

## **PROTOKÓŁ Nr 2/III/2019**

**posiedzenia Bolesławieckiej Rady Seniorów przy Prezydencie Miasta Bolesławiec, które odbyło się 6 marca 2019 roku w Urzędzie Miasta przy ul. Piłsudskiego w sali 412.**

### **W posiedzeniu udział wzięli:**

1. Eugenia Wolska - Przewodnicząca,
2. Halina Waniak - Wiceprzewodnicząca
3. Marianna Doktor - Sekretarz
4. Władysław Jędrzycka - członek,
5. Henryk Rudnicki - członek,
6. Henryk Lemka - członek,
7. Bogdan Gajewski - członek,
8. Anna Szwedzińska - członek,
9. Wiesława Olczyk - członek,
10. Tadeusz Żuk - członek.

### **Zaproszeni goście:**

1. Pan Kornel Filipowicz – II Z-ca Prezydenta Miasta,
2. Pani Beata Sulska - Naczelnik Wydziału Społecznego,
3. Pan Tadeusz Kupczak – Dyrektor MOPS w Bolesławcu,
4. Pani Elżbieta Dec – pracownik MOSIR w Bolesławcu,
5. Pani Agnieszka Zienkiewicz - Podinspektor ds. organizacji pozarządowych UM Bolesławiec.

### **PORZĄDEK POSIEDZENIA:**

1. Powitanie zebranych i stwierdzenie quorum.
2. Przyjęcie porządku posiedzenia.
3. Odczytanie i przyjęcie protokołu z ostatniego posiedzenia Rady Seniorów.
4. Prezentacja multimedialna na temat genezy i roli wolontariatu senioralnego – przedstawi pani Naczelnik Wydziału Społecznego - Beata Sulska
5. Informacja na temat zapotrzebowania w Bolesławieckim Centrum Wolontariatu – referuje pan Tadeusz Kupczak- Dyrektor MOPS w Bolesławcu
6. Wolne wnioski.
7. Ustalenie terminu następnego posiedzenia.
8. Zakończenie posiedzenia.

## **PRZEBIEG POSIEDZENIA:**

**Ad.1.** Zebranych przywitała Przewodnicząca Rady, jednocześnie stwierdzając quorum.

**Ad.2.** Członkowie Rady przyjęli jednogłośnie nowy porządek dzisiejszego posiedzenia.

**Ad.3.** Pani Eugenia Wolska złożyła wniosek o przyjęcie protokołu z poprzedniego posiedzenia bez odczytywania. Protokół przyjęto jednogłośnie.

**Ad.4.** Pani Naczelnik Beata Sulska wygłosiła wykład, ilustrowany multimedialnie, na temat genezy i roli senioralnego wolontariatu. Hasłem przewodnim była „Potęga umysłu”. Wykład wygłoszony przez Panią Beatę Sulską traktował o godnym starzeniu się. W Polsce szanse na osiągnięcie wieku 100 lat szacuje się na 1:5000. Najbardziej długowieczni są mieszkańcy Sardynii, Kostaryki, Okinawy. Te miejsca nazywane są „niebieskimi planetami” na mapie świata. Naukowcy, badający procesy starzenia się, doszli do pewnych wniosków i przedstawili je w postaci 7 zasad:

- 1. Szukaj okazji do ruchu.**
- 2. Nie przejadaj się.**
- 3. Jedz świeże owoce i warzywa.**
- 4. Znajdź cel w życiu.**
- 5. Zwolnij tempo, by nie przegapić tego, co dzieje się wokół Ciebie.**
- 6. Dbaj o relacje towarzyskie i dobry nastrój.**
- 7. Szukaj pokrewnej duszy.**

Tylko stosując się do tych zasad można w pełni oddawać siebie innym na zasadzie wolontariatu. Z prelekcji wynikało również, że niezaprzeczalny wpływ na angażowanie się w pomoc innym mają relacje rodzinne. Warto też opracować możliwości i dostęp do pracy pozazawodowej emerytów, gdyż ich doświadczenia i umiejętności mogą być bardzo potrzebne ludziom, którzy nie do końca umieją odnaleźć się we współczesnym świecie. Można również upowszechniać przyjazne rozwiązania w sferze sportu, rekreacji i kultury. Ważną rolę pełni ciągle poszerzana sieć Uniwersytetów Trzeciego Wieku. Seniorzy mogliby tworzyć tzw. grupy wsparcia i niwelować pośrednio podziały i konflikty międzypokoleniowe. Dobrym rozwiązaniem mogłyby być dyżury senioralne, podczas których ludzie z dużym bagażem doświadczeń pełniliby rolę doradców. Program popularyzujący

wolontariat senioralny jest opracowywany centralnie pod patronatem Rzecznika Praw Obywatelskich.

**Ad.5.** Pan Tadeusz Kupczak zgłosił zapotrzebowanie na wolontariuszy-seniorów, którzy mieliby w ramach działań MOPS-u pomagać podopiecznym tej placówki. Seniorzy mogliby działać na wielu polach. Szczególnie ważna byłaby tu pomoc w nauce dzieciom z rodzin najuboższych, niewydolnych wychowawczo. Nauczyciele takich przedmiotów jak chemia, język polski, matematyka, fizyka czy języki obce są bardzo poszukiwani, a ich wiedza jest na wagę złota dla dzieci mających trudności w nauce.

Pani Elżbieta Dec - przedstawiciel MOSiR w Bolesławcu - opowiedziała o przebiegu tegorocznej Euroregionalnej Spartakiady Seniorów, która odbędzie się w dniu 18.05.2019r. Zaprosiła wszystkie organizacje senioralne do udziału w imprezie. Zgłoszenia należy składać w Wydziale Społecznym Urzędu Miasta.

**Ad.6.** Pani Anna Szwedzińska wyraziła gotowość biernego udziału pensjonariuszy Domu Pomocy Społecznej w Spartakiadzie, pod warunkiem zorganizowania transportu. Dodała również, że mieszkańcy DPS byłiby bardzo zadowoleni, gdyby na terenie ich placówki powstały chociaż dwa stanowiska do codziennych ćwiczeń fizycznych.

Pani Agnieszka Zienkiewicz poinformowała członków Rady o możliwości wyjazdu na konferencję pod hasłem : „Polska Seniora”, która odbędzie się w Sali Kolumnowej Sejmu RP 21 marca 2019 roku o godzinie 12.00. Delegaci oraz warunki wyjazdu uzgodnione zostaną w późniejszym terminie.

**Ad.7.** Termin następnego posiedzenia Bolesławieckiej Rady Seniorów zostanie ustalony po konsultacji z panią Beatą Sulską. Na tym posiedzenie zakończono.

Protokołowała:

**Sekretarz**  
**Bolesławieckiej Rady Seniorów**  
  
**Marianna Doktor**

Przewodnicząca Rady:

**Przewodnicząca**  
**Bolesławieckiej Rady Seniorów**  
  
**Ewelina Wolska**