

DLACZEGO SKRÓCĄ LINIĘ 210?

Mieszkańcy naszej dzielnicy z pewnym niepokojem przyjmą informację o skróceniu linii 210. Proszę się jednak nie obawiać. Wszystko ma swoje uzasadnienie. W tej chwili autobusy jeżdżą z Oruni przez centrum (Dworzec PKP Gdańsk Główny), Rębiechowo do Osowej (PKP). Po zmianach trasa ma zostać skrócona do odcinka lotnisko Rębiechowo - Osowa. Wszystkie te zmiany to efekt prac urzędników odpowiedzialnych za budowę Pomorskiej Kolei Metropolitalnej, którzy wraz z urzędem kolejnictwa stworzyli wstępnie nowy układ linii komunikacyjnych w Gdańsku po otwarciu PKM na trasie Gdańsk Wrzeszcz - Rębiechowo. Wszystkie te nowości wprowadzone będą gdy powstanie Pomorska Kolej Metropolitalna. Aby rozwiać wątpliwości, warto uświadomić sobie fakt, że wsiadając w pociąg PKM-ki w Osowej, po kilkunastu minutach będzie-



my w Gdańsku Głównym. Zatem podróż linią 210 (ok. 50 min.) nie będzie miała sensu. Stąd taka a nie inna decyzja.

Tomasz Wiśniewski
www.osowa24.pl

W TYM NUMERZE:

- **Dlaczego skrócą linię 210?**
- **868 bezpośrednio do Gdyni**
- **Organizacje pozarządowe dla seniorów**
- **Jak interweniować w sprawie tekcnie?**
- **Teoria i praktyka uśmiechu**
- **Życie jak wino - osowscy seniorzy w Szymbarku**

868 BEZPOŚREDNIO DO GDYNI

W związku z licznymi postulatami dyrekcji i pracowników Euro Office Park w Gdańsku, zmienił się rozkład jazdy linii 868.

Zmianie ulega przede wszystkim charakter oraz taryfa opłat tego kursu. Linia została przemianowana z pracowniczej na zwykłą, dostępną dla każ-

dego. Przystankiem początkowym w Gdyni zostaje przystanek na dworcu autobusowym, końcowym BPH Office Park, czyli autobus jedzie przez całą ulicę Wodnika.

Z Gdyni autobusy odjeżdżają od poniedziałku do piątku o godz.: 5.55,

cd. na str. 2

6.55, 7.55 oraz 17.05. Z przystanku "Gdańsk, BPH Office Park" autobusy ruszają od poniedział-

ku do piątku o godz.: 6.45, 16.10 oraz 18.10.

Tak więc jeśli ktoś pracuje w Gdyni, być może

linia 868 jest alternatywą dla prywatnego auta.

Tomasz Wiśniewski
www.osowa24.pl

ORGANIZACJE POZARZĄDOWE DLA SENIORÓW

Organizacja pozarządowa to: *organizacja działająca na rzecz wybranego interesu i nie działająca w celu osiągnięcia zysku* (por. Wikipedia).

Organizacje pozarządowe są nazywane „trzecim sektorem”, w odróżnieniu od sektora publicznego (władz, administracji publicznej) i rynkowego (przedsiębiorstwa). Organizacje te (fundacje, stowarzyszenia) zakładane są przez obywateli dla zrealizowania ważnych celów społecznych. Ich działalność regulują odpowiednie przepisy wśród których naczelną rolę odgrywa Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2003 r. Nr 96, poz. 873). Wśród działających w Polsce ponad 80 tysięcy fundacji i stowarzyszeń, znajdują się również organizacje zrzeszające seniorów a także, których zadaniem jest działalność

na rzecz osób starszych.

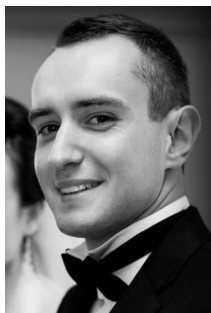
Fundacja WIEMIUMIEM stworzyła jeden z największych w Polsce katalogów w których zgromadzone są informacje na temat takich organizacji, działających w całej Polsce. Bazę zbudowano poprzez szeroko zakrojoną penetrację zasobów internetowych z uwzględnieniem danych, które organizacje udostępniają publicznie na swój własny temat. Znalazły się w niej pełne adresy pocztowe placówek, numery telefonów, elektroniczne dane kontaktowe koordynatorów, adresy klubów, placówek, instytucji, adresy stron www itd. Adresy podmiotów w bazie danych podzielono najpierw według kryterium geograficznego - na 16 województw. Następnie do każdego z województw zastosowano podział formalny na 3 kategorie, uwzględniające funkcje i charakter poszczególnych organizacji: a) Uni-



wersytety Trzeciego Wieku, b) organizacje seniorów (zrzeszające osoby starsze) i c) podmioty z ofertą dla seniorów (organizacje pozarządowe - stowarzyszenia, fundacje, związki czy grupy nieformalne - posiadające wśród swoich aktywności nakierowane na osoby starsze. Znalazły się w niej 2161 podmioty. Osoby, które zainteresowane są kontaktem z takimi organizacjami (po to, by się zaangażować lub skorzystać z pomocy) zachęcamy do wejścia na stronę:

www.wiemiumiem.pl/organizacje

Grzegorz Grochowski



W poprzednich numerach „Jesteśmy u siebie” przekazywane były informacje na temat wybranych instytucji podległych miastu Gdańsk, odpowiedzialnych za różne aspekty funkcjonowania dzielnicy. Poniżej prezentujemy przykłady pism interwencyjnych, adresowanych do wybranych instytucji, które możecie Państwo wykorzystać podejmując działania obywatelskie.

**Zarząd Dróg i Zieleni
w Gdańsku
ul. Partyzantów 36
80-254 Gdańsk**

Szanowni Państwo,

Pragnę zwrócić uwagę na kilka istotnych i powtarzających się problemów w zakresie utrzymania po-

rządki i czystości w dzielnicy Osowa. Jednocześnie proszę o podjęcie odpowiedzialnych działań w celu ich rozwiązania.

1. Nieregularny wywóz odpadów komunalnych z kamiennych pojemników zlokalizowanych w różnych częściach dzielnicy Osowa. W szczególności dotyczy to koszy znajdujących się przy ulicach Azaliowej i Borówkowej.

2. Niedziałające oświetlenie uliczne na rogu ulic Porzeczkowej i Poziomkowej. Od kilku tygodni latarnia znajdująca się w tym miejscu nie uruchamia się w godzinach wieczornych i nocnych. W mojej ocenie może to wynikać z faktu „przepalenia się” żarówki.

3. „Zanikające” przejście dla pieszych przy ulicy Brzoskwiniowej. W sąsiedztwie osowskiego komisariatu Policji wyznaczone zostały dwa przejścia dla pieszych przez ulicę Niedziałkowskiego. Niestety po kilku latach tzw. „zebra” uległa wytarciu, przez co obecnie nie jest ona widoczna dla kierowców podążających tą ulicą. W związku z tym

w rejonie tym zwiększone jest również ryzyko wypadków z udziałem pieszych. Niejednokrotnie byłem osobiście świadkiem niebezpiecznych sytuacji drogowych w tym miejscu.

Z poważaniem,
Jan Kowalski

**Zarząd Transportu
Miejskiego w Gdańsku
ul. Na Stoku 49
80-874 Gdańsk**

Szanowni Państwo,

Pragnę poinformować o zdarzeniu, do jakiego doszło w dniu 5 listopada 2014 r. około godz. 10:15 w autobusie linii 111 jadącym w kierunku Żabianki (nr pojazdu 1234).

Planując wycieczkę rowerową po dzielnicach „dolnego tarasu”, próbowałem wsiąść do autobusu wraz ze swoim jednoślądem. Niestety kierowca odmówił mi wejścia do wspomnianego autobusu, tłumacząc to zbyt dużą liczbą pasażerów. Chciałbym jednak nadmienić,

cd. na str. 4

że w pojeździe znajdowało się wówczas stosunkowo niewiele osób. Zajęte były miejsca siedzące, ale pasażerów stojących było zaledwie kilku. Mimo próby przekonania kierowcy do swoich racji, ostatecznie zostałem zmuszony do zrezygnowania z podróży.

Chciałbym zaznaczyć, że jestem osobą starszą i nie czuję się na siłach, by samotnie podróżować na rowerze w kierunku Oliwy i Żabianki ul. Spacerową lub duktami leśnymi. W związku z tym przejazd autobusem jest dla mnie jedynym rozwiązaniem, aby dostać się w okolice Parku Oliwskiego.

W związku z powyższym, proszę Państwa o interwencję w opisanej sprawie i pouczenie kierowców o konieczności wykazania się większym zrozumieniem w stosunku do

pasażerów podróżujących z rowerami.

Z poważaniem,
Jan Kowalski

* * * * *

Straż Miejska w Gdańsku
Referat IV
ul. Gospody 19a
80-344 Gdańsk

Szanowni Państwo,

Od dłuższego czasu dochodzi do przypadków niezgodnego z prawem parkowania samochodów osobowych wzdłuż ulicy Truskawkowej. Problem ten jest wzmożony zwłaszcza w godzinach porannych oraz popołudniowych, gdy wielu rodziców „podwozi” lub „odbiera” swoje dzieci do/z pobliskiego przedszkola. Niestety niejednokrotnie zdarzyło się, że parkujący samo-

chód skutecznie zablokował mi wyjazd z posesji. Przez to zmuszony byłem nawet do odwołania zaplanowanej wizyty u lekarza.

W związku z powyższym zwracam się do Państwa o interwencję w sprawie nielegalnego parkowania.

Oczekiwałbym w szczególności zwiększenia liczby patroli Straży Miejskiej w rejonie ul. Truskawkowej, zwłaszcza w godzinach porannych oraz popołudniowych (ok. 13-15).

Z poważaniem,
Jan Kowalski

* * * * *

Wzory pism:
Karol Ważny, Kancelaria
Prawna Ważny & Wilkiewicz
www.wwkp.pl
tel: 504 159 491

TEORIA I PRAKTYKA UŚMIECHU

W piątek, ostatniego dnia października otrzymałem Internetem wiadomość o rozpoczynających się warsztatach poświęconych zespołowemu opracowaniu „Strategii dla

Osowej”. Wiadomość przesłana przez jednego z kolegów radnych zawierała informację o Gdańskiej Fundacji Innowacji Społecznej, będącej inicjatorem warsztatów. Zajęcia

mają trwać do wiosny 2015. Na warsztatach mają powstać koncepcje rozwoju Osowej, które zostaną w roku przyszłym przedstawione władzom miasta. Jednocześnie biuletyn edu-

kacji obywatelskiej seniorów „Jesteśmy u siebie” zaprasza seniorów, aby razem zadbali o jakość naszej dzielnicy. Ta dbałość, zgodnie z założeniami programu, w sposób odczuwalny winna wpłynąć na jakość życia w naszej dzielnicy. W tym samym kierunku zmierzają starania Rady Dzielnicy Osowa i Zarządu naszej dzielnicy w osobie Macieja Przybylskiego przewodniczącego Zarządu, oraz jego zastępcy piszącego te słowa. Pozwoliły one na realizację, a niekiedy tylko „ruszenie z miejsca” kilku ciężkich i od dawna zaległych tematów w Osowej.

Pozostawiam opisanie tych problemów innym publicystom. Nadmienię tylko, że w grę wchodzi inwestycja infrastrukturalna za kilka milionów złotych. Ich realizacja potrwa zapewne do końca następnej kadencji Rady Dzielnicy i wymaga dobrego pilotowania, doświadczenia i... szerszego spojrzenia na osowskie sprawy. Ta właśnie szersza perspektywa oraz złożoność procesów poprawy życia jej mieszkańców skłania do zaproponowania działań

nietypowych i drobnych z pozoru, ale przeprowadzonych z zaangażowaniem mieszkańców Osowej w dość dużej skali...

- I cóż to takiego to może być?- Spytał redaktor biuletynu, gdy rozmawialiśmy o tekście do „Jesteśmy u siebie”. Kiedy odpowiedziałem - **Teoria i praktyka uśmiechu** - po drugiej stronie słuchawki zaległa cisza. Następnie padło stwierdzenie - Trudno coś tak ulotnego jak uśmiech skojarzyć z edukacją obywatelską seniorów...

Uważam jednak, że warto spróbować. Tu i ówdzie pojawiają się uzasadnione głosy i opinie, że jesteśmy zabiegani wokół naszych trosk i problemów - rzadko się przy tym uśmiechając, powiększamy grono ponuraków. To chyba z podobnego grona pochodzi stwierdzenie, że „Panu Bogu starość się nie udała”. Nawiązując do tego stanu rzeczy postaram się wymienić najprostsze elementy, które możemy niemal od zaraz wprowadzić do przestrzeni publicznej Osowy:

1. Szczęry uśmiech i dobre słowo niewiele, lub nic zgoła nie kosztuje, a tyle znaczy.



2. Tak zwyczajnie bez powodu w zwyczajny dzień zaprosić dawno nie widzianego sąsiada na spotkanie i rozmowę, choćby przy skromnej kawie czy herbacie. Kiedy uczynimy to spontanicznie i z uśmiechem, możemy spodziewać się pozytywnej reakcji, zwłaszcza że spora grupa seniorów w Osowej mieszka samotnie, nieraz na sporych metrażach.

3. Pół żartem, pół serio ćwiczyć uśmiech choćby po to, aby nabrać przekonania, że możesz mieć, częściej niż myślisz, szczerzy uśmiech na twarzy.

4. Uśmiech przyciąga. Warto w tym miejscu przypomnieć, iż seniorzy odzyskują pogodę ducha w kontakcie z wnuczkami lub nawet prawnuczkami. Jeżeli seniorzy uśmiechają się do wnuczków, uśmiech wraca do nadawców wielokrotnie.

cd. na str. 6

5. Uśmiech w chwili, kiedy nie mam racji. Trudno to przyjąć, bo wiąże się to z moim upokorzeniem i koniecznym słowem przeproszam, które wypowiedamy nie podnosząc głosu. Niech mój uśmiech będzie rekompensatą za mój błąd. Lepsze to, niż tłumaczenia i wykrety.

6. "Panie, pomóż mi, abym nie zamykał się przed innymi. Może oni potrzebują tylko mego uśmiechu. Pomóż mi przezwyciężyć egoizm, który króluje we mnie, pomóż mi zapomnieć o sobie"

(z modlitwy Karola van Oost OSB).

7. Pokój w sercu - uśmiech na twarzy. Raduj się z drobiazgów, a uśmiech częściej będzie gościł na twojej twarzy. Częściej będziesz gościł pokój w twoim sercu.

8. Uśmiech rozjaśnia myśli. Uśmiechaj się nawet wtedy, kiedy nie masz na to ochoty. Zwłaszcza wtedy. Zobaczysz, poskutkuje.

9. Dzisiaj tylko zrobię dobry uczynek i nie powiem o nim nikomu. Wypróbowiałem 6 punkt z dekalogu pogody ducha św.

Jana XXIII. To działa. Dużo radości. Uśmiech, nie wiedzieć skąd, pojawia się na twarzy.

10. Co robić, kiedy pada i jesienno-zimowa szarówka doskwiera? Życzyć przygodnie spotkanym ludziom pogody ducha. Ten, do którego kierujesz te życzenia, skieruje do ciebie uśmiech. Jest to cenne zwłaszcza w szary dzień.

W wigilię Wszystkich Świętych Szczerze Uśmiechniętych, czyli 31 października.

Grzegorz Boros

ŻYCIE JAK WINO - OSOWSCY SENIORZY W SZYMBARKU

Każdy znawca napojów alkoholowych wie, że nie ma dwóch takich samych win na świecie. Tak samo jak ludzi, różnią je cechy indywidualne i otoczenie w których dojrzewają. Jednak tylko prawdziwi entuzjaści są świadomi tego jak bardzo skomplikowany jest proces produkcji wina - winifikacja. Tworzenie tego trunku jest idealną alegorią życia każdego człowieka.

Rozwój winogron na latorośli można przyrównać do okresu dzieciństwa i wieku nastoletniego. To



właśnie wtedy jesteśmy pełni młodzieńczej świeżości i energii. Kolejnym etapem jest wyciskanie soku z winogron - czas

wchodzenia w dorosłość, burzliwych emocji, pierwszych miłości i konfrontacji wartości wyniesionych z domu do tych

obecnych w otoczeniu młodego człowieka. Następnie pora na fermentację która symbolizuje dorosłość - poświęcenie się życiu zawodowemu i zakładanie rodziny. Ostatnim i zarazem najdłuższym etapem winifikacji jest tzw. dojrzewanie - metaforyczne odniesienie do wieku senioralnego. Starość często kojarzy się z czasem spokoju, kontemplacji i melancholii. Jednak czy ten etap życia musi być stereotypowo nudny i monotony? Jak wykorzystać czas „dojrzewającego wina”, by był on dla nas okresem samorozwoju i spełnienia? Jednym ze sposobów jest aktywny udział w wydarzeniach, które dadzą nam możliwość zdobywania wiedzy i społecznego zaangażowania.

Potrzeby i chęć osób dojrzałych do rozwoju osobistego i poszerzania horyzontów stały się inspiracją dla Fundacji Wiem i Umieć. Dzięki temu powstała inicjatywa oświatowych cotygodniowych spotkań senioralnych a także wyjazdu do Szymbaraku. Wycieczka odbyła się w pięknej wrześniowej aurze tego roku. Uczestniczyli w niej zarówno seniorzy, jak i nastolatko-



wie w roli wolontariuszy. Pierwszym punktem programu było zwiedzanie ośrodka. Malowniczy krajobraz i kaszubski klimat miejsca podzielał kojąco na samopoczucie uczestników wyprawy. Po krótkim zapoznaniu z placówką, seniorzy i młodzież mogli zaznać nowych, nieco ekstremalnych doświadczeń których dostarczył spacer po słynnym „Domu do góry nogami”. Każdy, kto postanowił skorzystać z tej atrakcji wychodził z domu roześmiany i pełen pozytywnych emocji. „To był czas, kiedy rozum walczy z emocjami. Jeśli dałeś radę przejść po domu bez zachwiania - logika wzięła górę. Jeśli natomiast dałeś się ponieść wyobraźni - naprawdę miałeś wrażenie że chodzisz po suficie i utrzymanie równowagi było nie lada wyzwaniem”

- śmiała się jedna z seniorerek. Kto by pomyślał, że „zwykłe” chodzenie po domu może przynieść tyle emocji.

Po zwiedzeniu „Domu do góry nogami” nadszedł czas na krótką lekcję historii, która odbyła się w rekonstrukcji bunkra z II wojny światowej. Seniorzy oraz młodzież wysłuchali historii kaszubskich partyzantów walczących o niepodległą Polskę, po czym wzięli udział w symulacji dzwinkowej bomb i strzelaniny. Następnie została odśpiewana Rota na cześć tych, którzy polegli w wojnie. Oprócz bunkra, wycieczkowicze mieli również możliwość obejrzenia - zarówno od środka, jak i z zewnątrz - domu Sybiraka. Wysłuchali historii jednej z senierek, która opowiedziała o swoich

cd. na str. 8

doświadczeniach z mieszkania na Syberii. Historycznym miejscem które zwiedzali uczestnicy wprawdy była kaplica, w której wysłuchali mowy Jana Pawła II. Dzięki tym zabytkom, seniorzy oraz młodzieży zyskali wartościową wiedzę. Mogli na własnej skórze odczuć i na własne oczy zobaczyć relikty przeszłości historii ich rodaków.

Lecz wyjazd do Szymbarku nie był wycieczką typowo historyczną. Jedną z najbardziej emocjonujących atrakcji był przejazd wozami drabiniastymi na Wieżycę. Nie obyło się bez śpiewów podczas jazdy - seniorom i młodzieży udzielił się swojski klimat Kaszub. Po wesołej przejażdżce wycieczkowicze weszli na wieżę widokową, na której zrobili pamiątkowe zdjęcia. Powrotna podróż wozami drabiniastymi była równie ekscytująca jak poprzednia.

Kaszubski klimat był odczuwalny przez cały czas wycieczki, ale najbardziej dało się go doświadczyć podczas oglądania najdłuższej deski świata - wtedy to seniorzy zasiedli przy długim stole i śpiewając Kaszubskie nuty oraz podtrzymując kaszubską tradycję - zażyli tabaki. Oprócz tego, uczestnicy wprawdy mieli możliwość upieczenia własnego bochenka chleba. Seniorzy wykazali się ogromną fantazją. Tworząc piekarnicze dzieła starali się ukazać swoją indywidualność i jak najkreatywniej ułożyć wzór na bochenku. Podczas wypiekania chleba w piecu, wycieczkowicze relaksowali się pijąc kawę oraz jedząc ciasto.

Ostatnim punktem programu był obiad i degustacja piwa z miejscowej piwiarni. Wycieczkowicze, czując się już jak prawdziwi Kaszubi, mogli w spokoju podzielić się z innymi wra-

żeniami z całego dnia. A wrażeń było wiele.

Doświadczenia z wycieczki do Szymbarku zostana przez seniorów i młodzież zapamiętane jako wartościowe i rozwijające. Nie tylko pod względem merytorycznym, ale też społecznym i emocjonalnym. Opisany wyjazd do Szymbarku jest dowodem na to, że „dojrzewanie” w procesie winifikacji nie musi być jednostajne, nudne i monotonne. Ten etap życia może być najszcześniejszym i najbardziej inspirowującym czasem dla każdego człowieka, a śmiejący się, żartujący i pełni wigoru seniorzy wracający z wycieczki są tego najlepszym przykładem. Bo przecież dojrzałe wino to najlepszy trunek - każdy znawca napojów alkoholowych to wie.

Małgorzata Grochowska

Redakcja i teksty: Małgorzata Grochowska, Tomasz Wiśniewski, Karol Ważny, Grzegorz Grochowski, Grzegorz Boros

Korekta: Marta Łuczowska

Opracowanie graficzne: Marta Łuczowska, Paweł Urbaniak

Druk: Drukarnia MER, tel. 58 522-94-30

wiemiumiem.pl
edukacja dla rozwoju ↑

*Biuletyn dofinansowany przez Ministra Pracy i Polityki Społecznej
ze środków Funduszu Inicjatyw Obywatelskich 2014*

www.wiemiumiem.pl/seniorzy