

Radomszczański Uniwersytet
Trzeciego Wieku „Wiem więcej”

I N F O R M A T O R
Radomsko, październik 2024



Rok akademicki 2024/2025

*„Gdy człowiek w lustrze twarz swą bada,
Częstokroć chciałby krzyknąć: Biada!
Lecz w końcu się odwraca tyłem
I mówi: - Nic się nie zmieniłem!”*

Jan Sztaudynger

Wydawca:

Radomszczański Uniwersytet Trzeciego Wieku „Wiem więcej”

Zespół redakcyjny:

1. Grażyna Bujacz
2. Maria Jeziorska
3. Anna Kapuściarek
4. Grażyna Śliwakowska

Kontakt:

tel.: 790 500 675 660 408 033

<http://www.wiem-wiecej.com.pl/>

<https://www.facebook.com/rutwwiemwiecej/>

Nakład online

Drodzy Studenci,

przed nami kolejny rok, rok pełen nowych wyzwań i wyętej pracy. Inauguracja nowego roku akademickiego to wyjątkowe wydarzenie zarówno dla nas studentów, jak i dla zaproszonych gości. Poprzedza go wyęta praca wielu osób zaangażowanych w działalność Uniwersytetu, aby zaplanować i przygotować program wykładów, warsztatów oraz wielu innych zajęć. Wszystkim naszym czynnościom przyświeca jeden cel „(...) by dodawać życia do lat, a nie tylko lat do życia”, będący mottem Haliny Szwarz, założycielki pierwszego UTW w Polsce.

Oddajemy w Wasze ręce kolejny informator. Tym razem nie opisujemy struktury naszego stowarzyszenia, bo z tym już się zapoznaliście w poprzednich wydaniach. Osoby nowe, bądź te, które chcą przypomnieć sobie zasady działania naszego uniwersytetu, odsyłamy do poprzednich wydań.

W tym numerze piszemy o bardzo istotnych sprawach, jakimi są: starzenie się społeczeństwa, które jest kluczowym elementem obecnych przeobrażeń cywilizacyjnych, jest też zagrożeniem, a zarazem wyzwaniem, dlatego podejmowane są działania w celu poprawienia sytuacji osób starszych. Przedstawiamy Państwu dane statystyczne GUS o UTW w Polsce oraz piszemy o jubileuszu 50-lecia utworzenia pierwszego uniwersytetu w naszym kraju. Zamieszczamy ogólne informacje o uniwersytetach i znaczenie pojęć z tym związane. Polecamy artykuły o Polskim Forum Seniorów w Małopolsce i materiał o Stowarzyszeniu Manko, czyli wszystkim dobrze znanym Głosie Seniora.

Nie zabraknie ciekawych informacji o naszym Uniwersytecie, bowiem od wielu lat Stowarzyszenie podejmuje szereg inicjatyw. Piszemy wnioski i je realizujemy, działamy na rzecz miasta i powiatu, angażujemy dużą grupę osób dojrzałych do czynnego działania na różnych płaszczyznach.

W roku kalendarzowym 2024 mamy do zrealizowania trzy bardzo ważne projekty; Wojewódzki Budżet Obywatelski Łódzkie na plus, Erasmus+ oraz projekt sportowy na szczeblu miejskim. Warto przeczytać co czeka nas od października i jakich zmian dokonaliśmy, aby spełnić oczekiwania naszych słuchaczy. Zamieszczamy harmonogram zajęć i spotkań integracyjnych na nowy rok akademicki.

Życzymy przyjemnej lektury i zapraszamy do aktywnego uczestnictwa w zajęciach przez nas proponowanych, które pozwolą nie tylko poszerzyć, czy aktualizować wiedzę, ale umożliwią rozpoczęcie nauki czegoś, co w czasie aktywności zawodowej słuchaczy pozostawało wyłącznie w sferze planów.

Zadaniem Uniwersytetu jest poszerzanie wiedzy i umiejętności seniorów, ułatwianie kontaktów z instytucjami kultury oraz angażowanie słuchaczy do aktywnego działania na rzecz utw i otaczającego nas środowiska. Bo - „nie ma lepszego leku jak Uniwersytet Trzeciego Wieku”.

Uniwersytet Trzeciego Wieku wczoraj, dziś i jutro

W przyszłym roku będziemy obchodzić 50-lecie istnienia UTW w Polsce. To bardzo ważna rocznica, ponieważ uniwersytety trzeciego wieku odgrywają ogromną rolę w kształtowaniu, rozwijaniu i zaspokajaniu potrzeb ludzi starszych.

Celem działalności UTW jest aktywizacja ludzi starszych poprzez edukację, integrację i działania prozdrowotne, stworzenie warunków dla tzw. godnego starzenia się, podniesienie standardu życia seniorów, zmiana stereotypu osoby starszej, a także wykorzystanie potencjału osób starszych na rynku pracy, ich wiedzy, umiejętności i doświadczenia życiowego, dla rozwoju gospodarczego i społecznego kraju.

Potrzeby seniorów są bardzo różnorodne, począwszy od samokształcenia, poszerzania wiedzy i umiejętności, poprzez potrzebę wykonywania społecznie użytecznych działań, wypełnienia wolnego czasu i utrzymywania więzi towarzyskich aż do stymulacji psychicznej i fizycznej oraz możliwości realizacji młodszych marzeń, które były nie do pogodzenia z życiem zawodowym i obowiązkami wobec rodziny.

Pierwszy UTW założony przez prof. Pierre'a Vellasa, powstał w 1973 w Tuluzie we Francji i postawił w centrum uwagi badania naukowe, mające pomoc ludziom starszym.

Zapoczątkowany przez prof. Vellasa ruch postawił przed sobą trzy główne cele:

- intelektualny i administracyjny potencjał uniwersytetów powinien być użyty dla dalszego kształcenia ludzi starszych
- uniwersytet trzeciego wieku powinien być instytucją prowadzącą badania gerontologiczne w interesie ludzi starszych
- jego rolą społeczną powinno być umożliwianie wymiany kulturalnej między generacjami oraz udział w prewencji geriatrycznej.

W toku dalszego rozwoju UTW odeszły od modelu francuskiego, lansując tzw. model brytyjski, nazywany też modelem Cambridge, oparty na samopomocy i pomocy wzajemnej słuchaczy.

Program realizowany przez UTW zależy od tego, czym interesują się studenci i jakie posiadają umiejętności. UTW są ośrodkami kształcenia ludzi starszych, spełniającymi oprócz funkcji poznawczych również integracyjne i terapeutyczne.

Pierwszy UTW w Polsce powstał 12 listopada 1975 roku w Warszawie w wyniku współpracy naukowej prof. Haliny Szwarz, wybitnej polskiej gerontolożki z prof. Pierre'em Vellasem i nosił nazwę Studium III Wieku. Polska była trzecim krajem na świecie (za Francją i Belgią), w którym rozwinął się ruch UTW. Intensywny rozwój uniwersytetów przypadł na lata 1975-1979 (powstały UTW we Wrocławiu, Opolu, Szczecinie, Poznaniu, Gdańsku, Łodzi). Po kilkuletniej przerwie, po roku 1982, zaczęły znów powstawać nowe tego typu placówki. Po 1989 roku nastąpił dalszy rozwój UTW w wyniku zmian

systemowych, jak również rosnącej populacji ludzi starszych w naszym kraju. Obecnie istnieje w Polsce ponad 600 UTW, współpracujących z uczelniami wyższymi i korzystających z akademickiej kadry dydaktycznej oraz wsparcia administracyjno-intelektualnego.

Ważną społeczną rolę, jaką pełnią UTW, docenił senat RP, który zdecydował o ustanowieniu roku 2012 Rokiem Uniwersytetów Trzeciego Wieku. Dziękujemy za ten dowód uznania i czujemy się usatysfakcjonowani.

RUTW „Wiem więcej”, który powstał w 2011 roku i wkrótce będzie obchodził 15-lecie swojej działalności, działa zgodnie z mottem: nie ma na starość lepszego leku niż uniwersytet trzeciego wieku.

Jesteśmy członkiem OFSUTW z siedzibą w Nowym Sączu i posiadamy złoty certyfikat profesjonalnego działania, który jest niezwykle trudno uzyskać, ponieważ niewiele ponad 40 UTW w całym kraju posiada to zaszczytne wyróżnienie, z którego jesteśmy bardzo dumni. Staramy się wzbogacać i uzupełniać naszą ofertę edukacyjno-integracyjną, aby każdy student znalazł coś interesującego dla siebie, by móc zadowolić zarówno swój umysł, jak i ciało.

Uniwersytet Trzeciego Wieku to inicjatywa znana od lat, skierowana do osób po 50. roku życia, emerytów i rencistów, którzy po zakończeniu aktywności zawodowej, uwolniony czas chcą wykorzystać na naukę i zdobywanie nowych umiejętności.



Wycieczka do Łodzi 18.09.2024



Uniwersytety Trzeciego Wieku

**Secrétariat de l'AIUTA
Université du Troisième Âge – UTC
2, Rue du DOYEN GABRIEL MARTY
31042 TOULOUSE CEDEX 9
0033 5 61 63 36 37**

E-mail: secretariat.aiuta@gmail.com

Web site: www.aiuta.com

Facebook: IAUTA (International Association of Universities of Third Age)



ASSOCIATION INTERNATIONALE DES UNIVERSITES DU TROISIEME AGE
INTERNATIONAL ASSOCIATION OF UNIVERSITIES OF THE THIRD AGE
ASSOCIACION INTERNACIONAL DE LAS UNIVERSIDADES DE LA TERCERA EDAD
INTERNATIONALE VEREINGUNG DER SENIOREN UNIVERSITÄTEN
ASSOCIAZIONE INTERNAZIONALE DELLE UNIVERSITA DELLA TERZA ETA
国际老年大学协会
MIĘDZYNARODOWE STOWARZYSZENIE UNIwersYTETÓw TRZECIEGO WIEKU

KARTA

UNIwersYTETÓw TRZECIEGO WIEKU

1. Cel

Celem uniwersytetów trzeciego wieku jest szerzenie wiedzy i kultury w kontekście społecznym i akademickim.

2. Misja

Praca uniwersytetów trzeciego wieku koncentruje się na kulturowym i społecznym rozwoju seniorów oraz ma na celu zapewnienie im dobrego samopoczucia.

3. Dostępność

Uniwersytety trzeciego wieku są dostępne dla wszystkich seniorów bez względu na wiek, kwalifikacje i zamożność.

4. Status

Uniwersytety trzeciego wieku gwarantują, że prowadzą zajęcia na poziomie uniwersyteckim i że działają pod patronatem uczelni wyższych.

5. Edukacja

W ofercie programowej uniwersytetów trzeciego wieku znajdują się kursy, konferencje, warsztaty obejmujące swoim zakresem przedmioty akademickie wykładane na uniwersytetach.

6. Zdrowie

Misją uniwersytetów trzeciego wieku jest propagowanie zdrowego stylu życia wśród seniorów poprzez zachęcanie ich do innowacyjnych form działalności społecznej, umysłowej i fizycznej.

7. Kultura

Uniwersytety trzeciego wieku zapewniają seniorom narzędzia do lepszego zrozumienia teraźniejszości, przeszłości i przyszłości.

8. Etyka

Uniwersytety trzeciego wieku skupiają się na redukowaniu wszelkich form dyskryminacji szczególnie ze względu na wiek, płeć, narodowość i aktywnie uczestniczą w walce z wykluczeniem.

9. Międzynarodowość

Uniwersytety trzeciego wieku wspierają międzynarodową współpracę akademicką i naukową pomiędzy seniorami z różnych stron świata przez zachęcanie ich do wzajemnych kontaktów i wymiany.

10. Przyszłość

Uniwersytety trzeciego wieku przyczyniają się do przedłużenia średniej długości życia poprzez zapewnienie odpowiednich warunków fizycznych i umysłowych do harmonijnego starzenia się.

Publikacja Głównego Urzędu Statystycznego – informacje o Uniwersytetach Trzeciego Wieku (UTW) podczas pandemii COVID 19.- wydana dnia 28.09.2023r.

Z przyjemnością przekazujemy naszym Słuchaczom publikację „Uniwersytety trzeciego wieku w Polsce w roku akademickim 2021/2022”, która zawiera wyniki trzeciej edycji ogólnopolskiego badania statystycznego przeprowadzonego w 2022 r. Publikacja, podobnie jak samo badanie, zostały przesunięte o rok ze względu na pandemię COVID-19. W roku 2022 następowało stopniowe wygaszanie epidemii COVID-19, której skutki szczególnie mocno odczuwały osoby starsze w latach poprzednich. Spadek liczby zachorowań skutkowałam zmniejszeniem śmiertelności osób starszych. Nastąpił powrót seniorów do aktywności społeczno-kulturalnej. Znalazło to odzwierciedlenie w prezentowanych w publikacji danych i wskaźnikach.

Zapraszamy Państwa do zapoznania się z publikacją i wyrażamy nadzieję, że będąc źródłem wielu informacji o osobach starszych, spotka się ona z zainteresowaniem i pozytywnym przyjęciem. Uniwersytety trzeciego wieku są placówkami edukacyjnymi, których działania skierowane są przede wszystkim do osób dojrzałych. Głównym ich celem jest aktywizacja i integracja poprzez działalność edukacyjną – wykłady, warsztaty, kursy, grupowe wyjścia i wyjazdy oraz wiele innych form. Uniwersytety angażują swoich słuchaczy w życie społeczne, są również szansą na poznanie ciekawych ludzi, nawiązanie przyjaźni, realizację swoich pasji czy niespełnionych pragnień. Efekt działalności uniwersytetów trzeciego wieku jest zatem wielowymiarowy - pozwala na realizację indywidualnych potrzeb słuchaczy oraz w wymiarze społecznym przeciwdziałania wykluczeniu osób starszych w różnorodnych sferach życia.

Synteza

W roku akademickim 2021/22 w badaniu statystycznym GUS wzięły udział 552 uniwersytety trzeciego wieku (UTW). Funkcjonowały one w ramach różnych form organizacyjno-prawnych, wśród których większość stanowiły stowarzyszenia UTW – 288 jednostek.

Łącznie do UTW uczęszczało 86609 osób. Słuchaczami były głównie kobiety (83,8%), osoby w wieku 60-79 lat (82,9%), z wykształceniem średnim (48,9%) i mające status emeryta (88,6%). Słuchaczem UTW mogła zostać osoba, która spełniła określone wymagania. Głównymi kryteriami było złożenie deklaracji uczestnictwa (82,1%), określony wiek (75,0%) oraz uiszczenie opłaty (71,4%).

Wykłady lub zajęcia regularne dla słuchaczy UTW prowadziło 9,8 tys. osób. Wśród nich dominowali nauczyciele akademicki (bez lektorów i nauczycieli języków obcych) – 2,2 tys., eksperci, specjaliści w określonej dziedzinie nauki

– 1,1 tys. oraz lektorzy języków obcych – 1,0 tys. Ponad 45% wykładowców pracowało na rzecz UTW nieodpłatnie.

Działania edukacyjne, aktywujące i integracyjne, które organizowały UTW dla słuchaczy, obejmowały wykłady i seminaria (87,5%), zajęcia regularne (81,5%), imprezy kulturalno-artystyczne (78,6%) oraz działania społeczne na rzecz potrzebujących (49,5%).

Własnego biura nie posiadało 80,0% uniwersytetów trzeciego wieku, a pomieszczeń do zajęć czy prowadzenia wykładów – 81,3%. Najczęściej UTW korzystały z udostępnianych im nieodpłatnie biur (54,2%) oraz pomieszczeń na zajęcia (73,7%).

Spośród różnych źródeł finansowania działalności UTW dominowały opłaty słuchaczy (63,8%) oraz dotacje ze środków samorządowych (59,4%). W 2021 r. przeciętnie uniwersytet trzeciego wieku wydatkował na działalność kwotę 44,3 tys. zł brutto.

Uniwersytety trzeciego wieku pobierały od słuchaczy różnego rodzaju opłaty, w tym w większości składki członkowskie (55,8%) oraz wpisowe i czesne (53,4%).

Ponad 76% działających w Polsce UTW wskazywało czynniki utrudniające prowadzenie działalności. Wśród nich najczęściej wymieniano niewystarczające środki finansowe uniwersytetu (65,8%) oraz zbyt niskie dochody słuchaczy utrudniające im wnoszenie opłat (48,9%).

Podczas trwającej pandemii COVID-19 w roku akademickim 2019/20 UTW najczęściej zawieszały działalność (49,6%) oraz odwoływały: wykłady (30,3%), imprezy kulturalno-artystyczne (30,1%) i zajęcia regularne (29,9%). W roku akademickim 2020/21 działalność zawiesiło 32,8% UTW, a imprezy kulturalno-artystyczne odwołało 31,7% uniwersytetów. Natomiast UTW rzadziej odwoływały zajęcia regularne i wykłady (32,8% i 26,3%), przy jednoczesnym ograniczeniu liczby ich uczestników.

W roku akademickim 2019/20 niespełna 22% UTW otrzymało pomoc z zewnątrz i głównie wsparły je samorządy lokalne – 93,3%. Natomiast w roku akademickim 2020/21 wsparcie otrzymało 18,1% UTW.

Uniwersytet trzeciego wieku (UTW) – jednostka powołana do działania w sposób zorganizowany i sformalizowany na rzecz seniorów. Uniwersytet posiada m.in. regulamin, program zajęć, często deklarację uczestnictwa. Cele działalności mogą być różne, ale ich zakres zawsze zawiera się w szeroko pojętej edukacji, aktywizacji i integracji. Podobnie formy zajęć mogą być różnorodne, ale powinny one mieć charakter edukacyjny, aktywizujący lub integrujący słuchaczy. Uniwersytety trzeciego wieku w Polsce działają jako samodzielne jednostki powołane dla prowadzenia działalności UTW lub w ramach działalności innych podmiotów. W sprawozdaniu UTW-1 wyróżniono następujące formy organizacyjno-prawne:

- stowarzyszenie UTW,
- fundacja UTW,
- UTW działające w strukturze:
 - uczelni (jako stowarzyszenie UTW),
 - uczelni (niebędące stowarzyszeniem),
 - organizacji pozarządowej innej niż UTW,
 - centrum kształcenia ustawicznego,
 - domu, ośrodka kultury,
 - biblioteki,
 - instytucji pomocy społecznej,
 - kościoła, związku wyznaniowego
- innej jednostki powołanej przez urząd gminy, miasta,
- inna forma.

Uniwersytety trzeciego wieku prowadzą zwykle trzy główne rodzaje działalności: edukacyjną, aktywującą oraz integrującą, które najczęściej mają formę: wykładów i seminariów, zajęć regularnych oraz imprez kulturalno-artystycznych.

Podstawowe pojęcia i definicje.

Porozumienie o współpracy lub patronacie z uczelnią – umowa, najczęściej w formie pisemnej, na mocy której uczelnia udziela pomocy naukowej (tzw. patronat naukowy), dydaktycznej lub logistycznej (w tym pomieszczenia) uniwersytetowi trzeciego wieku.

Przesłanie działalności UTW – jedna nadrzędna idea działalności uniwersytetu trzeciego wieku określająca jego charakter (edukacyjny, integracyjny, aktywizujący, samopomocowy lub regionalny), nadrzędna w stosunku do celów działalności UTW.

Cele działalności UTW – szereg działań podejmowanych przez UTW w celu osiągnięcia zamierzonych efektów, składających się na przesłanie działalności UTW.

Eksperci – osoby mające wykształcenie formalne w danej dziedzinie, prowadzące wykłady lub zajęcia regularne.

Pasjonaci – osoby bez wykształcenia formalnego, ale mający szeroką wiedzę w danej dziedzinie, prowadzące wykłady lub zajęcia regularne.

Osoby wykonujące prace organizacyjne w UTW (w tym nieodpłatnie) – osoby wykonujące prace na rzecz UTW, takie jak administrowanie, prowadzenie księgowości, obsługa słuchaczy (np. przyjmowane dokumentów, wpłat), organizowanie imprez i wydarzeń kulturalnych. Mogą to robić na podstawie stosunku pracy, umowy cywilno-prawnej lub nieodpłatnie.

Słuchacz UTW – osoba, która spełniła określone wymagania, dokonała stosownych opłat i uczestniczyła tym samym pełnoprawnie w różnych formach zajęć prowadzonych przez UTW (w tym wykładach i zajęciach regularnych).

Status zawodowy – oznacza aktywność słuchacza na rynku pracy. W sprawozdaniu UTW-1 wyróżniono następujące kategorie: • emeryci, w tym pracujący; • renciści, w tym pracujący; • osoby pracujące; • osoby bezrobotne.

Wykłady – forma zajęć z osobą prowadzącą (wykładowcą), polegająca na ustnym przekazywaniu wiedzy, a słuchacze nie wykonują zadań praktycznych ani ćwiczeń. Możliwe jest zadawanie pytań lub dyskusja. W tej kategorii mieszczą się również prelekcje, seminaria i konwersatoria. Wykłady mogą mieć formę otwartą, tj. są dostępne dla wszystkich chętnych osób, również spoza UTW.

Zajęcia regularne – forma zajęć grupowych (np. warsztatów, kursów, sekcji, klubów, kół zainteresowań). Organizacja zajęć jest zaplanowana, zajęcia odbywają się regularnie i cyklicznie, obejmują przynajmniej 3 spotkania w cyklu nauczania. Cechą charakteryzującą tę formę jest interakcja ze słuchaczami, wymagają one aktywnego uczestnictwa słuchaczy.

Imprezy kulturalno-artystyczne – forma zajęć, które odbywają się jednorazowo lub wielokrotnie w cyklu nauczania, służą głównie integracji słuchaczy między sobą oraz osobami spoza UTW poprzez udział w różnego rodzaju spotkaniach, uroczystościach, widowiskach.

Działania społeczne – forma działania zorganizowanego na rzecz osób potrzebujących (np. chorych, ubogich), pokrzywdzonych (np. ofiar klęsk żywiołowych), ale również dla społeczności lokalnej.

Źródła finansowania – środki finansowe przeznaczone na prowadzenia działalności UTW pochodzące od różnych podmiotów, organizacji oraz składek słuchaczy.

Wydatki brutto na działalność UTW – środki wykorzystane na prowadzenie działalności (np. czynsz, wynagrodzenie dla wykładowców), organizację zajęć (np. wynajem autokaru, bilety do teatru) i inne koszty związane z prowadzeniem działalności UTW.

Opłaty pobierane od słuchaczy – obowiązkowe i dobrowolne opłaty pobierane od kandydatów lub słuchaczy jednorazowo w cyklu edukacji lub cyklicznie, np. raz na miesiąc. W sprawozdaniu UTW-1 wyróżniono następujące kategorie opłat: wpisowe; składka członkowska; czesne lub podstawowa opłata za wykłady, zajęcia programowe; opłata za zajęcia fakultatywne (dodatkowe); częściowe odpłatności związane z wyjazdami grupowymi, np. do teatru, wycieczkami i inne opłaty.

Federacja

Każde działanie skierowane do seniorów i ukierunkowane na poprawę ich sytuacji uznać trzeba za ważne i zasługujące na pełne poparcie.

Radomszczański Uniwersytet Trzeciego Wiek „Wiem więcej” współpracuje z Ogólnopolską Federacją Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wiek.

Korzystamy ze szkoleń, które organizuje Federacja. W tym roku odbyły się już trzy seminaria: „Niezbędnik Aktywnego Obywatela - rady seniorów w praktyce”, „Niezbędnik Aktywnego Obywatela – zarządzanie organizacją pozarządową (aspekty prawne)” oraz „Akademia Animatorów bezpiecznej turystyki senioralnej”.

Federacja oferuje swoim członkom wsparcie merytoryczne, formalne i prawne, wydaje biuletyn w formie elektronicznej, jak i tradycyjnej – papierowej.

W ostatnim numerze Prezes Wiesława Borczyk tak pisze w słowie wstępnym (...piszemy o utworzeniu w rządzie Premiera Donalda Tuska pierwszego w historii administracji publicznej urzędu Ministra ds. Polityki Senioralnej, który objęła posłanka na Sejm RP Marzena Okła-Drewnowicz. To krok milowy i historyczny moment w polityce wobec osób starszych. Oznacza podniesienie rangi zagadnień, które ich dotyczą, i miejmy nadzieję, znajdą odpowiednie miejsce w publicznej agendzie; będą konsekwentnie podejmowane oraz realizowane. Minister Marzena Okła-Drewnowicz, tworząc swój urząd „od zera”, zdecydowała o powołaniu Rady ds. Polityki Senioralnej, 30- osobowego organu opiniodawczo-doradczego, w skład którego wchodzi osoby wyróżniające się wiedzą i doświadczeniem z zakresu polityki senioralnej. ...). W artykule opisany jest zakres działań Ministra ds. Polityki Senioralnej i ich realizacji. Jest też artykuł o Parlamentarnym Zespole ds. Uniwersytetów Trzeciego Wiek. Zachęcamy do lektury! Tutaj zamieszczamy link do strony [Federacji Federacja UTW](#).

Pragnę nadmienić, że link ten jest również dostępny na naszej stronie RUTW (tutaj: RUTW "Wiem-Więcej" (wiem-wiecej.com.pl)) co umożliwia stały dostęp do informacji.

POLSKIE FORUM SENIORÓW – RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ!

Polskie Forum Seniorów [dalej: PFS] to zawiązane we wrześniu 2019 r. **porozumienie organizacji pozarządowych pracujących z seniorami i dla seniorów** stanowiące płaszczyznę współpracy i wymiany informacji w szczególności w zakresie formułowania i wyrażania opinii w sprawach ważnych dla środowiska osób starszych zarówno na szczeblu krajowym jak i regionalnym. PFS działa na zasadzie nieformalnej, dobrowolnej i apolitycznej grupy partnerskiej, nie posiadającej osobowości prawnej, nie stanowiącej odrębnego podmiotu w rozumieniu prawa, a także nie podlegającej obowiązkowi rejestracji. **Polskie Forum Seniorów działa w ramach Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku** - jest otwarte na wszelkie organizacje seniorskie, niezależnie od ich formy prawno-organizacyjnej.

Celem PFS jest:

- inicjowanie i opiniowanie projektów aktów prawnych, dokumentów strategicznych oraz innych inicjatyw na szczeblu regionalnym i krajowym ważnych dla środowiska osób starszych,
- rzecznictwo interesów osób starszych wobec sektora publicznego, prywatnego i innych środowisk,
- stworzenie szerokiej reprezentacji środowiska organizacji seniorskich będącej partnerem dla organów administracji rządowej i samorządowej na szczeblu regionalnym i krajowym,
- rozwijanie współpracy, kształtowanie standardów działania oraz umacnianie poczucia tożsamości środowiska organizacji seniorskich.

PFS realizuje swoje cele poprzez **systematyczne opracowywanie i nadawanie biegu inicjatywom, opiniom, wnioskom, rekomendacjom oraz innym stanowiskom w sprawach istotnych dla seniorów i organizacji seniorskich. Opinie sygnatariuszy porozumienia w ww. sprawach są wyrażane i gromadzone za pośrednictwem strony internetowej: www.forumseniorow.pl**

Aktualna na dzień liczba sygnatariuszy PFS: 172 podmioty

Liczba opracowanych i skonsultowanych stanowisk: 210

[dane na dzień 22.08.2024 r.]

**WYBRANE OBSZARY TEMATYCZNE, KTÓRE BYŁY PRZEDMIOTEM
ANALIZY, OPRACOWANIA
I PRZESŁANIA STANOWISK MERYTORYCZNYCH PFS**

1. Wniosek w sprawie kontynuacji Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020 w następnych latach oraz zwiększenia budżetu tego Programu.
2. Wniosek w sprawie rozważenia utworzenia w Ministerstwie Zdrowia Departamentu ds. Zdrowia Osób Starszych.
3. Wniosek w sprawie zorganizowania ogólnopolskiej kampanii informacyjno-edukacyjnej upowszechniającej prawa pacjenta wśród osób starszych.
4. Wniosek w sprawie utworzenia instytucji koordynującej politykę senioralną.
5. Wniosek w sprawie zorganizowania ogólnopolskiej akcji informacyjnej dotyczącej e-recept skierowanej do osób starszych.
6. Rekomendacja dotycząca opieki geriatrycznej dla osób w podeszłym wieku (do 16 województw).
7. Wniosek w sprawie wprowadzenia prawnych regulacji dotyczących tzw. renty dożywotniej.
8. Stanowisko w sprawie ograniczenia skali nieprawidłowości w placówkach zapewniających całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku, w tym prowadzonych na podstawie przepisów o działalności gospodarczej (do 16 wojewodów).
9. Opinia w sprawie projektu rządowego „Programu Wieloletniego na rzecz Osób Starszych AKTYWNI + na lata 2021-2025”.
10. Rekomendacja dotycząca działalności koordynatorów do spraw dostępności (do 16 województw).
11. Stanowisko w sprawie projektu ustawy o zmianie ustawy o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta oraz ustawy o pomocy społecznej.
12. Wniosek o podjęcie działań zmierzających do zmiany ustawy z dnia 4 października 2018 r. o pracowniczych planach kapitałowych poprzez uzupełnienie o organizacje pozarządowe katalogu podmiotów wyłączonych z konieczności stosowania jej przepisów.
13. Opinia w sprawie projektu rozporządzenia Rady Ministrów w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021 – 2025.
14. Stanowisko popierające zniesienie limitów w dostępie do ambulatoryjnej opieki specjalistycznej.
15. Opinia w sprawie projektu zmian w ustawie o rachunkowości w zakresie zasad podpisywania sprawozdań finansowych.
16. Opinia w sprawie standardów rozwiązań wspomagających osoby z ograniczoną możliwością poruszania się.
17. Opinia w sprawie projektu ustawy o zmianie ustawy o prawach konsumenta oraz niektórych innych ustaw.
18. Wniosek o uzupełnienie projektu Strategii Demograficznej 2040 o zagadnienia dotyczące polityki senioralnej.

19. Opinia w sprawie poselskiego projektu ustawy o zmianie niektórych ustaw w celu wsparcia idei Uniwersytetu Trzeciego Wieku, złożonego przez grupę posłów (sygn. EW-020-626/21).
20. Wniosek o opracowanie i wdrożenie programu rozwoju aktywności turystycznej seniorów oraz poprawy bezpieczeństwa turystów – seniorów.
21. Rekomendacja w sprawie powołania pełnomocników wojewodów ds. osób starszych.
22. Stanowisko w sprawie projektu Programu współpracy Samorządu Województwa Dolnośląskiego z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego na Dolnym Śląsku w 2025r.
23. Opinia w sprawie projektu ustawy o zmianie ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych
24. Rekomendacja odnośnie projektu ustawy o zmianie ustawy o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych oraz ustawy o działalności leczniczej
25. Stanowisko w sprawie popularyzacji osiągnięć naukowych, pracy naukowców, badań naukowych w zakresie tematyki starzejącego się społeczeństwa – w oparciu o krajową sieć Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

**ZAPRASZAMY NA STRONĘ INTERNETOWĄ
POLSKIEGO FORUM SENIORÓW**

www.forumseniorow.pl



**OGÓLNOPOLSKA
FEDERACJA
STOWARZYSZEŃ
UNIwersYTETÓW
TRZECIEGO WIEKU**



**Polskie Forum
SENIORÓW**



**KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO**



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczności Obywatelskiej



**Rządowy Program
Rozwoju Organizacji
Obywatelskich
na lata 2018–2030
PROO**

SFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI – CENTRUM
ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU
ROZWOJU ORGANIZACJI OBYWATELSKICH NA LATA 2018–2030 PROO

Adresat:

Wojewoda Łódzki

Sprawa:

Rekomendacja w zakresie lokowania zadań w obszarze polityki senioralnej w programie współpracy Wojewody Łódzkiego z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego.

UZASADNIENIE

Obserwowane w ostatnich latach zmiany demograficzne wskazują jednoznacznie, iż sytuacja ludnościowa Polski jest trudna i w najbliższym czasie nie należy oczekiwać znaczących zmian gwarantujących stabilny rozwój demograficzny. Z jednego obecnie z najmłodszych krajów Unii Europejskiej już w 2060 r. nasz kraj stanie się najstarszym – a proces ten jest w gruncie rzeczy nieuchronny i w najbliższych kilkudziesięciu latach nieodwracalny. Skalę tego postępującego procesu pokazują najnowsze dane statystyczne Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021 „Starzenie się ludności Polski w świetle wyników narodowego spisu powszechnego ludności i mieszkań 2021” (GUS, Warszawa, 2023 r.). Przykładowo, jak wynika z tego opracowania, w ciągu ostatniej dekady liczba osób w wieku poprodukcyjnym zwiększyła się o blisko 2 miliony (z 6,5 miliona w 2011 do blisko 8,5 miliona w 2021) a udział osób w starszym wieku dla Polski wzrósł o ponad 5% i obecnie wynosi 18,6%. Kluczowe wskaźniki pokazujące dynamikę procesu starzenia się Polski prezentuje poniższa tabela¹

¹ „Starzenie się ludności Polski w świetle wyników narodowego spisu powszechnego ludności i mieszkań 2021”, GUS, Warszawa, 2023 r.



KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczności Obywatelskiej



Rządowy Program
Rozwoju Organizacji
Obywatelskich
na lata 2018–2030
PROO

Wskaźnik	Mediana wieku	Wskaźnik starości demograficznej	Index starości
2011	38	14	90
2021	42	19	119

Mimo przewidywanego ubytku ludności o ponad 7 mln do 2060 r. spodziewany jest postępujący proces starzenia się ludności Polski, co oznacza wzrost odsetka osób w wieku 65 lat i więcej. Populacja osób w tym wieku wzrośnie w końcu horyzontu prognozy do 11,6 miliona i będzie stanowiła prawie 40% ogółu ludności².

Opisany wyżej w wymiarze ogólnopolskim proces starzenia się populacji naszego kraju znajduje swój wyraz również w aktualnej sytuacji demograficznej województwa łódzkiego. Jak wynika z najnowszych danych statystycznych na koniec grudnia 2022 r. na obszarze województwa łódzkiego zamieszkiwało 679 100 osób w wieku 60+ co stanowiło 28,6% ogółu mieszkańców tego regionu. Współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi na koniec 2022 r. wyniósł 34.1 i jest on najwyższy wśród 16 województw (średnia ogólnopolska – 29,9)³. W tym kontekście duże zaniepokojenie mogą budzić dane statystyczne odnoszące się do niezwykle ważnego obszaru opieki geriatrycznej – jak pokazują statystyki na terenie województwa łódzkiego na dzień 31.12.2022 funkcjonowało wprawdzie 18 poradni geriatrycznych ale jednocześnie tylko 2 (!) oddziały geriatryczne⁴.

W kontekście powyższych, obiektywnych informacji statystycznych stwierdzić należy, iż polityka senioralna tak obecnie jak i w przyszłości winna stanowić jeden z priorytetowych obszarów zainteresowania państwa zarówno na szczeblu centralnym jak również regionalnym i lokalnym. W ostatnim czasie istotnym symbolem dostrzeżenia rangi tych zagadnień stało się powołanie po

² Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce za 2022 r., Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej, Warszawa, listopad 2023.

³ „Sytuacja osób starszych w Polsce w 2022 r. Analizy statystyczne”, Urząd Statystyczny w Białymstoku, Warszawa, Białystok 2023

⁴ ibidem



KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczności Obywatelskiej



Rządowy Program
Rozwoju Organizacji
Obywatelskich
na lata 2018–2030
PROO

raz pierwszy w historii Polski konstytucyjnego Ministra do spraw Polityki Senioralnej, którego strategicznym zadaniem będzie budowanie nowoczesnej, kompleksowej polityki senioralnej państwa mierzącej się z wyzwaniem postępującego procesu starzenia się społeczeństwa. Wśród wielu zgłoszonych już inicjatyw i pomysłów warto zwrócić tu uwagę na zapowiedź utworzenia regionalnych rad ds. polityki senioralnej, których opiekunami mieliby zostać pełnomocnicy wojewodów ds. seniorów. Stworzenie takiej sieciowej struktury będzie stwarzać szansę na wykorzystanie potencjału wielu lokalnych społeczników i ekspertów w pracach nad rozwiązaniami składającymi się na profesjonalną politykę senioralną. W procesie kształtowania i realizowania polityki senioralnej państwa niezwykle ważną, aktywną rolę ma do odegrania również coraz liczniejszy sektor organizacji seniorskich w Polsce, wśród których istotne miejsce zajmują uniwersytety trzeciego wieku. Według danych GUS na terenie województwa łódzkiego w roku akademickim 2021/2022 funkcjonowało 31 tego typu placówek⁵.

Ważnym, formalnoprawnym narzędziem wojewody umożliwiającym mobilizację i aktywne współdziałanie z podmiotami III sektora działającymi na obszarze województwa jest roczny lub wieloletni program współpracy z organizacjami pozarządowymi oraz innymi organizacjami pożytku publicznego, przyjmowany do realizacji na podstawie art. 5b ust. 1 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2023 r., poz. 571). Aktualnie obowiązujący w tym zakresie dokument pn. „Program współpracy Wojewody Łódzkiego z organizacjami pozarządowymi w zakresie polityki społecznej na rok 2024” został wprowadzony Zarządzeniem Wojewody Łódzkiego nr 214/2023 z dnia 17 listopada 2023 r. W §13 tego dokumentu, w katalogu priorytetowych obszarów zadań publicznych, które będą realizowane w ramach współpracy Wojewody z organizacjami pozarządowymi, zostały wskazane następujące zadania:

⁵ ibidem



KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczności Obywatelskiej



Rządowy Program
Rozwoju Organizacji
Obywatelskich
na lata 2018–2030
PROO

1. pomoc w wychodzeniu z bezdomności – celem tego zadania publicznego jest zabezpieczenie podstawowych potrzeb osób bezdomnych i zagrożonych bezdomnością oraz poprawa warunków bytowych w placówkach działających na rzecz tych osób;
2. wsparcie wolontariatu w pomocy społecznej – celem tego zadania publicznego jest wsparcie organizacji pozarządowych korzystających z pomocy świadczonej przez wolontariuszy;
3. pomoc świąteczna – celem tego zadania publicznego jest poprawa jakości życia w okresie świątecznym osób z niepełnosprawnością oraz dzieci z najuboższych rodzin województwa łódzkiego.

Doceniając zasadność i praktyczną doniosłość każdego z ww. priorytetowych obszarów współpracy wojewody z organizacjami pozarządowymi należy jednocześnie zauważyć, iż problematyka odnosząca się wprost do wsparcia osób starszych/osób w wieku emerytalnym czy też szerzej – wsparcia procesu budowania polityki senioralnej realizowanej z udziałem seniorskich organizacji obywatelskich, jest w analizowanym Programie praktycznie nieobecna.

W tym kontekście warto zarekomendować **dobrą praktykę** w obszarze lokowania zadań w obszarze polityki senioralnej w programie współpracy wojewody z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego. Jest ona zaczerpnięta z „Programu współpracy Wojewody Podkarpackiego z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego w zakresie pomocy społecznej w 2024 r.”⁶ **W części 7 tego Programu (Priorytetowe zadania publiczne) w ramach Priorytetu 1. Wspieranie działań innowacyjnych, obok działań skierowanych do środowisk zagrożonych bezradnością w sprawach opiekuńczo-wychowawczych, wyeksponowane zostały również działania skierowane na aktywizację osób starszych.** Dokument akcentuje, iż program z obszaru na rzecz osób

⁶ Zarządzenie nr 231/2023 Wojewody Podkarpackiego z dnia 20 listopada 2023 r.



KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczności Obywatelskiej



Rządowy Program
Rozwoju Organizacji
Obywatelskich
na lata 2018–2030
PROO

starszych służyć ma wzmocnieniu autorytetu osób starszych oraz aktywizacji seniorów. Jego celem jest także zapewnienie możliwości opieki nad osobami starszymi, aby rodziny tych osób mogły realizować swoje funkcje w innych obszarach aktywności społecznej. **Wśród sposobów realizacji tego celu Program wskazuje m.in.:**

- a. wzmocnianie identyfikacji grup i osób ze wspólnotą lokalną,
- b. tworzenie różnych grup, które będą jednoczyć ludzi o wspólnych zainteresowaniach, problemach np. w klubach seniorów,
- c. rozszerzenie oferty zajęć zorganizowanych skierowanych do osób starszych,
- d. promocję zdrowego starzenia się,
- e. kształtowanie nawyków i zachowań u osób starszych sprzyjających ich osobistemu bezpieczeństwu, m. in. poprzez zajęcia warsztatowe, szkolenia, spotkania ze specjalistami,
- f. podtrzymywanie lub wywoływanie aktywności fizycznej osób starszych,
- g. przeciwdziałanie alienacji społecznej seniorów,
- h. wykorzystanie kapitału ludzkiego i społecznego seniorów,
- i. wsparcie społeczne z obszaru edukacji - podtrzymywanie dotychczasowych kompetencji lub wspieranie w nabywaniu nowych.

Mając na uwadze opisane wyżej fakty i okoliczności Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń UTW po konsultacji z Polskim Forum Seniorów⁷ zachęca, aby:

- w procesie opracowania kolejnego Programu współpracy wojewody łódzkiego z organizacjami pozarządowymi w sposób wyraźny (jako odrębny priorytet) włączyć do jego treści obszar zagadnień odnoszący się do seniorów i wspierania realizacji zadań polityki senioralnej państwa na obszarze województwa,

⁷ www.forumseniorow.pl

- **zabezpieczyć w budżecie wojewody łódzkiego stosowne środki finansowe na realizację zadań w powyższym zakresie – w ramach finansowych form współpracy z organizacjami pozarządowymi,**
- **na etapie konsultacji projektu przedmiotowego Programu z organizacjami pozarządowymi maksymalnie szeroko upowszechnić jego treść w środowisku organizacji pozarządowych oraz wydłużyć czas trwania konsultacji tak, by zwiększyć możliwość aktywnego włączenia się tych podmiotów w proces tworzenia Programu.**

Rekomendując powyższe wyrażamy jednocześnie przekonanie, iż tego typu działania podejmowane na szczeblu wojewody będą stanowiły ważny, czytelny i spójny z działaniami centralnymi sygnał dla obywateli i organizacji społecznych wskazujący, iż problematyka wyzwań demograficznych jest dostrzegana i podejmowana na wszystkich szczeblach administracji rządowej w Polsce.



KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczności Obywatelskiej



Rządowy Program
Rozwoju Organizacji
Obywatelskich
na lata 2018–2030
PROO



Łukasz Salwarowski

Prezes Stowarzyszenia MANKO

Stowarzyszenie MANKO – lider w aktywizacji seniorów

Od 25 lat Stowarzyszenie MANKO – Głos Seniora zajmuje się organizacją skutecznych kampanii i programów społecznych, które zostały docenione nie tylko w Polsce, lecz także za granicą. Jego działania w głównej mierze obejmują edukację i aktywizację osób starszych, ich rodzin i samorządów. Flagowym przedsięwzięciem grupy MANKO jest program „Ogólnopolska Karta Seniora” zrzeszający 620 000 seniorów, 4000 firm oraz 273 gminy, które dołączyły do programu „Gmina Przyjazna Seniorom”. To zaledwie ułamek osiągnięć przyczyniających się do podniesienia jakości życia seniorów w Polsce.

Z ramienia Stowarzyszenia MANKO i prezesa Łukasza Salwarowskiego od 5 lat jest prowadzone przedsiębiorstwo społeczne non-profit pn. Międzynarodowy Instytut Rozwoju Społecznego sp. z o.o. Organizacja obrała szczególny cel: zmiana świata na lepszy, bardziej przyjazny i przystępny dla seniorów, czyli grupy społecznej, która zdecydowanie rośnie w siłę. Według prognoz demograficznych Głównego Urzędu Statystycznego w 2050 roku udział osób powyżej 65 roku życia wyniesie 32,7%, priorytetem więc powinno być zadbanie o skuteczną politykę senioralną. Jest to możliwe, wielokrotnie pokazaliśmy bowiem, że nasze inicjatywy przynoszą zaskakujące rezultaty. I tak dzięki kampaniom: „Lokal bez papierosa”, „Polska bez dymu”, „Nie pal przy dziecku” czy „Palenie jest słabe” doprowadziliśmy do wprowadzenia zakazu palenia tytoniu w miejscach publicznych. Z uwagi na zatrważające statystyki, które dotyczą skali oszustw na seniorach, od 10 lat Stowarzyszenie zajmuje się również kampanią „Bezpieczny Senior. Stop manipulacji – nie daj się oszukać”.

Jej efektem jest przeprowadzenie 40 konferencji i 400 warsztatów, wydanie 4 folderów edukacyjnych i nagranie 4 spotów video.

Ogólnopolska Karta Seniora to nie tylko karta zniżkowa

Za pomocą odpowiednich narzędzi edukujemy i aktywizujemy seniorów, ale również przeciwdziałamy ich wykluczeniu cyfrowemu, językowemu, ekonomicznemu i infrastrukturalnemu. Co ważne, docieramy do ponad 2 miliony seniorów rocznie, a zaangażowanie i zadowolenie tychże rekompensuje nam wszelakie trudności, z którymi przychodzi nam się mierzyć na co dzień.

Stowarzyszenie MANKO rozpoczęło przygodę z polityką senioralną w 2012 roku, kiedy to pod patronatem ówczesnego ministra pracy i polityki społecznej ukazał się ogólnopolski magazyn „Głos Seniora”, który obecnie jest wydawany w nakładzie 30–35 000 egzemplarzy. Wtedy również powstał wspomniany już program „Ogólnopolska Karta Seniora”. To jeden z najważniejszych długofalowych projektów, służy do aktywizacji seniorów i zarazem promocji firm honorujących kartę. Co ona daje? Oprócz zniżek w tysiącach punktów w całej Polsce – sanatoriach, uzdrowiskach, sklepach lokalnych usługodawców czy aptekach – seniorzy mają większą motywację, aby wyjść z domu i zadbać o siebie, swoje zdrowie i komfort. Właśnie dlatego Ogólnopolska Karta Seniora jest czymś więcej niż plastikowym dokumentem upoważniającym do atrakcyjnych rabatów. Aktywacyjna „moc” OKS to również możliwość współtworzenia jej przez samych seniorów: wielu dystrybuuje kartę do osób samotnych i niezrzeszonych, a nawet pozyskuje kolejne firmy do honorowania karty.

Inicjator największej imprezy seniorskiej w Europie

Ducha wszystkich działań Stowarzyszenia MANKO najpełniej oddają organizowane przez nie Międzynarodowe Senioralia w Krakowie, czyli największe wydarzenie dla seniorów oraz przedstawicieli wszelakich organizacji i instytucji pracujących na rzecz osób starszych. W ten jeden dzień w roku seniorzy mają niepowtarzalną okazję zintegrować się z rówieśnikami z całej Europy, chłonąć wiedzę z zakresu ekonomii, prawa, bezpieczeństwa i zdrowia, skorzystać z bezpłatnych badań, wziąć udział w międzypokoleniowej zabawie z słynną DJ Wiką. Do historii przeszła XI edycja, a my już nie możemy doczekać się kolejnej!

Bawi i uczy

Idea aktywizacji kryje się pod każdym naszym działaniem. Jednym z najciekawszych narzędzi są konkursy „Głosu Seniora”: Stylowi Seniorzy, Senior działkowiec, Zwierzak lekiem na samotność, Miłość po 60-tce, Patriotyczny głos seniora, Podziel się twórczością lub Prześlij nam swój przepis. Każdy senior znajdzie więc coś dla siebie.

Po więcej informacji zapraszamy na stronę www.glosseniora.pl i do kontaktu pod numerem 12 429 37 28.

Głos
SENIORA

GMINA PRZYJAZNA
Seniorom



KARTA SENIORA
OGÓLNOPOLSKA



Projekt „EUROPEJSKIE DOWIADCZENIE – NOWA JAKOŚĆ NAUCZANIA W RUTW WIEM WIĘCEJ”

Projekt ma na celu zwiększenie umiejętności posługiwania się językiem angielskim, zwiększenie wiedzy w zakresie nowych metod i narzędzi nauczania „NAUKA OPARTA NA GRACH I GRYWALIZACJI”, zwiększenie wiedzy i umiejętności nt. zarządzania projektem ERASMUS, rozpoczęcie współpracy międzynarodowej.

Cele te zostaną osiągnięte poprzez udział 18 członków kadry kierowniczej i liderów poszczególnych sekcji w międzynarodowych szkoleniach organizowanych w Grecji we współpracy z organizacją Knowledge Health & Education; odbędzie się łącznie 120 godzin szkoleń. Wszyscy uczestnicy otrzymają EUROPASS MOBILNOŚCI i CERTYFIKATY.

Misją naszego uniwersytetu jest stały rozwój. Chcemy podejmować działania i realizować projekty na rzecz seniorów, zarówno na skalę krajową, jak i międzynarodową. Słuchacze naszej organizacji są dla nas najważniejsi, bez nich nie byłoby naszego stowarzyszenia. Dlatego tak ważne jest dla nas poszerzenie działalności na skalę międzynarodową, co pozwoli na podjęcie współpracy z zagranicznymi partnerami, organizacjami senioralnymi działającymi poza granicami naszego kraju. Wspólna realizacja działań pozwoli nam na zaczerpnięcie innowacyjnych metod nauczania i uczenia się stosowanych w organizacjach o podobnym profilu działalności.

Nasza organizacja zdobywa środki zewnętrzne na wspomaganie działań statutowych poprzez realizację licznych zadań publicznych. Jednak nigdy nie mieliśmy szansy realizować projektu we współpracy z zagranicznym partnerem.

Udział w programie ERASMUS + to możliwość przełamania bariery porozumiewania się w języku obcym, wymiana doświadczeń, a także zdobycie wiedzy na temat zasad grywalizacji, rodzajów gier oraz aplikacji i narzędzi do korzystania z gier, które można wykorzystać do procesu uczenia się osób dorosłych.

Oferta naszych zajęć poszerzy się o nowe sekcje, np. sekcja grywalizacji. Nowo poznane gry zostaną wykorzystane również przy okazji imprez sportowych czy innych wydarzeniach organizowanych przez nasz uniwersytet.

Zdobyte umiejętności i wiedzę wykorzystamy do przygotowania kolejnych wniosków na realizację działań skierowanych nie tylko do naszej kadry, ale również do naszych słuchaczy.

Nowy partner to nowe możliwości współpracy i realizacji ciekawych inicjatyw. To również doskonała okazja do ćwiczenia umiejętności językowych i przełamania barier w porozumieniu się w tym języku. Stowarzyszenie nasze dostrzega potrzebę otwarcia się na Europę i kształcenia słuchaczy według innowacyjnych metod zgodnych z europejskimi standardami.

Projekt sportowy – „Zdrowo to sportowo”

Jednym z projektów do realizacji w 2025 r. jest przedsięwzięcie „Zdrowo to sportowo”.

Ciało człowieka jest stworzone do ruchu. Pozytywny wpływ aktywności fizycznej na zdrowie został wielokrotnie potwierdzony licznymi badaniami. Regularne podejmowanie aktywności fizycznej, kształtuje odporność i wydolność organizmu, pomaga w profilaktyce lub opóźnieniu rozwoju wielu chorób, takich jak: nadwaga, cukrzyca, choroby układu krążenia i układu oddechowego i wiele innych. Wpływa na poprawę samopoczucia i jakość snu. Osoby powyżej 65 r. życia, również te chorujące na przewlekłe choroby, powinny wykonywać ćwiczenia z asystą osób trzecich. Ważne, aby ćwiczenia były dostosowane do ich możliwości i siły.

Dlatego celem naszym jest zorganizowanie usprawniających zajęć sportowych, warsztatów tanecznych oraz turnieju w bule. Bule to obecnie sport nieolimpijski, który jednak rozgrywany jest w ramach tzw. World Games.

Historia tej gry sięga do czasów antycznych, kiedy to grano kamieniami. Dopiero po pewnym czasie ich miejsce zajęły kule drewniane i metalowe. Bule to bardzo bezpieczna gra, można w nią grać w parku i na hali. Nie wymaga dodatkowego przygotowania ani specjalnych umiejętności. Mogą w nią grać zarówno dzieci, jak i osoby starsze. To jedna z ulubionych rozrywek towarzyskich.

Rezygnując z łucznictwa na rzecz bule liczymy na większe zainteresowanie ze strony słuchaczy oraz na wspólną integrację z zapraszanymi przez nasz Uniwersytet gośćmi. To bezpieczna rozrywka, która wymaga koncentracji, a nie wysiłku fizycznego. Dzięki temu ćwiczymy koordynację ruchową i pracę mózgu.

Kierując się w/wymiennymi sugestiami napisaliśmy projekt noszący tytuł „Zdrowo to sportowo”, do realizacji którego serdecznie zapraszamy i zachęcamy.

BUDŻET OBYWATELSKI 2024 „ŁÓDZKIE NA PLUS”

Projekt „SENIOR Z KULTURĄ I SZTUKĄ ZA PAN BRAT”

Celem projektu jest zwiększenie poziomu aktywności i samoorganizacji obywatelskiej jako warunku koniecznego dla budowania i powiększania kapitału społecznego, szczególnie na szczeblu wojewódzkim. Projekt zakłada wdrożenie pakietu działań edukacyjno-rozwojowych, dedykowanych osobą w trudnej sytuacji życiowej w celu uchronienia ich przed wykluczeniem społecznym.

Seniorzy stanowią szczególną grupę naszego społeczeństwa coraz bardziej starzejącego się. Są aktywni, ambitni i posiadają duży potencjał intelektualny. Jednak ze względu na trudności losowe często są zgubieni. Inwestycja w wiedzę, umiejętności, sprawność fizyczną będzie procentowała większą aktywnością i zdolnością działania społeczności lokalnej.

Ze wszystkich form aktywizujących szczególnie ważne dla seniorów są warsztaty artystyczne, np. taniec według gerontologów zapobiega demencji, opóźnia proces starzenia się, angażuje bowiem zarówno umysł jak i ciało.

Aby pomóc osobą starszym, obawiającym się osamotnienia i wykluczenia społecznego, należy uwzględnić: Potrzebę auto ekspresji – Potrzebę odpowiedniej stymulacji psychicznej i umysłowej – Potrzebę uznania za część społeczeństwa – Potrzebę utrzymania kontaktów towarzyskich – Potrzebę uznania jako jednostkę.

Mając na uwadze powyższe potrzeby zaplanowaliśmy w projekcie warsztaty artystyczne: wokalne, taneczne, teatralne oraz piknik integracyjny „Od juniora do sefira”, które to działania nie tylko stworzą możliwość zaspokojenia potrzeb i zainteresowań, ale i nawiązania więzi społecznych, przebywania w grupie i pracy zespołowej

Głównym rezultatem naszych działań w ramach projektu będzie:

- aktywizacja 100 seniorów powiatu Radomszczańskiego
- przeprowadzenie warsztatów tanecznych dla 50 seniorów
- przeprowadzenie warsztatów wokalnych dla 30 seniorów
- przeprowadzenie warsztatów teatralnych dla 20 seniorów
- zorganizowanie pikniku integracyjnego dla 100 osób

Na podsumowanie projektu zaprezentujemy nabyte umiejętności taneczno - wokalne oraz teatralne, wystawiając spektakl.

Nie wszyscy ludzie mają świadomość własnych możliwości i tkwiącego w nich potencjału, ale kiedy widzą, że inni odnoszą sukces, zaczynają wierzyć, że również oni coś ważnego i znaczącego mogą osiągnąć, nabierając wiary we własne umiejętności. Takie przekonanie wpływa na pozytywny rozwój osobisty. Jest także źródłem motywacji i inspiracji do twórczego działania. Buduje zdrowe relacje z otoczeniem.

Niniejszym projekt będzie przykładem integracji międzypokoleniowej opartej na współpracy i wspólnym działaniu osób w różnym wieku, z różnych środowisk, osób w trudnej sytuacji życiowej oraz z niepełnosprawnościami. Będziemy upowszechniać wzorce prozdrowotne i aktywizować społeczność lokalną i rozbudzać zainteresowania artystyczne wśród seniorów Powiatu Radomszczańskiego.



Majowe spotkanie integracyjne w Lusinie

HARMONOGRAM ZAJĘĆ 01.10.2024 – 16.02.2025 semestr I

Przedmiot	Wykładowca <i>Starosta</i>	Miejsce	Dzień tygodnia	Godziny	Częstotliwość	Terminy				
						X	XI	XII	I	II
1. Gimnastyka profilaktyczna	mgr Julita Grzywańska <i>Z. Staś</i> <i>B. Kaczmarek</i>	ZSE-E I LO	poniedziałek	15 ³⁰ -16 ³⁰ 16 ⁴⁵ -17 ⁴⁵	raz w tygodniu	7, 14, 21, 28	4, 18, 25	2, 9, 16	13, 20, 27	3, 10
2. Basen – nowy	<i>Anna Majchrzak</i>	MOSiR	poniedziałek	9 ³⁰ -11 ³⁰	raz w tygodniu	7, 14, 21, 28	4, 18, 25	2, 9, 16	13, 20, 27	3, 10
3. Taniec współczesny	mgr Magdalena Salińska Serafin <i>Zofia Banaś</i>	ASiT Mass - Team	wtorek	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	raz w tygodniu	8, 15, 22, 29	5, 12, 19, 26	3, 10, 17	7, 14, 21, 28	4, 11
4. Nauka o społeczeństwie	mgr Małgorzata Wesotowska <i>G. Śliwakowska</i>	MR	wtorek	15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	raz w miesiącu	8	5	3	14	4
5. Trening pamięci	mgr Barbara Jagoda <i>Anna Pol</i>	MR	wtorek	16 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	raz w miesiącu	8	5	3	14	4
6. Historia	mgr Anna Stalka <i>Danuta Synowicz</i>	MR	wtorek	16 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	raz w miesiącu	15	19	10	21	11
7. Zajęcia komputerowe	mgr Krzysztof Deniczuk <i>Czesława Świdzka</i>	PSP 6	środa	15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	raz w tygodniu	2, 9, 16, 23, 30	6, 13, 20, 27	4, 11, 18	8, 15, 22, 29	5, 12
8. Zajęcia sportowo - rekreacyjne	mgr Robert Koniarski	II LO	środa	16 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	raz w tygodniu	2, 9, 16, 23, 30	6, 13, 20, 27	4, 11, 18	8, 15, 22, 29	5, 12
9. Zajęcia teatralne	Anna Rakowska <i>Elżbieta Księżnik</i>	MDK	środa	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	raz w tygodniu	4, 9, 16, 23, 30	6, 13, 20, 27	4, 11, 18	8, 15, 22, 29	5, 12
10. Taniec współczesny	mgr Magdalena Salińska Serafin <i>Zofia Banaś</i>	ASiT Mass - Team	czwartek	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	raz w tygodniu	3, 10, 17, 24, 31	7, 14, 21, 28	5, 12, 19	9, 16, 23, 30	6, 13

Legenda: LO – Liceum Ogólnokształcące, ZSE-E – Zespół Szkół Elektryczno-Elektronicznych, MOSiR – Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, MR – Muzeum Regionalne, MDK - Miejski Dom Kultury, MBP - Miejska Biblioteka Publiczna, RSM - Radomszczańska Spółdzielnia Mieszkaniowa, PSP 6 – Publiczna Szkoła Podstawowa nr 6
Uwaga: Informacje zawarte w harmonogramie zajęć mogą ulec zmianie z powodów niezależnych od Zarządu RUTW „Wiem więcej”.

Przedmiot	Wykładowca <i>Starosta</i>	Miejsce	Dzień tygodnia	Godziny	Częstotliwość	Terminy				
						X	XI	XII	I	II
11. Spotkania integracyjne	<i>Teresa Moszkowicz</i> <i>Eugeniusz Szczygłowski</i>	RSM	czwartek	15 ³⁰ -17 ³⁰	raz w tygodniu	3, 10, 17, 24, 31	7, 14, 21, 28	5, 12, 19	9, 16, 23, 30	6, 13
12. Język angielski	mgr Małgorzata Wojakowska <i>Irena Górecka</i> <i>Alina Cyganek</i>	ZSE-E	piątek	16 ¹⁵ -17 ¹⁵ 17 ²⁰ -18 ²⁰	2 razy w miesiącu	Daty spotkań będą podane przez wykładowcę				
13. Zajęcia teatralne	Anna Rakowska <i>Elżbieta Książnik</i>	MDK	piątek	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	raz w tygodniu	4, 11, 18, 25	8, 15, 22, 29	6, 13, 20	3, 10, 17, 24, 31	7, 14
Sekcje:	1. Rękodzieła artystycznego <i>Katarzyna Grzesiczak</i>	MDK	poniedziałek	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	do uzgodnienia	7, 14, 21, 28	4, 18, 25	2, 9, 16	13, 20, 27	3, 10
	2. Wokalna Marta Ciesielska <i>Anna Łączna</i> <i>Aleksandra Kowalczyk</i>	MDK	poniedziałek	10 ⁰⁰ -13 ⁰⁰	2 razy w tygodniu	7, 14, 21, 28	4, 18, 25	2, 9, 16	13, 20, 27	3, 10
			czwartek	11 ⁰⁰ -13 ³⁰		2, 9, 16, 13, 30	6, 13, 20, 27	4, 11, 18	9, 16, 23, 30	5, 12
	3. Turystyczna <i>Stanisław Cieciora</i> <i>Alina Cyganek</i>	MDK/plener	wtorek	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	do uzgodnienia	8, 15, 22, 29	5, 12, 19, 26	3, 10, 17	7, 14, 21, 28	4, 11
	4. Wolontariat <i>Teresa Moszkowicz</i>		do uzgodnienia		do uzgodnienia					
	5. Łucznictwo <i>Stefan Świdorski</i>	MOSiR Kościuszki	sobota	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	raz w tygodniu	5, 12, 19, 26	9, 16, 23, 30	7, 14	4, 11, 18, 25	1, 8
	6. Siłownia <i>Instruktor MOSiR</i>	MOSiR	niedziela	13 ⁰⁰ -20 ⁰⁰	raz w tygodniu	6, 13, 20, 27	3, 10, 17, 24	1, 8, 15	5, 12, 19, 26	2, 9
	7. Ekologiczna <i>Władysława Kaczor</i>	Lusin	środa	12 ⁰⁰ -15 ⁰⁰	raz w tygodniu	9, 16, 13, 30	6, 13, 20, 27	4, 11, 18	8, 15, 22, 29	5, 12

Legenda: LO – Liceum Ogólnokształcące, ZSE-E – Zespół Szkół Elektryczno-Elektronicznych, MOSiR – Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, MR – Muzeum Regionalne, MDK - Miejski Dom Kultury, MBP - Miejska Biblioteka Publiczna, RSM - Radomszczańska Spółdzielnia Mieszkaniowa, PSP 6 – Publiczna Szkoła Podstawowa nr 6
Uwaga: Informacje zawarte w harmonogramie zajęć mogą ulec zmianie z powodów niezależnych od Zarządu RUTW „Wiem więcej”.

Harmonogram spotkań integracyjnych RUTW

1.10.2024 – 31.05.2025

MBP – 1.10.2024 – godz. 14⁰⁰

- Inauguracja roku akademickiego.
„Łódź – miasto czterech kultur” - wykład Radosław Bartnik

Sejm – 3.10.2024

- Wyjazd do Warszawy

RSM – 10.10.2024 – godz. 15³⁰-17³⁰

- sprawy organizacyjne

MBP – 24.10.2024 godz. 15³⁰-17³⁰

- „Bez żywienia nie ma leczenia” - Adrian Witczak Poseł na Sejm RP

MBP – 7.11.2024 – godz. 15³⁰-17³⁰

- „Święto Niepodległości” – wykład i film - Andrzej Grochowalski

MBP – 21.11.2024 – godz. 15³⁰-17³⁰

- Kawon – „Zioła i herbatki ziołowe” wykład + degustacja

RSM – 28.11.2024 – godz. 15³⁰-17³⁰

- Andrzejki

MDK – 5.12.2024 - godz. 17⁰⁰ lub 17³⁰

- Twórczość poetycka radomszczanina Ireneusza Kaczmarczyka – spektakl Sceny Poezji i spotkanie z autorem.

Hala Powiatowa – 7.12.2024 - godz. 10⁰⁰

- Turniej w bule

RSM – 12.12.2024 - godz. 15³⁰-17³⁰

- Wieczór wigilijny

MDK – 14.12.2024 godz. 17⁰⁰

- Podsumowanie BO łódzkie na plus

Szkoła Edukacji – 9.01.2025 – godz. 15³⁰-17³⁰

- Kolędowanie

MBP – 16.01.2025 – godz. 15³⁰-17³⁰

- „Bali - ciąg dalszy” Ewa Bugała i Irena Grochowalska

RSM – 23.01.2025 – godz. 15³⁰-17³⁰

- „Uroginiekologia w fizjoterapii” - Anna Rylik

RSM – 6.02.2025 – godz. 15³⁰-17³⁰

- Wpływ na nasze zdrowie nadużywania leków i suplementów – Jadwiga Stankiewicz

RSM – 13.02.2025 – godz. 15³⁰-17³⁰

- Rewizor - projekcja przedstawienia wystawionego przez studentki i studentów RUTW „Wiem więcej”

Uwaga: Informacje zawarte w harmonogramie mogą ulec zmianie z powodów

niezależnych od Zarządu RUTW „Wiem więcej”.

Czwartki – (17.10.24; 14.11.24; 30.01.24) pozostały wolne do dyspozycji Słuchaczy