

Dyskryminacja seniorów

Dyskryminacja seniorów – czy istnieje? Czy seniorzy chcą o niej mówić?

Co powoduje, że seniorzy coraz częściej spotykają się z tym zjawiskiem? Czy i jak się temu przeciwstawiać? Dlaczego seniorzy nie chcą mówić głośno, że są dyskryminowani? Na te i jeszcze wiele innych pytań odpowie nam psycholog Magdalena Foryś.

Rozmowę prowadziła Grażyna Chytła, dziękujemy za pomoc.

Źródło finansowania: Komisja Europejska w ramach projektu Building Bridges- Civic Capital in Local Communities ze środków Komisji Europejskiej CERV „Obywatele, równość, prawa i wartości“ na lata 2021-2027.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ decydujący nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



DOJRZAŁOŚĆ NIE WYKLUCZA

ŚWIADOMY SENIOR ZNA SWOJE PRAWA I SZANUJE PRAWA INNYCH

DZIAŁANIA
REALIZUJĄ:

PRO **C**ultura



FUNDACJA KULTURY DIALOGU

Współfinansowane przez Unię Europejską Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie opiniami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ przyznający pomoc nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Kultura włączająca w biznesie

W przestrzeni publicznej słyhać wiele głosów o dyskryminacji i różnych jej formach. Dyskryminacji doświadczają lub są jej świadkami nasi czytelnicy i słuchacze.

Uczymy się jak walczyć z dyskryminacją, ale zbyt mało wiemy o kulturze włączającej, która jest „środkiem zapobiegawczym” dyskryminacji. Małgorzata Szlendak – specjalistka ds. komunikacji, z doświadczeniem pracy w obszarze różnorodności i kultury włączającej w biznesie w rozmowie z dziennikarzami Radia SoVo w Świdnicy mówi o tym czym jest kultura włączająca.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2024/09/kultura-wlacza-jaca.mp3>

Źródło finansowania: Komisja Europejska w ramach projektu Building Bridges- Civic Capital in Local Communities ze środków Komisji Europejskiej CERV „Obywatele, równość, prawa i wartości“ na lata 2021-2027.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ decydujący nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



**Finansowane przez
Unię Europejską**



DOJRZAŁOŚĆ NIE WYKLUCZA

ŚWIADOMY SENIOR ZNA SWOJE PRAWA I SZANUJE PRAWA INNYCH

DZIAŁANIA
REALIZUJĄ:



Współfinansowane przez Unię Europejską Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie opiniami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ przyznający pomoc nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

W kołory grajmy dziś

Świdnica gościła rozśpiewanych seniorów z Dolnego Śląska. Siedem zespołów śpiewaczych spotkało się by zachwycić nas feerią barw, harmonią dźwięków

Młodzi, seniorzy, mileniałsi – dogadujcie się!

**29 kwietnia przypada Europejski Dzień Solidarności
Międzypokoleniowej**

Od 24 do 30 kwietnia w Warszawie trwa Tydzień Międzypokoleniowy. To ponad 100 wydarzeń w całym mieście, które mają przybliżyć idee międzypokoleniowości. A wszystko dlatego, że 29 kwietnia przypada Europejski Dzień Solidarności Międzypokoleniowej – święto ustanowione przez Komisję Europejską w roku 2011. Ma ono promować porozumienie międzypokoleniowe wśród mieszkańców naszego kontynentu i podkreślić znaczenie, jakie dla Europy ma tworzenie przyjaznej do życia przestrzeni dla wszystkich grup wiekowych. Tydzień Międzypokoleniowy rozpoczęła Joanna Dolińska – Dobek, dyrektor Centrum Aktywności Międzypokoleniowej, które jest inicjatorem akcji.

Autor: Marek Kołkowski

Jubileusz 25-lecia Kapeli u Andrzeja z Kłobucka

„Kapela u Andrzeja” ten zespół znają prawie wszyscy mieszkańcy Kłobucka. W tym roku kapela obchodziła jubileusz ćwierćwiecza swojej działalności.

Grupa powstała jesienią 1998 roku i od samego początku działa pod patronatem Miejskiego Ośrodka Kultury im. Władysława Sebyły w Kłobucku. Pomysłodawcą, a zarazem założycielem grupy jest jej lider, absolwent Instytutu Muzyki, Wydziału Wychowania Artystycznego Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie – Andrzej Jelonek. Jak łatwo się domyślić, to jego imię znalazło się w nazwie zespołu, którego muzykę stanowią utwory wywodzące się z folkloru miejskiego, dawnych, zapomnianych melodii, a także własny repertuar pisany z myślą o kapeli. Zespół w ciągu 25 lat wydał 4 płyty: „Kapela Podwórkowa u Andrzeja” (2001), „Biesiada z Kapelą u Andrzeja” (2008), „Kapela Podwórkowa u Andrzeja” (2008), „Co godzinę zegar bije” (2009) a także miał okazję reprezentować Kłobuck i lokalną kulturę na wielu scenach – w powiecie, regionie, w kraju i za jego granicami. Swój jubileusz kapela świętowała na scenie. W jego trakcie otrzymała wiele podziękowań w dowód uznania za wieloletni wkład w propagowanie folkloru miejskiego m.in. od władz powiatowych oraz Burmistrza Kłobucka – Jerzego Zakrzewskiego.

Kapelę u Andrzeja obecnie stanowią:

Adrian Borowiecki – klarnet

Andrzej Jelonek – gitara, banjo, śpiew

Mirosław Drózdź – akordeon

Stanisław Ochmański – kontrabas.

[https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/12/Jubileusz-kape- .mp4](https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/12/Jubileusz-kape.mp4)

Wideo zrealizowane w ramach projektu „[Radio SoVo i UTW na cyfrowo](#)” finansowanego ze środków „Programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025”



Święta na odległość? Jak sobie z nimi radzimy?

Czy nadchodzące święta Bożego Narodzenia będą kolejnymi spędzonymi z daleka od rodziny? Jak radzimy sobie z tą sytuacją? Czy korzystamy z nowych technologii, aby choć odrobinę poczuć świąteczną atmosferę? łączymy się z bliskimi

telefonicznie? Komputerowo? Dziennikarze Radia Sowo z Bydgoszczy zapytali o to seniorów z pobliskiego UTW, a o szerszy komentarz poprosili **Ewą Kaniewską – Mackiewicz** – terapeutę i pedagoga – Dyrektor Niepublicznej Poradni Pedagogiczno-Psychologicznej WSG w Bydgoszczy.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/12/Swieta-na-odleglosc.mp3>

Fragmety świątecznego przeboju **Czerwonych Gitar** pt. „**Jest taki dzień**”, nagrał specjalnie na potrzeby tej audycji zespół wokalny **CANTO CANTARE** z Bydgoszczy, ćwiczący pod kierunkiem mgr Kai Potrzebskiej.

21 sierpnia – Międzynarodowy Dzień Seksu

Na pomysł obchodów Międzynarodowego Dnia Seksu wpadł w 2008 roku pewien student informatyki z...Kolumbii. Święto się przyjęło, a w Polsce świętujemy je dwa razy, bo również 7 czerwca. Reporterzy Radia SoVo z Bydgoszczy zapytali seksuologa – dr n.med. Piotra Czynsza o życie seksualne osób po sześćdziesiątce. Dla nas nie ma tematów tabu!

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/08/Audycja-SEX-3.mp3>



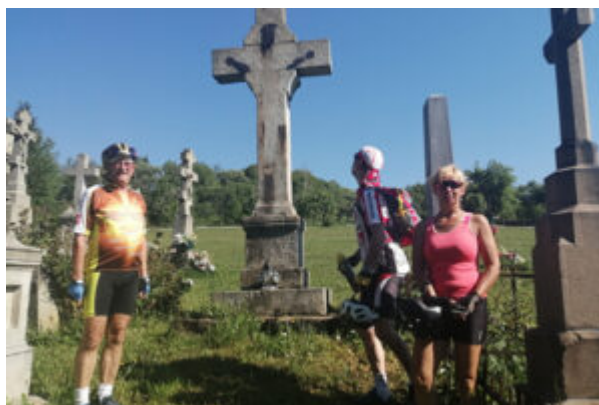
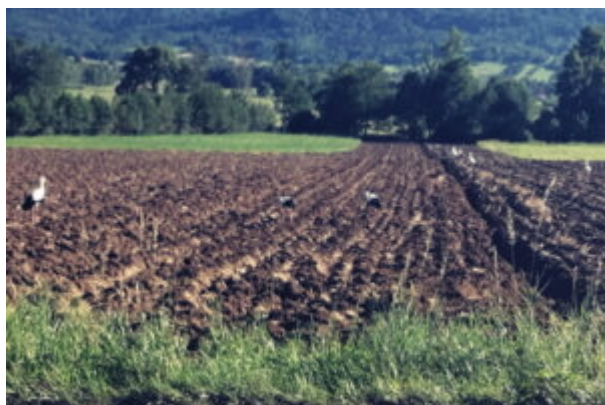
Senior na rowerze rusza poznawać świat

A może warto odkurzyć swój rower i na nowo odkrywać świat z perspektywy siodełka?

Zapraszamy do wysłuchania wypowiedzi uczestników grupy rowerowej, która wyruszyła z Krosna śladami dawnego życia w Beskidzie Niskim.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/09/wyprawa-rowerowa-audycja.wav>

foto: Teresa Sokołowska



Odjazdowy Bibliotekarz – relacja z rajdu rowerowego

Zapraszamy na wysłuchanie relacji z rajdu rowerowego zorganizowanego przez Bibliotekę Publiczną Gminy Kłobuck – Odjazdowy Bibliotekarz, który odbył się 15 lipca 2022 r. Rajd miał 18 kilometrów i prowadził od Zalewu Zakrzew do gospodarstwa agroturystycznego Pani Aliny Bulskiej w Zwierzyńcu Pierwszym. Po drodze wysłuchano opowieści leśniczego, o drzewostanie lasów, a na terenie gospodarstwa agroturystycznego – o starych obyczajach ludowych związanych ze Zwierzyńcem.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/08/Relacja-z-Rajdu-Odjazdowego-BIBliotekarza-gotowe.mp3>

Co rozumiemy przez słowo „przyjaźń”?

Co to jest przyjaźń?

Czy może być przyjaźń w małżeństwie?

Czy przyjaźń to partnerstwo?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/08/radio-przyjazn.mp3>

17 i 23 sierpnia zapraszamy na bezpłatne szkolenia

Smartfon może być Twoim oknem na świat! Wykorzystaj możliwości Twojego telefonu. Zaskocz swoje dzieci, wnuki i znajomych swoimi nowymi kompetencjami cyfrowymi. Jeśli sam już „wymiatasz” w Internecie to namów do wzięcia udziału w szkoleniu swoich rodziców, dziadków, krewnych i znajomych.

Zapraszamy do Akademii Seniora SoVo!

Terminy najbliższych szkoleń:

17 sierpnia 2022, 16.00-19.00 – „Nowoczesne metody płatności on-line”;

23 sierpnia 2022, 16.00-19.00 – „Aplikacje Google”.

Więcej informacji pod linkiem:
<https://radiosovo.pl/akademia-seniora/>.

Szkolenie jest darmowe – wystarczy się zarejestrować na stronie: <https://radiosovo.pl/formularz-rejestracyjny/>.

Projekt finansowany jest ze środków Unii Europejskiej.

Wizyta nauczycieli z Włoch w krośnieńskim UTW

Grupa nauczycieli z Reggio di Calabria (Włochy) przez pięć dni przebywała w krośnieńskim UTW, uczestnicząc w szkoleniu „Uprawianie edukacji dorosłych: Narzędzia grywalizacji do poprawy motywacji seniorów”. Spotkali się również z kadrą Zespołu Szkół Kształcenia Ustawicznego w Krośnie. Massimiliano

[Zobacz film z Przeglądu](#)

Tydzień Międzypokoleniowy – Wiosna Pokoleń w Warszawie

Wiosna Pokoleń w Warszawie. W 2011 roku po raz pierwszy w Europie obchodzono Dzień Solidarności Międzypokoleniowej. W tym roku w Warszawie od 25 do 29 kwietnia ponad trzydzieści instytucji kultury zaprasza na międzypokoleniowe aktywności. Po pandemii wspólne działania są niezwykle ważne. Zapraszamy do wysłuchania co mówią organizatorzy wydarzenia.

https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/04/tydzien-miedzy-pokoleniowy_GOTOWA.mp3

Link do wydarzeń :

<https://cam.waw.pl/wydarzenia-w-warszawie>

Teatr to nasze życie

Wręczyca Wielka teatrem stoi, 27 marca obchodzimy Międzynarodowy Dzień Teatru. Zapraszamy do wysłuchania audycji

o inicjatorach i aktorach amatorach tworzących lokalny teatr.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/02/Teatr-to-nasze-zycie-gotowe.mp3>

Jak przetrwać pandemię i nie zwariować?

Jak przetrwać pandemię i nie zwariować? Posłuchajcie relacji z konferencji pod tym właśnie tytułem, która pod koniec października odbyła się w Miejskim Ośrodku Kultury w Kłobucku. Organizatorem wydarzenia byli: Starostwo Powiatowe w Kłobucku, Lokalna Grupa Działania Zielony Wierzchołek Śląska, a także Konsorcjum Cogito – Centrum Edukacji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/11/jak-przetrwac-pandemie-i-nie-zwariowac-poprawione.mp3>

Najlepsze życzenia z okazji Ogólnopolskiego Dnia Seniora

Ogólnopolski Dzień Seniora (14 listopada) ma uświadomić społeczeństwu problemy osób starszych oraz pokazać bariery, jakie napotykają oni na swojej drodze. Dotyczy przede wszystkim barier związanych z wiekiem tj. sprawnościowych i zdrowotnych. Osoby starsze bardzo często wykluczone są również cyfrowo i ekonomicznie z wielu dziedzin naszego życia. Nasza audycja pokaże słuchaczom przedstawicieli instytucji oraz

organizacji pozarządowych, którzy swoim działaniem starają się poprawić sytuację osób w „jesieni życia”.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/11/0golnopolski-Dzien-Seniora.mp3>

10 października – w Światowy Dzień Drzewa zapraszamy na kąpiele... leśne

O tym, że drzewa wpływają dobroczynnie na nasz organizm, wiedzieli już starożytni. Z ich uzdrawiającej mocy korzystała też medycyna ludowa. Jakie znaczenie mają drzewa dla miast oraz co to są kąpiele leśne oparte na japońskiej technice shinrin – yoku dowiedcie się z naszej audycji, przygotowanej z okazji Światowego Dnia Drzewa.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/10/Drzewa-obok-nas.wav>

Linki

<https://drgaja.pl/7-obszarow-szczescia/obcowanie-z-natura/sylwoterapia-zbawienna-rola-drzew> – wszystko o zbawiennym wpływie drzew na organizm człowieka

<https://bonavita.pl/sylwoterapia-wskazania-i-przeciwwskazania-do-terapii-leczenia-drzewami> – informacje o drzewach, które pozytywnie wpływają na nasz organizm

<https://www.facebook.com/klimatiemocje/> – informacje o działalności Fundacji Klimaty i Emocje

<https://www.e-horyzont.pl/blog/shinrin-yoku-terapeutyczne-kapiele-lesne> – informacje o terapeutycznych właściwościach leśnych kąpielii

Czym jest Rada Seniorów? Do czego jest potrzebna?

Słyszeliście o radach seniorów? W całej Polsce istnieje ich już ponad 300. Oddział senioralny Radia SoVo w Legionowie zaprasza do wysłuchania audycji, z której dowiedziecie czym są Rady Seniorów. Dziennikarze zapytali o to mieszkańców swojego miasta. Temat przybliży także Roman Biskupski, Członek Zarządu i rzecznik prasowy Ogólnopolskiego Porozumienia o Współpracy Rad Seniorów.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/09/sovo-rada-seniorow-MJ.mp3>

Więcej dowiesz się tutaj:

Rady Seniorów na Mazowszu:
<https://mcps.com.pl/polityka-senioralna/rady-seniorow-na-mazowszu/>

Podstawa prawna działania rad seniorów: <https://sip.lex.pl/akty-prawne/dzu-dziennik-ustaw/samorzad-gminny-16793509/art-5-c>

Rady seniorów: <https://polityka.zaczyn.org/polityka-senioralna/tematy/rady-seniorow/>

Czas lata, czas podróży – rozmawiamy z pasjonatem

Zapraszamy do wysłuchania rozmowy z pasjonatem podróży, który odwiedził najdalsze zakątki świata. Być może jego opowieści staną się dla nas inspiracją do podróżowania.

https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/08/czas_lata.mp4

Światowy Dzień Dziadków i Osób Starszych – czego życzymy seniorom w dniu ich święta?

Światowy Dzień Dziadków i Osób Starszych, ustanowił Papież Franciszek 21 stycznia 2021 r. Przypada w czwartą niedzielę lipca. Z tej okazji dziennikarze radia SoVo odwiedzili piknik rodzinny: Bajkowego Lata, przy świetlicy socjoterapeutycznej w Giżycku. Zapytali uczestników pikniku: Czego życzą dziadkom i osobom starszym?

A czego wy życzylibyście swoim?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/Dzien-Dziadkow-z-efektami.mp3>

Realizacja: Jolanta Brzuszkiewicz, Zygmunt Soberski

Montaż: Mariusz Kuncer

Jingle: Mr. Smith – Sunday solitude;
<https://freemusicarchive.org>; Creative Commons license.

15 lipca – Światowy Dzień Bez Telefonu Komórkowego

Wyobrażacie sobie życie bez telefonu? Wytrzymalibyście bez niego dobę? Do czego go używacie? Posłuchaj naszej sondy. Kiedy powstał pierwszy telefon komórkowy, ile ważył i ile kosztował? Kiedy w Polsce uruchomiono pierwszą sieć komórkową? To wszystko w audycji przygotowanej przez dziennikarzy z Nisy.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/Dzien-bez-telefonu-gotowa-MJ.mp3>



Burmistrz Miasta i Gminy Gniew o lokalnej polityce senioralnej

Zapraszamy na wywiad z Maciejem Czarneckim – Burmistrzem Miasta i Gminy Gniew, w którym dowiemy się więcej o działaniach miasta dotyczących seniorów oraz o współpracy z Uniwersytetem Trzeciego Wieku. O działaniach Stowarzyszenia Gniewski Uniwersytet Trzeciego Wieku opowie także jego prezeska – Walentyna Czapska.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/05/burmistrz-gniew-z-napisami.mp4>