



Protokół

z posiedzenia Białostockiej Rady Seniorów (BRS) odbytego w dniu 21 października 2025 r. w Centrum Aktywności Społecznej (CAS) w Białymstoku.

Porządek obrad:

1. Powitanie członków BRS i gości.
2. Podsumowanie aktywności BRS z punktu widzenia samorządu.
3. Przedstawienie założeń i rezultatów projektu „Siła seniorki i seniora w Białymstoku” oraz cyklu „Srebrna edukacja”.
4. Rozpoczęcie wypracowywania wspólnych wartości i zasad działania podlaskich rad seniorów metodą „World Cafe”.
5. Ustalenie terminu następnego posiedzenia.
6. Wspólna wizyta w Książnicy Podlaskiej i zwiedzanie Muzeum Pamięci Sybiru.

Ad. 1.

W obradach uczestniczyło 11 osób, trzy były nieobecne. Obrady prowadziła przewodnicząca BRS Bożena Bednarek. Powitała wszystkich zebranych i gości. Gośćmi spotkania byli:

- a) Izabela Niewiarowska – zastępca dyrektora CAS.
- b) Katarzyna Korzeniecka – opiekunka BRS z ramienia CAS.
- c) Jan Oniszczyk – prezes Stowarzyszenia Szukamy Polski i Stowarzyszenia Podlaskich Rad Seniorów.
- d) Członkowie Łomżyńskiej Rady Seniorów (ŁRS) – 16 osób

Ad.2.

Po powitaniu uczestników BRS oraz zaproszonych gości, w tym szesnastu członków Łomżyńskiej Rady Seniorów, przewodnicząca BRS, Bożena Bednarek, krótko przedstawiła program dzisiejszego spotkania. Następnie oddała głos Izabeli Niewiarowskiej, zastępcy dyrektora CAS, która omówiła rolę tej instytucji oraz jej działania na rzecz środowiska lokalnego. W imieniu Rafała Rudnickiego, zastępcy Prezydenta Miasta Białegostoku, stwierdziła, że prezydent regularnie uczestniczy w posiedzeniach BRS, uważnie wsłuchuje się w głosy jej członków i jest otwarty na ich inicjatywy. Dzięki tej współpracy trwają procedury, które umożliwią Białemustokowi przystąpienie do **Sieci Miast i Społeczności Przyjaznych Osobom Starszym**.

Ad. 3.

Izabela Niewiarowska przedstawiła również założenia i rezultaty projektu „**Siła Seniorki i Seniora**”. Podkreśliła, że projekt realizowany jest w celu poprawy jakości życia osób powyżej 60. roku życia oraz wzmocnienia ich poczucia uczestnictwa w życiu społecznym. Seniorzy biorą udział w spacerach tematycznych po Białymstoku, a także zdobywają praktyczne umiejętności w zakresie obsługi urządzeń cyfrowych podczas prowadzonych porad cyfrowych.

Przypomniała, że projekt „**Siła Seniorki i Seniora w Białymstoku**” finansowany jest z budżetu Województwa Podlaskiego w ramach zadania pn. „*Współpraca z Podlaskimi Radami Seniorów*” i powstał z inicjatywy BRS. Jest to kontynuacja podobnych inicjatyw z lat 2023 i 2024, które cieszyły się dużą popularnością wśród mieszkańców.

Omówiła także projekt „**Srebrna edukacja**”, skierowany do seniorów – to cykl spotkań edukacyjnych dotyczących bezpieczeństwa, zdrowia, finansów, prawa oraz sposobów

aktywnego spędzania wolnego czasu. Celem projektu jest aktywizacja społeczna seniorów, rozwijanie ich praktycznej wiedzy i promowanie postawy, zgodnie z którą starość może być okresem aktywnego rozwoju.

Ad. 4.

Następnie przewodnicząca BRS, Bożena Bednarek, zaprosiła wszystkich obecnych do pracy w grupach nad wyborem wspólnych wartości i zasad działania rad, w oparciu o stanowisko wypracowane podczas V Podlaskiego Kongresu Rad Seniorów, który odbył się w Supraślu 10 września 2025 r., metodą *World Café*.

Omówiła zasady pracy, zaprezentowała cztery przygotowane stanowiska oraz przedstawiła reprezentantów każdej grupy. Członkowie rad, przechodząc od stolika do stolika, dyskutowali nad wyznaczonymi tematami i zapisywali wnioski na kartkach.

Tematy do dyskusji obejmowały:

- partnerskie relacje z samorządem i innymi organizacjami,
- działanie jako organizacja ucząca się – rozwijanie kompetencji członków, szczególnie w zakresie prawa i polityk publicznych,
- widoczność i rozpoznawalność – obecność w mediach i przestrzeni publicznej,
- łączenie pokoleń – tworzenie mostów solidarności i wzajemnego wsparcia.

Po zakończeniu pracy przedstawiciele grup odczytali wypracowane wnioski.

Ad. 5.

Ustalono termin następnego spotkania: 20 listopada 2025 r. o godz. 11:00.

Ad. 6.

Kolejnym punktem programu było zaproszenie uczestników na wspólne zwiedzanie Książnicy Podlaskiej – organizatora wielu inicjatyw dla seniorów. Uczestnicy mieli okazję zapoznać się z działalnością biblioteki, dobrymi praktykami w zakresie aktywizacji twórczej dla podlaskich seniorów podlaskich oraz zwiedzić Muzeum Pamięci Sybiru.

Na tym posiedzenie zakończono.

Podpisy:



przewodnicząca: Bożena Bednarek



protokołowała sekretarz BRS: Wiesława Szwed