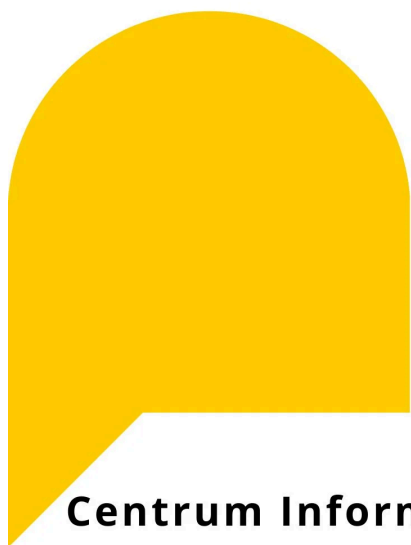


Gdański Portal Senioralny

Informator Senioralny



Centrum Dolna Brama

ul. Dolna Brama 8

80-821 Gdańsk.

Centrum Informacji i Animacji Senioralnej

NEWSLETTER

Dostajesz tę wiadomość, ponieważ zapisałeś się na Newsletter Centrum Informacji i Animacji Senioralnej wysyłany przez Wydział Rozwoju Społecznego Urzędu Miejskiego w Gdańsku przy ul. Nowe Ogrody 8/12, 80-803 Gdańsk.



GDAŃSKA RADA SENIORÓW ZAPRASZA NA WIECZOREK INTEGRACYJNO-TANECZNY W HOTELU CENTRAL

Muzyka lat '60, '70, '80, '90 XX wieku

27 KWIETNIA

godz. : 17.00 - 21.30

Wieczorek integracyjno- taneczny w Hotelu "Central"

Drodzy Gdańscy Seniorzy!

Gdańska Rada Seniorów zaprasza na kolejny, niedzielny wieczorek integracyjno-taneczny w Hotelu "Central"/ I piętro/ przy Dworcu Głównym w Gdańsku - 27 kwietnia od 17 do 21.30. Wstęp 70 zł., w tym konsumpcja 30zł./ napoje w barze i "szwedzki" bufet/. DJ, muzyka lat 60, 70, 80, 90 XX wieku! Bilety wstępu przy wejściu, za gotówkę, prosimy o odliczoną kwotę. Wskazane przybycie 15-30 min. przed imprezą w celu nabycia biletu wstępu i zajęcia miejsca na sali. Rejestracja zgłoszeń do piątku 25.04.godz.16. pod nr telefonu:532 284 699.

Liczba miejsc ograniczona .

Prosimy też o szybką informację o ew. rezygnacjach, co pozwoli innym

oczekującym na udział w zabawie, a organizatorom na uniknięcie kosztów pokrycia zamówionych posiłków, co ostatnio miało miejsce.

Gorąco zapraszamy osoby indywidualne - u nas pary nie obowiązują!

Liczymy szczególnie na samotnych panów, bo panie są licznie i to we wspaniałej formie! Wspólna, dobra zabawa zapewniona! "

Z NAMI NIGDY NIE BĘDZIESZ SAM"!

DO ZOBACZENIA!

PS. Kolejne najbliższe, wieczorki taneczne 11.05. w "Mieście Aniołów" i 25.05. w Hotelu Central.

Gdańska Rada Seniorów



Darmowa Zumba i morsowanie w Brzeźnie

Data: 13 kwietnia 2025 r.

Godzina: 11:00

Miejsce: Moło w Brzeźnie, Gdańsk

Wstęp: wolny

Organizator: Zdrowo i sportowo w Gdańsku

Szczegóły wydarzenia

Zdrowo i sportowo w Gdańsku zaprasza na bezpłatne zajęcia Zumba w Brzeźnie. Spotkania odbywają się w każdą niedzielę o godz. 11:00.

Zbiórka przy wejściu na moło. Zajęcia odbywają się na deptaku.

Wstęp wolny!

Zajęcia prowadzi Wioletta Matynka.

Po zajęciach dla chętnych morsowanie.

Co warto zabrać?

- * strój kąpielowy,
- * ręcznik i np. matę, na której można się przebrać,
- * luźne ubranie na zmianę,
- * czapkę i rękawiczki,
- * ciepły napój w termosie,
- * opcjonalnie buty lub skarpety do wody

Projekt dofinansowany ze środków Miasta Gdańska.

[Czytaj więcej...](#)

**DZIEŃ PAMIĘCI OFIAR
ZBRODNI KATYŃSKIEJ
85. ROCZNICA II MASOWEJ
ZSYŁKI POLAKÓW NA SYBIR**

13 kwietnia 2025 | godz. 10.00

**pomnik Golgoty Wschodu
na cmentarzu Łostowickim**



To data ważna dla co najmniej kilkunastu procent gdańskich rodzin, które mają kresowy rodowód

mat. UMG

Dzień Pamięci Ofiar Zbrodni Katyńskiej

Data: 13 kwietnia 2025 r.

Godzina: 10:00

Miejsce: Pomnik Golgota Wschodu na cmentarzu Łostowickim w Gdańsku

Wstęp: wolny

Organizator: Miasto Gdańsk

[Czytaj więcej...](#)



BEZPIECZNY SĄSIAD

Biuro Nieruchomości CASTLE
Zaprasza Państwa na bezpłatne spotkanie!
25.04.2025r. w godz. 11:30–13:00
Dom sąsiedzki ZAKOPIANKA
Gdańsk, ul. Zakopiańska 40
W trakcie spotkania porozmawiamy m.in. o:



**Jak bezpiecznie
darować
i jak cofnąć
darowiznę?**



**Jak bezpiecznie
prezentować
nieruchomość?**



**Jak bezpiecznie
sprzedać
nieruchomość?**

**Jak uchronić się przed oszustwem?
... i wiele więcej!**

Akcja „Bezpieczny Sąsiad”

Zapraszamy! Centrum Informacji i Animacji Senioralnej.

Spotkanie nie tylko dla naszych najbliższych sąsiadów 😊

Główne założenie to uświadomienie osób starszych o zagrożeniach jakie niesie za sobą oszustwo w różnych formach – przy sprzedaży nieruchomości czy metody na wnuczka itp.

Akcja „Bezpieczny Sąsiad” to pilotażowy program 😊

Link do wydarzenia:

<https://www.facebook.com/events/1783626242179926/?acontext=%...>

[%7B%22surface%22%3A%22home%22%7D%2C%7B%22mechanism%22%3A%22attachment%22%2C%22surface%22%3A%22newsfeed%22%7D%2C%22ref_notif_type%22%3Anull%7D%7D]

Spotkamy się:



25.04.2025r.



w godz. 11:30-13:00



Dom Sąsiedzki Zakopianka, Gdańsk ul. Zakopiańska 40

Dom Sąsiedzki "Zakopianka", Gdańsk – Siedlce

Bezpieczny sąsiad 👤👤

W trakcie spotkania porozmawiamy m.in. o:



Jak uchronić się przed oszustwem?



Jak bezpiecznie darować i jak cofnąć darowiznę?



Jak bezpiecznie prezentować nieruchomość?



Jak bezpiecznie sprzedawać nieruchomość?



Ryneczki w dzielnicach Piecki-Migowo i Orunia Górna-Gdańsk Południe

To już czas na powrót dwóch kameralnych, miejskich targowisk. Działać będą - podobnie jak przed rokiem - w dzielnicach Piecki-Migowo i Orunia Górna-Gdańsk Południe. Oba cieszyły się dużym zainteresowaniem mieszkańców. To miejsca, w których będzie można ponownie zaopatrzyć się w świeże warzywa, owoce oraz inne produkty od regionalnych rolników i producentów.

[Czytaj więcej...](#)



GDAŃSKI FUNDUSZ SENIORALNY

**Dofinansowanie działalności
Minigranty
Granty**



Zapraszamy do składania wniosków

Operatorem funduszy wybranym przez Miasto Gdańsk jest
REGIONALNE CENTRUM WOLONTARIATU W GDAŃSKU

Tam prosimy kierować wszystkie pytania.

plac Solidarności 1

80-863 Gdańsk

budynek Europejskiego Centrum Solidarności

III piętro, pokoje 3.27, 3.28

58 772 42 18

gdansk@wolontariatgdansk.pl

(Dodatkowo służymy pomocą w ramach CENTRUM INFORMACJI I
ANIMACJI SENIORALNEJ: Jarosław Polański 58 768 8283, e-mail:

jaroslaw.polanski@gdansk.gda.pl

Wszystkich informacji udzielamy w:

Poniedziałek, Środa, Czwartek 8:00-16:00 Wtorek 8:00-17:00 Piątek 8:00-15:00

Czytaj więcej...

**19 marca - 18 czerwca
Pierwsza edycja 2025**



www.gdansk.pl/seniorzy

Akademia Liderów

Kolejny wykład - środa 23 kwietnia - "Sztuczna inteligencja w planowaniu i zarządzaniu".

Celem Akademii Liderów jest podniesienie kompetencji w zakresie zarządzania grupami i klubami senioralnymi oraz planowania ich rozwoju wśród liderów grup senioralnych działających na terenie miasta Gdańska.

Akademia Liderów obejmuje komponenty realizowane w **trzech głównych obszarach: zarządzania, opieki oraz technologii**. W ramach programu przewidziano wykłady, konwersatoria, wykłady fakultatywne oraz dodatkowe formy zaangażowania.

Zajęcia odbywać się będą w trybie stacjonarnym w **Centrum Dolna Brama**. Dodatkowe aktywności mogą być realizowane w formie online.

Opiekunowie projektu

Anna Butrym - Dziekan

tel.: 513 767 866

Anna Dunajska - Koordynator

anna.dunajska1@gdansk.gda.pl

tel.: 58 526 80 71

Regulamin

Terminarz

Zapisy

Wszystko o Gdańskiej Akademii Liderów

Centrum Informacji i
Animacji Senioralnej

PUNKT WSPARCIA CYFROWEGO

W każdy poniedziałek
10:00 - 13:00
ul. Dolna Brama 8



Masz pytania dotyczące komputera lub telefonu?

Nie martw się! Odpowiemy
na wszystkie Twoje pytania,
niezależnie od tego, jak
proste lub skomplikowane
mogą się wydawać



Bezpłatne
konsultacje



Pomoc w
konfiguracji urządzeń



Przyjazna
atmosfera

Najbliższy dyżur w ramach wsparcia cyfrowego na Dolnej

Bramie dopiero 28 kwietnia - PRZERWA ŚWIĄTECZNA

Szanowni Seniorzy!

W poniedziałki w godzinach 10.00 - 13.00 dyżurują wolontariusze, którzy pomogą Państwu w obsłudze telefonu, tabletu czy laptopa.

Konferencja szkoleniowa
adresowana do pomorskich
seniorek i seniorów pt.

Szczęśliwy Senior

14 maja 2025
(środa)

Konferencja odbędzie się w godzinach

11:00 – 14:00

w Sali im. Lecha Bądkowskiego Urzędu
Marszałkowskiego Województwa Pomorskiego
w Gdańsku, przy ul. Okopowej 21/27.



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

ul. Okopowa 21/27, 80-810 Gdańsk
tel. 58 32 68 555, e-mail: info@pomorskie.eu
www.POMORSKIE.eu

Pomorskie



Konferencja szkoleniowa pt. "Szczęśliwy Senior"

Zachęcam Państwa do udziału i proszę o rozpropagowanie zaproszenia do udziału w organizowanej przez Samorząd Województwa Pomorskiego w dniu 14 maja 2025 r. (środa) Konferencji szkoleniowej adresowanej do pomorskich seniorów pt. Szczęśliwy Senior

* Konferencja odbędzie się w godzinach 11:00 – 14:00 w Sali im. Lecha Bądkowskiego Urzędu Marszałkowskiego Województwa Pomorskiego w Gdańsku, przy ul. Okopowej 21/27 .

* Celem konferencji jest próba odpowiedzi na pytania: Jak być szczęśliwym, jak wzmocnić samoakceptację i cieszyć się życiem?

Podczas wydarzenia seniorzy będą mogli w godz. 10:00 – 14:00 skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych.

Proszę o potwierdzenie udziału w Konferencji w terminie do 9 maja 2025 roku na adres email: i.olczak@pomorskie.eu lub pod numerem telefonu 58 326 87 25



Nagrody Rady Miasta za zasługi dla gdańskich Seniorek i Seniorów

IV EDYCJA NAGRODY RADY MIASTA ZA ZASŁUGI DLA GDAŃSKICH SENIORÓW

Czytaj więcej...



Pamiętajcie Państwo że mamy Gdański Portal Senioralny

Zapraszamy, zaglądajcie Państwo systematycznie na nasz portal. Znajdziecie tam Państwo wszystkie aktualne informacje. Możecie też Państwo wydrukować potrzebne Wam materiały i informacje.

Linki poniżej.

Kliknij w wybrany przycisk i przejdiesz do wybranej strony.

www.gdansk.pl/seniorzy

Materiały do wydruku

**Serdecznie pozdrawiamy
Zespół Centrum Informacji i Animacji
Senioralnej**

Przydatne linki, numery telefonów i adresy

Gdański Portal Senioralny www.gdansk.pl/seniorzy

Gabriela Dudziak: tel. 58 526 80 71, e-mail:

gabriela.dudziak@gdansk.gda.pl

Jarosław Polański: tel. 506 314 278, e-mail:

jaroslaw.polanski@gdansk.gda.pl

Anna Dunajska: tel. 58 526 80 71, e-mail:

anna.dunajska1@gdansk.gda.pl

Wiktoria Dawidowska: tel. 58 526 80 71, e-mail:

wiktoria.dawidowska@gdansk.gda.pl

Zgłoszenia do Akademii Liderów: www.gdansk.pl/seniorzy - zakładka
Akademia Liderów

Zgłoszenia wierszy na Konkurs Poetycki z cyklu „Benefis
Dojrzałości”: konkurs@benefisdojrzalosci.pl

Gmina Miasta Gdańska

Urząd Miejski w Gdańsku
Wydział Rozwoju Społecznego
ul. Kartuska 5 / ul. Dolna Brama 8
seniorzy@gdansk.gda.pl

Mamy nadzieję, że lubisz nasze
newslettery. Jeśli nie,
możesz się wypisać.

[Tu możesz wypisać się z Newslettera](#)



Dane osobowe

Informujemy, że Administratorem Twoich danych osobowych jest Prezydent Miasta Gdańska, ul. Nowe Ogrody 8/12, 80-803 Gdańsk, e-mail: umg@gdansk.gda.pl; tel. +48 58 52 44 500. Dane kontaktowe inspektora ochrony danych - jak Administratora oraz e-mail: iod@gdansk.gda.pl. Podane dane będą przetwarzane na podstawie Twojej zgody tj. art. 6 ust. 1 pkt a RODO. Dane osobowe będą przechowywane do czasu odwołania Twojej zgody. Podanie danych jest dobrowolne ale niezbędne w celu przekazywania Newslettera. Posiadasz prawo dostępu do treści swoich danych i ich sprostowania, żądania usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania. Masz prawo do wniesienia skargi dotyczącej przetwarzania swoich danych osobowych przez Administratora do organu nadzorczego tj. Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.

[Rezygnacja z Newslettera](#)

