Seniorzy

Seniorzy

Klub Senior+ działający na terenie Orzesza – projekt powstał dzięki dofinansowaniu Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej i jest skierowany do osób nieaktywnych zawodowo w wieku 60+

Adres klubu: ul. Fabryczna 1 w Orzeszu-Jaśkowicach (obok sali widowiskowej, wejście od strony biurowca).

Klub jest przystosowany na potrzeby oraz możliwości osób niepełnosprawnych, wyposażony w jedno pomieszczenie ogólnodostępne pełniące funkcję sali spotkań, pomieszczenie kuchenne, łazienki i szatnię.

Działalność Klubu obejmuje m. in.

- zajęcia z gimnastyki dla seniorów

- zajęcia z dietetykiem

- zajęcia komputerowe

- zajęcia plastyczne

- zajęcia muzyczne

- organizację spotkań w ciekawymi osobami z różnych dziedzin życia

- organizację wycieczek, wyjazdów do kin i teatrów

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Więcej informacji udziela MOPS pod numerem telefonu 32 22 15 520 lub 573 366 287

Koperta życia – ogólnopolska akcja skierowana do osób starszych, przewlekle chorych, samotnych; polega na umieszczeniu w specjalnie przygotowanych kopertach najważniejszych informacji dotyczących ich właściciela, takich jak stan zdrowia, przebyte choroby, przyjmowane leki, uczulenia, a także kontakt do najbliższych, dane osobowe, w tym nr pesel. Kartę wkłada się najczęściej do lodówki, na której umieszcza się naklejkę z nadrukiem „Koperta życia". Umieszczenie koperty w lodówce, czyli w miejscu widocznym i łatwo dostępnym, umożliwia w razie wypadku lub zasłabnięcia służbom medycznym – a także policji, straży pożarnej, straży miejskiej czy służbom socjalnym – szybki dostęp do podstawowych informacji o seniorze.

Szczegółowe informacje na stronie https://kopertazycia.pl/

Ogólnopolska Karta Seniora – przeznaczona dla osób, które skończyły 60 lat; karta ta upoważnia do zniżek w wielu punktach w całej Polsce, w tym m. in. sanatoriach, uzdrowiskach, przychodniach, gabinetach rehabilitacji, instytucjach zdrowia i kultury.

Program Ogólnopolska Karta Seniora to program autorski Stowarzyszenia MANKO, które od 20 lat podejmuje wiele inicjatyw, mających na celu poprawę jakości życia, zdrowia
i bezpieczeństwa seniorów. Środki na jego prowadzenie stowarzyszenie pozyskuje od gmin partnerskich, sponsorów i z darowizn.

Szczegółowe informacje na stronie: https://glosseniora.pl/ogolnopolska-karta-seniora/

Powiat Mikołowski jest partnerem Ogólnopolskiej Karty Seniora i uzyskał Certyfikat Powiatu Przyjaznego Seniorom. Każdy mieszkaniec powiatu mikołowskiego w wieku 60+, który chce odebrać kartę, powinien skontaktować się ze specjalistą ds. polityki senioralnej Starostwa Powiatowego w Mikołowie. Wystarczy zadzwonić pod numer telefonu 530 305 195.

Ogólnopolska Karta Seniora jest wydawana w następujących punktach:

Mikołów - Miejski Dom Kultury, Rynek 19 , pierwszy, drugi i trzeci poniedziałek miesiąca w godz. od 10:00 do 12:00

Mikołów – Centrum Aktywności - Rynek 2 - w godzinach pracy punktu

Łaziska Górne - Miejski Dom Kultury - św. Jana Pawła II 2 - każda pierwsza środa miesiąca od 11:00 do 12:00

Orzesze – Salki Katechetyczne ul. Krasickiego 1 (Zawada)- w każdą trzecią środę miesiąca od 15:30 do 16:30

Orzesze - Orzeskie Centrum Możliwości - codziennie w godzinach od 12:00 do 13:00

Ornontowice – Urząd Gminy, ul. Zwycięstwa 26a, każdy drugi wtorek miesiąca od 10:00 do 11:00

Wyry – Klub Seniora w Gostyni, ul. Pszczyńska 366 – w każdy pierwszy poniedziałek miesiąca od 8:00 do 9:00.

Dyżury w wyżej wymienionych punktach pełnią członkowie Forum Seniorów Powiatu Mikołowskiego oraz Rady Seniorów w Mikołowie.

Szczegółowe informacje na stronie: https://mikolowski.pl/karta-seniora/

Śląska Karta Seniora – przeznaczona dla osób, które skończyły 60 lat; jest to oferta specjalnych usług, ulg oraz szczególnych uprawnień pozwalających na udostępnienie zasobów instytucji kultury, rekreacji i edukacji na terenie Województwa Śląskiego. Dokumentem legitymacyjnym, a tym samym umożliwiającym skorzystanie z powyższej oferty, jest dowód osobisty, który potwierdzi wiek – 60 lat lub więcej. Wybór dowodu osobistego jako dokumentu potwierdzającego możliwość skorzystania z projektu to rozwiązanie korzystne, efektywne i wygodne dla seniorów, które zarazem obniża koszty realizacji projektu (nie ma potrzeby opracowywania i druku dodatkowych kart).
Pomysłodawcą projektu Śląska Karta Seniora jest Urząd Marszałkowski Województwa Śląskiego.

Szczegółowe informacje na stronie: https://seniorzy.slaskie.pl/content/dzial_slaska_karta_seniora

Powiatowy Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Stowarzyszeniu Wspierania Samorządności w Mikołowie **–** słuchaczem może zostać każdy mieszkaniec lub osoba stale przebywająca na terenie Powiatu Mikołowskiego w wieku 45 i więcej lat; aby przystąpić do uniwersytetu należy wypełnić deklarację oraz uiścić opłatę semestralną w wysokości określonej na dany rok akademicki.

Szczegółowe informacje na stronie:
https://mikolowski.pl/powiatowy-uniwersytet-trzeciego-wieku/

Odwiedź również profil Facebook: https://www.facebook.com/PUTWMikolow

W związku z pandemią zachęcamy także do zapoznania się z wytycznymi dotyczącymi bezpieczeństwa:

https://www.gov.pl/web/koronawirus/informacje-dla-seniorow

Akcja specjalna dla seniorów – Śląski Telefon dla Seniora SENIOR-fon:

https://metropoliagzm.pl/2020/03/31/slaski-telefon-dla-seniora-senior-fon/

SENIOR +