

III Wiek Seniora

Biuletyn
osób starszych i Niepełnosprawnych



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

Publikacja non profit

Nr 15/3/2025

Egzemplarz bezpłatny

Stowarzyszenie Kulturalno-Oświatowe po Wakacjach

- Powołana **AKADEMIA III WIEKU** prowadzi zalecaną przez Radę Europy działalność edukacji dorosłych przez całe życie w ramach fakultetów:

„**Szkoła Zdrowia**” – to cykl wykładów organizowanych od początku 2024 roku przy współpracy z Wyższą Szkołą Zdrowia w Gdańsku a ostatnio również z Uniwersytetem Medycznym. W ramach tego cyklu prowadzone są wykłady z szeroko rozumianego cyklu profilaktyki prozdrowotnej osób dorosłych. Wykładowcami są nauczyciele akademicy w randze od magistra po prof. Dr hab. włącznie, co gwarantuje wysoki poziom wykładów.

AKADEMIA SENIORA to fakultet na którym są wykładane nauki ogólnorozwojowe z różnych dziedzin nauki takie jak: historia sztuki, literatura, geografia, psychologia, nauki ścisłe oraz innych

tematów które pozwolą uczestnikom nabywać wiedzę i umiejętności by dotrzymali kroku współczesnemu światu.

Dla realizacji tej idei korzystamy z najlepszych wykładowców uczelni polskich ale również specjalistów wysokiej klasy w danej dziedzinie nauki. Działania te rozpoczęliśmy od kwietnia 2025 i będziemy je rozwijać ale uzależnieni jesteśmy od pozyskania środków na ten cel.

Miasto Gdańsk odmówiło nam dofinansowania na ten cel ale wierzymy że pokonamy trudności i jak dotychczas będziemy przykładem dla innych.

Naszym celem jest też to by każdy senior znalazł u nas to, co go interesuje, dlatego prowadzimy działania w 16 różnego rodzaju sekcjach których opis najdziecie na stronie www.aktywnysenior.org





Plany pracy na okres końca 2025 roku

- 3 września realizujemy pierwsze spotkanie ogólne członków na którym przedstawimy szczegółowo plany działań w drugim półroczu.
W tym dniu omówimy też szczegółowo program wycieczki do Warszawy w dniach 19-21 września
- 5 września na zaproszenie Muzeum Bursztynu weźmiemy udział w Biciu rekordu Światowej Stolicy Bursztynu w równoczesnym szlifowaniu i polerowaniu bursztynu bałtyckiego
Wydarzenie które odbędzie się w strefie Gdańsk Jewellery Week w ramach targów AMBERIF Autumn.
Poprzedni wynik – 95 osób – ustanowili również z dumą członkowie Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego „Aktywny Senior” podczas Amberif Spring 2025.
- 7 września w niedzielę rozpoczniemy kontynuację Imprez integracyjnych przy muzyce, które w każdą pierwszą i drugą niedzielę miesiąca będzie kontynuował kol Wiesiek Baran.
- od środy 10 września kontynuować będziemy w każdą środę cykle wykładów Szkoły Zdrowia i Akademii Seniora.
- poczynając od 14 września w każdy drugi wtorek miesiąca będziemy kontynuować spotkania sekcji czytelniczo-literackiej
- od 15 września w każdy trzeci poniedziałek miesiąca kontynuować będziemy Spotkania

Sekcji turystyki pieszej wspólnie z Muzeum Gdańska

- od poniedziałku 20 września w każdy trzeci poniedziałek miesiąca będziemy kontynuować Spotkania Sekcji turystyki pieszej wspólnie z Muzeum Gdańska
- od 21 września w każdy trzeci wtorek miesiąca będziemy kontynuować spotkania klubu Miłośników Opery i operetki.
- Będziemy kontynuować spotkania sekcji gimnastycznej w każdy poniedziałek w uzgodnionych godzinach
- Nadal kontynuować będziemy wydawanie Kopert życia, a akcję tą będzie prowadzić nasza najważniejsza Sekcja czyli Pogotowie Opiekuńcze.
- Spotkania sekcji tańca latynoamerykańskiego będą kontynuowane w uzgodnione dni i godziny.
- Spotkania innych sekcji będą uruchamiane wg ustalanych kolejno terminów a informacja o tym będzie umieszczana na stronie www.aktwnysenior.org
- W dniach 19 do 21 września organizujemy dla 50 osób niepełnosprawnych wycieczkę do Warszawy którą dofinansowuje ROPS urzędu Marszałkowskiego. W programie zwiedzanie Zamku królewskiego, Muzeum Powstania Warszawskiego oraz innych atrakcji.
- 13 października wybieramy się do Nadleśnictwa Lipusz na tradycyjne grzybobranie połączone z pieczeniem kielbasek i tańcami przy ognisku

- 23 Października organizujemy tradycyjny już III Festyn z okazji Europejskiego Dnia Seniora. To dla naszego Stowarzyszenia najważniejsze wydarzenie roku z udziałem wielu osobistości, połączone z koncertem w wykonaniu artystów ECEKON. Organizacją tego wydarzenia chcemy podkreślić wagę Edukacji dorosłych przez całe życie, zalecaną przez Radę Europy.

- W okresie 23 do 29 listopada br, 50 osób wyjedzie na turnus rehabilitacyjny do Centrum Rehabilitacji Okole k Starogardu. Jest to możliwe dzięki uzyskaniu darowizny od naszego darczyńcy Fundacji Energa wspierającej działania naszego Stowarzyszenia.

- 29 listopada organizujemy dla naszych członków tradycyjne „Andrzejkki” które odbędą się w restauracji „Gruba deska”

- 3 i 4 grudnia planujemy zorganizować „Wigilię po sąsiedzku” w partnerstwie z dziećmi ze szkoły Nr 92 (3.12) i tradycyjne spotkanie wigilijne dla ponad 100 osób w dniu 4 grudnia. Jest to zadanie dofinansowane z funduszu sąsiedzkiego.

- 31 grudnia również w restauracji „Gruba deska” zorganizujemy Bal Sylwestrowy dla 80 osób.

To są plany opracowane w trakcie wakacji, w czasie kolejnych miesięcy na pewno pojawią się nowe pomysły które będziemy realizować. Jedno jest pewne w naszym Stowarzyszeniu każdy może znaleźć dla siebie coś interesującego.

Zapraszamy..

Głos seniorki – członkini Stowarzyszenia

Przed przejściem na emeryturę długo pracowałam, bałam się że po przejściu na emeryturę czeka mnie tylko nuda. Tymczasem wstąpienie do Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego Aktywny Senior pokazało jak bardzo się myliłam.

Przynależność do Stowarzyszenia pomaga mi być aktywną, poznałam tu wielu wspaniałych ludzi, mam wielu przyjaciół a co również ważne mogę pracować społecznie na rzecz innych. Praca w wolontariacie jest dla mnie przyjemnością. Biorąc czynny udział w pracach Stowarzyszenia poszerzam swoją wiedzę na wykładach, biorę udział w życiu kulturalnym uczestnicząc w pracach sekcji czytelniczo-literackiej. Korzystam z wycieczek turystycznych, uczestniczę w imprezach integracyjnych, poprawiam kondycję fizyczną w sekcji gimnastycznej.

Polubiłam motto Stowarzyszenia: „Nie starzeje się ten kto nie ma na to czasu” – ja obecnie mam bardzo mało czasu, więc w sercu ciągle jestem młoda czyli ... nie starzeję się.

Dlatego zapraszam wszystkich seniorów do nas – w naszym Stowarzyszeniu nie będziecie się nudzić i na pewno znajdziecie coś co wam jest potrzebne a na pewno znajdziecie przyjaznych ludzi i miłą atmosferę.

Jadwiga O.



□ Nasza działalność opiera się na darowiznach i dotacjach z funduszy społecznych.

W imieniu seniorów i osób niepełnosprawnych dziękujemy tym którzy nas wspierają .

A to są nasi darczyńcy :



Duża część naszej działalności na rzecz seniorów oparta jest jednak na bezinteresownym wsparciu w instytucji dlatego dziękujemy im za to w imieniu naszych członków:



WYŻSZA SZKOŁA
ZDROWIA
W GDAŃSKU



III WIEK SENIORA - jest Biuletynem osób starszych i niepełnosprawnych wydawanym przez Stowarzyszenie Kulturalno-Oświatowe „Aktywny Senior”
Redaguje – Zespół

Siedziba Redakcji : Gdańsk ul Startowa 9 tel: 693 610 414

Email: zarzad@aktywnysenior.org www.aktywnysenior.org