

Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów

Oddział Rejonowy w Opolu Lubelskim

Działalność Związku :

- współpraca z lokalnym samorządem
- wykłady z psychologii i promocja zdrowia
- wyjazdy do ośrodków kultury
- wycieczki, spotkania w plenerze i integracja
- udział w uroczystościach publicznych



Czynne: środy 9:00-12:00 oraz w 1-szą środę miesiąca 15:00-18:00
ul. Strażacka 1 (Muzeum Multimedialne).



Klub Seniora CZAS

Centrum Zainteresowań Ambitnych Seniorów to projekt Lubelskiego Oddziału PCK. Aktywizuje i integruje seniorów poprzez nieodpłatne zajęcia:

- porady psychologiczne, prawnicze i dietetyczne
- zajęcia językowe i komputerowe
- zajęcia tematyczne, regionalizm
- zajęcia rękodzielnicze m. in. carving, florystyka i makrama
- gimnastyka, taniec, choreoterapia, nordic walking, samoobrona



Telefon: 691 742 354, ul. Puławska 19 (Klub Abstynenta Jutrzenka)
Klub Seniora CZAS otrzymał nagrodę „Złoty Laur Aktywnego Seniora”



Koło Emerytów i Rencistów ZNP w Opolu Lubelskim działa od ponad 30 lat.

Członkowie spotykają się raz w miesiącu w lokalu Nasz Złoty Zakątek (ul. Stary Rynek 44).

Oprócz integracji, koło realizuje program poprzez prowadzenie spotkań z ciekawymi ludźmi i organizację prelekcji z dziedziny:

- historia naszego regionu
- historia oświaty w Polsce
- wybitni ludzie kultury
- polskie tradycje narodowe



Telefon: 81 827 28 27, ul. Szkolna 5
Jedna osoba otrzymała nagrodę „Złoty Laur Aktywnego Seniora”



SENIORZY W

Opolu Lubelskim

Jestem pod dużym wrażeniem ogromnego zaangażowania opolskich seniorów, ich energii i optymizmu z jakim podchodzą do kwestii zajęć edukacyjnych, integracyjnych czy kulturalnych. Swoją aktywnością, chęcią działania i pozytywnym podejściem inspirują opolską młodzież oraz stanowią dla niej doskonały przykład do naśladowania. Gorąco kibicuję wszystkim inicjatywom skupiającym osoby starsze i bardzo się cieszę, że ich aktywność jest dostrzegana nie tylko w naszej gminie ale także w całym województwie lubelskim.

Bardzo serdecznie gratuluję wszystkim Państwu dotychczasowej działalności i życzę zdrowia, pogody ducha i energii do prowadzenia dalszych działań na rzecz opolskich seniorów.



Sławomir Plis
Burmistrz Opola Lubelskiego



Rada Seniorów w Opolu Lubelskim została powołana uchwałą Rady Miejskiej z dnia 31.03.2014 r. (Dz. Urz. z 07.05.2014 poz. 1860).

Główne zadania:

- promowanie profilaktyki zdrowia w tym szczepień „Grypa 65+”
- organizacja akcji:
 - „Opolskie Pudełko Życia”
 - „podziel się grosikiem”
- współpraca z wydawcą Ogólnopolskiej Karty Seniora
- uczestnictwo w zebraniach sołtysów i pomoc seniorom z terenów wiejskich
- utrzymywanie kontaktu z organizacjami działającymi na rzecz seniorów
- pozyskiwanie informacji o potrzebach seniorów w Opolu Lubelskim
- działalność na rzecz likwidowania barier architektonicznych

Dyżury Rady Seniorów: poniedziałki godz. 9:00 – 12:00
Urząd Miejski w Opolu Lubelskim pok. 115



Dzienny Dom Pomocy Społecznej wchodzi w skład struktury Ośrodka Pomocy Społecznej w Opolu Lubelskim, powołany do działalności w 2019 r. Odpowiada za opiekę nad osobami w wieku 60 + oraz niepełnosprawnymi.

W ramach pobytu seniorzy otrzymują gorący posiłek oraz mogą uczestniczyć w zajęciach integracyjnych, warsztatowych i terapiach takich jak:

- ćwiczenie głosu śpiewem, rehabilitacja, praca z logopedą
- spotkania z psychologiem i prawnikiem
- zajęcia kulinarne, komputerowe i kulturalne

Telefon: 609-804-016, ul. Kolejowa 17



Uniwersytet Trzeciego Wieku w Opolu Lubelskim powstał w r 2008 r. a od 2017 r. posiada do dyspozycji lokal. Zapraszamy wszystkich seniorów, którzy chcą być między ludźmi, chcą się uczyć, bawić i integrować!

Słuchacze UTW otrzymali 4 wyróżnienia „Złoty Laur dla Aktywnego Seniora”, 2 wyróżnienia „Człowieka roku” Opola Lubelskiego i 1 wyróżnienie „Aktywny Senior” od Marszałka Województwa Lubelskiego.

„Nie ma na starość lepszego leku niż Uniwersytet Trzeciego Wieku”

Propozycje programowe:

- regionalizm i zajęcia rękodzielnicze
 - wykłady audytoryjne
 - kawiarenka literacka
 - warsztaty kulinarne
 - lektoraty językowe i informatyka
 - gimnastyka, taniec
 - wyjazdy na basen i SPA
- i wiele innych!**

Nasz Złoty Zakątek
ul. Stary Rynek 44
Dyżury: poniedziałek–piątek,
godz. 14:00 – 17:00

