



Już po raz siódmy Toruńska Senioriada połączy pokolenia - do udziału w wydarzeniu zapraszamy w niedzielę 11 czerwca 2023 r.

Wydarzenie odbędzie się w amfiteatrze Muzeum Etnograficznego im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej w Toruniu, przy ul. Wały gen. Sikorskiego 19, **w godz. 11:00 -17:00.**

Organizatorem VII Toruńskiej Senioriady jest Fundacja Neuca dla Zdrowia we współpracy z Radą Seniora Miasta Torunia i Toruńskiego Centrum Usług Społecznych.

VII edycja święta seniora odbędzie się pod znakiem profilaktyki, aktywności na świeżym powietrzu i świetnej zabawy w gronie rozśpiewanych gości. Przewidywana liczba uczestników sięga od 2000 do 5000 osób.

Podczas Senioriady wszyscy goście mogą skorzystać z bezpłatnych badań profilaktyczno-diagnostycznych w kierunku: osteoporozy, oceny wydolności płuc, jakości słuchu, będzie także możliwość dostępu do opieki psychologicznej oraz wykonania testów sprawności motorycznej. Fundacja NEUCA dla Zdrowia będzie tam

też ze swoim flagowym programem Narodowe Badanie Poziomu Cukru, by edukować o zagrożeniu cukrzycą – epidemią XXI wieku. Podczas wydarzenia seniorzy otrzymają materiały edukacyjne, które pomogą utrzymać ich zdrowie w dobrej kondycji i zwrócić uwagę na potrzebę profilaktyki.

Dodatkowym działaniem jakie planuje Fundacja jest tzw. challenge zdrowotny, czyli akcja mierzenia poziomu cukru przez przedstawicieli Urzędu Miasta Torunia i wezwanie kolejnych miast do badania poziomu glukozy. - *Tym samym nasze miasto zapoczątkuje dobrą praktykę profilaktyki cukrzycy typu 2 na co dzień. Wierzimy, że razem możemy na co dzień tworzyć nasze ukochane zdrowe miasto Toruń* – **mówi Daria Czerw**, koordynatorka Narodowego Badania Poziomu Cukru i rzecznik Fundacji NEUCA dla Zdrowia.

Głównym celem wydarzenia jest aktywizacja, integracja, edukacja, promocja zdrowia i kształtowanie zdrowych nawyków seniorów zamieszkujących Toruń oraz okolice. Na spotkaniach na poszczególnych stoiskach seniorzy zapoznają się z szeroką ofertą form ruchu, placówek sportowych, inicjatyw aktywności fizycznych oraz środowisk senioralnych skupionych w klubach w naszym mieście. Senioriada to projekt, dzięki któremu organizatorzy chcą zachęcić seniorów do spędzania czasu w międzypokoleniowym otoczeniu, wychodzenia z domów i spotykania się z innymi osobami. - *Bycie seniosem w obecnych czasach nabiera nowego znaczenia. Współczesny senior to człowiek zadowolony z życia, wierzący we własne siły, ciekawy świata i ludzi. Pomimo braku obowiązków zawodowych walczy z trudnościami i dąży do celu wyznaczanego każdego dnia na nowo. Wierzimy w to, że niedzielne wydarzenie będzie szansą na powrót do aktywnych spotkań* – **wyjaśnia Bogusława Golus-Jankowska**, prezes Fundacji NEUCA dla Zdrowia.

Jednym z nowych pomysłów będzie drzewko marzeń, na którym uczestnicy spotkania będą umieszczać karteczki ze swoimi życzeniami do spełnienia i realizacji w najbliższej przyszłości. - *Jest to działanie aktywizujące, które – mamy nadzieję – może dać seniorom czy innym gościom impuls do działania, zadanie do wykonania czy nawet cel na czas późnej dorosłości. Świat polskich seniorów jest niezwykle ciekawy, przebogaty i wierzymy, że może być jeszcze bardziej satysfakcjonujący* – **opisuje Aleksandra Witula** z Fundacji NEUCA dla Zdrowia i coach mentor kryzysowy.

W ramach tegorocznej Senioriady Fundacja gwarantuje dostęp do opieki psychologicznej. Będzie ona świadczona nieodpłatnie dla każdego chętnego.

Rozmowy z zachowaniem wszelkich zasad etycznych będzie prowadził psycholog, psychoterapeuta i wykładowca Krzysztof Kropisz. Wcześniej, około godz. 11:30 wygłosi prelekcję o profilaktyce zdrowia psychicznego, które pomaga nam zachować odnajdywanie sensu w codziennych działaniach.

Spotykane się osób w podobnym wieku, z podobnymi problemami sprzyja integracji i eliminacji uczucia wyobcowania. Stałym punktem programu jest międzypokoleniowa integracja, którą umożliwiają występy seniorów i dzieci od ok. godz. 12:00 oraz spotkania całych rodzin. Do Senioriady w tym roku dołączają również przedstawiciele Młodzieżowej Rady Miasta Torunia. Jak zawsze różnorodnością zaskoczy nas ciekawy kiermasz rękodzieła.

Liczba seniorów w Polsce jest coraz większa. Głównie ze względu na wzrost średniej długości życia oraz mniejszy współczynnik urodzeń. W 2040 roku w Polsce będzie 50% osób po 60. roku życia. To tak, jakby dziecko urodzone w zeszłym roku, wchodząc w wiek dorosły, na ulicy mijalo co drugiego tzw. silvera. Wobec tego coraz istotniejsze jest wspieranie aktywności osób starszych w życiu zawodowym i społecznym oraz wykorzystanie potencjału starszych mieszkańców przez społeczność lokalne (m.in. przez inicjowanie i rozwój dialogu międzypokoleniowego). Tendencje ogólnopolskie dotyczą także naszego miasta i aby wyjść naprzeciw problemom społecznym, organizowane jest spotkanie, które ma na celu:

- integrację seniorów i promocję środowisk senioralnych,
- promocję aktywnego trybu życia,
- integrację międzypokoleniową,
- profilaktykę i diagnostykę najpowszechniejszych schorzeń wieku późnej dorosłości,
- budowanie pozytywnego wizerunku miasta jako miejsca przyjaznego seniorom.

Kliknij, aby powiększyć



Narodowe
Badanie
Poziomu cukru

MUZEUM ETNOGRAFICZNE
IM. MARII ZNAMIEROWSKIEJ-PRÜFFEROWEJ
W TORUNIU
WALY GENERAŁA WŁADYSŁAWA SIKORSKIEGO 19

VII TORUŃSKA SENIORIADA

tączy pokolenia

11 CZERWCA 2023 W GODZ.
11:00 – 17:00



 Toruńskie
Centrum
Usług
Społecznych

 FUNDACJA
NEUCA
DLA ZDROWIA

 RADA SENIORÓW



Fundusze
Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



- [Powrót](#)
- [Udostępnij na: X](#)
- [Udostępnij na: FB](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)