

PODSUMOWANIE DZIAŁAŃ RADY SENIORÓW GMINY LUBIN W PROJEKCIE

„RADY SENIORÓW – PRZESTRZEŃ DO AKTYWNOŚCI
OBYWATELSKIEJ SENIORÓW”



SZKOLENIE RAD SENIORÓW (WRZESIEŃ 2021 R.)



Szkolenie to jedna z części projektu „Rady seniorów – przestrzeń do aktywności obywatelskiej seniorów”, który realizuje Fundacja Ekologiczna „Zielona Akcja” z Legnicy. Uczestniczą w nim obok naszych mieszkańców także seniorzy z gmin: Janowice Wielkie, Lubawka, Mieroszów, Podgórzyn.



Seniorzy z Gminy Lubin
wzięli udział w szkoleniu
„Obywatelska szkoła
seniora”, które było
poświęcone aktywizacji
seniorów z
lokalnych środowisk oraz
podnoszeniu jakości
działania Rad Senioralnych.

PLANOWANIE INICJATYW (PAŹDZIERNIK 2021 R.)



W Ośrodku Kultury Gminy Lubin odbyło się spotkanie poświęcone projektowi. Oprócz członków Rady – zaproszone zostały zaprzyjaźnione seniorki m.in. Cecylia Szwedo i Aleksandra Kalinowska. Wzięła w nim także udział Irena Krukowska-Szopa, Prezes Fundacji Ekologicznej „Zielona Akcja” z Legnicy.

*WARSZTATY
FLORYSTYCZNE
(PAŹDZIERNIK 2021 R.)*

W ramach projektu Rada Seniorów Gminy Lubin przy wsparciu Ośrodka Kultury Gminy Lubin zorganizowała warsztaty florystyczne pn. „Barwy jesieni – stroiki, wianki, jesienne kompozycje”. Warsztaty skierowane były do seniorów w wieku 50+ z terenu Gminy Lubin.

Warsztaty miały na celu integrację międzypokoleniową. Potwierdziło się, że florystyka uczy precyzji i cierpliwości, inspiruje, integruje, pobudza kreatywność, działa motywacyjnie i terapeutycznie. W spotkaniu wzięło udział ponad 20 seniorów z naszej gminy, którzy stworzyli wyjątkowe, jesienne kompozycje kwiatowe.





Podczas warsztatów wykonano wianki, stroiki, ramki, a nawet świeczniki, a wszystko ozdobione własnoręcznie zebranymi naturalnymi materiałami. Jak sami uczestnicy stwierdzili taka inicjatywa była dla nich idealną odskocznią od rzeczywistości.

WARSZTATY Z PSYCHOLOGIEM (LUTY 2022 R.)



Warsztaty miały formę wykładu i treningu. Seniorzy mówili o rozpoznawaniu emocji i uczuć oraz o wykształceniu własnych sposobów i umiejętności pozyskiwania dobrostanu zwanego szczęściem.



Omawiano jak się doskonalić i zadbać o siebie. Uczestnicy warsztatów dowiedzieli się też m.in. jakie są hormony szczęścia i jak naturalnie wpływać na podniesienie ich poziomu.



INTEGRACJA MIĘDZYPOKOLENIOWA (CZERWIEC 2022 R.)

Ostatnią inicjatywą w ramach projektu, była integracja międzypokoleniowa. Rada Seniorów Gminy Lubin zainicjowała przedsięwzięcie przy współpracy ze Szkołą Podstawową w Krzeczynie Wielkim oraz przy wsparciu gminy Lubin.

Dzieci z klasy III
ze Szkoły
Podstawowej im.
Marii Konopnickiej
w Krzeczynie
Wielkim zostały
podzielone na cztery
grupy: Mięta, Melisa,
Bazylia oraz
Lawenda. Każda
grupa przygotowała
i opowiedziała
o właściwościach
roślin jakimi została
nazwana.





Irena Krukowska – Szopa, prezes Fundacji rozmawiała z dziećmi o pszczołach i dzikich owadach zapylających.
Wszystkie dzieci wykazywały duże zainteresowanie tematem ochrony owadów.



Wraz z uczniami wykonano nasadzenia roślin miododajnych i ziół. Uczniowie z Radą Seniorów posadzili ponad 90 sadzonek.
Dzieci własnoręcznie przygotowały etykiety z nazwami roślin.



Zakupiono i zagospodarowano na terenie szkoły hotele dla owadów.
Również każdy z członków Rady Seniorów Gminy Lubin otrzymał na pamiątkę domek dla owadów.

A high-angle shot of a rustic, woven basket filled with fresh fruit. The basket is made of light-colored, weathered wooden sticks. It contains approximately 15 apples, mostly with a mix of red and green skin, and one bright yellow lemon. The basket sits on a wooden surface. In the background, there's a wooden box with a small white label and a white lattice structure. A single red apple lies on the wooden surface to the right of the basket. The text 'DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ' is overlaid in the center in a stylized, black, italicized font with a white outline.

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ