

Zadanie publiczne pn. Cenna aktywność Rad Seniorów

Biuro Projektu:

Polskie Stowarzyszenie Szczęśliwych Emerytów ul. Zielona 13of, 59-220 Legnica
tel. 604184190, e-mail: psszelegnica@vip.wp.pl

NEWSLETTER

NR 7

Grudzień 2021

Kończymy nasze działania realizujące projekt „Cenna aktywność Rad Seniorów”. Projekt finansowany z Budżetu Państwa przez Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021-2030 w kwocie 109 035,00 zł.

Celem projektu było wsparcie rozwoju Rad Seniorów i wzrost kompetencji społecznych, a przez to podniesienie poziomu aktywności i partycypacji osób starszych w życiu społecznym. Radni są wzorem do naśladowania w swoich środowiskach, a ich postawa jest znacząca dla polityk senioralnych. Z opracowanych ankiet wynika, że cele projektu zostały w pełni wykonane, a efektywność działań była bardzo wysoka. Oprócz wzrostu wiedzy i kompetencji obywatelskich Radnych, wykonane inicjatywy są przykładem oraz zachętą dla innych organizacji i grup seniorów. Przez praktyczną możliwość dostrzeżenia sprawczości działań Rady Seniorów uświadamiamy sobie faktyczny wpływ na otaczającą nas rzeczywistość. Budujemy pozytywny wizerunek aktywnego seniora, który swoją obywatelską aktywnością, zachęca młodsze grupy społeczne do działań na rzecz dobra wspólnego, a Senior jest ekspertem i pomysłodawcą zmian. Cennym doświadczeniem jest współpraca Radnych ze Złotoryi, Wałbrzycha i Legnicy. Wymiana dobrych praktyk i upowszechnianie idei aktywności obywatelskiej są inspiracją do dalszych działań. Nasze wspólne działania projektowe pokazały, że warto podejmować takie wyzwania, że są one właściwą drogą do partycypacji społecznej oraz że efekty tych działań będą trwale oddziaływać i ewaluować na kolejne inicjatywy. Rady Seniorów, dzięki zadaniu publicznemu, zostały wyposażone nie tylko w techniki partycypowania, ale i narzędzia materialne do realizacji inicjatyw. Zakupiony drobny sprzęt przekazany w nieodpłatne użytkowanie stwarza możliwości działania dotychczas niedostępne.

Przedstawiamy efekty naszych działań:

- Złotoryja:



„Zawsze aktywni”. Data realizacji 10.12.2021. Inicjatywa miała charakter warsztatów terenowych z zakresu komunikacji i integracji. Miłośnicy wiedzy i dobrej zabawy, wypracowali alternatywną formę spędzania czasu na wolnym powietrzu w okresie jesienno-zimowym. Pomoże w tym zakupiony sprzęt, który będzie dobrze służył długie lata a dobry relaks w miłym gronie będzie inspirował i zachęcał seniorów do aktywności. Pomimo niższych temperatur i zimowej aury seniorzy będą mogli być zawsze aktywni.



„Zielony Zakątek Przyjaźni”. Data realizacji 27.11.2021. Inicjatywa polegająca na stworzeniu zielonej, przyjaznej przestrzeni publicznej znajdującej się przy zabytkowej kamienicy. Od dawna bowiem wiadomo, że to wśród roślin najszybciej odzyskujemy spokój i równowagę. To właśnie one w dużym stopniu redukują stres i regenerują nasz organizm, co jest bardzo istotne zwłaszcza dla seniorów. Radni swoim działaniem zintegrowali środowisko i zaangażowali do dalszego rozwoju zapoczątkowanego dzieła.

Zadanie publiczne finansowane przez Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021 – 2030



Narodowy Instytut
Centrum Rozwoju Społeczeństwa C



Zadanie publiczne pn. **Cenna aktywność Rad Seniorów**

Biuro Projektu:

Polskie Stowarzyszenie Szczęśliwych Emerytów ul. Zielona 13of, 59-220 Legnica
tel. 604184190, e-mail: psszelegnica@vip.wp.pl



„Kącik Tenisowy Seniorów”. Data realizacji 8.12.2021. Inicjatywa dla osób starszych, którzy cenią sprawność fizyczną. Swoją inicjatywą twórcy propagują zdrowy tryb życia. Wszyscy zebrani nie ukrywali radości z pozyskanego sprzętu i nowych możliwości dla seniorów – uprawiania tenisa stołowego, sportu zapewniającego utrzymanie kondycji i zdrowia. Chyba każdy człowiek chce być samodzielny, a Seniorzy często o tym marzą i nic nie robią w tym kierunku, równocześnie tracąc samodzielność. Łatwiej jest zapobiegać niż leczyć.



„Blżej Środowisk”. Data realizacji 10.12.2021. Otwarte wydarzenie plenerowe, podczas którego uczestnicy mieli możliwość zintegrowania się oraz zabrania głosu w ważnych sprawach dotyczących współczesnego stylu życia seniora jako osoby dbającej o siebie, aktywnej społecznie. Zakupiony drobny sprzęt pozwoli Radzie rozwijać integrację środowisk senioralnych przez wzmocnienie dotychczasowych technicznych możliwości środków przekazu aby rozwijać nowe formy komunikacji. Na start odbyła się dyskusja dotycząca stylu życia seniorów w czasie pandemii.



„Kawiarenka Obywatelska”. Data realizacji 8.12.2021. Forma aktywnej dyskusji o sprawach lokalnych dająca możliwość wypowiedzenia się, usłyszenia zdania innych oraz zajęcia stanowiska w sprawach ważnych dla społeczności lokalnej. Złotoryjska Rada Seniorów swoją inicjatywą stworzyła warunki w Klubie „Senior+”, by seniorzy mieli swoje miejsce do spotkań i rozmów z członkami Rady Seniorów Na spotkanie w Kawiarence może przybyć każda starsza osoba. Udział jest nieodpłatny.

- Legnica:



„Świadome posiadanie piersi gwarancją zdrowia”. Data realizacji 30.10.2021. Otwarte spotkanie edukacyjne z zakresu profilaktyki raka sutka z warsztatem nauki samobadania piersi. Samobadanie zapewnia wczesne wykrycie zmian, kiedy nie są jeszcze groźne. Uczestnicy mieli udostępnione bardzo cenne broszury i materiały merytoryczne dla osób z chorobą nowotworową piersi. Warsztaty zorganizowały i prowadziły członkinie zarządu Legnickiego Stowarzyszenia Amazonek.

Zadanie publiczne finansowane przez Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021 – 2030



Narodowy Instytut
Centrum Rozwoju Społeczeństwa C



Zadanie publiczne pn. Cenna aktywność Rad Seniorów

Biuro Projektu:

Polskie Stowarzyszenie Szczęśliwych Emerytów ul. Zielona 13of, 59-220 Legnica
tel. 604184190, e-mail: psszelegnica@vip.wp.pl



Kącik edukacyjny „Zobacz nie widząc”. Data realizacji 2.12.2021. Otwarte spotkanie integracyjne dla społeczności lokalnej. Warsztaty prowadzone były aktywnymi metodami przekazu. Uczestnicy mieli możliwość poznać i wypróbować specjalistyczny drobny sprzęt bardzo pomagający w codzienności osobom niedowidzącym i niewidzącym. Dyskusja zaowocowała ważnym wnioskiem osób niewidzących – potrzeby usługi programowania sprzętu do użytkowania.



„Leksykon Aktywności Seniora”. Data realizacji 7.12.2021. Otwarte dla społeczności lokalnej wydarzenie kulturalne pokazujące potencjał i dorobek seniorów w dziedzinie kultury i sztuki. Spotkanie poprzedzone było prezentacją zarejestrowanych wydarzeń kulturalnych aktywistów Centrum Seniora. W przyjacielskiej radosnej atmosferze stworzono własny leksykon aktywności obywatelskiej seniorów. Leksykon został w dobrych rękach pani Elżbiety Chucholskiej, a zgromadzeni zobowiązali się do współpracy w realizacji.



„Czytanie w plenerze”. Data realizacji 13.12.2021. Wydarzenie inicjujące czytanie w plenerach. Czytanie to dobry sposób na aktywność dla każdego i w każdej sytuacji życiowej. Współczesna dostępność zbiorów bibliotecznych bez wychodzenia z domu i inne formy udostępniania dają możliwość korzystania osobom niesamodzielnym i z ograniczeniami funkcjonowania zmysłów. Zakupiony sprzęt umożliwi Miejskiej Radzie Seniorów rozwijanie aktywności Zielonego Zakątka.



„Życie to kabaret”. Data realizacji 14.12.2021. Publiczny spektakl kabaretowy amatorskiego zespołu teatralnego seniorów, słuchaczy Legnickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku pokazujący potencjał, korzyści i możliwości każdej osoby, która chce być aktywna społecznie. Na zakończenie odbyła się dyskusja „Czy życie to kabaret i jeśli tak to jakie są w nim nasze role?”. Zakupiony sprzęt przez Radnych dla tej inicjatywy dobrze się sprawdził i będzie dobrze służył w kolejnych produkcjach.

Wspólnie dokonano ewaluacji przeprowadzonych działań. Na zakończenie odbyły się dwa warsztaty ewaluacyjne projektu „Cenna aktywność Rad Seniorów”.

Zadanie publiczne finansowane przez Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021 – 2030



Narodowy Instytut
Centrum Rozwoju Społeczeństwa C



Zadanie publiczne pn. Cenna aktywność Rad Seniorów

Biuro Projektu:

Polskie Stowarzyszenie Szczęśliwych Emerytów ul. Zielona 13of, 59-220 Legnica
tel. 604184190, e-mail: psszelegnica@vip.wp.pl



Pierwszy warsztat odbył się 16 grudnia 2021 r. w auli Legnickiej Biblioteki Publicznej. W spotkaniu wzięli udział członkowie Polskiego Stowarzyszenia Szczęśliwych Emerytów, członkowie Miejskiej Rady Seniorów w Legnicy oraz zaproszeni goście: Pani Jowita Błońska, reprezentująca Prezydenta Miasta Legnica i liczni przedstawiciele środowisk senioralnych.

Drugi warsztat odbył się 17 grudnia 2021 r. w Klubie „Senior+” w Złotoryi. W spotkaniu wzięli udział członkowie Polskiego Stowarzyszenia Szczęśliwych Emerytów, członkowie Rady Seniorów w Złotoryi, oraz zaproszeni goście: przedstawiciele władz samorządowych – osobiście pan Robert Pawłowski - Burmistrz Miasta Złotoryja oraz panie: Marta Kusiak, Podinspektor Komunikacji Społecznej i Małgorzata Markiewicz, Opiekunka Rady Seniorów w Urzędzie Miasta Złotoryja, a także liczni przedstawiciele środowisk senioralnych.

Polskie Stowarzyszenie Szczęśliwych Emerytów serdecznie dziękuje władzom samorządowym, Radom Seniorów i wszystkim uczestnikom wspierającym członków Rad na różnych etapach prac za życzliwość i aktywny udział. Niech nasze dokonania przerodzą się w naturalną obywatelską aktywność środowisk senioralnych, a kreatywność Rad Seniorów w służbie lokalnej polityki senioralnej przynosi oczekiwane efekty.

Jako podsumowanie i pamiątka z naszych wspólnych działań wydane zostały dwie broszury pod wspólnym tytułem pt. „Szczęśliwy Senior Inicjatywy Rad Seniorów”, prezentujące na ostatnich stronach Radnych ze Złotoryi i Legnicy uczestniczących w projekcie. Broszura jest dostępna w formie papierowej w Radzie Seniorów w Złotoryi i Miejskiej Radzie Seniorów w Legnicy. Jest też kolportowana w miejskich środowiskach senioralnych. Ponadto jest do pobrania w formie elektronicznej na naszej stronie internetowej. Mamy jeszcze ostatnie egzemplarze w formie papierowej w siedzibie Polskiego Stowarzyszenia Szczęśliwych Emerytów w Legnicy przy ulicy Zielonej 13 of. Zapraszamy.

Polskie Stowarzyszenie Szczęśliwych Emerytów

Zachęcamy do śledzenia naszej aktywności na stronie <https://szczesliwi-emeryci.org.pl/>

Zadanie publiczne finansowane przez Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021 – 2030



Narodowy Instytut
Centrum Rozwoju Społeczeństwa C

