



AKTYWNOŚĆ OBYWATELSKA SENIORÓW

Gdańscy seniorzy są coraz bardziej aktywni i coraz więcej z nich aktywnie spędza swój czas. Niemal 65% posiada pasje i hobby. Gdańscy seniorzy najchętniej czytają, grają w gry planszowe i karciane, rozwiązują łamigłówki, pielęgnują swoje ogrody czy balkony. W wydarzeniach i imprezach kulturalnych uczestniczy ponad 40%.*

*Źródło: P. Czekanowski, J. Załęcki, M. Brosz, *Gdańska starość. Portret socjologiczny mieszkańców Gdańska w wieku 65+, Gdańsk 2013.*



1. Projekty dla seniorów realizowane przez organizacje pozarządowe



Jakość życia uwarunkowana jest wieloma czynnikami, do których należą przede wszystkim warunki bytowe, stan zdrowia, a także aktywność i kontakty społeczne. Aktywność uważana jest za naturalną potrzebę każdego człowieka i stanowi warunek prawidłowego rozwoju. W odniesieniu do osób starszych, to właśnie aktywność przyczynia się do zaspokajania wielu potrzeb i umożliwia pokonywanie licznych codziennych problemów. Aktywność intelektualna, fizyczna i społeczna powinna przede wszystkim dotyczyć przedsięwzięć i działań, które lubimy i jesteśmy w stanie zrealizować. Podejmowanie szeroko rozumianej aktywności umożliwia aktywne i przyjemne spędzanie czasu w różnych miejscach; daje szansę na nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów społecznych, może być inspiracją i okazją do rozwijania swoich zainteresowań; czy też umożliwia społeczne angażowanie się w inicjatywy organizacji pozarządowych działających na rzecz samych seniorów.

Więcej informacji na temat organizacji pozarządowych można uzyskać w Regionalnym Centrum Informacji i Wspomagania Organizacji Pozarządowych w Gdańsku al. Grunwaldzka 5, tel. 58 344 40 39, e-mail: seniorzy@fundacja.org.pl

Organizacje pozarządowe starają się pozyskiwać środki z różnych źródeł ubiegając się o fundusze unijne, rządowe lub miejskie.

Miasto Gdańsk przeznacza środki na konkursy grantowe na działania na rzecz osób w wieku emerytalnym.

W roku 2021 operatorem konkursu jest **Regionalne Centrum Wolontariatu**.

Regionalne Centrum Wolontariatu W Gdańsku

Plac Solidarności 1, 80-863 Gdańsk
budynek Europejskiego Centrum Solidarności
III piętro, pokój 3.27
tel. 58 772 42 18
tel. 58 772 42 21
www.wolontariatgdansk.pl



Projekty dofinansowane przez Miasto i wyłonione w konkursie pn. „Działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym” w ramach zadania Gdański Fundusz Senioralny do realizacji w 2021 r.*

Nazwa organizacji	Tytuł projektu
Caritas Archidiecezji Gdańskiej	ZdrowieJemy
Fundacja Generacja	Leśni Ludzie: spacerzy przyrodnicze dla seniorów
Fundacja Regionalne Centrum Informacji i Wspomagania Organizacji Pozarządowych	Trójdzielnicowy cykl zajęć aktywizujących dla seniorów 60+
Klub Sportowy Qumple	Aktywny Senior – zajęcia ruchowe i kreatywne dla osób od 60 roku życia jako element zwalczania skutków izolacji społecznej wywołanej pandemią koronawirusa
Obywatelskie Biuro Interwencji – Ogólnopolska Organizacja Obywatelska	Bezpłatne leki dla gdańskich seniorów 75+ – Kampania Informacyjna
Stowarzyszenie Biała Owca	Warsztaty rozwojowe dla seniorów
Stowarzyszenie INNE Jest Piękne	Marsze z kijkami dla seniorów
Stowarzyszenie Morena	Senior w akcji
Stowarzyszenie Nowy Port Sztuki	Muzyczny Wtorek
Stowarzyszenie Przedsiębiorczości i Rehabilitacji	W tańcu i ruchu wrócić do aktywności
Stowarzyszenie Przyjazne Pomorze	Nordic Walking – spacerzy po zdrowie
Związek Byłych Więźniów Politycznych	Razem Mimo Wszystko – spotkanie opłatkowe kombatantów

*Informacje szczegółowe na temat projektów oraz realizujących je organizacji pozarządowych poprzez Regionalne Centrum Wolontariatu.

2. Gdański Fundusz Senioralny

To program wsparcia finansowego dla inicjatyw i wydarzeń kreowanych przez gdańskich seniorów i seniorki, których odbiorcami mogą być zarówno sami seniorzy, jak również wszyscy mieszkańcy Gdańska. Fundusz dedykowany jest seniorom, którzy chcieliby zrobić coś na rzecz innych, lubią aktywnie i kreatywnie spędzać wolny czas poznając nowych ludzi i nowe zajęcia, chcą pogłębiać swoje pasje, rozwijać zainteresowania, poszukiwać nowych możliwości rozwoju. To również okazja do tego, by inspirować innych i zachęcać do przyłączenia się do działających już grup czy inicjatyw.

W ciągu roku realizowane są 2 edycje konkursu – wiosenna i jesienna. Seniorzy opisują swoje pomysły na prostym formularzu. Wybrane przez kapitułę inicjatywy otrzymują dofinansowanie w ustalonej kwocie 700 zł. Podczas całego procesu - od złożenia wniosku z pomysłem, przez jego realizację, aż do rozliczenia projektu, seniorzy mają możliwość skorzystania z indywidualnego doradztwa. Pomysłodawcy inicjatyw biorą również udział w szkoleniu z zakresu wolontariatu i aktywności społecznej oraz na temat zasad Funduszu i praktycznych aspektów realizacji inicjatywy. Przyznane środki należy wydatkować zgodnie z za-

łożeniami, a następnie dostarczyć faktury i krótkie sprawozdanie do biura operatora Funduszu, czyli Regionalnego Centrum Wolontariatu w Gdańsku.

Regulamin Konkursu nie ogranicza pomysowości i kreatywności seniorów. Zakres rzeczowy inicjatyw jest bardzo szeroki – seniorzy np. organizują wydarzenia integrujące mieszkańców dzielnic, warsztaty artystyczne, rękodzielnicze, kulinarne, zajęcia sportowe, kulturalne, spotkania edukacyjne itp.. Dzięki realizowanym pomysłom uczą się nowych rzeczy, zdobywają nową wiedzę, doskonałą umiejętności, pogłębiają zainteresowania czy poznają nieznane dotąd zakątki miasta czy Pomorza. Gdańscy Seniorzy zgłaszają również inicjatywy związane z integracją międzypokoleniową oraz takie, które tworzone są z myślą o wsparciu gdańskich organizacji pozarządowych np. warsztaty historyczno-informatyczne czy szycie zabawek i poduszek dla podopiecznych dziecięcego hospicjum.

Dotychczas odbyło się już **14 edycji**, w których dofinansowanie otrzymało **524 inicjatywy senioralne**. Twórcami inicjatyw było **2369 seniorów**, a ich uczestnikami ok. **11065 osób**.

Projekt finansowany jest ze środków publicznych Gminy Miasta Gdańska. Opera-

torem Funduszu jest Regionalne Centrum Wolontariatu w Gdańsku.



Kontakt i więcej informacji:

Regionalne Centrum Wolontariatu w Gdańsku
pl. Solidarności 1/3.27; tel. 58 772 42 21
e-mail: gfs@wolontariatgdansk.pl
www.wolontariatgdansk.pl
FB: [@wolontariatgdansk](https://www.facebook.com/wolontariatgdansk)

3. Centrum Pracy Seniorek i Seniorów Gdańskiego Urzędu Pracy

Pierwszy w Polsce, nowoczesny punkt zajmujący się pośrednictwem pracy i poradnictwem zawodowym dla dojrzałych gdańszczan. Seniorzy i seniorki, którzy pomimo przejścia na emeryturę nie chcą kończyć aktywności zawodowej mogą liczyć na profesjonalne wsparcie w poszukiwaniu dedykowanej oferty pracy, zarówno w pełnym, jak i częściowym wymiarze czasu pracy. Ambicją doradców jest nie tylko dobieranie atrakcyjnych finansowo propozycji, ale i ich selekcja, tak aby wykonywana praca nie stanowiła poważnego obciążenia, zatrudnienie było możliwie blisko miejsca zamieszkania, a oferowane wynagrodzenie było atrakcyjne.

Centrum Pracy Seniorek i Seniorów działa od 2018 r. i **mieści się we Wrzeszczu, przy al. Grunwaldzkiej 30/32** (obok domu handlowego Jantar). Bezpośrednia obsługa prowadzona jest od poniedziałku do piątku w godz. od 08:30 do 14:30. Szczegółowe informacje na temat działalności punktu znaleźć można na stronie internetowej pracadlaseniorow.pl oraz pod adresem fb.me/centrum.seniora.gdansk. W przypadku dodatkowych pytań

doradcy Centrum zachęcają do kontaktu telefonicznego lub mailowego. W centrum można uzyskać także porady w zakresie poszukiwania pracodawcy, pomoc w konstruowaniu dokumentów aplikacyjnych czy bieżące informacje o edukacyjnej, kulturalnej i społecznej ofercie Gdańska dla seniorów.

Działalność Centrum podczas COVID-19

Podobnie jak wiele firm i instytucji, również Centrum Pracy Seniorek i Seniorów zmieniło zasady swojego funkcjonowania w związku z epidemią COVID-19. W efekcie w 2020 r. bezpośrednia obsługa klientów w siedzibie Centrum została czasowo zawieszona. Jednak pracownicy punktu w dalszym ciągu zajmują się pozyskiwaniem ofert zatrudnienia dla osób dojrzałych, a także doradztwem zawodowym dla seniorów, które świadczone jest wyłącznie w formie telefonicznej.

Mając na względzie dynamikę sytuacji epidemicznej, doradcy Centrum zachęcają do regularnego odwiedzania serwisu internetowego

www.pracadlaseniorow.pl, na którym zamieszczane są aktualne informacje związane

z obowiązującymi obecnie zasadami działalności Centrum Pracy Seniorek i Seniorów.



Kontakt:

Gdański Urząd Pracy
Centrum Pracy Seniorek i Seniorów w Gdańsku
al. Grunwaldzka 30/32, 80-229 Gdańsk
tel.: 58 500 56 36, 58 500 56 34
www.pracadlaseniorow.pl
fb.me/centrum.seniora.gdansk

4. Karta mieszkańca = Karta seniora

Co to jest Karta Mieszkańca?

Karta Mieszkańca to praktyczne narzędzie, dzięki któremu można uzyskać pakiet korzyści, takich jak bezpłatne wejścia na wydarzenia oraz do najciekawszych miejsc w Gdańsku, jak również liczne rabaty na zakupy, usługi i rozrywkę.

Pełna lista bezpłatnych wejść z Kartą Mieszkańca w roku 2021:

- Gdański Ogród Zoologiczny
- Mecz piłkarski Lechii Gdańsk (po zniesieniu ograniczeń związanych z pandemią Covid-19)
- Mecz siatkarski Trefla Gdańsk (po zniesieniu ograniczeń związanych z pandemią Covid-19)
- Wieża widokowa Bazyliki Mariackiej (bez przewodnika)
- Hevelianum
- Europejskie Centrum Solidarności
- Pływalnie Gdańskiego Ośrodka Sportu (jedno bezpłatne wejście na jeden basen spośród czterech dostępnych: Stogi, Chełm, Osowa lub Orunia)
- Zwiedzanie Stadionu Gdańsk



- Muzeum Narodowe (jedno bezpłatne wejście do każdego oddziału)
 - Oddział Etnografii,
 - Oddział Zielona Brama/ Gdańska Galeria Fotografii,
 - Oddział Sztuki Nowoczesnej,
- Muzeum Archeologiczne (jedno bezpłatne wejście do każdego oddziału)
 - Dom Przyrodników,
 - Piwnica Romańska,
 - Grodzisko w Sopocie,
- Muzeum Gdańska (jedno bezpłatne wejście do każdego oddziału)
 - Muzeum Bursztynu,
 - Ratusz Głównego Miasta,
 - Dwór Artusa,
 - Dom Uphagena,
 - Wartownia Nr 1 Westerplatte,
 - Muzeum Nauki Gdańskiej,
 - Muzeum Poczty Polskiej w Gdańsku.

Z bezpłatnego wejścia do każdego z obiektów można skorzystać raz w roku kalendarzowym.

Dla kogo?

Kartę mogą uzyskać osoby, które spełniają przynajmniej jeden z poniższych warunków

- są zameldowane w Gdańsku na pobyt stały lub czasowy lub

- są obcokrajowcem i posiadają kartę pobytu lub
- rozliczają się z podatku dochodowego w Gdańskich Urzędach Skarbowych lub
- opłacają w Gdańsku podatek od nieruchomości lub
- posiadają akt notarialny własności mieszkania lub
- posiadają umowę najmu mieszkania lub
- opłacają media związane z nieruchomościami zlokalizowanymi w Gdańsku lub
- nie spełniają żadnego z powyższych kryteriów, ale ich niepełnoletnie dziecko mieszka w bursie gdańskiej.

Należy pamiętać, że wybór określonego dokumentu wpływa na czas ważności uprawnień do Gdańskiej Karty Mieszkańca. Uprawnienie może być przyznane maksymalnie na 3 lata, po tym czasie zostanie się poproszonym o ponowne przedstawienie dokumentów weryfikacyjnych. Kartę można zamówić na www.jestemzganska.pl lub nabyć w Centrum Obsługi Gdańskiej Karty Mieszkańca, w którym możliwe jest złożenie wniosku w formie papierowej i uiszczenie płatności.

Koszt wydania Karty Mieszkańca to 1 zł.

Gdańska Karta Mieszkańca i Karta Seniora w jednym



W Centrum Obsługi Gdańskiej Karty Mieszkańca seniorzy mogą bezpłatnie odebrać specjalny hologram, który następnie zostanie przyklejony do ich Karty Mieszkańca. Karta Mieszkańca z hologramem spełnia rolę Karty Seniora i uprawnia do korzystania ze zniżek i rabatów skierowanych do seniorów.

Dodaj pakiet bezpłatnych przejazdów

Seniorzy po 70. roku życia, którzy są uprawnieni do korzystania z bezpłatnych przejazdów gdańskimi autobusami i tramwajami, mogą dodać do swojej Karty Mieszkańca pakiet bezpłatnych przejazdów. Dzięki dodaniu pakietu senior nie musi okazywać do kontroli biletowej dokumentu potwierdzającego wiek, wystarczy jedynie Karta Mieszkańca. Pakiet można dodać w Centrum Obsługi Gdańskiej Karty Mieszkańca po wcześniejszej rezerwacji terminu wizyty (prosimy o zabranie ze sobą dokumentu uprawniającego do ulgi oraz swojego zdjęcia) lub na www.jestemzgdanska.pl

Kontakt i więcej informacji:

Centrum Obsługi
Gdańskiej Karty Mieszkańca
al. Grunwaldzka 148

poniedziałek–piątek 08:00–18:00,
po uprzedniej rezerwacji terminu wizyty
na www.gdansk.pl/rezerwacja

lub telefonicznie pod numerem
+48 58 300 06 59
(infolinia czynna od poniedziałku
do piątku w godzinach 09:00–17:00),

zgłoszenia reklamacyjne:
karta@jestemzgdanska.pl



5. Kluby i koła seniora jako grupy wspierające integrację i aktywizację osób starszych

W Gdańsku istnieje około 80 klubów i kół seniora oraz 12 kół seniora Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

Ze względu na swój nieformalny charakter, ich liczba stale się zmienia, a zainteresowanie taką formą aktywności jest coraz bardziej popularne wśród gdańskich seniorów.

Kluby i koła seniora odgrywają znaczącą rolę ośrodków życia kulturalnego, oświatowego, towarzyskiego i rekreacyjnego dla osób starszych. Ich celem jest stworzenie warunków do przyjemnego spędzania czasu i aktywności oraz rozwijania zainteresowań. Najczęściej prowadzone są przez organizacje pozarządowe, parafie, zakłady pracy, spółdzielnie mieszkaniowe (połączone z klubami osiedlowymi, bądź osiedlowym domem kultury).

Kluby i koła seniora są doskonałą propozycją dla osób zainteresowanych nawiązywaniem bądź podtrzymywaniem kontaktów

towarzyskich, a pomagając w tworzeniu więzi społecznych przeciwdziałają osamotnieniu, poczuciu pustki i nudy.

*Zainteresowanie taką formą spędzania czasu jest coraz większe, choć w badaniach tylko co piąty badany (22,9%) deklaruje zainteresowanie uczestnictwem w działaniach organizowanych przez placówki typu kluby seniora nastawione na organizowanie czasu wolnego, rozwój potrzeb w zakresie edukacji, kultury czy rekreacji**

¹ P. Czekanowski, J. Załęcki, M. Brosz, *Gdańska starość. Portret socjologiczny mieszkańców Gdańska w wieku 65+, Gdańsk 2013*

Nazwa Koła	Miejsce spotkań	Dzielnica
Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów O/Okręgowy w Gdańsku	al. Grunwaldzka 131A 80-264 Gdańsk Tel.: +48 58 341 07 07	Wrzeszcz Górny
Koło PZERI nr 1	ul. Sobótki 5, 80-264 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Koło PZERI nr 2	ul. Sobótki 5, 80-264 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Koło PZERI nr 3	ul. Sobótki 5, 80-264 Gdańsk Koło Pracowników Prokuratury i Środowisk Prawniczych	Wrzeszcz Górny
Koło PZERI nr 4	ul. Sobótki 5, 80-264 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Koło PZERI nr 6 „Bursztynek”	Dom Kultury Wyspa Skarbów ul. Turystyczna 3, 80-680 Gdańsk	Wyspa Sobieszewska
Koło PZERI nr 7	Winda GAK ul. Raclawicka 17, 80-406 Gdańsk	Wrzeszcz Dolny
Koło PZERI nr 8/ Klub Seniora Ostoja	DPS Ostoja ul. Hoża 4, 80-628 Gdańsk	Stogi
Koło PZERI nr 9 „Sasanka”	ul. Stajenna 1, 80-826 Gdańsk	Śródmieście
Koło PZERI nr 11	Scena Muzyczna GAK ul. Nowiny 2B, 80-020 Gdańsk	Orunia
Koło PZERI nr 12	al. Grunwaldzka 131A, 80-264 Gdańsk	Wrzeszcz Górny

Klub/Koło	Miejsce	Ulica	Miasto	Dzielnica
Klub Seniora „Delfin”	Dom Sąsiedzki w Nowym Porcie	ul. Wyzwolenia 49	80-537 Gdańsk	Nowy Port
Klub Seniora Orunia nr 1	Dom Sąsiedzki „Gościnną Przysiań”	ul. Gościnną 14	80-032 Gdańsk	Orunia-Św. Wojciech-Lipce
Klub Seniora Orunia nr 2	Dom Sąsiedzki „Gościnną Przysiań”	ul. Gościnną 14	80-032 Gdańsk	Orunia-Św. Wojciech-Lipce

Klub Seniora Promyk	Stowarzyszenie Klub Przyjaciół Strzyży	ul. Kisielewskiego 12	80-275 Gdańsk	Wrzeszcz
Klub Seniora Orania	GAK Stacja Orunia	ul. Dworcowa 9	80-026 Gdańsk	Orunia-Św. Wojciech-Lipce
Klub Seniora „Moreniacy”	Centrum Kultury im. Jana Pawła II na Morenie	ul. Nałkowskiej 3	80-286 Gdańsk	Piecki-Migowo
Klub Seniora Orlen	Fundacja Regionalne Centrum Informacji i Wspomagania Organizacji Pozarządowych (Fundacja RC)	al. Grunwaldzka 5	80-236 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Klub Seniora Wrzos	Dzienny Dom Pomocy, Fundacja i Ty Możesz Wszystko	ul. Wajdeloty 28	80-437 Gdańsk	Wrzeszcz Dolny
Klub Seniora „Senioryci”	Dom Sąsiedzki na Biskupiej	ul. Biskupia Górka 4	80-815 Gdańsk	Śródmieście
Koło Seniora Feluka	Osiedlowy Klub Kultury „FELUKA” przy Spółdzielni Mieszkaniowej „Żabianka”	ul. Gdyńska 4	80-340 Gdańsk	Żabianka-Wejhera-Jelitkowo-Tysiąclecia
Klub Seniora Motława		ul. Ogarna 29/30	80-826 Gdańsk	Śródmieście
Klub Seniora	przy SM Chełm Klub Osiedlowy „Alf”	ul. Dragana 25/26	80-807 Gdańsk	Chełm
Klub Seniora „Przymorze”/ „Czar Śląskiej”	przy PSM „Przymorze”, Dom Kultury PSM Przymorze	ul. Śląska 66 B	80-389 Gdańsk	Przymorze Małe
Klub Seniora	przy Klubie Osiedlowym „Bolek i Lolek”	ul. Kołobrzeska 57	80-397 Gdańsk	Przymorze Małe
Klub Seniora „Bursztynek-Letnica”	GAMA Gdański Archipelag Kultury	ul. Starowiejska 15/16	80-534 Gdańsk	Letnica

Koło Seniora „Wzgórze Mickiewicza”		ul. J. Sopolicy 15	80-119 Gdańsk	Wzgórze Mickiewicza
Klub Seniora	przy Stowarzyszeniu Księgowych w Polsce Oddział Gdańsk	ul. Jaškowa Dolina 93	80-286 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Klub Seniora	przy Radzie Dzielnicy Jasień	ul. Leszczynowa 5	80-177 Gdańsk	Jasień
Klub Seniora	przy Klubie Osiedlowym S.M. “Rozstaje”	ul. Leszczyńskich 3	80-464 Gdańsk	Zaspa-Rozstaje
Klub Seniora „Rajska Panorama”	Dzienny Dom Pomocy i Środowiskowy Dom Samopomocy	ul. Wajdeloty 28A	80-437 Gdańsk	Wrzeszcz Dolny
Koło „Rada Starszych”	przy Klubie Seniora “WZGÓRZE RADOŚCI”	ul. Cebertowicza 3–5	80-808 Gdańsk	Chełm
Klub Seniora	przy Parafii Archikatedralnej Gdańsk Oliwa	ul. Biskupa Ed. Nowickiego 5	80-330 Gdańsk	Oliwa
Klub Seniora Uniwersytetu Gdańskiego		ul. Wita Stwosza 63	80-308 Gdańsk	Oliwa
Klub Seniora „Jarzębina”	XX LO w Gdańsku	ul. Dobrowolskiego 6	80-286 Gdańsk	Piecki-Migowo
Klub Seniora	przy Stowarzyszeniu „Nasze Siedlce”, Dom Sąsiedzki „Zakopianka”	ul. Zakopiańska 40	80-122 Gdańsk	Siedlce
Kluby Seniora	przy Radzie Dzielnicy Siedlce, Dom Sąsiedzki “Zakopianka”	ul. Zakopiańska 40	80-122 Gdańsk	Siedlce
Klub Seniora Brętowianie		ul. Podkarpacka 11	80-473 Gdańsk	Brętowo

Klub Seniora „Spokojna Przystań”	przy Wspólnocie Mieszkaniowej Piramida	ul. Konrada Leczkowa 3/9	80-432 Gdańsk	Wrzeszcz Dolny
Klub Seniora „Prometeusz”	przy Domu Pomocy Społecznej Polanki	ul. Polanki 121	80-308 Gdańsk	Oliwa
Koło Seniora „Złota Jesień”	przy Klubie Osiedlowym Maciuś I, Administracja Osiedla nr 1	ul. Opolska 3	80-395 Gdańsk	Przymorze Wielkie
Koło Seniora „Jagiellonka”	Administracja Osiedla nr 3	ul. Jagiellońska 4	80-371 Gdańsk	Przymorze Wielkie
Klub Seniora	przy Spółdzielni Mieszkaniowej Południe ul. Strzelców Karpackich 1	ul. Nad Potokiem 13	80-041 Gdańsk	Chełm
Koło Seniora Pinezka	Administracja Osiedla nr 3	ul. Jagiellońska 4 A	80-371 Gdańsk	Przymorze Wielkie
Koło Seniora „Piaśtuś”	przy Klubie Osiedlowym „Piaśtuś”, Administracja Osiedla nr 2 PSM Przymorze	ul. Piastowska 98A	80-358 Gdańsk	Przymorze Wielkie
Klub Seniora	przy Stowarzyszeniu Dobre Wiadomości	ul. Władysławowska 1	80-388 Gdańsk	Przymorze Małe
Sekcja Emerytów i Rencistów Związku Nauczycielstwa Polskiego Oddział Gdańsk		ul. Uphagena 26	80-237 Gdańsk	Wrzeszcz
Klub Seniorzy 55+	przy Fundacji MIKI Centrum Rehabilitacji	ul. Wita Stwosza 73 lok. 19	80-312 Gdańsk	Strzyża
Koło Gospodyń Miejskich „Małgośki”		ul. Gdyńskich Kosynierów 11	80-866 Gdańsk	Śródmieście
Klub Inicjatyw Seniora		ul. Ks. Zator-Przytockiego 7	80-245 Gdańsk	Wrzeszcz Górny

Klub Inicjatyw Seniora przy Centrum Zdrowia Swissmed		ul. Wileńska 44	80-215 Gdańsk	Piecki-Migowo
Gdański Klub Seniora	przy Stowarzyszeniu Klub Przyjaciół Strzyży	ul. Miszewskiego 17	80-239 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Klub Seniora Orły	Fundacja European Forsight Institute oraz Rada Osiedla	ul. Poniatowskiego 13	80-156 Gdańsk	Aniołki
Klub Seniora Kreatywni	Fundacja European Forsight Institute	al. Grunwaldzka 5	80-236 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Naftoklub na Szańcu	przy ZMPG S.A.	ul. Zamknięta 18	80-955 Gdańsk	Nowy Port
Klub Seniora „WZGÓRZE RADOŚCI”	przy Radzie Dzielnicy Chełm	ul. Cebertowicza 3-5	80-808 Gdańsk	Chełm
Klub Seniora	w Domu Kultury Młyniec	ul. Pilotów 3	80-460 Gdańsk	Zaspa-Młyniec
Grupa seniorów	przy Fundacji Inicjatyw Społeczno-Kulturalnych FORUM, Dom Sąsiedzki na Osieku	ul. Stajenna 3	80-842 Gdańsk	Śródmieście
Klub Silver dla osób w podeszłym wieku	Dom Sąsiedzki na Osieku	ul. Stajenna 3	80-842 Gdańsk	Śródmieście
Oliwski Klub Seniora „Czyżyk”	w klubie „AD-REM”	ul. Czyżewskiego 12	80-336 Gdańsk	Oliwa
Grupa seniorów	w ramach Jachtklubu Stoczni Gdańskiej	ul. Przełom 9	80-643 Gdańsk	Krakowiec-Górki Zachodnie
Klub Bieglego Rewidenta Seniora	przy RO Polskiej Izby Biegłych Rewidentów w Gdańsku	ul. Grunwaldzka 212	80-266 Gdańsk	Strzyża
Klub Mieszkańca Cafe Albert Towarzystwo pomocy św. brata Alberta Koło Gdańskie		ul. Waryńskiego 21	80-433 Gdańsk	Wrzeszcz Dolny

Strefa Seniora	przy Fundacji Parkowisko	al. Grunwaldzka 5	80-219 Gdańsk	Wrzeszcz Górny
Grupa seniorów	przy Radzie Dzielnicy Aniołki	Ul. Księcia Józefa Poniatowskiego 13	80-156 Gdańsk	Aniołki
Po50ce.pl		ul. Zawiszy Czarnego 2/1	80-433 Gdańsk	Wrzeszcz Dolny
Klub Olimpijczyka „Srebrni Obywatele”	przy Fundacji Barbary Średniawy	pl. Solidarności 1	80-863 Gdańsk	Śródmieście
Klub Seniora „Pod Cisem”	przy Środowiskowym Domu Samopomocy	ul. Sternicza 2	80-523 Gdańsk	Brzeźno
Klub Seniora	przy Radzie Dzielnicy Ujeścisko	ul. Przemyska 21 (Dom Sąsiedzki)	80-180 Gdańsk	Ujeścisko-Łostowice
ZHP Klub Seniora Korzenie	Dom Harcerza w Gdańsku	ul. Za Murami 2–10	80-823 Gdańsk	Śródmieście
Stowarzyszenie Aktywny Senior	przy Domu Kultury Młyniec	ul. Pilotów 3	80-460 Gdańsk	Zaspa Młyniec
Grupa Seniorów	przy Radzie Dzielnicy Suchanino	ul. Paderewskiego 4/35	80-170 Gdańsk	Suchanino
Patrycjuszki	przy Stowarzyszeniu Nasz Gdańsk	ul. Świętego Ducha 119/121	80-834 Gdańsk	Śródmieście
Klub Seniora – taneczna grupa senioralna	Fundacja Świat Wrażliwy	ul. Zakopiańska 32B/2	80-142 Gdańsk	Siedlce
Klub Seniora „Maciuś”	przy Klubie Osiedlowym „Maciuś I” PSM Przymorze	ul. Opolska 2	80-395 Gdańsk	Przymorze Wielkie
Stowarzyszenie Seniorów „Starsi”		ul. Północna 5	80-512 Gdańsk	Brzeźno

6. Domy i kluby sąsiedzkie



To miejsca lokalnej integracji społecznej o charakterze międzypokoleniowym, współpracy społeczności lokalnej z instytucjami pomocowymi, edukacyjnymi i samorządem, realizacji różnorodnych programów obejmujących aktywności związane z potrzebami i zasobami tej społeczności.

Domy i Kluby Sąsiedzkie powstały po to, aby mieszkańcy w swoim najbliższym otoczeniu mieli miejsce, w którym mogą się integrować, realizować hobby, rozwijać się i nabywać nowe umiejętności. Odbywają się tam darmowe porady specjalistów np. porady prawne czy spotkania z dietetykiem. Swoją siedzibę mają w nich także Kluby Seniora, odbywają się tam również potańcówki, koncerty, wystawy czy spotkania z ciekawymi ludźmi. Ponadto, organizowane są spotkania dotyczące rozwoju danej dzielnicy, spotkania z urzędnikami czy przedstawicielami Rady Dzielnicy.

Domy i Kluby Sąsiedzkie to miejsca, w których mieszkańcy mogą włączać się w działania pomocowe dla osób z najbliższej okolicy. Podczas pandemii mieszkańcy, działający w ramach Domów i Klubów Sąsiedzkich, mieli okazję do aktywnego włączenia się w rozdawanie paczek żywnościowych, organizację Mikołajek dla dzieci, szycie maseczek, czy pomoc innym w czynnościach codziennych.

Każdy Dom i Klub Sąsiedzki posiada własną specyfikę, własny klimat oraz inną ofertę. Warto pamiętać, że są to również miejsca otwarte na nowe sąsiedzkie inicjatywy.

W Gdańsku funkcjonują Domy i Kluby Sąsiedzkie prowadzone przez organizacje pozarządowe i ulokowane w różnych dzielnicach miasta.

DOMY SĄSIEDZKIE

Tytuł zadania	Nazwa organizacji	Adres / Strona www	Dane kontaktowe	Dzielnica
Dom Sąsiedzki „Gościnna Przystań” na Oruni	Gdańska Fundacja Innowacji Społecznej	ul. Gościnna 14, Gdańsk www.facebook.com/GoscinnaPrzystan/ www.gfis.pl	tel. 58 304 99 56 biuro@gfis.pl	Orunia
Dom Sąsiedzki na Osieku	Fundacja Inicjatyw Społeczno- Kulturalnych Forum	ul. Stajenna 3, Gdańsk www.fiskforum.org.pl www.facebook.com/Fundacja-Inicjatyw-Spo%C5%82eczno-Kulturalnych-FORUM-123626277838213/	tel. 58 765 19 76 fundacja.forum@wp.pl	Śródmieście
Biblioteka Społeczna-Dom Sąsiedzki na Stogach	Stowarzyszenie Przyjazne Pomorze	ul. Hoża 14, Gdańsk www.facebook.com/biblioteka.spoeczna/ www.bibliotekapp.pl	tel. 58 303 37 96 biblioteka@bibliotekapp.pl	Stogi
Dom Sąsiedzki w Nowym Porcie	Stowarzyszenie Nowy Port Sztuki	ul. Wyzwolenia 49 (budynek Bursy Gdańskiej) www.facebook.com/nowyportsztuki/ www.facebook.com/domsasiedzki-wnowymporcie/ nowyportsztuki.pl/	nowyportsztuki@o2.pl	Nowy Port
Dom Sąsiedzki na Biskupiej Górze	Stowarzyszenie Waga	ul. Biskupia 4, Gdańsk www.stowarzyszeniewaga.pl www.facebook.com/Stowarzyszenie-WAGA-212313248784777/	stowarzyszenie.waga@gmail.com	Śródmieście
Dom Sąsiedzki przy Północnej	Fundacja Sprawni Inaczej	ul. Północna 5, Gdańsk www.fsi.gda.pl www.facebook.com/Fundacja.Sprawni.Inaczej/	tel. 58 344 42 56 biuro@fsi.gda.pl	Brzeźno
Dom Sąsiedzki – Inkubator Sąsiedzkiej Energii Dolne Miasto	Opowiadacze Historii Dolnego Miasta w Gdańsku	ul. Reduta Wyskok 4 / 8, Gdańsk www.facebook.com/isegdansk www.opowiadaczehistorii.pl/	tel. 58 716 31 59	Śródmieście
Dom Sąsiedzki w Lipcach i Św. Wojciechu	Gdańska Fundacja Integracji Społecznej Ośrodek Sportów Konnych Lipce	ul. Trakt św. Wojciecha 264 www.facebook.com/FundacjaLipce		Orunia-Św. Wojciech-Lipce
Dom Sąsiedzki Nasze Ujęścisko z Biblioteką	Stowarzyszenie Przyjaciół Dzielnicy Ujęścisko- Łostowice „Nasze Ujęścisko”	ul. Piotrkowska 41 A, Gdańsk www.facebook.com/DomKulturyBibliotekaUjescisko/	kontakt@naszeujescisko.pl	Ujęścisko-Łostowice
Dom Sąsiedzki w Oliwskim Ratuszu Kultury	Fundacja „Wspólnota Gdańska”	ul. Opata Jacka Rybińskiego 25, Gdańsk domsasiedzki.ratuszkultury.pl/ www.facebook.com/domsasiedzki-woliwskimratuszukulturny/	tel. 58 345 29 67	Oliwa
Inkubator aktywności społecznej w Domu Zarazy	Stowarzyszenie „Stara Oliwa”	ul. Stary Rynek Oliwski 15, Gdańsk www.facebook.com/DomZarazy/		Oliwa

Dom Sąsiedzki Jaśkowa 7	Stowarzyszenie Morena	ul. Jaśkowa Dolina 7, Gdańsk pl-pl.facebook.com/Jaskowa7/ morena.org.pl/brand/dom-sasiedzki-jaskowa7/	morena@morena.org.pl	Wrzeszcz Górny
Dom Sąsiedzki w Pałacu	Regionalne Centrum Wspomagania i Organizacji Pozarządowych	Al. Grunwaldzka 5, Gdańsk www.facebook.com/domsasiedzki-wpalacu/ fundacjarc.org.pl/	tel. 58 344 40 39 dom.sasiedzki@fundacjarc.org.pl	Wrzeszcz
Dom Sąsiedzki Bajkowy Świat	Fundacja Obudź Nadzieję	ul. Bajki 8 www.facebook.com/Fundacja-Obud%C5%BA-Nadziej%C4%99-190755250959165/ obudznadzieje.pl/	obudznadzieje@wp.pl	Przeróbka
Osowski Dom Sąsiedzki „Garaż”	Stowarzyszenie „INNE Jest Piękne”	ul. Kielnińska 128, Gdańsk www.facebook.com/klubsasiedzki.GARAZ/ www.innejestpiekne.org/	aneta@innejestpiekne.org	Osowa
Cafe Albert – Dom Sąsiedzki	Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta Koło Gdańskie	ul. Waryńskiego 21, Gdańsk pl-pl.facebook.com/pages/category/Cafe/Klub-Cafe-Albert- Towarzystwo-Pomocy-im-%C5%9Bw-Brata-Alberta-Ko%C5%82oGda%C5%84skie-1485341845092106/ bezdolnosc.org.pl/index.php/aktualne-projekty/klub-mieszkanca-cafe-albert	tpba.gda@ab.org.pl	Wrzeszcz Dolny

KLUBY SĄSIEDZKIE

Tytuł zadania	Nazwa organizacji	Adres / Strona www	Dane kontaktowe	Dzielnica
Klub „U Jasia i Małgosi”	Gdańskie Stowarzyszenie „Jaś i Małgosia”	ul. Gdynskich Kosynierów 11 https://www.facebook.com/Gda%C5%84skie-Stowarzyszenie-Ja%C5%9B-i-Ma%C5%82gosia-466130426802634	jasimalgosia.gda@wp.pl	Śródmieście
Klub Sąsiedzki – Świetlica Krytyki Politycznej w Trójmieście	Stowarzyszenie im. Stanisława Brzozowskiego	ul. Nowe Ogrody 35 II piętro, Gdańsk www.facebook.com/swietlicakpwtrojmiescie/ www.krytykapolityczna.pl	tel. 58 716 22 65 trojmiasto@poczta.krytykapolityczna.pl	Śródmieście
Klub Mieszkańca na Hallera	Projekt Pełni Szczęścia	Al. Gen. Hallera 239	projektpeelniszczescia@gmail.com	Wrzeszcz Dolny
Inkubator Sąsiedzkiej Energii Chełm	Fundacja NOVA	ul. Styp Rekowski, Gdańsk www.facebook.com/isechelm/	isechelm@fundacjanova.org.pl	Chełm
Klub Sąsiedzki Kokoszki	Stowarzyszenie Przyjaciół Dzielnicy Kokoszki	ul. Azaliowa 18 Gdańsk pl-pl.facebook.com/StowarzyszeniePrzyjaciolDzielnicyKokoszki	StowarzyszenieKokoszki@gmail.com	Kokoszki

Przykłady oferty proponowanej przez Domy i Kluby Sąsiedzkie:

Nazwa	Propozycja	Kontakt
Dom Sąsiedzki na Osieku	1. Klub Seniora „Silver” 2. „Pigułka sztuki dla Seniora”: – Warsztaty rysunku i malarstwa – Teatr tańca i muzyki dawnej (oferta dla Pań)	Fundacja Inicjatyw Społeczno-Kulturalnych Forum tel. 58 765 19 76 e-mail: biuro-forum@wp.pl
Dom Sąsiedzki przy Północnej	gimnastyka kondycyjna	Fundacja Sprawni Inaczej tel. 58 344 42 56 e-mail: biuro@fsi.gda.pl
Klub Sąsiedzki Kokoszki	gimnastyka w parkach osiedlowych wybudowanych w ramach Budżetu Obywatelskiego (maj-wrzesień) – poniedziałki godz.19.00 – Park Azaliowy w Karczemkach – wtorki godz. 17.00 – Park w Kiełpinie Górnym – wtorki godz.18.30 – teren rekreacyjny przy ul. Osiedlowej w Kokoszkach Aktualne informacje będą dostępne na: https://www.facebook.com/StowarzyszeniePrzyjaciolDzielnicyKokoszki	Stowarzyszenie Przyjaciół Dzielnicy Kokoszki e-mail: StowarzyszenieKokoszki@gmail.com
Cafe Albert dom sąsiedzki	realizuje wiele zajęć o zróżnicowanym charakterze takich jak zajęcia/spotkania w klubach sąsiedzkich (klub zdrowia, klub pasjonata), wydarzenia w dzielnicy-projekt Show and Tell, lokalne inicjatywy sąsiedzkie, treningi pamięci, prowadzenie klubokawiarni sąsiedzkiej itp. Jest czynny min. 20 h w tygodniu, w tym w soboty/niedziele w dzielnicy Dolny Wrzeszcz przy ulicy Waryńskiego 21.	Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta Koło Gdańskie e-mail: tpba.gda@ab.org.pl
Dom Sąsiedzki na Biskupiej Górze	– Międzypokoleniowe gry planszowe co drugi piątek miesiąca od 17.00 do 19.00 – BINGO i karaoke – ostatni piątek miesiąca od 17.00 do 19.00 – Klub SENIORYCI – wtorki 16.00 - 18.00	Stowarzyszenie Waga e-mail: stowarzyszenie.waga@gmail.com
Dom Sąsiedzki – Inkubator Sąsiedzkiej Energii Dolne Miasto	– joga dla seniorów, – robótki ręczne (zajęcia międzypokoleniowe) – grill sąsiedzki dla seniorów (w sezonie letnim)	Opowiadacze Historii Dolnego Miasta w Gdańsku tel. 58 716 31 59
Dom Sąsiedzki w Pałacu	projekty organizowane dla seniorów w plenerze lub on-line, związane z historią naftową Szańca Zachodniego w Gdańsku Nowym Porcie	Regionalne Centrum Informacji i Wspomagania Organizacji Pozarządowych tel.: 58 344 40 39; 504 871 478
Dom Sąsiedzki Bajkowy Świat	– Program ZŁOTA RACZKA, drobne remonty i naprawy dla seniorów z Przeróbki – dystrybucja środków ochronnych, maseczek, płynu do dezynfekcji, rękawiczek	Fundacja Obudź Nadzieję e-mail: obudznadzieje@wp.pl
Dom Sąsiedzki w Nowym Porcie	Dom Sąsiedzki w Nowym Porcie organizuje liczne wydarzenia skierowane do osób w wieku senioralnym m.in. warsztaty, wystawy czy koncerty. W naszych murach spotykają się dwie grupy skupiające osoby w wieku senioralnym. Klub Seniora Delfin oraz grupa zajmująca się rękodziełem artystycznym „Kufer Sztuki”. Serdecznie zapraszamy nowe osoby do korzystania z oferty twórczego spędzania wolnego czasu.	Stowarzyszenie Nowy Port Sztuki e-mail: nowyportsztuki@o2.pl

7. Wolontariat

Wolontariat to bezpłatne, dobrowolne działanie na rzecz organizacji pozarządowych i instytucji. Wolontariuszem może zostać każdy, niezależnie od wieku czy doświadczenia.

Wolontariat jest również formą aktywnego spędzania czasu wolnego, dającą możliwość poznania nowych osób, zdobywania nowej wiedzy, dzielenia się doświadczeniami, pomagania innym.

Wolontariat seniorów z Regionalnym Centrum Wolontariatu

Gdańscy seniorzy włączają się w obsługę różnorodnych wydarzeń w ramach programu Wolontariatu Miasta Gdańska oraz pomagają organizacjom pozarządowym i ich podopiecznym.

Kontakt i więcej informacji:
Regionalne Centrum Wolontariatu w Gdańsku
pl. Solidarności 1/3.28
(III piętro, budynek Europejskiego Centrum Solidarności)
tel. 58 772 42 17 lub 58 772 42 18
e-mail: gdansk@wolontariatgdansk.pl
www.wolontariatgdansk.pl

Jak zostać wolontariuszem?

- skontaktuj się z Centrum Wolontariatu (można odwiedzić biuro, zadzwonić, napisać e-mail lub przez portal internetowy)
- przejdź szkolenie
- wypełnij formularz
- wybierz ofertę (w czym chcesz uczestniczyć jako wolontariusz) i aplikuj
- zawrzyj porozumienie wolontariackie
- działaj!

Przykładowe działania wolontariuszy seniorów:

„NGOSYszyjąMaski3Miasto”
wolontariusze szyli maski wielorazowe dla rówieśników, placówek medycznych itp. Łącznie udało się uszyć ponad 80 tysięcy.

„Zielony zakątek”
Wolontariusze przygotowali hotele i domki dla owadów z dzielnicy Przymorze. Następnie zostały rozstawione i służyły schronieniem przed zimą i mrozami.

„Malowanie Ścian w domu środowiskowym”
Wolontariusze uczyli oraz wspierali w odmalowaniu ścian młodsze pokolenie. Prace wykonywane były na rzecz domu środowiskowego.



WOLONTARIAT SENIORÓW

bezpłatne, dobrowolne działania na rzecz organizacji
podstawowych i instytucji

WEJDŹ NA:

WOLONTARIATGDANSK.PL

- #AmbleSuper nie z Centrum Wolontariatu - wolontariusze
dostają zadania, naukę, email, wsparcie portal internetowy
- Przebiegamy i oddajemy na iHerb - w czasie choroby
uczestniczyć jako wolontariusz
- Wspieramy projektowanie wolontariuszy
i czynimy to dalej
- Pracujemy WOLONTARIATZAM I WOLONTARIATZAM

CO DAJE WOLONTARIAT?

To przede wszystkim forma
spędzania aktywnie czasu
wolnego, podczas wolontariatu
poznajemy wiele nowych osób,
uczymy się czegoś nowego,
możemy podzielić się swoimi
doświadczeniami, możemy komuś
pomóc. Każdy z wolontariuszy
odnajduje w wolontariacie coś dla
siebie

RODZAJ WOLONTARIATU:

- AKTYWNY**
to najbardziej widoczny
rodzaj wolontariatu.
Polega na pomocy w różnych
sposobach, np. w pracy
w sklepie, w domu itp.
- SYSTEMATYCZNY**
to rodzaj wolontariatu,
który polega na pomocy w różnych
sposobach, np. w pracy
w sklepie, w domu itp.
- ZDAJNY**
to rodzaj wolontariatu,
który polega na pomocy w różnych
sposobach, np. w pracy
w sklepie, w domu itp.

DLA KOGO?

Wolontariuszem może zostać każdy, niezależnie
od posiadanego wieku czy doświadczenia.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

Centrum Wolontariatu w Gdańsku
Pl. Solidarności 1
III piętro, budynek Europejskiego Centrum Solidarności
58 772 42 18, 19
gdansk@wolontariat.org.pl
www.wolontariatgdansk.pl
FB: @wolontariatgdansk

f e



Wolontariat seniorów z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Rodzinie

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Gdańsku zaprasza seniorów do uczestnictwa w **Naszym Wolontariacie**. To znakomita alternatywa na nudę, pomysł na zagospodarowanie czasu wolnego, nawiązanie znajomości i przyjaźni oraz na naukę. W naszej ofercie mamy wolontariat na rzecz dzieci (najczęściej korepetycje), pomoc i towarzyszenie osobom chorym oraz starszym, wsparcie pracy świetlicy oraz różne ciekawe akcje.

Kontakt i więcej informacji:

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie
w Gdańsku
ul. K. Leczkowa 1A
tel. 797 909 119
e-mail: wolontariat.mopr@gdansk.gda.pl

8. Harcerski Krąg Seniorów *Korzenie*

Krąg Seniorów – Instruktorów Harcerskich „Korzenie” Chorągwi Gdańskiej ZHP, to grupa instruktorów i związanych z nimi sympatyków harcerstwa po 55 roku życia, którzy kontynuują swoją harcerską służbę.

W ramach działań harcerskich odbywają regularne spotkania tematyczne z interesującym przedstawicielami nauki, kultury lub wyjeżdżają na ciekawe harcerskie imprezy w formie biwaków, zjazdów lub wycieczek.

W kręgu przyjaciół, wspólnie spędzają czas wolny z piosenką i humorem, poznając zakątki naszej Ojczyzny, a także Europy.

Ponadto, współpracują z młodszą bracią harcerską, dzieląc się swoim doświadczeniem. Członkami Kręgu mogą zostać wszyscy, którzy byli lub są harcerzami, lubią harcerski styl życia, wędrowanie, ruch i aktywność, harcerską piosenkę i uśmiech.

Zapraszamy.



Kontakt i więcej informacji:

Dom Harcerza w Gdańsku
80-823 Gdańsk, ul. Za Murami 2-10
tel.: 501 505 024, 608 572 515, 662 242 182
e-mail: bradys@op.pl, vajra@wp.pl,
edwarda.serszen@wp.pl

9. Rady dzielnic

Działają na rzecz mieszkańców dzielnicy, reprezentując interesy mieszkańców i wpływając na ogólnomiejską politykę.

W Gdańsku mamy 35 jednostki pomocnicze Miasta Gdańska, popularnie nazywane

dzielnicami i 35 Rad Dzielnic. Funkcjonowanie Rad Dzielnic to możliwość działania na rzecz środowiska lokalnego, jak i otrzymania wsparcia od lokalnych liderów, jakimi są członkowie Rad Dzielnic.



Od 2012 roku systematycznie zwiększa się liczba Rad Dzielnic dostrzegających **potrzeby seniorów** oraz liczba inicjowanych i organizowanych przez Rady inicjatyw na rzecz osób starszych w dzielnicach.

Na uwagę zasługują szczególne działania Rad kierowane do seniorów w dobie pandemii w 2020 roku, w ramach których Rada Dzielniczy Ujeścisko-Łostowice i Rada Dzielniczy Żabianka-Wejhera-Jelitkowo-Tysiąclecia realizowały projekt, dzięki któremu udało się wesprzeć seniorów, jak i lokalne restauracje akcją zamówienia gorących posiłków z dostawą do domów seniorów.

Rady Dzielnic Aniołki, Przymorze Wielkie, Orunia-Św. Wojciech-Lipce, Piecki-Migowo, Jasień, Wrzeszcz Górny, Brzeźno, Ujeścisko-Łostowice, Krakowiec-Górki Zachodnie, Olszynka, Letnica, Orunia Górna-Gdańsk Południe i Oliwa zrealizowały projekty

zakupów dla seniorów dotyczące paczek żywnościowych oraz środków ochrony osobistej.

Warto odnotować, że poza przeznaczaniem środków finansowych, współpraca pomiędzy Radami Dzielnic a Seniorami polega również na **udostępnieniu siedziby, użyczeniu sprzętu**, wsparciu w poruszaniu się po jednostkach miejskich i wydziałach Urzędu Miejskiego, **przekazywaniu informacji o aktualnych działaniach miejskich**. Ponadto, Gdańscy seniorzy, nie tylko są obiorcami działań Rad Dzielnic, ale w wielu przypadkach wykazują swoją aktywność w działaniu samych Rad Dzielnic, będąc ich członkami.

Kontakt i więcej informacji:

Biuro Rady Miasta Gdańska
Obsługa Jednostek Pomocniczych
Paweł Kordowski
80-853 Gdańsk, ul. Wały Jagiellońskie 1
pokój nr 113
tel. 58 323 70 33, fax: 58 305 34 52
e-mail: pawel.kordowski@gdansk.gda.pl
Zadania: obsługa organizacyjno-merytoryczna
Rad i Zarządów dzielnic Miasta.

Referat Partycypacji Społecznej i Rad Dzielnic
Kierownik: Sylwia Betlej
ul. Nowe Ogrody 8/12
80-803 Gdańsk
III piętro, pokój nr 337C
tel. +48 58 323 65 97
e-mail: sylwia.betlej@gdansk.gda.pl

10. Związki i Stowarzyszenia Kombatanckie, czyli aktywność sędziwych seniorów

Działania Miasta nakierowane są na podtrzymywanie aktywności społecznej sędziwych mieszkańców Gdańska przez:

- wsparcie logistyczne, organizacyjne i lokalowe,
- organizację wydarzeń rocznicowych i jubileuszowych,
- budowanie relacji międzypokoleniowych.



Uroczystości rocznicowe i patriotyczne organizowane lub współorganizowane przez Miasto Gdańsk w 2021 r.

Data i godzina	Nazwa wydarzenia	Miejsce
27 marca godz. 10:45 Cmentarz Żołnierzy Radzieckich; godz. 11:20 pomnik „Tym, co za polskość Gdańska”, ul. Podwale Staromiejskie; godz. 12:00 Długi Targ wciągnięcie flagi państwowej na Maszt Dworu Artusa	Rocznica powrotu Gdańska do Macierzy	Cmentarz Żołnierzy Radzieckich; pomnik „Tym, co za polskość Gdańska”, ul. Podwale Staromiejskie; Długi Targ Maszt Dworu Artusa
13 kwietnia godz. 11:00	Dzień Pamięci Ofiar Zbrodni Katyńskiej Rocznica Zbrodni Katyńskiej	pomnik Golgoty Wschodu na Cmentarzu Łostowickim
2 maja	Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej	
8 maja godz. 12:00	Rocznica zakończenia II wojny światowej	pomnik „Tym, co za polskość Gdańska”, ul. Podwale Staromiejskie
10 maja godz. 11:00	Dzień Pamięci Polaków zamordowanych w latach 1941-1944 w Ponarach	pomnik Ponarski na Cmentarzu Łostowickim (ok. 100 m za pomnikiem Golgoty Wschodu)
12 maja godz. 11:00	Rocznica śmierci marszałka Józefa Piłsudskiego	pomnik marszałka Józefa Piłsudskiego na pl. Piłsudskiego
18 maja godz. 10:00	Czyn Bojowy Polskich Sił Zbrojnych na Zachodzie 1939-1945	Pomnik generała Stanisława Maczka na placu gen. Maczka u zbiegu ulic Chopina i Wojska Polskiego na Strzyży
1 sierpnia godz. 17:00	Rocznica wybuchu Powstania Warszawskiego	pomnik Polskiego Państwa Podziemnego, Targ Rakowy
11 sierpnia godz. 12:00	Rocznica ludobójstwa Polaków w ZSRR przez NKWD w latach 1937-1938	Kamień upamiętniający ofiary „operacji polskiej” NKWD 1937-38 na Cmentarzu Łostowickim
1 września godz. 12:00	Rocznica wybuchu II wojny światowej	Pomnik Obrońców Poczty Polskiej

Data i godzina	Nazwa wydarzenia	Miejsce
Wrzesień	Koncert z okazji Dnia Weterana	
17 września godz. 10:00	Obchody Dnia Sybiraka w rocznicę agresji ZSRR na Polskę	pomnik Golgoty Wschodu na Cmentarzu Łostowickim
27 września godz. 17:00	Rocznica utworzenia Polskiego Państwa Podziemnego oraz Szarych Szeregów	pomnik Polskiego Państwa Podziemnego, Targ Rakowy
5 października godz. 17:00 - uroczystość na Cmentarzu na Zaspie, grobowiec pocztowców, ul. Bolesława Chrobrego 80	Rocznica rozstrzelania przez Niemców Obrońców Poczty Polskiej w Gdańsku	Cmentarz na Zaspie, grobowiec Pocztowców, ul. Bolesława Chrobrego
12 października godz. 11:00	Czyn bojowy Polskich Sił Zbrojnych na froncie wschodnim podczas II wojny światowej	pomnik „Tym, co za polskość Gdańska”, ul. Podwale Staromiejskie
1 listopada, godz. 12:00	Dzień Wszystkich Świętych - Modlitwa Międzywyznaniowa	Cmentarz Nieistniejących Cmentarzy przy ulicy 3 Maja
10 listopada godz. 11:00	Uroczystość w przeddzień Narodowego Święta Niepodległości	pomnik marszałka Józefa Piłsudskiego na pl. Piłsudskiego

Organizacja uroczystości uzależniona jest od obecnej sytuacji w kraju związanej z rozwojem pandemii koronawirusa. Miasto Gdańsk zastrzega sobie możliwość odwołania bądź organizacji powyższych wydarzeń wyłącznie w ograniczonym charakterze.

*** Kontakt i więcej informacji:**

Biuro Prezydenta, Urząd Miejski w Gdańsku, ul. Nowe Ogrody 8/12, tel. 58 323 62 22

11. Gdański Archipelag Kultury



Oferta jednostek GAK dla seniorów

Filia: Dom Sztuki GAK

Od marca 2016 roku w Domu Sztuki GAK działa Dom Sztuki Seniora, który powstał za sprawą działań animacyjnych skierowanych na rozwój artystyczny i społeczny seniorów. Spotykający się seniorzy samodzielnie decydują jaki profil warsztatów ich interesuje, czego chcą się uczyć, co rozwijać

oraz jakich umiejętności chcieliby i mogą nauczyć innych. Cotygodniowe warsztaty naprzemiennie prowadzą animatorzy z Domu Sztuki GAK oraz seniorki. W ofercie warsztaty rękodzieła artystycznego m.in. decoupage, biżuteria artystyczna, filcowanie, warsztaty szablonowe, szydełko i druty z wykorzystaniem nowoczesnych materiałów, muzyczne, spotkania dotyczące bieżących problemów seniorów (np. dietetyka, ochrona zdrowia itp.),

spotkania integracyjne itp. Uczestniczki Domu Sztuki Seniora biorą udział w corocznej wystawie organizowanej przez Dom Sztuki GAK „Rękodzieło”. Uczestniczą też aktywnie w działaniach na rzecz potrzebujących – przekazują swoje prace na aukcje Gdańskiego Hospicjum, czy też dzieci i młodzieży z domów dziecka.

Propozycje Domu Sztuki GAK:

- **Warsztaty dla seniorów.** W ofercie warsztaty świąteczne (Wielkanoc): filcowanie, biżuteria artystyczna, florystyka. W zależności od rozwoju sytuacji pandemicznej warsztaty odbędą się w formie stacjonarnej lub online.
- **Warsztaty pisania projektów,** to warsztaty pisania projektów dzielnicowych dotyczących realizacji zadań i zmian w dzielnicy. Warsztaty odbędą się w ramach projektu Twój Wymarzony Dom Kultury, w formule online.

Powrót do spotkań stacjonarnych w Domu Sztuki GAK uzależniony jest od sytuacji pandemicznej.

Filia: Gama GAK

W tegorocznej ofercie:

- **Dzień Seniora** (29.10.2021 r.), wydarzenie dedykowane Seniorom z okazji Miesiąca Seniora. W planach występ artystyczny.

- **IX Zjazd Letniczan** (23.07.2021 r.) będące spotkaniem dawnych i aktualnych mieszkańców Letnicy, w planie między innymi: prelekcja, wpis do księgi pamiątkowej oraz wspólne zdjęcie Letniczan.

- **Spotkanie z Gościem Specjalnym** – muzykiem, poetką, podróżnikiem i pisarzem (13.11.2021 r.).

- **Świąteczne Spotkanie opłatkowe mieszkańców dzielnicy** (14.12.2021 r.).

Filia: Projektornia GAK

Projektornia proponuje:

- **Spotkania podróżnicze,** czyli spotkania z podróżnikami odkrywające najciekawsze zakątki świata. Spotkania odbędą się w formule online.
- **Koncert fortepianowy dla seniorów,** zaplanowany na 1 października. W zależności od sytuacji pandemicznej koncert odbędzie się w formule stacjonarnej lub online.
- **Koncerty w Parku w Brzeźnie** pn. Jodowanie.
- **Działalność Galerii Otwartej,** czyli wystawy dla amatorów sztuk plastycznych.

Filia: Scena Muzyczna GAK

Scena Muzyczna GAK organizuje wiele projektów, których odbiorcami są i mogą być seniorzy. W tegorocznej ofercie znalazły się:

- **„Spotkania z cyklu Pasja szyta na miarę”,** to spotkania ze znanymi i cenionymi ludźmi z szeroko rozumianego świata kultury. Są to wydarzenia łączące pokolenia, integrujące dzieci, młodzież, osoby dorosłe i seniorów.

- **Klub Filmowy Kosmos,** w ramach którego Scena Muzyczna GAK planuje zorganizować pokazy filmowe wraz z prelekcją i rozmową przy kawie lub herbacie. Będzie można obejrzeć filmy wyróżniające się konwencją, tematyką lub gatunkiem oraz opowiadający o różnych okresach życia człowieka. Planowane są również spotkania z ludźmi kina: dziennikarzami, reżyserami i filmoznawcami.

- **Koncerty w Amfiteatrze Orana.** Park Oruński – jeden z najstarszych parków i drugi co do wielkości park miejski w Gdańsku – dzięki Scenie Muzycznej GAK, od dwóch sezonów w okresie letnim staje się miejscem spotkań artystów z gdańską publicznością. Jest to jedyne takie miejsce w Trójmieście, w którym mieszkańcy mogą na świeżym powietrzu, za darmo, posłuchać piosenki aktorskiej.

- **Zajęcia w placówce – Teatr amatorski 40+.** Uczestnicy Teatru Amatorskiego 40+ mają możliwość wzięcia udziału w wielu warsztatach m.in. pracy nad głosem i ciałem, rozumienia tekstu, czy śpiewu, a także praktycznie wykorzystają nabyte umiejętności we wspólnie przygotowanym przedstawieniu.

Scena Muzyczna GAK gości również Klub Seniora, który tworzy Koło nr 11 Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów oddział Gdańsk. W ramach koła organizowane są spotkania, warsztaty, przedstawienia, a także wycieczki. Misją organizacji jest integrowanie i aktywizowanie emerytów, rencistów i inwalidów poprzez organizowanie różnych form życia kulturalnego, artystycznego, sportowego, turystycznego. Zapraszamy nie tylko mieszkańców Oruni!

Filia: Stacja Orunia GAK

- **Zdolna Orunia TKA!** w ramach projektu Twój Wymarzony Dom Kultury. Zdolna Orunia – Klub Szarpidrutek – Seniorek z Oruni, postanowiła nauczyć się nowej umiejętności – techniki artystycznej – tkactwa. W letnich miesiącach, chcemy przeprowadzić cykl warsztatów-kurs tkactwa artystycznego. Na spotkania zapraszamy także nowych mieszkańców; mamy nadzieję, że ta forma rękodzieła „skusi” inne osoby chcące zintegrować się wokół pasji. Projekt zakończymy prezentacją gobelinów, powstałych w czasie kursu, w przestrzeni dzielnicy.
- **Smaki Oruni,** w ramach projektu Twój Wymarzony Dom Kultury, to długofalowy projekt oparty o kulturę otwartą, włączający lokalną społeczność dzielnicy Orunia do działań mających na celu wielopokoleniową integrację mieszkańców. W tym roku

postanowiliśmy zaangażować mieszkańców Oruni do współtworzenia kalendarza na 2022 rok SMAKI ORUNI. W ramach projektu będziemy zbierać przepisy i związane z nimi historie rodzinne i kulinarne, zorganizowanie pikniku sąsiedzkiego z konkursem na 12 dań, a ich autorzy zostaną bohaterami kalendarza SMAKI ORUNI. W pierwszym etapie działania będą prowadzone online, a gdy tylko zniesiony zostanie reżim sanitarny planujemy cykl spotkań z mieszkańcami. Do współpracy zaproszone jest koło Seniorek ze ZDolnej Oruni.

■ **Zdolna Orunia.** Projekt wieloletni skierowany do zdolnych mieszkańców Oruni, zainicjowany przez Seniorki z Oruni. Zdolna Orunia ma stałe miejsce – „siedzibę” w Stacji Orunia GAK, wsparcie merytoryczne, organizacyjne i finansowe. Zapraszamy twórczych Seniorów, ludzi z pasją w każdą środę o 16:30 (pod warunkiem zniesienia obostrzeń sanitarnych). Zajmujemy się pasjami, rozwijaniem twórczości i poznawaniem sąsiadów.

■ **Klub SENIORA ORANIA.** Stałe spotkania w każdy piątek o 10:00, zawieszane na czas pandemii.

■ **Teatrzyk ZDolnej Oruni.** Od września, przygotowanie Kabaretu Seniorów – program na karnawał, reżyseruje Monika Jarząbek (przy założeniu zniesienia obostrzeń epidemicznych).

Filia: Winda GAK

Winda GAK proponuje:

■ **Mój wymarzony ogród sztuki,** czyli kontynuację projektu z 2020 roku. Seniorzy mają zaprojektować ogród przed Windą GAK. Projekt realizowany z klubem Seniora działającym przy Windzie GAK. Termin czerwiec 2021 r.

■ **Warsztaty kreatywne dla seniora,** czyli cotygodniowe spotkania w Windzie GAK, w trakcie których seniorzy kreatywnie spędzają czas. Wszystkie materiały niezbędne do realizacji zajęć seniorzy otrzymują od Windy GAK. Zajęcia odbywają się co tydzień, w każdą środę (zawieszane w czasie pandemii).

■ **Chór Seniora,** spotkania przy piosence razem z Windą GAK.

Filia: Wyspa Skarbów GAK

Plany Wyspy Skarbów GAK obejmują w tym roku:

■ **Święto Światła** (22-23.10.2021), na tydzień przed Sollemnitas Omnium Sanctorum zachęcamy do wspólnego przeżywania czasu zadumy, odważnego stawiania egzystencjalnych pytań i cichej refleksji. Zapraszamy na wieczór pełen skupienia i atmosfery relaksu. Postaramy się poszukać odpowiedzi na pytanie jak rozmawiać o umieraniu, nieodwracalnym doświadczeniu czekającym każdego z nas w obliczu

pandemii. Jak wyciszyć umysł zmęczony wymuszoną izolacją, poczuciem zagubienia, zagrożenia, osamotnienia? Jak zbudować swoje wewnętrzne „święto światła” w potrzebie duchowego ciepła i psychologicznej opieki w tym trudnym czasie.

■ **Koncert dla seniorów** zaplanowany na 18.11.2021 r.

Organizacja i przebieg wszystkich wydarzeń oraz przedsięwzięć planowanych w 2021 r. przez GAK uzależniona jest od aktualnej sytuacji epidemicznej związanej z Covid19.

Zachęcamy do bezpośredniego kontaktu z poszczególnymi filiami.



12. Centrum Sztuki Współczesnej Łaźnia

Centrum Sztuki Współczesnej Łaźnia proponuje skorzystanie z następującej oferty edukacyjnej w ramach Gdańsk dla Seniorów 2021:

CSW ŁAŹNIA 1 na Dolnym Mieście:

- dwa oprowadzania online z audiodeskrypcją po aktualnie trwającej wystawie
- dwa oprowadzania online w Polskim Języku Migowym po aktualnie trwającej wystawie.

Oprowadzania online dostępne będą bezpłatnie na:

- stornie internetowej www.laznia.pl/wystawy/laznia-dostepna-online-345/
- kanale YouTube www.youtube.com/user/cswLaznia
- Facebooku @cswlaznia www.facebook.com/cswlaznia
- Facebooku edukacyjnym @cswlazniak www.facebook.com/cswlazniak

- trzy Rodzinne spacer po Dolnym Mieście. Stacjonarne, wiosenno-letnie wędrowki z przewodnikami (Jackiem Górskim, Andreasem Kasperskim, Markiem Barańskim i Joanną Jarzęcką-Stąporek), przybliżą temat architektury i przyrody dzielnicy. Bezpłatne spotkania odbędą się w maju, czerwcu i wrześniu. Szczegółowe informacje pojawią się na:

- stornie internetowej www.laznia.pl/edukacja/
- Facebooku @cswlaznia www.facebook.com/cswlaznia
- Facebooku edukacyjnym @cswlazniak www.facebook.com/cswlazniak

CSW ŁAŹNIA 2 w Nowym Porcie:

W ciągu roku pojawiają się cztery **warsztaty online** z cyklu **Aktywni lokalnie**. Seria warsztatów umożliwi kulturalną i społeczną aktywizację kreatywnych mieszkańców Nowego Portu. Działania zaktywizują lokalną społeczność i pomogą odkryć potencjał kryjący się w mieszkańcach dzielnicy.

1. MAJKA i przygoda z meblami – podczas warsztatów online Majka objaśni uczestnikom i uczestniczkom jak od podstaw wykonać renowację krzesła. Prowadzenie: Maja Zalewska.

Warsztat online pojawi się 30.03.2021, dostępny będzie bezpłatnie na:

- stornie internetowej www.laznia.pl/edukacja/
- kanale YouTube www.youtube.com/user/cswLaznia
- Facebooku @cswlaznia www.facebook.com/cswlaznia
- Facebooku edukacyjnym @cswlazniak www.facebook.com/cswlazniak

2. DACJAN i graffiti – podczas warsztatów online uczestnicy i uczestniczki poznają zarys historyczny techniki malarskiej jaką jest graffiti. Dacjan objaśni również poszczególne etapy powstawania graffiti oraz przybliży profesjonalne nazewnictwo stosowanych technik. Prowadzenie – Dacjan Bekasiewicz.

Warsztat online pojawi się 29.06.2021, dostępny będzie bezpłatnie na:

- stornie internetowej www.laznia.pl/edukacja/
- kanale YouTube www.youtube.com/user/cswLaznia

- Facebooku @cswlaznia www.facebook.com/cswlaznia
- Facebooku edukacyjnym @cswlazniak www.facebook.com/cswlazniak

3. KASIA i Nowy Port od podwórka, subiektywny spacer online po niecodziennych i niedostępnych zakątkach Nowego Portu. Prowadzenie – Katarzyna Werner.

Spacer online pojawi się 28.09.2021, dostępny będzie bezpłatnie na:

- stornie internetowej www.laznia.pl/edukacja/
- kanale YouTube www.youtube.com/user/cswLaznia
- Facebooku @cswlaznia www.facebook.com/cswlaznia
- Facebooku edukacyjnym @cswlazniak www.facebook.com/cswlazniak

4. LIPSKEE i tutting, taneczno-instruktażowy warsztat online opierać się będzie przede wszystkim na technice tuttingu, której podstawową zasadą jest symetryczny układ rąk i przedramion przypominający grę „tetris”. Prowadzenie – Adrian „Lipskee” Lipiński.

Warsztat online pojawi się 07.12.2021, dostępny będzie bezpłatnie na:

- stornie internetowej www.laznia.pl/edukacja/
- kanale YouTube www.youtube.com/user/cswLaznia
- Facebooku @cswlaznia www.facebook.com/cswlaznia
- Facebooku edukacyjnym @cswlazniak www.facebook.com/cswlazniak

Zorganizowane będą również oprowadzenia:

- dwa oprowadzania online z audiodeskrypcją po aktualnie trwającej wystawie
- dwa oprowadzania online w Polskim Języku Migowym po aktualnie trwającej wystawie.

Oprowadzania pojawią się w ciągu 4 tygodni od rozpoczęcia wystawy. Oprowadzania online dostępne będą bezpłatnie na:

- stornie internetowej www.laznia.pl/wystawy/laznia-dostepna-online-345/
- kanale YouTube www.youtube.com/user/cswLaznia
- Facebooku @cswlaznia www.facebook.com/cswlaznia
- Facebooku edukacyjnym @cswlazniak www.facebook.com/cswlazniak

Kontakt i więcej informacji:

Centrum Sztuki Współczesnej Łaźnia
ul. Jaskółcza 1
80-767 Gdańsk
tel. 58 3054050
e-mail: office@laznia.pl
www.laznia.pl

13. Muzeum Gdańska

W obecnej sytuacji, mając na uwadze bezpieczeństwo i zdrowie gości oraz pracowników, Muzeum kieruje się przede wszystkim obowiązującymi zaleceniami sanitarnymi. Jak w przypadku innych instytucji kultury, tak i w naszej, wachlarz działań został ograniczony i dostosowany do restrykcyjnych wymogów walki z epidemią. Stąd, przedstawiając Państwu ofertę na cały rok, należy pamiętać o dynamicznie zmieniającej się i mało przewidywalnej rzeczywistości, w jakiej przyszło nam działać.

Oferta na czas ograniczeń polega przede wszystkim na działaniach on-line.

Proponujemy:

- warsztaty malarskie, które skoncentrowane są wokół dziedzictwa kulturowego Gdańska oraz zbiorów Muzeum Gdańska. Podczas warsztatów uczestnicy poznają sztukę kompozycji, uczą się doboru barw i zgłębiają tajniki światła i cienia. Uczestnicy pod profesjonalną opieką wykonują własne interpretacje dzieł sztuki dostępne w ramach zdigitalizowanej oferty Muzeum Gdańska, mogąc „zmaterializować” je we własnym domu. W czasie rzeczywistym instruktor wykonuje obrazy wraz z uczestnikami. Chętni otrzymują pakiet materiałów do wykonania każdej z prac.

Chęć udziału można zgłaszać w Dziale Edukacji Muzeum Gdańska u koordynatorki programu, pani Anny Czarnoty pod numerem telefonu +48 503 437 825 lub e-mail a.czarnota@muzeumgdansk.pl,

- spotkania z historią i sztuką na platformie Microsoft Teams, podczas których uczestnicy poznają nie tylko wnętrza Muzeum Gdańska, ale i wybrane zagadnienia dotyczące historii naszego miasta. W celu uzyskania dodatkowych informacji lub aby zgłosić chęć skorzystania z oferty wystarczy skontaktować się z koordynatorką programu Moniką Kryger, telefon +48 512 418 745 lub e-mail m.kryger@muzeumgdansk.pl

W momencie powrotu do normalnych warunków pracy Muzeum Gdańska wznowi program Muzeum Seniorom. W ramach przedsięwzięcia zapraszamy Seniorki i Seniorów w wybrany czwartek miesiąca na nieodpłatne spotkania tematyczne do różnych oddziałów muzealnych. Założeniem programu Muzeum Seniorom jest hasło: „Wynieś coś z Muzeum”. W zależności od tematyki zajęć, będzie to wiedza, praktyczne umiejętności albo własnoręcznie wykonana praca nawiązująca do konkretnego zabytku.

ku. Tematyka spotkań jest bardzo zróżnicowana. Inspiracją może być nowa wystawa albo obiekt pozyskany do muzealnej kolekcji. Na każde zajęcia obowiązują zapisy gdyż liczba miejsc jest ograniczona, dlatego

warto śledzić naszą stronę internetową. Koordynatorem programu jest Dorota Powirska, telefon +48 512 418 752 lub e-mail d.powirska@muzeumgdansk.pl.



14. Zielona Mobilność w Srebrnym Wieku

GreenSAM
Green Silver Age Mobility



„GreenSAM” – “Green Silver Age Mobility” – czyli „Zielona Mobilność w Srebrnym Wieku” to europejski projekt z myślą o podniesieniu poziomu mobilności aktywnej seniorów. Dla wszystkich miast europejskich coraz większym wyzwaniem jest szybko rosnąca liczba osób starszych, a co za tym idzie wyzwaniem staje się mobilność tej grupy mieszkańców. Gdańsk odpowiadając na te wyzwania i pojawiające się potrzeby, przystąpił do projektu z nadzieją na zwiększenie aktywności mobilnej oraz bezpieczeństwa drogowego seniorów. Działania związane z realizacją projektu dotyczą popularyzacji aktywności osób starszych w przestrzeni miasta, poprzez większy udział seniorów w korzystaniu z rowerów jako formy transportu i rekreacji oraz szukanie rozwiązań ułatwiających osobom starszym poruszanie się po mieście.

Projekt GreenSAM, który realizowany jest w ramach programu INTERREG Baltic Sea

Region i współfinansowany z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego Unii Europejskiej w 85 procentach, rozpoczął się w styczniu 2019 r. i potrwa 30 miesięcy.

Projekt przewiduje nawiązanie szerokiej współpracy z organizacjami i instytucjami reprezentującymi seniorów w celu promowania aktywnej mobilności. Jednym z najważniejszych celów projektu „GreenSAM” jest utworzenie Zespołu ds. aktywnej mobilności. Do zadań Zespołu, jako ciała doradczego, będzie należało opracowanie zaleceń, opinii i rekomendacji tematów związanych z aktywnością w „srebrnym wieku”. W ramach projektu zostaną również podjęte kroki, w celu określenia barier w zakresie mobilności aktywnej seniorów, poprawy bezpieczeństwa w ruchu ulicznym oraz promocję jazdy na rowerze wśród starszych mieszkańców miasta.

Projekt „GreenSAM” jest szansą na wymianę doświadczeń i najlepszych rozwiązań prak-

tycznych pomiędzy partnerami z Obszaru Morza Bałtyckiego w zakresie mobilności i w dostosowaniu ich do warunków oraz sytuacji w Gdańsku. Partnerami w projekcie są: miasta Hamburg, Aarhus, Tartu, Ryga, Gmina Miasta Gdańska, Valonia – Rada Regionu Południowej Finlandii, Instytut Studiów Bałtyckich MTÜ oraz Uniwersytet Nauk Stosowanych z Turku.

W ramach realizacji projektu w 2020 r. zakupionych zostało 6 elektrycznych rowerów trójkołowych, które będą służyły grupom seniorów do wspólnych zaplanowanych przejazdów.

W 2020 r. powstał Zespół złożony z 5 radnych Rady Seniorów w Gdańsku jako ciało doradcze i opiniotwórcze. Wszelkie rekomendacje w obszarze mobilności aktywnej w „srebrnym wieku” przygotowane przez ten Zespół będą mogły być przedstawione Radzie Miasta oraz innym podmiotom działającym w obszarze mobilności.

Zespół współpracował z Fundacją TUS przy zbieraniu opinii seniorów, które posłużyły do stworzenia opracowania „Mobilność mieszkanki i mieszkańców Gdańska po 60 roku życia”.



Kontakt i więcej informacji:

Małgorzata Ratkowska
Koordynator projektu GreenSAM w Gdańsku
Wydział Gospodarki Komunalnej, Referat Mobilności Aktywnej
e-mail: malgorzata.ratkowska@gdansk.gda.pl
tel.: 58 526 80 82 lub 693 813 038

15. Olimpiada Wiedzy Obywatelskiej im. Prezydenta Pawła Adamowicza

Olimpiada Wiedzy Obywatelskiej Senior Obywatel im. Prezydenta Pawła Adamowicza to doskonały przykład przedsięwzięcia będącego inicjatywą gdańskich, aktywnych seniorów. Olimpiada jest przeznaczona dla osób 60+ z Województwa Pomorskiego.

Pierwsza edycja „gdańska” o puchar Prezydenta Miasta miała miejsce w 2017 roku i wzięło w niej udział blisko 450 osób z siedmiu miast, w roku kolejnym Olimpiada zdobyła zasięg wojewódzki. Do eliminacji powiatowych II Edycji Olimpiady przystąpiło 15 starostw z Pomorza z ponad 500 uczestnikami. Do Eliminacji Wojewódzkich przeszło 76 laureatów. W eliminacjach Ogólnopolskich, które odbyły się w grudniu 2019 udział wzięło 17 uczestników z dwóch edycji Pomorskich. Jedenastu uczestników z Pomorza zajęło punktowane miejsca, w tym pięcioro Gdańszczan.

Olimpiada jest wspaniałą okazją nie tylko sprawdzenia swojej wiedzy obywatelskiej, ale także jej uzupełnienia. Uczestnicy dotychczasowych edycji potwierdzają, że to wydarzenie pomogło im uzmysłowić sobie co to jest społeczeństwo obywatelskie, dostrzec rolę każdego obywatela w partycypacji obywatelskiej oraz możliwości wpływu na swoje otoczenie.

Uczestnicy wszystkich Olimpiad założyli Klub Olimpijczyka „Srebrni Obywatele”, kontynuując tym samym spotkania i wspólne działanie.

Pomysłodawcą i realizatorem Olimpiady jest Fundacja Barbary Średniawy. III Edycja Olimpiady realizowana jest we współpracy z Samorządem Pomorza przy wsparciu organizacyjnym Miasta Gdańska, Klubu Olimpijczyka, Pomorskiej Delegatury OPS, Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Rad Seniorów, organizacji senioralnych, Zespołu Szkół Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego nr 1 w Gdańsku oraz innych organizacji i instytucji. Do końca roku 2021 eliminacje wojewódzkie zostaną przeprowadzone w trybie zdalnym. Szczegóły organizacyjne będą uzgadniane w oparciu o bieżącą sytuację epidemiczną związaną z Covid 19.

Zachęcamy do zainteresowania się tym ważnym i ciekawym przedsięwzięciem.

Kontakt i więcej informacji:

Pomysłodawca i Koordynator
wydarzenia: Barbara Średniawa
tel. 883 703 713
e-mail: barbara_sredniawa@wp.pl



Zdjęcie: Eliminacje gdańskie, CKZiU nr 1, Gala wręczania nagród 2017 r., źródło: z materiałów Gdańskiej Fundacji Multimedialnej.

16. Spotkania liderów klubów i kół seniora oraz podmiotów działających na rzecz osób starszych

Spotkania zainicjowane w roku 2015 są okazją do regularnego kontaktu pomiędzy przedstawicielami grup formalnych i nieformalnych skupiających seniorów a Urzędem Miejskim w Gdańsku. Od samego początku celem głównym spotkań było bliższe poznanie aktywnie działających seniorów, reprezentujących większe i mniejsze grupy zrzeszające osoby starsze. Spotkania spełniają bardzo ważną rolę w przekazywaniu istotnych informacji, aktualnej oferty wydarzeń i przedsięwzięć adresowanych do seniorów, jak również bliższego poznania wśród samych seniorów-przedstawicieli klubów, kół bądź organizacji pozarządowych działających na rzecz osób starszych. Cennym rezultatem spotkań jest wymiana doświadczeń, dobrych praktyk, ale również nawiązywanie współpracy pomiędzy grupami. Obecnie w Gdańsku mamy prawie 90 grup działających w różnej formule. Spotkania odbywają się średnio trzy razy w roku. Zapraszamy wszystkich liderów zainteresowanych udziałem w spotkaniach do kontaktu.

Organizatorem spotkań jest Urząd Miejski w Gdańsku.



Kontakt i więcej informacji:

Pełnomocnik Prezydenta ds. Seniorów
Gabriela Dudziak

Urząd Miejski w Gdańsku
Wydział Rozwoju Społecznego
Referat Spójności Społecznej
ul. Kartuska 5, Gdańsk
tel. 58 526 80 71
e-mail: seniorzy@gdansk.gda.pl



Zdjęcia: autor Pełnomocnik PMG ds. Seniorów, G.Dudziak

17. Budżet Obywatelski w Gdańsku

Budżet Obywatelski
GDAŃSK

Budżet Obywatelski to demokratyczny proces dyskusji i podejmowania decyzji, w którym mieszkańcy co roku, decydują o tym, w jaki sposób wydawać część środków z budżetu Gminy Miasta Gdańska.

W Budżecie Obywatelskim mogą wziąć udział wszyscy mieszkańcy Gdańska bez względu na wiek, zameldowanie czy obywatelstwo. Wystarczy mieszkać na stałe w naszym mieście.

Gdańscy seniorzy bardzo aktywnie uczestniczą w całym procesie Budżetu Obywatelskiego. Każdego roku składają ciekawe propozycje projektów i biorą udział w głosowaniu. Wszystko odbywa się internetowo na stronie www.gdansk.pl

W Budżecie Obywatelskim przede wszystkim liczy się pomysł. Projekty mogą dotyczyć wielu obszarów tematycznych np.:

- edukacja i kultura
- zdrowie
- inwestycje drogowe
- sport i rekreacja
- zieleń miejska



Z roku na rok przybywa w naszym mieście projektów, które są bezpośrednio skierowane do osób starszych. Dzięki głosom mieszkańców, w tym roku będzie realizowany projekt „Cykliczne warsztaty dla seniorów z dzielnicy Przymorze Wielkie rozwijające pamięć i koncentrację” (BO 2021).

W ramach Budżetu Obywatelskiego została również wydzielona osobna pula pieniężna na projekty zielone tzw. **Zielony Budżet Obywatelski**.

Celem Zielonego Budżetu jest stworzenie atrakcyjnych dla mieszkańców terenów zielonych i dbałość o środowisko naturalne. Seniorzy mają teraz szansę w szczególny sposób zadbać o swoją dzielnicę. Więcej informacji na ten temat znajduje się na stronie internetowej Budżetu Obywatelskiego.

Kontakt i więcej informacji:

Koordynacja Budżetu Obywatelskiego
Urząd Miejski w Gdańsku /Biuro Prezydenta/
Referat Partycypacji Społecznej i Rad Dzielnic
tel.: 58 323 65 97, 58 323 66 51
58 323 66 37, 58 323 63 37
e-mail: budzetobywatelski@gdansk.gda.pl
www.gdansk.pl/budzet-obywatelski

Zachęcamy do śledzenia naszego profilu na Facebooku: www.facebook.com/gdanskBO