Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Intensywne prace Rady Seniorów Gminy Konstancin-Jeziorna

2025-04-17



Wybrana dwa miesiące temu Rada Seniorów Gminy Konstancin-Jeziorna intensywnie pracuje na rzecz poprawy jakości życia osób starszych oraz aktywizacji tej grupy społecznej. W kwietniu odbyło się jej trzecie posiedzenie. Kolejne planowane jest na 5 maja.

Trzecie obrady Rady Seniorów Gminy Konstancin-Jeziorna za nami. Tym razem (7 kwietnia) w Urzędzie Miasta i Gminy seniorzy spotkali się z Ewą Michalską – dyrektorką Ośrodka Pomocy Społecznej w Konstancinie-Jeziornie oraz Krzysztofem Jabłońskim – dyrektorem Zespołu Szkół im. Stanisława Reymonta przy ul. Mirkowskiej.

Zaproszeni goście

Omawiano szeroką ofertę wsparcia realizowanego przez OPS – od doraźnej pomocy finansowej, przez zasiłki i posiłki, po liczne programy realizowane aktualnie. Szczególne zainteresowanie członków Rady wzbudził program „Korpus Wsparcia Seniora”, w ramach którego 40 mieszkańców naszej gminy otrzyma opaski monitorujące stan zdrowia i umożliwiające wezwanie pomocy w sytuacji zagrożenia życia. Swoją ofertę skierowaną do seniorów zaprezentował również dyrektor Reymonta. W placówce tej realizowane są obecnie zajęcia międzypokoleniowe. Na seniorów czekają m.in.:

- **rehabilitacja (poniedziałki, wtorki i piątki, godz. 8.00)** – zajęcia odbywają się w kameralnych grupach, pod opieką doświadczonego rehabilitanta, nauczyciela szkoły. Uczestnicy mogą skorzystać z masaży, zabiegów fizykoterapeutycznych (m.in. prądy i ultradźwięki) oraz z ćwiczeń biernych i czynnych, prowadzonych przy wsparciu uczniów.
- **warsztaty szycia na maszynie (wtorki, godz. 16.00)** – zajęcia są otwarte zarówno dla osób, które dopiero rozpoczynają swoją przygodę z szyciem, jak i dla tych, które chcą rozwijać już posiadane umiejętności. Spotkania odbywają się w twórczej, przyjaznej atmosferze i prowadzone są przez wykwalifikowaną kadrę.
- **śpiewaj z Reymontem (wtorki, godz. 16.00 oraz czwartki, godz. 15.15)** – otwarte próby chóru i zespołu muzycznego zapraszają do wspólnego muzykowania. Spotkania sprzyjają integracji, pozwalają na chwilę relaksu i radosne spędzenie czasu przy kawie i śpiewie.
- **pierwsza pomoc dla seniorów (termin do ustalenia – szczegóły w sekretariacie)** – praktyczne warsztaty z zakresu udzielania pierwszej pomocy, prowadzone przez wykwalifikowanego instruktora przy wsparciu Młodzieżowej Grupy Ratowniczej. Zajęcia pozwalają nabyć lub odświeżyć umiejętności niezbędne w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia.
- **warsztaty z druku 3D i grawerowania (czwartki, godz. 14.25)** – zajęcia wprowadzają uczestników w świat nowoczesnych technologii. Pod okiem nauczycieli i uczniów seniorzy tworzą własne projekty, które następnie są drukowane w technologii 3D i ozdabiane indywidualnym grawerem.

Zainteresowani udziałem w zajęciach proszeni są o wcześniejsze zgłoszenie telefoniczne pod numerem 22 756 42 81 lub mailowe na adres dyrektor



zskj [dot] pl.

Co na obradach?

Ale to nie wszystko. Podczas kwietniowego posiedzenia członkowie Rady podjęli następujące wnioski:

- podział kwot zabezpieczonych na działania senioralne, o ile są przeznaczone na działalność kół seniorów, powinien zostać dokonany proporcjonalnie do liczby członków danego koła, zgodnie z przedstawionymi przez przewodniczących kół aktualnymi listami członków;
- zorganizowanie na rzecz seniorów gminy Konstancin-Jeziorna następujących działań: wycieczka do Żelazowej Woli, koncerty „Muzyka młodości seniorów” i zespołu Alla Vienna „THE BEATLES symfonicznie” oraz Konstancińskiego Dnia Seniora;
- ustalenie zasad korzystania z pomieszczeń Klubu Senior+ (np. na organizację szkoleń tematycznych).

Kolejne spotkanie Rady zaplanowano już na 5 maja.

Adres źródłowy: https://www.konstancinjeziorna.pl/news/rada-seniorow/intensywne-prace-rady-seniorow-gminy-konstancin-jeziorna