



## Profilaktyczny Dzień Seniora



**Urząd Miejski oraz Komenda Powiatowa Policji w Brzesku były organizatorami wydarzenia zatytułowanego „Dzień Seniora profilaktycznie”, które odbyło się w Regionalnym Centrum Kulturalno-Bibliotecznym.**

Po raz pierwszy zorganizowany został blok odczytów i wykładów skierowanych wyłącznie do grupy osób w wieku senioralnym. O tym, że był to trafiony pomysł, świadczy frekwencja. Na widowni zasiadło około 250 seniorów. Obecni byli uczestnicy zajęć prowadzonych w Dziennym Domu Senior+, studenci brzeskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, członkowie brzeskiego oddziału Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów, a także inni mieszkańcy gminy Brzesko, do których dołączyli goście z gmin Borzęcin, Gnojnik, Iwkowa i Szczurowa. Wszyscy dotarli na miejsce we własnym zakresie, nie zważając, że spotkanie zorganizowane zostało w środku tygodnia, w godzinach dopołudniowych.

*- To najlepszy dowód na to, że takie mityngi są potrzebne - komentuje burmistrz Brzeska Tomasz Latocha - To nie było wydarzenie „z okazji”. Proszę spojrzeć w kalendarz. Międzynarodowy Dzień Seniora obchodzony*

*jest 1 października, trzy tygodnie później świętowany jest Europejski Dzień Seniora, a 14 listopada Światowy dzień Seniora. Brzeski samorząd stara się, aby każdy poranek zaczynał w naszej gminie kolejny dzień seniora. Dlatego podejmujemy wiele inicjatyw skierowanych do tej grupy wiekowej, nie tylko o charakterze kulturalnym i rozrywkowym, ale też edukacyjnym i profilaktycznym. Z myślą o nich realizowanych jest też wiele inwestycji.*

Spotkanie otworzyli burmistrz Tomasz Latocha oraz zastępca Komendanta Powiatowego Policji w Brzesku Andrzej Górka, po czym oddali głos zaproszonym prelegentom i wykładowcom. Część odczytowa rozpoczęła się od prezentacji dotyczącej świadczenia wspierającego dla osób z niepełnosprawnościami, którą poprowadził ekspert z Zakładu Ubezpieczeń Zdrowotnych. O bezpieczeństwie seniorów poruszających się na drogach w ruchu drogowym wykład wygłosił przedstawiciel Małopolskiej Wojewódzkiej Rady Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego.

Z dużym zainteresowaniem przyjęty został odczyt poświęcony pracy ludzkiego mózgu. Czym jest mózg, a czym umysł? Jak dbać o dobrą pamięć na długie lata? Czym są choroby otępienne? Jak sposób odżywiania wpływa na pracę mózgu? Jaki ćwiczenia i praktyki wspomagają jego pracę? Na te pytania, i wiele innych, w przystępny sposób odpowiadała **Gabriela Kwestarz-Biczysko** reprezentująca **Fundację dbam o zdrowie**. Fundacja przygotowała też stoisko promujące zdrową żywność, w tym ziołowe preparaty, lecznicze herbaty i inne napoje. Każdy uczestnik spotkania otrzymał także książkę z ćwiczeniami na lepszą pamięć. Książki jak i cały projekt „Dzień Seniora – profilaktycznie” zostały sfinansowane przez burmistrza Brzeska Tomasza Latochę.

Reprezentująca Komendę Powiatową Policji w Brzesku asp. szt. **Ewelina Buda** omówiła z kolei sposoby ochrony przed oszustami, którzy coraz częściej na swoje ofiary wybierają osoby starsze. Słuchacze mogli dowiedzieć się w sytuacjach, w których zachodzi podejrzenie o próbie naciągnięcia ich na straty finansowe metodami „na wnuczka” lub innego krewnego, na pracownika banku, albo ... „na policjanta”.

W głównym holu RCK-B przez cały czas funkcjonowały stoiska informacyjno-konsultacyjne obsługiwane przez specjalistów z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych oraz Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Konsultanci informowali zainteresowanych o aktualnie realizowanych projektach (np. Aktywny Rodzic, Bezpiecznie Zdrowo Bezgotówkowo, M-Legitymacja). Przekazywali też wszelkie informacje interesujące przyszłych lub już obecnych emerytów. Na miejscu można było założyć profil PUE ZUS.

*- To było ze wszech miar udane spotkanie, które uzmysłowiło nam, że zainicjowany w naszym urzędzie pomysł należy kontynuować. Obecność mieszkańców ościennych gmin pozwala mi przypuszczać, że następne mityngi będziemy organizować już wspólnie z innymi samorządami dla dobra naszych mieszkańców - podsumowuje burmistrz Brzeska Tomasz Latocha.*

---

Źródło: <https://www.brzesko.pl/aktualnosc/87667,profilaktyczny-dzien-seniora>

Data wydruku: 2026-05-06 11:05:23