

Przystań Adaptacja

newsletter fundacji adaptacja




www.adaptacja.info

 Program Rozwoju
Organizacji
Obywatelskich
na lata 2018–2030
PROO

Newsletter jest finansowany ze środków otrzymanych z NIW-CRSO w ramach
Programu Rozwoju Organizacji Obywatelskich na lata 2018-2030 PROO.

O Fundacji Adaptacja

Od 2014 roku Fundacja Adaptacja zajmuje się prowadzeniem świetlicy dla osób starszych, niepełnosprawnych, wymagających nieustannej opieki cierpiących z powodu powikłań chorób wieku podeszłego tj. demencja, otępienie, schizofrenia oraz Alzheimer. Zajmujemy się szeroko pojętą terapią, profilaktyką oraz wspomaganiem seniorów oraz niepełnosprawnych. Cieszymy się ogromnym zaufaniem podopiecznych i ich rodzin. Jesteśmy wsparciem dla rodzin, które niekiedy zostają same z problemem choroby. Pod naszą egidą działa także Klub Seniora. Ideą Klubu jest aktywizacja osób starszych i umożliwienie im rozwoju osobistego. W ramach zajęć spotykają się oni ze specjalistami różnych dziedzin i aktywnie uczestniczą w wykładach. W ramach prowadzonego również Klubu Międzypokoleniowego prowadzimy spotkania z animatorami dla dzieci, gimnastykę dla rodziców, zumbę i rytmikę dla dzieci oraz organizujemy teatryki dla najmłodszych. Z wielką pasją i miłością w sercu cały nasz zespół dba o to, aby w ofercie Fundacji każdy bez względu na wiek mógł znaleźć coś dla siebie.



Świetlica Opiekuńcza Pobytu Dziennego działająca przy Fundacji Adaptacja

Przy Fundacji Adaptacja działa również Świetlica Opiekuńcza Dziennego Pobytu. Świetlica opiekuńcza dla seniorów to miejsce, w którym osoby starsze mają możliwość integracji z rówieśnikami w domowych, kameralnych warunkach. Seniorzy mają zapewnione posiłki, aplikowanie leków, terapię zajęciową, wsparcie psychologiczne oraz pedagogiczne. Prowadzimy także zajęcia z fizjoterapeutą. Wszystkie zajęcia dostosowane są do indywidualnych potrzeb i możliwości podopiecznych.

Podczas pobytu na Świetlicy oferujemy:

- grupowe oraz indywidualne zajęcia aktywizujące (terapia zajęciowa, psychologiczna z uwzględnieniem indywidualnych zasobów naszych podopiecznych),
- zajęcia z fizjoterapeutą (diagnostyka, masaż, ćwiczenia),
- gorący posiłek, poczęstunek, napoje (z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb żywieniowych),
- pomoc w spożywaniu posiłków, pomiarze ciśnienia, aplikowaniu leków, czynnościach dnia codziennego jak również aspekty higieny osobistej.

Świetlica czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 16.00



Klub Seniora, Wycieczki, Bale Seniora

Projektami, które po dziś dzień udaje nam się również z sukcesem realizować są: wycieczki dla Seniorów, koncerty oraz Bale Seniora, jak również wyjścia do Kina.

Organizujemy charytatywne koncerty Międzypokoleniowe i Niepodległościowe gwiazd polskiej estrady w Sali Koncertowej Portu Gdynia S.A. Do tej pory zaśpiewali dla nas m.in. Eleni, Damian Holecki, Mirosław Jędrowski, Bernadeta Kowalska, Łukasz Zagrobelny, zespół Happy End i wiele innych.

Bale Seniora odbywają się cyklicznie w towarzystwie muzyki na żywo, zapewniamy również poczęstunek i dobrą zabawę. Za każdym razem łączymy integrację seniorów z tradycją i kulturą np. Bal Kaszubski, Bal Karnawałowy. Bale Seniora to największe hity bliskie sercom seniorów, zapewnia to podróż sentymentalną i powrót do wspomnień.

Przy Fundacji Adaptacja działa również Klub Seniora. W ramach Klubu Seniora w każdy wtorek o godzinie 16.00 odbywają się spotkania przy kawie z lekarzami, psychologami, dietetykami, artystami, pasjonatami i innymi ciekawymi postaciami, które swoją wiedzę, doświadczenie i umiejętności przekazują naszym seniorom.

Seniorzy skorzystać również mogą z zajęć gimnastycznych oraz ćwiczeń na basenie, zależy nam na tym, aby seniorzy jak najdłużej cieszyli się sprawnością fizyczną.



Co nowego słyszeć w Fundacji?

Z wielką radością mamy zaszczyt poinformować, że od dnia 1.07.2020 roku Fundacja Adaptacja rozpoczęła realizację projektu „Przystań Adaptacja”, który realizowany będzie z zadania PROO w ramach Narodowego Instytutu Wolności.

Projekt zakłada wiele zmian i otwiera przed Fundacją nowe możliwości. W naszej dzielnicy nie ma takiej drugiej Fundacji, która łączyłaby pokolenia, zajmowała się osobami starszymi, niepełnosprawnymi i wykluczonymi społecznie. Rozmawiając z mieszkańcami, słuchając ich potrzeb i analizując sytuację, możemy wyjść naprzeciw wszystkim oczekiwaniom i kompleksowo zadbać o naszych mieszkańców. Projekt trwać będzie łącznie trzy lata.

Działania, które zostaną podjęte by jeszcze lepiej służyć seniorom, dzieciom, całym rodzinom i osobom samotnym, chorym czy niepełnosprawnym to:

- Remont Fundacji Adaptacja oraz wyodrębnienie i zorganizowanie Sali multimedialnej jak również kuchni dydaktycznej dla podopiecznych, powstanie Biblioteka oraz kącik Wytchnieniowy.
- Otwarcie Centrum Wspierania Pokoleń „Zrozumienie”, w którym działać będzie grupa wsparcia dla opiekunów i rodzin osób niepełnosprawnych oraz chorych i starszych.
- Organizowanie dodatkowych, sobotnich spotkań w ramach kawiarenki dla Seniorów „Przystanek Adaptacja”.
- Będziemy mieć możliwość zorganizowania większej ilości spotkań w Klubie Seniora, więcej wycieczek, spotkań integracyjnych, koncertów czy pikników, warsztatów tematycznych i spotkań ze specjalistami.
- Prowadzić będziemy warsztaty i spotkania propagujące idee wolontariatu wśród seniorów oraz uczniów szkół podstawowych i średnich.
- Rozwiniemy sieć biznesu odpowiedzialnego społecznie tworząc sieć Aniołów Adaptacji.
- Swoją działalność wznowi Klub Dziecka i Rodzica poszerzając ofertę swoich zajęć.
- Przed nami również cykl kampanii społecznych na rzecz seniorów oraz wsparcie centrum wolontariatu poprzez wprowadzenie bazy wolontariuszy, którzy chętnie zasilą nasze szeregi.

Pierwsze zmiany w naszym projekcie są już widoczne. Na zdjęciach modernizacja Sali multimedialnej oraz gabinetu psychologicznego i fizjoterapeutycznego oraz biblioteka dla Seniorów.

Wszystkie nasze działania na bieżąco będzie można śledzić w naszych social mediach. Informacje o wydarzeniach i spotkaniach oraz opisy poszczególnych etapów realizacji projektu znaleźć będzie można na:

- [Facebooku](#)
- [Instagramie](#)
- [Twitterze](#)
- Stronie www.adaptacja.info

Zachęcamy do tego, aby odwiedzać stronę internetową Fundacji Adaptacja, na której pojawiać się będą informacje o dalszych działaniach Fundacji ale także materiały edukacyjne dla Seniorów oraz artykuły specjalistów dotyczące porad i ciekawostek.



Zespół fundacji

Fundacja Adaptacja to przede wszystkim zgrany, oddany i młody zespół, który wspólnie pracuje na to, aby wszystko funkcjonowało na jak najwyższym poziomie.



Kordian Kulaszewicz
Prezes Zarządu

Prezesem Fundacji Adaptacja od 2014 roku jest Kordian Kulaszewicz, który od ponad sześciu lat prowadzi Świątlicę Opiekuńczą przy Fundacji Adaptacja gdzie pracuje z niepełnosprawnymi seniorami zapewniając im całodzienną opiekę, rehabilitację i terapię zajęciową. Od dwóch lat koordynuje również zajęcia wspierające dla rodziców dzieci niepełnosprawnych w ramach zadania „Aktywizacja, integracja środowiska osób z niepełnosprawnościami, organizacja grup wsparcia dla osób z niepełnosprawnościami oraz ich opiekunów, mieszkańców Gdyni” finansowana była z Urzędu Miasta Gdyni - Gdyńskiego Centrum Zdrowia. Jednocześnie organizuje zajęcia aktywizujące dla osób starszych w ramach Klubu Seniora w Gdyni Cisowej. Są to przede wszystkim spotkania edukacyjne o tematyce prozdrowotnej, porady psychologiczne i prawne z zakresu zdrowia oraz dbania o bezpieczeństwo. Angażuje się również w działania związane z profilaktyką zdrowia dotyczącą seniorów i osób niepełnosprawnych. Z sukcesem łączy projekty związane z Biznesem Odpowiedzialnym Społecznie pokazując, jak ważna jest jedność i wspólne działanie w pomaganiu lokalnej społeczności. Działa również na rzecz osób niepełnosprawnych będąc członkiem Konsultacyjnej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych.



Arkadiusz Tafelski
Asystent Prezesa



Mateusz Tomala
Koordynator Projektów

Działania związane z Remontem oraz Przystosowaniem Sali Multimedialnej jak również Biblioteki dla Seniorów. Asystent Prezesa Fundacji. Współpracujący z Fundacją Adaptacja od ponad pięciu lat. Zarządza procesami działań mających na celu podnoszenie jakości i rozwoju Fundacji. Koordynuje projekty i często podejmuje kluczowe decyzje w obrębie powierzonych mu zadań. Ma ogromne zdolności analityczne i organizacyjne, cechuje się ponadprzeciętną umiejętnością przystosowania się do zmiany, jak również kreatywnością. Posiada wieloletnie doświadczenie w zarządzaniu projektami w sektorze NGO.

Rozwój Klubu Dziecka i Rodzica oraz Rozwój działań związanych z wolontariatem. Absolwent kierunku fizjoterapia Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, technik masażysta, terapeuta zajęciowy. Prowadzi zajęcia gimnastyki ogólnousprawniającej i leczniczej, organizuje zajęcia z aqua aerobiku oraz Nordic Walking. Zajmuje się również programowaniem i realizowaniem indywidualnej rehabilitacji seniorów. Wychowawca oraz opiekun Fundacji. Zawodowo interesuje się aktywnością fizyczną seniorów, jej wpływem na życie i funkcjonowanie osób starszych. Jego pasją są podróże.



Małgorzata Zmysłowska
Psycholog



Robert Strelau
Koordynator PR

Rozwój Światlicy Fundacji Adaptacja, wspieranie rozwoju kadry. Psycholog/Trener/Wykładowca/Metodyk. Posiada kilkuletnie doświadczenie zawodowe w dziedzinie prowadzenia szkoleń, wykładów, superwizji, mentoringu oraz coachingów. Prowadzi firmę, która ściśle współpracuje z sektorem NGO wspierając biznes odpowiedzialny społecznie. W swojej pracy łączy elementy psychologii rozwojowej z kreatywną twórczością i procesem coachingowym opartym na elementach terapii nastawionej na rozwiązanie.

Realizacja działań PR oraz wizerunkowych. Posiada wieloletnie doświadczenie w działaniach marketingowych organizacji NGO oraz akcji społecznych.

W tym miejscu chcemy również wspomnieć o tym, że naszą pracę wspierają, oddane nam całym swoim sercem wspaniałe Wolontariuszki. Dzięki ich wsparciu i pomocy możemy więcej a swoimi osobowościami wnoszą w nasze działania wiele radości. Wśród wolontariuszek, które nas wspierają wymienić chcemy : Bożenę Blok, Halinę Stępień, Bożennę Malesza, Urszulę Górską. Dziękujemy Wam za to, że jesteście.

Misją Fundacji jest działalność na rzecz niepełnosprawnych, chorych i samotnych, rozwój, ochrona i promocja zdrowia, promowanie zdrowego stylu życia, promowanie twórczego rozwoju osobowościowego, szeroko rozumiana działalność charytatywna oraz społecznie użyteczna, promocja i organizacja wolontariatu. Fundacja organizuje integracyjne koncerty i festyny aby łączyć pokolenia.

W najbliższym czasie Fundacja będzie kontynuować podjęte działania w ramach Klubu Seniora i Klubu Dziecka i Rodzica. Zaplanowane są także kolejne wycieczki krajoznawcze oraz koncerty i festyny w Gdyni Chyloni i Cisowej.

Mieszkańcom Gdyni chcielibyśmy przekazać przede wszystkim informacje na temat profilaktyki oraz zagadnień związanych z wkraczaniem w wiek senioralny, codziennego dbania o zbilansowaną dietę, poddawanie się regularnym badaniom a także aktywności ruchowej i psychicznej. Naszym celem jest także przekazywanie informacji i edukacja na temat chorób wieku podeszłego, w tym chorób otępiennych m.in. choroba Alzheimera, postępowania z osobą chorą i zależną od otoczenia.

Radosna Parada Seniorów – wspomnienia

4 października 2020 roku na stronie www.gdynia.pl ukazał się poniższy tekst, napisany przez Przemysława Kozłowskiego, który poruszył serca fundacyjnego zespołu.

Przy dźwiękach orkiestry seniorzy przemaszerowali w sobotnie południe ulicami miasta. Pochód zorganizowany przez Fundację Adaptacja był główną częścią obchodów II Pomorskich Dni Seniora w Gdyni.

Około 70 seniorów z kolorowymi parasolkami, w wiankach i kapeluszach udekorowanych kwiatami, w karnawałowych maskach, a nawet z barwnymi „irokezami” na głowach przeszło w Pomorskim Przemarszu Seniorów sprzed Urzędu Miasta przy al. Marsz. Piłsudskiego, ulicami Świętojańską i Armii Krajowej pod Muszlę Koncertową na placu Grunwaldzkim. Seniorom towarzyszyła Joanna Zielińska, przewodnicząca Rady Miasta.

- Celem naszego przedsięwzięcia jest zwrócenie uwagi społeczeństwa na potrzeby i problemy seniorów. Jednocześnie organizując radosny przemarsz, przy akompaniamencie orkiestry, chcemy zerwać ze stereotypowym wizerunkiem osób starszych i pokazać mieszkańcom, że seniorzy są wciąż aktywną grupą, chcą się rozwijać, edukować i uczestniczyć w życiu społecznym. Organizując darmowe wydarzenia, znosimy także bariery w dostępie do kultury osobom niepełnosprawnym, ubogim, czy samotnym – mówi Kordian Kulaszewicz, prezes Fundacji Adaptacja.

- Koncerty to także ukłon i podziękowania dla seniorów za wkład w budowanie polskiego społeczeństwa i za trud wniesiony w wychowanie młodszych pokoleń.

W tym roku, ze względu na obostrzenia sanitarne, nie odbył się happening ani koncert na świeżym powietrzu. Ale II Pomorskim Dniom Seniora towarzyszyły dwa koncerty Damiana Holeckiego w Sali Koncertowej Morskiego Portu Gdynia. Koncert drugi, sobotni, był prezentem dla seniorów, gdyż artysta - bardzo znany i lubiany przez społeczność seniorów - wykonał podczas niego utwory ze swojej nowej płyty „Modlitwa” specjalnie dla uczestników Dnia Seniora.

- *Takie wydarzenia są potrzebne, szczególnie w sytuacji, w której obecnie się znajdujemy. Seniorzy potrzebują jasnego sygnału, że nie są pozostawieni sami sobie. Gdy przechodziłem wraz z uczestnikami marszu, moją uwagę zwracała nie tylko radość, jaką było czuć od seniorów, ale wsparcie, jakie było widać w przechodniach, którzy robili zdjęcia, klaskali oraz okazywali swoje poparcie takim wydarzeniom. Tego typu gesty pokazują nam, że to co robimy ma sens. Dla nas, jako organizacji wspierającej osoby starsze, jest to ważny sygnał, aby dalej aktywnie iść w kierunku, który obraliśmy, gdy zakładaliśmy Fundację* – podsumowuje wydarzenie Kordian Kulaszewicz.

Bardzo dziękujemy wszystkim Seniorom za udział w tym radosnym wydarzeniu oraz za docenienie naszej pracy. Mamy nadzieję na to, że za rok również uda nam się spotkać.



Kalendarz najważniejszych wydarzeń na

1.10.2020 godz. 17.00	Kino
2.10.2020 godz.17.30	Koncert – Damian Holecki
3.10.2020 godz.12.00	Przemarsz Seniorów w Gdyni
3.10.2020 godz.17.30	Koncert Damian Holecki
5.10.2020 godz.16.00	Warsztat redukcji stresu II
5.10.2020 godz.17.00	Warsztat Pamięci IV
6.10.2020 godz.16.00	Wykład „Sprawny Umysł nie ma wieku”
7.10.2020 godz.8.00	Wycieczka Kamienica Królewska
9.10.2020 godz.17.30	Koncert Ex Czerwone Gitary
10.10.2020 godz.16.00	Kolory Emocji – warsztat ozdabiania poduszek
12.10.2020 godz.16.00	Warsztat redukcji stresu III
12.10.2020 godz.17.00	Warsztaty pamięci V
12.10.2020 godz.18.00	Grupa wsparcia Centrum Zrozumienie
13.10.2020 godz.16.00	Występ biesiadny
19.10.2020 godz.16.00	Warsztat redukcji stresu IV
19.10.2020 godz.17.00	Warsztat pamięci VI
20.10.2020 godz. 16.00	Spotkanie historyczne
26.10.2020 godz.16.00	Warsztaty redukcji stresu V
26.10.2020 godz.17.00	Warsztaty pamięci I
10.11.2020 godz.17.30	Koncert Mariusz Kalaga

Kontakt, współpraca oraz wsparcie

Wszystkich zainteresowanych ofertą Fundacji Adaptacja, wsparciem, przekazaniem darowizny na szczytny cel - serdecznie zapraszamy do kontaktu

Fundacja Adaptacja
ul. Chylonńska 217
81-007 Gdynia (Cisowa)

NIP: 958-166-67-96
REGON: 222168911
KRS: 0000524505

tel: +48 570 045 955
e-mail: Formularz kontaktowy
facebook.com/FundacjaAdaptacja

IBAN: PL 28 1240 5442 1111 0010 9755 5415
Bank: Polska Kasa Opieki S.A.
BIC/SWIFT: PKOPPLPW

