



Gmina Śrem oraz realizator Centrum Usług Społecznych w Śremie
laureatem konkursu „Wielkopolska Otwarta na Usługi Społeczne”,
II miejsce w kategorii Wspieranie Osób Starszych

Śrem, 27 listopada 2025 roku

Gracjan Ziobło

Burmistrz Śremu Grzegorz Wiśniewski
oraz Dyrektor Centrum Usług Społecznych w Śremie Maria Świdurska
serdecznie zapraszają do udziału w Konferencji

„Zatroszcz się o siebie! Nieocenione jest wyjście z domu – część II”

8 grudnia 2025 r. w godzinach 9:30 – 14:00
Sala Widowiskowa Muzeum Śremskiego, ul. A. Mickiewicza 89

Konferencja „Zatroszcz się o siebie! Nieocenione jest wyjście z domu – część II” stanowi kontynuację działań ukierunkowanych na wzmacnianie dobrostanu seniorów oraz zachęcanie do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Wydarzenie jest odpowiedzią na rosnącą potrzebę tworzenia przestrzeni, w której osoby starsze mogą nie tylko zdobywać nową wiedzę, ale również dzielić się doświadczeniami, nawiązywać relacje i przełamywać bariery związane z samotnością.

Konferencja stanowi dalszy etap budowania świadomości, jak ważne jest dbanie o siebie – zarówno w wymiarze fizycznym, psychicznym, jak i społecznym – oraz pokazuje, że nawet niewielkie wyjście z domu może stać się początkiem pozytywnej zmiany.

Do udziału w spotkaniu zaproszono szerokie grono przedstawicieli lokalnego środowiska – przedstawicieli samorządu gminy Śrem, radnych, jednostki organizacyjne pomocy społecznej, podmioty ochrony zdrowia oraz ekonomii społecznej, organizacje pozarządowe działające na rzecz poprawy jakości życia seniorów, sołectwa, koła gospodyń wiejskich, instytucje i organizacje kościelne, a także wolontariuszy, grupy samopomocowe, inicjatywy nieformalne i liderów społeczności lokalnej.

W imieniu organizatorów

[Signature]
Z up. BURMISTRZA
Adrianna Juskowiak
Zastępca Dyrektora
Centrum Usług Społecznych w Śremie

Pytania dotyczące wydarzenia należy kierować: Joanna Ratajczak, telefon 575 778 996
Prosimy o potwierdzenie udziału w Konferencji do 3 grudnia: Adrianna Słomińska,
adrianna.slominska@cus.srem.pl

Program Konferencji

9:30 Rejestracja i powitanie uczestników

10:00 **Uroczyste otwarcie spotkania – Grzegorz Wiśniewski Burmistrz Śremu**

Przemówienia otwierające:

- Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu
- Centrum Usług Społecznych w Śremie

Prowadzenie spotkania: Patryk Kubski, dziennikarz.

Panel edukacyjny

10:30 **Optymizm nie spada z nieba**, prof. dr. hab. Henryk Mruk, profesor nauk o zarządzaniu na Uniwersytecie Ekonomicznym w Poznaniu, pracownik naukowy Wyższej Szkoły Zarządzania i Psychologii w Poznaniu.

11:45 Przerwa oraz poczęstunek kawowy.

12:15 **„Ból nie doPOZNANIA – jak skutecznie leczyć ból u osób starszych, najnowsze metody zapobiegania i leczenia bólu przewlekłego wśród osób starszych”**, prof. dr hab. Katarzyna Wieczorowska-Tobis, lekarz – specjalista geriatry i medycyny paliatywnej, pracownik naukowy Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu.

13:30 **Viva Wielkopolski Senior, osobowość która inspiruje** – podsumowanie lokalnego etapu konkursu "Viva! Wielkopolski Senior – edycja 2025. Wielkopolska Otwarta na Osoby Starsze" w gminie Śrem, Michał Czubak, dziennikarz.

14:00 **Podsumowanie i zakończenie Konferencji**
Joanna Ratajczak, Kierownik Działu Usług dla Osób Starszych, Centrum Usług Społecznych w Śremie.

Wydarzenie towarzyszące 9 grudnia 2025 roku

Świąteczne spotkanie artystyczno-muzyczne, które odbędzie się w Amfiteatrze przy Plaży Miejskiej w Śremie w godzinach 16:00–17:30.

Wydarzenie zostało stworzone z myślą o osobach starszych, aby zachęcić do aktywnego spędzania czasu, wyjścia z domu i spotkań w przyjaznej, międzypokoleniowej atmosferze. W programie nie zabraknie muzycznych i tanecznych niespodzianek w wykonaniu dzieci i młodzieży, a także opowieści o pięknych tradycjach bożonarodzeniowych, które budują więzi międzypokoleniowe i przywołują ciepłe wspomnienia.

W zimowe, grudniowe popołudnie dodatkowym umileniem czasu będzie aromatyczna gorąca czekolada, która stworzy idealną okazję do rozmów, integracji i cieszenia się obecnością innych.

Będzie to inspirujące spotkanie, które łączy pokolenia i zachęca do aktywności!

Konferencja poświęcona polityce senioralnej i podejmowanych na rzecz seniorów działaniach i wyzwaniach, realizowana w ramach Projektu „Wielkopolskie telecentrum opieki”, finansowanego ze środków Programu „Fundusze Europejskie dla Wielkopolski na lata 2021 – 2027” w ramach działania 06.13 Usługi społeczne i zdrowotne.