b>2.2 Szkolenie dla opiekunów z zakresu pracy z osobami zależnymi z chorobami otępiennymi, w tym z chorobą Alzheimera:</b> 3 dni * 4 godziny * 2 grupy	godzina	24	150	350	3 600	8 400
<b>2.3 Szkolenie z pierwszej pomocy przedmedycznej dla wolontariuszy i opiekunów;</b> 8 godzin * 2 grupy	godzina	16	150	350	2 400	5 600
<b>2.4 Zaprojektowanie materiałów graficznych i strony/podstrony www</b>	godzina	20	80	130	1 600	2 600
<b>2.5 Wydruk materiałów rekrutacyjnych (plakaty, ulotki) i formularzy</b>	pakiet	1	2 000	5 000	2 000	5 000
<b>2.6 Usługa transportowa dla uczestników:</b> 12 osób * średnio 10 km/tydzień * 6 miesięcy	km	720	2	5	1 440	3 600

więcej na następnej stronie ↓

<b>2.7 Materiały dydaktyczne/terapeutyczne na warsztaty</b> (np. artykuły plastyczne, papiernicze)	osoba	24	30	70	720	1 680
<b>2.8 Bilety na wydarzenia kulturalne</b> (np. do kina, muzeum)	osoba	24	30	70	720	1 680
<b>2.9 Poczęstunek dla uczestników i wolontariuszy - catering lub zakup produktów spożywczych:</b> 4 spotkania x 2 grupy x 6 miesięcy; liczba osób: 24 uczestników i 8 wolontariuszy	porcje	576	33	33	19 008	19 008
<b>2.10 Ubezpieczenie OC i NW dla wolontariuszy</b>	osoba	8	40	100	320	800
<b>suma kosztów podstawowych</b>					<b>35 408</b>	<b>56 768</b>
<b>zakres poszerzony (koszty opcjonalne)</b>						
<b>2.11 Zakup drobnego wyposażenia do prowadzenia zajęć terapeutycznych/grupowych:</b> przyrządy do ćwiczeń (np. taśmy gumowe, worki, koce)	osoba	24	20	50	480	1 200
<b>suma kosztów opcjonalnych</b>					<b>480</b>	<b>1 200</b>
<b>łącznie koszt (zakres podstawowy)</b>					<b>159 208</b>	<b>243 768</b>
<b>łącznie koszt - zakres poszerzony (koszty podstawowe + opcjonalne)</b>					<b>171 688</b>	<b>264 968</b>

# 03

## Lista załączników i źródła



# 1. Lista załączników

Wdrożenie innowacji wspierają materiały dodatkowe, które można pobrać ze strony [www.innowacjewsamorządzie.pl](http://www.innowacjewsamorządzie.pl)

1. Załącznik 1 – Opis modelu rozwiązania
2. Załącznik 2 – Procedury zakładania i prowadzenia KŚO – Założenia organizacyjne
3. Załącznik 3 – Procedury zakładania i prowadzenia KŚO – Regulamin rekrutacji, profile uczestników i deklaracje przystąpienia do projektu
4. Załącznik 4 – Procedury zakładania i prowadzenia KŚO – Zbiór dokumentów do pracy z osobami wymagającymi wsparcia w codziennym funkcjonowaniu
  - a) Wzory dokumentów
  - b) Program i scenariusze zajęć
5. Załącznik 5 – Procedury zakładania i prowadzenia KŚO – Zbiór dokumentów do pracy z opiekunami osób wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu
  - a) Wzory dokumentów, kwestionariuszy
  - b) Program i scenariusze zajęć
  - c) Konsultacje indywidualne
6. Załącznik 6 – Procedury zakładania i prowadzenia KŚO – Tworzenie wolontariatu osób 50+
  - a) Wzory dokumentów, kwestionariuszy i regulaminu
  - b) Program i scenariusze szkoleń

## 2. Źródła

1. Zdjęcia pochodzą z serwisu Freepik, [www.freepik.com](http://www.freepik.com).
2. Ikony pochodzą z serwisu Flaticon, [www.flaticon.com](http://www.flaticon.com).

