

## „Źródło Aktywności” dla niepełnosprawnych i zagrożonych wykluczeniem społecznym

Data publikacji: 8.08.2022 17:14

Gmina Hażlach może pochwalić się działającym na jej terenie Stowarzyszeniem NA RZECZ OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I ZAGROŻONYCH WYKLUCZENIEM SPOŁECZNYM "ŹRÓDŁO AKTYWNOŚCI" (ŻA). Głównym celem działalności Stowarzyszenia jest działanie na rzecz pomocy osobom niepełnosprawnym oraz osobom zagrożonym wykluczeniem społecznym. Z myślą o naszych czytelnikach zadaliśmy członkom Stowarzyszenia kilka krótkich pytań na temat działalności Stowarzyszenia, grantów oraz planów na przyszłość. Poniżej prezentujemy odpowiedzi.



*fot.pixybay.com*

**AK - Jesteście Państwo młodym Stowarzyszeniem na terenie powiatu cieszyńskiego. Do jakiej grupy osób kierujecie swoją pomoc i jak można się z Wami skontaktować?**

ŻA - Tak, jesteśmy młodym Stowarzyszeniem, zarejestrowanym w tym roku. Jesteśmy osobami, dla których działanie na rzecz Osób Niepełnosprawnych jest nie tylko pracą, ale przede wszystkim pasją. Celem Stowarzyszenia jest działanie na rzecz pomocy osobom niepełnosprawnym oraz osób zagrożonym wykluczeniem społecznym,

wdrażanie tych osób do aktywnego życia społecznego, tworzenie warunków przestrzegania wobec nich praw człowieka, wyrównywania szans, wspieranie i pomoc ich rodzinom. Aktywizacja osób niepełnosprawnych oraz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym do współuczestniczenia w życiu społeczności i wydarzeniach lokalnych, organizowanie zajęć psychoedukacyjnych, rehabilitacyjnych, rewalidacyjnych, terapeutycznych oraz leczniczych. Można się z nami skontaktować przez e maila [zrodloaktywnosci@gmail.com](mailto:zrodloaktywnosci@gmail.com) lub przez stronę Facebooka: Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Źródło Aktywności”.

**AK - Pomimo tych dopiero kilku miesięcy działalności już udało się Wam uzyskać grant. Co i kto może liczyć na pomoc z tego działania?**

ŻA - W tym roku zdobyliśmy, aż dwa granty. Jeden z konkursu „Działaj Lokalnie 2022”- projekt pt. Przez Aktywność Do Radości. Projekt ten odpowiada na potrzeby grupy seniorów z gminy Hażlach. Działania projektu odpowiadają na różne potrzeby seniorów między innymi ma wspierać oraz umożliwić aktywne uczestniczenie seniorów w zajęciach usprawniających ciało w celu opóźnienia zmian inwolucyjnych oraz procesów starzenia się. Szczególnie ważne jest zachowanie aktywności psychicznej i przeciwdziałaniu wykluczeniu społecznemu. Aktywizowanie seniorów oraz rozpowszechnianie i promowanie zdrowego stylu życia, która przekłada się na poprawę jakości życia osób starszych. Jednym z działań w tym projekcie będą zajęcia z jogi dla seniorów, które poprowadzi wykwalifikowana instruktorka jogi Aleksandra Arndt. Projekt zakończy się spotkaniem z specjalnym gościem Piotrem Bielskim, pionierem jogi śmiechu w Polsce oraz autorem książek o tematyce zdrowego stylu życia. Poprowadzi 2 godzinne warsztaty z jogi śmiechu, zajęcia otwarte - dla wszystkich chętnych mieszkańców gminy Hażlach.

**AK - Na tym wydarzeniu nie kończycie działań w tym roku. Co planujecie jako Stowarzyszenie w II półroczu i kogo pragniecie wspierać poprzez swoją działalność?**

ŻA - Z kolei drugi grant udało nam się pozyskać w otwartym konkursie, który został zlecony przez Powiat Cieszyński z zakresu zadań działalności na rzecz osób niepełnosprawnych dotyczących rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych. Zadania będą realizowane ze środków PEFRON. Grupą docelową tego projektu są osoby niepełnosprawne z Powiatu Cieszyńskiego. Projekt w swoich założeniach ma wspierać i umożliwić aktywne uczestnictwo w zajęciach z zakresu profilaktyki zdrowia, przede wszystkim jak radzić sobie ze stresem, dodatkowo zajęcia dają możliwość integracji społecznej oraz poprawy jakości życia zagrożonych wykluczeniem społecznym. Uczestnicy poznają proste metody radzenia sobie ze stresem w codziennym życiu poprzez trening relaksacyjny z elementami dźwiękoterapii i aromaterapii, aktywność ruchową, czy refleksologię.

Cele jakim przyświeca działalność

Stowarzyszenia są interesujące i z pewnością trafią do zainteresowanych osób, które na pewno znajdą coś w szerokiej ofercie „Źródła Aktywności”.

AK