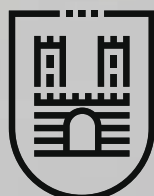


Super Senior

LATO 2019

biuletyn kaliskich seniorów



Kalisz

Szanowni Państwo

Od ostatniego 4 numeru Biuletynu upłynęło trochę czasu. Był to czas wypełniony działaniami dotyczącymi społeczności osób starszych. Rada Seniorów przeanalizowała stan zabezpieczenia osób starszych w usługi opiekuńcze i podjęła uchwałę rekomendującą zwiększenie środków na ten cel w planach budżetowych Miasta Kalisza na 2020 rok. Wnioskowaliśmy o stworzenie Klubów Seniora, przyjrzeliliśmy się plusom i minusom zeszłorocznej I SENIORIADY i zawnioskowaliśmy o organizację w tym roku II SENIORIADY, na którą Pan Prezydent wyraził zgodę. Druga połowa września to nasze święto!

Ale najważniejszą sprawą jest powołanie przez Prezydenta Miasta Kalisza Referatu Zdrowia, Polityki Społecznej i Senioralnej w Wydziale Spraw Społecznych i Mieszkaniowych. To wyraz docenienia wagi spraw, które są i będą do załatwienia dla zapewnienia bezpieczeństwa socjalnego seniorom. Z przyjemnością przedstawiam Państwu Panią Agnieszkę Pawełczyk Kierownika Referatu Zdrowia, Polityki Społecznej i Senioralnej.

Witam Państwa. Jest mi niezmiernie miło, że mogę wraz z Panią Grażyną Mazurek Przewodniczącą Kaliskiej Rady Seniorów poprowadzić działania aktywizujące w obszarze senioralnym.

Chcemy zapewnić Państwu jak najlepsze oferty prozdrowotne i ruchowe oraz możliwość korzystania z atrakcyjnych wydarzeń i sukcesywnie rozszerzać ich zakres. Ale bez Was drodzy Państwo to się nie uda, dlatego bardzo proszę o liczne uczestnictwo we wszystkich inicjatywach...gdyż tylko z Wami można dużo działać...



Nie myśli o eme



Marek Frontczak zaczął biegać dość późno, bo w wieku 52 lat, ale – jak podkreśla – na bieganie nigdy nie jest za późno i namawia do tego wszystkich seniorów. W 2004 r. do biegania zachęciła go sztafeta biegaczy-amatorów Wysocko Wielkie – Ateny. Uznał, że bieganie to może być ciekawa zabawa, połączona ze zwiedzaniem nowych miejsc, a nawet krajów. Zaczął nietypowo, bo od... startu. Na początek to były 4 km właśnie w Wysocku.

- Niektórzy z uczestników dzień później jechali na maraton do Warszawy i pomyślałem sobie, że 42 km to jest biegowy kosmos – wspomnia.

Oczywiście nie marzył nawet o tym, że wkrótce sam zacznie biegać maratony, a nawet biegi kilkukrotnie dłuższe. Bieganie mu się spodobało, więc nic dziwnego, że w styczniu 2005 roku przebiegł swój pierwszy maraton w Kościelnej Wsi. Potem królewski dystans pokonał ponad 140 razy, a – licząc razem z ultramaratonami – dokładnie 199. Pan Marek 24 sierpnia zaprasza wszystkich do Parku Miejskiego na swój 200. maraton!

ryturze (biegowej)

Marek Frontczak (rocznik 1952), elektryk, emeryt, a przede wszystkim biegacz i ultramaratończyk.



W sumie na różnych dystansach startował kilkaset razy, blisko tysiąc. Wiele ze startów pozostanie w pamięci do końca życia, trudno jest wszystkie tu wymienić.

- W 2010 roku po raz pierwszy pojechałem w góry i to od razu na 100 km. To był cud, że w tym deszczu, potokach płynących szlakami i szybko zapadających ciemności ani razu nie leżałem – śmieje się. Fizycznie trudy zawodów zniósł tak znakomicie, że dzień później (!) z powodzeniem wziął udział w górskim maratonie.

100 km należy do jego ulubionych dystansów, a Kaliskie Setki, od momentu reaktywacji w 2005 r., zaliczył niemal w komplecie. Tylko raz termin pokrył się z maratonem w Dublinie, który pobiegł na zaproszenie mieszkającego wówczas w Irlandii syna.

- Polskę i Kalisz reprezentowałem godnie, bo w klasyfikacji generalnej byłem czwartym Polakiem – podkreśla.

Ulubionych biegów, w tym maratonów ma sporo. Często startuje w Cracovia Maraton, bo lubi Kraków, a po drodze wycieczki na zamki Jury Krakowsko-Częstochowskiej. Bardzo podoba mu się maraton Świnoujście – Wolgast, którego trasa w większości przebiega po niemieckiej stronie granicy.

- Regularnie wygrywam tam kategorię wiekową – podkreśla.

Z innych względów z wielką sympatią wspomina zupełnie inny rodzaj biegania – charytatywną sztafetę z Helu na Halny, a więc w Tatrach, z metą na Rysach. Uczestniczył w niej w 2017 i 2018 r., za drugim

razem namawiając organizatorów, żeby na trasie znalazł się jego Kalisz. Trzeba było ciut nadłożyć drogi, ale wbiegnięcie na Główny Rynek pozostanie wyjątkowym wspomnieniem. Po tych 15 latach ma satysfakcję, że udało mu się zrealizować marzenia o połączeniu biegania ze zwiedzaniem różnych miejsc, bo „na rozkładzie” ma m.in. Pragę, Bratysławę, Rygę, belgijskie La Louviere, słoweński Ptuj, a w planach na jesień Wilno.

Co - poza satysfakcją z pokonanego dystansu na mecie – daje mu bieganie?

- Najbardziej sobie cenię kontakt z młodymi, zdrowymi i uśmiechniętymi ludźmi – wyjaśnia 67-letni maratończyk, który w ogóle nie myśli o biegowej emeryturze. □

Kaliska Karta Senior

Kaliska Karta Senior jest jedną z wersji Kaliskiej Karty Mieszkańca, która przysługuje osobom w wieku 60+.

Karta Senior cieszy się coraz większym zainteresowaniem. Uprawnia ona do korzystania z wielu ulg i zniżek, a od 1 lipca pozwala osobom posiadającym legitymację emeryta lub rencisty na bezpłatne korzystanie z przejazdów autobusami KLA.

Zapraszamy również do kaliskiego Aquaparku, gdzie tylko z Kaliską Kartą Senior dwugodzinny pobyt na basenie kosztuje jedynie 9,60 zł. Z oferty można skorzystać w dni powszednie od 8.00 do 15.00. Na stronie kalisz.pl publikujemy aktualną listę partnerów projektu. Warto zaznaczyć, że nadal poszerzamy ich grono. Partnerem może zostać każdy podmiot świadczący usługi na terenie Miasta Kalisza, który zawrze pisemne porozumienie o współpracy.

Co zrobić, by ją otrzymać mówi poradnik. Znajdziecie go obok oraz w pełnej wersji na stronie kalisz.pl

Kaliska Karta krok po kroku:

- **Złóż wniosek** w Punkcie Obsługi Klienta Kaliskich Linii Autobusowych Sp. z o.o. w Kaliszu, mieszczącym się przy ul. Podmiejskiej 2a, w budynku Dworca PKS.
- **Zabierz ze sobą:** dowód osobisty lub inny dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość, legitymację emeryta lub rencisty, aktualne zdjęcie oraz pierwszą stronę formularza rozliczeniowego PIT za ostatni rok rozliczeniowy wraz z potwierdzeniem złożenia go w I Urzędzie Skarbowym w Kaliszu. Emeryci i renciści mogą przedstawić posiadany formularz PIT-40A wraz z podpisanym oświadczeniem, że nie składali osobiście zeznania rocznego.
- **Zdjęcia** można wykonać na miejscu.
- **Można złożyć wniosek drogą elektroniczną**, wypełniając formularz zamieszczony na stronie kalisz.pl
- **Kiedy i gdzie odebrać Kartę?**
W Punkcie Obsługi Klienta Kaliskich Linii Autobusowych w Kaliszu, przy ul. Podmiejskiej 2a (Dworzec PKS) w godzinach pracy punktu, w ciągu 30 dni od daty złożenia kompletnego wniosku.
- **Uwaga!**
Karta wydawana jest indywidualnie dla każdej wnioskującej osoby. Nie może z niej korzystać nikt inny.

Prezydent Miasta Kalisza Krystian Kinastowski zachęca do korzystania z Karty





Spotkanie z członkiem Kaliskiej Rady Seniorów Marianem Krukiem

Rozmawiała: Barbara Jakimowicz-Klein

Panie Marianie, przez ponad dwadzieścia lat był Pan Przewodniczącym Zarządu Okręgowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Kaliszu, należał Pan też do Zarządu tej organizacji w Warszawie, proszę powiedzieć, czym jest PZERiI?

To jest największa organizacja w kraju skupiająca Seniorów. Należą do niej zarówno emeryci, renciści, jak i osoby niepełnosprawne. Związek działa w całej Polsce. Jego największymi jednostkami są okręgi, którym podlegają rejony, a najmniejszymi jednostkami są koła. Koła działają nawet w niewielkich wioskach. Obecnie w Polsce jest 36 okręgów. W Kaliszu znajduje się siedziba Zarządu Okręgowego PZERiI. **Czym zajmuje się PZERiI?**

Po prostu integracją Seniorów, zainteresowaniem emerytów i rencistów piknikami, wspólnymi zabawami, różnego rodzaju wycieczkami, np. w tej chwili kaliscy Seniorzy są w Świnoujściu, ale też zachęcaniem ich

do wyjazdów zagranicę, a także do uczestniczenia w zajęciach sportowych, wspólnego celebrowania różnych świąt. Organizacja jest po to, aby Seniorzy odpoczęli, zapoznali się. Na spotkania przychodzi dużo osób samotnych, wdów i wdowców, dobrze się rozumieją, bo łączą ich takie same przeżycia i problemy. Wie Pani, że czasem zawierane są nawet małżeństwa? I to w wieku 70., 80. a nawet w jeszcze starszym wieku! Jednym zdaniem warto jest należeć do tej organizacji! Oczywiście spotkania kaliskich seniorów należących do PZERiI są okazją nie tylko do integrowania się i zawierania nowych znajomości, ale do wspominania, spędzania czasu w miłej atmosferze, zabawy. Niejednokrotnie związek pozwala Seniorom odkrywać ich pasje i talenty artystyczne.

Warto należeć do tej organizacji, bo to forma integracji, po prostu pretekst do wyjścia z domu. Spotkania, jubileusze, Dzień Dziadka, Dzień Kobiet... Kiedy byłem w Zarządzie, codziennie

chodziłem do Związku, a w soboty odwiedzaliśmy 7 oddziałów rejonowych i 100 kół, m.in. wręczaliśmy odznaczenia związkowe, bardzo ważne dla osób należących do poszczególnych kół. Wręczaliśmy je nie tylko emerytom i rencistom, ale również Włodarzom. Osobiście, przynależność do Związku bardzo mnie aktywizowała. Warto należeć, żeby nie nudzić się w czterech ścianach swojego mieszkania, nie czuć się osamotnionym, odrzuconym... Warto należeć, bo każdy znajdzie tu coś dla siebie.

Proszę powiedzieć, jakie jeszcze zadania realizuje PZERiI?

Oprócz aktywizowania Seniorów, Zarząd Główny PZERiI występuje do władz centralnych w Warszawie o większe świadczenia dla emerytów i rencistów, obniżkę kosztów leków i leczenia i inną pomoc. W 2015 roku powstał w Warszawie Parlament Seniorów i tam właśnie po raz pierwszy doszło do spotkania Seniorów w Sejmie z przedstawicielami Rządu. Organizacja działa na rzecz Seniorów, a wobec władz występuje jako rzecznik interesów tego środowiska, a także dobra przyszłych emerytów i rencistów.

Niestety, nadal pozostaje problem środowiska nieaktywnego.

Czy PZERiI podejmuje działania mające na celu aktywizację tej grupy Seniorów kaliskich?

Tak. Zamieszczamy informacje o naszej organizacji w lokalnej prasie. Oferta skierowana jest do wszystkich Seniorów kaliskich, którzy chcą ciekawie spędzać czas wolny, realizować swoje marzenia, cieszyć się życiem, zyskać przyjaźniół. Bardzo ważne znaczenie ma także fakt, że członkowie Związku przekazują informacje o działalności PZERiI swoim sąsiadom, osobom samotnym, potrzebującym pomocy i wsparcia. Takie działania wpływają korzystnie na aktywizację tej grupy mieszkańców Kalisza.

Czy działania Związku są ukierunkowane na potrzeby osób niepełnosprawnych?

Związek współpracuje z innymi organizacjami, których działania ukierunkowane są w sposób szczególny na potrzeby osób niepełnosprawnych. W organizacji są osoby na wózkach inwalidzkich, które uczestniczą w wycieczkach, zabawach, spo-

tkaniach. Nie ma problemu, zawsze mogą liczyć na pomoc. Poza tym takie osoby uzyskują podpowiedzi, gdzie mogą zgłosić się o wsparcie, np. dodatkowe świadczenia z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej.

Przygotowujemy paczki, nie tylko w okresie bożonarodzeniowym. To bardzo ważne. Liczy się pamięć

o drugim człowieku... Nie zapominamy o Seniorach przebywających w szpitalu. Ważne jest wsparcie, uznanie, podziękowanie.

Jakie plany na lato ma PZERI?

Powtarzamy sprawdzone wzorce, czyli wycieczki, pikniki na terenie miasta i powiatu, zabawy, udział w Senioriadzie. A naszym celem

jest niezmiennie integrować, bawić, uczyć, dopomagać, żeby jak najdłużej żyć w zdrowiu i szczęściu!

Pięknie Pan spuentował naszą rozmowę. Dziękuję serdecznie i życzę Panu oraz wszystkim Seniorom młodości ducha, otwartości umysłu i czerpania radości z każdego dnia i kontaktu z drugim człowiekiem.

BJ-K □

Trudno pogodzić się z informacją, że z grona wolontariuszy odszedł długoletni pierwszy PREZES Stowarzyszenia Emerytów, Rencistów i Inwalidów z ulicy Polnej 29, Szanowny Pan Józef Jaworowicz. Prezesem został 1. 06. 2001 r. – tj. w dniu zarejestrowania Stowarzyszenia w KRS – i kierował nim przez 18 lat, tj. do ostatniego dnia swojego życia 24. 02. 2019 r.

Trudno zliczyć, ile osób przewinęło się przez Stowarzyszenie, które postawiło sobie za cel poprawę warunków socjalno-bytowych oraz uczestnictwo w życiu społecznym; organizację życia kulturalnego i reprezentowanie interesów członków Stowarzyszenia wobec organów władzy. Ile było zorganizowanych wycieczek, wczasów lub spotkań przy muzyce! Ile zadowolenia i radości osób starszych, uczestników tych zdarzeń! Takie działanie było dopełnieniem długiego i jakże interesującego życia dla jednych Józia, Józefa, dla innych – Pana Józefa.

O wcześniejszych latach życia przypominał podczas pogrzebu 1.03.2019 r. przyjaciel rodziny, kolega „Asnykowiec” Adam Borowiak: „Dzwony kościelne żywych zwołują, a zmarłych oplakują. Dzisiaj żegnają śp. Józefa Jaworowicza, kaliszanina, syna Józefa, piekarza z Rypinka oraz Michaliny z domu Gałdeckiej. Przyszedł na świat 18 lutego 1937 r. Od rodziców otrzymał patriotyczne wychowanie, naznaczone zawołaniem „Bóg, Honor, Ojczyzna”, którym kierował się przez całe swoje życie. Ojciec Józef był podoficerem Wojska Polskiego, służył w I Pułku Ułanów Legionów i w V Pułku Strzelców Konnych. Rodzice za swoją heroiczną postawę w czasie II wojny światowej w 1981 r. odznaczeni zostali przez Instytut Yad Vashem medalem „Sprawiedliwy Wśród Narodów Świata”.

Józef od podstawówki wychowywał się na Ciasnej. Jako młodzieniec, już uczeń „Asnyka”, który maturę zdał

w 1955 r., w tajemnicy przed ojcem i dyrekcją Liceum zaczął trenować boks pod okiem Zygmunta Winklera. Sumienności i talent oraz dobre warunki fizyczne sprawiły, że został świetnie wyszkolonym zawodnikiem, któremu szybka lewa prosta z klasycznej szkoły boksu przyniosły medale mistrzostw Polski juniorów – wśród nich ten złoty, zdobyty w 1955 r. w Katowicach. Był gwiazdą Włókniarza, a w Poznaniu

W czasie stanu wojennego zajmował się kolportażem prasy i książek wydawanych przez niezależne oficyny. Służył pomocą osobom prześladowanym, wspierając rodziny internowanych. Organizował pomoc humanitarną dla Polaków w Pińsku na Białorusi. Rodzinne tradycje patriotyczne kontynuował działając w Związku Piłsudczyków. Jego życzeniem było być pochowanym w szarym legionowym mundurze.

PRO MEMORIA Józefa Jaworowicza

najlepszym bokserem AZS-u. Studiował na Politechnice Poznańskiej, na wydziale elektrycznym, uzyskując tytuł mgr. inż. elektryka. Ukończył Studium Podyplomowe w zakresie organizacji i zarządzania na Politechnice Poznańskiej oraz w dziedzinie inżynierii ruchu drogowego na Politechnice Warszawskiej. Po studiach wrócił do Kalisza z piękną Anną, prawdziwą poznanianką, z którą pozostawał w szczęśliwej parze.

Pracę zawodową podjął w Zakładach Przemysłu Dziewiarskiego „POŁO”, w latach 1971-74 pracował w Zakładach Przemysłu Odzieżowego „Kalpo” na stanowisku Głównego energetyka i mechanika. Następnie podjął pracę na stanowisku Głównego Specjalisty ds. energetycznych i zastępcy dyrektora w Przedsiębiorstwie Ulic i Mostów w Kaliszu, z siedzibą w Borowie.

Od 1987 r. należał do Klubu Inteligencji Katolickiej. Był współzałożycielem Stowarzyszenia Wychowanków Gimnazjum i Liceum im. Adama Asnyka, współorganizował Zjazdy „Asnykowców”. Na wniosek tego Stowarzyszenia został odznaczony Srebrnym Krzyżem Zasługi RP. Swoje wierszowane wspomnienia z licealnych czasów wydał w dwóch poetyckich tomikach.

Józef Jaworowicz był Osobowością bardzo wyrazistą i sympatyczną. Miły kolega, świetny gawędziarz, a przede wszystkim prawdziwy „Asnykowiec”. W jednym ze swoich wierszy pozostawił nam przesłanie:

*Niechaj miłość przez wiek cały
Prostuje ścieżki Wasze,
Aby trwało co nam dały,
Asnykowskie związki nasze.*

Kalisz, 1 marca 2019 r.

Adam Borowiak □

Gimnastyka dla seniorów



Od 2017 roku Miasto Kalisz uruchomiło na wniosek Kaliskiej Rady Seniorów projekt – Gimnastyka dla seniorów, skierowany do osób 60+ zamieszkałych w Kaliszu.

Zajęcia w 2019 roku odbywały się w czterech punktach na terenie Kalisza:

- w klubie osiedlowym Kaliskiej Spółdzielni Mieszkaniowej przy ul. Serbinowskiej 25;
- w Zespole Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich w Kaliszu przy ul. Wodnej 11-13;
- w Szkole Podstawowej nr 17 w Kaliszu przy ul. Prymasa Stefana Wyszyńskiego 3b;

- w Szkole Podstawowej nr 2 w Kaliszu przy ul. Tuwima 4.

Od października do grudnia 2019 roku planowane jest rozpoczęcie kolejnej już akcji bezpłatnych zajęć z gimnastyki, które cieszą się dużą popularnością.

Koszty gimnastyki od 4 lutego do 19 czerwca 2019 roku wyniosły łącznie 10 626 zł. Koszt łączny drugiej części zajęć z gimnastyki w tym roku wyniesie około 10 000 zł.

Zdjęcia z zajęć w klubie osiedlowym Kaliskiej Spółdzielni Mieszkaniowej przy ul. Serbinowskiej 25 □



Czas na Seniora

Miasto Kalisz to pierwsza gmina, w której rozpoczęto warsztaty: Czas na Seniora w Metropolii Poznań i Aglomeracji Kalisko-Ostrowskiej. Warsztaty odbyły się w czerwcu 2019 roku i składały się między innymi z pięciu komponentów:

1. Świadomy Senior – Mój potencjał na plus
2. Budujemy komunikatywność, pewność siebie i asertywność
3. Aktywny Senior
4. Obywatelski Senior
5. Giełda usług dla Seniorów.

Celem głównym projektu jest zagospodarowanie potencjału osób starszych poprzez zwiększenie aktywności społecznej. Podstawowym celem działań będzie nabycie przez seniorów wiedzy na temat możliwości obywatelskiej i społecznej aktywności, podniesienie stopnia partycypacji w procesach decyzyjnych oraz upowszechnianie wolontariatu wśród seniorów.

Po przeprowadzeniu 21 warsztatów na terenie Aglomeracji Kalisko-Ostrowskiej zorganizowana zostanie konferencja podsumowująca realizację projektu. Powstanie również szczegółowy raport do wykorzystania przez inne polskie samorządy oraz przez Seniorów z całego kraju. Bardzo dziękujemy naszym kaliskim Seniorom za aktywny udział w tak pomocnych i ciekawych warsztatach. □



Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom Kaliszan, „Białe soboty” powróciły. Jesteśmy coraz bardziej aktywni i świadomi konieczności dbania o zdrowie i o jakość życia.

13 kwietnia odbyła się pierwsza w tym roku „Biała Sobota” w ZPOZ „Puls” Przychodni medycyny rodzinnej przy ul. Polnej 29 w Kaliszu. Podczas tej akcji mieszkańcy mogli skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych, które zostały rozszerzone o badania specjalistyczne. Można było wykonać bez żadnych wcześniejszych skierowań, takie badania jak: na osteoporozę, USG-Doppler tętnic przedmózgowych, EKG, wad postawy, światłoterapię Bioptron, badania cukru, ciśnienia, badania spirometryczne, RTG płuc, badania słuchu i wzroku, a także skorzystać z konsultacji psychologicznej oraz dietetycznej wraz z analizą składu ciała. Do tej pory odbyło się już dziewięć „Białych sobót”, podczas których przeprowadzono ponad tysiąc badań. „Białe soboty” odbywają się w przychodniach, szkołach, klubach, a w sezonie letnim łączą się z osiedlowymi festynami.

Kolejne „Białe soboty” zaplanowane są w terminach:

- 14 września 2019, sobota, Klub Osiedlowy Błaszak przy ul. Kopnickiej 2/4, w godzinach 10:00-16:00;
- 28 września 2019, sobota, Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1 przy ul. Wykopaliskowej 45, w godzinach 10:00-13:00;
- 12 października 2019, sobota, Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia Lekarska „Kaliniec” przy ul. Młynarskiej 16, w godzinach 9:00-14:00.

„Zachęcamy wszystkich kaliszan do udziału w badaniach. Są one bezpłatne i dostępne, nie jest wymagana żadna wcześniejsza rejestracja. Warto z tego skorzystać, ponieważ profilaktyka pozwala zapobiec wielu poważnym chorobom” – powiedział wiceprezydent Mateusz Podsadny. □

Serdecznie zapraszamy!



16 czerwca 2019 r. "Biała sobota" podczas festynu rodzinnego na osiedlu Ogrody, który został zrealizowany w ramach Budżetu Obywatelskiego oraz bieg połączony ze zbiórką funduszy na budowę domu dla obłożnie chorych



13 kwietnia 2019 r. "Biała sobota" w ZPOZ "Puls" Przychodni medycyny rodzinnej przy ul. Polnej 29

Jesień zapowiada się dla seniorów bardzo interesująco. Przede wszystkim rusza moc atrakcji w związku z drugą edycją Senioriady, która jest zaplanowana od 16 września 2019 r. W trakcie kilku dni świętowania na wszystkich seniorów czeka mnóstwo spotkań, wykładów, potańcówek, zmagani sportowych i wielu innych wydarzeń w całym mieście. Zwieńczeniem Senioriady będzie uroczysty bal, który odbędzie się 20 września 2019 r. O szczegółach poinformujemy Państwa w terminie późniejszym.

A tak świętowaliśmy rok temu...



Senioriada



Szczepienia przeciw grypie

Program profilaktycznych szczepień przeciwko grypie dla mieszkańców miasta Kalisza powyżej 60. roku życia.

Realizatorem jest NZOZ Przychodnia Lekarska „Centrum” Spółka partnerska przy ul. Browarnej 5. Program realizowany od IX do XII 2019 roku. Kwota przeznaczona na ten cel to 36 000 zł. Obowiązuje wcześniejsza rejestracja osobista w dniu wizyty od godziny 7.30 oraz telefoniczna pod nr 62 757 22 34 od godziny 8.00.

Szczepienia wykonywane będą:

- **poniedziałek w godzinach 12.00-14.00;**
- **wtorek w godzinach 15.00-17.00;**
- **środa w godzinach 15.00-17.00;**
- **czwartek w godzinach 15.00-17.00;**
- **piątek w godzinach 12.00- 14.00.**

Biorąc pod uwagę duże zainteresowanie Seniorów szczepieniami w 2018 roku, w tym roku liczba szczepień z 634 została zwiększona do 1000 sztuk.

MINISTERSTWO
SPRAWIEDLIWOŚCI

FUNDUSZ
SPRAWIEDLIWOŚCI

Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Prześstępstwem



62 / 72 32 006

DLA KOGO?

Jeśli jesteś osobą pokrzywdzoną przestępstwem lub byłeś świadkiem przestępstwa (przeciwko mieniu, zdrowiu, życiu, przestępstwa bankowego, lichwy, alimentacyjnego, komunikacyjnego, oszustwa na wnuczka czy policjanta, nabyłeś produkt na nieuczciwych warunkach itp.), wyrządzonych przez inne osoby lub instytucje, nie dawniej niż 5 lat temu i potrzebujesz z tego tytułu wsparcia - zgłoś się do nas. **Ośrodek udziela bezpłatnej pomocy dorosłym oraz dzieciom.**

FORMY POMOCY

Udzielamy pomocy prawnej, psychologicznej, lekarza psychiatry, materialnej. W ramach pomocy materialnej m.in.: kupujemy odzież, środki czystości, produkty żywnościowe, leki, sprzęt rehabilitacyjny, opłacamy remonty, czynsz mieszkania, media, koszty przekwalifikowania zawodowego, żłobka i przedszkola dla dzieci itd. Zapewniamy całodobowe mieszkanie interwencyjne.

JAK UZYSKAĆ WSPARCIE

Należy zgłosić się osobiście do Okręgowego Ośrodka Pomocy Pokrzywdzonym Prześstępstwem lub do wybranego Punktu Lokalnego, wypełnić prosty wniosek o udzielenie pomocy. Podczas wizyty okazać się jakimkolwiek dokumentem potwierdzającym wystąpienie przestępstwa. W szczególnych sytuacjach pomoc będzie udzielana na oświadczenie.

Kalisz, ul. Kościuszki 24 (budynek B)
poniedziałek – czwartek godz. 8.00 – 20.00
piątek godz. 8.00 – 16.00
sobota godz. 8.00 – 12.00

www.pokrzywdzeni-kalisz.orione.pl