

**Uchwała Nr X/7/2022
Zduńskowolskiej Rady Seniorów
z dnia 13 grudnia 2023 r.**

**w sprawie przyjęcia ramowego Planu pracy oraz terminarza spotkań
Zduńskowolskiej Rady Seniorów na 2023 r.**

Na podstawie § 15 Statutu Zduńskowolskiej Rady Seniorów uchwała się, co następuje:

§ 1. Przyjmuje się ramowy Plan pracy oraz terminarz spotkań Zduńskowolskiej Rady Seniorów na 2023 r., zgodnie z brzmieniem załącznika do uchwały.

§ 2. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Przewodnicząca
Zduńskowolskiej Rady Seniorów

Maria Donat

Plan pracy Zduńskowolskiej Rady Seniorów na rok 2023 projekt

l.p	termin	zadania	Uwagi
1.	Cały rok	Prelekcja lekarza, specjalisty (geriatra, diabetolog, kardiolog, i inni wg potrzeb)	
2.	Cały rok	Spotkania, warsztaty w tym artystyczne, pogadanki; dotyczące bezpieczeństwa seniorów, zdrowia seniorów, organizacji czasu wolnego, ważnych spraw społecznych itp.	
3.	Cały rok	Zajęcia usprawniająco - rozluźniające na miejskim basenie kąpielowym	
4.	Cały rok	Zajęcia z gimnastyki i ćwiczeń ruchowych	
5.	Cały rok	Dyżury radnego seniora w Urzędzie Miasta Zduńska Wola (Budynek nr 2, I piętro, pokój nr 203), ul. Stefana Żółtnickiego 12 – drugi poniedziałek każdego miesiąca w godz. 14.00 – 15.00	
6.	Cały rok	Dyżury radnego seniora w Inkubatorze Inicjatyw Społecznych ul. Łaska 38 w każdy czwartek od godz. 17.30 do 19.00 za wyjątkiem okresu wakacyjnego (lipiec/sierpień)	
7.	I i IV kwartał	Warsztaty dla seniorów i nie tylko z rękodzieła artystycznego w ramach programu Dziedzictwo Kulturowe w Regionie	
8.	II i III kwartał	1. Wycieczki autokarowe, piesze lub rowerowe w ramach działań poszczególnych stowarzyszeń i instytucji współdziałających i współpracujących ze ZRS. 2. Turnusy wypoczynkowo- rehabilitacyjne w ramach działań poszczególnych stowarzyszeń i instytucji współdziałających i współpracujących ze ZRS.	
9.	II lub III kwartał	III Miejskie Dni Seniora – impreza międzypokoleniowa * Aktywny Senior połączona z festynem z występami artystycznymi oraz różnymi stoiskami w tym prezentacja przedmiotów i wyrobów wykonanych przez seniorów	
10.	II lub IV kwartał	Spotkania z dziećmi w ramach cyklu* Czytamy bajki lub wiersze/uczymy dzieci dawnych gier i zabaw ruchowych*	

Terminarz spotkań Zduńskowolskiej Rady Seniorów na 2023 r.:

1. luty: 14 luty 2023 r.
2. maj: 9 maja 2023 r.
3. wrzesień: 12 września 2023 r.
4. listopad: 14 listopada 2023 r.

