

Dodatek wydawany i finansowany przez Urząd Miasta Tychy

TwojeMiasto

ADRES REDAKCJI:
al. Niepodległości 49,
tel. 32 776 39 16, faks 32 776 39 48
e-mail: redakcja@umtychy.pl

Seniorzy rozpoczęli zajęcia

W PONIEDZIAŁEK, 16 WRZEŚNIA, W SALI SESYJNEJ URZĘDU MIASTA TYCHY ODBYŁY SIĘ INAUGURACJE DWÓCH PROJEKTÓW, KTÓRE ADRESOWANE SĄ DO OSÓB PO 60. ROKU ŻYCIA.

Do udziału w uroczystości zaproszeni zostali uczestnicy, a także przedstawiciele Urzędu Miasta Tychy. Obydwa programy są finansowane ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej, w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012 – 2013.

O godz. 10 uroczystość otwarto Centrum Aktywności Społecznej i Edukacji Seniorów, realizatorem którego jest Fundacja Internationaler Bund Polska. – Nasz projekt cieszy się dużym zainteresowaniem. Zapisy praktycznie zakończyły się już drugiego dnia. Najwięcej chętnych zgłosiło się na zajęcia ruchowe i komputerowe, ale tu niespodzianki nie było – mówi Bartłomiej Szymczyk, kierownik Centrum Integracji Społecznej w Tychach. – Nie spodziewaliśmy się tego, że nadkomplet chętnych będą miały zajęcia dietetyczno-kulinarne – dodaje.

Z kolei, o godz. 12, wystartowała Akademia Aktywnego Seniora, którą prowadzi Fundacja „Razem”. Odbiorcami są wszyst-



Seniorzy będą uczestniczyć m.in. w zajęciach komputerowych, artystycznych, warsztatach psychologicznych, uczyć się, jak rozwijać własną osobowość.

kie osoby z terenu woj. śląskiego, które ukończyły 60. rok życia. Bezpłatne zajęcia i treningi będą odbywały się na terenie Tychów i Katowic. – Zapisanych mamy 60 uczestników. Pełne listy są na zajęciach z języka angielskiego i z podstaw obsługi komputera – przyznaje Dorota Liebner, prezes fundacji „Razem”.

Warto dodać, że założenia obydwu projektów wpisują się w tyski program „Aktywni 60 plus”.

Centrum Aktywności Społecznej i Edukacji Seniorów

W ramach Centrum Aktywności Społecznej i Edukacji Seniorów prowadzone będą

nieodpłatnie różnorodne zajęcia, m.in.: artystyczne, ruchowe, warsztaty psychologiczne (np. Jak być dobrą babcią/dobrym dziadkiem?), krawieckie, komputerowe, dietetyczne – kulinarne. Uczestnicy będą mogli również zaangażować się w działalność wolontaryjną oraz wymienić się doświadczeniem z młodszym pokoleniem. Do dyspozycji wszystkich otwartych będzie także Klub Seniora. Dla chętnych będzie bezpłatnie wsparcie pracownika socjalnego i psychologa.

Akademia Aktywnego Seniora

Wszyscy uczestnicy Akademii Aktywnego Seniora są zobli-

gowani do udziału w treningu motywująco-inspirującym (tzw. trening MI) poświęconym rozwojowi własnej osobowości; zajęciach o tematyce wolontaryjnej oraz wizyty w jednej z organizacji, która realizuje projekty skierowane do osób starszych. Dodatkowo, dla chętnych, będzie możliwość m.in. uczestnictwa w seminarium „Życie zaczyna się po sześćdziesiątce”, w czasie którego będą omawiane zagadnienia dotyczące praw pacjenta i konsumenta oraz profilaktyki zdrowotnej. Dla posiadaczy czworonogów zorganizowane zostaną warsztaty „Ja i mój pies”. Uczestnicy dowiedzą się co zrobić, by pies był posłuszny.

EWA STRZODA

W ZESPOLE SZKÓŁ NR 1 W TYCHACH

Impreza dla zdrowia

W sobotę i niedzielę, 21 i 22 września, w Zespole Szkół nr 1 im. G. Morcinka (Tychy, ul. Wejchertów 20) odbędzie się 6. Eko-Kiermasz dla Zdrowia. Wstęp wolny.

Impreza za każdym razem przyciąga tłumy mieszkańców w różnym wieku. Eko-kiermasz to świetna okazja, by kupić zdrową żywność, naturalne kosmetyki czy oryginalne rękodzieła. Poza tym, można wziąć udział w konkursach z nagrodami, wysłuchać porad dietetyków i... zatańczyć zumbę. Warto dodać, że wydarzenie odbywa się pod honorowym patronatem prezydenta Andrzeja Dziuby.

Co przed nami? Sobota, 21 września; godz. 9 – mały rajd rowerowy dzieci z SKKT – PTTK przy SP 22 w Tychach; godz. 9.45 – wycieczka piesza, start pl. Baczyńskiego, meta: ZS nr 1 (Urszula Ra-

benda – PTTK); godz. 10 – początek Eko-Kiermaszu dla Zdrowia w ZS nr 1; godz. 11 – konkurs sprawnościowy z nagrodami: „Rowerek do zdrowia” (Kazimierz Okoński-PTTK); godz. 11 – „Zdrowy Styl Życia dla osób 60+” – Obywatel Senior (Ewa Dziekońska PKE – Koło w Tychach); godz. 12 – konsultacje dietetyczne (Gabriela Wanat i studenci ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego); godz. 13 – prezentacja szybkiego i zdrowego gotowania wg Thermomix'u; godz. 14 – zumba (Klaudia Gnidecka); godz. 15 – konsultacje dietetyczne – mgr Gabriela Wanat (Śląski Uniwersytet Medyczny).



Niedziela, 22 września; godz. 10 – prezentacja szybkiego i zdrowego gotowania wg Ther-

momix'u; godz. 11 – konsultacje dietetyczne; godz. 12 – „Zdrowy Styl Życia dla osób 60+” Obywatel Senior (Ewa Dziekońska – Koło PKE w Tychach); godz. 13 – reportaż z I Etagu Rajdu Rowerowego dookoła Polski (Jacek Bar – PTTK); godz. 14 – zumba (instruktorka Klaudia Gnidecka); godz. 14-15 – Rajd Rowerowy z okazji Europejskiego Dnia bez Samochodu, start: ul. Wejchertów 20, meta: plac Baczyńskiego (Klub Turystyki Rowerowej „Gronie” przy PTTK w Tychach oraz Stowarzyszenie Sportowe NOL-TYCHY).

Uwaga! W trakcie trwania „Eko-Kiermaszu dla Zdrowia” zaplanowano także konkursy z nagrodami.

EWA STRZODA

PRZYPOMINAMY!

Co przyjmują PSZOKi?

PSZOKi, czyli Punkty Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych są czynne od poniedziałku do piątku w godz. od 6.30 do 21.00 oraz w sobotę w od godz. 9.00 do 13.00

Oto ich adresy:

• ul. Serdeczna (wysypisko śmieci w dzielnicy Urbanowice),

• ul. Mikołowska (obok Transprzętu, wjazd od ul. Dojazdowej),

• ul. Katowicka (obok oczyszczalni ścieków w dzielnicy Czułów).

Przypomnijmy, iż w PSZOKach przyjmowane są m.in. makulatura (papier i tektura), tworzywa sztuczne, szkło opakowaniowe i budowlane, opakowania wielomateriałowe, lampy fluorescencyjne (światłówki, rtęciówki, itp.), akumulatory ołowiowe, niklowo-kadmowe, baterie alkaliczne i pozostałe, oleje silnikowe i pozostałe, oleje samochodowe olejowe, paliwowe i powietrza, przeterminowane lekarstwa, termometry, opakowania po rozpuszczalnikach, opakowania po farbach i lakierach, che-



mikalia, zużyte urządzenia elektryczne i elektroniczne, w tym zawierające freony, meble i inne odpady wielkogabarytowe, zużyte opony z samochodów osobowych, odpady budowlane i rozbiórkowe oraz zielone pochodzące z pielęgnacji terenów zieleni w zabudowie mieszkaniowej, metale i złoto, odzież i tekstylia.

Punkt kasowy w Biurze Obsługi Klienta

W BOK przy al. Piłsudskiego 12 otwarto punkt kasowy. Czynny jest od poniedziałku do środy w godzinach od 7.30 do 15.00, w czwartek w godz. od 7.30 do 17.00 i w piątek w godz. od 7.30 do 13.00. LS

WNIOSKI DO 30 WRZEŚNIA

Przejmij inicjatywę!

Do 30 września Urząd Miasta Tychy przyjmuje wnioski o realizację zadań publicznych w ramach inicjatyw lokalnych, które zrealizowane zostaną w pierwszym półroczu 2014 roku.

w kontakcie z psem czy organizacją rajdu rowerowego.

Szczegółowe informacje można uzyskać w pokoju 907 (IX piętro) w godzinach urzędowania Urzędu Miasta, pod numerem telefonu 32/776 39 07.

UL

CZY WIESZ, ŻE

Przez inicjatywę lokalną rozumie się formę współpracy jednostki samorządu terytorialnego z jej mieszkańcami, w celu wspólnego realizowania zadania publicznego na rzecz społeczności lokalnej.

Przez udział Miasta Tychy oraz Inicjatora w realizacji zadania publicznego w ramach inicjatywy lokalnej rozumie się:

- ze strony Miasta Tychy: środki pieniężne oraz świadczenia rzeczowe,
- ze strony Inicjatora: środki pieniężne, świadczenia rzeczowe oraz świadczenia pracy społecznej.