

Projekta LLI-490 "Senioru sociālā iekļaušana Latvijas - Lietuvas pārrobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)"

AKTUALITĀTES

Informācija ievietota 2022. gada 25. augustā



Noslēdzies divu gadu pārrobežu sadarbības projekts "Aktīvie seniori"

24. augustā, pulcējoties gan Liepājas sadarbības partneriem un projektā iesaistītajiem, gan Neringas un Klaipēdas sociālās jomas pārstāvjiem, svinīgi tika noslēgts divus gadus ilgušais pārrobežu sadarbības projekts "Aktīvie seniori", kas tika realizēts Latvijas-Lietuvas pārrobežu sadarbības programmā Interreg.

Pasākuma laikā savu uzrunu sniedza Liepājas un Neringas pašvaldību pārstāvji, uzsverot šādu projektu un savstarpējās sadarbības nozīmību. Liepājas pašvaldības pārstāvji un Neringas Sociālo pakalpojumu centra pārstāvji klātesošajiem sniedza informāciju par projekta laikā sasniegto. Pasākuma noslēgumā klātesošos priecēja folkloras kopa "Vēlava" un norisinājās svinīgā partneru sveikšana.

Liepājā projekta ietvaros tika ierīkots brīvdabas vingrošanas laukums senioriem Ganību ielā 135/141, uzstādīts mobilais krēslveida pacelājs vides pieejamības nodrošināšanai Veco ļaužu dzīvojamā mājā, iegādāts dažāda veida fizisko aktivitāšu inventārs senioriem, organizēts publiskais pasākums, pieredzes apmaiņas braucieni gan senioriem, gan sociālās jomas darbiniekiem, semināri senioriem un kompetences celšanas apmācības sociālās jomas darbiniekiem. Pusotra gada garumā senioriem bija iespēja piedalīties elpošanas un kanisterapijas nodarbībās.

Projekta vadošais partneris Neringas sociālo pakalpojumu centrs arī ievieša projekta plānotās aktivitātes, iegādājoties īpaši pielāgotu automašīnu, lai nodrošinātu senioru pārvadāšanu un piekļūšanu nepieciešamajiem pakalpojumiem. Lietuviešu partneris izstrādāja metodisko materiālu par senioriem piemērotu fizisko aktivitāti, ievieša gan elpošanas, gan vingrošanas, gan kanisterapijas nodarbības, nodrošināja sociālo darbinieku apmācības.

Papildu informācija

Anete Kopštāla

Liepājas pilsētas pašvaldības administrācijas
Vides, veselības un sabiedrības līdzdalības daļas
veselības veicināšanas koordinētāja

Tālrunis 63 404 747

E-pasts: anete.kopstala@liepaja.lv



Informācija ievietota 2022. gada 3. jūnijā



30. un 31. maijā Liepājas pilsētas domes Sociālā dienesta darbinieki projekta LLI-490 “Aktīvie seniori” ietvaros devās pieredzes apmaiņas un sadraudzības braucienā Latvijas un Lietuvas teritorijā. Brauciena mērķis bija mācīties gan no Latvijas, gan Lietuvas pieredzes sociālajā jomā, vienlaikus nomainot ikdienas darbu pret jauniem iespajdiem un atpūtu.

Sociālās jomas darbinieki apmeklēja ilgstošas un īslaicīgas sociālās aprūpes un rehabilitācijas centru “Laimas” Gramzdā, kur guva ieskatu, kā senioru aprūpe tiek nodrošināta privātā sektorā, kā arī iepazinās ar Priekules vēsturi un apmeklēja atjaunoto skaisto Gramzdas Luterāņu baznīcu.

Nākamajā dienā ceļš turpinājās Lietuvas virzienā uz Neringu, kur darbinieki tikās un dalījās pieredzē ar kolēģiem no Neringas sociālo pakalpojumu centra, kā arī uzklaustīja

Neringas mēra Dariusa Jasaita uzrunu. Brauciena ietvaros dalībniekiem bija iespēja apmeklēt Nidas Dzintara muzeju un uzzināt dzintara vēsturi. Mājupceļa virzienā dalībnieki viesojās Cilvēku ar garīga rakstura traucējumiem nodarbinātības un aprūpes biedrības dienas centrā Palangā, kur smēlās idejas radošiem darbiem, kā arī uzklaušīja nevalstiskā sektora darbu sociālajā jomā Palangā.

Kopā pieredzes apmaiņas braucienā piedalījās 30 sociālās jomas darbinieki.

Pieredzes apmaiņas brauciens tika īstenots un finansēts Interreg V-A Latvijas – Lietuvas programmas 2014. – 2020.gadam projektā LLI-490 “Senioru sociālā iekļaušana Latvijas - Lietuvas pārobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)” .



Informācija ievietota 2022. gada 25. maijā



25. maijā Liepājas pilsētas domes Sociālā dienesta Sociālo dzīvojamo māju seniori projekta LLI-490 “Aktīvie seniori” ietvaros devās pieredzes apmaiņas un sadraudzības braucienā uz Neringu Lietuvā.

Sadarbībā ar Neringas Sociālo pakalpojumu centru, senioriem bija iespēja satikt Nidā dzīvojošos seniorus un iepazīties, pārrunājot aktualitātes. Savukārt 17. maijā Nidas seniori viesojās Liepājā un jau tad seniori savā starpā izveidoja savstarpējus kontaktus, tādējādi šajā braucienā jau atkal varēja satikt nesen iepazītos draugus.

Brauciena laikā seniori iepazīnās ar Nidas apkārtni un dabu, apmeklēja Delfināriju un jaukā atmosfērā pavadīja dienu ārpus ikdienišķā.

Pieredzes apmaiņas brauciens tika īstenots un finansēts Interreg V-A Latvijas – Lietuvas programmas 2014.–2020.gadam projektā LLI-490 “Senioru sociālā iekļaušana Latvijas - Lietuvas pārobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)” .

Informācija ievietota 2022. gada 16. maijā



Seniori aicināti pieteikties bezmaksas semināram par krišanas riskiem

Lai veicinātu senioru zināšanas un novērstu krišanas riskus, seniori un ikviens interesents 24. maijā pulksten 15.00 Liepājas Latviešu biedrības nama kamerzālē aicināts piedalīties bezmaksas seminārā par krišanas riskiem un to novēršanu. Semināru vadīs fizioterapeite Santa Eglīte.

Seminārā varēs uzzināt par to, kā identificēt kritienu riskus, kā novērst kritienus un kā atpazīst krišanas riskus dzīvesvietā. Tāpat fizioterapeite dalīsies ar informāciju par to, kā krišanas risks saistīts ar medikamentu lietošanu, kāda ir līdzsvara treniņa nozīme kritienu profilaksē, kā izvairīties no kritieniem ziemā, kad laukā ir slidens u.c. tēmām.

Semināra praktiskajā daļā norisināsies diskusija, apmeklētāji varēs dalīties savstarpējā pieredzē par semināra tēmu, senioriem tiks demonstrēti līdzsvara un citu pamatvingrinājumi.

Seminārā iegūtā informācija ļaus izvairīties no iespējamiem kritieniem, tādējādi novēršot kritienu rezultātā gūtas traumas.

Semināru organizē Liepājas pilsētas pašvaldības administrācijas Vides, veselības un sabiedrības līdzdalības daļa sadarbībā ar nodibinājumu "Liepājas Reģionālās slimnīcas atbalsta fonds". Uz semināru nepieciešama iepriekšēja pieteikšanās, zvanot vai sūtot sms uz tālruni 26 591 363 (Indra Grase).

Seminārs tiek īstenots un finansēts Interreg V-A Latvijas-Lietuvas programmas 2014.–2020. gadam projekta LLI-490 "Senioru sociālā iekļaušana Latvijas-Lietuvas pārrobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)" ietvaros.

Papildu jautājumu gadījumā var sazināties ar Liepājas pilsētas pašvaldības administrācijas Vides, veselības un sabiedrības līdzdalības daļu, rakstot uz e-pastu veseliba@liepaja.lv



Informācija ievietota 2022. gada 11. maijā

Šopavasār projekta partneri tiekas sanāksmēs Neringā un Liepājā



Projekta partneru vadības grupa un darba grupa Interreg V-A Latvijas – Lietuvas programmas 2014.–2020. gadam projekta LLI-490 “Senioru sociālā iekļaušana Latvijas - Lietuvas pārrobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)” ietvaros tikās partneru pilsētās – 2. maijā Neringā un 9. maijā Liepājā.

Pēc Covid-19 ietekmētās rudens un ziemas sezonas, brīdī, kad atcelta lielākā daļa epidemioloģiskās drošības ierobežojumi, projektā iesaistītie partneri atkal varēja satikties klātienē projektā kārtējās plānotajās vizītēs gan Neringā, gan Liepājā.

Klātienē sanāksmēs partneri viens otram prezentēja projekta laikā līdz šim paveikto un informēja par aktivitātēm, kas ir jāievieš līdz projektā beigām 2022. gada augustā.

Saistībā ar stingrajiem Covid-19 ierobežojumiem abās valstīs, daļa no projektā plānotajām aktivitātēm nevarēja tikt veiktas pēc iepriekš noteiktā laika plāna, tāpēc liela daļa kopīgās aktivitātes būs jāveic projekta noslēdzošajos mēnešos – no maija līdz augustam. Projekta partneru galvenais tikšanās mērķis bija pārrunāt pieredzes apmaiņas braucienu organizēšanu, kopējās aktivitātes projektā (viesojoties un uzņemot projekta partnerus, seniorus un sociālos darbiniekus savā pilsētā), projekta noslēguma pasākumu (aktivitātes, datumu) – partneri vienojās par kopīgiem datumiem, aktivitātēm u.c.

Tāpat sanāksmju laikā tika pārrunāti lielākie ieguvumi no projekta un sadarbības, lielākie izaicinājumi projekta laikā, kā arī nākotnes sadarbības iespējas nākamā programmas uzsaukumu laikā 2022. gada rudens periodā – abi partneri izsaka vēlmi

sadarboties arī nākamajās reizēs saistībā ar senioru tēmu, piesaistot vēl citu partnerus gan Lietuvā, gan Latvijā.



Informācija ievietota 2022. gada 5. martā

Marta sākumā norisinājās sociālās jomas darbinieku apmācības darbā ar senioriem



Lai veicinātu Liepājas un Dienvidkurzemes sociālās jomas darbinieku kompetences darbā ar senioriem Interreg V-A Latvijas – Lietuvas programmas 2014. – 2020.gadam projektā LLI-490 “Senioru sociālā iekļaušana Latvijas - Lietuvas pārrobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)” 1. un 3. martā Liepājas Latviešu biedrības namā no pl. 10.00 līdz 16.00 norisinājās divu dienu apmācības.

Semināros pieredzējušu speciālistu vadībā tika apskatītas šādas tēmas:

- geriatrijas pamati;
- psiholoģiskie aspekti darbā ar senioriem;
- rūpēšanās par senioriem;
- senioru biežākās veselības problēmas un kā veicināt veselību ar fizisko aktivitāti;
- miršanas process un nāve, profesionālā ētika;
- sociālā darbinieka loma senioru problēmu izpratnes, pareizas saskarsmes un dzīves kvalitātes uzlabošanā;

- senioru ēšanas paradumi;
- epidemioloģiskā drošība senioru aprūpē.

Pēc katras tēmas apskates notika arī praktiskais darbs zināšanu nostiprināšanai.

Kopā apmācībās piedalījās 29 sociālās jomas darbinieki gan no Liepājas, gan Dienvidkurzemes. Par abu dienu semināra apmeklējumu bija iespēja saņemt apliecinājumu 16 akadēmisko stundu apmērā.



Informācija ievietota 2021. gada 8. septembrī

Notiks aktīvo senioru diena



Lai aktualizētu senioru līdzaspastāvēšanu sabiedrībā un fizisko aktivitāšu nozīmību senioru vecumā, 17. septembrī no pl. 13.00 līdz 16.00 pie Veco ļaužu dzīvojamās mājas Ganību ielā 135/141 norisināsies Aktīvo senioru diena.

Pasākuma norises laikā par piemērotu fizisko aktivitāti senioru vecumā seniorus izglītos fizioterapeite Santa Eglīte, stāstot un demonstrējot piemērotus vingrinājumus un ergonomikas principus ikdienas darbos.

Veselības sporta speciāliste Dace Dieviņa izkustinās klātesošos seniorus ar vingrošanu uz krēsliem un uztura speciālists pastāstīs par piemērotu uzturu vecumā pēc 64 gadiem, kā arī vadīs uztura meistarklasi.

Paralēli pasākumam norisināsies arī senioru radošo darbu izstāde, veselības mērījumi un kafijas pauze.

Pasākumā dalībnieku skaits ir ierobežots, tāpēc nepieciešama iepriekšēja pieteikšanās, zvanot vai rakstot sms uz 27 833 180 (Dace). Pasākumu var apmeklēt, uzrādot sadarbspējīgu Covid-19 sertifikātu.

Pasākumu organizē Liepājas pilsētas pašvaldība sadarbībā ar biedrību "Attīstības platforma You+"

Pasākums tiek finansētas Interreg V-A Latvijas – Lietuvas programmas 2014. – 2020. gadam projekta LLI-490 "[Senioru sociālā iekļaušana Latvijas - Lietuvas pārrobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm \(Aktīvie seniori\)](#)" ietvaros. Projekts norisināsies līdz 2022. gada 31. augustam.

Papildu informācija: Liepājas pilsētas pašvaldības administrācijas veselības Vides, veselības un sabiedrības līdzdalības daļa, e-pasts: veseliba@liepaja.lv.



Informācija ievietota 2021. gada 26. augustā

Projekta partneri tiekas sanāksmēs Neringā un Liepājā



Projekta partneru vadības grupa un darba grupa Interreg V-A Latvijas – Lietuvas programmas 2014. – 2020.gadam projekta LLI-490 "Senioru sociālā iekļaušana Latvijas - Lietuvas pārrobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)" ietvaros tikās partneru pilsētās – 19. augustā Neringā un 25. augustā Liepājā.

Klātienēs sanāksmēs tika prezentēti projekta LLI-490 "Aktīvie seniori" sasniegtie rezultāti pirmajā projekta gadā un turpmākie projekta plāni, kā arī pārrunātas problēmas un citas aktualitātes saistībā ar projekta ieviešanu Covid-19 izplatības apstākļos, ņemot vērā pārrobežu sadarbības aspektu.

Šī bija pirmā klātienēs sanāksme kopš projekta uzsākšanas 2020. gada septembrī, tāpēc bija iespējams iepazīties ar projektā iesaistītajām personām klātienē. Sanāksmes laikā Neringā Liepājas projekta partneriem bija iespēja iepazīties ar Neringas sociālo pakalpojumu centra telpām, piedāvātajiem pakalpojumiem un projekta rezultātiem, kā arī vizītes laikā Liepājas pašvaldības pārstāvji tikās ar Neringas pašvaldības pārstāvjiem, lai pārrunātu tālākas sadarbības iespējas veselības veicināšanas un sociālās jomas darbā.

25. augustā Lietuvas partneri tika uzņemti Liepājā, atklājot vizīti ar projekta sanākumi Liepājas domes telpās, kam sekoja vizīte un tikšanās ar Liepājas pilsētas domes Sociālā dienesta vadītāju, kas Neringas Sociālo pakalpojumu centra pārstāvjiem pastāstīja, kā darbojas sociālais dienests Liepājā un kādi ir dienesta sniegtie pakalpojumi iedzīvotājiem. Pēc tikšanās partneri devās uz Liepājas pilsētas domes Sociālā dienesta Veco ļaužu dzīvojamo māju, kur bija iespēja iepazīties ar projekta laikā sasniegtajiem rezultātiem klātienē – uzstādīto krēslveida pacelāju sociālās mājas telpās un nesenu uzstādīto brīvdabas vingrošanas laukumu senioriem. Partneri tikās ar Veco ļaužu dzīvojamās mājas vadītāju, lai pārrunātu darba organizāciju ar senioriem Liepājā un pārrunātu projekta aktivitātes, kas tiek realizētas Veco ļaužu dzīvojamā mājā.



Informācija ievietota 2021. gada 12. augustā

Seniori aicināti piedalīties bezmaksas vingrošanas nodarbībās



Lai iepazīstinātu Liepājā dzīvojošos seniorus ar tiem piemērotām fiziskajām aktivitātēm un senioru brīvdabas vingrošanas laukumā Ganību ielā 135/141 pieejamajām vingrošanas iekārtām un to lietošanu, ikviens seniors ir aicināts pieteikties bezmaksas iepazīšanās nodarbībām.

Nodarbības vadīs veselības sporta speciāliste Dace Dieviņa.

Nodarbību mērķis ir iepazīstināt Liepājas seniorus ar pareizām un katram vecumam atbilstošām fiziskajām aktivitātēm un piemērotām kustībām senioriem.

Iepazīšanās nodarbības notiks **18. augustā** un **25. augustā** pl. 11.00 Ganību ielā 135/141 senioru brīvdabas vingrošanas laukumā. Nodarbības ilgums ir 1 stunda un 30 minūtes. Dalībnieku skaits vienā nodarbībā ir ierobežots – 20 personas un treneris.

Nodarbību norise tiks organizēta atbilstoši epidemioloģiskās drošības pasākumiem – ievērojot savstarpējo distanci un brīvā dabā.

Pieteikties nodarbībām var, sazinoties ar Liepājas Neredzīgo biedrības projektu daļu pa tālruni [26 056 026](tel:26056026) (darba dienās līdz plkst. 17.00) vai rakstot uz e-pastu info@redzigaismu.lv.

Uz nodarbību jāierodas ērtā un laikapstākļiem piemērotā apģērbā, kas ļauj brīvi kustēties, līdzī jāņem dzeramais ūdens, nepieciešamības gadījumā pierakstu bločiņš un pildspalva.

Nodarbības laikā veselības sporta speciāliste Dace Dieviņa pastāstīs, kādas ir piemērotas fiziskās aktivitātes senioriem, iepazīstinās ar iesildīšanās vingrinājumiem pirms fiziskās slodzes. Kopā ar senioriem apskatīs un nodemonstrēs brīvdabas vingrošanas laukumā pieejamās iekārtas, to pielietojumu un funkciju, lai pēc nodarbības ikviens dalībnieks, apmeklējot vingrošanas laukumu, būtu ziņošs par iekārtām un to pareizu lietošanu. Nodarbības beigās tiks nodemonstrēti piemērotākie stiepšanās vingrinājumi pēc fiziskās slodzes.

Projekts norisināsies līdz 2022. gada 31. augustam.

Papildu informācija

Vides, veselības un sabiedrības līdzdalības daļa

Liepājas pilsētas pašvaldības administrācija

Tālrunis: [63 404 747](tel:63404747)

E-pasts: veseliba@liepaja.lv



Informācija ievietota 2021. gada 28. aprīlī



Pie Veco ļaužu dzīvojamās mājas iekārtotais brīvdabas senioru vingrošanas laukums atvērts iedzīvotājiem

Šonedēļ ekspluatācijā nodots brīvdabas senioru vingrošanas laukums, kas atrodas pie Liepājas pilsētas domes Veco ļaužu dzīvojamās mājas Ganību ielā 135/141. Ikviens Liepājas iedzīvotājs aicināts apmeklēt laukumu, iepazīties ar tajā pieejamajām iekārtām un regulāri iekļaut to savā vingrošanas maršrutā.

Brīvdabas senioru vingrošanas laukumā kopumā uzstādītas 24 vingrošanas iekārtas, kas īpaši veidotas un paredzētas lietošanai vecāka gadagājuma cilvēkiem, bet, protams, iekārtas var izmantot jebkurā vecumā. Iekārtas paredzētas dažādu locītavu nodarbināšanai (plaukstu, elkoņu, plecu, iegurņa), līdzsvara un koordinācijas trenēšanai. Vairākas iekārtas paredzētas koncentrēšanās spēju uzlabošanai, kā arī uzstādīta atmiņas trenēšanas spēles iekārta, kas darbojas pēc līdzīga principa kā atmiņas kāršu spēles.

Vingrošanas laukumā uzstādīts arī soļošanas/slēpošanas imitācijas trenāžieris, iekārtas spēka treniņiem, kas pielāgotas tieši senioru spējām, zviedru siena, gurnu rotācijas trenāžieris un soli ar pedāļiem, lai seniori sarunu pauzes var pavadīt dinamiski darbojoties. Vēl laukumā uzstādīti četri koka soli ar roku balstiem un velostatīvi.

Laukums atvērts publiskai lietošanai ikvienam pilsētas iedzīvotājam bez laika ierobežojuma.

Vasaras periodā projekta ietvaros tiks organizētas vairākas iepazīšanās nodarbības, lai interesenti varētu iepazīties un apgūt vingrošanas laukumā pieejamās iekārtas, kā arī uzzinātu par veselību veicinošu kustību.

Kopējās brīvdabas senioru vingrošanas laukuma tapšanas izmaksas ir 61 781,11 eiro bez PVN, darbus veica uzņēmums SIA "Fixman," pamatojoties uz 2020. gadā veikto iepirkumu.

Senioru brīvdabas vingrošanas laukums tapis, īstenojot Interreg Latvijas-Lietuvas pārrobežu sadarbības programmas 2014.–2020. gadam projektu LLI-490 "Aktīvie seniori."



Informācija ievietota 2021. gada 9. februārī



Foto: Brīvdabas vingrošanas laukuma vizualizācija

Pie Veco ļaužu dzīvojamās mājas taps brīvdabas vingrošanas laukums senioriem

Lai veicinātu liepājniekiem fizisko aktivitāšu iespējas brīvā dabā un paplašinātu sporta infrastruktūru pilsētā, pie Liepājas domes Sociālā dienesta Veco ļaužu dzīvojamās mājas Ganību ielā 135/141 tiks ierīkots brīvdabas vingrošanas laukums senioriem.

Brīvdabas senioru vingrošanas laukumā paredzēts uzstādīt 24 dažādas vingrošanas iekārtas, kas īpaši veidotas un paredzētas lietošanai vecāka gadagājuma cilvēkiem, bet iekārtas varēs izmantot jebkura vecuma cilvēki.

Iekārtas paredzētas dažādu locītavu nodarbināšanai (plaukstu, elkoņu, plecu, iegurņa), līdzsvara un koordinācijas trenēšanai. Vairākas iekārtas piemērotas koncentrēšanās spēju uzlabošanai, kā arī tiks uzstādīta atmiņas trenēšanas spēles iekārta.

Vingrošanas laukumā atradīsies arī soļošanas/slēpošanas imitācijas trenižieris, iekārtas spēka treniņiem, kas pielāgotas tieši senioru spējām, zviedru siena, gurnu rotācijas trenižieris un soli ar pedāļiem, lai seniori, arī sarunu pauzēs sēžot, var šo laiku pavadīt dinamiski darbojoties. Vēl laukumā atradīsies četri koka soli ar roku balstiem un velostatīvi.

Laukums būs atvērts publiskai lietošanai 24 stundas diennaktī ikvienam pilsētas iedzīvotājam.

Darbus plānots paveikt līdz 2021. gada aprīļa beigām.

Vasaras periodā, ja epidemioloģiskā situācija to atļaus, projekta ietvaros tiks organizētas vairākas iepazīšanās nodarbības, lai interesenti varētu iepazīties un apgūt vingrošanas laukumā pieejamās iekārtas, kā arī uzzinātu par veselību veicinošu kustību.

Brīvdabas senioru vingrošanas laukuma izbūves izmaksas ir 61 781,11 eiro (bez PVN), darbus veiks uzņēmums SIA "Fixman," pamatojoties uz 2020. gadā veikto iepirkumu.

Aktivitāte tiek īstenota Interreg Latvijas - Lietuvas pārobežu sadarbības programmas 2014. - 2020. gadam projekta LLI - 490 "Aktīvie seniori" ietvaros.

Kopumā šī projekta ietvaros ar Eiropas Reģionālā attīstības fonda līdzekļu palīdzību tiek realizētas aktivitātes Lietuvas pilsētā Neringā un Liepājā par kopējo summu 250

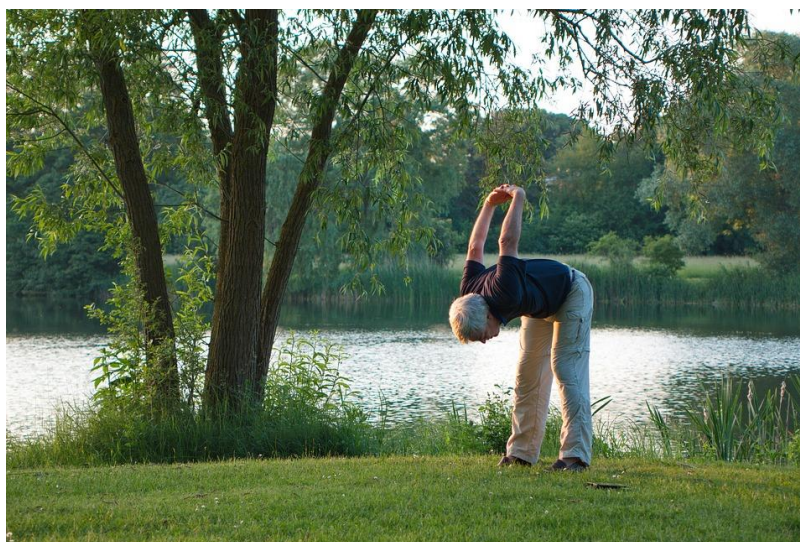
070, 22 eiro. No šīs projekta summas Liepājas projekta realizācijai pieejamais finansējums ir 133 742, 24 eiro, kas sastāv no:

- 85% (113 680,90 eiro) Eiropas Reģionālā attīstības fonda līdzekļiem,
- 10% (13 374,22 eiro) Liepājas pilsētas pašvaldības līdzfinansējuma,
- 5% (6 687,11 eiro) Valsts budžeta līdzfinansējuma. –

Projekts norisināsies līdz 2022. gada 31. augustam.



Informācija ievietota 2020. gada 6. novembrī



Liepājā uzsākta Latvijas-Lietuvas pārrobežu sadarbības programmas projekta “Aktīvie seniori” realizēšana

Liepājas pilsētas pašvaldība sākusi realizēt projektu, kā mērķauditorija ir Liepājas seniori, jo īpaši Liepājas pilsētas domes Sociālā dienesta Veco ļaužu dzīvojamā mājā mītošie seniori. Projekts vērsts uz senioru sociālo iekļaušanu, sociālo pakalpojumu pilnveidi un pieejamības nodrošināšanu, kā arī fiziskās aktivitātes nozīmes aktualizēšanu senioru vidū.

Projekta mērķis ir uzlabot senioru fizisko un emocionālo veselību, nodrošinot bezmaksas pakalpojumus, kas uzlabos viņu ikdienas dzīves kvalitāti. Savukārt uzlabojot sociālo darbinieku kompetenci darbā ar senioriem, tiks veicināta izpratne arī par fizisko aktivitāšu nozīmīgumu senioru dzīves kvalitātes uzlabošanā.

Projektā plānotas vairākas aktivitātes, kas tiešā veidā uzlabos un padarīs krāšņāku Veco ļaužu dzīvojamā mājā mītošo senioru ikdienu – projektā plānots senioriem nodrošināt elpošanas un kanisterapijas nodarbības, tiks iegādāts fizisko aktivitāšu inventārs fizisko aktivitāšu dažādošanai, iegādāts un uzstādīts krēslveida pacēlājs, lai

Veco ļaužu dzīvojamās mājas iedzīvotāji ar kustību traucējumiem var vienkāršāk piekļūt dušām, kas atrodas pagrabstāvā.

Lai veicinātu aktīvāku senioru laika pavadīšanu brīvā dabā, pie Veco ļaužu dzīvojamās mājas Ganību ielā 135/141 tiks izveidots senioru fizisko aktivitāšu laukums ar dažāda veida vingrošanas iekārtām. Laukums tā izmantošanai būs atvērts ikvienam liepājniekam. Ar fizisko aktivitāšu laukuma izmantošanas iespējām tiks iepazīstināti gan Veco ļaužu dzīvojamās mājas seniori, gan jebkurš interesents, un šīs iepazīšanās nodarbības vadīs vingrošanas instruktors.

Tāpat projekta laikā plānots organizēt pieredzes apmaiņas braucienus Latvijā un Lietuvā gan senioriem, gan sociālās jomas darbiniekiem. Notiks publisks pasākums, lai aktualizētu senioru iekļaušanos sabiedrībā, plānoti semināri gan senioriem par krišanas risku novēršanu, gan sociālās jomas darbiniekiem, lai pilnveidotu to kompetences darbā ar senioriem.

Vadošais projekta partneris ir Neringas Sociālo pakalpojumu centrs. Lietuviešu partneris projekta laikā realizēs līdzīgas aktivitātes kā Liepājā, iegādāsies īpaši pielāgotu transporta līdzekli senioru un cilvēku ar funkcionāliem ierobežojumiem pārvadāšanai Neringā, lai nodrošinātu piekļuvi dažādiem pakalpojumiem, izstrādās fizisko aktivitāšu metodoloģiju īpaši senioriem.

Interreg V-A Latvijas – Lietuvas programma 2014.–2020.gadam projekta LLI-490 “Senioru sociālā iekļaušana Latvijas-Lietuvas pārrobežu reģionā, uzlabojot pieejamību sociālām un fiziskām aktivitātēm (Aktīvie seniori)” kopējais finansējums ir 250 070,22 EUR (t.sk. Eiropas Reģionālā attīstības fonda līdzekļi 212 559,69 EUR). Liepājas kā partnera kopējais projekta budžets ir 133 742,24 EUR.

Projekts norisināsies līdz 2022. gada 31. augustam.

Par informācijas saturu pilnībā atbild Liepājas pilsētas pašvaldības administrācija un tā nekādos apstākļos nav uzskatāma par Eiropas Savienības oficiālo nostāju.
