

**Protokół z XVI posiedzenia Suwalskiej Rady Seniorów
w dniu 22 kwietnia 2024 r.
w Centrum Trójki, ul. T. Kościuszki 71**

Posiedzenie otworzył przewodniczący SRS Marek Szczepankiewicz. Obecnych było czworo członków SRS, zaproszeni goście reprezentujący kluby seniora: „Dobry Czas”, „Oratorium 60+”, Klub Seniora działający przy Stowarzyszeniu Seniorzy z Pasją Horyzont, Klub Seniora Ciesielska 15, Klub Seniora na Zastawiu, prowadzony przez Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie oraz Agnieszka Szyszko, kierownik Biura Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi Urzędu Miejskiego w Suwałkach. W sumie 12 osób. Lista obecności w załączeniu.

Przewodniczący przywitał wszystkich dziękując za przybycie. Porządek obrad przedstawiał się następująco.

1. Przyjęcie porządku obrad szesnastego posiedzenia.
2. Przyjęcie protokołu z piętnastego posiedzenia SRS.
3. Informacja o projekcie Suwalskiej Rady Seniorów pn. „Pełni życia w sile wieku”.
4. Informacja o wyborach do SRS następnej kadencji.
5. Wolne wnioski.
6. Zakończenie posiedzenia.

Ad. 1. Przewodniczący przedstawił porządek obrad szesnastego posiedzenia. Członkowie SRS przyjęli go jednogłośnie.

Ad. 2. Członkowie SRS jednogłośnie przyjęli protokół z piętnastego posiedzenia SRS.

Ad. 3. Marek Szczepankiewicz poinformował o dotacji dla Suwalskiej Rady Seniorów i Miasta Suwałki na projekt „Pełni życia w sile wieku”. Po czym oddał głos Mieczysławie Gajewskiej w celu przedstawienia szczegółów.

Mieczysława Gajewska poinformowała, że projekt będzie obejmował 4 elementy:

- zajęcia taneczne dla osób powyżej 60 lat,
- zajęcia Aquafitness dla osób powyżej 60 lat,
- Kicz Party dla osób powyżej 60 lat,
- usługę podologiczną dla osób powyżej 80 lat.

Zajęcia taneczne odbędą się 5 razy w miesiącach maj-czerwiec w plenerze, a w razie deszczu w hali OSiR przy ul. Wojska Polskiego 2. Będą otwarte dla wszystkich chętnych. Dołączyć też można w każdej chwili, nie ma obowiązku uczestniczenia we wszystkich zajęciach. Wystarczy włożyć wygodne buty i przyjść.

Zajęcia Aquafitness będą odbywały się w 4 piętnastoosobowych grupach. Każda z grup spotka się w suwalskim Aquaparku 7 razy. Ponieważ w poprzedniej edycji projektu prowadzonego przez Suwalską Radę Seniorów z Miastem Suwałki chętnych było kilka razy więcej niż miejsc, tym razem postanowiono podzielić dostępne miejsca między 6 klubów seniora oraz seniorów niezrzeszonych. 3 piętnastoosobowe grupy stworzą przedstawicieli klubów, jedną grupę osoby niezrzeszone. Przy czym osoby w grupach mogą się zmieniać, tak żeby jak najwięcej osób mogło skorzystać z takiej formy rekreacji. Zajęcia rozpoczną się 26 sierpnia i potrwać do 11 października w poniedziałki w godzinach 9.30-10.30, 10.30-11.30 i w czwartki w godzinach 9.30-10.30, 10.30-11.30.

Mieczysława Gajewska zwróciła uwagę, że osoby chętne nie muszą umieć pływać, zajęcia są bowiem prowadzone na basenie płytkim. Uczuliła osoby odpowiedzialne za koordynację tych zajęć w klubie na dwie sprawy. Po pierwsze, aby w razie gdyby ktoś sygnalizował, że nie przyjdzie na zajęcia, zapraszano osobę z listy rezerwowej, tak żeby wejścia na basen nie zmarnowały się. Po drugie, aby bezwzględnie pilnować czasu wejścia na basen o godz. 9.30,

co oznacza, że należy na basen przyjść odpowiednio wcześniej, żeby podpisać listę, następnie szybko przebrać się, dotrzeć do płytkiego basenu na rozpoczęcie zajęć, a potem punktualnie o 9.45 wyjść z wody.

Agnieszka Szyszko dodała z kolei, że chętnych na Aquafitness zawsze jest bardzo dużo, Suwalska Rada Seniorów przekazała taką informację również dyrektorowi OSiR. Gdyby kiedyś w przyszłości udało się zorganizować regularne wejścia na takie zajęcia dla suwalskich seniorów byłoby to bezcenne.

Następnie Mieczysława Gajewska przedstawiła pomysł „Kicz Party”, tj. piknikowego spotkania suwalskich seniorów w Krzywem. Odbyłoby się ono we wtorek 17 września w godzinach 13.30-17. Powrót do Suwałk byłby możliwy np. empekiem „dwójką” o godzinie 17.08. Wiceprzewodnicząca poprosiła aby każdy klub seniora przygotował 5-minutową prezentację oraz jedną zabawę. Pomysły należy zgłaszać do 11 września.

Agnieszka Szyszko poinformowała o tym, że w ramach projektu zostanie także wykonana usługa podologiczna dla 54 suwalskich seniorów w wieku powyżej 80 lat. Uczestnicy spotkania zasugerowali, aby zawęzić kryteria do osób niewychodzących z domu, tak żeby pomoc trafiła do najbardziej potrzebujących. Usługa będzie bezpłatna. Numer telefonu, pod którym usługa będzie dostępna zostanie podany do publicznej wiadomości.

Ad. 4. Agnieszka Szyszko przypomniała, że w styczniu 2025 r. upływa czwarta kadencja Suwalskiej Rady Seniorów. Nabór do kolejnej rady rozpocznie się jesienią. Przypomniała, że Radę tworzy 9 osób, 7 to przedstawiciele organizacji i instytucji senioralnych, 2 to reprezentanci Prezydenta Miasta Suwałk. Podkreślała, że główną funkcją Rady jest funkcja doradczą, Rada powinna przede wszystkim podpowiadać Prezydentowi rozwiązania na rzecz seniorów, a ponieważ członkowie rady sami doskonale znają problemy tej grupy, podpowiedzi te są najbardziej trafne. Choć trzeba też przyznać, że w przypadku Suwalskiej Rady Seniorów nie brakowało własnych inicjatyw, jak m.in. Suwalska Olimpiada Seniorów, czy projekty „Aktywny Senior w tańcu i w wodzie” i „Pełni życia w sile wieku”. Agnieszka Szyszko zachęciła obecnych członków do zastanowienia się nad ewentualnym kandydowaniem oraz do zachęcania innych. Podkreśliła, że nie muszą to być liderzy organizacji, gdyż przez 4 kadencje prawie wszyscy już byli w Radzie.

Rada Seniorów liczy 9 osób, 7 pochodzi z wyborów wśród organizacji pozarządowych, 2 wskazuje Prezydent Miasta Suwałk. Kadencja trwa trzy lata.

Ad. 5. W części dotyczącej wolnych wniosków Andrzej Soroka zaprosił na kolejny turniej lekkoatletyczny w ramach Suwalskiej Olimpiady Seniorów.

Na co głos zabrali Danuta Kożuchowska-Łempio oraz Mirosław Hartung. Wyrazili oni opinię, że Olimpiada powinna mieć charakter rekreacyjno-prozdrowotny, gdyż niewielu seniorów jest w stanie rywalizować w zawodach sportowych, stąd też sugestia, aby spotkanie miało bardziej masowy charakter i było dostępne większej liczbie osób.

Ad. 6. Więcej niczego nie zgłoszono.

Protokół sporządził
Marek Szczepankiewicz

Przewodniczący SRS