

- c) działalność prozdrowotną (m.in. edukacja zdrowotna, spotkania z lekarzami), kulturalna (wyjścia do kina, czy teatru) i edukacyjna (m.in. nauka obsługi komputera, korzystania z Internetu);
 - d) prowadzenie zajęć z zakresu kultury fizycznej poprzez organizację zajęć sportowych np. nordic walking, zorganizowane zajęcia w ramach stref aktywności rodzinnej, aerobik, aqua – aerobik itp.;
 - e) tworzenie grup samopomocowych, których członkowie będą wzajemnie się wspierać w trudnościach życia codziennego;
 - f) poradnictwo prawne realizowane poprzez udzielanie seniorom informacji o obowiązujących przepisach z zakresu m.in. prawa rodzinnego i opiekuńczego, zabezpieczenia społecznego, ochrony praw lokatorów;
 - g) poradnictwo psychologiczne realizowane poprzez proces diagnozowania, profilaktyki i terapii;
 - h) poradnictwo rodzinne obejmujące funkcjonowanie rodziny.
- 3) Osoby prowadzące klub seniora nie mają określonych wymagań zawodowych. Wymagane jest, by odbyły one co najmniej 20-godzinny kurs przygotowujący do prowadzenia takiej działalności.
- 4) Świadczenie usług opiekuńczych w klubie seniora podlega monitoringowi i okresowej ewaluacji podmiotu realizującego usługi opiekuńcze.

5. Sąsiedzkie usługi opiekuńcze

- 1) Sąsiedzkie usługi opiekuńcze to rozwiązanie, dzięki któremu osoby niesamodzielne mogą korzystać z pomocy świadczonej przez osoby blisko zamieszkujące.
- 2) Usługi sąsiedzkie obejmują wspieranie osoby niesamodzielnej i pomoc w podstawowych, codziennych czynnościach domowych i życiowych, w szczególności:
- a) pomoc w dokonywaniu zakupów podstawowych artykułów;
 - b) pomoc w przygotowywaniu i podawaniu posiłków;
 - c) pomoc w wykonywaniu prac porządkowych w gospodarstwie domowym;
 - d) pomoc w praniu odzieży i bielizny;
 - e) pomoc w uiszczaniu opłat, w dotarciu do lekarzy, placówek i urzędów, w tym kontaktowanie się w sprawach urzędowych w imieniu osoby objętej usługą, towarzyszenie na spacerach;
 - f) informowanie rodziny lub właściwych służb o pogorszeniu stanu zdrowia lub sytuacjach kryzysowych;
 - g) odwiedziny w szpitalu.

Sformatowano: Wcięcie: Z lewej: 0 cm, Wysunięcie: 0,63 cm

Sformatowano: Czcionka: 11 pkt

Sformatowano: Normalny, Do lewej