

III Wiek Seniora

Biuletyn osób starszych
i Niepełnosprawnych

Nr 1 Październik 2023

Publikacja non profit

Egzemplarz bezpłatny

Oddajemy czytelnikom pierwszy numer Biuletynu Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego Aktywny Senior .

Z zamierzenia ma to być wydawnictwo ukazujące się cyklicznie. Numer kierujemy głównie do osób starszych i niepełnosprawnych mających problem z dostępem do informacji zamieszczanej w mediach społecznych.

Będziemy w nim informować o planach i działaniach Stowarzyszenia Kulturalno-

Oświatowego Aktywny Senior na rzecz seniorów i osób niepełnosprawnych ale chcemy by w tworzenie Biuletynu włączyły się również osoby nie należące do Stowarzyszenia.

Każdy numer Biuletynu będzie też dostępny na stronie internetowej Stowarzyszenia :

<http://aktywnysenior.org>

Zapraszamy do czytania i współpracy



O Stowarzyszeniu Kulturalno-Oświatowym Aktywny Senior.

Jesteśmy organizacją non-profit działającą na rzecz osób starszych i niepełnosprawnych. Działamy jako Stowarzyszenie zwykle zarejestrowane w Rejestrze Stowarzyszeń Miasta Gdańska pod Nr 47. Na dzień 1 października 2023 r. zrzeszaliśmy blisko 70 osób i deklarują się następni. Jesteśmy otwarci na współpracę z każdym komu dobro seniorów i osób niepełnosprawnych leży na sercu.

Wzorowo układa się nam współpraca z Radą Dzielnicy Zaspą Młyniec.

Współpracujemy też na bieżąco z Wydziałem Spraw Społecznych Urzędu Miasta Gdańska

Powiedzenie: „ **Nie dlatego przestajesz się uśmiechać ze przybywa Ci lat, starzejesz się dlatego że przestajesz się uśmiechać**” jest drogowskazem naszego działania – dlatego jako motto przyjęliśmy:

„ Nie starzeje się ten , kto nie ma na to czasu.”

Masz za dużo czasu? Chciał(a)byś robić coś dla innych – Dołącz do nas.

Co było – co zamierzamy

Po przerwie wakacyjnej rozpoczęliśmy działalność od organizacji wieczorków integracyjnych z muzyką. Organizujemy je dwa razy w miesiącu .

W każdą środę o godz. 13 tej mamy spotkania organizacyjne na których omawiamy sprawy bieżące i planowane działania na najbliższy okres.

11.09.2023 r przy wsparciu Rady Dzielnicy zorganizowaliśmy wycieczkę po Kaszubach północnych w której wzięło udział blisko 50 osób.

26.09.2023 – zorganizowaliśmy wyjazd na grzybobranie . Oprócz grzybów było ognisko, kielbaski i tańce. Wsparcie w organizacji tego wyjazdu udzieliło nam Nadleśnictwo Lipusz które wydało zgodę na wjazd autokaru do lasu i

zaopiekowało się grupą w trakcie ogniska by zachować bezpieczeństwo pożarowe.

27.09.2023 – kilkadziesiąt osób uczestniczyło w koncercie Orkiestry Andre Rieu im. J. Straussa . Było to uczta duchowa o której długo nie zapomnimy.

Przedstawiciele Zarządu Stowarzyszenia kilkakrotnie uczestniczyli w konsultacjach nad Programem Współpracy Miasta Gdańska z organizacjami Pozarządowymi na rok 2024. Wnieśliśmy uwagi do projektu Programu. Mamy nadzieję ze zostaną one uwzględnione.

Najważniejszym wydarzeniem które organizujemy w br; jest jednak Festyn z okazji Europejskiego dnia Seniora w dniu 14 października br., z udziałem znamienitych gości . W programie m. innymi: Wykład mgr. Pawła Piskorskiego z cyklu Dbaj o zdrowie oraz koncert zespołów i wykonawców z Europejskiego Centrum Edukacji Kulturalnej Osób z Niepełnosprawnościami. Po koncercie poczęstunek, który przygotowują wolontariuszki ze Stowarzyszenia Aktywny Senior.

Wsparcia finansowego w organizacji Festynu udzieliła nam Rada Dzielnicy Zaspą Młyniec a partnerami w realizacji uroczystości są Fundacja ECEKON i Fundacja TuttiBene które nieodpłatnie włączyły się w organizację imprezy. Natomiast patronat medialny nad impreza objął portal medialny Gdansk.pl.

W najbliższym czasie zorganizujemy też kolejne wyjścia do teatru, imprezy integracyjne , wykłady i inne. Szerzej opowiemy o nich w kolejnych numerach Biuletynu oraz na naszej stronie internetowej :

<http://aktywnysenior.org>

Zapraszamy do bieżących odwiedzin strony www.

Antoni Furtak

Ogłoszenia - Organizacja imprez integracyjnych

Począwszy od 3.09.2023 r w każdą pierwszą i drugą niedzielę miesiąca w godz. 16,00 do 20,00 organizujemy wieczorki taneczno-integracyjne dla seniorów w Domu Kultury Zaspą Młyniec. Wieczory umiła zespół muzyczny. Wstęp 25 zł. W cenie orkiestra, opłata za wynajem sali oraz kawa i herbata. Zainteresowani rezerwacją proszę dzwonić pod nr 511 918 483 .

W dniu 30 listopada w Sali dolnej Restauracji Złota Jesień przy ul Hynka 12 organizujemy integracyjną

imprezę andrzejkową dla członków Stowarzyszenia . Koszty uczestnictwa w imprezie w całości pokrywa Stowarzyszenie.

Podjęliśmy już decyzję o organizacji zabawy sylwestrowej, również w restauracji Złota Jesień . Bardzo bogate menu i muzyka na żywo. Zapisy od 15 października pod nr tel. 511 918 483 .

Wiesław Baran

Głosy do biuletynu:

Przewodniczący Rady Dzielnicy – Kamil Sośniak

Rada Dzielnicy Zaspą Młyniec od lat wspiera działalność klubów i stowarzyszeń w których działają seniorzy z dzielnicy. Tak jest również w przypadku Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego Aktywny Senior, który organizuje wiele inicjatyw dla seniorów nie tylko zrzeszonych w klubie, ale również dla wszystkich seniorów z dzielnicy. Współpraca ta pozwala nam dotrzeć do jak największej ilości seniorów, dlatego będziemy ją kontynuować i rozwijać.

Agnieszka Skalkowska

Uczestnicząc w spotkaniach Stowarzyszenia, mam możliwość przebywania z osobami w podobnym wieku. Nasze spotkania pozwalają zapomnieć o samotności i poprawiają moje samopoczucie. Każdy z nas wie jak istotny dla zdrowia jest ruch. Dlatego mam propozycję by stworzyć możliwość wspólnych ćwiczeń aerobiku na basenie w pobliskiej szkole.

Halina Kowalska

Wstąpiłam do Stowarzyszenia z przekonaniem o słuszności tej decyzji, gdyż oferuje ono ciekawy program. Zarząd powołany 15 czerwca 2023 pozytywnie wpłynął na zwiększenie oferty programowej przez co zwiększyła się też liczba osób należących do Stowarzyszenia. Seniorzy dziękują Zarządowi za wkład twórczej pracy, co wpłynęło na poprawę efektów działania Stowarzyszenia.

Bogusława Zalewska

Zarząd Stowarzyszenia stara się organizować działania o różnej tematyce które służą integracji i zapobiegają wykluczeniu społecznemu seniorów. Wymienię je pokrótce: organizujemy wieczorki integracyjne z muzyką, byliśmy na wycieczkach: „Szlakiem zamków krzyżackich”, zwiedzaliśmy Kaszuby północne z Kalwaria Wejherowską,

miejscem martyrologii w Lasach Piaśnickich, pałacem w Krokowej i portem oraz rynkiem w Pucku. Niezapomniane są też wrażenia z grzybobrania z ogniskiem, pieczeniem kiełbasek i tańcami w lesie – wszystko to służy integracji seniorów.

Rozwijamy też ofertę kulturalną dla członków Stowarzyszenia.

Uczestniczyliśmy w koncercie orkiestry Andre Rieu . Nie zapomniane wrażenie zrobiła na nas solistka orkiestry Anna Majchrzak. Mamy również inne propozycje w tym wyjścia do opery czy na kabaret. Te działania będą kontynuowane.

Z poważniejszych działań wymienię udział delegacji Stowarzyszenia w Międzynarodowym Kongresie Edukacji i Szkolnictwa zawodowego. Zapamiętaliśmy szczególnie udział w V sesji pt: „Dla lepszego życia” w której padły słowa: Musimy tak kształcić studentów, by za 10 lat rozwiązywali problemy których dzisiaj nie ma” . Stąd wypływa wniosek jak ważna jest edukacja przez całe życie i system edukacji dorosłych który należy tworzyć i rozwijać.

Małgorzata i Krzysztof Czupryńscy – członkowie Stowarzyszenia

Z radością witamy III WIEK SENIORA.

Jest to biuletyn redagowany przez członków Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego „Aktywny Senior”.

Stowarzyszenie działa już od 2018 roku na gdańskiej Zaspie. Spotykamy się we środy o godz.13 w Domu Kultury SM Młyniec przy ul. Pilotów 3.

Nowy 5-cio osobowy Zarząd planuje inicjować działania w wielu aspektach życia każdego seniora . Mamy nadzieje, że prowadzona aktywność zainteresuje zaspiańskich seniorów i nie tylko.

Zapraszamy więc do zostania ambasadorem i współtwórcą naszych programów i inicjatyw. Będziemy o nich informować na bieżąco w biuletynie, na FB i stronie internetowej: <http://aktywnysenior.org>

Europejski Dzień Seniora a rzeczywistość w życiu seniorów w Polsce.

Europejski Dzień Seniora obchodzony jest 20 października a geneza jego powstania sięga roku 2009 kiedy Rada Europy przyjęła dokument określany jako: **Konkluzje Rady z dnia 12 maja 2009 r. w sprawie ... ram Europejskiej współpracy** (Dziennik Urzędowy UE2009/C 119/02). w dokumencie tym określono cele strategiczne działania państw zrzeszonych w Unii Europejskiej a w tym:

- Realizacja koncepcji uczenia się przez całe życie i mobilności;

- Promowanie równości, spójności społecznej i aktywności obywatelskiej oraz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu.

Realizacja tych celów miała zostać dokonana do roku 2020 a jaka jest rzeczywistość?

Popatrzmy na nasze podwórko. Na osiedlu Zaspą Młyniec mieszka ponad 12 tysięcy osób, z tego ok 30% jest w wieku senioralnym, Wiele z tych osób jest niepełnosprawnych (przykład: w naszym Stowarzyszeniu 60% członków posiada Orzeczenie o niepełnosprawności) należy domniemywać, że w całej dzielnicy jest podobnie.

Wiele z tych osób z różnych przyczyn nie miało szans nauczenia się obsługi komputera.

Czyż nie jest to wykluczenie cyfrowe w najczystszej postaci? Tymczasem jako wsparcie tego problemu w programach ogólnopolskich, ale również i miasta Gdańsk ten temat nie znajduje odzwierciedlenia. Nie widoczny jest też temat wsparcia edukacji dorosłych określanych w dokumencie Rady Europy jako wsparcie idei uczenia się przez całe życie. Z uwagi na brak miejsca nie będę rozwijał tego tematu, ale bardzo potrzebna jest pomoc państwa i miasta w tym zakresie. Miejmy nadzieję że znajdzie to odzwierciedlenie w Programach współpracy z organizacjami pozarządowymi. Tylko przy wsparciu organów Państwa ale i samorządów organizacje takie jak nasze Stowarzyszenie Kulturalno-Oświatowe Aktywny Senior będą mogły efektywnie działać by pobudzić seniorów do wyjścia z domu i otwarcie się na społeczne działanie. To jest jednym z celów działania naszego Stowarzyszenia, ale: Potrzebujemy pomocy władz w jego realizacji. Prosimy o nią.

Antoni Furtak



III WIEK SENIORA – jest Biuletynem Osób Starszych i Niepełnosprawnych wydawanym przez Stowarzyszenie Kulturalno-Oświatowe Aktywny Senior. Redaguje – Zespół

Siedziba redakcji – ul. Pilotów 3, 80-460 Gdańsk, email: zarzad@aktywnysenior.org