

# Wiadomości

## FORUM 50+

ROK 2010, NUMER 20

MAJ-LIPIEC 2010



### „Odzyskać z niepamięci”

#### 65 lat po wyzwoleniu Ravensbrück

**Kobiety, które przeżyły obóz w Ravensbrück, mają w sobie radość życia i siłę ducha. Teraz dzielą się tym z kobietami młodszych pokoleń.** W 65. rocznicę wyzwolenia obozu 23. kwietnia odbyło się w siedzibie Rzecznika Praw Obywatelskich spół. Janusza Kochanowskiego spotkanie rocznicowe.

Gościem honorowym była dr Wanda Półtawska, która w obozie spędziła 4 lata i znalazła się wśród 74 Polek poddanych eksperymentom pseudo-medycznym. Dr Półtawska podkreślała, że wiedza o Ravensbrück jest ważna przede wszystkim dla młodego pokolenia. Mówiła o tym, że konieczne jest pilne opracowanie historycznych dokumentów, które się zachowały. Dr Półtawska dodała, że nie chodzi o to, aby mówić o zbrodniach zbrodniarzom, ale żeby przestrzec człowieka, że każdy może stać się w pewnych warunkach jednym z nich.

Dr Alicja Gawlikowska, która kieruje Warszawskim Klubem Kobiet Ravensbrück, podkreśliła, że wewnętrzna radość i pozytywne nastawienie do życia pozwalało przeżyć najstraszniejsze chwile. - Trzeba mieć takie podejście i się tego uczyć, bo jak dzieje się coś złego, to pozwala to przetrwać. Najgorszą rzeczą jest jak się człowiek poddaje – mówiła dr Gawlikowska. Wiele kobiet z Ravensbrück przez lata nie poruszało tematu przeżyć z obozu. Nie rozmawiały, o tym nawet ze swoimi dziećmi, a one nie pytały. Dr Gawlikowska dopiero teraz rozmawia o tym z wnuczką. Powiedziała, że wnuczka z własnej inicjatywy nagrała z nią dwugodzinny wywiad o obozie. Była więźniarka zaznacza jednak, że bardzo dużą rolę w odkrywaniu takich momentów historii Polaków powinna odgrywać szkoła.

Spotkanie rocznicowe było elementem projektu „Odzyskać z niepamięci – moje wspomnienia o Ravensbrück” realizowanego przez Fundację na Rzecz Kobiet „JA Kobieta”. Celem projektu jest budowanie międzypokoleniowego zrozumienia poprzez odkrywanie ważnych, czasami trudnych, wręcz traumatycznych momentów polskiej historii wpisanej w życie pojedynczego człowieka. Podczas spotkania zaprezentowano publikację „Odzyskać z niepamięci – moje wspomnienia o Ravensbrück”. Spotkaniu rocznicowemu towarzyszyła wystawa fotografii byłych Ravensbryczanek autorstwa znanej fotografki Moniki Bajkowskiej.

***Projekt „Odzyskać z niepamięci – moje wspomnienia o Ravensbrück” objęty jest patronatem Biura Rzecznika Praw Obywatelskich i realizowany we współpracy z Fundacją Polsko-Niemieckie Pojednanie.***

**Więcej informacji:** <http://www.kobieta50plus.pl/news/1.32976.kobiety-ravensbruck-relacje-ze-spotkania>

# Pracownicy 50+ cennym kapitałem firmy

**Spoleczne Towarzystwo Pomocy Geriatrii** pragnie podzielić się z czytelnikami spostrzeżeniami z wydarzenia jakie miało miejsce 25 lutego 2010 r. w Warszawie w siedzibie Krajowej Izby Gospodarczej.

Z ramienia stowarzyszenia Społecznego Towarzystwa Pomocy Geriatrii (STPG) w seminarium „Pracownicy 50+” udział wzięli: p. Elżbieta Derezińska, Beata Jaroszyńska, p. Jacek Kalinowski. **Seminarium pt. „Obalamy stereotypy-pracownicy 50+ cennym kapitałem firmy”** miało na celu zaprezentowanie projektu Instytutu Badań na Demokracją i Przedsiębiorstwem Prywatnym „Międzypokoleniowego transferu wiedzy w polskich firmach-mentoring i e-learning”.

Obok przedstawicieli świata mediów, przedstawicieli zrzeczających pracodawców oraz samych przedsiębiorców w spotkaniu udział wzięły inne zainteresowane tematem osoby. Program e-learningu będzie dostępny dla zainteresowanych przedsiębiorców; był już przetestowany na grupie 15 pracodawców w różnych krajach.

Od lutego do czerwca były poszukiwane zakłady pracy, w których można program wdrożyć. Warsztaty stanowią część projektu „SISC-Senior Intergenerational Social Kapital” – Międzypokoleniowy Kapitał Społeczny, finansowane z UE.

Po zaprezentowaniu projektu kształcenia mentorów przez dra Mieczysława Bąka (IBnad Kipp) odbyła się dyskusja panelowa z udziałem: red. Bartosza Marczuka z Gazety Prawnej, kier. Jolanty Rawickiej SPEC; p. Ady Kostrz-Kosteckiej z PAP; dyr. Beaty Raptuś z EURO TRUCK, w której nacisk został położony na panujące stereotypy wśród pracodawców o pracownikach 50+.

## **Cztery podstawowe grupy mitów o pracownikach 50+:**

1. **Pracownicy 50+ odbierają miejsca pracy młodym**
2. **Pracownicy 50+ mają tęsknotę raju utraconego-emerytura i chcą się zajmować tym co lubią, psychiczny odpoczynek,**
3. **mają słabe zdrowie (okres menopauzy, andropauzy), niemożność przekwalifikowania**
4. **chcą zwrotu wypracowanych wpłaconych składek po przepracowaniu 30-35 lat pracy.**

W dyskusji konsekwentnie rozprawiono się z tymi mitami, przytaczając kontrargumenty i analizując problem rynku pracy dla tej dyskryminowanej grupy.

**W burzliwej dyskusji zabrała głos między innymi mgr Beata Jaroszyńska – reprezentantka FORUM 50+**, prezes STPG, a przede wszystkim rzeczniczka swojego pokolenia 50+. Poinformowała o działalności platformy FORUM 50+ i zadała pytanie:

- Ilu pracodawców na terenie naszego kraju, a ilu w województwie mazowieckim skorzystało z ulg dla pracodawców wynikających z rządowego programu „Solidarność pokoleń 45/50” i zmian w prawie pracy? Pracodawcy mają umożliwione ograniczenie kosztów pracy przy zatrudnianiu bezrobotnych w wieku 50+ poprzez: czasowe zwolnienie z obowiązku odprowadzania składki na FP i FGŚ, skrócenie niezdolności pracownika do pracy, który finansuje z własnych składek pracodawca. Chwała tym obecnym tutaj pracodawcom – dodała Beata Jaroszyńska.

W dalszej części swej wypowiedzi poparła inicjatywę p. Prezes Ady Kostrz-Kosteckiej w sprawie powołania otwartej platformy składającej się z niepracujących aktualnie byłych dyrektorów, ekspertów i kierowników.

- Ludzie ci z różnych powodów utracili pracę i trudno jest im zdobyć zatrudnienie z powodu uprzedzeń ze strony młodych menedżerów, a mogliby stać się grupą mentorów zewnętrznych dla firm. Twierdzą – kontynuowała prezes Jaroszyńska, że sprawą najważniejszą jest chęć dostrzeżenia pozytywnych stron zatrudniania osób w wieku 50+, czyli zmian sposobu myślenia pracodawców.

**Dyrektor Jolanta Rawicka reprezentująca firmę SPEC** zaznaczyła, że w dzisiejszych czasach PRACA jest dobrem luksusowym, elitarnym i niedostępnym, więc odchodzenie na emeryturę wydaje się koniecznym zabezpieczeniem komfortu psychicznego. Należy zmienić system zatrudniania i stwarzać zachęty do pozostawiania na rynku pracy.

Dyskusję zakończono wnioskami związanymi z projektem kształcenia mentorów, a przede wszystkim zgodnością, iż kapitał intelektualny osób powyżej 50 r.ż. aktualnie niedoceniany winien stać się CENNYM KAPITAŁEM FIRMY.



*Notowała: K.K.*

*Spoleczne Towarzystwo Pomocy Geriatrii*



## Ostatni weekend września w Poznaniu będzie należał do pokolenia 50+!

Międzynarodowe Targi Poznańskie zapraszają na targi Aktywni 50+. Wokół targów skupi się cykl współorganizowanych przez miasto imprez Strefa 50+. Takiego wydarzenia jeszcze w Polsce nie było!

Aktywni 50+ to targi dla producentów, firm usługowych oraz organizacji społecznych, socjalnych i samorządowych, które w swojej ofercie mają propozycje skierowane do osób należących do pokolenia 50+. Tematyka targów obejmuje zdrowie i urodę, sport i turystykę, hobby oraz pracę i edukację, doradztwo z zakresu prawa i finansów, a także nowe technologie i media. A wszystko to dla ludzi aktywnych, którzy mimo upływających lat chcą żyć pełnią życia i są świadomi tego, co ono może im jeszcze dać.

**Targi Aktywni 50+**

**25-26 września 2010, Poznań**

**Międzynarodowe Targi Poznańskie**

**Więcej informacji:**

<http://www.forum.senior.info.pl/a/aktualnosci/ostatni-weekend-wrzesnia-w-poznaniu-bedzie-nalezal-do-pokolenia-50/0>



## „Rewitalizacja obszaru zdegradowanego Starego Miasta w Tczewie”

W siedzibie Forum Inicjatyw Społecznych MOPS w Tczewie rozpoczęły się działania związane z realizacją nowego projektu „Rewitalizacja obszaru zdegradowanego Starego Miasta w Tczewie”, ukierunkowanego na rozwój potencjału społecznego mieszkańców dzielnicy Stare Miasto, stanowiącego odpowiedź na zidentyfikowane problemy społeczne występujące w obszarze zdegradowanym.

Głównym celem projektu jest organizacja inicjatywy wspólnotowej w ramach obchodów „Święta Ulicy”, wydarzenia integrującego lokalną społeczność mieszkańców.

W przedsięwzięciu biorą też udział liderzy społeczni wyłonieni poprzez cykl warsztatów dla animatorów i liderów społeczności lokalnej, które miały miejsce w maju br. Uczestnictwo w tych warsztatach pozwoliło uczestnikom zdobyć wiedzę o sobie samym - potencjale i ograniczeniach, a także o umiejętnościach koniecznych do pełnienia tych funkcji.

W ramach realizacji niniejszego projektu „Rewitalizacja obszaru zdegradowanego Starego Miasta w Tczewie”, dwa razy w miesiącu odbywają się spotkania, w których uczestnicy: seniorzy, osoby niepełnosprawne, bezrobotni oraz młodzież poznają zasady samopomocy oraz organizowania społeczności lokalnej.

*Izabela Rzeniecka*  
Kierownik Forum Inicjatyw Społecznych MOPS w Tczewie

## "Podchody do dialogu Społecznego"

warsztaty budowania dialogu społecznego

W kwietniu br. w Forum Inicjatyw Społecznych Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Tczewie zorganizowano warsztaty budowania dialogu społecznego "Podchody do dialogu Społecznego".

Działanie to zrealizowane było z wykorzystaniem formuły gier miejskich ( tzw. podchodów miejskich ).

Celem gry było popularyzacja wiedzy o dialogu społecznym poprzez prezentację zadań projektu jako działania realizacji komunikacji społeczno - obywatelskiej.



Formuła ta pozwala na wypracowanie metody tworzenia partnerstwa międzysektorowego. W podchodach uczestniczyli przedstawiciele władz miasta, różnych placówek i instytucji działających w Tczewie a także beneficjenci realizowanych projektów.

*Izabela Rzeniecka*  
Kierownik Forum Inicjatyw Społecznych MOPS w Tczewie

## „Cafe Senior” Kawiarenka dla Seniora

W dniu 29 kwietnia 2010r. w Forum Inicjatyw Społecznych Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Tczewie odbyło się spotkanie seniorów w ramach realizacji projektu

### Kawiarenka dla Seniora „Cafe Senior”

Tematyka spotkania związana była z obchodzonym 29 kwietnia Europejskim Dniem Solidarności Pokoleń. Seniorzy wraz z zaproszoną grupą dzieci ze Świetlicy Środowiskowej Polskiego Komitetu Pomocy Społecznej w Tczewie zostali podzieleni na cztery grupy i mieli za zadanie stworzyć plakat przedstawiający logo Europejskiego Dnia Solidarności Pokoleń. Aby zadanie nie okazało się zbyt trudne, każda z drużyn otrzymała brystol z naszkicowanym elementem logo.

Seniorzy z przyjemnością przyjęli dzieci do swoich stolików i wspólnie przystąpili do pracy. Najmłodsi uczestnicy zabawy zajmowali się wypełnianiem wzoru kolorowymi farbami, natomiast dorośli skupili się na sporządzeniu napisu. Wspólne zadanie zbliżyło do siebie wszystkich uczestników spotkania niezależnie od wieku. Zarówno podopiecznym świetlicy, jak i seniorom dzielenie się pracą sprawiało wiele radości i zadowolenia.

*Izabela Rzeniecka*  
Kierownik Forum Inicjatyw Społecznych MOPS w Tczewie



## Majowe spotkania w Turku

W ramach Programu 50+ prowadzonego przez Miejską i Powiatową Bibliotekę Publiczną w Turku w miesiącu maju Seniorzy mieli okazję poznać Panią Zuzannę Celmer – psychologa, licencjonowaną terapeutkę oraz autorkę poradników psychologicznych. Spotkanie specyficzne, ponieważ problemy życia codziennego, kłopoty w relacjach międzyludzkich, tak prosto z życia wzięte dotyczą nas wszystkich. Uczestnicy spotkania włączyli się do dyskusji otrzymując wiele ułatwiających życie wskazówek.

Kolejnym gościem była Pani Maria Czubaszek, fenomenalna w swojej otwartości, poczuciu humoru i wspaniałym kontaktem z publicznością. Żartom, ploteczkom nie było końca, wiele pytań i wspomnień. Seniorzy mieli ogromną przyjemność ze spotkania z Panią Czubaszek.

*Urszula Szczęsna Instruktor MiPBP w Turku*



Zuzanna Celmer



Maria Czubaszek

## Drugi wyścig Jaszczurów

W dniach 4 - 6 czerwca w Poznaniu odbył się już po raz drugi „Wyścig Jaszczurów”. Do udziału w konkursie filmowym stanęli niezależni twórcy, którzy ukończyli, co najmniej 50 lat życia. Zostały też zaprezentowane fotografie dojrzałych twórców.



„Wyścig Jaszczurów” jest imprezą adresowaną do osób posiadających poważne doświadczenie życiowe, a dyskryminowanych przez organizatorów wielu konkursów ze względu na swój wiek. Podczas trzech dni Festiwalu w poznańskim kinie MUZA zostały zaprezentowane niezależne filmy autorstwa osób starszych. Nierzadko są to obrazy emitowane wcześniej przez ogólnopolskie telewizje. Filmy konkursowe są oceniane jedynie przez publiczność, która w wyniku głosowania przyznaje nagrodę „Złotego Jaszczura”. Natomiast jury studenckie przyznaje „Studenckiego Jaszczura” najlepszemu, ich zdaniem, filmowi autorstwa osób dojrzałych.

Dodatkowe informacje znajdują się na stronie: <http://www.jaszczury.pl/>

## Komputer Świat Senior

W marcu ukazało się nowe czasopismo Komputer Świat SENIOR. Pismo będzie ukazywało się co dwa miesiące i będzie przeznaczone dla osób dojrzałych, które zaczęły poznawać tajniki komputera oraz Internetu. Do pisma będzie dołączona płyta CD z pełnymi wersjami programów.

Większość osób w sile wieku nie miała możliwości nauczania się obsługi komputera w szkole czy w pracy. Nie wszyscy też mają w pobliżu znajomych i krewnych, gotowych cierpliwie tłumaczyć niuanse tej sztuki.

I właśnie z myślą o takich użytkownikach stworzono to czasopismo. Na jego łamach dziennikarze Komputera Świata objaśniają krok po kroku, jak korzystać z programów i sprzętu, ale też pokazują, jakie niesamowite możliwości oferuje użytkownikowi komputer - zwłaszcza wyposażony w dostęp do internetu.

Źródło: [www.komputerswiat.pl](http://www.komputerswiat.pl)



## Wyniki konkursu literackiego *Polka Pięćdziesiątka*



Organizator Konkursu literackiego Polka Pięćdziesiątka Fundacja na Rzecz Kobiet JA KOBIETA i portal społecznościowy kobieta50plus.pl wraz z Partnerami Konkursu magazynem „Style i Charaktery”, Wojewódzką Biblioteką Publiczną w Krakowie, Akademią Pełni Życia z Krakowa, Domem Kultury Świt w Warszawie, księgarnią i kawiarnią Tarabuk w Warszawie

oraz fundatorem nagród Instytutem *Face and Body* z Krakowa

mają przyjemność ogłosić, że jury w składzie:

dr Paweł Kubicki – Zakład Gerontologii Społecznej IPiSS, przedstawiciel Fundacji na Rzecz Kobiet JA KOBIETA

Julia Łapińska – reportażystka

Sylwia Niemczyk – redaktorka, dziennikarka

Agata Passent – felietonistka i dziennikarka

Sylwia Siedlecka – pisarka, historyk literatury (przewodnicząca jury)

Ewa Skoczkowa – Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie

po burzliwej debacie, podjęło decyzję o przyznaniu następujących nagród:

### **1 miejsce i główna nagroda**

**Pani Monika Leworęka za tekst Reportaż**

### **2 miejsce**

**Pani Magdalena Wakulicz-Jaczyńska za tekst „Tak tu cicho o zmierzchu”**

### **3 miejsce**

**Pani Agnieszka Pogorzelska za tekst „Prowincjonalna Pięćdziesiątka”**

### **Wyróżnienia:**

**Pani Janina Bojanowska za tekst „Droga ku światu”**

**Pani Agata Papiernik za tekst „Polka miejska, Polka wiejska”**

### Uzasadnienie wyboru przyjęte przez jury:

„Wiele prac było baaardzo dobrych lub/i bardzo ciekawych. Każdy z jurorów miał swoje kryteria oceny. Jurorzy starali się odróżniać ciekawe życie autorki (lub autora) od dobrej formy, oryginalnego stylu. Nie zawsze te dwie sprawy szły w parze. Nagroda główna została przyznana za ciekawą interpretację, pogłębioną analizę tematu, wielowymiarowe wizerunki bohaterek oraz za walory literackie tekstu

Dwa specjalne wyróżnienia przyznała redakcja magazynu „Style i Charaktery” i przypadły one w udziale:

Pani Janinie Bojanowskiej za tekst „Droga ku światu” za postawę, którą magazyn „Style i Charaktery” chce promować. Za umiejętność autorefleksji bez zafałszowań, zrozumienie i akceptację ograniczeń, jakie niesie upływ czasu, ale też umiejętność dostrzeżenia i wykorzystywania możliwości kobiety dojrzałej, za dystans i poczucie humoru.

Pani Agnieszce Pogorzelskiej za tekst „Prowincjonalna Pięćdziesiątka” za sugestywne przedstawienie obrazu kobiety dojrzałej z małego miasteczka. Za przedstawienie „prawdziwego życia”, próbę ukazania sytuacji „zwykłej” kobiety, jakich jest zdecydowanie najwięcej, a przecież nieobecnych w prasie kobiecej.

**Wszystkim laureatkom gratulujemy !!!**

**Więcej informacji:** <http://www.kobieta50plus.pl/news/1,34803.polka-piecdziesiatka-wyniki-konkursu>

## „Kurtyna w Górę”

**W dniu 14 kwietnia 2010 r. Wielopokoleniowy Klub Wolontariusza podsumował działania w projekcie „Kurtyna w Górę” realizowanego w ramach konkursu „SENIORZY W AKCJI” Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „ę”.**

W związku z żałobą narodową finał nie przebiegł tak jak był zaplanowany. Uczestnicy spotkania zachowali pełną powagę i oddali hołd wszystkim osobom, które zginęły pod Smoleńskiem.

Wielopokoleniowa działalność w projekcie pokazana została na wystawie fotograficznej. Wystrój sali przygotowany został przez studentów, dzieci z Pogotowia Opiekuńczego oraz seniorów. Spektakl „DOM” zagrała 20-osobowa grupa wolontariuszy: seniorów, studentów i dzieci ze szkoły oraz Pogotowia Opiekuńczego. Motywem przewodnim było tytułowe domostwo i rodzina. Teatr czarny, bez słów tylko z muzyką. Działalność w projekcie pokazana została 60-osobowej grupie: dzieci, rodziców, opiekunów, seniorów, Dyrekcji i pedagogom z Pogotowia. Tortem częstowała Prezydent Lublina, Pani Wnuk-Kołodziej i Kierownik Uniwersytetu Trzeciego Wieku, mgr Małgorzata Stanowska. Podczas tego spotkania dzieciom, studentom oraz seniorom zostały wręczone dyplomy uznania za aktywne uczestnictwo w realizacji projektu, wszystkich wyróżnionych oklaskiwała zgromadzona publiczność.

**„Kurtyna w Górę” – to wynik ośmiomiesięcznych działań fotograficznych, plastycznych, teatralnych i wspólnych wycieczek.** Projekt to cudownie spędzone chwile, czas relaksu, wyciszenia, przełamywania swoich nieśmiałości, spełnienia marzeń i uwrażliwiania się na innych. To czas odkrywania siebie nawzajem, budowania więzi, rozwijania swoich talentów umiejętności i pragnień.

Uczestnicy projektu, widząc ile radości wnoszą w życie dzieci, jak ich świat staje się bardziej kolorowy, jak one same zmieniają się na lepsze, poczuli się bardzo dumni i zrozumieli, że ich umiejętności, mądrość i wiedza jest bardzo przydatna innym. A w szczególności dzieciom, którym bardzo brakuje ciepła i miłości. Są bardzo dumni, że mogli realizować to przedsięwzięcie.



*Mgr inż. Elżbieta Iwanicka  
Koordynator Projektu „Kurtyna w Górę”*

## Zdrowie najważniejsze

W siedzibie Narodowego Instytutu Zdrowia Narodowego 6 maja odbyła się debata pt. „Priorytety w zdrowiu seniorów”, której współorganizatorem była Fundacja na Rzecz Kobiet JA KOBIEŃKA.

Głównym celem debaty była dyskusja nad polityką zdrowotną oraz opracowanie raportu na temat priorytetów w zachowaniu zdrowia seniorów, działań opartych na systemie ochrony zdrowia, ale wymagających jednocześnie współpracy międzysektorowej. Poruszono następujące zagadnienia problemowe:

- Czy istnieje ciągłość procesu dla zachowania zdrowia od profilaktyki poprzez leczenie do rehabilitacji?
- Kto powinien sprawować opiekę medyczną – lekarz rodzinny vs geriatra – jakie powinny być kryteria (kto? kogo? gdzie?) – rozdział obowiązków?
- Ubóstwo i wykluczenie jako ryzyko zdrowotne – czy jest to realne zagrożenie?
- Oczekiwania wobec systemu opieki (....razem czy osobno opieka zdrowotna i społeczna?)

NIZP i Fundacja JA KOBIEŃKA mają nadzieję, iż w zaproponowanej formie dialogu wypracowane wspólnie rekomendacje przyczynią się do poprawy funkcjonowania systemu opieki zdrowotnej.

Spotkanie realizowane zostało w ramach międzynarodowego projektu „WŁĄCZwiek – publiczne debaty o potrzebach seniorów”, który zajmuje się tematem włączenia w nurt społeczny osób wykluczonych, wspierając ideę Metody Otwartej Koordynacji w obszarze ochrony społecznej i wykluczenia społecznego. Projekt ma charakter międzynarodowy – oprócz Polski uczestniczy w nim sześć krajów europejskich. Liderem projektu jest organizacja AGE PLATFORM z siedzibą w Brukseli – więcej informacji na stronie [www.age-platform.org](http://www.age-platform.org).

W Polsce projekt koordynuje Fundacja Na Rzecz Kobiet JA KOBIEŃKA, która jest członkiem platformy FORUM 50+ Seniorzy XXI wieku – więcej na stronie FORUM 50+ zakładka [PROJEKTY](#) we współpracy z Polskim Towarzystwem Gerontologicznym ([www.gerontologia.eu](http://www.gerontologia.eu))

Partnerem przy realizacji zadań projektu „WŁĄCZwiek – publiczne debaty o potrzebach seniorów” z obszaru ochrony zdrowia jest Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego - Państwowy Zakład Higieny.

Podczas debaty zaprezentowano niezwykle ciekawą wystawę prac plastycznych dr n. med. Małgorzaty Gruszewskiej-Świdorskiej z cyklu „Každy się czegoś boi – Samotność”.



Dr Małgorzata Gruszewska-Świdorska, *lekarz – neurolog, ukończyła Akademię Medyczną w 1970 roku, aktualnie na wcześniejszej emeryturze. Maluje od wczesnej młodości stosując rozmaite techniki – maluje na drewnie, płótnie tekturze, papierze. Dotychczas Małgorzata Gruszewska-Świdorska zorganizowanych miała 10 wystaw indywidualnych.*

Uczestnicy debaty

**Galeria zdjęć:** <http://www.forum.senior.info.pl/a/projekty/wlaczwiek/7>

## „Gdański Senior mądrze gospodaruje energią elektryczną, gazem i wodą”



Wzrost cen wody, prądu powoduje, że znaczna część seniorów zaczyna oszczędzać na prądzie, gazie i wodzie, gdyż nie da się ukryć, że koszty są coraz większym obciążeniem domowych budżetów. O tym, jak mądrze gospodarować mediami w gospodarstwach domowych mówili eksperci podczas dwóch otwartych debat: „Gdański Senior mądrze gospodaruje energią elektryczną, gazem i wodą”, które odbyły się na Uniwersytecie Gdańskim.

W debatach oprócz słuchaczy Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku mogli uczestniczyć Seniorzy miasta Gdańska.

Debaty odbyły w **środę 19 maja, o godzinie 14:30 i 16:30** w Auli na Wydziale Prawa i Administracji w Gdańsku Oliwie.

Debatę poprowadził prof. dr hab. Jerzy Bolałek z Uniwersytetu Gdańskiego. Do udziału w debacie zostali zaproszeni przedstawiciele:

**Urzędu Regulacji Energetyki, Polskiego Górnictwa Naftowego i Gazownictwa Saur Neptun Gdańsk.**

Zaproszeni goście przedstawili, jakie czynniki mają wpływ na zużycie poszczególnych mediów, co składa się na nasze rachunki, i dlaczego opłaty za media rosną. Uczestnicy dowiedzieli się również jak kontrolować zużycie i jak prawidłowo korzystać poszczególnych mediów. Dowiedzieli się także, jak mądrze i dlaczego warto oszczędzać ciepło, gaz i wodę.

Praktyczne wskazówki dla Seniorów wynikające z przebiegu debaty zostały zamieszczone na stronie internetowej Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Więcej informacji: <http://www.ug.edu.pl/pl/gutw/>

## Otwarcie konkursu o nagrodę dziennikarską za rok 2010

Zachęcamy dziennikarzy do przesyłania artykułów na temat dyskryminacji ze względu na pochodzenie rasowe lub etniczne, wiek, niepełnosprawność, orientację seksualną oraz wyznanie lub przekonania religijne. Ten konkurs jest organizowany przez Unię Europejską, zgłaszane artykuły muszą więc mieć również wymiar europejski. Zwycięzca może otrzymać nawet 5000 euro!

Wzięcie udziału w konkursie jest łatwe — wystarczy przesłać swoje zgłoszenie tutaj:

<http://journalistaward.stop-discrimination.info/3014.0.html>

Nie strać szansy! **Termin przesyłania zgłoszeń: 17 września 2010 r.**



## Seniorska grupa teatralna

**W poznańskim Oddziale Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” od stycznia 2009 roku działa seniorska grupa teatralna.**

Seniorska grupa teatralna już dziś może się pochwalić występami w kilku miejscach Poznania ze spektaklem kabaretowym, m.in. podczas: Festiwalu Twórczości Trzeciej Młodości, w ZSZ nr 1, w Domu Pomocy Społecznej przy ul. Ugory i w poznańskim ZUS w ramach Dnia Seniora.

- Działalność rozpoczęliśmy od cyklu zajęć ćwiczeniowych, ruchowych oraz od różnego rodzaju wprawek teatralnych, ćwiczenia technik gry, a także zabaw teatralnych. Po kilku miesiącach pojawiła się szansa zagrania spektaklu i wtedy też powstał nasz pierwszy scenariusz kabaretowy pt. „Kuracjuszki”. Od tego momentu nasze spotkania koncentrowały się szczególnie na przygotowaniach związanych z powstawaniem kolejnych scenariuszy oraz próbami do przedstawień - wspomina Katarzyna Nowak, koordynatorka warsztatów teatralnych w projekcie „Seniorzy w akcji”.

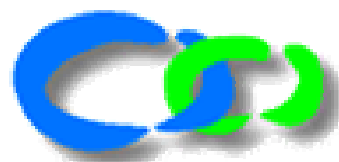
**Grupa ma w repertuarze program dla najmłodszych**, czyli teatrzyk pacynkowy o tematyce związanej z rolą osób starszych pt. „Zaczarowana Laska”. - Z tym przedstawieniem odwiedziliśmy kilka poznańskich oraz podpoznańskich przedszkoli, za każdym razem wywołując ogromną radość wśród dzieci oraz wśród samych aktorów – mówi jedna z senierek/aktorek.

Obecnie, po półtorarocznej działalności, grupa posiada ustabilizowany skład (dziewięć osób: osiem Pań i jeden Pan), stałe terminy spotkań (w raz w tygodniu) oraz spore doświadczenie na polu amatorskiej działalności teatralnej.

Sukcesy zeszłorocznych występów zachęciły grupę do kontynuowania dwóch dróg: obecnie pracują nad scenariuszem kabaretowym, pt. „Spotkanie po latach” oraz nad kolejnym przedstawieniem dla dzieci zatytułowanym „W wiejskiej zagrodzie”. Czynione są starania o nowe możliwości wystawiania sztuki dla dorosłych (kabaretu) oraz rozbudowywania sieci kontaktów z przedszkolami i placówkami oświatowymi. - Opierając się na zasadach wewnętrznej demokracji wspólnie ustalamy wszystkie ważne sprawy, treść scenariuszy, miejsca i terminy występów. Zespół jest zgrany i prowadzenie go to czysta przyjemność – mówi Katarzyna Nowak. Grupa działa bardzo prężnie, członkowie grupy wykazują się ogromną kreatywnością, doskonale czują się w kontaktach międzypokoleniowych. Podczas występów starają się znaleźć jak najwięcej punktów wspólnych pomiędzy sobą a odbiorcami, zachowując jednocześnie niepowtarzalność właściwą dla swojego wieku.

Grupa stawia na kontakty z przedszkolami, gdyż zainteresowanie formą teatrzyku pacynkowego animowanego przez seniorów jest z ich strony duże. Jej aktorzy chcą grać, doskonalić swoją technikę oraz zdobywać nowe doświadczenia, starając się znaleźć przede wszystkim własne środki wyrazu i wykształcić oryginalny styl, który w przypadku grupy pochodzi w dużej mierze z osobowości aktorek i aktora.

**Więcej o projekcie:** [poznan@malibracia.org.pl](mailto:poznan@malibracia.org.pl)



## POGODNA JESIEŃ ŻYCIA, jak sprawnie i zdrowo funkcjonować w starszym wieku

Pod patronatem honorowym Prezydenta Miasta Łodzi w dniu 20 kwietnia br. odbyła się w Urzędzie Miasta Łodzi, **konferencja poświęcona tematyce zdrowia i dobrostanu fizycznego oraz psychicznego osób starszych**. Organizatorem oraz inicjatorem przedsięwzięcia była **Fundacja Dbam o Zdrowie**, której pracownicy zostali wsparci przez Pełnomocnika Prezydenta Miasta Łodzi ds. Osób Niepełnosprawnych i Seniorów, panią Lidię Fido.

Maciej Prochowski, lekarz miasta i dyrektor Wydziału Zdrowia UMŁ, zaznaczył na początku konferencji, iż jedną z odpowiedzi na problem starzenia się społeczeństwa są spotkania i dyskusje, które mają zachęcać obywateli do prowadzenia życia w harmonii – fizycznej i duchowej. Przekonać ich, że w późnym wieku też mogą być aktywni - chodzić na ciekawe odczyty, czytać książki, korzystać z nowoczesnych technologii. Andrzej Kaczorowski, p.o. dyrektora MOPS w Łodzi, przypomniał również jak ważne jest stwarzanie seniorom szans na rozwój zawodowy.

**Uczestnicy konferencji mogli zapoznać się z wykładami, dotyczącymi szeroko pojętej tematyki zdrowia osób starszych.** Idea zorganizowania konferencji to próba przeciwstawienia się marginalizacji aktualnych problemów seniorów. Współcześnie zauważalne na całym świecie, w tym również w Polsce, zmiany społeczno-demograficzne prowadzą do postępującego starzenia się społeczeństwa. Ludność krajów zachodnich będzie coraz starsza (w roku 2035 liczba osób w wieku 65+ ma sięgać 28% w Polsce). Proces starzenia się społeczeństwa polskiego niesie ze sobą określone konsekwencje społeczne oraz ekonomiczne. Fundacja Dbam o Zdrowie organizując konferencję poświęconą problemom osób starszych, chciała zainicjować wspólne działania instytucji społecznych, organizacji pozarządowych oraz urzędów miasta, a także prywatnych firm, wspierające i aktywizujące seniorów.

Na konferencji poruszane były tematy m.in. żywienia oraz aktywności osób starszych jak i kwestii medycyny estetycznej, która może zatrzymać efekty starzenia. Na koniec wystąpili członkowie Łódzkiej Akademii Chen Taijiquan, którzy zaprezentowali praktyczny pokaz Tai Chi, włączając do ćwiczeń wszystkich gości uczestniczących w konferencji.

Konferencja stanowi początek działań podjętych przez Fundację w ramach akcji skoncentrowanych na różnych aspektach funkcjonowania seniorów. Planowane są kolejne wykłady i prelekcje poświęcone problematyce zdrowotnej tej grupy wiekowej.



**Fundacja „Dbam o Zdrowie”**

Szczegóły: <http://www.fundacja.doz.pl/>



Pokaz ćwiczeń Tai Chi

## Stanowisko Koalicji na rzecz Równych Szans odnośnie projektu ustawy równościowej

Pierwsze robocze spotkanie *Koalicji na Rzecz Równych Szans* odbyło się w Warszawie w dniu 19 kwietnia br. i wzięło w nim udział 25 osób, reprezentujących znaczną część organizacji wchodzących w skład **Koalicji**. Spotkanie miało kilka celów, z czego najważniejszymi było poznanie się uczestników Koalicji oraz określenie priorytetów działania na najbliższe miesiące.

Podczas spotkania omówiono także zasady współpracy pomiędzy członkami Koalicji. Potwierdzono status Koalicji, jako nieformalnej platformy organizacji pozarządowych współpracujących ze sobą celem wypracowania jednolitego stanowiska odnośnie projektu ustawy o równym traktowaniu. Koordynatorem Koalicji pozostaje Polskie Towarzystwo Prawa Antydyskryminacyjnego, ale jednocześnie podkreślono, że każda z organizacji ma prawo zgłaszać swoje propozycje działań dla Koalicji.

**Federacja na Rzecz Kobiet i Planowania Rodziny, Stowarzyszenie Interwencji Prawnej oraz Polskie Forum Osób Niepełnosprawnych** podzieliły się z pozostałymi uczestnikami spotkania swoimi doświadczeniami w działalności na rzecz przyjęcia konkretnych rozwiązań prawnych, a także praktycznymi spostrzeżeniami dotyczącymi współpracy w koalicjach organizacji pozarządowych.

**Uczestnicy spotkania zdecydowali również o powołaniu grupy roboczej**, w skład której weszły następujące organizacje: Polskie Towarzystwo Prawa Antydyskryminacyjnego, Stowarzyszenie Interwencji Prawnej, Amnesty International. Efektem wspólnej, kilkutygodniowej pracy Grupy Roboczej (dr Monika Zima - PTPA, Karolina Kędziora PTPA, Krzysztof Śmiszek PTPA, dr Witold Klaus SIP, Katarzyna Wencel SIP, Jacek Białas Amnesty International) jest **STANOWISKO KOALICJI NA RZECZ RÓWNYCH SZANS DOTYCZĄCE PROJEKTU USTAWY O WDROŻENIU NIEKTÓRYCH PRZEPISÓW UNII EUROPEJSKIEJ W ZAKRESIE RÓWNEGO TRAKTOWANIA (PROJEKT Z DNIA 21.05.2010 r.)**.

Uwagi, które nie zostały włączone do dokumentu, zostały zachowane w celu podejmowania starań o zaprezentowanie ich podczas dalszych prac legislacyjnych, które czekają projekt, a w które Koalicja będzie się z pewnością aktywnie angażowała (zarówno na poziomie rządowym jak i parlamentarnym).

**Odnosnik do stanowiska Koalicji na stronie FORUM 50+:**

<http://www.forum.senior.info.pl/a/aktualnosci/stanowisko-koalicji-na-rzecz-rownych-szans-dotyczace-projektu-ustawy/0>

Na spotkaniu zdecydowano także, że *Koalicja na Rzecz Równych Szans* nawiąże kontakt z irlandzką koalicją organizacji pozarządowych, która działa na podobnej zasadzie. Celem nawiązania kontaktu będzie wymiana doświadczeń i dobrych praktyk odnośnie lobbowania na rzecz równych szans i niedyskryminacji.

Zdecydowano także, że Koalicja powinna spotykać się częściej oraz śledzić bieżące wydarzenia polityczne i legislacyjne, celem ich monitoringu.

Prowadzone są zaawansowane prace dotyczące kolejnego spotkania Koalicji, które nastąpi z pewnością po wakacjach (około połowy września). Spotkanie to będzie okazją do wymiany doświadczeń z irlandzką koalicją organizacji antydyskryminacyjnych Equality & Rights Alliance (ERA), która skupia ponad 140 organizacji tego typu.

## Bodyland - niezwykła sztuka

# MOVEMENTS FACTORY

Grupa **Movements Factory** i **Centrum Innowacji Społecznej SIC!** zaprosiła Seniorów do udziału w niezwykłym spektaklu, który został zaprezentowany w ramach projektu **Drugie Miasto** oraz **20. edycji Międzynarodowego Festiwalu Malta w Poznaniu**.

Na spotkanie z publicznością zespół przygotował żywe obrazy z udziałem ponad setki wykonawców. **Movements Factory** za sprawą swej choreografki i reżyserki Iwony Pasińskiej, jednej z najciekawszych polskich tancerek, zaproponował autorski dialog z rzeczywistością Śródki jako miejsca, gdzie czas się zatrzymał. Historia Śródki starsza jest niż prawa miejskie Poznania. Założeniem projektu **Movements Factory** była próba wtopienia się w tę przestrzeń. Obrazy *Bodyland* są wynikiem kompozycji ruchu. Celem takiej konstrukcji jest przywołanie przeszłości. Usilne jej ożywienie przy pomocy dziesiątek ludzkich ciał służyć ma stworzeniu iluzji zaświatów, przestrzeni historycznej wypartej lub po prostu zapomnianej.

**Sztuka Bodyland** była częścią projektu **DRUGIE MIASTO**. Jest to wieloelementowe widowisko multimedialne, które rozegrało się na Śródce. Udział w przedsięwzięciu wzięli artyści **Teatru Ósmego Dnia**, **Teatru Biuro Podróży**, grupy **Movements Factory**, **Stowarzyszenia Artystyczno-Edukacyjnego Środek Świata** oraz **Stowarzyszenie Starter** z projektem Dominika Lejmana. Każdy zespół przygotowywał własne widowisko, które stanowi integralną część projektu.

Projekt zakończyła wspólna scena kulminacyjna „Śródecka fiesta”, która na kilkanaście minut odrealniła rzeczywistość Śródki za pomocą muzyki, świateł i innych efektów mających moc zaczarowania miejsca i nadania mu baśniowego charakteru.

**Movements Factory** powołane zostało w 2008 roku z inicjatywy Iwony Pasińskiej oraz Marcina Maćkiewicza. Powstało z fascynacji, uwielbienia i pokory dla ruchu, sztuki tańca, performansu oraz video-art.

**Więcej informacji:**

<http://www.movementsfactory.pl/>

 **Centrum Innowacji  
Społecznej SIC!**  
Os. Powst. Warszawy 1B, 61-656 Poznań  
tel. 061 852 16 43, [www.sic.to](http://www.sic.to), [sic@sic.to](mailto:sic@sic.to)

## *Jesień życia można przeżywać w radości* **Dom Radosnej Starości w Szymanowicach**

Największym problemem ludzi podeszłego wieku jest samotność, brak poczucia bezpieczeństwa, poczucie nieprzydatności, stopniowa eliminacja z życia. A przecież ludzie starsi to duży potencjał. Posiadają oni coś bardzo cennego: czas, mądrość, doświadczenie życiowe. Ten wielki potencjał należy odkryć przed nimi samymi i przed społeczeństwem.

Idealną jest sytuacja, gdy starzejemy się w rodzinie, czując się potrzebni i bezpieczni. Ale kiedy jesteśmy samotni możemy stworzyć wspólnotę. Dlatego powstała inicjatywa wybudowania Domu Radosnej Starości dla osób, które pragną starzeć się we wspólnocie. Pomysłodawczynią projektu jest Pani Alina Szczurówna, która pod jego realizację przekaze w darowiźnie działkę oraz środki finansowe, a także swoje zaangażowanie i umiejętności.

Działka zlokalizowana jest na uboczu wsi Szymanowice Górne w województwie świętokrzyskim blisko Klimontowa. W pobliżu znajduje się duży kompleks lasów oraz łąk, rzeka Koprzywianka. Klimontów i jego okolice są bardzo urokliwe, można się o tym przekonać oglądając zdjęcia na stronie internetowej: [www.klimontow.pl](http://www.klimontow.pl)

Do dyspozycji będzie również druga działka, która od trzech lat posiada certyfikat zgodności z Rozporządzeniem „Rolnictwo ekologiczne”. Atrakcyjnym zajęciem będzie zajmowanie się ogrodem i uprawianiem warzyw i innych płodów rolnych.

Dom Radosnej Starości będzie tworzony pod patronatem Caritas Diecezji sandomierskiej. W pobliżu Domu Radosnej Starości, Caritas zamierza wybudować dom z mieszkaniami chronionymi dla osób niepełnosprawnych.

Dom Radosnej Starości będzie wyposażony: w duże pokoje z łazienkami, wspólną kuchnię, świetlicę z kominkiem. Mieszkańcy będą mogli skorzystać z rehabilitacji. Lekarz rodzinny oraz fachowy personel wyspecjalizowany w dziedzinie pielęgnacji i fizjoterapii, troszczyć się będzie o zdrowie i dobre samopoczucie mieszkańców.

***Osoby zainteresowane budowaniem Domu Radosnej Starości w Szymanowicach proszone są o kontakt z Aliną Szczurówną.***

***e-mail: [maria.alina.sz@wp.pl](mailto:maria.alina.sz@wp.pl)***



# www.forum.senior.info.pl

**FORUM 50+** jest nieformalnym, otwartym związkiem organizacji, które łączy wspólna misja - poprawa jakości życia ludzi starszych w Polsce. FORUM jest otwarte na współpracę z innymi organizacjami pozarządowymi i instytucjami w kraju i za granicą, którym bliskie są nasze cele.

## Centrum Organizacji Pozarządowych Szpitalna

Ul. Szpitalna 5, lok.5  
00-031 Warszawa

Wtorki: 9.00-17.00

Czwartki: 12.00-17.00

Tel: 022 828 91 28 wew.140

Fax: 022 828 91 29

E-mail: [forum50plus@free.ngo.pl](mailto:forum50plus@free.ngo.pl)

**Redakcja biuletynu** zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów, korekty oraz edycji nadesłanych materiałów.

**forum 50+**  
seniorzy XXI wieku



Redakcja: Beata Kudłacz, Anna Andrzejewska