



# I PODLASKI KONGRES RAD SENIORÓW

*Sila współpracy, moc integracji*

**Supraśl 2-3 września 2020**

Ośrodek 5 Dębów, ul. Rymarka 7, 16-030 Supraśl

Ramowy Program

**I dzień 2 września**

|                                                                                                           |                                                                                                                                                                                |                      |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|
| <b>10.00 - 11.00</b>                                                                                      | <b>Recepcja Kongresu, poranna kawa</b>                                                                                                                                         |                      |                      |
| <b>11:00 - 11:10</b>                                                                                      | Otwarcie obrad                                                                                                                                                                 |                      |                      |
| <b>11:10 - 11:15</b>                                                                                      | Powitanie uczestników przez Artura Kosickiego, Marszałka Województwa Podlaskiego                                                                                               |                      |                      |
| <b>11:15 - 11:20</b>                                                                                      | Powitanie uczestników przez Radosława Dobrowolskiego, Burmistrza Supraśla                                                                                                      |                      |                      |
| <b>11:20 - 11:30</b>                                                                                      | Ośrodek Wspierania Podlaskich Rad Seniora – założenia projektu <i>Jan Oniszczyk, Stowarzyszenie Szukamy Polskli</i>                                                            |                      |                      |
| <b>11:30 - 12:20</b>                                                                                      | Prezentacja uczestników poszczególnych Rad Seniorów (3-4 minuty dla każdej z Rad)                                                                                              |                      |                      |
| <b>12:20 - 12:35</b>                                                                                      | Sytuacja i aktywność seniorów w województwie podlaskim <i>Elżbieta Rajewska – Nikonowicz, Dyrektor ROPS w Białymstoku</i>                                                      |                      |                      |
| <b>12:35 - 12:50</b>                                                                                      | Rady Seniorów – razem czy osobno? <i>Maria Lauryn – Ogólnopolskie Porozumienie Rad Seniorów, Rada Seniorów przy Marszałku Województwa Podlaskiego i Suwalska Rady Seniorów</i> |                      |                      |
| <b>12:50 - 13:00</b>                                                                                      | Prezentacja ekspertów prowadzących warsztaty w sesji popołudniowej                                                                                                             |                      |                      |
| <b>13:00 - 14:00</b>                                                                                      | <b>obiad</b>                                                                                                                                                                   |                      |                      |
| <b>warsztat</b>                                                                                           |                                                                                                                                                                                | <b>14:00 - 15:15</b> | <b>15:15 - 16:15</b> |
| <b>Czego jest w bród a czego brakuje Radom Seniora - Agnieszka Maszkowska</b>                             |                                                                                                                                                                                | Grupa niebieska      | Grupa czerwona       |
| <b>Integracja ze sobą i z otoczeniem - podstawy dobrej komunikacji zespołowej - Magdalena Gołaszewska</b> |                                                                                                                                                                                | Grupa zielona        | Grupa czerwona       |

Realizatorem zadania jest Stowarzyszenie Szukamy Polski. Zadanie dofinansowano ze środków ASOS 2020.



|                                                                                      |                           |                          |                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------------|
| <b>Technologia cyfrowa w Radach Seniorów<br/>czy pomoc - <i>Dominik Sołowiej</i></b> | <b>Grupa<br/>czerwona</b> | <b>Grupa<br/>zielona</b> | <b>Grupa<br/>niebieska</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------------|

|                          |                                                                                                    |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17:30 -<br/>20:00</b> | Chwila relaksu – Krzysztof Wolfram (Rada Seniorów Gminy Supraśl)<br>zaprasza na spacer po Supraślu |
| <b>20:00</b>             | Kolacja integracyjna*                                                                              |

\* *Każda Rada Seniora przedstawi się na wesoło wszystkim uczestnikom – forma dowolna: śpiew, wiersz, skecz, taniec, kalambur lub coś innego w wykonaniu całej reprezentacji Rady Seniora (rekwizyty, przebrania, transparenty i inne gadżety wskazane)*

## II dzień 3 września

|                          |                                                                                                                                 |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>9:30 - 10:00</b>      | <b>Recepcja, kawa powitalna</b>                                                                                                 |
| <b>10:00 -<br/>10:10</b> | Otwarcie II Dnia Podlaskiego Kongresu Rad Seniorów                                                                              |
| <b>10:10.<br/>-10:18</b> | Film o powstawaniu Rad Seniorów w naszym regionie                                                                               |
| <b>10:20 -<br/>10:45</b> | Doświadczenia współpracy zachodniopomorskich Rad Seniorów – po co standardy? Łukasz Cieśliński, Pracownia Pozarządowa, Koszalin |
| <b>10:45 -<br/>11:30</b> | Standardy funkcjonowania podlaskich Rad Seniorów - dyskusja World Cafe                                                          |
| <b>11:30 -<br/>11:45</b> | <i>przerwa kawowa</i>                                                                                                           |
| <b>11:45 -<br/>12:15</b> | Omówienie rezultatów pracy przy stolikach World Cafe i wnioski                                                                  |
| <b>12:15 -<br/>12:40</b> | Pytania, wnioski, uwagi uczestników                                                                                             |
| <b>12:40 -<br/>12:50</b> | Podsumowanie Kongresu i zamknięcie obrad                                                                                        |
| <b>12:50 -<br/>13:00</b> | Wspólne zdjęcie uczestników Kongresu                                                                                            |
| <b>13:00 -<br/>14:00</b> | <i>Obiad</i>                                                                                                                    |

Realizatorem zadania jest Stowarzyszenie Szukamy Polski. Zadanie dofinansowano ze środków ASOS 2020.