

**Plan pracy  
Rady Seniorów Gminy Czerwonak  
na 2020 rok**

**Luty**

„Wolniej w stronę starości”:

- spotkanie z przedstawicielami GOK „Sokół”, CRKF „Akwen” oraz Biblioteki – zapoznanie się z ofertą dla seniorów;
- szybszy marsz – młodsze ciało, bieg po zdrowie;
- testy na starzenie się;
- sen sprzyja zachowaniu młodości;
- aktywność zawodowa seniorów;
- śpiew muzyka, czytelnictwo;
- udział w koncertach organizowanych przez GOK „Sokół” (Karta Seniora – zniżki);
- zespół muzyczno-instrumentalny (grający mieszkańcy);
- rozwój zespołów senioralnych;
- klub tańca;
- bal seniorów (współpraca z Klubem Seniora z Owińsk);
- książka na telefon.

**Kwiecień**

Ocena poziomu opieki zdrowotnej osób starszych w Gminie Czerwonak:

- spotkanie z przedstawicielami publicznych i prywatnych zakładów opieki zdrowotnej, Komisji Oświaty, Kultury, Sportu i Polityki Społecznej, Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej;
- szczepienia profilaktyczne;
- badania przesiewowe;
- pudełka życia;
- kursy pierwszej pomocy i działania defibrylatora AED;
- opieka geriatryczna;
- rehabilitacja w domu;
- teleopieka;
- dom dziennego pobytu.

**Czerwiec**

„Senior w społecznej przestrzeni lokalnej”:

- wzmacnianie i integrowanie działań na rzecz poprawy społecznego wizerunku starości i poznania własnej wartości;
- współpraca z placówkami oświatowymi w zakresie wychowania w szacunku do osób starszych;
- teoretyczne koncepcje na temat możliwości kształtowania się nowej odmiennej świadomości, która odrzuca model starości;
- aktywność edukacyjna, społeczna i kulturalna;
- odsuwanie od pracy zawodowej.

## **Sierpień**

Szeroko pojęte bezpieczeństwo:

- w ruchu drogowym;
- w sprawach finansowych – oszustwa, wyłudzenia itp.;
- bariery architektoniczne;
- bezpłatne poradnictwo prawne;
- większa czcionka na rozkładach jazdy autobusów;
- ławeczki przy ścieżkach spacerowych;
- spotkanie z przedstawicielami policji, straży pożarnej, straży gminnej, rady Gminy oraz pracownikami Urzędu Gminy.

## **Październik**

„Historia Gminy Czerwonak”:

- objazd po terenie gminy Czerwonak – zwiedzanie zabytków;
- zapoznanie się z publikacjami na temat Gminy Czerwonak.

## **Grudzień**

Podsumowanie roku oraz:

- ekologia – włączenie seniorów w takie akcje jak: segregacja odpadów, wymiana pieców (dotacje);
- targ rzeczy używanych/staroci.

Ponadto Rada Seniorów Gminy Czerwonak będzie zajmowała się na bieżąco nw. tematami:

- bieżące opiniowanie projektów uchwał przedkładanych Radzie Seniorów Gminy Czerwonak w zakresie tematycznym Rady Seniorów;
- rozpatrywanie bieżących wniosków wpływających do Rady Seniorów;
- zatwierdzanie opinii i wniosków;
- współpraca z Klubami Seniora oraz innymi organizacjami działającymi na rzecz osób starszych.

Przyjęta przez Radę Seniorów Gminy Czerwonak tematyka posiedzeń oraz ich organizacja może ulegać zmianom.

Przewodnicząca Rady Seniorów  
Gminy Czerwonak

Ewa Banaszak