

Wsparcie osób ze szczególnymi potrzebami i ich opiekunów

24

Obiady terapeutyczne

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



Pakiet wdrożeniowy **Obiady terapeutyczne** 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:

Krasnostawskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób
Niepełnosprawnych

Autorzy pakietu wdrożeniowego:

FUTURI

- Natalia Kacprzyk
- Łukasz Szczęsny
- Karolina Michałkowska
- Mateusz Maik
- Magdalena Wojtas
- Maria Garus

Skład dokumentu:

- Magda Ociepka-Maik

Spis treści

01 Charakterystyka innowacji	5
<hr/>	
1. Czym jest innowacja i jaki problem rozwiązuje?	6
2. Jakie jednostki mogą wdrażać innowacje?	15
3. Do jakich odbiorców jest kierowana innowacja?	17
4. Na czym polega wyjątkowość tego rozwiązania?	19
5. Co możecie zyskać wdrażając innowację?	20
6. Dlaczego Wasi odbiorcy będą zainteresowani innowacją?	21
02 Instrukcja wdrożenia	23
<hr/>	
1. Na czym będzie polegało wdrożenie?	24
2. Jakich zasobów potrzebujecie do wdrożenia?	25
3. Jak przeprowadzić wdrożenie krok po kroku?	32
4. Na jakie potencjalne ryzyka należy uważać?	46
5. Harmonogram prac	48
6. Ramowy budżet wdrożenia innowacji	51
03 Lista załączników i źródeł	56
<hr/>	
1. Lista załączników	57
2. Źródła	57

01

Charakterystyka innowacji



1. Czym jest innowacja i jaki problem rozwiązuje?

Czym jest rozwiązanie?

To usługa przygotowywania i dostarczania obiadów osobom starszym oraz innym osobom wymagającym wsparcia w codziennym funkcjonowaniu realizowana przez uczestników lokalnych warsztatów terapii zajęciowej.

Jej uzupełnienie stanowi edukacja dotycząca zdrowego żywienia skierowana do aktywnych seniorów.

Na jaki problem odpowiada?

Pomaga rozwiązać problem niewłaściwego odżywiania się seniorów, którzy przez zły stan zdrowia i problemy z poruszaniem się nie są w stanie sami przygotować wartościowych posiłków. Równocześnie pomaga aktywizować zawodowo osoby z niepełnościami uczestniczące w warsztatach terapii zajęciowej, które mają trudności w wejściu na rynek pracy.



Do kogo jest kierowana?



Seniorzy wymagający wsparcia

którzy nie są w stanie przygotować pełnowartościowych posiłków



Seniorzy aktywni

którzy chcą zdobyć wiedzę na temat zdrowego i zbilansowanego odżywiania



Uczestnicy warsztatu terapii zajęciowej

którzy rozwijają swoje umiejętności zawodowe i społeczne



Opiekunowie osób starszych

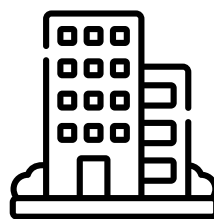
którzy szukają sposobów na przygotowywanie posiłków dla bliskiego seniora

Kto może wdrażać?



Warsztaty Terapii Zajęciowej

które chcą aktywizować i uspołeczniać swoich uczestników



Centra Usług Społecznych

które chcą tworzyć usługi społeczne oparte na współpracy różnych instytucji



Samorządy

które szukają systemowych rozwiązań wsparcia seniorów

Jakie są najważniejsze funkcje?

- Catering dla seniorów — dostarczenie potrzebującym seniorom gotowych, zdrowych dwudaniowych obiadów.
- Profilaktyka zdrowotna na poziomie lokalnym — zmniejszanie ryzyka niedożywienia oraz chorób dietozależnych u seniorów dzięki edukacji i zdrowym posiłkom.
- Wzrost kompetencji uczestników WTZ — rozwój umiejętności społecznych i zawodowych uczestników warsztatów terapii zajęciowej.
- Przeformułowanie roli warsztatów terapii zajęciowej w Polsce — WTZ staje się zakładem aktywności zawodowej dla osób z niepełnosprawnością.
- Integracja usług społecznych — połączenie wsparcia dla seniorów, odciążenia opiekunów i aktywizacji osób z niepełnosprawnością w jednym modelu dającym systemowe wsparcie.

Jak działa innowacja?



Seniorzy wymagający wsparcia w codziennym funkcjonowaniu

Codziennie otrzymują pełnowartościowe, zbilansowane, dwudaniowe obiady. Przed przystąpieniem do programu wsparcia uczestniczą w konsultacji z Dietetykiem, podczas której dzielą się swoimi nawykami żywieniowymi, preferencjami smakowymi oraz podstawowymi informacjami o historii zdrowotnej.



Seniorzy aktywni

Biorą udział w warsztatach kulinarno-edukacyjnych, podczas których zdobywają nową wiedzę i umiejętności z gotowania zdrowych posiłków.



Opiekunowie osób starszych

Opiekunowie mogą wspierać swoich bliskich seniorów w zgłaszaniu się do programu, zarówno na obiady, jak i warsztaty. Mogą uczestniczyć w konsultacjach dietetycznych, aby uzupełnić wywiad (opcjonalnie) czy odebrać propozycje wdrażanych zmian w diecie od Dietetyka. Po realizacji projektu grantowego możliwe, że będą w stanie finansować obiady dla bliskich seniorów.



Dietetyk

Przeprowadza indywidualne konsultacje dietetyczne z seniorami w ich domach. Na podstawie zebranej na nich wiedzy, opracowuje kilka całotygodniowych jadłospisów (pięć dni w tygodniu). Każdy z nich jest przygotowany tak, aby zachować różnorodność posiłków oraz dopasowanie diety do stanu zdrowia i potrzeb seniorów. Dbą także o to, aby przygotowane przez niego przepisy miały wysokie walory smakowe oraz wpisywały się w wytyczne żywieniowe. Opracowuje podsumowanie potrzeb seniorów ułatwiające planowanie i przygotowywanie posiłków. Dodatkowo prowadzi warsztaty kulinarno-edukacyjne z aktywnymi seniorami.



Uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej

Przechodzą rekrutację do programu, podczas której oceniane są ich zdolności do wykonywania koniecznych zadań, a następnie zdobywają orzeczenia sanitarno-epidemiologiczne uprawniające ich do kontaktu z żywnością (tzw. książeczka sanepidu). Uczestniczą w szkoleniu organizacyjnym, podczas którego poznają standardy współpracy oraz uczą się gotowania wybranych dań. Przygotowują obiady oraz mogą wspierać instruktorów w pracach organizacyjnych w zależności od ich zdolności poznawczych. Samodzielnie lub wraz z Asystentem dostarczają obiady do seniorów. Zyskują doświadczenie zbliżone do pracy zawodowej, co wzmacnia ich poczucie własnej wartości i sprawczości.



Instruktorzy terapii zajęciowej

Główny Instruktor jest odpowiedzialny za zarządzanie kuchnią oraz pracą zespołu Uczestników WTZ, a w tych zadaniach wspiera go jego Zastępca. Przechodzi szkolenie z zakresu cateringu pudełkowego i organizacji pracy kuchni w gastronomii, a także szkolenie z zakresu BHP. Zdobyta wiedza jest podstawą do przygotowania szkolenia organizacyjnego dla Uczestników WTZ. Główny Instruktor jest odpowiedzialny za wyznaczanie jadłospisu na kolejny tydzień zgodnie z wytycznymi od dietetyka. Ponadto w pracach kuchennych biorą także udział pozostali instruktorzy terapii zajęciowej zatrudnieni w organizacji, którzy wspierają Głównego Instruktora w dbaniu o jakość posiłków.



Asystenci logistyczni

Towarzyszą Uczestnikom WTZ podczas dowozów obiadów do mieszkań seniorów, np. w trudnych warunkach pogodowych uniemożliwiających samodzielne przemieszczanie się Uczestników WTZ.



Instytucja wdrażająca

Zapewnia infrastrukturę pozwalającą na realizację programu, a także zgodną z obowiązującymi przepisami sanitarnymi. Organizuje pracę tak, aby zapewnić wszelkie potrzebne narzędzia pracy i produkty do przygotowania posiłków, a także aby zostały one dostarczone do odpowiednich osób. Odpowiada za rekrutację seniorów i Uczestników WTZ (przy wsparciu psychologa pracującego w organizacji oraz instruktorów terapii zajęciowej), a także Dietytyka oraz wskazuje Głównego Instruktor terapii zajęciowej odpowiedzialnego za zarządzanie kuchnią. Odpowiada za zarządzanie dowozami posiłków do seniorów.



Na zdjęciu starsza osoba siedzi przy kuchennym stole i je posiłek.

Dlaczego to działa?

- Opiera się na prostej i powtarzalnej formule – przygotowanie posiłków, dostawa i konsultacje dietetyczne – mogą być łatwo wdrożone, a następnie rozszerzone czy przeniesione w nowe miejsca.
- Wykorzystuje w dużym stopniu potencjał istniejącej infrastruktury kuchennej w grupach WTZ.
- Dzięki indywidualnemu podejściu do seniorów oraz profesjonalnemu zapleczu (wysokie kompetencje kadry, dbanie o jakość i atrakcyjność posiłków) zapewnia długofalową przychylność odbiorców, którzy odczuwają realną poprawę samopoczucia.
- Nadaje działaniu WTZ dodatkowy cel społeczny – wzmacnia wśród Uczestników poczucie sprawczości i bycia potrzebnym oraz sprzyja ich skutecznej integracji społecznej.
- Wzmacnia lokalną solidarność społeczną i zmniejsza poczucie osamotnienia wśród obu narażonych na nią grup – osób starszych i osób z niepełnosprawnościami.

Jak może wyglądać przykładowa oferta?



Dla seniorów wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu

- **Konsultacja dietetyczna w miejscu zamieszkania**

Indywidualne konsultacje dietetyczne z seniorami przystępującymi do programu wsparcia, których celem jest zebranie potrzeb żywieniowych seniorów.

- **Codziennie dwudaniowe posiłki dopasowane do potrzeb żywieniowych**

Gotowe, dwudaniowe obiady przygotowywane przez osoby uczestniczące w warsztatach terapii zajęciowej pod okiem instruktorów dbających o jakość posiłków.

- **Dostawa posiłków do domu**

Dostarczanie obiadów do potrzebujących seniorów przez Uczestników WTZ oraz wyznaczonego im Asystenta.



Dla seniorów aktywnych

- **Warsztaty kulinarno-edukacyjne**

Warsztaty, podczas których seniorzy samodzielnie gotują i uczą się zdrowego stylu życia. Podczas warsztatów będą mieli możliwość zdobycia wskazówek dietetycznych, które mogą zastosować w swoim codziennym życiu oraz przetestują przygotowywanie posiłków pod okiem Dietetyka.

Wspólne gotowanie podczas warsztatów to także moment integracji i wymiany doświadczeń oraz okazja do ćwiczenia nowych umiejętności i nawiązywania nowych znajomości. W ramach warsztatów zrealizowane zostaną cztery moduły (np. w trakcie dwóch dni warsztatowych):

- zapobieganie niedoborom żywieniowym – omówienie, jak komponować codzienną dietę z prostych składników,
- składniki odżywcze i zapotrzebowanie – omówienie, czego i w jakich ilościach potrzebuje organizm w starszym wieku,

- żywienie w profilaktyce chorób – wskazanie, jakie nawyki pomagają chronić serce,
- kości i układ odpornościowy, jak starzeć się zdrowo – omówione zostaną praktyczne wskazówki, jak jedzenie wpływa na sprawność i samopoczucie.



Dla warsztatów terapii zajęciowej

- **Wytyczne od dietetyka**

Jadłospisy pozwalające na spójną i zorganizowaną pracę, uwzględniające potrzeby żywieniowe seniorów (np. poprzez dedykowane menu dla różnych schorzeń takich jak: cukrzyca, problemy z ciśnieniem, choroby tarczycowe, itp.).

- **Szkolenie organizacyjne**

Szkolenie organizacyjne dla Uczestników WTZ (zakwalifikowanych do programu), podczas którego, dla osób gotujących, zostaną wyznaczone standardy higieny oraz organizacji pracy, co pozwoli na utrzymanie wytwarzanych jakości posiłków. Podczas szkolenia uczestnicy uczą się gotowania wybranych przepisów z menu pod okiem Głównego Instruktora. Plan szkolenia jest ustalany przez Głównego Instruktora i jego Zastępcę.

Dodatkowo, dla Uczestników WTZ zajmujących się bezpośrednim dostarczaniem posiłków organizowane są szkolenia prowadzone przez Opiekuna merytorycznego: trening poruszania się po mieście oraz wprowadzenie z dobrych praktyk w nawiązywaniu kontaktu z seniorami.

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. Warsztaty Terapii Zajęciowej

Chcące wspierać swoich uczestników w zdobywaniu doświadczenia zawodowego oraz integracji z lokalną społecznością.

2. Centra Usług Społecznych

Chcące tworzyć zintegrowane usługi społeczne i zachęcać do współpracy.

3. Wydziały Polityki Społecznej / Zdrowia / Spraw Społecznych

Odpowiedzialne za działania na rzecz seniorów i ich opiekunów, mogące zlecać realizację innowacji organizacjom pozarządowym lub podmiotom ekonomii społecznej.

4. Dienne / środowiskowe domy pomocy i inne instytucje opiekuńcze

Posiadające zaplecze kuchenne i kadre, które mogą wdrożyć rozwiązanie jako element swojej oferty.

5. Ośrodki Pomocy Społecznej

Prowadzące zadania gminy w zakresie polityki senioralnej i mogące kontraktować takie usługi.

6. Zakład Aktywności Zawodowej

Szukający okazji do tworzenia nowych miejsc pracy dla osób z niepełnosprawnościami.

Potencjalni partnerzy lokalni

1. Organizacje pozarządowe i spółdzielnie socjalne

Działające w obszarze wsparcia seniorów i osób z niepełnosprawnościami, mogące organizować i finansować dostarczanie posiłków.

2. Placówki edukacyjne o profilu gastronomicznym (np. technika, szkoły branżowe)

Mogą udostępniać swoją infrastrukturę do działania.

3. Parafie i organizacje wyznaniowe

Często dysponujące zapleczem kuchennym, wolontariuszami i siecią kontaktów, mogą pełnić rolę operatorów w mniejszych gminach.

4. Uniwersytety Trzeciego Wieku i Centra Aktywności Senioralnej

Miejsca integracji i edukacji seniorów, które mogą włączać komponent edukacyjny i warsztatowy (zdrowe odżywianie, praktyczne gotowanie).

5. Biznes spożywczy, np. sieciowe sklepy spożywcze, rolnicy

Chcący sprzedać produkty z krótkim terminem przydatności w niższej cenie.

6. Firmy oferujące cateringi pudełkowe

Jako wsparcie w opracowywaniu jadłospisów i planowaniu organizacji pracy po zakończeniu grantu. Tego rodzaju wsparcie mogą zakwalifikować jako działania CSR na rzecz lokalnej społeczności (które stanowią wymóg prawny).

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.



Seniorzy wymagający wsparcia w codziennym funkcjonowaniu

- Osoby powyżej 60 roku życia.
- Stan zdrowia utrudnia im samodzielność w codziennym życiu, w tym – w przygotowywaniu posiłków.
- Mogą posiadać złe nawyki żywieniowe.
- Brakuje im wiedzy na temat zdrowego odżywiania.
- Mogą mieć trudności z samodzielnym finansowaniem jakościowego jedzenia.



Seniorzy aktywni

- Osoby powyżej 60 roku życia mające problemy zdrowotne, które nie uniemożliwiają udziału w zajęciach.
- Szukają aktywnego sposobu spędzania czasu.
- Chcą poszerzać wiedzę o zdrowym odżywianiu.
- Emeryci lub osoby z wolnym czasem.



Uczestnicy warsztatu terapii zajęciowej

- Osoby z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim lub umiarkowanym.
- Posiadają predyspozycje pozwalające im na przygotowywanie smacznych posiłków.
- Mają potrzebę zaangażowania się w działanie społeczne.



Opiekunowie osób starszych

- Rodzina lub sąsiedzi osób starszych, wymagających wsparcia.
- Są głównym kanałem dotarcia do potrzebujących seniorów oraz zgłaszania ich do programu.
- Pomagają budować zaufanie między seniorem a realizatorami usługi dostarczania posiłków.
- Często mieszkają w znacznej odległości od członka rodziny, którym się opiekują.
- Odwiedzają swoich bliskich regularnie, choć nie zawsze często.
- Pomagają w codziennym funkcjonowaniu, np. poprzez robienie zakupów, sprzątanie czy przygotowywanie posiłków.
- Nie mają wiedzy z zakresu żywienia osób starszych lub zdrowego żywienia, przez co nie są w stanie zapewnić w pełni zbilansowanych posiłków.
- Zależy im na zapewnieniu możliwie najlepszych warunków życia dla swoich bliskich, jednak przez natłok obowiązków nie zawsze mają wystarczająco dużo czasu i możliwości, aby to zrobić.
- Mogą współfinansować obiady po zakończeniu projektu grantowego.

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 wykorzystanie WTZ

Uczestnicy WTZ w ramach terapii mogą świadczyć realną usługę społeczną. W odróżnieniu od standardowych zajęć terapeutycznych, ich praca ma bezpośredni wpływ na życie seniorów. Dzięki temu, WTZ mają szansę stać się miejscami dającymi realne wsparcie w zdobywaniu doświadczenia zawodowego.

Opieka dietetyczna

Posiłki są planowane na podstawie indywidualnych potrzeb seniorów oraz z uwzględnieniem ich wieku, co wyróżnia usługę na tle innych usług cateringowych.

Innowacyjny element edukacji i profilaktyki

Połączenie usługi żywieniowej z konsultacjami dietetycznymi i warsztatami kulinarnymi. Samodzielni seniorzy, jako osoby w lepszej sytuacji od seniorów zależnych, nie są pozostawieni sami sobie, a stają się odbiorcami działań profilaktycznych – specjalnie dla nich skonstruowanej usługi edukacyjnej w zakresie zdrowego żywienia.

Obustronne korzyści

W przeciwieństwie do standardowej sytuacji, gdy dostawca usługi społecznej zapewnia korzyści odbiorcy tej usługi, tutaj to działa wszechstronnie. Rozwiązanie łączy rehabilitację osób z niepełnosprawnością z profilaktyką zdrowotną seniorów i działa na rzecz włączenia społecznego obu grup. Senior ma zapewnione wsparcie żywieniowe, zdrowotne i zyskuje możliwość zbudowania relacji, uczestnik WTZ zdobywa doświadczenie zawodowe i poczucie sprawczości oraz nawiązuje kontakty społeczne.

Tworzenie ekosystemu

Ważnym aspektem innowacji jest celowe łączenie organizacji (i ich zasobów) mogących być dla siebie wzajemnym wsparciem oraz integrowanie społeczności. Rozwiązanie stwarza okazję do łączenia ze sobą instytucji zawodowych, wspierających osoby z niepełnosprawnościami, senioralnych, parafialnych a także biznesu.

5. Co możecie zyskać wdrażając innowację?

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

**System
wsparcia
dla seniorów**

Rozwiązanie pozwala na systemowe radzenie sobie z problemami seniorów wynikającymi z ich osamotnienia oraz pogarszającej się samodzielności i stanu zdrowia, a także na uwzględnienie osób, do których obecne wsparcie nie dociera.

**Budowanie
pozytywnego
wizerunku**

JST dzięki programowi realizuje kilka celów strategicznych, m.in. skuteczną politykę senioralną, aktywizację osób z niepełnosprawnościami, edukację zdrowotną oraz integrację społeczności.

**Lepsze
wykorzystanie
WTZ**

JST uruchamia nową, potrzebną społecznie funkcję WTZ wykraczającą poza tradycyjną rehabilitację i jednocześnie daje kadrze WTZ możliwość poszerzenia kompetencji.

**Nowe
źródło
przychodów**

Po zakończeniu projektu grantowego rozwiązanie może być realizowane na odpłatnych warunkach, co sprawia, że może stanowić nowe źródło przychodów dla instytucji realizującej usługę.

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.



Seniorzy wymagający wsparcia w codziennym funkcjonowaniu

- Poprawa jakości życia przez wyższą jakość codziennej diety.
- Wzrost wiedzy w zakresie żywienia.
- Codzienny, pełnowartościowy, dwudaniowy posiłek dostosowany do potrzeb zdrowotnych.
- Zmniejszenie izolacji dzięki regularnym kontaktom z uczestnikami WTZ.
- Możliwość skorzystania z konsultacji dietetycznych.



Seniorzy aktywni

- Udział w warsztatach kulinarnych i aktywne gotowanie pod okiem dietetyka.
- Zdobycie wiedzy o zdrowym starzeniu się i profilaktyce chorób.
- Integracja z innymi seniorami podczas wspólnych zajęć.
- Poczucie sprawczości i utrzymanie aktywności w codziennym życiu.



Uczestnicy WTZ

- Nowa, ciekawa aktywność urozmaicająca zajęcia w WTZ.
- Rozwijanie umiejętności społecznych poprzez kontakty z seniorami.
- Rozwijanie umiejętności zawodowych, wiedzy o zdrowym odżywianiu, umiejętności kulinarnych (grupa pracowni gospodarstwa domowego).
- Poczucie satysfakcji z wykonywania docenianych społecznie usług, pomagania innym, wzrostu odpowiedzialności, a tym samym podniesienie poczucia własnej wartości.



Opiekunowie osób starszych

- Odciążenie w przygotowywaniu posiłków dla seniorów.
- Spokój i pewność, że bliski senior zje ciepły i wartościowy posiłek.

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 (1-3 miesiące)

Diagnoza zapotrzebowania na innowację w samorządzie oraz badanie zasobów umożliwiających jej wprowadzenie. Rozpoznanie partnerów lokalnych możliwych do zaangażowania w projekt.

Realizacja grantu



Przygotowanie (4-5 miesięcy)

Rekrutacja zespołu wdrożeniowego. Przygotowanie infrastruktury, zespołu i organizacji pracy. Rozpoczęcie rekrutacji seniorów.



Uruchomienie (3-4 miesiące)

Uruchomienie regularnego dostarczania obiadów seniorom. Organizacja warsztatów dla seniorów aktywnych.

Rozwój rozwiązania po rozliczeniu grantu



Monitoring (proces ciągły)

Monitorowanie wpływu zdrowych posiłków na stan zdrowia seniorów oraz rozwoju umiejętności uczestników WTZ.



Skalowanie (1-3 miesięcy)

Zwiększenie liczby odbiorców usług i pozyskanie dodatkowych źródeł finansowania.

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



- **Opiekun merytoryczny** — rola pozwalająca na realizację całej usługi.

Zakres zadań:

- nawiązanie i utrzymanie partnerstw koniecznych do realizacji usługi (np. rolnicy, sieci spożywcze, firmy cateringowe, kluby seniora, parafie),
- rekrutacja seniorów do programu oraz Uczestników WTZ, którzy są w stanie gotować, a także tych którzy będą odpowiedzialni za dostawy,
- rekrutacja wolontariuszy (opcjonalne),
- zapewnienie odpowiednich dokumentów formalnych pozwalających Uczestnikom WTZ na realizację zadań,
- dbanie o współpracę pomiędzy Dietetykiem i seniorami,

Dietetykiem i Głównym Instruktorem terapii zajęciowej (oraz jego zastępcą), Instruktorem terapii zajęciowej a Uczestnikami WTZ,

- zaopatrzenie zgodne z listą zakupów, odpowiednie magazynowanie produktów,
- zakupy opakowań pozwalających na transport posiłków,
- współpraca z Głównym Instruktorem terapii zajęciowej pozwalająca na skuteczną organizację dostaw,
- utworzenie grup dowozowych (Uczestnik WTZ i wyznaczony opiekun) oraz zarządzanie ich planem dowozu,
- wprowadzenie Uczestników WTZ dowożących jedzenie w nawiązywanie relacji z seniorami, a seniorów w nawiązywanie relacji z osobami z niepełnosprawnościami,
- wsparcie Głównego Instruktora terapii zajęciowej w utrzymaniu zasad BHP,
- monitoring skuteczności działań (np. czy obiady są zjadane, czy dotarły do odpowiednich osób, czy seniorzy otrzymują codziennie obiady).

Zalecane wymogi stanowiskowe:

- wykształcenie wyższe,
 - znajomość problematyki pracy z osobami z niepełnosprawnością (rodzaje niepełnosprawności i dobór odpowiednich metod i technik terapii), w szczególności z osobami z niepełnosprawnością intelektualną,
 - współpraca z instruktorami terapii zajęciowej przy tworzeniu indywidualnych programów rehabilitacji i pracy z osobami z niepełnosprawnością.
-
- **Dietetyk** — rola pozwalająca na zapewnienie zbilansowanych i dopasowanych do potrzeb posiłków; prowadzenie konsultacji dietetycznych w miejscu zamieszkania seniorów zależnych; przygotowanie uporządkowanych wytycznych dla Głównego Instruktora terapii zajęciowej dotyczących szczególnych potrzeb każdego seniora w programie (zawierającą m.in. wykluczenia żywieniowe, kaloryczności, zamienniki produktów); przygotowanie jadłospisów dostosowanych do wytycznych oraz płynności przygotowywania posiłków; współpraca z Głównym Instruktorem terapii zajęciowej w zakresie dopasowania planu pracy do stworzonych jadłospisów; wsparcie merytoryczne dla Głównego Instruktora terapii zajęciowej w razie wątpliwości i pytań (ok. 5h); przeprowadzenie warsztatów dla seniorów aktywnych

zgodnie z wytycznymi w innowacji.

Zakres obowiązków jest szeroki i może wymagać różnorodnego doświadczenia, dlatego rekomendowane jest podzielenie odpowiedzialności na dwie osoby o różnych specjalizacjach:

1 osoba – odpowiedzialna za pracę terenową (konsultacje i warsztaty kulinarno-edukacyjne), a także przygotowanie podsumowań konsultacji i wytycznych żywieniowych dla drugiego dietetyka.

Zalecane wymogi stanowiskowe:

- wykształcenie dietetyczne,
- doświadczenie w prowadzeniu konsultacji dietetycznych,
- wiedza z zakresu żywienia seniorów,
- doświadczenie w pracy z seniorami,
- doświadczenie w prowadzeniu warsztatów kulinarnych (opcjonalne).

1 osoba – odpowiedzialna za stworzenie jadłospisów wspierających pracę kuchni (opcjonalne, choć silnie rekomendowane):

- wykształcenie dietetyczne lub gastronomiczne,
- doświadczenie w planowaniu jadłospisów w gastronomii wspierającego płynną pracę kuchni,
- doświadczenie w organizacji pracy w ramach cateringu pudełkowego (wymagane),
- doświadczenie w przygotowywaniu zdrowych posiłków o wysokich walorach smakowych.

- **Główny Instruktor terapii zajęciowej** — rola pozwalająca na wytwarzanie posiłków; tworzenie listy zakupów na podstawie wybranego jadłospisu z przygotowanej bazy jadłospisów; organizacja pracy kuchni na podstawie wiedzy zdobytej w szkoleniach z zakresu zarządzania cateringiem dietetycznym oraz zachowania BHP podczas przygotowywania posiłków; wypracowanie płynnej pracy kuchni oraz skonsultowanie pomysłu z trenerem prowadzącym szkolenie; przygotowanie szkolenia wprowadzającego dla Uczestników WTZ; zarządzanie pracą w kuchni i wspieranie Uczestników WTZ w przygotowywaniu posiłków; dbanie o to, aby posiłki były przygotowywane zgodnie z wytycznymi Dietetyka; wydawanie posiłków do dalszego transportu; monitoring skuteczności pracy kuchni (np. jaki % żywności jest wyrzucany ze względu na niezdatność do spoży-

cia, które etapy procesu są wstrzymujące płynność funkcjonowania) oraz wprowadzanie usprawnień.

Zalecane wymogi stanowiskowe:

- wykształcenie minimum średnie odpowiedniej specjalności lub wykształcenie wyższe o profilu pedagogicznym (pedagogika specjalna),
 - znajomość problematyki pracy z osobami z niepełnosprawnością (rodzaje niepełnosprawności i dobór odpowiednich metod i technik terapii), w szczególności z osobami z niepełnosprawnością intelektualną,
 - umiejętność prowadzenia terapii zajęciowej, tworzenia indywidualnych programów rehabilitacji i pracy z osobami z niepełnosprawnością,
 - umiejętności organizacyjne oraz predyspozycje do zarządzania zespołami.
-
- **Zastępca Głównego Instruktora terapii zajęciowej** — rola wspierająca Głównego Instruktora terapii zajęciowej na wypadek jego nieobecności; zakres obowiązków pokrywa się z Głównym Instruktorem terapii zajęciowej. W etapie 1: Przygotowanie bardzo ważna będzie współpraca Głównego Instruktora oraz Zastępcy w zadaniach wymagających zorganizowania kuchni oraz dążenie do wspólnego wypracowania organizacji kuchni. Warto, aby ta osoba także uczestniczyła w szkoleniu z zakresu zarządzania cateringiem dietetycznym oraz zachowania BHP (jeśli są na to środki).

Zalecane wymogi stanowiskowe:

- wykształcenie minimum średnie odpowiedniej specjalności lub wykształcenie wyższe o profilu pedagogicznym (pedagogika specjalna),
- znajomość problematyki pracy z osobami z niepełnosprawnością (rodzaje niepełnosprawności i dobór odpowiednich metod i technik terapii), w szczególności z osobami z niepełnosprawnością intelektualną,
- umiejętność prowadzenia terapii zajęciowej, tworzenia indywidualnych programów rehabilitacji i pracy z osobami z niepełnosprawnością,
- umiejętności organizacyjne oraz predyspozycje do zarządzania zespołami.

- **Uczestnicy WTZ** — rola pozwalająca na wytwarzanie posiłków; przygotowanie posiłków przy utrzymaniu zasad BHP; dostarczanie obiadów do seniorów; warto zaplanować dla nich wynagrodzenie (z grantu lub innych form finansowania, np. ze środków PFRON).

Zalecane wymogi stanowiskowe:

- **osoby gotujące:** uczestnicy pracowni gospodarstwa domowego, którzy pod opieką instruktorów będą przygotowywali obiady dla seniorów; wskazane jest, aby mieli doświadczenie w przygotowywaniu posiłków; muszą mieć aktualne badania sanitarno-epidemiologiczne konieczne do pracy w kuchni,
- **osoby dostarczające jedzenie do domów:** uczestnicy z pozostałych pracowni wytypowani przez instruktorów spośród osób samodzielnie poruszających się po mieście, ich zadaniem jest dostarczanie posiłków seniorom.

Zasoby organizacyjne



- **Koordinator projektu** — rola pozwalająca na płynny przebieg wdrożenia grantu oraz późniejszej kontynuacji; powołanie zespołu (Opiekuna merytorycznego oraz Głównego Instruktora terapii zajęciowej, Dietetyka); wsparcie zespołu w trudnościach pojawiających się podczas wdrożenia; monitoring stopnia realizacji projektu zgodnie z założeniami; weryfikacja zgodności realizowanych działań z procedurami BHP; organizacja warsztatów kulinarno-edukacyjnych oraz szkoleń dla Głównego Instruktora oraz jego zastępcy (opcjonalnie), prowadzenie działań zgodnie z harmonogramem.
- **Instruktor terapii zajęciowej** — rola wspierająca podczas pracy w kuchni; pracownicy WTZ, którzy w ramach swoich codziennych obowiązków wspierają Uczestników WTZ w pracy kuchennej; podczas planowania ostatecznej liczby Instruktorów zaangażowanych w realizację usługi, warto pamiętać, że na jednego Instruktora pracującego w kuchni nie powinno przypadać więcej niż pięcioro uczestników warsztatu.
- **Asystenci logistyczni** — przeprowadzają trening poruszania się po mieście z Uczestnikami WTZ, wspierają w dostarczaniu

posiłków, szczególnie w trudnych warunkach pogodowych; w przypadku treningu poruszania się po mieście i dostarczania obiadów korzystne jest, gdy jeden terapeuta ma pod opieką maksymalnie dwoje lub troje uczestników. Rola ta może być pełniona przez pracownika WTZ lub wolontariusza.

Zalecane wymogi stanowiskowe:

- doświadczenie w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną,
 - samochód,
 - prawo jazdy kat. B.
- **Obsługa księgowa** — wsparcie w rozliczeniu projektu oraz raportowaniu zakupów koniecznych do realizacji usługi.
 - **Obsługa prawna** — wsparcie w zakresie udzielania informacji zdrowotnych podczas konsultacji dietetycznych, spełniania wymagań prawnych dotyczących prowadzenia działalności gastronomicznej oraz nawiązania formalnej współpracy z osobami spoza instytucji wdrażającej.
 - **Psycholog** — wspiera w rekomendowaniu odpowiednich osób z niepełnosprawnościami do programu.

Zasoby infrastrukturalne i sprzętowe



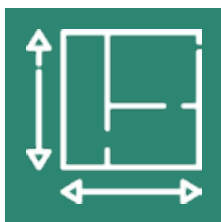
- kuchnia dostosowana do przygotowywania posiłków zgodnie z obowiązującymi przepisami sanitarnymi (np. wydzielone strefy, łatwość w utrzymaniu czystości); pamiętaj, że w ramach grantu nie można finansować prac remontowo-budowlanych
- wyposażenie kuchni oraz zaplecza logistycznego (np. zlew, płyta grzewcza, garnki, naczynia, przybory kuchenne, sprzęt do gotowania na parze, lodówki, wypaźarki, pojemniki do przechowywania żywności itp.)
- środek transportu pozwalający na realizowanie dostawy posiłków (np. samochód)

Zasoby informacyjne



- wzory dokumentów (np. zgody na udział w projekcie Uczestników WTZ)
- aktualne orzeczenia sanitarno-epidemiologiczne (tzw. książeczki sanepidowskie)
- procedury BHP oraz związane z bezpieczeństwem żywności
- karty pracy z opisem stanowisk (opcjonalne)
- proces wytworzenia posiłków uwzględniający flow pracy oraz organizację przestrzeni
- jadłospisy tygodniowe, rotacyjne (ten sam produkt z danej grupy spożywczej nie jest używany częściej niż co 3 dni), do rozpoczęcia usługi konieczne jest posiadanie minimum czterech tygodniowych jadłospisów
- baza smacznych przepisów z uwzględnieniem informacji o specyfice danego posiłku, np. dla grupy cukrzyków, a także wariantach pozwalających dostosowywać danie do różnych potrzeb
- wytyczne żywieniowe dla seniorów (np. w formie tabeli)
- ubezpieczenia dla Uczestników WTZ, Asystentów logistycznych oraz wolontariuszy
- program warsztatów

Zasoby przestrzenne



- przestrzeń kuchenna
- zaplecze magazynowe
- strefy rozładunkowe
- miejsce do przechowywania sprzętu kuchennego i pomocniczego
- pomieszczenie na realizację warsztatów kulinarno-edukacyjnych dla seniorów aktywnych (np. sala w WTZ, CUS, domu kultury lub klubie seniora)

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. Przeanalizuj potrzeby lokalnych seniorów

Przeprowadź rozpoznanie potrzeb seniorów mieszkających na terenie samorządu, koncentrując się na dwóch grupach wskazanych w innowacji: seniorach wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu oraz seniorach aktywnych. Sprawdź, jak duża jest grupa osób w Twojej gminie, która może skorzystać z programu (w budżecie założono 20 osób). Zweryfikuj także, jak wielu seniorów aktywnych mogłoby wziąć udział w warsztatach kulinarno-edukacyjnych. W tym celu możesz skontaktować się z OPS, CUS, MOPS, klubami seniora, parafiami czy lokalnymi organizacjami i instytucjami, które na co dzień pracują z osobami starszymi. Zbierz podstawowe dane o liczbie potencjalnych uczestników, ich orientacyjnym miejscu zamieszkania (aby móc stworzyć wstępną mapę dowozu posiłków) oraz możliwości organizacji dowozów (w jaki sposób jesteś w stanie zorganizować transport do wskazanych miejsc). Zakończ to zadanie przygotowaniem krótkiego podsumowania, które pozwoli ocenić skalę zapotrzebowania i potwierdzić, czy wdrożenie innowacji jest realnie potrzebne na danym obszarze.

2. Wybierz operatora w JST

Ustal, która jednostka po stronie JST będzie pełnić rolę operatora innowacji i posiada do tego odpowiednie zasoby. Następnie wybierz koordynatora projektu, który będzie odpowiadać za

więcej na następnej stronie ↓

prorowadzenie działań, komunikację z partnerami oraz nadzór nad realizacją harmonogramu. Upewnij się, że wybrana osoba ma odpowiednie kompetencje organizacyjne i czasowe możliwości zaangażowania się w projekt.

3. Zweryfikuj posiadane zasoby

W innowacji kluczowe jest odpowiednie rozpoznanie zasobów, zarówno posiadanych, jak i tych, które należy uzupełnić.

a) Ocena możliwości instytucji

Sprawdź, jakie zasoby kadrowe, lokalowe i sprzętowe posiada instytucja, która ma wdrażać innowację. Zidentyfikuj osoby, które mogą zaangażować się w realizację usługi, określ dostępność przestrzeni kuchennej oraz magazynowej, a także oceń, czy dysponujesz niezbędnym sprzętem do produkcji i wydawania posiłków. Zakończ to zadanie przygotowaniem listy zasobów, które już masz do dyspozycji. Zweryfikuj możliwości finansowe i operacyjne. Zwróć uwagę na zapisy w kosztorysie – pozycje zapisane w Etapie I: Przygotowanie to koszty stałe. W Etapie II: Uruchomienie następuje dowożenie obiadów do seniorów. W kosztorysie wyliczone są koszty za miesiąc takiej usługi. Zdecyduj, przez ile miesięcy jesteś w stanie realizować tę usługę.

b) Weryfikacja zaplecza kuchennego i zgodności z wymogami sanitarnymi

Zweryfikuj, czy dostępna kuchnia spełnia wymogi sanitarne, w tym np. możliwość wydzielenia stref wymaganych przez sanepid (strefa obróbki wstępnej, czysta strefa wydawania). Oceń także stan sprzętu oraz to, czy jego liczba jest wystarczająca do obsługi planowanej liczby posiłków. Warto skonsultować się z osobą prowadzącą gastronomię, która pomoże Ci ustalić, jakie elementy wyposażenia należy uzupełnić. Zakończ to zadanie przygotowaniem listy zakupów obejmującej brakujące sprzęty i narzędzia pracy.

c) Sprawdzenie dostępności głównego zespołu

Zweryfikuj, czy w Twojej instytucji lub w jej bezpośrednim otoczeniu są dostępne osoby, które mogą pełnić kluczowe role w projekcie. Ustal, czy Opiekun merytoryczny ma odpowiednie

doświadczenie, czy Dietetyk/Dietetycy są gotowi zaangażować się w projekt oraz czy Główny Instruktor terapii zajęciowej ma predyspozycje do zarządzania złożonym procesem przygotowywania posiłków. Warto, aby przed przystąpieniem do projektu była przynajmniej jedna proponowana osoba do każdej z ról, która może zaangażować się w program.

d) Rekrutacja Uczestników WTZ do gotowania i dowozów

Przeprowadź wstępną rekrutację Uczestników WTZ, którzy mogliby zaangażować się w przygotowywanie posiłków oraz Uczestników WTZ odpowiedzialnych za dowozy. We współpracy z psychologiem i instruktorami WTZ oceń predyspozycje, możliwości poznawcze i motywację uczestników. Z każdym uczestnikiem należy przeprowadzić indywidualną rozmowę, tak aby mu wyjaśnić, na czym polegałyby jego zadania, i by mógł podjąć decyzję, czy chce się ich podjąć. Upewnij się, że osoby zgłaszające się do programu są świadome zakresu obowiązków i robią to dobrowolnie. Finalnie powinna powstać lista wstępnie zrekrutowanych uczestników (w budżecie założono 10 osób), aby mieć podstawy do szacowania liczby posiłków, którą jesteście w stanie wygenerować i rozwiązać przy zaangażowaniu wskazanej liczby osób. W przypadku niewystarczającej liczby osób, rozważ zaangażowanie wolontariuszy zewnętrznych. Ponownie warto zrobić rozeznanie podczas rozmowy z osobą, która prowadzi gastronomię, i będzie w stanie udzielić wsparcia na bazie własnego doświadczenia.

e) Weryfikacja zasobów logistycznych

Sprawdź, czy w ramach instytucji posiadasz zasoby umożliwiające regularny dowóz posiłków do seniorów. Ustal, które dowozy można realizować pieszo, rowerem, a w przypadku których konieczny będzie dowóz samochodem. Zweryfikuj również, czy masz dostępnych Asystentów logistycznych lub osoby, które mogą pełnić tę funkcję.

f) Lista brakujących zasobów

Na podstawie wykonanych analiz przygotuj listę zasobów, których brakuje do uruchomienia usługi. Uwzględnij braki kadrowe, wyposażenie kuchni, narzędzia logistyczne oraz środki finansowe niezbędne do pokrycia kosztów startowych. Zakończ to zadanie stworzeniem jednej, spójnej listy, która ułatwi planowanie działań w kolejnym etapie.

g) Ocena ryzyk i ograniczeń

Zidentyfikuj potencjalne ryzyka związane z wdrożeniem. Mogą one dotyczyć kadry, opóźnień w rekrutacji seniorów, możliwości transportowych, stanu kuchni lub ograniczonego czasu personelu. Oceń, które z nich są najistotniejsze i jakie działania mogą je zminimalizować. Po przeprowadzonej analizie powinna powstać lista ryzyk wraz z propozycjami sposobów ich ograniczania.

4. Zidentyfikuj lokalnych partnerów

Przeanalizuj, które lokalne instytucje i organizacje mogą wesprzeć usługę – mogą to być sklepy spożywcze, rolnicy, szkoły gastronomiczne, parafie, organizacje senioralne lub firmy cateringowe. Sprawdź, jakie zasoby mogą wnieść (np. produkty spożywcze, wolontariuszy, przestrzeń warsztatową). Skontaktuj się z wybranymi podmiotami, aby poznać ich możliwości współpracy.

Chcesz więcej?

Przygotuj odpłatny model po grantcie.

Zacznij od zorientowania się, jak wygląda lokalna polityka finansowania usług społecznych i jakie możliwości istnieją po zakończeniu finansowania grantowego. Przeanalizuj, kto mógłby współfinansować posiłki (np. seniorzy lub ich opiekunowie). Biorąc pod uwagę, że instytucja mogłaby prowadzić odpłatną działalność po zakończeniu grantu. Uwzględnij potencjalne źródła finansowania przez JST, CUS lub organizacje partnerskie. Opracuj wstępny model odpłatności, który będzie możliwy do wdrożenia po zakończeniu grantu. Skorzystaj z doświadczeń innowatorów we wprowadzeniu odpłatnego modelu, które zostało opisane w dokumencie Opis Modelu (załącznik 1).

Realizacja grantu

Etap 01 Przygotowanie

1. Powołaj zespół

Zwołaj pierwsze spotkanie zespołu, który będzie odpowiedzialny za wdrożenie innowacji. Przedstaw wszystkim zakres innowacji, jej cele i wstępny harmonogram działań. Ustal podział obowiązków – określ, za co odpowiada Koordynator, jakie zadania wykonuje Opiekun merytoryczny, jaki jest zakres współpracy Dietetyka i jakie są obowiązki Głównego Instruktor terapii zajęciowej. Zadbaj o formalne sfinalizowanie współpracy (umowy, porozumienia) i upewnij się, że każdy członek zespołu rozumie swoją rolę.

2. Zrekrutuj seniorów

Przeprowadź rekrutację seniorów wymagających wsparcia i aktywnych, którzy zostaną objęci programem. Zacznij od poinformowania lokalnej społeczności o możliwości udziału. Innowatorzy zalecają, aby kryteriami branymi pod uwagę przy rekrutacji seniorów były:

- stopień wymaganej pomocy (znaczny, gdy osoba w ogóle nie jest w stanie robić zakupów i przygotowywać sobie posiłków, oraz częściowy, gdy senior częściowo przygotowuje dla siebie posiłki, ale wymaga w tym pomocy); zalecane jest, aby osoby wymagające większej pomocy otrzymywały w toku rekrutacji więcej punktów;
- odległość miejsca zamieszkania seniora od WTZ – można ją sprawdzić przez wpisanie adresu zamieszkania seniora w mapę Google i wyznaczenie trasy; zalecane jest, aby osoby starsze zależne mieszkające bliżej otrzymywały podczas rekrutacji dodatkowe punkty (kryterium odległości nie będzie miało jednak takiego znaczenia, jeśli mamy możliwość korzystania z samochodu w dowozie posiłków);
- wskazania do diety – jeśli osoba starsza deklaruje, że ma zalecaną przez lekarza dietę lub wskazania do określonego sposobu żywienia, zalecamy, by otrzymywała dodatkowe punkty, ponieważ konkretne zalecenia dietetyczne stanowią zwykle dodatkową trudność dla seniora i jego opiekunów;
- zamieszkiwanie samemu – nie jest to kryterium wymagane, ale z uwagi na to, że osoby samotne bardziej potrzebują wsparcia,

sugerowane jest, aby osoby zamieszkujące samodzielnie uzyskiwały dodatkowe punkty podczas rekrutacji.

Zastosowanie powyższych kryteriów sprawia, że w pierwszej kolejności przyjmowane są osoby bardziej potrzebujące pomocy, a przy tym mieszkające w pobliżu WZ, co z kolei ułatwia dostarczanie im obiadów. Sugerowane jest także niestosowanie podczas rekrutacji kryterium dochodu, gdyż nie przekłada się on bezpośrednio na to, w jakim stopniu osoba starsza potrzebuje pomocy.

W przypadku seniorów aktywnych sprawdź motywację i możliwość udziału w cyklu warsztatów kulinarno-edukacyjnych. Zbierz podstawowe dane kontaktowe, informacje o stanie zdrowia i preferencjach.

3. Uzyskaj orzeczenia sanepidowskie

Zadbaj o to, aby wszystkie osoby, które będą pracowały w kuchni lub miały kontakt z żywnością, posiadały aktualne orzeczenia do celów sanitarno-epidemiologicznych. Wskaż, gdzie mogą je wykonać, przypomnij o wymaganych badaniach i dopilnuj, aby dokumenty zostały dostarczone przed rozpoczęciem pracy. Zakończ to zadanie zgromadzeniem kompletu aktualnych orzeczeń dla wszystkich osób zaangażowanych w przygotowywanie posiłków.

4. Zorganizuj szkolenia z zakresu zarządzania cateringiem dietetycznym oraz zachowania BHP

Zorganizuj szkolenie dla Głównego Instruktor terapii zajęciowej i jego Zastępcy (opcjonalnie), które obejmie zarządzanie procesem cateringu dietetycznego, przepływ pracy kuchni oraz zasady BHP obowiązujące przy przygotowywaniu posiłków. Ustal termin, zapewnij przestrzeń i dopilnuj, aby szkolenie odbyło się w pełnym zakresie. Upewnij się, że Główny Instruktor ma możliwość zadania pytań i konsultacji dotyczących specyfiki pracy w Twojej instytucji. Zakończ to zadanie potwierdzeniem ukończenia szkolenia i gotowością Głównego Instruktor do poprowadzenia zespołu w kuchni.

5. Opracuj przepływ pracy kuchni oraz transportu posiłków

Główny Instruktor terapii zajęciowej, wraz ze swoim Zastępcą, powinien przygotować szczegółowy opis tego, jak będzie działać

kuchnia i jak będzie wyglądać transport posiłków, na podstawie pozyskanej na szkoleniach wiedzy. Zdefiniowane powinny zostać, m.in. strefy pracy zgodnie z wymogami sanitarnymi, procedury przygotowania posiłków, zasady pakowania, wydawania oraz kontrolowania jakości. Warto opisać także stanowiska pracy oraz przypisać osoby odpowiedzialne za konkretne zadania. Główny Instruktor powinien stworzyć także procedury dla Asystentów logistycznych, w tym zasady kontaktu z seniorami i zachowania bezpieczeństwa podczas dostaw. W konsultacji z trenerami ze szkoleń powinny zostać przygotowane dokumenty formalne, takie jak zgody, instrukcje pracy czy procedury BHP oraz zweryfikowane plany pracy.

6. Przygotuj infrastrukturę kuchenną i zaplecze

Zweryfikuj stan kuchni i oceń, czy przestrzeń jest odpowiednio przygotowana do codziennej pracy. Na podstawie wcześniejszych analiz ponownie sprawdź, co trzeba uzupełnić, uporządkować lub dostosować. Przeanalizuj również zaplecze magazynowe – upewnij się, że jest wystarczająco dużo miejsca do przechowywania produktów oraz pojemników. Przygotuj ostateczną listę zakupów, uwzględniającą sprzęt, naczynia, akcesoria oraz materiały potrzebne do uruchomienia kuchni.

7. Zakup sprzęt i akcesoria kuchenne

Zrealizuj wszystkie zakupy z przygotowanej wcześniej listy. Upewnij się, że sprzęt spełnia wymagania sanitarne oraz że jego ilość odpowiada planowanej skali wydawania posiłków. Dopilnuj dostaw, odbioru technicznego i rozmieszczenia sprzętu w kuchni, tak aby była w pełni wyposażona i gotowa do uruchomienia produkcji.

8. Przeprowadź konsultacje dietetyczne w domach seniorów wymagających wsparcia

Zadbaj o to, aby Dietetyk odwiedził każdego seniora zakwalifikowanego do programu. Podczas konsultacji Dietetyk zbiera informacje dotyczące stanu zdrowia, preferencji żywieniowych, ograniczeń, alergii oraz stylu życia seniora. Dzięki temu możliwe będzie przygotowanie szczegółowych wytycznych żywieniowych dla każdego seniora oraz materiału, który posłuży do opracowania zróżnicowanych jadłospisów.

Chcesz więcej?

Zaplanuj także dodatkową wizytę Dietetyka w domu seniorów wymagających wsparcia. Celem tej wizyty ma być edukacja seniora w zakresie jego codziennej diety, dopasowanej do jego potrzeb. Warto, aby na tym spotkaniu byli także bliscy osób starszych.

9. Opracuj jadłospisy

Na podstawie wytycznych zebranych po konsultacjach, Dietetyk powinien przygotować jadłospisy obejmujące różne potrzeby zdrowotne (np. cukrzycę, nadciśnienie, choroby tarczycy). Jadłospisy powinny uwzględniać płynność pracy kuchni i opierać się na systemie dań bazowych z prostymi zamiennikami. Do rozpoczęcia usługi warto posiadać minimum cztery różne jadłospisy tygodniowe (obejmujące 5 dni w każdym tygodniu), które posłużą Głównemu Instruktorowi terapii zajęciowej do planowania tygodniowej produkcji posiłków.

10. Przeprowadź szkolenie organizacyjne dla Uczestników WTZ

Główny Instruktor terapii zajęciowej powinien przygotować szkolenie dla Uczestników WTZ, podczas którego przedstawione zostaną zasady pracy w kuchni, podział obowiązków, standardy higieny oraz sposób współpracy z zespołem Instruktorów terapii zajęciowej. Warto upewnić się, że wszyscy uczestnicy wiedzą, jakie czynności mogą wykonywać samodzielnie, a w jakich wymagają wsparcia Głównego Instruktora, oraz że rozumieją standardy BHP. Asystent logistyczny powinien także przeprowadzić trening poruszania się po mieście wśród Uczestników WTZ zajmujących się dowozem.

11. Zorganizuj wprowadzenie dla osób dostarczających posiłki i seniorów

Wprowadzenie do powierzonych zadań powinni zostać także Uczestnicy WTZ, którzy są odpowiedzialni za dowóz posiłków. Warto omówić z nimi zasady kontaktu z seniorami, bezpieczeństwo i sposób raportowania ewentualnych trudności.

Zadbaj również o indywidualne wprowadzenie dla seniorów, aby wiedzieli, czego mogą się spodziewać podczas dostaw i w kontakcie z osobami z niepełnosprawnościami.

12. Opracuj program warsztatów dla seniorów aktywnych

Dietetyk powinien przygotować program warsztatów kulinarno-edukacyjnych, uwzględniając cztery moduły wskazane w programie (zapobieganie niedoborom żywieniowym, składniki odżywcze i zapotrzebowanie, żywienie w profilaktyce chorób, kości i układu odpornościowego). Ustalcie, jakie przepisy będą realizowane, jakie produkty należy kupić i jakie materiały edukacyjne należy przygotować. Ustal harmonogram warsztatów i zaproś na nie aktywne seniorów.

Realizacja grantu

Etap 02 Uruchomienie

1. Uruchomienie przygotowanie posiłków przez Uczestników WTZ

Rozpocznijcie z zespołem pracę kuchni zgodnie z wypracowanym przepływem pracy. Upewnij się, że Opiekun merytoryczny odebrał od Głównego Instruktor terapii zajęciowej listę zakupów spożywczych na podstawie wybranego przez niego jadłospisu, i upewnij się, że wszystkie produkty będą dostępne przed startem gotowania. Przeprowadźcie pierwszy, testowy tydzień produkcji, podczas którego Uczestnicy WTZ realizują zadania pod okiem Głównego Instruktor terapii zajęciowej – od obróbki wstępnej, poprzez gotowanie, po pakowanie i przygotowanie posiłków do wydania. Zorganizujcie również testowy dowóz obiadów, aby sprawdzić trasę, czas potrzebny na dostawy oraz jakość kontaktu z seniorami.

2. Zweryfikuj przebieg procesu i wdrażaj poprawki

Obserwujcie, jak funkcjonuje kuchnia i logistyka w pierwszych dniach działania. Sprawdzaj płynność pracy, komunikację między instruktorami a uczestnikami oraz to, czy jadłospisy są realizowane zgodnie z wytycznymi. Reaguj na wszelkie trudności takie jak: problemy techniczne, brakujące narzędzia czy opóźnienia w dowozach. Jeśli zauważycie, że któreś etapy pracy wydłużają cały proces, wprowadźcie szybkie korekty, aby usprawnić działanie usługi. Zakończcie to zadanie stworzeniem krótkiej listy poprawek, które pozwalają wejść w tryb standardowej, codziennej produkcji.

3. Kontynuuj wydawanie obiadów

Po zakończonym teście przejdźcie do regularnej realizacji usługi. Dopilnuj, aby Główny Instruktor terapii zajęciowej, jego Zastępca i Dietetyk pozostawali w stałej współpracy. Zadbaj o to, aby Opiekun merytoryczny regularnie zaopatrywał kuchnię, dbał o zamówienia produktów, kontrolę ich jakości i rotację. Upewnij się, że dowozy odbywają się zgodnie z ustalonym harmonogramem i że Uczestnicy WTZ oraz Asystenci logistyczni zgłaszają ewentualne problemy na bieżąco. Wypracujcie stabilny rytmem codziennych dostaw i pełną gotowość operacyjną.

więcej na następnej stronie ↓

4. Zorganizuj warsztaty dla seniorów aktywnych (równolegle)

Równolegle do codziennej produkcji obiadów rozpocznij cykl warsztatów dla seniorów aktywnych. Zadbaj o znalezienie przestrzeni, która posiada podstawowe wyposażenie kuchenne w postaci noży, desek do krojenia, talerzy, sztućców, misek, garnków czy patelni (jeśli nie jest to możliwe, kup przybory w ramach grantu). Upewnij się, że Dietetyk prowadzący warsztaty ma wsparcie w przygotowaniu przestrzeni i że seniorzy wiedzą, czego mogą się spodziewać podczas zajęć. Zapewnij też jasną komunikację dotyczącą terminów i organizacji każdego spotkania. Pamiętaj, aby po warsztatach odebrać od Dietetyka pierwsze opinie uczestników, które mogą przydać się w kolejnych edycjach.

Rozwój rozwiązania po rozliczeniu grantu

Etap 03 Monitoring działań

1. Monitoruj skuteczność działań

Regularnie monitoruj to, jak działa usługa w praktyce. Sprawdzaj, czy posiłki docierają codziennie do właściwych seniorów i czy nie występują opóźnienia ani pomyłki w dostawach. Oceń jakość przygotowywanych dań, zarówno pod kątem zgodności z jadłospisami, jak i smaku, temperatury oraz porcji. Zbieraj od seniorów informacje o tym, czy jedzą posiłki w całości, czy coś im nie odpowiada oraz czy zauważają poprawę w codziennym funkcjonowaniu. Zwracaj uwagę na płynność pracy kuchni: tempo gotowania, ilość wyrzucanego jedzenia, miejsca, w których proces się spowalnia. Przeanalizuj także pracę dostawców i trasy dowozów, sprawdź, ile czasu zajmują dostawy, gdzie pojawiają się trudności i które rozwiązania warto zmodyfikować. Staraj się przygotowywać notatki (nawet krótkie i hasłowe), które pozwolą na zbieranie kluczowych informacji do dalszego rozwoju usługi.

2. Monitoruj budżet projektu

Regularnie sprawdzaj, jak wykorzystywane są środki przeznaczone na realizację innowacji. Porównuj poniesione koszty z planowanym budżetem i pilnuj, aby wydatki mieściły się w zaplanowanych kategoriach. Monitoruj zakupy kuchenne, koszty transportu, wynagrodzenia zaangażowanych osób oraz wszelkie dodatkowe wydatki, które pojawiają się w trakcie realizacji usługi. Współpracuj z działem księgowym, aby na bieżąco weryfikować faktury i zestawienia kosztów. Jeśli zauważysz, że jakieś obszary generują większe wydatki, niż przewidywano, zaproponuj korekty lub inne rozwiązania. Dla utrzymania usługi ważne jest prowadzenie comiesięcznej analizy budżetu i efektywne wykorzystywanie środków.

3. Wspieraj Uczestników WTZ i identyfikuj trudności

Bądź w stałym kontakcie z seniorami i Uczestnikami WTZ, którzy przygotowują i dowożą posiłki. Sprawdzaj, czy radzą sobie z powierzonymi zadaniami, czy potrzebują dodatkowych instrukcji, pomocy lub dostosowania pracy do ich możliwości. Słuchaj, co

sprawia im trudność, i zadbaj o komfortowe warunki pracy. Reaguj na te potrzeby, wprowadzając drobne usprawnienia lub dodatkowe wsparcie.

4. Organizuj regularne spotkania zespołu wdrażającego

Raz na dwa miesiące (szczególnie w pierwszych okresach działalności) zwołaj spotkanie całego zespołu – Koordynatora, Opiekuna merytorycznego, Dietetyka, Głównego Instruktor terapii zajęciowej, jego Zastępcy i Asystentów logistycznych. Podsumujcie wspólnie, co działa dobrze, a co wymaga zmiany. Przeanalizujcie wnioski z monitoringu, sygnały od seniorów oraz uwagi uczestników WTZ. Ustalcie, jakie poprawki wprowadzacie na kolejny miesiąc.

5. Podsumowuj działania partnerom

Przygotuj krótkie, regularne podsumowania dla partnerów lokalnych zaangażowanych w program. Pokaż im, jakie efekty udało się osiągnąć, ilu seniorów korzysta z posiłków i warsztatów oraz jak rozwija się współpraca. Podkreślaj ich rolę i znaczenie tego, co wspólnie tworzycie, aby podtrzymać ich motywację i zaangażowanie.

Rozwój rozwiązania po rozliczeniu grantu

Etap 04 Upowszechnianie

1. Uruchom odpłatny model usługi

Na podstawie wcześniejszych analiz przygotuj i uruchom odpłatny model świadczenia usługi po zakończeniu finansowania grantowego. Zweryfikuj, co może być finansowane przez seniorów, ich rodziny lub JST, a które elementy wymagają dodatkowego wsparcia. Ustal progi cenowe, formy płatności oraz zasady rozliczania usługi. Skonsultuj model z działem prawnym i księgowym, aby upewnić się, że jest zgodny z przepisami i możliwościami instytucji. Zakończ to zadanie wdrożeniem i zakomunikowaniem nowego modelu finansowania odbiorcom oraz partnerom.

2. Pozyskaj nowych partnerów i środków finansowania

Aktywnie poszukuj nowych partnerów, którzy mogą wesprzeć rozwój usługi, zarówno organizacyjnie, jak i finansowo. Sprawdź, jakie zasoby mogą zaoferować: warzywa i owoce, produkty z krótkim terminem przydatności, przestrzeń kuchenną czy wsparcie wolontariuszy. Zadbaj o to, aby partnerzy widzieli w projekcie wspólną korzyść społeczną i jasne role dla siebie. Przygotuj proste i przejrzyste informacje opisujące efekty działań i korzyści społeczne wynikające z programu. Zaprezentuj je przedstawicielom JST, CUS, OPS, firmom lokalnym, organizacjom społecznym i potencjalnym sponsorom. Nawiąż kontakt z lokalnymi mediami, aby nagłośnić przedsięwzięcie i przyciągnąć nowych odbiorców oraz partnerów. Zadbaj o regularne informowanie o sukcesach i konkretnej wartości, jaką wnosi innowacja.

3. Rozszerz ofertę o kolejne rejony

Przeanalizuj, czy istnieje możliwość rozszerzenia usługi na kolejne sołectwa, dzielnice lub sąsiednie gminy. Sprawdź, jakie zasoby będą potrzebne, aby objąć programem nowych seniorów, i oceń, czy Twoja kuchnia może zwiększyć skalę produkcji. Skontaktuj się z JST oraz lokalnymi partnerami w nowych lokalizacjach, aby ustalić zasady współpracy.

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 profesjonalnej kuchni spełniającej wymogi sanitarne (zatwierdzonej przez sanepid)	Nawiąż współpracę z instytucją posiadającą odpowiednie zaplecze (WTZ, ZAZ) lub zainwestuj w wyposażenie i dostosowanie istniejącej kuchni do obowiązujących standardów.
Zbyt duża odległość między WTZ a miejscem zamieszkania seniorów, co utrudnia dostarczanie posiłków	Wybierz seniorów mieszkających najbliższej placówki albo zapewnij transport (np. samochód samorządowy, wolontariusze, współpraca z OPS).
Trudności w rekrutacji seniorów ze względu na brak informacji, nieufność lub ograniczoną mobilność	Dystrybuuj informacje przez OPS, kluby seniora, parafie i lokalne media. Wspieraj rodziny i opiekunów w procesie zgłaszania.
Nieufność seniorów wobec obcych osób dostarczających obiady	Pierwsze wizyty mogą odbyć się z udziałem opiekuna/ członka rodziny. Przypisanie stałego uczestnika WTZ do konkretnego seniora może pomóc zbudować zaufaną relację. Zadbaj o szkolenie dla uczestników WTZ z komunikacji społecznej i reagowania w trudnych sytuacjach.

więcej na następnej stronie ↓

Bariera	Sposób poradzenia sobie z nią
Sezonowe problemy z pogodą (np. deszcz, mróz) utrudniające dostarczenie obiadów przez uczestników WTZ	Zapewnij alternatywny transport lub wsparcie asystenta logistycznego w trudnych warunkach oraz stosuj procedury BHP. Możesz również zaangażować wolontariuszy do dostarczania posiłków w trudnych warunkach pogodowych.
Zbyt wysoki koszt posiłków dla seniorów o niskich dochodach – w okresie po zakończeniu grantu	Postaraj się o częściowe dofinansowanie przez gminę, OPS lub programy senioralne. Pomocne może być stosowanie klauzul społecznych w zamówieniach publicznych lub znalezienie sponsorów.
Ryzyko przeciążenia kadry instruktorów i koordynatorów	Wyraźnie określ zakres obowiązków. Zapewnij wsparcie organizacyjne z innych organizacji lub pozyskaj wolontariuszy.
Niskie bezpieczeństwo uczestników WTZ podczas dostarczania obiadów (np. wypadki w drodze)	Zapewnij możliwość dostarczania posiłków w parach lub wraz z wolontariuszem. Upewnij się, że wszyscy uczestnicy są ubezpieczeni, przeszkoleni z BHP i mają dostęp do procedur awaryjnych.

5. Harmonogram prac

Zadanie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Etap 01 Przygotowanie												
1. Powołanie zespołu												
2. Rekrutacja seniorów												
3. Uzyskanie orzeczeń sanepidowskich												
4. Organizacja szkolenia z zakresu zarządzania cateringiem dietetycznym oraz zachowania BHP												
5. Opracowanie przepływu pracy kuchni oraz transportu posiłków												
6. Przygotowanie infrastruktury kuchennej i zaplecza												
7. Zakup sprzętu i akcesoriów kuchennych												
8. Przeprowadzenie konsultacji dietetycznych w domach seniorów												
9. Opracowanie jadłospisów												

więcej na następnej stronie ↓

- szacunkowy czas etapu

- optymalny czas

- margines czasowy

Zadanie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Etap 2: Uruchomienie													
1. Uruchomienie przygotowania posiłków przez Uczestników WTZ													
2. Weryfikacja przebiegu procesu i wdrażanie poprawek													
3. Kontynuowanie wydawania obiadów													
4. Organizacja warsztatów dla seniorów aktywnych													

- 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
zakres podstawowy						
1.1 Wynagrodzenie dla Opiekuna merytorycznego 1 etat (etap 1 Przygotowanie)	miesiąc	5	6 500	9 000	32 500	45 000
1.2 Wynagrodzenie dla Opiekuna merytorycznego ½ etatu (etap 2 Uruchomienie)	miesiąc	5	3 250	4 500	16 250	22 500
1.3 Wynagrodzenie dla Głównego Instruktora terapii zajęciowej 5 miesięcy (etap 1 Przygotowanie)	miesiąc	5	6 500	9 000	32 500	45 000

więcej na następnej stronie ↓

1.4 Wynagrodzenie dla Głównego Instruktora terapii zajęciowej 1 etat (etap 2 Uruchomienie)	miesiąc	5	6 500	9 000	32 500	45 000
suma kosztów podstawowych					113 750	157 500
zakres poszerzony (koszty opcjonalne)						
1.5 Wynagrodzenie dla Asystenta logistycznego 3 h pracy x 20 dni w miesiącu x 5 miesięcy (etap 2 Uruchomienie)	godzina	300	36	44	10 800	13 200
1.6 Wynagrodzenie (kieszonkowe) dla Uczestników WTZ 10 osób x 5 miesięcy (etap 2 Uruchomienie)	osobomiesiąc	50	200	350	10 000	17 500
suma kosztów opcjonalnych					20 800	30 700

2. Narzędzia, urządzenia i zakupy bezpośrednio związane z wdrożeniem						
pozycja	jednostka	liczba	cena od	cena do	koszt od	koszt do
zakres podstawowy - na miesiąc dla 20 osób						
2.1 Produkty spożywcze na obiad dwudaniowy 20 osób × 20 dni × 5 miesięcy (etap 2 Uruchomienie)	posiłek	2 000	16	22	32 000	44 000
2.2 Produkty spożywcze na szkolenie organizacyjne dla gotujących uczestników WTZ 5 dwudaniowych posiłków (etap 1 Przygotowanie)	posiłek	5	50	60	250	300
2.3 Usługa konsultacji dietetycznych (+ opracowanie wytycznych żywieniowych dla każdego seniora) 20 osób x 2 h + dojazd (etap 1 Przygotowanie)	godzina	40	120	200	4 800	8 000
2.4 Przeprowadzenie warsztatów kulinarno-edukacyjnych przez dietetyka + produkty kulinarne 2 dni x 6h (etap 2 Uruchomienie)	warsztaty	1	2 500	3 500	2 500	3 500
2.5 Szkolenie dla Głównego Instruktor z zakresu zarządzania cateringiem dietetycznym + konsultacja dotycząca usprawnienia pracy kuchni 8h (etap 1 Przygotowanie)	godzina	8	150	350	1 200	2 800

2.6 Szkolenie z zakresu BHP 12 osób x 8h (etap 1 Przygotowanie)	godzina	96	25	35	2 400	3 360
2.7 Opracowanie jadłospisów tygodniowych 4 jadłospisy tygodniowe x 5 dwudaniowych posiłków x 1 godzina wraz z merytorycznym wsparciem Głównego Instruktor 5 godzin (etap 1 Przygotowanie)	godziny	25	120	200	3 000	5 000
2.8 Dowóz posiłków do seniorów od 30 do 80 km x 20 dni x 1,15 zł (etap 2 Uruchomienie)	miesiąc	5	690	1 840	3 450	9 200
2.9 Koszt pozyskania książeczek sanepidowskich dla 10 uczestników WTZ (etap 1 Przygotowanie)	sztuka	10	220	300	2 200	3 000
2.10 Doposażenie kuchni i przybory do przygotowywania posiłków – zlew, płyta grzewcza, garnki, naczynia, przybory kuchenne, sprzęt do gotowania na parze, lodówki, wypaźarki, pojemniki do przechowywania żywności. (etap 1 Przygotowanie)	zestaw	1	12 000	18 000	12 000	18 000
2.11 Pojemniki do transportu żywności (etap 1 Przygotowanie)	szt.	20	55	85	1 100	1 700

2.12 Wydruk materiałów metodycznych i informacyjnych na warsztaty (etap 1 Przygotowanie)	komplet	1	600	900	600	900
2.13 Ubezpieczenia dla 10 Uczestników WTZ, 2 Asystentów logistycznych oraz wolontariuszy (etap 1 Przygotowanie)	sztuka	12	80	120	960	1 440
suma kosztów podstawowych					66 460	101 200
zakres poszerzony (koszty opcjonalne)						
2.14 Usługa drugiej wizyty po konsultacji dietetycznej u seniora 20 wizyt x 1h (etap 1 Przygotowanie)	godzina	20	120	200	2 400	4 000
2.15 Szkolenie dla Zastępcy Instruktora z zakresu zarządzania cateringiem dietetycznym + konsultacja dotycząca usprawnienia pracy kuchni 8h (etap 1 Przygotowanie)	godzina	8	150	350	1 200	2 800
2.16 Przybory potrzebne do przeprowadzenia warsztatów kulinarno-edukacyjnych dla seniorów aktywnych (deski do krojenia, noże, obieraczki, garnki, patelnie, talerze, miski, sztucce)	komplet	1	1 800	2 500	1 800	2 500
suma kosztów opcjonalnych					5 400	9 300
łącznie koszt (zakres podstawowy)					180 210	258 700
łącznie koszt - zakres poszerzony (koszty podstawowe + opcjonalne)					206 410	298 700

03

Lista załączników i źródła



1. Lista załączników

Wdrożenie innowacji wspierają materiały dodatkowe, które można pobrać ze strony www.innowacjewsamorzadzie.pl

1. Opis modelu

Zawiera opis innowacji przygotowany przez innowatorów.

2. Podręcznik Obiady terapeutyczne

Szczegółowe informacje i wskazówki dotyczące innowacji i kroków koniecznych do jej wdrożenia.

3. Scenariusz warsztatów

Wskazówki do przeprowadzenia warsztatów dla seniorów aktywnych wraz z proponowanymi tematami spotkań.

4. Materiały do warsztatów I

Materiały do pierwszych warsztatów, podczas których poruszane są zagadnienia takie jak: bezpieczeństwo w różnorodności, zapobieganie niedoborom energetyczno-białkowym, udział składników energetycznych w pokryciu zapotrzebowania na energię, zalecenia żywieniowe dla seniorów. W podsumowaniu materiał zawiera polecane przepisy.

5. Materiały do warsztatów II

Materiały do drugich warsztatów, podczas których poruszane są zagadnienia takie jak: nadwaga i otyłość, cukrzyca, choroby układu krążenia, choroby nowotworowe, osteoporoza czy niedokrwistość.

6. Wzór formularza rekrutacyjnego dla seniorów

Formularz pomocny przy rekrutacji seniorów, szczegóły korzystania z formularza są opisane w Podręczniku.

2. Źródła

1. Zdjęcia pochodzą z serwisu Freepik, www.freepik.com.
2. Ikony pochodzą z serwisu Flaticon, www.flaticon.com.

