

INFORMATO dla SENIORA



INFORMATOR dla SENIORA

Województwo
Kujawsko-Pomorskie



Urząd Marszałkowski
Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Dofinansowano z budżetu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Toruń, 2017

Opracowanie i aktualizacja:

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu

ul. Bartkiewiczówny 93

87-100 Toruń

<http://www.rops.torun.pl/>

Wydanie IV uzupełnione

Nakład: 5 000 egz.

Publikacja bezpłatna, sfinansowana ze środków Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego.

@ Copyright by Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu

Wszelkie prawa zastrzeżone. Każda reprodukcja lub adaptacja całości lub części niniejszej publikacji, niezależnie od zastosowanej techniki reprodukcji (drukarskiej, fotograficznej, komputerowej i in.) wymaga pisemnej zgody Wydawcy.

Druk:

Agencja Reklamy Eureka Plus

ul. 3 Maja 11/10

35-030 Rzeszów

Ewentualne uwagi, propozycję zmian co do treści zawartych w „Informatorze” prosimy kierować na adres e-mail Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Toruniu: rops@rops.torun.pl

Spis treści

Wstęp	5
ABC Seniora	7
Słowniczek	8
Wykaz wybranych placówek dla osób starszych z terenu województwa kujawsko-pomorskiego	13
Domy Pomocy Społecznej	13
Całodobowe placówki	18
Dzienne domy pomocy	20
Zakłady opiekuńczo-lecznicze	21
Poradnie/Oddziały/Kliniki geriatryczne	25
Hospicja	26
Kluby Seniora	28
Uniwersytety Trzeciego Wieku	38
Oferta instytucji kultury i sportu w województwie kujawsko-pomorskim	49
Oferta instytucji kultury	49
Wykaz przedsięwzięć sportowych	55
Rady Seniorów w województwie	58
Bezpieczeństwo Seniora a finanse	61
Zdaniem eksperta.....	64
Dobre praktyki na rzecz osób starszych	68

„Starość to nie jest wiek.
Starość to stan umysłu”

słowa piosenki Ireny Santor – „Starość to nie jest wiek”
autor tekstu – Wojciech Młynarski

Szanowni Państwo

Słowa piosenki Ireny Santor – „starość to nie jest wiek, starość to stan umysłu” bardzo dobrze odzwierciedlają współczesnych seniorów. Od kiedy nagłośnie zostały kwestie zmian demograficznych, starzejącego się społeczeństwa i rosnącej liczby osób starszych, ich sytuacja uległa znacznej zmianie. Rozpoczęto tworzenie dokumentów strategicznych i polityk, zarówno na szczeblu centralnym, jak i regionalnym oraz lokalnym, w których zawarto szereg działań przyczyniających się do aktywizacji, integracji osób starszych oraz standaryzacji usług społecznych i opiekuńczych. Przybywa instytucji zrzeszających i aktywizujących seniorów – klubów seniora, uniwersytetów trzeciego wieku, dziennych domów pomocy, czy sekcji senioralnych w ośrodkach kultury. Tworzone są także całkowicie nowe podmioty, takie jak rady seniorów czy organizacje pozarządowe, których działalność statutowa nastawiona jest na pomoc i wsparcie seniorów. Jednak przede wszystkim zmianie uległa mentalność osób starszych. Coraz większa liczba seniorów jest czynna w życiu społecznym, kulturalnym, edukacyjnym. Seniorzy wyszli z domów, by korzystać z bogatej oferty instytucji kultury, uczestniczyć w zajęciach klubów seniora czy uniwersytetów trzeciego wieku, brać udział w konferencjach i seminariach społecznych i naukowych. Nie boją się mówić o swoich potrzebach, problemach, czy oczekiwaniach. Zdają sobie sprawę z wiedzy i doświadczenia, jakie mogą przekazać młodszemu pokoleniu. Swoją „starość” chcą przeżyć pełnie, aktywnie, z pasją i zaangażowaniem oraz w dobrym zdrowiu.

Dlatego tak ważne jest by działania podejmowane przez samorządy, różne instytucje i organizacje odpowiadały w jak największym stopniu na potrzeby osób starszych. Stąd mamy nadzieję, że również ten *Informator*, który już po raz czwarty oddajemy w Państwa ręce, przyczyni się do spełnienia tych oczekiwań. Zaktualizowane zostały w nim informacje dot. pomocy instytucjonalnej, środowiskowej i zdrowia, oferty edukacyjnej, kulturalnej, sportowej oraz życia publicznego. Tegoroczne wydanie poszerzono m.in. o zagadnienia związane z bezpieczeństwem finansów osób starszych. Dodatkowo zamieszczono także artykuł eksperta poświęcony tematyce leczenia uzdrowiskowego.

Mamy nadzieję, że *Informator* będzie źródłem informacji dla instytucji działających na rzecz osób starszych, jak i dla samych seniorów. Zapraszamy do lektury.

ABC Seniora

Ważne telefony

112 – TELEFON ALARMOWY
999 – POGOTOWIE RATUNKOWE
997 – POLICJA
998 – STRAŻ POŻARNA
986 – STRAŻ MIEJSKA
991 – POGOTOWIE ENERGETYCZNE
992 – POGOTOWIE GAZOWE
993 – POGOTOWIE CIEPŁOWNICZE
994 – POGOTOWIE WODOCIĄGOWE

ICE – nazwa kontaktu w telefonie komórkowym

Skrót informujący ratowników, do kogo powinni zadzwonić w razie nagłego wypadku. W książce adresowej telefonu komórkowego – jako kontakt „ICE” wpisuje się numer telefonu wybranej osoby. Jeśli takich osób jest kilka, to oznacza się je hasłami „ICE1”, „ICE2” itd.

Kalendarz

1 października – Międzynarodowy Dzień Osób Starszych
20 października – Europejski Dzień Seniora
20 listopada – Ogólnopolski Dzień Seniora

Słowniczek

DOMY POMOCY SPOŁECZNEJ

Domy pomocy społecznej świadczą usługi bytowe, opiekuńcze, wspomagające i edukacyjne na poziomie obowiązującego standardu, w zakresie i formach wynikających z indywidualnych potrzeb osób w nim przebywających. Przeznaczone są dla osób wymagających całodobowej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, niemogących samodzielnie funkcjonować w codziennym życiu, którym nie można zapewnić niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych¹.

Pobyt w DPS jest odpłatny. Całkowity koszt to średnia miesięczna utrzymania mieszkańca. Do wnoszenia opłat za pobyt w placówce zobowiązani są w kolejności: mieszkańiec domu (nie więcej niż 70% swojego dochodu), małżonek, zstępni przed wstępnymi, gmina, z której osoba została skierowana do domu pomocy społecznej².

W 2016 roku w województwie kujawsko-pomorskim funkcjonowało **50 domów pomocy społecznej** oraz **11 placówek zapewniających całodobową opiekę** osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku.

Wykaz domów pomocy społecznej funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teled adresowymi dostępny **na str. 13**.

Wykaz placówek zapewniających całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teled adresowymi dostępny jest **na str. 18**.

DZIENNE DOMY POMOCY

Dzienne domy pomocy to ośrodki wsparcia świadczące pomoc w ciągu dnia, w tym oferują posiłki, rehabilitację, zajęcia edukacyjno-kulturalne oraz wspólne spędzanie czasu przez osoby, które ze względu na wiek, chorobę lub niepełnosprawność wymagają częściowej opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych. Zazwyczaj placówki te adresowane są do osób starszych³.

Do dziennych domów pomocy najczęściej przyjmowane są osoby samotne i samotnie gospodarujące, w odpowiednim wieku tj. kobiety w wieku 60 i więcej lat oraz mężczyźni powyżej 65. roku życia. Pobyt w DDP wraz z usługami tam świadczonymi jest odpłatny, a zasady ustalania odpłatności są różne w różnych gminach i ustalane są z reguły przez radę miasta czy gminy, w drodze uchwały⁴.

W 2016 roku w województwie kujawsko-pomorskim funkcjonowało **12 dziennych domów pomocy**.

Wykaz dziennych domów pomocy funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teled adresowymi dostępny jest **na str. 20**.

1. Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2017 r. poz. 1769, 1985)

2. Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu, *Informator dla Seniora*, Toruń, 2016, s. 16.

3. Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu, *Raport – Ocena Zasobów Pomocy Społecznej za 2016 rok*, Toruń, 2017, s. 57. (<http://rops.torun.pl/biblioteka/opracowania/bilans-potrzeb-ozps/file/330-ocena-zasobow-pomocy-spolecznej-w-województwie-kujawsko-pomorskim-za-2016-rok>)

4. Poznaj – Sprawdź – Skorzystaj! Małopolski Informator dla Seniorów, Zakliczyn Kraków 2006, s. 13.

ZAKŁADY OPIEKUŃCZO-LECZNICZE/PIELĘGNACYJNO-OPIEKUŃCZE

W zakładzie opiekuńczo-leczniczym/pielęgnacyjno-opiekuńczym udzielane są stacjonarne i całodobowe świadczenia zdrowotne, które obejmują swoim zakresem pielęgnację i rehabilitację pacjentów niewymagających hospitalizacji. Pomoc ta polega na zapewnieniu im produktów leczniczych i wyrobów medycznych, pomieszczeń i wyżywienia odpowiednich do stanu zdrowia, a także prowadzeniu edukacji zdrowotnej dla pacjentów i członków ich rodzin oraz przygotowaniu tych osób do samoopieki i samopielęgnacji w warunkach domowych⁵.

Pacjent przebywający w zakładzie opiekuńczo-leczniczym, pielęgnacyjno-opiekuńczym ponosi koszty wyżywienia i zakwaterowania⁶.

W 2016 roku w województwie kujawsko-pomorskim funkcjonowało **27 zakładów opiekuńczo-leczniczych/pielęgnacyjno-opiekuńczych**.

Wykaz zakładów opiekuńczo-leczniczych/pielęgnacyjno-opiekuńczych funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teleadresowymi dostępny jest na **str. 21**.

PORADNIE/ODDZIAŁY/KLINIKI GERIATRYCZNE

„Standardy postępowania przy udzielaniu świadczeń zdrowotnych z zakresu opieki geriatrycznej dotyczą pacjentów geriatrycznych. Realizowane mogą być przez zespół geriatryczny w warunkach:

1. poradni geriatrycznej (ambulatoryjna opieka geriatryczna);
2. geriatrycznych wizyt domowych (domowa opieka geriatryczna);
3. oddziału geriatrycznego (leczenie szpitalne);
4. dziennego geriatrycznego oddziału szpitalnego (dzienny ośrodek opieki geriatrycznej);
5. konsultacyjnych wizyt geriatrycznych w zakładach leczniczych.

Poradnia geriatryczna działa w zespole poradni specjalistycznych albo podmiotach leczniczych posiadających oddział geriatryi, w dziennym ośrodku opieki geriatrycznej albo, jako jednostka wydzielona.

Oddział geriatryczny realizuje intensywne i kompleksowe procedury diagnostyczne oraz lecznicze u osób starszych.

Świadczenia zdrowotne z zakresu geriatryi obejmują co najmniej:

1. zapobieganie schorzeniom i niepełnosprawności u osób starszych;
2. rozpoznawanie i leczenie chorób występujących u pacjentów geriatrycznych, którzy wymagają całościowej oceny i opieki specjalistycznej oraz postępowania fizjoterapeutycznego jako nieodłącznych elementów procesu leczniczego;
3. edukację pacjenta geriatrycznego, jego rodziny lub opiekunów;

5. Definicja z: <http://stat.gov.pl/metainformacje/slownik-pojec/pojecia-stosowane-w-statystyce-publicznej/730,pojecie.html> (data korzystania: 08.12.2017 r.)

6. Definicja z: https://zip.nfz.gov.pl/ap-portal/user/menu/open@info?view=058#_EVENT_ (data korzystania: 08.12.2017 r.)

4. wsparcie psychologiczne.

W poradni geriatrycznej (ambulatoryjna opieka geriatryczna) w ramach lekarskich procedur diagnostyczno-terapeutycznych wyróżnia się następujące typy wizyt:

1. pierwszorazowa porada lekarska z przeprowadzeniem całościowej oceny geriatrycznej, w tym wykonanie przynajmniej trzech testów;
2. kontrolna porada lekarska z przeprowadzeniem przynajmniej dwóch testów;
3. kontrolna porada lekarska.

Leczenie szpitalne w oddziale geriatrycznym obejmuje całościową ocenę geriatryczną, leczenie ostrych lub zaostrzonych stanów chorobowych, wykrywanie i eliminację czynników wpływających na pogorszenie zdrowia i stanu funkcjonalnego pacjenta geriatrycznego, w szczególności z ograniczoną sprawnością fizyczną lub psychiczną, jak również planowanie dalszego leczenia, rehabilitacji i opieki celem poprawy jakości jego życia.

Zadania oddziału geriatrycznego to:

1. całościowa diagnostyka i leczenie chorób wpływających na pogorszenie stanu funkcjonalnego pacjenta geriatrycznego, w sytuacji gdy procedury te są trudne lub niemożliwe do przeprowadzenia w warunkach ambulatoryjnych;
2. planowanie dalszego leczenia, pielęgnacji, postępowania fizjoterapeutycznego i opieki środowiskowej we współpracy z placówką lekarza rodzinnego;
3. kwalifikacja i przygotowanie pacjenta geriatrycznego do zabiegu operacyjnego w trybie planowym;
4. poprawa komfortu życia w przypadkach schorzeń nieuleczalnych, postępujących;
5. edukacja pacjenta geriatrycznego, jego rodziny lub opiekunów odnośnie do postępowania wobec choroby i sposobu prowadzenia leczenia; funkcja konsultacyjna dla innych oddziałów szpitalnych oraz jednostek lecznictwa otwartego.

Oddział geriatryczny powinien współpracować z przyszpitalną poradnią geriatryczną, gwarantującą kontynuację leczenia poszpitalnego dla pacjentów geriatrycznych wymagających specjalistycznego nadzoru. Poradnia ta powinna stanowić równocześnie punkt konsultacyjny dla jednostek podstawowej opieki zdrowotnej⁷.

W 2016 roku w województwie kujawsko-pomorskim funkcjonowało **7 poradni/oddziałów/klinik geriatrycznych**.

Wykaz poradni/oddziałów/klinik geriatrycznych funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teled adresowymi dostępny jest na **str. 25**.

HOSPICJA

Opieka paliatywna i hospicyjna ma na celu poprawę jakości życia chorego i jego bliskich zmagających się z codziennymi problemami związanymi z postępującą, często nieuleczalną chorobą. Podejmowane działania mają na celu zapobieganie cierpieniu, niesienie ulgi, leczenie bólu i innych objawów oraz pomoc w rozwiązywaniu problemów wraz ze wsparciem dla rodziny pacjenta. Pomoc umierającemu, ciężko i nieuleczalnie choremu

7. *Standardy postępowania w opiece geriatrycznej* Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego opracowane przez ekspertów Zespołu ds. Gerontologii przy Ministrze Zdrowia, Gerontologia Polska, Rocznik 2013, tom 21, numer 2, s. 35-36, 40-42

oraz jego rodzinie zapewnia wielodyscyplinarny zespół osób, w skład, którego wchodzi lekarze, pielęgniarki, fizjoterapeuci, psycholog.

Świadczenia w opiece paliatywnej i hospicyjnej udzielane są: w oddziale medycyny paliatywnej oraz hospicjum stacjonarnym, w hospicjum domowym lub w poradni medycyny paliatywnej.

Oddział medycyny paliatywnej i hospicjum stacjonarne przeznaczone są przede wszystkim dla pacjentów z trudnymi do kontroli objawami, bez nadziei na wyleczenie, w schyłkowym okresie życia.

W hospicjum domowym całościową opieką objęci są pacjenci z zaawansowanymi, nie-poddającymi się leczeniu przyczynowemu, postępującymi, zagrażającymi życiu chorobami przewlekłymi o złym rokowaniu (określonymi w rozporządzeniu ministra zdrowia). Pacjentom objętym opieką przysługują w zależności od potrzeb, porady lekarskie - nie rzadziej niż dwa razy w miesiącu, a wizyty pielęgniarskie - nie rzadziej niż dwa razy w tygodniu. Wizyty innych członków zespołu hospicjum domowego (psychologa, fizjoterapeuty) ustalane są przez lekarza sprawującego opiekę nad chorym, w zależności od potrzeb pacjenta.

Żeby pacjent mógł być objęty opieką paliatywną i hospicyjną konieczne jest skierowanie lekarza ubezpieczenia zdrowotnego⁸.

W 2016 roku w województwie kujawsko-pomorskim funkcjonowało **9 hospicjów stacjonarnych**.

Wykaz hospicjów funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teleadresowymi dostępny jest na **str. 26**.

KLUBY SENIORA

Klub seniora to „ośrodek, który zajmuje się rozwojem życia kulturalnego, oświatowego, towarzyskiego i rekreacyjnego osób starszych”⁹. Ma na celu zachęcanie seniorów do aktywnego spędzania czasu, rozwoju pasji i zainteresowań, utrzymania i wzmocnienia kontaktów towarzyskich oraz otwierania się na nowe doznania i doświadczenia¹⁰.

Kluby seniora swój program zajęć dostosowują do potrzeb i zainteresowań osób starszych. W ofercie programowej proponowane są m.in. zajęcia plastyczne i muzyczne, spotkania poświęcone tematom kulturalnym czy zdrowotnym, spotkania ze specjalistami (np. lekarzami, prawnikami), różne sekcje tematyczne oraz wycieczki turystyczno-krajoznawcze. Coraz częściej przy klubach seniora działają również amatorskie zespoły wokalnie-taneczne, chóry, grupy teatralne i kabaretowe¹¹.

W 2016 roku w województwie kujawsko-pomorskim funkcjonowały **194 kluby seniora**.

Wykaz klubów seniora funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teleadresowymi dostępny jest na **str. 28**.

8. Definicja z: https://zip.nfz.gov.pl/ap-portal/user/menu/open@info?view=059#_EVENT_ (data korzystania: 08.12.17 r.)

9. A. Leszczyńska-Rejchert, Człowiek starszy i jego wspomaganie – w stronę pedagogiki starości, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, Olsztyn 2007.

10. Tamże.

11. Poznań – Sprawdź – Skorzystaj! Małopolski Informator dla Seniorów, Zakliczyn Kraków 2006, s. 11.

UNIWERSYTETY TRZECIEGO WIEKU

Uniwersytet trzeciego wieku jest placówką dydaktyczną skierowaną do osób starszych, której celem jest poprawa jakości życia seniorów¹². Działalność UTW nastawiona jest przede wszystkim na kształcenie, naukę, poszerzenie wiedzy i podtrzymywanie sprawności intelektualnej seniorów oraz stworzenie możliwości aktywnego spędzania czasu wolnego. W ofercie programowej UTW proponowane są m.in. wykłady, seminaria, lektoraty języków obcych, koła zainteresowań, zajęcia artystyczne, sportowe i rekreacyjne.

Uczestnictwo w zajęciach uniwersytetów trzeciego wieku jest najczęściej odpłatne. Formy płatności ponoszone przez uczestników mogą być różne, począwszy od wpisowego, opłaty czesnego za semestr, po dodatkową opłatę za uczestnictwo w regularnych zajęciach¹³.

W 2016 roku w województwie kujawsko-pomorskim funkcjonowały **63 uniwersytety trzeciego wieku**, w tym 31 fili.

Wykaz uniwersytetów trzeciego wieku funkcjonujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego wraz z danymi teleadresowymi dostępny jest na **str. 38**.

NOTATKI

12. K. Lewkowicz, Szkolenie ustawiczne seniorów jako jedna z form tworzenia społeczeństwa wiedzy, Uniwersytet Trzeciego Wieku SGH, Warszawa 2008, s. 2.

13. Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu, *Uczenie się przez całe życie – możliwości nauki dla seniorów. Charakterystyka Uniwersytetów Trzeciego Wieku z Województwa Kujawsko-Pomorskiego*, Toruń 2015, s. 4, 19, 26.

Wykaz wybranych placówek dla osób starszych z terenu województwa kujawsko-pomorskiego

Domy Pomocy Społecznej

DOMY POMOCY SPOŁECZNEJ W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM¹⁴

Lp.	Nazwa i adres domu pomocy społecznej	Numer telefonu	Typ domu pomocy społecznej
BYDGOSZCZ			
1	Dom Pomocy Społecznej „Słoneczko” w Bydgoszczy ul. Gałczyńskiego 2 85-322 Bydgoszcz	(52) 372-91-51	dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie
2	Dom Pomocy Społecznej „Promień Życia” w Bydgoszczy ul. Łomżyńska 54 85-836 Bydgoszcz	(52) 361-22-28	dla osób przewlekle somatycznie chorych
3	Dom Pomocy Społecznej „Jesień Życia” w Bydgoszczy ul. Mińska 15a 85-442 Bydgoszcz	(52) 327-72-13	dla osób w podeszłym wieku
GRUDZIĄDZ			
4	Dom Pomocy Społecznej w Grudziądzu ul. Parkowa 12 86-300 Grudziądz z ZTO V przy ul. Armii Krajowej 39 86-300 Grudziądz	(56) 451-75-20	dla osób przewlekle psychicznie chorych, dla osób przewlekle somatycznie chorych, dla osób w podeszłym wieku
TORUŃ			
5	Dom Pomocy Społecznej w Toruniu ul. Szosa Chełmińska 220 87-100 Toruń	(56) 654-56-42	dla osób w podeszłym wieku, dla przewlekle somatycznie chorych
6	Dom Pomocy Społecznej w Toruniu ul. Rydygiera 23 87-100 Toruń	(56) 657-59-29	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
7	„Kraft Haus” Dom Pomocy Społecznej w Toruniu ul. Szosa Okrężna 3 87-100 Toruń	48 784-535-133	dla osób przewlekle psychicznie chorych
WŁOCŁAWEK			
8	Dom Pomocy Społecznej we Włocławku ul. Nowomiejska 19 87-800 Włocławek	(54) 232-26-67	dla osób w podeszłym wieku

14. Wykaz domów pomocy społecznej na podstawie rejestru prowadzonego przez Wojewodę Kujawsko-Pomorskiego: <http://www.bip.bydgoszcz.uw.gov.pl/rejestry/rejestr-domow-pomocy-spoecznej> - stan na listopad 2017 r.

Lp.	Nazwa i adres domu pomocy społecznej	Numer telefonu	Typ domu pomocy społecznej
9	Dom Pomocy Społecznej we Włocławku ul. Dobrzyńska 102 87-800 Włocławek	(54) 237-14-13	dla osób w podeszłym wieku
10	Dom Pomocy Społecznej we Włocławku ul. Żeromskiego 28a 87-800 Włocławek	(54) 413-39-12	dla osób przewlekle somatycznie chorych i osób niepełnosprawnych fizycznie
POWIAT ALEKSANDROWSKI			
11	Dom Pomocy Społecznej w Zakrzewie ul. Inowrocławska 20 87-707 Zakrzewo	(54) 272-00-15	dla osób przewlekle psychicznie chorych
12	Dom Pomocy Społecznej w Grabiu 87-710 Służewo	(54) 282-12-70	dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie
POWIAT BRODNICKI			
13	Dom Pomocy Społecznej w Brodnicy ul. Wiejska 1 87-300 Brodnica	(56) 498-34-80	dla osób przewlekle somatycznie chorych
14	Dom Pomocy Społecznej w Wichulcu 87-327 Bobrowo	(56) 495-95-04	dla osób w podeszłym wieku
POWIAT BYDGOSKI			
15	Dom Pomocy Społecznej w Bożenkowie 86-031 Osielsko	(52) 381-87-16	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
16	Dom Pomocy Społecznej w Koronowie ul. Paderewskiego 35 86-010 Koronowo	(52) 382-25-64	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
POWIAT CHEŁMIŃSKI			
17	Dom Pomocy Społecznej w Chełmnie ul. Dominikańska 40 86-200 Chełmno	(56) 691-21-00	dla osób przewlekle somatycznie chorych, dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie oraz dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
18	Dom Pomocy Społecznej w Mgoszczu 86-230 Lisewo	(56) 676-89-68	dla osób dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
POWIAT GOLUBSKO-DOBZYŃSKI			
19	Dom Pomocy Społecznej w Golubiu- Dobrzyń ul. PTTK 6 87-400 Golub-Dobrzyń	(56) 683-21-05	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
POWIAT INOWROCŁAWSKI			
20	Dom Pomocy Społecznej w Tarnówku 88-121 Chełmce	(52) 351-68-84	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie

Lp.	Nazwa i adres domu pomocy społecznej	Numer telefonu	Typ domu pomocy społecznej
21	Dom Pomocy Społecznej w Inowrocławiu ul. Wierzbińskiego 49 88-100 Inowrocław	(52) 357-48-24	dla osób w podeszłym wieku
22	Dom Pomocy Społecznej w Ludzisku 88-160 Janikowo	(52) 351-34-72	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
23	Dom Pomocy Społecznej w Warzynie 88-140 Gniewkowo	(52) 351-24-76	dla osób przewlekle psychicznie chorych
24	Dom Pomocy Społecznej w Parchaniu Parchanie 9 88-110 Inowrocław 2	(52) 351-27-90	dla osób przewlekle psychicznie chorych
POWIAT LIPNOWSKI			
25	Dom Pomocy Społecznej w Nowej Wsi Nowa Wieś 1 87-603 Wielgie	(54) 289-71-92	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
POWIAT MOGILEŃSKI			
26	Dom Pomocy Społecznej w Siemionkach 88-324 Jeziora Wielkie	(52) 318-76-23	dla osób przewlekle psychicznie chorych
POWIAT NAKIELSKI			
27	Dom Pomocy Społecznej w Nakle nad Notecią ul. Parkowa 8 89-100 Nakło nad Notecią	(52) 386-77-01	dla osób przewlekle somatycznie chorych
POWIAT RADZIEJOWSKI			
28	Dom Pomocy Społecznej w Piotrkowie Kujawskim ul. Poznańska 98 88-230 Piotrków Kujawski	(54) 265-40-25	dla osób przewlekle somatycznie chorych
POWIAT RYPIŃSKI			
29	Dom Pomocy Społecznej w Ugoszczu Ugoszcz 30, 87- 522 Ostrowite	(54) 270-11-33	dla osób przewlekle somatycznie chorych
POWIAT SĘPOLEŃSKI			
30	Dom Pomocy Społecznej w Suchorączku 89-410 Więcbork	(52) 389-70-51	dla osób przewlekle psychicznie chorych
31	Dom Pomocy Społecznej w Kamieniu Krajeńskim ul. Podgórna 2 89-430 Kamień Krajeński	(52) 388-60-15	dla osób przewlekle somatycznie chorych
32	Dom Pomocy Społecznej w Kamieniu Krajeńskim ul. Dworcowa 1 89-430 Kamień Krajeński	(52) 388-60-34	dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie
POWIAT ŚWIECKI			
33	Dom Pomocy Społecznej w Gołuszycach 86-120 Pruszcz	(52) 332-00-19	dla osób przewlekle psychicznie chorych

Lp.	Nazwa i adres domu pomocy społecznej	Numer telefonu	Typ domu pomocy społecznej
34	Międzygminny Ośrodek Opiekuńczy w Pruszczu ul. Łowińska 9 86-120 Pruszcz	(52) 332-02-90	dla osób w podeszłym wieku
35	Dom Pomocy Społecznej w Świeciu ul. Wojska Polskiego 128 86-100 Świecie	(52) 331-18-84	dla osób przewlekle somatycznie chorych
POWIAT TORUŃSKI			
36	Dom Pomocy Społecznej w Browinie 87-140 Chełmża	(56) 675-71-11	dla osób przewlekle somatycznie chorych
37	Dom Pomocy Społecznej w Dobrzejewicach Dobrzejewice 62 87-123 Dobrzejewice	(56) 678-64-14	dla osób w podeszłym wieku
38	Dom Pomocy Społecznej w Pigży ul. Szkolna 8 87-152 Łubianka	(56) 674-08-00	dla osób przewlekle psychicznie chorych
39	Dom Pomocy Społecznej w Wielkiej Nieszawce ul. Toruńska 18 87-165 Cierpice	(56) 678-72-80	dla osób w podeszłym wieku
POWIAT TUCHOLSKI			
40	Dom Pomocy Społecznej w Wysokiej 89-502 Raciąż	(52) 559-23-53	dla osób przewlekle somatycznie chorych
POWIAT WĄBRZEŃSKI			
41	Dom Pomocy Społecznej w Wąbrzeźnie ul. Pod Młynik 4a 87-200 Wąbrzeźno	(56) 688-03-70	dla osób przewlekle psychicznie chorych
POWIAT WŁOCŁAWSKI			
42	Dom Pomocy Społecznej w Wilkowiczkach 87-850 Chocień	(54) 284-71-16	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
43	Dom Pomocy Społecznej w Kurowie Kurowo-Parcele 44 87-821 Baruchowo	(54) 284-56-26	dla osób przewlekle psychicznie chorych
44	Dom Pomocy Społecznej w Kowalu ul. Kopernika 19 87-820 Kowal	(54) 284-18-65	dla osób przewlekle somatycznie chorych
45	Dom Pomocy Społecznej w Rzeżewie 87-840 Lubień Kujawski	(54) 284-27-26	dla osób w podeszłym wieku
46	Dom Pomocy Społecznej w Izbicy Kujawskiej ul. Narutowicza 40, 65 87-865 Izbica Kujawska	(54) 286-50-72	dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie
POWIAT ŻNIŃSKI			
47	Dom Pomocy Społecznej w Podobowicach Podobowice 49 88-404 Podobowice	(52) 302-47-23	dla osób niepełnosprawnych fizycznie

Całodobowe placówki

PLACÓWKI ZAPEWNIAJĄCE CAŁODOBOWĄ OPIEKĘ OSOBOM NIEPEŁNOSPRAWNYM, PRZEWLEKLE CHORYM LUB OSOBOM W PODESZŁYM WIEKU¹⁵

Lp.	Nazwa i adres placówki	Typ i liczba miejsc
POWIAT ALEKSANDROWSKI		
1	Rodzinny Dom Seniora w Ciechocinku ul. Zdrojowa 53, 87-720 Ciechocinek	15 miejsc dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
POWIAT BYDGOSKI		
2	Centrum Rehabilitacji „Romantica” Sp. z o.o. ul. Ceramiczna 11, 86-005 Kruszyn Krajeński	40 miejsc dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
3	Dom całodobowej opieki „Czarneccy” Spółka cywilna K. Czarnecka K. Czarnecki ul. Leśna 11, 86-005 Zielonka	12 miejsc dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
4	Przyjazne Serce w Murowańcu ul. Skalna 1, 86-005 Białe Błota	7 miejsc dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
POWIAT MOGILEŃSKI		
5	Dom Seniora „CONRADO” Żabno 52, 88-300 Mogilno	14 miejsc dla osób niepełnosprawnych lub osób w podeszłym wieku
POWIAT NAKIELSKI		
6	„Pensjonat Seniora” ul. Strażacka 40, 89-200 Rynarzewo	32 miejsca dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
POWIAT RADZIEJOWSKI		
7	Dom Opieki Dla Osób Starszych „DĘBY” Dęby 13, 88-210 Dobrze	40 miejsc dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
POWIAT SĘPOLEŃSKI		
8	Dom Seniora „Gold” Szynwałd 57, 89-412 Sośno	30 miejsc dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
9	Dom Seniora im. św. Franciszka z Asyżu ul. Stary Rynek 8, 89-410 Więcbork	25 miejsc dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku
POWIAT ŚWIECKI		
10	Dom Seniora „Tucholanka” Tleń ul. Bydgoska 4, 86-150 Osie	32 miejsca dla osób niepełnosprawnych, osób przewlekle chorych lub osób w podeszłym wieku

15. Wykaz placówek zapewniających całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku na podstawie rejestru prowadzonego przez Wojewodę Kujawsko-Pomorskiego <http://www.bip.bydgoszcz.uw.gov.pl/rejestry/rejestr-placowek-calodobowej-opieki> (stan na 25 września 2017 r.)

Dzienne domy pomocy

DZIENNE DOMY POMOCY W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM¹⁶

Lp.	Nazwa i adres dziennego domu pomocy	Numer telefonu
BYDGOSZCZ		
1	Dom Dziennego Pobytu „Senior” przy Stowarzyszeniu „Z Potrzeby Serca” ul. Jodłowa 14, 85-630 Bydgoszcz	(52) 371-01-80
2	Stowarzyszenie „Bydgoska Pomoc Społeczna” Dom Dziennego Pobytu „Kapuściska” ul. Kapuściska 10, 85-807 Bydgoszcz	(52) 361-28-28
GRUDZIĄDZ		
3	Dom Dziennego Pobytu ul. Piłsudskiego 111, 86-300 Grudziądz	(56) 462-06-37
*	Dzienny Dom Pomocy Społecznej przy DPS nr 3 ul. Dywizjon 303/4, 86-300 Grudziądz	732-758-409
TORUŃ		
4	Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Rydygiera 30/32, 87-100 Toruń	(56) 648-26-72
*	Filia DDPS w Toruniu ul. Gagarina 152, 87-100 Toruń	(56) 654-18-57
5	Dzienny Dom Pomocy „Samarytanin” przy Parafii pw. Miłosierdzia i Św. Siostry Faustyny Kowalskiej w Toruniu ul. Św. Faustyny 7, 87-100 Toruń	-----
WŁOCŁAWEK		
6	Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Brzeska 15, 87-800 Włocławek	(54) 411-27-72
POWIAT INOWROCŁAWSKI		
7	Dom Dziennego Pobytu „Życzliwa Przystań” ul. Wachowiaka 6, 88-100 Inowrocław	(52) 357-80-90
*	Filia DDPS w Inowrocławiu ul. Łokietka 12, 88-100 Inowrocław	(52) 352-32-49
8	Dom Dziennego Pobytu Senior – Wigor Żalinowo 7, 88-100 Inowrocław	(52) 355-58-57
9	Dom Diennej Opieki Senior Wigor Janikowo ul. Dworcowa 1, 88-160 Janikowo	503-821-275
POWIAT SĘPOLEŃSKI		
10	Dom Dziennego Pobytu ul. Wypiańskiego 2, 89-430 Kamień Krajeński	609-556-009
POWIAT ŚWIECKI		
11	NZOZ Florencja Dom Dziennego Pobytu dla Osób Starszych w Świeciu ul. Świętego Wincentego 1, 86-105 Świecie	(52) 330-30-75
POWIAT TUCHOLSKI		
12	Domu Dziennego Pobytu Senior WIGOR ul. Słoneczna 4, 89-520 Gostycyn	531-759-349

16. Dane na grudzień 2016 r., na podstawie oceny zasobów pomocy społecznej za 2016 rok oraz stron internetowych.

Zakłady opiekuńczo-lecznicze

ZAKŁADY OPIEKUŃCZO-LECZNICZE/PIELĘGNACYJNO-OPIEKUŃCZE W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM¹⁷

Lp.	Nazwa i adres zakładu opiekuńczo-leczniczego/ pielęgnacyjno-opiekuńczego	Numer telefonu
BYDGOSZCZ		
1	NZOZ Dom Sue Ryder prowadzony Przez Pallmed Sp. z O.O. Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Roentgena 3 85-796 Bydgoszcz	Telefon do rejestracji: (52) 329-00-95 Telefon: (52) 329-00-95
2	Samodzielny Publiczny Wielospecjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administra- cji w Bydgoszczy Zakład/Oddział Opiekuńczo-Leczniczy ul. Markwarta 4-6 85-015 Bydgoszcz http://www.szpital-msw.bydgoszcz.pl	Telefon do rejestracji: (52) 582-63-11 Telefon: (52) 582-63-11
3	Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy w Bydgoszczy Oddział Pielęgnacyjno-Opiekuńczy ul. Smukalska 251 85-485 Bydgoszcz http://www.zpo-bydgoszcz.pl	Telefon do rejestracji: (52) 340-23-01 Telefon: (52) 340-23-01
GRUDZIĄDZ		
4	Regionalny Szpital Specjalistyczny im. dr Władysława Biegań- skiego w Grudziądzu Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy ul. Szpitalna 6/8 86-300 Grudziądz http://bieganski.org	Telefon do rejestracji: (56) 641-48-46 Telefon: (56) 641-44-44
TORUŃ		
5	Zakład Opiekuńczo-Leczniczy Fundacji „Światło” prowadzony przez Fundację „Światło” ul. Grunwaldzka 64 87-100 Toruń http://www.swiatlo.org	Telefon do rejestracji: (56) 651-12-17 Telefon: (56) 651-12-17
6	Zakład Opiekuńczo-Leczniczy prowadzony przez Zgromadze- nie Córek Matki Boskiej Bolesnej „Serafitki” Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Paderewskiego 2 87-100 Toruń	Telefon do rejestracji: (56) 652-01-73 Telefon: (56) 652-01-73

17. Wykaz zakładów opiekuńczo-leczniczych/pielęgnacyjno-opiekuńczych na podstawie Zintegrowanego Informatora Pacjenta (<https://zip.nfz.gov.pl/GSL/GSL/Uniwersalne>) (data korzystania: 03.11.17 r.)

Lp.	Nazwa i adres zakładu opiekuńczo-leczniczego/ pielęgniacyjno-opiekuńczego	Numer telefonu
7	Zakład Pielęgniacyjno-Opiekuńczy im. ks. Jerzego Popiełuszki w Toruniu utworzony przez Radę Miejską Torunia Oddział Opieki Całodobowej o Profilu Somatycznym ul. Ligi Polskiej 8 87-100 Toruń http://www.zpotorun.pl	Telefon do rejestracji: (56) 657-42-90 Telefon: (56) 657-42-95
POWIAT ALEKSANDROWSKI		
8	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Kolejowy Szpital Uzdrowski Sp. z O.O. w Ciechocinku Zakład Pielęgniacyjno-Opiekuńczy ul. Narutowicza 12 87-700 Aleksandrów Kujawski	Telefon do rejestracji: (54) 282-21-11 Telefon: (54) 282-21-11
9	Powiatowy Szpital w Aleksandrowie Kujawskim Sp. z O.O. Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Słowackiego 18 87-700 Aleksandrów Kujawski	Telefon do rejestracji: (54) 282-80-00 Telefon: (54)282-80-00
POWIAT BRODNICKI		
10	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ars Medica Sp. z O.O. w Brodnicy Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Wichulec 14 87-327 Bobrowo http://www.arsmedica.pts.pl	Telefon do rejestracji: (56) 495-95-04 Telefon: (56) 495-95-04
11	Zespół Opieki Zdrowotnej w Brodnicy Zakład Pielęgniacyjno-Opiekuńczy ul. Wyspiańskiego 6 87-300 Brodnica http://www.zozbrodnica.pl	Telefon do rejestracji: (56) 649-80-41 Telefon: (56) 498-23-25
POWIAT BYDGOSKI		
12	Nicpoń Krzysztof Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Medyczne „Epimigren” Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Botaniczna 38 86-031 Osielsko http://www.epimigren.eu	Telefon do rejestracji: (52) 343-60-35 Telefon: (52) 343-60-35
POWIAT CHEŁMIŃSKI		
13	Zespół Opieki Zdrowotnej w Chełmnie Zakład Opiekuńczo-Leczniczy Plac Rydygiera 1 86-200 Chełmno http://www.zoz.chelmno.pl	Telefon do rejestracji: (56) 677-26-66 Telefon: (56) 677-26-66
POWIAT GRUDZIĄDZKI		
14	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej im. Macieja z Miechowa w Łasinie Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Grudziądzka 2 86-320 Łasin	Telefon do rejestracji: (56) 466-42-04 Telefon: (56) 466-42-03

Lp.	Nazwa i adres zakładu opiekuńczo-leczniczego/ pielęgniacyjno-opiekuńczego	Numer telefonu
15	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej im. Macieja z Miechowa w Łasinie Zakład Pielęgniacyjno-Opiekuńczy ul. Kościuszki 23 86-320 Łasin	Telefon do rejestracji: (56) 466-42-04 Telefon: (56) 466-42-03
POWIAT INOWROCŁAWSKI		
16	Centrum Medyczne Sir Med Sp. z O.O. Całodobowe Centrum Medyczne Sir Med Col ul. Staropoznańska 131-133 88-100 Inowrocław http://www.sirmed.pl	Telefon do rejestracji: (52) 355-79-12 Telefon: (52) 355-79-12
POWIAT LIPNOWSKI		
17	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Wimed” w Lipnie Utworzony przez Jolantę Wiśniewską Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Suradówek 26A 87-603 Suradówek http://www.wimed.info	Telefon do rejestracji: (54) 306-71-11 Telefon: (54) 306-71-10
18	NZOZ „Szpital Lipno” utworzony przez Szpital Lipno Spółka z O.O. Zakład Opiekuńczo-Leczniczy w Lipnie ul. Nieszawska 6 87-600 Lipno http://www.szpitallipno.pl	Telefon do rejestracji: (54) 288-02-33 Telefon: (54) 288-02-21
POWIAT MOGILEŃSKI		
19	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Mogilnie Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Kościuszki 6 88-300 Mogilno	Telefon do rejestracji: (52) 315-23-03 Telefon: (52) 315-23-03
POWIAT NAKIELSKI		
20	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Nowy Szpital w Nackle i Szubinie Spółka z O.O.” Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Mickiewicza 7 89-100 Nakło Nad Notecią	Telefon do rejestracji: (41) 240-20-46 Telefon: (41) 240-20-46
POWIAT RADZIEJOWSKI		
21	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Szpitalna 3 88-200 Radziejów	Telefon do rejestracji: (54) 285-62-30 Telefon: (54) 285-62-31
POWIAT RYPIŃSKI		
22	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Rypinie Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul.3 Maja 2 87-500 Rypin	Telefon do rejestracji: (54) 230-87-55 Telefon: (54) 230-87-55

Lp.	Nazwa i adres zakładu opiekuńczo-leczniczego/ pielęgnacyjno-opiekuńczego	Numer telefonu
POWIAT ŚWIECKI		
23	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Florencja II” Sp. z O.O. w Świeciu Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy ul. Św. Wincentego 1 86-100 Świecie http://www.florencja2.info	Telefon do rejestracji: (52) 330-30-75 Telefon: (52) 330-30-75
POWIAT TORUŃSKI		
24	Szpital Powiatowy Sp. z O.O. w Chełmży Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Browina 62 87-140 Browina http://www.szpitalchelmza.eu	Telefon do rejestracji: (56) 675-70-48 Telefon: (56) 675-70-48
POWIAT TUCHOLSKI		
25	„Szpital Tucholski” Sp. z O.O. Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Nowodworskiego 14-18 89-500 Tuchola http://www.szpitaltuchola.p	Telefon do rejestracji: (52) 336-05-37 Telefon: (52) 336-05-37
POWIAT WĄBRZESKI		
26	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Nowy Szpital w Wąbrzeźnie Zakład Opiekuńczo-Leczniczy ul. Wolności 27 87-200 Wąbrzeźno http://www.nowyszpital.pl	Telefon do rejestracji: (56) 689-17-71 Telefon: (56) 689-17-71
POWIAT WŁOCŁAWSKI		
27	Uzdrowisko Wieniec Sp. z O.O. Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy „Wrzos” ul. Leśna 12 87-800 Wieniec-Zdrój	Telefon do rejestracji: (54) 272-10-00 Telefon: (54) 272-10-00

NOTATKI

.....

.....

.....

.....

.....

Poradnie/Oddziały/Kliniki geriatryczne

PORADNIE/ODDZIAŁY/KLINIKI GERIATRYCZNE W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM¹⁸

Lp.	Nazwa i adres poradni/oddziału/kliniki geriatrycznej	Numer telefonu
BYDGOSZCZ		
1	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej - Wielospecjalistyczna Przychodnia „Bartodzieje” Spółka z o.o. w Bydgoszczy Poradnia Geriatryczna ul. Koszalińska 7 85-714 Bydgoszcz	Telefon do rejestracji: (52) 365-06-26 Telefon: (52) 365-06-14
2	NZOZ Centrum Zdrowia „Błonie” Sp. z o.o. „Krystyna Kopa i Wspólnicy” w Bydgoszczy 023 Poradnia Geriatryczna ul. Broniewskiego 9 85-316 Bydgoszcz	Telefon do rejestracji: (52) 325-83-60, (52) 325-83-70 Telefon: (52) 325-83-60, (52) 325-83-70
3	Samodzielny Publiczny Wielospecjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Bydgoszczy Poradnia Geriatryczna ul. Markwarta 4-6 85-015 Bydgoszcz http://www.szpital-msw.bydgoszcz.pl	Telefon do rejestracji: (52) 582-62-99, (52) 582-62-98 Telefon: (52) 582-62-00
4	Samodzielny Publiczny Wielospecjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Bydgoszczy Oddział Geriatrii ul. Markwarta 4-6 85-015 Bydgoszcz http://www.szpital-msw.bydgoszcz.pl	Telefon do rejestracji: (52) 582-63-64 Telefon: (52) 582-63-64
5	Szpital Uniwersytecki nr 1 im. dr. Antoniego Jurasza w Bydgoszczy Poradnia Geriatryczna ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9 85-094 Bydgoszcz	Telefon do rejestracji: (52) 585-40-56 Telefon: (52) 585-40-00
6	Szpital Uniwersytecki nr 1 im. dr. Antoniego Jurasza w Bydgoszczy Klinika Geriatrii ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9 85-094 Bydgoszcz	Telefon do rejestracji: (52) 585-49-00 Telefon: (52) 585-49-00
TORUŃ		
7	Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy w Toruniu Poradnia Geriatryczna ul. Gagarina 39 87-100 Toruń http://www.womp.torun.pl	Telefon do rejestracji: (56) 654-20-20, 517-083-365 Telefon: (56) 654-20-20

18. Wykaz poradni/oddziałów/klinik geriatrycznych na podstawie Zintegrowanego Informatora Pacjenta (<https://zip.nfz.gov.pl/GSL/GSL/Uniwersalne>) (data korzystania: 03.11.17 r.)

Hospicja

HOSPICJA STACJONARNE W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM¹⁹

Lp.	Nazwa i adres hospicjum stacjonarnego	Numer telefonu
BYDGOSZCZ		
1	Hospicjum im. Bł. Ks. Jerzego Popiełuszki przy Parafii Świętych Polskich Braci Męczenników w Bydgoszczy ul. Ks. Prałata Romualda Biniaka 3 85-862 Bydgoszcz http://www.hospicjum.bydgoszcz.pl	Telefon do rejestracji: (52) 361-48-51 Telefon: (52) 361-48- 51
2	NZOZ Dom Sue Ryder prowadzony przez Pallmed Sp. z o.o. Oddział Opieki Paliatywnej ul. Roentgena 3 85-796 Bydgoszcz	Telefon do rejestracji: (52) 329-00-95 Telefon: (52) 329-00- 95
3	Szpital Uniwersytecki nr 1 im. dr Antoniego Jurasza w Bydgoszczy Oddział Medycyny Paliatywnej ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9 85-094 Bydgoszcz	Telefon do rejestracji: (52) 585-48-94 Telefon: (52) 585-48- 94
GRUDZIĄDZ		
4	Regionalny Szpital Specjalistyczny im. dr Władysława Biegańskiego w Grudziądzu Oddział Medycyny Paliatywnej ul. Szpitalna 6/8 86-300 Grudziądz http://bieganski.org/pl/main	Telefon do rejestracji: (56) 641-48-59 Telefon: (56) 641-44- 44
TORUŃ		
5	Zespół Opieki Paliatywnej im. Jana Pawła II Hospicjum „Światło” w Toruniu Hospicjum Stacjonarne ul. Grunwaldzka 64 87-100 Toruń http://www.hospicjumswiatlo.pl	Telefon do rejestracji: (56) 651-14-37 Telefon: (56)651-14-37
WŁOCŁAWEK		
6	Wojewódzki Szpital Specjalistyczny we Włocławku Oddział Medycyny Paliatywnej ul. Wieniecka 49 87-800 Włocławek	Telefon do rejestracji: (54) 412-93-80 Telefon: (54) 412-93- 80
POWIAT INOWROCŁAWSKI		

19. Wykaz hospicjów stacjonarnych na podstawie Zintegrowanego Informatora Pacjenta (<https://zip.nfz.gov.pl/GSL/GSL/Uniwersalne>) (data korzystania: 03.11.17 r.)

Kluby Seniora

KLUBY SENIORA W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM²⁰

Nazwa i adres klubu seniora	
BYDGOSZCZ	
1. Klub Seniora „Złota Jesień” ul. Pl. Kościeleckich 6 05-033 Bydgoszcz	2. Klub Seniora „Okatik” ul. Powstańców Wielkopolskich 33, 85-090 Bydgoszcz
3. Klub Seniora „Cyganeria” Opera Nova ul. Focha 5, 85-070 Bydgoszcz	4. Klub Seniora „Odnowa” przy Domu Kultury „Odnowa” Al. Planu 6-letniego 38 85-806 Bydgoszcz
5. Klub Seniora „Uniwerek” Pl. Kościeleckich 6 85-033 Bydgoszcz	6. Klub Seniora PTTK Koło nr 18 Pl. Kościeleckich 6 85-033 Bydgoszcz
7. Pomorsko-Kujawski Klub Seniora Boksu w Bydgoszczy ul. Lelewela 38/31a 85-638 Bydgoszcz	8. Bydgoski Klub Seniorów Lotnictwa ul. Biedaszkowo 28d 85-157 Bydgoszcz
9. Klub Seniora Spółdzielni Mieszkaniowej „Budowlani” przy Domu Kultury „Modraczek” ul. Ogrody 15 85-870 Bydgoszcz	
GRUDZIĄDZ	
10. Klub Seniora przy Klubie Kopernik ul. Bydgoska 26 86-300 Grudziądz	11. Klub Seniora „Wesoła Wiara” przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej Adres korespondencyjny: ul. Waryńskiego 36 86-300 Grudziądz Miejsce spotkań: ul. Śniadeckich 6 86-300 Grudziądz
12. Klub Seniora „Epicentrum” przy Spółdzielni Mieszkaniowej Strzemięcín ul. Śniadeckich 26 86-300 Grudziądz	13. Grudziądzki Klub Weteranów Boksu ul. Konarskiego 36 86-300 Grudziądz
TORUŃ	
14. Klub Seniora „Kopernik” SM „Kopernik” - zajęcia w Ośrodku Sportowym ul. Świętopełka 15/23 87-100 Toruń	15. Klub Seniora „Podgórski Walczyk” ul. Poznańska 52 87-100 Toruń

20. Dane na styczeń 2016 r. zebrane przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu na podstawie:
- ankiety skierowanej do urzędów miast i gmin województwa kujawsko-pomorskiego,
- publikacji pn. „Informator dla seniora” wydanie II, Toruń 2015 r.,
- stron internetowych wybranych urzędów miast/gmin, ośrodków/domów kultury z naszego województwa.

Nazwa i adres klubu seniora	
16. Klub Seniora przy Klubie „Sobótka” ul. Wojska Polskiego 43/45 87-100 Toruń	17. Klub Seniora przy Klubie „Kameleon” ul. Tuwima 9 87-100 Toruń
18. Centrum Aktywizacji Seniorów PKPS WOAK Klub Seniora „Supetek” ul. Szpitalna 8 87-100 Toruń	19. Klub Seniora „Zacisze” ul. Bema 38a 87-100 Toruń
20. Klub Seniora „Zielona Dolina” przy Punkcie Informacyjno-Konsultacyjnym MOPR w Toruniu ul. Olsztyńska 114 87-100 Toruń	21. Klub Seniora „Kacper” SM „Kopernik” - za- jęcia w Świetlicy Osiedlowej ul. Kaliskiego 9 87-100 Toruń
WŁOCLAWEK	
22. Klub Seniora „Wrzos” Plac Wolności 17 87-800 Włocławek	23. Klub Seniora „Złota Jesień” ul. Fredry 16 87-800 Włocławek
24. Klub Seniora „Jubilat” ul. Chopina 27 87-100 Włocławek	25. Klub Seniora „Łęgowianie” ul. Płocka 234 87-100 Włocławek
26. Klub Seniora „Zazamcze” ul. Wieniecka 42 87-100 Włocławek	27. Klub Seniora ZPiT „Piast” ul. Chopina 27 87-100 Włocławek
28. Klub Seniora „Nasz Dom” ul. Gałczyńskiego 9 87-100 Włocławek	29. Klub Seniora „Senior Kujawy” ul. Żabia 8 87-100 Włocławek
30. Klub Seniora „Stokrotka” ul. Żabia 8 87-100 Włocławek	
POWIAT ALEKSANDROWSKI	
31. Klub Seniora „Złoty Wiek” przy Miejskim Centrum Kultury ul. Parkowa 3 87-700 Aleksandrów Kujawski	32. Klub seniora „Raj” ul. Wysoka 4 87-721 Raciążek
33. Zespół Seniora „Mimozą” ul. Dworcowa 9 87-731 Waganiec	34. „Klub Seniora 50+” przy Domu Kultury w Zakrzewie ul. Dworcowa 1 87-707 Zakrzewo
POWIAT BRODNICKI	
35. Klub Seniora w Bobrowie Bobrowo 20A 87-327 Bobrowo	36. Klub Seniora w Nieżywięciu Nieżywięć 150 87-326 Nieżywięć (gm. Bobrowo)
37. Klub Seniora - „Cichy Zakątek” przy Osie- dlowym Ośrodku Kultury ul. Wyspiańskiego 10 A 87-300 Brodnica	38. Związek Sybiraków ul. Nad Drwęcą 1 87-300 Brodnica

Nazwa i adres klubu seniora	
39. Związek Kombatantów RP i Byłych Więźniów Politycznych ul. Nad Drwęcą 1 87-300 Brodnica	40. Klub Seniora - Towarzystwo Przyjaciół Kultury „Ziemia Michałowska” ul. Przykop 43 87-300 Brodnica
41. Klub Seniora - Towarzystwo Miłośników Kultury „Brodniczanka” ul. Przykop 43 87-300 Brodnica	42. Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów ul. Nad Drwęcą 1 87-300 Brodnica
43. Krąg seniorów ZHP ul. Nowa 3/16 87-300 Brodnica	44. Klub Seniora „Żrodełko Zdrowia” ul. Nad Drwęcą 1 87-300 Brodnica
45. Klub Seniora Szczupanki Remiza OSP w miejscowości Szczuka Szczuka, 87-300 Brodnica	46. Klub Seniora „Karbowianie” przy Wiejskim Domu Kultury ul. Klubowa 25, Karbowo 87-300 Brodnica
47. Klub Seniora „Radosna Jesień” ul. Rynek 14 87-320 Górzno	48. Klub Seniora „Złote Kłosa” przy Miejsko-Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej ul. Główna 22 87-330 Jabłonowo Pomorskie
49. Koło Seniora „Serce na Dłoni” przy Gminnym Ośrodku Kultury w Osieku Osiek 81 87-340 Osiek	50. Klub Seniora „Pokrzydowianki” Pokrzydowo 23 87-305 Zbiczno
51. Klub Seniora „Wesołe Kumaszy” przy Ogólnopolskim Stowarzyszeniu Seniorów w Bydgoszczy 87-305 Zbiczno	
POWIAT BYDGOSKI	
52. Klub Seniora „Wrzos” ul. Bydgoska 11, Zielonka 86-005 Białe Błota	53. Klub Seniora „Lisy i Lisiczki” przy Świetlicy wiejskiej w Lisim Ogonie ul. Wyczynowa 2 86-065 Lisi Ogon, Białe Błota
54. Klub Seniora „Kwiat Kruszyna” ul. Czysta 1a 86-005 Białe Błota	55. Klub Seniora „Razem Raźniej” ul. Jałowcowa 7 86-065 Łochowo (gm. Białe Błota)
56. Klub Seniora „Murowianka” ul. Ogrodowa 2/1, Lipniki 86-005 Białe Błota	57. Klub Seniora „Moc Serc” ul. Szubińska 86-005 Białe Błota
58. Klub Seniora „Emerytów i Rencistów” ul. Turkusowa 4 86-005 Białe Błota	59. Klub Seniora „Osiedlanki” ul. Pogodna 9, Ciele 86-005 Białe Błota
60. Klub Seniora działający przy GOK w Dobrczu ul. Ogrodowa 1 86-022 Dobrcz	61. Klub Seniora „Grabina” przy Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury ul. Szosa Kotomińska 3 86-010 Koronowo

Nazwa i adres klubu seniora	
62. Klub Seniora Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów ul. Pomianowskiego 1 86-010 Koronowo	63. Klub Seniora „Wrzos” ul. Ogrodowa 22 86-060 Nowa Wieś Wielka
64. Klub Seniora w Brzozie ul. Przemysłowa 9 86-061 Brzoza	65. Klub Seniora Osielsko ul. Szosa Gdańska 57 86-031 Osielsko
66. Klub Seniora Jaruzyn ul. Starowiejska 26, Jaruzyn 86-031 Osielsko	67. Klub Seniora „Bożenkowo” ul. Harcerska 2, Bożenkowo 86-031 Osielsko
68. Klub Seniora Niwy – Wilcze ul. Słupsk 4, Wilcze 86-031 Osielsko	69. Klub Seniora Niemcz ul. Pod Wierzbami 2b 86-032 Niemcz
70. Klub Seniora w Żołędowie ul. Wierzbowa 6, Żołędowo 86-031 Osielsko	71. Klub Seniora Maksymilianowo ul. Kościelna 2, Maksymilianowo 86-031 Osielsko
72. Klub Seniora „Szarotka” z siedzibą w Spółdzielni Mieszkaniowej „Transportowiec” ul. Żwirki i Wigury 1 86-050 Solec Kujawski	73. Komputerowy Klub Seniora przy Centrum Aktywności Edukacji ul. 23 Stycznia 9 86-050 Solec Kujawski
74. Klub Seniora „Niezapominajka” przy Świetlicy „Jagódka” ul. Kujawska 17a 86-050 Solec Kujawski	
POWIAT CHEŁMIŃSKI	
75. Klub Seniora „Zgoda” przy Chełmińskim Domu Kultury ul. Dworcowa 40a 86-200 Chełmno	76. Klubik Seniora przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Chełmnie ul. Dominikańska 40 86-200 Chełmno
77. Klub Seniora - Związek Emerytów i Rencistów Urzędu Gminy w Lisewie ul. Chełmińska 2 86-230 Lisewo	78. Klub Seniora „Malwa” przy Gminnym Ośrodku Kultury w Papowie Biskupim Papowo Biskupie 128 86-221 Papowo Biskupie
POWIAT GOLUBSKO-DOBZYŃSKI	
79. Klub Seniora w Ostrowitem Ostrowite 87-400 Golub-Dobrzyń	80. Klub Seniora - Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział Rejonowy w Kowalewie Pomorskim ul. Plac Wolności 13 87-410 Kowalewo Pomorskie
POWIAT GRUDZIĄDZKI	
81. Klub Seniora przy Gminnym Ośrodku Kultury w Małym Rudniku Mały Rudnik 35a 86-302 Mały Rudnik (gm. Grudziądz)	82. Klub Seniora w Rogóźnie Rogóžno 91 c 86-318 Rogóžno

Nazwa i adres klubu seniora	
83. Parafialny Klub Seniora przy parafii św. Maksymiliana Kolbe w Świeciu nad Osą Świecie nad Osą 110 86-341 Świecie nad Osą	84. Klub Seniora przy Gminnym Ośrodku Kultury w Świeciu nad Osą 86-341 Świecie nad Osą
POWIAT INOWROCŁAWSKI	
85. Pracownia Seniora przy Miejsko - Gminnym Ośrodku Kultury, Sportu i Rekreacji w Gniewkowie ul. Dworcowa 5 88-140 Gniewkowo	86. Klub „Kopernik” ul. Toruńska 60 88-100 Inowrocław
87. Klub Seniora przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej ul. Błonie 13 88-100 Inowrocław	88. Klub Seniora Biblioteki Miejskiej im. J. Kasprowicza ul. Wilkońskiego 32 88-100 Inowrocław
89. Klub Osiedlowy „Przydomek” Kujawskiej Spółdzielni Mieszkaniowej ul. Marulewska 7 88-100 Inowrocław	90. KSM „Rondo” ul. Wojska Polskiego 5 88-100 Inowrocław
91. Klub Seniora „Łojewianie” Łojewo 21 88-101 Inowrocław	92. Klub Seniora „Złoty Wiek” ul. Przemysłowa 26 88-160 Janikowo
93. Klub Seniora „Popiel” - Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Miejsko - Gminny w Kruszwicy ul. Rybacka 20 88 - 150 Kruszwica	94. Klub „Oświata” - Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Miejsko - Gminny w Kruszwicy ul. Rybacka 20 88 - 150 Kruszwica
95. Klub Seniora Kobylniki - Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Miejsko - Gminny w Kruszwicy ul. Rybacka 20 88 - 150 Kruszwica	96. Klub Seniora Janowice - Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Miejsko - Gminny w Kruszwicy ul. Rybacka 20 88 - 150 Kruszwica
97. Klub Seniora Polanowice - Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Miejsko - Gminny w Kruszwicy ul. Rybacka 20 88 - 150 Kruszwica	98. Klub Seniora Ostrowo - Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Miejsko - Gminny w Kruszwicy ul. Rybacka 20 88 - 150 Kruszwica
99. Klub Seniora Brześć - Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Miejsko - Gminny w Kruszwicy ul. Rybacka 20 88 - 150 Kruszwica	100. Klub Seniora Chełmce przy świetlicy w Chełmcach 88-121 Chełmce (gm. Kruszwica)
101. Klub Seniora „Złota Jesień” przy Gminnym Ośrodku Kultury ul. Św. Jana 12 88-170 Pakość	102. Stowarzyszenie Gminny Klub Seniora „Wrzos” Rojewo 105 88-111 Rojewo
POWIAT LIPNOWSKI	

Nazwa i adres klubu seniora	
103. Klub Seniora „Złoty Kłosa” przy Dobrzyńskim Domu Kultury Żak ul. Szkolna 2 87-610 Dobrzyń nad Wisłą	104. Klub Seniora „Aktywni Dobrzyniaczy 55 PLUS” przy Dobrzyńskim Domu Kultury Żak ul. Szkolna 2 87-610 Dobrzyń nad Wisłą
105. Klub seniora „Jesienny Liść” ul. Toruńska 20 87-620 Kikół	106. Koło Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Koło nr 5 Wola 51 87-620 Kikół
107. Koło Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Koło nr 3 Jarczechowo 18 87-620 Kikół	108. Klub Seniora przy Miejskim Centrum Kultu- ralnym w Lipnie ul. Piłsudskiego 22 87-600 Lipno
109. Klub Seniora „Wena” przy Gminnym Ośrodku Kultury Adres do korespondencji: ul. Szkolna 1c 87-605 Tłuchowo	110. Klub Seniora w Wielgiem ul. Starowiejska 8 87-603 Wielgie
POWIAT MOGILEŃSKI	
111. Klub Seniora „Radość” Jeziora Wielkie 98 88-324 Jeziora Wielkie	112. Klub Seniora działający przy Mogileńskim Domu Kultury ul. ks. P. Wawrzyniaka 1 88-300 Mogilno
113. Klub Seniora „Kujawianka” przy Miejsko- Gminnym Ośrodku Kultury i Rekreacji ul. Gimnazjalna 26 88-320 Strzelno	
POWIAT NAKIELSKI	
114. Klub Seniora „Aktywny Senior” działający przy Gminnym Centrum Kultury i Biblioteki im. Klary Prillowej w Kcyni Libelta 27 89-240 Kcynia	115. Klub Seniora przy Szubińskim Domu Kultury ul. Kcyńska 13 89-200 Szubin
116. Klub Seniora w Rynarzewie przy Świątlicy Wiejskiej ul. Bydgoska 2 89-203 Rynarzewo (gm. Szubin)	117. Klub Seniora w Zalesiu Zalesie 89-200 Szubin
118. Klub Seniora w Zamościu ul. Wierzbowa 1, Zamość 89-200 Szubin	
POWIAT RADZIEJOWSKI	
119. Klub Seniora „Bytoniaczy” Bytoń 72 88-231 Bytoń	120. Klub Seniora „Osiećnicy” przy Gminnym Ośrodku Kultury ul. I Armii Wojska Polskiego 21 88-220 Osiećnicy

Nazwa i adres klubu seniora	
121. Klub Seniora „Kujawy Bachorne Nowe” przy Gminnym Ośrodku Kultury ul. I Armii Wojska Polskiego 21 88-220 Osiećiny	122. Klub Seniora „Polonez” przy Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury Sportu i Rekreacji w Piotrkowie Kujawskim ul. Strażacka 1 88-230 Piotrków Kujawski
123. Klub Seniora „Złota Jesień” przy Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury Sportu i Rekreacji w Piotrkowie Kujawskim ul. Strażacka 1 88-230 Piotrków Kujawski	124. Klub Seniora „Złota jesień” Topółka 19 87-875 Topółka
POWIAT RYPIŃSKI	
125. Klub Seniora „Przystań” Brzuze 62 87-517 Brzuze	126. Klub Seniora „Wrzosey” przy Rypińskim Domu Kultury ul. Warszawska 8 87-500 Rypin
127. Klub Seniora „Srebrny Włós” przy Rypińskim Domu Kultury ul. Warszawska 8 87-500 Rypin	128. Klub Seniora „Skrwilenianki” Urząd Gminy w Skwilnie ul. Rypińska 7 87-510 Skrwilno
POWIAT SĘPOLEŃSKI	
129. Stowarzyszenie Rodzinni i Klub Seniora Lutówko 65 89-400 Sępólno Krajeńskie	130. Klub Seniora w Gminie Więcbork przy Miejsko-Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej ul. Mickiewicza 22a 89-410 Więcbork
POWIAT ŚWIECKI	
131. Klub Seniora „Radosne Serca” przy Gminnym Ośrodku Kultury Sportu i Rekreacji w Górnej Grupie Górna Grupa, ul. Świecka 8 86-134 Dragacz	132. Klub Seniora „Jarzębina” z Gródka przy Świetlicy Wiejskiej ul. Słoneczna 1a 86-140 Drzycim
133. Klub Seniora „Niezapominajka” w Drzycimiu ul. Szkolna 8 86-140 Drzycim	134. Związek Emerytów i Rencistów z Drzycimia ul. Szkolna 6 86-140 Drzycim
135. Klub Seniora „Astor” w Jeżewie ul. Świecka 18 86-131 Jeżewo	136. Klub Seniora przy Gminnym Ośrodku Kultury w Laskowicach ul. Kolejowa 9 86-130 Laskowice
137. Klub Seniora „Nowianie” Urząd Gminy Pl. Św. Rocha 5 86-170 Nowe	138. Klub Seniora „Osiaci” przy Gminnym Ośrodku Kultury w Osiu ul. Rynek 2 86-150 Osie
139. Klub Seniora „Kociewiaczy” ul. Wojska Polskiego 139 86-100 Świecie	140. Klub Seniora „Kalina” ul. Wyszyńskiego 15 86-105 Świecie

Nazwa i adres klubu seniora	
141. Stowarzyszenie Klub Seniora „Wrzos” ul. Hallera 9/17 86-100 Świecie	142. Klub Seniora „Wrzos” ul. Piłsudskiego 15 86-105 Świecie
143. Klub Seniora „Pogodna Jesień” ul. Dworcowa 20/7 86-182 Świekatowo	144. Gminne Koło Emerytów Rencistów i Inwalidów Bąkowska 12 86-160 Warlubie
POWIAT TORUŃSKI	
145. Klub „Niteczka” przy Powiatowej i Miejskiej Bibliotece Publicznej w Chełmży ul. Rynek 4 87-140 Chełmża	146. Klub Seniora „Radość” przy Gminnym Centrum Informacji ul. Toruńska 20 87-640 Czernikowo
147. Klub Seniora „Lubiczanie” ul. Lipnowska 11 87-162 Lubicz Górny	148. Stowarzyszenie Klub Seniora „Lubiczanie” ul. Lipnowska 11 87-162 Lubicz Górny
149. Stowarzyszenie Kulturalne „Pokolenie” ul. Mostowa 1 87-162 Lubicz Dolny	150. Klub Seniora „Złota Jesień” ul. Szkolna 8 87-122 Grębocin
151. Klub Seniora „Dolina Drwęcý” korespondencja: ul. Sportowa 9 zajęcia: ul. Boczna 4 87-162 Lubicz Górny	152. Klub Seniora „Arka” ul. Różana 7 87-162 Lubicz Dolny
153. Klub Seniora „Złota Jesień” ul. Dworcowa 1 (Dom Katolicki) 87-122 Grębocin	154. Klub Seniora „Barwy Jesieni” przy Centrum Kultury w Łubiance ul. Toruńska 4 87-152 Łubianka
155. Klub Seniora „Szarotka” ul. Okrężna 7, Turzno 87-148 Łysomice	156. Klub Seniora „Sami Swoi” ul. Aleja Lipowa 29 87-126 Obrowo
157. Klub Seniora „Leśna Kraina” ul. Brzozowa 7 87-165 Cierpice	158. Klub Seniora przy Ośrodku Kultury w Górsku ul. Leśna 13, Górsk 87-134 Zławieś Wielka
159. Parafialny Klub Seniora w Czarnowie Czarnowo 87-134 Zławieś Wielka	160. Klub Seniora przy Gminnym Ośrodku Kultury i Sportu w Złejwsi Małej ul. Topolowa 6 87-134 Zławieś Wielka
POWIAT TUCHOLSKI	
161. Klub Seniora „Cisowianie” ul. Szkolna 4 89-511 Cekcyn	162. Klub Seniora „Wrzos” w Gostycynie ul. Bydgoska 35 89-520 Gostycyn
163. Klub Seniora „Spokojna Przystań” w Kamienicy Kamienica 16a 89-520 Gostycyn	164. Klub Seniora „Malwa” w Pruszczu ul. Kościelna 89-520 Gostycyn

Nazwa i adres klubu seniora	
165. Klub Seniora „Jarzębinka” przy Gminnym Ośrodku Kultury w Śliwicach ul. Dworcowa 39 89-530 Śliwice	166. Koło Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów ul. Dworcowa 39 89-530 Śliwice
167. Klub Seniora „Jesień” przy Tucholskim Ośrodku Kultury Plac Zamkowy 8 89-500 Tuchola	168. Klub Seniora „Jarzębina” przy Spółdzielni Mieszkaniowej w Tucholi ul. Piastowska 5a 89-500 Tuchola
169. Klub Seniora „Promyk” przy Wiejskim Domu Kultury w Raciążu ul. Wczasowa 1 89-502 Raciąż	
POWIAT WĄBRZESKI	
170. Klub Seniora przy Gminnym Ośrodku Kultury ul. Szkolna 4 87-222 Książki	171. Klub Seniora „Jesień Życia” w Nowej Wsi Królewskiej Nowa Wieś Królewska 40 87-214 Płużnica
172. Klub Seniora „Płużniczanie” z siedzibą w Świetlicy Wiejskiej w Płużnicy Płużnica 64 87-214 Płużnica	173. Klub Seniora z siedzibą w Świetlicy Wiejskiej w Błędowie Błędowo 87-214 Płużnica
174. Klub Emerytów i Rencistów w Mgowie Mgowo 87-214 Płużnica	175. Klub Seniora z siedzibą w Świetlicy Wiejskiej w Orłowie Orłowo, 87-214 Płużnica
176. Klub Seniora z siedzibą w Świetlicy Wiejskiej w Goryniu Goryń, 87-214 Płużnica	177. Klub Seniora z siedzibą w Świetlicy Wiejskiej w Uciążu Uciąż, 87-214 Płużnica
178. Klub Seniora z siedzibą w Świetlicy Wiejskiej w Wielądzu Wielądź, 87-214 Płużnica	179. Klub Seniora „Echo” ul. Wolności 47 87-200 Wąbrzeźno
POWIAT WŁOCŁAWSKI	
180. Klub Seniora „Jubilatki” przy Świetlicy Wiejskiej w Czarnem Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Baruchowie Baruchowo 19 B 87-821 Baruchowo	181. Klub Aktywnego Seniora przy Gminnym Ośrodku Kultury ul. Wojska Polskiego 22 87-840 Lubień Kujawski
182. Klub Seniora przy Lubrańskim Centrum Dziedzictwa Kulturowego ul. Brzeska 10 87-890 Lubraniec	
POWIAT ŻNIŃSKI	
183. Klub Seniora „Wrzos” ul. Lotników 23/67 88-190 Barcin	184. Klub „ART” Pracownia Kujawy w Piechcinie ul. Okrężna 5/2 88-192 Piechcin (gm. Barcin)

Uniwersytety Trzeciego Wieku

UNIwersytety TRZECIEGO WIEKU W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM²¹

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
1	BYDGOSZCZ	Kazimierzowski Uniwersytet Trzeciego Wieku Uniwersytet Kazimierza Wielkiego ul. J.K. Chodkiewicza 30 85-064 Bydgoszcz	666-311-267, (52) 360-83-86	www.kutw.pl
2		Kujawski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Kujawsko-Pomorskim Centrum Kultury w Bydgoszczy Pl. Kościeleckich 6 85-033 Bydgoszcz	(52) 585-15-01	www.kpck.pl/kujawski-utw/
3		Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Gospodarki ul. Naruszewicza 11 85-229 Bydgoszcz	(52) 567-07-07	www.u3w.byd.pl
4		Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Uniwersytecie Technologiczno-Przyrodniczym im. Jana i Jędrzeja Śniadeckich, Regionalne Centrum Innowacyjności al. prof. S. Kaliskiego 7 85-790 Bydgoszcz	519-151-585, (52) 374-92-64	www.utw.utp.edu.pl
5		Uniwersytet Trzeciego Wieku „Wiatrak” w Bydgoszczy ul. Bołtucia 5 85-791 Bydgoszcz	(52) 323-48-10	www.wiatrak.org.pl
6		Uniwersytet Medyczny Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Nauk o Zdrowiu ul. Karpacka 54 85-164 Bydgoszcz	(52) 379-23-52	www.umtw.pl
7		Uniwersytet Każdego Wieku przy Wydziale Zamiejscowym w Bydgoszczy Wyższej Szkoły Bankowej w Toruniu ul. Fordońska 74 85-719 Bydgoszcz	(52) 582-91-08	www.wsb.bydgoszcz.pl/universytet-kazdego-wieku

21. Dane na styczeń 2016 r. z ankiety skierowanej do urzędów gmin i miast województwa kujawsko-pomorskiego, zebrane przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu, publikacji pn. „Informator dla Seniora” oraz na podstawie stron internetowych wybranych m.in. uniwersytetów/szkół wyższych z naszego województwa.

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
8		Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Środowiska w Bydgoszcz ul. Fordońska 120 85-739 Bydgoszcz	(52) 328-40-31	
9		Uniwersytet Otwarty przy Bydgoskiej Szkole Wyższej ul. Unii Lubelskiej 57A 85-059 Bydgoszcz	(52) 584-10-01	
10		Akademia Sztuk Wszelakich przy Kujawsko-Pomorskim Centrum Kultury w Bydgoszczy Pl. Kościeleckich 6 85-033 Bydgoszcz	(52) 585-15-01	www.kpck.pl/akademia-sztuk-wszelakich/
11	GRUDZIĄDZ	Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Demokracji w Grudziądzu ul. Legionów 57A 86-300 Grudziądz	(56) 465-41-36	www.wsd.ifo.pl
12		Akademia Seniora Al. 23 Stycznia 42 86-300 Grudziądz	605-860-089	
13	TORUŃ	Toruński Uniwersytet Trzeciego Wieku ul. Gagarina 37 87-100 Toruń	536-127-880	www.tutw.org
14	WŁOCŁAWEK	Kujawsko-Dobrzyński Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Humanistyczno-Ekonomicznej we Włocławku ul. Okrzei 94, pokój nr 19 (Colegium Maius) 87-800 Włocławek	660-714-516	
15		Włocławski Uniwersytet Trzeciego Wieku ul. Nowomiejska 25 87-800 Włocławek	(54) 232-99-56	
POWIAT ALEKSANDROWSKI				
16	Aleksandrów Kujawski	* Kujawsko-Dobrzyński Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Humanistyczno-Ekonomicznej we Włocławku w Oddział w Aleksandrowie Kujawskim ul. Parkowa 3 87-700 Aleksandrów Kujawski	(54) 282-68-30	www.ksw.wloclawek.pl

LP.	MIJESCO- WOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
17	Bądkowo	Uniwersytet Ludzi Aktywnych w Bądkowie ul. Włocławska 13 87-704 Bądkowo	(54) 272-45-62	
18	Ciechocinek	Stowarzyszenie Uniwersytet dla Aktywnych w Ciechocinku z siedzibą w Miejskim Centrum Kultury ul. Żelazna 5 87-720 Ciechocinek	728-728-452	http://pixigon.pl/uniwersytet
POWIAT BRODNICKI				
19	Brodnica	Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy Towarzystwie Rodziców Dzieci Specjalnej Troski ul. Wyspiańskiego 13 87-300 Brodnica	(56) 697-02-41	www.wtztrdst.pl
POWIAT BYDGOSKI				
20	Dobrcz	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Dobrczu Zapisy: Gminny Ośrodek Kultury ul. Długa 52 86-022 Dobrcz	(52) 381-81-31, (52) 364-80-36	www.gok.dobrcz.pl
21	Dobrcz	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Karolewie Zapisy: Zespół Szkół Agro-Ekonomicznych im. Bronisława Zamojdzina Karolewie 8 86-022 Dobrcz	(52) 381-92-76	www.zsae-karolewo.pl
22	Koronowo	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Koronowie Zapisy: Zespół Szkół Zawodowych im. gen. S. Maczka ul. Dworcowa 53 86-010 Koronowo	(52) 382-25-04, (52) 382-22-47	www.mgok.koronowo.pl
23	Nowa Wieś Wielka	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Brzozie Zapisy: Gimnazjum im. Karola Wojtyły w Brzozie ul. Powstańców Wielkopolskich 31A 86-061 Brzoza	(52) 320-15-41	

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
24	Osielsko	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Osielsku Zapisy: Gminny Ośrodek Kultury w Osielsku ul. Szosa Gdańska 57 86-031 Osielsko	(52) 381-35-67	www.gok-osielsko.eu
25		*Uniwersytet Trzeciego Wieku w Maksymilianowie ul. Kościelna 2 86-021 Maksymilianowo	(52) 335-82-39	www.gok-osielsko.eu
26	Sicienko	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Sicienku Zapisy: Gminny Ośrodek Kultury ul. Bydgoska 6 86-014 Sicienko	(52) 554-13-05	www.gok-sicienko.pl
27	Solec Kujawski	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia Solec Kujawski ul. 23 stycznia 9 86-050 Solec Kujawski	(52) 387-29-51	www.biblioteka.soleckujawski.pl
POWIAT CHEŁMIŃSKI				
28	Chełmno	Uniwersytet Trzeciego Wieku w Chełmińskim Domu Kultury Chełmiński Dom Kultury ul. Dworcowa 40a 86-200 Chełmno	(56) 686-48-08	www.chdk.pl
29	Lisewo	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszcz Filia w Lisewie Urząd Gminy w Lisewie ul. Chełmińska 2 86-230 Lisewo	(56) 676-89-66, 509-848-185	
30	Unistaw	Akademia Dorosłego Człowieka Gminny Ośrodek Kultury w Unistawiu ul. Parkowa 22 86-260 Unistaw	(56) 686-87-34	

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
POWIAT GOLUBSKO-DOBZYŃSKI				
31	Golub-Dobrzyń	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki Filia w Golubiu - Dobrzyniu Miejska i Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Ks. F.K. Malinow- skiego ul. Żeromskiego 11 87-400 Golub-Dobrzyń	(56) 682-16-90, (56) 683-24-05	
32	Kowalewo Pomorskie	* Uniwersytet Trzeciego Wie- ku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Kowalewie Pomorskim Zapisy: Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury Plac Wolności 13 87-410 Kowalewo Pomorskie	(56) 684-11-74	www.u3w.byd.pl
POWIAT INOWROCŁAWSKI				
33	Dąbrowa Biskupia	* Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy Fundacji Ekspert – Kujawy Filia w Dąbrowie Biskupiej Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Dąbrowie Biskupiej ul. Długa 48 88-133 Dąbrowa Biskupia	(52) 351-20-67	www.dabrowabiskupia. pl
34	Gniewkowo	* Uniwersytet Trzeciego Wie- ku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Gniewkowie Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Gniewkowie Zajęcia: ul. Dworcowa 5 88-140 Gniewkowo Zapisy: Urząd Miasta i Gminy Gniewkowo ul. 17 stycznia 11 88-140 Gniewkowo	(52) 335-88-00	

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
35	Inowrocław miasto	Uniwersytet Trzeciego Wieku Fundacja Ekspert – Kujawy przy Wyższej Szkole Pedagogiczne - Technicznej w Koninie ul. Dworcowa 65 88-100 Inowrocław	516-213-408, (52) 357-62-15	www.utw.ekspert-kujawy.pl
36		Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Fundacji Bądźmy razem - łączymy Poko- lenia” Al. Niepodległości 4 88-100 Inowrocław	501-588-211	
37	Kruszwica	Stowarzyszenie Uniwersytet Trze- ciego Wieku w Kruszwicy ul. Kujawska 22 88-150 Kruszwica	(52) 569-10-39	
38	Pakość	* Uniwersytet Trzeciego Wie- ku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia Pakość Zapisy: Ośrodek Kultury i Turystyki ul. Św. Jana 12 88-170 Pakość	(52) 351-83-45	www.okit.com.pl
39	Złotniki Ku- jawskie	* Uniwersytet Trzeciego Wie- ku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Złotnikach Kujawskich Zapisy: Gimnazjum im. Karola Urbańskiego w Złotnikach Kujawskich ul. Powstańców Wielkopolskich 1 88-180 Złotniki Kujawskie	(52) 351-71-29	www.gimnazjumzlot- niki.pl
POWIAT LIPNOWSKI				
40	Dobrzyń nad Wisłą	* Kujawsko-Dobrzyński Uniwersy- tet Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Humanistyczno-Ekono- micznej we Włocławku Oddział w Dobrzyniu nad Wisłą Kontakt: WSHE we Włocławku Dział Dydaktyki, ul. Okrzei 94, pokój nr 19 (Collegium Maius) 87-800 Włocławek Zajęcia: Dobrzyński Dom Kultury Żak ul. Szkolna 2 87-610 Dobrzyń nad Wisłą	(54) 253-05-42, 660-714-516	www.ddkzak.pl

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
41	Lipno	Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Lipnie ul. Piłsudskiego 22 87-600 Lipno	(54) 287-24-40 wew. 23	www.mclipno.pl
42	Wielgie	* Kujawsko-Dobrzyński Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Humanistyczno-Ekonomicznej we Włocławku Oddział w Wielgiem Kontakt: WSHE we Włocławku Dział Dydaktyki ul. Okrzei 94, pokój nr 19 (Collegium Maius) 87-800 Włocławek Zajęcia: Ośrodek Kultury i Biblioteka Gminy Wielgie ul. Starowiejska 81 87-603 Wielgie	(54) 289-71-22, (54) 289-74-70, 796-703-086	www.okib.pl
POWIAT MOGILEŃSKI				
43	Mogilno	Uniwersytet Trzeciego - Wieku sekcja Mogileńskiego Domu Kultury ul. Ks. P. Wawrzyniaka 1 88-300 Mogilno	(52) 315-24-80	
POWIAT NAKIELSKI				
44	Kcynia	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Kcyni przy Gminnym Centrum Kultury i Biblioteki im. Klary Prillowej w Kcyni ul. Libelta 27 89-240 Kcynia	(52) 589-37-56	www.centrumkultury-kcynia.pl
45	Nakło nad Notecią	Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Nakielskim Domu Kultury w Nakle nad Notecią ul. Mickiewicza 3 89-100 Nakło nad Notecią	(52) 386-08-62	www.utw.nok.naklo.pl
46	Szubin	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Szubinie Szubiński Dom Kultury ul. Kcyńska 13, 89-200 Szubin	(52) 384-82-35	www.szdk.szubin.net

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
47	Szubin	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Zamościu k. Bydgoszczy Świetlica Wiejska ul. Wierzbowa 1 89-200 Zamość k. Bydgoszczy	(52) 384-82-35	www.szdk.szubin.net
POWIAT RADZIEJOWSKI				
48	Radziejów	* Kujawsko-Dobrzyński Uniwersytet Trzeciego Wieku we Włocławku przy Wyższej Szkole Humanistyczno-Ekonomicznej we Włocławku Oddział w Radziejowie Lokalna Grupa Działania /dla UTW/ ul. Kościuszki 58 88-200 Radziejów	601-512-349	
POWIAT RYPIŃSKI				
49		Uniwersytet Każdego Wieku Miejski Zespół Obsługi Oświaty w Rypinie ul. Warszawska 40 87-500 Rypin	(54) 280-96-48	
50	Rypin	* Kujawsko-Dobrzyński Uniwersytet Trzeciego Wieku we Włocławku przy Wyższej Szkole Humanistycznej we Włocławku Oddział w Rypinie ul. Nowy Rynek 20 87-500 Rypin	608-815-621	
POWIAT SĘPOLEŃSKI				
51	Sępólno Krajeńskie	Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Stowarzyszeniu „Duże Różowe Słońce” ul. Jeziorna 6 89-400 Sępólno Krajeńskie	514-066-891	

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
52	Więcbork	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Więcborku Zapisy: Urząd Miejski w Więcborku ul. Mickiewicza 22 89-410 Więcbork Zajęcia: Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury ul. Poczтова 2 89-410 Więcbork	(52) 389-52-25	www.u3w.byd.pl
POWIAT ŚWIECKI				
53	Świecie	Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Spółdzielczym Ośrodku Kultury „STOKROTKA” ul. Wyszyńskiego 15 86-105 Świecie	(52) 331-21-88	
54	Pruszcz	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Pruszczu Zajęcia: Gminna Biblioteka Publiczna, ul. Sportowa 1 86-120 Pruszcz	(52) 521-27-38	www.pruszcz.naszabiblioteka.com/universytet-trzeciego-wieku
POWIAT TORUŃSKI				
55	Chełmża miasto	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Chełmży przy Powiatowej i Miejskiej Bibliotece Publicznej im. Juliana Prejsa w Chełmży Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna im. Juliana Prejsa w Chełmży ul. Rynek 4 87-140 Chełmża Zajęcia: Chełmżyński Ośrodek Kultury ul. Bydgoska 7 87-140 Chełmża	(56) 675-61-33	www.pimbp.pl

LP.	MIEJSCOWOŚĆ	ADRES	NR TELEFONU	STRONA WWW
56	Chełmża gmina	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszcz Filia Chełmża Urząd Gminy Chełmża ul. Wodna 2 87-140 Chełmża	(56) 675-60-77, (56) 675-60-76	
57	Czernikowo	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Czernikowie Zapisy: Urząd Gminy w Czernikowie ul. Słowackiego 12 87-640 Czernikowo Zajęcia: Aula Szkoły Muzycznej przy Zespole Szkół ul. Gimnazjalna 1 87-640 Czernikowo	690-897-358	www.czernikowo.pl
58	Łysomice	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Łysomicach Centrum Animacji Kultury ul. Warszawska 19 87-148 Łysomice	(56) 678-31-52	
POWIAT TUCHOLSKI				
59	Lubiewo	* Uniwersytet Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy Filia w Lubiewie Dom Kultury w Lubiewie ul. W. Witosa 1 89-526 Lubiewo	512-864-125	www.dklubiewo.pl
60	Tuchola	Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wyższej Szkole Zarządzania Środowiskiem w Tucholi ul. Pocztowa 13 89-500 Tuchola	604-592-102	www.wszs.tuchola.pl
POWIAT WĄBRZESKI				
61	Płużnica	Aktywny Senior - Mobilny Uniwersytet III Wieku Płużnica 64 87-214 Płużnica	(56) 687-39-09	www.trgp.org.pl

Oferta instytucji kultury i sportu w województwie kujawsko-pomorskim

OFERTA

Im dłużej seniorzy będą aktywni, zaangażowani w różnego rodzaju inicjatywy, korzystali z dostępnych ofert instytucji kultury i sportu, tym dłużej pozostaną w dobrym zdrowiu, zarówno fizycznym, jak i psychicznym.

Świat kultury i sportu także podąża za zmianami demograficznymi, tworząc ofertę odpowiadającą na potrzeby osób starszych.

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu celem upowszechniania informacji na temat inicjatyw kulturalnych i sportowych realizowanych przez Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego adresowanych do seniorów, współpracuje z Departamentem Kultury i Dziedzictwa Narodowego oraz Departamentem Sportu i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego. Poniżej prezentujemy aktualny wykaz wojewódzkich instytucji kultury realizujących w naszym regionie inicjatywy dla seniorów oraz wykaz przedsięwzięć sportowych realizowanych na rzecz seniorów bądź takich, których uczestnikami są osoby starsze, organizowanych lub/i współfinansowanych przez Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego²².

Oferta instytucji kultury

BYDGOSZCZ

■ **Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. dr. Witolda Bełzy w Bydgoszczy**

Do zadań organizowanych w Bibliotece Głównej i filiach szczególnie z myślą o seniorach należą:

1. bezpłatne zajęcia komputerowe dla osób chętnych, prowadzone indywidualnie, zgodnie z zapotrzebowaniem użytkowników. Bibliotekarze uczą podstaw obsługi komputera, serfowania po Internecie, zakładania kont mailowych, korzystania z katalogu on-line oraz zamawiania książek przez Internet i ich prolongowania.
2. spotkania i dyskusje przy kawie o książce i literaturze,
3. cykliczne spotkania w bibliotece: na spotkaniach autorskich, występach teatryków, imprezach łączących pokolenia np. z okazji Dnia Babci,
4. cykliczne, zorganizowane wyjścia seniorów, spotykających się w Bibliotece, do muzeów i filharmonii
5. współpraca z działającym przy Kujawsko-Pomorskim Centrum Kultury w Bydgoszczy Teatrem Form Różnych „Nasza klasa” Uniwersytetu Trzeciego Wieku, który wystawia przedstawienia w filiach bibliotecznych.
6. projekt „Projektor - filmy na strychu”, cykliczne seanse filmowe w Bibliotece Głównej WiMBP w Bydgoszczy prezentujące filmy z kanonu klasyki filmowej,

22. Wykazy wojewódzkich instytucji kultury oraz wydarzeń sportowych na terenie naszego województwa przekazane przez Departament Kultury i Dziedzictwa Narodowego oraz Departament Sportu i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego.

7. systematycznie poszerzana oferta książek z dużą czcionką, udostępnianych w Wypożyczalni Fabuła przy Starym Rynku oraz w bibliotekach osiedlowych,
8. systematycznie poszerzany zbiór audiobooków w Wypożyczalni Multimedialnych-Multimedia 39 oraz w bibliotekach osiedlowych w Śródmieściu przy ul. Dworcowej, na Błoni i na Przylesiu,
9. nieformalne kluby seniora działające przy kilku filiach osiedlowych (na Szwederowie, Kapuściskach, Wyżynach, Wzgórzu Wolności, Czyżkówku). Na spotkaniach, które odbywają się co miesiąc seniorzy dyskutują nie tylko o literaturze, ale o zdrowiu, zdrowym odżywianiu, dzielą się swoimi pasjami, wychodzą wspólnie do Filharmonii Pomorskiej, muzeów lub na spacer po starej Bydgoszczy.

Strona internetowa instytucji: wimbp.man.bydgoszcz.pl

■ **Kujawsko-Pomorskie Centrum Kultury w Bydgoszczy**

Pracownia Integracji Międzypokoleniowej Kujawsko-Pomorskiego Centrum Kultury w Bydgoszczy

85-033 Bydgoszcz, Plac Kościeleckich 6

Dane kontaktowe:

www.kpck.pl/pracownia-integracji-miedzypokoleniowej

www.facebook.com/integracja.kpck

tel. 52 585-15-01

e-mail integracja@kpck.pl

■ **Opis syntetyczny:**

Pracownia Integracji Międzypokoleniowej jest odpowiedzialna za tworzenie warunków do dialogu międzypokoleniowego oraz integracji społecznej w obszarach edukacji, kultury i sztuki. Ideą integracji międzypokoleniowej jest inicjowanie wydarzeń łączących młodych i starszych tak aby wszystko i wszędzie robić nie tylko dla seniorów, ale przede wszystkim z seniorami. Osoby starsze należy zachęcać do aktywnego stylu życia, pomocy innym, bycia dla innych, kontaktów ze starszymi i młodymi, a to uczy i wymaga wielu kompromisów. Pracownia Integracji Międzypokoleniowej prowadzi Kujawski Uniwersytet Trzeciego Wieku, Akademię Sztuk Wszelakich (Humanistyczny Uniwersytet Każdego Wieku), Młodzieżową Akademię Kreatywności, opiekuje się merytorycznie Klubami Seniora, sekcjami, grupami i kołami zainteresowań oraz zespołami artystycznymi, organizuje przeglądy i projekty o zasięgu lokalnym, regionalnym i ogólnopolskim. Pracownia jest czynna w godzinach 9:00-15:00 we wtorki, czwartki i piątki, a w poniedziałki i środy w godzinach 11:00-16:00.

Zadania realizowane systematycznie i wg kalendarza roku akademickiego skierowane do Słuchaczy Akademii Sztuk Wszelakich (Humanistyczny Uniwersytet Każdego Wieku), Kujawskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz Członków Klubu Seniora „Złota Jesień”:

Poniedziałek

11:00 - 15:00 Grupa Plastyczna

12:00 - 15:00 Klub Gier Karcianych i Planszowych „Hetman”

15:30 - 19:30 Klub Seniora „Złota Jesień”

16:00 - 17:30 Akademia Sztuk Wszelakich (Humanistyczny Uniwersytet Trzeciego Wieku)

Wtorek:

9:00-11:00 Zespół Tańca Nowoczesnego „noWa”

11:00 - 13:00 Klub Pracy Twórczej „Pipsztyk”

11:00 - 12:30 Zespół Wokalny „Tercja”

12:30 - 14:00 Zespół Wokalny „Niespodzianka”

14:00 - 15:30 Klub Seniora „Uniwerek”

15:00 - 17:00 Żeński Chór Kameralny „Belcanto”

Środa:

10:00 - 12:00 Teatr Form Różnych „Nasza Klasa”

14:00 - 15:00 Kujawski Uniwersytet Trzeciego Wieku

16:00 - 17:00 Kujawski Uniwersytet Trzeciego Wieku

Czwartek:

10:00 - 13:00 Kinowy Klub Dyskusyjny „KAKADU”

10:30 - 12:30 Zespół Tańca Nowoczesnego „noWa”

11:00 - Spacerki Historyczne i Koło Genealogiczne

11:00 - Zajęcia Terenowe i Zwiedzanie

18:00 - 20:00 Kino Hoffman

Piątek:

9:00 - 10:30 Projekt „Cyfrowy Senior”

10:00 - 12:00 Klub Seniora „Koło PTTK nr 18”

10:00 - 15:00 Klub Gier Karcianych i Planszowych „Hetman”

10:30 - 12:30 Warsztaty: „Scena dla każdego”

11:00 - 12:30 Projekt „Cyfrowy Senior”

13:00 - 14:30 Projekt „Cyfrowy Senior”

Cały tydzień:

8:00 – 17:00 Bookcrossing

8:00 – 17:00 Grupa Wolontariatu Międzypokoleniowego „Bez Granic”

Zadania realizowane cyklicznie i wg określonego harmonogramu skierowane do wszystkich odbiorców:

Familijne Podwórko u Hoffmana

Młodzieżowa Akademia Kreatywności

Wojewódzki Przegląd Artystycznego Ruchu Seniorów „ARS”

Ogólnopolski Przegląd Artystycznego Ruchu Seniorów „ARS”

- Ogólnopolski Przegląd Twórczości Artystycznej Seniorów „Babie Lato”
- Imprezy Wielopokoleniowe: Dancingi, Dyskoteki, Bale
- Akcje Społeczne skierowane do dzieci, młodzieży, dorosłych, seniorów, osób niepełnosprawnych
- Wykłady i warsztaty okolicznościowe
- Tematyczne Wieczory Kinowe

Strona internetowa instytucji: www.kpck.pl

■ **Filharmonia Pomorska**

Oferta Filharmonii adresowana do seniorów obejmuje:

1. cykl poranków muzycznych wyłącznie dla seniorów organizowanych raz w miesiącu w godzinach przedpołudniowych w sali kameralnej Filharmonii,
2. bilety ulgowe na koncerty kameralne i symfoniczne,
3. specjalna cena biletów dla słuchaczy Uniwersytetów Trzeciego Wieku z województwa kujawsko-pomorskiego,
4. preferencyjna cena biletów dla osób w wieku emerytalnym skupionych w stowarzyszeniach, związkach, klubach, które mają, na co dzień utrudniony, dostęp do Filharmonii, np. pochodzą z uboższych i odległych miejscowości. Na podstawie uzasadnionego wniosku możliwa jest także częściowa refundacja kosztów przejazdu autokarem.
5. Klub Przyjaciół Filharmonii Pomorskiej, którego członkami są przede wszystkim seniorzy i uczestniczą regularnie w edukacyjnych spotkaniach,
6. Seniorzy 70+ - bilety w cenie 1 zł w ramach określonego limitu, z wyłączeniem koncertów specjalnych.

Strona internetowa instytucji: www.filharmonia.bydgoszcz.pl

■ **Opera Nova w Bydgoszczy**

Bilety ulgowe dla posiadaczy legitymacji emeryta lub rencisty.

Strona internetowa instytucji: www.opera.bydgoszcz.pl

TORUŃ

■ **Wojewódzka Biblioteka Publiczna - Książnica Kopernikańska w Toruniu**

W ramach wieloletniej współpracy z Uniwersytetem Trzeciego Wieku Biblioteka organizuje wystawy prac artystów amatorów seniorów w Filii nr 1.

Strona internetowa instytucji: www.ksiaznica.torun.pl

■ Muzeum Etnograficzne im. M. Znamierowskiej-Prüfferowej w Toruniu

Oferta Muzeum adresowana do seniorów obejmuje:

1. korzystne zasady wstępu dla seniorów:
 - wstęp wolny w środy na wszystkie ekspozycje stałe,
 - zniżkowe ceny biletów na ekspozycje i płatne imprezy.
2. programy edukacyjne dla seniorów:
 - „Muzeum-panaceum” – cykl tematycznych interaktywnych spotkań dla osób indywidualnych w wieku 55+ odbywających się raz w miesiącu dla osób - 3 zł/os.),
 - wykłady z zakresu etnografii Polski i etnologii dla Toruńskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku
 - spotkania przy ekspozycjach muzealnych dla zorganizowanych grup seniorów ze stowarzyszeń, klubów, itp. (cena biletu uzgadniana jest każdorazowo w zależności od danej formy lub bezpłatnie).

Strona internetowa instytucji: www.etnomuzeum.pl

■ Galeria Sztuki „Wozownia” w Toruniu

Galeria oferuje bilety ulgowe dla seniorów na wszystkie swoje wystawy. Wstęp we wtorki i niedziele na wernisaże wystaw oraz na wykłady jest bezpłatny.

Strona internetowa instytucji: www.wozownia.pl

■ Galeria i Ośrodek Plastycznej Twórczości Dziecka w Toruniu

Oferta Galerii adresowana do seniorów obejmuje:

1. zajęcia wielopokoleniowe, w szczególności organizowane cyklicznie Sobotnie Poranki Plastyczne skierowane do dzieci 3 i 4-letnich oraz ich rodziców i dziadków,
2. bezpłatny wstęp na wszystkie wystawy organizowane w obu siedzibach Galerii.

Strona internetowa instytucji: www.galeriadziecka-eduart.pl

■ Centrum Sztuki Współczesnej „Znaki Czasu” w Toruniu

W okresie od stycznia 2018 – czerwca 2018 cykl „Dzień na plus” – polegający na spotkaniach dla seniorów kilka razy w miesiącu. Seniorzy mogą skorzystać z następującej oferty:

1. Pokaz filmowy z prelekcją i dyskusją, bilety po 10 zł.
2. Spacer z przewodnikiem po aktualnej wystawie w CSW
3. Warsztaty artystyczne
4. Zajęcia wprowadzające w tajniki obsługi komputera „Komputer krok po kroku”.

Wrzesień 2018 – spotkanie organizacyjne

Październik 2018 – Grudzień 2018 nowa oferta zajęć dla seniorów

Strona internetowa instytucji: www.csw.torun.pl

■ Wojewódzki Ośrodek Animacji Kultury w Toruniu

Oferta Ośrodka adresowana do seniorów obejmuje:

1. Zespół Rękodzieła Artystycznego Klub Supełek - ma charakter wielopokoleniowy, jednak przeważają w nim osoby starsze. Większość członków Klubu należy do Stowarzyszenia Twórców Ludowych. Artyści zrzeszeni w Klubie tworzą wysokiej wartości artystycznej koronki i hafty oraz popularyzują rękodzieło artystyczne poprzez wystawy, kursy, warsztaty, udział w przeglądach i kiermaszach sztuki ludowej w całym kraju. Specjalnością Supełka jest koronka czótenkowa – frywolitka.
2. Orkiestra Dęta – jest wielopokoleniowym amatorskim zespołem muzycznym.
3. Chór Męski Copernicus – jest amatorskim zespołem muzycznym składającym się z osób dorosłych. Koncertuje w Toruniu i innych miastach w Polsce, a także za granicą.
4. Sekcja plastyczna Toruńskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku – osoby będące na emeryturze uczestniczą w cotygodniowych zajęciach, podczas których malują w różnych technikach, rysują, tworzą grafiki, a swoje dokonania prezentują na wystawach. Organizują także plenery, spotkania i konkursy artystyczne.
5. Centrum Aktywizacji Seniorów – seniorzy uczestniczą w cotygodniowych spotkaniach, podczas których wspólnie celebrować różne święta i uroczystości, zapoznają się z propozycjami kulturalnymi miasta.
6. Angażowanie seniorów w projekty realizowane przez Ośrodek, takie jak inscenizacje, prezentacje teatralne, przedsięwzięcia międzypokoleniowe, itp.
7. Ponadto, z myślą o osobach pracujących z ludźmi starszymi, w Ośrodku są organizowane warsztaty przysposabiające do takiej pracy.

Strona internetowa instytucji: www.woak.torun.pl

■ **Teatr im. Wilama Horzycy w Toruniu**

Bilety ulgowe dla posiadaczy legitymacji emeryta lub rencisty.

Strona internetowa instytucji: www.teatr.torun.pl

■ **Kujawsko-Pomorski Impresaryjny Teatr Muzyczny w Toruniu**

Bilety ulgowe dla posiadaczy legitymacji emeryta lub rencisty.

Strona internetowa instytucji: www.teatrmuzycznytorun.pl

WŁOCLÁWEK

■ **Muzeum Ziemi Kujawskiej i Dobrzyńskiej we Włocławku**

Muzeum oferuje bilety ulgowe dla seniorów na wystawy stałe i czasowe:

- na terenie Włocławka (Gmach Główny, Zbiory Sztuki, Muzeum Etnograficzne) i w Nieszawie – Muzeum Stanisława Noakowskiego,
- w Kujawsko-Dobrzyńskim Parku Etnograficznym w Kłóbce: możliwość skorzystania z lekcji muzealnych i warsztatów.

Strona internetowa instytucji: www.muzeum.wloclawek.pl/pl

POWIAT GOLUBSKO-DOBRZYŃSKI

▪ Ośrodek Chopinowski w Szafarni

Ulgowe bilety wstępu dla seniorów:

- Spotkania z Chopinem z muzyką na żywo w wykonaniu pianisty i prelekcja przewodnika. Spotkanie zakończone projekcją filmu „Wakacje z Chopinem” ,
- Sobotnie koncerty o godz. 17.00,
- Z Chopinem na trawie (wakacje). Przeznaczona dla rodzin z dziećmi i seniorów, spędzających wolny czas na pikniku w Szafarni, możliwość udziału w konkursie fotograficznym, którego tematem jest przedstawienie w formie fotografii sposobów spędzania wolnego czasu w parku Ośrodka Chopinowskiego oraz jego walorów krajobrazowych.

Strona internetowa instytucji: www.szafarnia.art.pl

POWIAT ŻNIŃSKI

▪ Muzeum Archeologiczne w Biskupinie

Bilety ulgowe dla posiadaczy legitymacji emeryta lub rencisty

Możliwość skorzystania z lekcji muzealnych i warsztatów .

Strona internetowa instytucji: www.biskupin.pl

▪ Pałac Lubostron w Lubostroniu

Ulgowe bilety dla seniorów – zwiedzanie zabytkowego obiektu Pałacu.

Strona internetowa instytucji: www.palac-lubostron.pl

WYKAZ PRZEDSIĘWZIĘĆ SPORTOWYCH

OBSZAR CAŁEGO WOJEWÓDZTWA

▪ Kujawsko-Pomorskie na Rowery

Organizator: Stowarzyszenie Run To Run

Adres: ul. Szafranowa 6, 87-100 Toruń

Rodzaj przedsięwzięcia: rajdy rowerowe

<http://www.kujawsko-pomorskienarowery.pl/>

▪ Nordic Walking za Uśmiech

Organizator: Kazimierz Musiałowski

Adres: ul. The Beatles 2, 87-125 Smogorzewiec

Rodzaj przedsięwzięcia: nordic wal king

http://kazimierzmusialowski.pl/?page_id=2565

▪ **Grand Prix Województwa Kujawsko-Pomorskiego**

Organizator: Stowarzyszenie Zdrowo Zabiegani

Rodzaj przedsięwzięcia: biegi

<http://www.zdrowozabiegani.pl/>

▪ **Dzień Przewodnika Turystycznego - Poznaj Region z Przewodnikiem**

Koordynator: Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego w Toruniu

Adres: Plac Teatralny 2, 87-100 Toruń

Rodzaj przedsięwzięcia: zwiedzanie

<http://www.kujawsko-pomorskie.pl/biuro-prasowe/informacje-prasowe/30428-poznaj-region-z-przewodnikiem-3>

▪ **Inauguracja Sezonu Turystycznego**

Organizator: Kujawsko-Pomorska Organizacja Turystyczna

Adres: ul. Wełniany Rynek 5/8, 85-036 Bydgoszcz

Rodzaj przedsięwzięcia: zwiedzanie

<http://k-pot.pl/>

<http://www.kujawsko-pomorskie.pl/biuro-prasowe/informacje-prasowe/30765-to-be-dzie-turystyczny-megaweekend>

TORUŃ

▪ **Karate 60+**

Organizator: Klub Karate Tradycyjnego Kumade – Toruń

Adres: ul. Jana Olbrachta 4/6, 87-100 Toruń

Rodzaj przedsięwzięcia: zajęcia karate

<http://www.karatekumade.com/>

▪ **Środy z szosą i MTB**

Organizator: Rowery Kwiatkowski

Adres: Szosa Chełmińska 1 137, 87-100 Toruń

Rodzaj przedsięwzięcia: zajęcia rowerowe

<http://rowerytorun.pl/posts>

▪ **Neuca dla zdrowia**

Organizator: Fundacja NEUCA dla zdrowia

Adres: ul. Szosa Bydgoska 58, 87-100 Toruń

Rodzaj przedsięwzięcia: nordic wal king

<https://neucadlzdrowia.pl/>

Rady Seniorów w województwie

Rady Seniorów są organem opiniodawczo-doradczym i funkcjonują najczęściej przy urządach miast/gmin. Dostarczają one informacji nt. sposobów i kierunków strategii społecznych w odniesieniu do środowiska ludzi starszych oraz podejmują różnego rodzaju działania i przedsięwzięcia mające na celu aktywizację i integrację środowisk senioralnych.

RADY SENIORÓW W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM²³

Lp.	Nazwa i adres Rady Seniorów	Numer telefonu
1	Wojewódzka Rada ds. Polityki Senioralnej przy Marszałku Województwa Kujawsko-Pomorskiego Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego (adres do korespondencji: Departament Spraw Społecznych, Wdrażania Europejskiego Funduszu Społecznego i Zdrowia ul. M. Skłodowskiej-Curie 73 87-100 Toruń) e-mail: se.sekretariat@kujawsko-pomorskie.pl	tel. do sekretariatu (56) 652-18-96
BYDGOSZCZ		
2	Bydgoska Rada Seniorów Urząd Miasta Bydgoszczy, ul. Jezuicka 1 85-102 Bydgoszcz	tel. (52) 585-89-13
GRUDZIĄDZ		
3	Grudziądzka Rada Seniorów ul. Ratuszowa 1 86-300 Grudziądz e-mail: senior@um.grudziadz.pl	tel. (56) 451-03-18, (56) 451-04-52
TORUŃ		
4	Rada Seniorów Miasta Torunia ul. Fałata 39 87-100 Toruń e-mail: wzips@um.torun.pl	tel. (56) 611-84-54
WŁOCLAWEK		
5	Włocławska Rada Seniorów Włocławskie Centrum Organizacji Pozarządowych i Wolontariatu ul. Żabia 12a 87-800 Włocławek	Tel. (54) 416-62-60
POWIAT ALEKSANDROWSKI		
6	Miejska Rada Seniorów ul. Kopernika 19 87-720 Ciechocinek	-----

23. Wykaz Rad Seniorów w województwie kujawsko-pomorskim na podstawie informacji przekazanych przez ośrodki pomocy społecznej z województwa kujawsko-pomorskiego – stan na listopad 2017 r. oraz z danych własnych ROPS w Toruniu.

Lp.	Nazwa i adres Rady Seniorów	Numer telefonu
POWIAT CHEŁMIŃSKI		
7	Chełmińska Rada Seniorów Urząd Miasta Chełmno ul. Dworcowa 1 86-200 Chełmno	tel. (56) 677-17-16
POWIAT GRUDZIĄDZKI		
8	Gminna Rada Seniorów w Świeciu nad Osą Urząd Gminy 86-341 Świecie nad Osą 1 e-mail: gmina@swiecienadosa.pl	tel. (56) 466-16-13 fax.(56) 466-16-21
POWIAT INOWROCŁAWSKI		
9	Miejska Rada Seniorów w Inowrocławiu Urząd Miasta Inowrocławia ul. Roosevelta 36 88-100 Inowrocław	-----
10	Zespół Konsultacyjny ds. Seniorów ul. Rynek 4 88-170 Pakość	-----
POWIAT LIPNOWSKI		
11	Lipnowska Rada Seniorów Urząd Miejski w Lipnie Plac Dekerta 8 87-600 Lipno	-----
12	Powiatowa Rada Seniorów Biuro Organów Powiatu Starostwa Powiatowego w Lipnie ul. Sierakowskiego 10B 87-600 Lipno	-----
POWIAT MOGILEŃSKI		
13	Rada Seniora w Dąbrowie ul. Kasztanowa 16 88-306 Dąbrowa	tel. (52) 315-32-16 wew.15
14	Mogileńska Rada Seniorów Urząd Miejski w Mogilnie ul. Narutowicza 1 88-300 Mogilno	tel. (52) 318-55-20
POWIAT NAKIELSKI		
15	Nakielska Rada Seniorów ul. Ks. P. Skargi 2 89-100 Nakło nad Notecią	-----
16	Rada Seniorów Gminy Szubin ul. Kcyńska 12 89-200 Szubin	-----

Bezpieczeństwo Seniora a finanse

■ Oszczędności

Wiele starszych osób posiada oszczędności, które niestety nadal trzymane są w domu. Nie jest to bezpieczne rozwiązanie – może wydarzyć się sytuacja losowa, np. pożar, zalanie mieszkania, w wyniku, której utracimy zaoszczędzone pieniądze. Drugą niebezpieczną sytuacją może być kradzież. Dlatego, aby uniknąć ryzyka, warto swoje oszczędności ulokować w banku.

Korzyści z posiadania rachunku bankowego:

- zakładając konto w banku mamy możliwość przechowywania i zarządzania swoimi pieniędzmi – również przez internet,
- wykonywanie przelewów bez wychodzenia z domu,
- wpływ emerytury/renty bezpośrednio na konto,
- posiadanie karty płatniczej,
- dostęp do bankowości elektronicznej i bankowego serwisu telefonicznego,
- otrzymywanie wyciągów z operacji na rachunku,
- możliwość ustalenia zleceń stałych i poleceń zapłaty,
- możliwość założenia rachunku wspólnego razem z małżonkiem,
- dostęp do gotówki 24 godziny na dobę poprzez korzystanie z bankomatów²⁴.

■ Bezpieczeństwo przy korzystaniu z kart płatniczych

„Korzystanie z kart płatniczych jest bardzo wygodne, dzięki nim nie musimy nosić przy sobie dużej ilości gotówki. Jednak użytkowanie kart płatniczych budzi wiele wątpliwości, szczególnie z punktu widzenia bezpieczeństwa naszych środków pieniężnych. (...) **Jeśli dojdzie do zgubienia bądź utraty karty, należy niezwłocznie zgłosić to wydawcy karty w celu jej zastrzeżenia (dzwoniąc pod numer podany przez banku lub też pod specjalny wspólny numer do zastrzegania kart płatniczych +48 828 828 828)**”²⁵

O czym należy pamiętać korzystając z kart płatniczych, czy to wypłacając gotówkę z bankomatu, czy też płacąc kartą w sklepie.

- przede wszystkim chronić numer PIN do karty (jest to hasło składające się z 4 cyfr, dzięki któremu autoryzujemy realizowane transakcje),
- podczas transakcji cały czas mieć kartę w zasięgu ręki lub wzroku, by nie doszło np. do zeskanowania karty,
- podczas finalizacji transakcji, przed wprowadzeniem numeru PIN, sprawdzać wysokość kwoty, czy jest ona zgodna z ceną zakupów,
- warto ustawić dzienne limity na karcie (wypłaty z bankomatu lub płatności kartą), dzięki którym starty w przypadku kradzieży karty nie będą tak dotkliwe,
- kontrolować stan rachunku bankowego, czy operacje prowadzone kartą nie przekraczają dostępnych środków²⁶.

24. Opracowano na podstawie: *Senior w świecie finansów. Poradnik klienta usług finansowych*, Praca zbiorowa, Warszawa 2015, s. 18 -21.

25. *Senior w świecie finansów. Poradnik klienta usług finansowych*, dz.cyt., s. 24.

26. Opracowano na podstawie: *Senior w świecie finansów. Poradnik klienta usług finansowych*, dz. cyt., s. 25.

■ Jak bezpiecznie pożyczać?

Wielu seniorów posiada niewielkie renty/emerytury, które przy bieżących wydatkach, m.in. na leki nie wystarczają na spokojne życie. Stąd potrzeba pożyczek, czy też kredytów. Warto wtedy pamiętać o kilku podstawowych zasadach:

- **!** „sprawdzić, z oferty jakiej instytucji finansowej chce się skorzystać,
- **!** ustalić, czy instytucja oferująca usługi bankowe znajduje się pod nadzorem Komisji Nadzoru Finansowego (www.knf.gov.pl),
- **!** pamiętać o różnicy między instytucją pożyczkową a bankiem,
- **!** policzyć, ile wyniesie całkowity koszt pożyczki,
- **!** dokładnie przeczytać umowę,
- **!** nie podpisywać umowy, jeśli jej się nie rozumie²⁷.

■ Metody oszustów

Z racji coraz częstszych akcji informacyjnych różnych organów, mających na celu wyczulenie seniorów na potencjalnych oszustów, metody przez nich stosowane stale ewoluują. Poza metodami „na wnuczka”, „na pracownika socjalnego” czy też na „pracownika spółdzielni mieszkaniowej” pojawiają się nowe, coraz bardziej zaskakujące sposoby, na które warto zwrócić uwagę i być czujnym.

- Metoda „Na policjanta” – „Do starszej osoby dzwoni ktoś podający się za pracownika poczty. Informuje, że do seniora nadana została przesyłka, na której jednak jest błędny adres, przez co nie może być dostarczona. Gdy uzyska prawdziwy adres, rozłącza się. Po chwili dzwoni fałszywy policjant (podaje nazwisko i stopień) i przekonuje, że o mały włos osoba starsza nie padła ofiarą przestępców i radzi, by złożyć oszczędności w policyjnym depozycie. Bywa, że taki osobom udaje się dodatkowo uwiarygodnić przed swoimi rozmówcami – każą im wybrać w słuchawce np. numer 997 (bez rozłączania rozmowy) i udają, że ich rozmówca właśnie połączył się z komendą policji. Senior – przeświadczony, że zweryfikował tożsamość rozmówcy – wypłaca pieniądze z konta i czeka, aż zgłosi się po nie policjant. A potem je traci²⁸.
- Metoda „Na hakera” – jak w każdej z metod, może być wiele wariantów stosowanych przez oszustów. Często oszuści podają się za policjanta zwalczającego cyberprzestępczość, który kontaktuje się z seniorem i ostrzega go, że ktoś próbuje włamać się na jego konto bankowe, np. chce przejąć hasło do niego. W takim wypadku radzą, by najlepiej przelać pieniądze na bezpieczny, wskazany nr konta. Dokonując takiej transakcji senior traci swoje oszczędności²⁹.
- Metoda „Na messenger’a” – „Niektórzy seniorzy próbują swoich sił w internecie, np. zakładając konta na portalach społecznościowych. Wtedy są łatwym celem. Oszuści potrafią podszyć się pod znajomego lub członka rodziny i za pośrednictwem internetowego komunikatora poprosić o drobną pożyczkę. Bywa, że dla ułatwienia wysyłają ofierze link do strony banku, pod którym gotowa jest już karta przelewu. Dopiero

27. Senior w świecie finansów. Poradnik klienta usług finansowych, dz.cyt., s. 42.

28. Tomasz Żółciak, *Ostrzeżmy babcię. Metoda „na wnuczka”*, Dziennik Gazeta Prawna, 7 listopada 2017, nr 215, s. A2.

29. Opracowano na podstawie: Tomasz Żółciak, *Ostrzeżmy babcię. Metoda „na wnuczka”*, dz. cyt.

Zdaniem eksperta...

Co lecznictwo uzdrowiskowe, obecnie i w przyszłości może oferować seniorom?

Prof. dr hab. med. Irena Ponikowska
Kujawska Szkoła Wyższa we Włocławku
Uzdrowiskowy Szpital Kliniczny

Lecznictwo uzdrowiskowe ma długą tradycję. Przetrwało wiele wieków weryfikując i udoskonalając swoje metody lecznicze na podstawie prowadzonych badań i obserwacji klinicznych.

W Polsce staramy się łączyć tradycje z nowoczesnością. Wybieramy najskuteczniejsze metody lecznicze z poprzednich okresów i unowocześniamy je oraz wprowadzamy nowe do praktyki lekarskiej. Zmieniają się też wskazania i przeciwwskazania do leczenia uzdrowiskowego oraz do stosowania metod balneologicznych i fizjoterapeutycznych. Rozwój techniki pozwala na renesans niektórych starych metod porzuconych z powodu ograniczeń technicznych oraz udoskonalenie aparatury leczniczej i diagnostycznej bezpiecznej dla pacjenta i fizjoterapeuty. Powstają też zupełnie nowe metody jak: krioterapia ogólnoustrojowa, ozonoterapia, karboksyterapia, haloterapia czy hiperbaria.

Mamy duży potencjał zdrowotny uzdrowisk, obejmujący: dobrze wyszkoloną kadrę medyczną, wystandaryzowane metody lecznicze, duży dorobek naukowy, zakłady lecznictwa uzdrowiskowego, pełną infrastrukturę uzdrowiskową, zasoby naturalnych surowców leczniczych oraz prawem chronione środowisko przyrodnicze.

Lecznictwo uzdrowiskowe spełnia ogromną rolę w ochronie zdrowia naszego społeczeństwa, zwłaszcza w stosunku do osób starszych. Zajmuje się leczeniem, profilaktyką, edukacją zdrowotną, rehabilitacją i diagnostyką w zakresie chorób przewlekłych.

Leczenie chorób przewlekłych to ważne zadanie, jakie spełnia lecznictwo uzdrowiskowe. Wiadomo, że większość chorób geriatrycznych to choroby przewlekłe, które należy stale leczyć oraz dbać, aby nie postępowały i nie doprowadzały do inwalidztwa.

Pacjenci geriatryczni mają swoje odrębności, cechuje ich m.in.: wielochorobowość i polipragmazja lekowa, występowanie zmian wielonarządowych, nakładanie się zmian patologicznych na fizjologiczne związane z wiekiem.

Główne choroby wieku senioralnego to: choroby reumatyczne, kardiologiczne i naczyniowe, choroby neurologiczne, pourazowe, cukrzyca z przewlekłymi powikłaniami, choroby układu oddechowego. Dane epidemiologiczne wskazują, że w Polsce po 65 roku życia choroby sercowo-naczyniowe występują u 75% osób, choroby układu ruchu u 68%, oddechowego u 46%, trawienia u 43%. Ponadto u seniorów występują zespoły zaliczane do wielkich problemów geriatrycznych, do których zalicza się: upadki i zaburzenia równowagi, nietrzymanie moczu i stolca, zaburzenia poznawcze, zespoły otępieniowe (u 15% osób po 65 r. życia), zmiany wynikające z unieruchomienia. Większości tych zespołów i chorób towarzyszących nie można całkowicie wyleczyć, ale zastosowana terapia uzdrowiskowa pozwala na zmniejszenie dolegliwości, usprawnienie fizyczne i psychiczne oraz poprawę ogólnej kondycji zdrowotnej mimo choroby. W tabeli podano grupy metod leczniczych i spodziewane efekty.

Metody i efekty leczenia chorób przewlekłych w uzdrowisku

Metody	Efekty
Balneoterapia	Ogólnoustrojowa poprawa funkcji układu krążenia i oddychania, poprawa wydolności fizycznej i komunikacji międzykomórkowej
Kinezyterapia	Poprawa siły mięśniowej i zakresu ruchów
Fizykoterapia	Zmniejszenie bólów, rozluźnienie mięśni, zmniejszenie niedowładów, poprawa miejscowego krążenia
Klimatoterapia	Poprawa nastroju, usprawnienie funkcji termoregulacji, poprawa odporności

Ponadto metody lecznictwa uzdrowiskowego mają korzystny wpływ na szereg procesów metabolicznych i korygowanie ich zaburzeń. Możemy spowodować obniżenie poziomu cholesterolu we krwi, glikemii, poprawić gospodarkę mineralną, zmniejszyć przewlekły stan zapalny, poprawić funkcje układu immunologicznego.

Kompleksowa terapia uzdrowiskowa pozwala z jednej strony na poprawę kondycji zdrowotnej chorego, a z drugiej na zmniejszenie dolegliwości (ból, obrzęki, stany zapalne, zwiększone napięcie mięśni, przykurcze itd.). W programie leczniczym uwzględnia się zabiegi balneologiczne i fizykoterapeutyczne, które wzajemnie się intensyfikują. Wykorzystuje się następujące metody lecznicze: dietoterapię, kinezyterapię (leczenie ruchem), balneoterapię (leczenie wodami mineralnymi, borowiną i gazami leczniczymi), hydroterapię (leczenie wodą gospodarczą o odpowiednich parametrach i aplikacji), fizykoterapię (leczenie różnymi energiami: prądem elektrycznym, ultradźwiękami, światłem, polem magnetycznym, energią cieplną i zimnem).

Leczenie chorób towarzyszących u seniorów jest zbliżone do postępowania, jakie stosujemy również u innych osób z uwzględnieniem wyżej wspomnianych odrębności wieku podeszłego.

W zakresie wielkich problemów geriatrycznych niezwykle ważne jest zapobieganie upadkom i urazom. W kompleksowym leczeniu uzdrowiskowym oddziałujemy na zaburzenia równowagi statycznej i dynamicznej, wzmacniamy siłę mięśniową i ogólną sprawność fizyczną.

W nietrzymaniu moczu zastosowanie mają następujące zabiegi:

- kinezyterapia, w tym ćwiczenia mięśni dna miednicy oraz ćwiczenia z oporem mięśni dna miednicy,
- elektroterapia - prąd galwaniczny i impulsowy małej częstotliwości,
- magnetoterapia - impulsowe pole magnetyczne oraz laseroterapie.

Stany depresyjne występują u chorych geriatrycznych bardzo często, w literaturze podaje się, że dotyczy to 15% osób po 60 roku życia, a zaburzenia nastroju u 25%. W tych chorobach mają zastosowanie: kąpiele lecznicze ciepłe, hydroterapia, kinezyterapia, psychoterapia i klimatoterapia.

W łagodnych postaciach zaburzeń funkcji poznawczych w czasie leczenia uzdrowiskowego stosujemy kinezyterapię, terenoterapię, Nordic walking, trening psychologiczny.

Wskazania do leczenia uzdrowiskowego

Leczenie uzdrowiskowe jest szczególnie przydane dla chorych w wieku senioralnym z następującymi chorobami i zespołami chorobowymi:

- choroby układu krążenia,
- choroby reumatyczne
- choroby neurologiczne,
- cukrzyca,
- zaburzenia równowagi i upadki w wywiadzie,
- stany pourazowe po upadkach,
- stany po unieruchomieniu,
- nietrzymanie moczu,
- zaburzenia funkcji poznawczych.

Chorzy kierowani do leczenia uzdrowiskowego powinni mieć zachowaną przynajmniej podstawową zdolność do samoobsługi

Drugą ważną funkcją, jaką spełnia leczenie uzdrowiskowe obok leczenia to **prowadzenie profilaktyki** w odniesieniu do najczęściej występujących chorób. Profilaktyka pozwala na zapobieganie powstawaniu chorób, zwolnienie ich przebiegu, zapobieganie powikłaniom towarzyszącym chorobie podstawowej. Profilaktyka uzdrowiskowa jest szczególnie przydatna u chorych z czynnikami ryzyka, obciążonych dziedzicznym występowaniem chorób, osobom przepracowanym, z zespołem przewlekłego zmęczenia.

Osoby w wieku podeszłym starzejące się fizjologicznie korzystać powinny z leczenia uzdrowiskowego w celach rewitalizacji i spowolnienia starzenia. Nowy kierunek w geriatrici to gerontologia, u której podstaw leży działanie w kierunku spowolnienia starzenia zwane również rewitalizacją. Takie postępowanie prowadzi do złagodzenia skutków starzenia się oraz przywrócenie uprzedniego poziomu sprawności.

Leczenie uzdrowiskowe jest najlepszym miejscem na przeprowadzenie pełnej **edukacji zdrowotnej**. Osoby w podeszłym wieku chętnie korzystają z edukacji zdrowotnej, gdyż wiedzą, że człowiek im więcej wie o swojej chorobie tym dłużej i lepiej żyje. Uzdrowisko stwarza korzystne warunki do prowadzenia edukacji zdrowotnej. Nie ma drugiego lepszego miejsca na taką działalność. Uzdrowisko dysponuje następującymi warunkami:

- dobrze wykształconą wielospecjalistyczną kadrą medyczną, która jest przygotowana do prowadzenia edukacji zdrowotnej,
- bogate doświadczenie w leczeniu chorób przewlekłych,
- zgromadzenie chorych o podobnych problemach zdrowotnych w jednym miejscu,
- dysponowaniem wolnego czasu przez pacjentów przebywających w uzdrowisku.

Zastosowanie mają różne formy edukacji jak: prelekcje, warsztaty, zajęcia indywidualne, dyskusje, pokazy, czy komputerowe programy.

W czasie pobytu chorego w uzdrowisku możliwe jest również przeprowadzenie podstawowej **diagnostyki** w zakresie wielu chorób i występujących czynników ryzyka. Jest to niezwykle cenne dla chorych, ponieważ zaoszczędza to im czas i ułatwia wykonanie badań laboratoryjnych i czynnościowych. Oczywiście niemożliwe jest wykonanie wysoce specjalistycznych badań

wymagających skomplikowanej aparatury. W czasie pobytu w uzdrowisku chory może wykonać następujące badania i oceny stanu zdrowia, zależnie od profilu leczniczego:

- ocena czynników ryzyka chorób metabolicznych, jak badanie profilu lipidowego, glikemii, pomiaru masy ciała, wskaźnika BMI, WHR i innych badań laboratoryjnych,
- ocena funkcji układu krążenia: próba wysiłkowa, Ekg, holter sercowy i całodobowe badanie ciśnienia krwi, wskaźnika ABl (wskaźnik kostka/ramię),
- ocena funkcji układu oddechowego- spirometria.

Z zakresu geriatrycznych badań wykonujemy testy:

- całościowa ocena geriatryczna,
- ocena ryzyka upadków za pomocą testów: „wstań i idź”, test Tinneti, Berga, Step test i inne
- test na depresję, np. test Becka,
- ocena sprawności motorycznej chorego.

Ten duży, opisany w artykule potencjał lecznictwa uzdrowiskowego może być podstawą do rozwoju profilu geriatrycznego w polskich uzdrowiskach i prowadzenia leczenia, profilaktyki, edukacji i diagnostyki dla wielu osób w wieku podeszłym. Niestety, mimo wielu akcji senioralnych i wielu istniejących instytucji w Polsce nie zauważa się lecznictwa uzdrowiskowego, jako dobrego miejsca dla poprawy stanu zdrowia seniorów. Należałoby w większym stopniu udostępnić chorym w wieku senioralnym zakłady lecznictwa uzdrowiskowego do leczenia i rewitalizacji. Aktualnie korzystają tylko te osoby, które nie mają nasilonych dolegliwości i mogą oczekiwać na skierowanie do uzdrowiska przez 1,5 - 2 lat. Chorzy, którzy aktualnie potrzebują tej terapii w krótkim czasie zmuszeni są do opłacania z własnej lub rodzinnej kieszeni.

Literatura

1. Ponikowska I., Kochański W(red). : Wielka Księga Balneologii , Medycyny Fizykalnej i Uzdrowiskowej, Warszawa, 2017-11-03
2. Ponikowska I. Ferson D.: Nowoczesna Medycyna Uzdrowiskowa, Warszawa, 2009
3. Kędzierska J, Ponikowska I, Makowska K, Adamczyk P, Sobierajska-Michalak: Zaburzenia nastroju u osób z otyłością. Polskie Forum Psychologiczne, 2013, 18,333-345
4. 2013, 18,333-345
5. Błaszkiwicz B, Mierzwa T., Ponikowska I; Wyniki profilaktyki przeciwnowotworowej w warunkach uzdrowiskowych. Acta Balneol. 2011, 53, 169- 174
6. Ponikowska I, Chojnowski J., Szafkowski R: Cukrzyca- standardy lecznicze i profilaktyczne w medycynie uzdrowiskowej. Balneol. Pol. 2004,46, 11-24
7. Samborski W., Ponikowska I.: Choroby reumatyczne- standardy lecznicze w medycynie uzdrowiskowej. Balneol. Pol. 2005, 47, 14- 23
8. Graczykowska-Koczorowska A., Ponikowska I., Sokup A., i wsp.: Wyniki leczenia cukrzycy typu 2 z otyłością w wieku podeszłym. Przegl. Lek. 1992, 49, 323
9. Marciniak K., Ponikowska I.,: Próba racjonalnego wykorzystania walorów środowiska przyrodniczego w lecznictwie uzdrowiskowym. Problemy Uzdrowiskowe, 1983, 12,37-45
10. Turniak B., Kikowski Ł, Olejnik J., Krekora K: Częstość występowania różnych typów zaburzeń równowagi u osób w wieku podeszłym. Acta Balneol. 2017, 59, 137- 141
11. Ostrowska B., Sadocha Z., Skolimowski J.: Ocena stabilności postawy u osób w starszym wieku leczonych uzdrowiskowo. Orop. Traumanol-Rehab. 2006, 4, 441- 448.

Dobre praktyki na rzecz osób starszych

■ „Kamienica Inicjatyw” - Toruń

„Kamienica inicjatyw” to wspólny projekt Fundacji Archipelag Inicjatyw oraz Fundacji Nadzieja dla Rodzin. Działania w ramach projektu skierowane są do rodzin wielodzietnych i osób starszych, a ich głównym celem jest rozwój społeczności lokalnych oraz integracja międzypokoleniowa.

„Kamienica Inicjatyw” współfinansowana jest ze środków Miasta Toruń, Rządowego Programu na Rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych oraz Fundacji PZU.

W ramach projektu realizowanych jest wiele interesujących inicjatyw.

Główne działania:

- Punkt Informacji Senioralnej,
- Kawiarenka Senioralna z ofertą działań integracyjnych, edukacyjnych, kulturalnych i międzypokoleniowych,
- Bank Czasu,
- Poradnia dla Seniora (indywidualne spotkania z psychoterapeutą),
- Porady prawne,
- Rodzinny Piknik Dużych Rodzin i Seniorów,
- Portal seniorów dla seniorów z Torunia, czyli www.MYwToruniu.pl - to zadanie realizowane ze środków Miasta Toruń oraz Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Portal prowadzony jest przez seniorów. W ramach zadania przewidziane są także warsztaty dziennikarskie dla redaktorów,
- W ramach „Kamienicy Inicjatyw” wydawany jest dwutygodniowy Informator dla seniorów, zawierający wiadomości o imprezach, spotkaniach czy wydarzeniach organizowanych przez Kamienicę, ale także o innych wydarzeniach odbywających się na terenie Torunia. Informatory można pobrać ze strony internetowej „Kamienicy Inicjatyw” (pod poniższym linkiem)

<http://kamienica-inicjatyw.pl/torunski-informator-dla-duzych-rodzin-i-seniorow/>

lub zapisać się do elektronicznego newslettera³².

Szczegółowe informacje o aktualnych wydarzeniach i inicjatywach dla osób starszych można znaleźć na stronie internetowej „Kamienicy Inicjatyw” pod adresem:

<http://kamienica-inicjatyw.pl/>

■ „Bory Tucholskie dla Seniora” – powiat tucholski

„Bory Tucholskie dla Seniora” to inicjatywa Lokalnej Grupy Działania Bory Tucholskie we współpracy z Powiatem Tucholskim, mająca na celu przygotowanie dwudziestu osób dysponujących dużym doświadczeniem życiowym do pełnienia roli profesjonalnych przewodników terenowych, wyposażenie ich w wiedzę i umiejętności potrzebne do pomagania innym w poznawaniu uroków tej wspaniałej okolicy.

32. Informacje nt. projektu „Kamienica Inicjatyw” na podstawie strony internetowej <http://kamienica-inicjatyw.pl/> (data korzystania październik 2017 r.) oraz przekazane przez Fundację Archipelag Inicjatyw z Torunia.

Projekt sfinansowany został ze środków programu Aktywizacji Społecznej Osób Starszych (ASOS) Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. W ramach projektu zrealizowano 140 godzin bezpłatnego, profesjonalnego kursu przewodnickiego dla 20 osób w wieku 60+. Certyfikat, którym zakończony był kurs, jest gwarancją profesjonalnego poziomu otrzymanego wykształcenia. W drugiej części projektu uczestnicy mieli okazję wytyczyć i sprawdzić kilka najciekawszych i najprzystępniejszych dla seniorów tras, jak również oprowadzić trzy grupy senioralne.

Projekt łączy aktywizację osób starszych (w wieku 60+) z rozwojem turystyki na terenie Borów Tucholskich i tworzeniem oferty aktywnego wypoczynku dla grup z różnymi ograniczeniami zdrowotnymi. Wpisuje się w założenia Rządowego Programu Aktywności Społecznej Osób Starszych (z którego był współfinansowany), jak też w założenia międzynarodowej sieci EDEN (European Destinations of Excellence), której Bory Tucholskie są członkiem oraz w międzynarodowe trendy zrównoważonej turystyki uwzględniającej potrzeby różnych grup odbiorców i zakładające poszanowanie i ochronę lokalnych zasobów przyrodniczych i kulturowych. Projekt rozszerza sprawdzoną koncepcję Uniwersytetów III Wieku o komponent dzielenia się pozyskaną wiedzą.

Po projekcie „Bory Tucholskie dla Seniora” pozostaną trasy wycieczkowe przystosowane dla osób starszych, pozostanie grupa wyszkolonych przewodników, z których usług będzie można skorzystać w przyszłości, a przede wszystkim pozostanie przekonanie, iż praca na rzecz osób starszych nie musi być tylko formą pomocy tej grupie wiekowej, ale może być inwestycją w gospodarkę Borów Tucholskich oraz każdego innego regionu³³.

Szczegółowe informacje na temat projektu można znaleźć na stronie projektu www.borydlaseniora.tuchola.pl oraz w mediach społecznościowych na stronie www.facebook.com/borydlaseniora.

■ **Gminna Rada Seniorów w Barcinie**

Działająca od maja 2015 roku Gminna Rada Seniorów w Barcinie zdążyła zorganizować wiele interesujących przedsięwzięć na rzecz aktywizacji i integracji osób starszych.

W okresie swojego funkcjonowania:

- Zainicjowała utworzenie filii Barcińskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Piechcinie.
- Przyczyniła się do wdrożenia na terenie gminy Akcji Społecznej „Koperta Życia”, której celem jest uświadomienie mieszkańcom gminy Barcin znaczenia posiadania dokładnych informacji nt. swojego stanu zdrowia w przypadku jego zagrożenia i ułatwienia akcji ratowniczej służbom medycznym poprzez szybki i łatwy dostęp do informacji o stanie zdrowia pacjenta. Na terenie gminy Barcin „Koperta Życia” funkcjonuje od 30 marca 2016 r. Początkowo oferta była skierowana do osób powyżej 80 roku. Natomiast od 25 listopada 2016 r. „Koperta Życia” wydawana jest mieszkańcom gminy Barcin bez ograniczenia wieku.
- Rozpropagowała coroczne obchody Gminnego Dnia Seniora podczas Dni Barcina.
- Wspólnie z Miejskim Domem Kultury w Barcinie zorganizowała spotkanie z najstarszymi mieszkańcami gminy Barcin, tj. osobami w wieku powyżej 90 roku życia wraz z opiekunami. Podczas spotkania odbyły się m.in. występy młodzieży oraz zespołów

33. Opracowano na podstawie strony internetowej: www.borydlaseniora.tuchola.pl (data korzystania: październik 2017 r.).



Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu
ul. Bartkiewiczówny 93
87-100 Toruń

www.rops.torun.pl

Województwo
Kujawsko-Pomorskie



Urząd Marszałkowski
Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Dofinansowano z budżetu Województwa Kujawsko-Pomorskiego