

# III Wiek Seniora

Biuletyn osób starszych i niepełnosprawnych

Nr 9/6/2024

Publikacja non profit

egzemplarz bezpłatny

**BIULETYN STOWARZYSZENIA KULTURALNO -OŚWIATOWEGO „AKTYWNY SENIOR”**

## Za nami osiem miesięcy działalności w 2024 roku – co działo się w Stowarzyszeniu w tym czasie?

Podpisaliśmy porozumienia o współpracy z następującymi partnerami: Zespołem Szkolno-Przedszkolnym Nr 5 w Gdańsku, Wyższą Szkołą Zdrowia, Radą Dzielnic Zaspą Młyniec, Szkołą Pływania „Żabka”, Szkołą Tańca „La Passion” oraz Muzeum Gdańska. Zawarcie umów patronackich pozwoliło nam na poszerzenie naszej oferty dla społeczności Gdańska i tak:

-Zorganizowaliśmy kurs komputerowy na którym przeszkolono 36 seniorów z podstaw obsługi komputera.;

- Utworzyliśmy Sekcję **Miłośników Opery i Operetki**, której uczestnicy mogą zobaczyć nagrania z najlepszych scen operetkowych świata.

- Przy współpracy z Wyższą Szkołą Zdrowia w Gdańsku uruchomiliśmy cykl wykładów „**Szkoła Zdrowia**”. W zajęciach bierze systematycznie udział blisko 100 seniorów. Organizujemy też wykłady tematyczne w ramach działania „**Edukacja dorosłych przez całe życie.**”

- Uruchomiliśmy także: **Sekcje: Aquaerobiku,**



**Sekcję Tańca Grupowego oraz Sekcję Turystyki Pieszej,**

Stowarzyszenie włączyło się także w obchody **50-lecia Zasp**. W porozumieniu z Radą Dzielnic Zaspą Młyniec i przy wsparciu finansowym Miasta zorganizowaliśmy:

- koncert muzyki klasycznej i filmowej w wykonaniu zespołu **Les Femmes** znanego z występów na scenach krajowych i zagranicznych- dofinansowany przez biuro Prezydenta Gdańska ds. Kultury oraz zabawę integracyjną dla seniorów w dniu 9 czerwca (nieodpłatnie).

- 5 dniową wycieczkę do Ziemi Augustowskiej i Wilna- dofinansowaną przez **PFRON** oraz szkolenie kadry Stowarzyszenia z podstaw prawnych działania NGO w ramach Projektu „**Szkoła Liderów**”- dofinansowaną przez Miasto Gdańsk. Wszystkie projekty zostały rozliczone a sprawozdania z ich realizacji zamieszczone są na stronie [www.aktywnysenior.org](http://www.aktywnysenior.org) w zakładce: **Projekty**. Miesiące Lipiec i sierpień 2024 dla członków były miesiącami wakacji, ale Zarząd pracował intensywnie by zapewnić członkom ciekawą ofertę do końca roku, piszemy o tym szerzej na stronie 2 i 3 niniejszego Biuletynu.



## Koniec wakacji .... i co dalej?

Wakacje nie dotyczyły Zarządu Stowarzyszenia który intensywnie pracował, by zaproponować członkom ciekawe propozycje działania do końca 2024 roku.

Zaczynamy już 30 sierpnia od wycieczki na trasie Kartuzy, Bytów, Słupsk, Lębork – dofinansowanej przez Radę Dzielnicy Zaspą Młyniec z udziałem 50 osób mieszkańców Zaspą. Od 1 września ruszamy z kolejnymi propozycjami i tak:

- 1 września o godzinie 16,00 zapraszamy na spotkanie integracyjne przy muzyce na żywo do Domu Kultury SM w Młyncu. Spotkania te będziemy kontynuować w każdą pierwszą i drugą niedzielę miesiąca.

- Zaczynają pracować nasze sekcje zainteresowań: Sekcja Miłośników opery i operetki, Sekcja turystyki pieszej, Sekcja tańca grupowego i sekcja Aquaerobiku. O terminach spotkań sekcji będziemy informować na śródowych spotkaniach członków oraz na stronie [www.aktywnysenior.org](http://www.aktywnysenior.org) w zakładce Aktualności.

Spotkania ogólne członków rozpoczynamy :

- 4 września (w środę godz. 13,00), na którym przedstawimy propozycje wycieczek i działań do końca bieżącego roku. Będzie to spotkanie organizacyjne na którym omówimy zasady uczestnictwa w kolejnych projektach .

Tematyka będzie na bieżąco publikowana na stronie [www.aktywnysenior.org](http://www.aktywnysenior.org).



- 11 września zapraszamy na otwarty wykład dr Jacka Łapińskiego pt: " **Uśmiech na twarzy idobry humor - to zdrowie psychiczne seniorów**". Jest to pierwszy z serii wykładów dotyczących zdrowia seniorów. Dofinansowany przez Miasto Gdańsk w ramach Programu ochrony zdrowia psychicznego .

- 12 września zapraszamy na grzybobranie w lasach nadleśnictwa Lipusz, połączone z ogniskiem, pieczeniem kiełbasek i tańcami na trawie.

- 18 września zapraszamy wspólnie z Wyższą Szkołą Zdrowia w Gdańsku na pierwszy po wakacjach wykład z cyklu „Szkoła Zdrowia”. Cykl ten będziemy kontynuować 2x w miesiącu a informację o tematach znajdziecie na stronie [www.aktywnysenior.org](http://www.aktywnysenior.org) w zakładce Aktualności.

- W dniach 19-22 września w ramach projektu „Osoby niepełnosprawne aktywne w działaniu ...itd.”, organizujemy wyjazd kulturalno-turystyczny dla 50 osób do Nieborowa, Arkadii, Łodzi i Uniejowa. Projekt dofinansowany przez Województwo Pomorskie/Urząd Marszałkowski. W projekcie będzie uczestniczyło 36 mieszkańców Gdańska i 14 osób z 3 powiatów województwa pomorskiego.

- 25 września rozpoczynamy cykl wykładów w ramach zalecanej przez Radę Europy „Edukacji dorosłych przez całe życie.”





**-9 października o godz.13,00** Zapraszamy na otwarty wykład dr Jolanty Szwalbe pt: **"Jak lekko i z dowcipem brać życia ciężary - wskazówki jak dbać o zdrowie psychiczne."** Wykład dofinansowany przez miasto Gdańsk - w ramach projektu.

**- 19 października 2024 roku** organizujemy uroczyste obchody **Europejskiego Dnia Seniora**, z udziałem znamienitych gości. W Programie obchodów m. innymi koncert artystów Europejskiego Centrum Edukacji Osób Niepełnosprawnych. Pełny program podamy w terminie zbliżonym do uroczystości. Wydarzenie dofinansowuje Rada Dzielnicy oraz Miasto Gdańsk z Funduszu Senioralnego.

**- w okresie 11-18 listopada 2024 roku**, organizujemy 7 dniowy turnus rehabilitacyjny w Centrum rehabilitacji Okole, w którym weźmie udział 40 osób z orzeczeniem o niepełnosprawności. Turnus dofinansowany przez Fundację Energa.

**- 30 listopada 2024 r.**, organizujemy dla 100 osób tradycyjne „Andrzejki” w restauracji „U Seniora”. Projekt dofinansowany częściowo z Funduszu Senioralnego oraz środków własnych Stowarzyszenia.

**- 4 grudnia 2024 r.**, organizujemy tradycyjną „Wigilię po sąsiedzku na Zaspie” dla mieszkańców przy współpracy z Zespołem Szkół Nr 5. Dla dzieci zorganizujemy konkurs i przygotujemy upominki. Projekt dofinansowany przez Miasto Gdańsk w ramach Funduszu Sąsiedzkiego.

**- 31 grudnia 2024 r.**, organizujemy tradycyjny Bal Sylwestrowy dla 100 osób w

restauracji „U Seniora”. Finansowany przez uczestników.

To najważniejsze planowane wydarzenia do końca br, ale to nie wszystko, bowiem będziemy realizować całe cykle spotkań, wykładów i działań, o których informacje znajdziecie Państwo na stronie [www.aktywnysenior.org](http://www.aktywnysenior.org) w zakładce **Aktualności**.

Jednocześnie informujemy ze naszą dewizą jest transparentność działania dlatego z realizacji każdego projektu dofinansowanego ze środków publicznych będziemy zamieszczać sprawozdania na stronie internetowej w zakładkach: **Projekty i Dokumenty**.

**Skala naszych działań na rzecz seniorów Gdańska nie byłaby możliwa bez wsparcia i pomocy osób i instytucji którym składamy serdeczne podziękowania w imieniu seniorów, są to m. innymi:**

- Przewodnicząca Rady Miasta – Agnieszka Owczarczak,

- Wiceprezydentka Gdańska – Monika Chabior,

- JM Rektor Wyższej Szkoły Zdrowia – dr nauk Medycznych Marzena Po dgórska,

- Dyrektor Zespołu szkolno-przedszkolnego Nr 5 – w Gdańsku – mgr Iwona Zielińska oraz instytucje:

- Wyższa Szkoła Zdrowia w Gdańsku

- ROPS Urzędu Marszałkowskiego

- Fundacja Energa

- Miasto Gdańsk

- Rada Dzielnicy Zaspas Młyniec

- Muzeum Gdańska





Nasi partnerzy i sponsorzy:



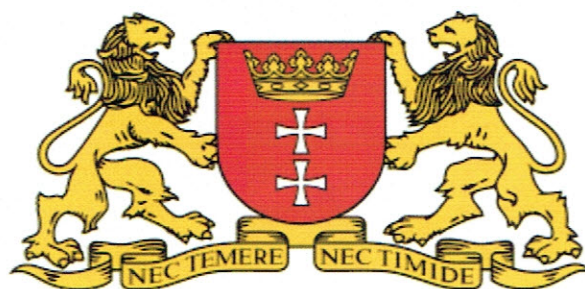
Rada Dzielnicy  
**Zaspas Młyniec**



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych



**FUNDACJA  
Energa**



**GDAŃSK**

**edukacja**

**do**

**kultury**

**GDAŃSK**

**Biuletyn „III WIEK SENIORA”**  
jest biuletynem wewnętrznym  
Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego  
„Aktywny Senior”

**Redaguje: Zespół**

**Adres Redakcji: ul Startowa 9, Gdańsk**

kontakt: [zarzad@aktywnysenior.org](mailto:zarzad@aktywnysenior.org)  
[www.aktywnysenior.org](http://www.aktywnysenior.org)