

Dodatek wydawany i finansowany przez Urząd Miasta Tychy

TwojeMiasto

ADRES REDAKCJI:
al. Niepodległości 49,
tel. 32 776 39 16, faks 32 776 39 48
e-mail: redakcja@umtychy.pl

Aktywni 60 plus

Zapraszamy na zajęcia w ramach kampanii społecznej „Aktywni 60 plus”. Na tyskich seniorów czeka wiele atrakcji!

Przypomnijmy, program został uchwalony 29 marca 2012 r. na posiedzeniu Rady Miasta Tychy. Uroczysta inauguracja odbyła się na Uniwersytecie Trzeciego Wieku, który działa przy Wyższej Szkole Zarządzania i Nauk Społecznych. Twarz kampanii została znana dziennikarka, pisarka i podróżniczka Elżbieta Dzikowska.

– Tychy stale inicjują oraz podtrzymują już rozpoczęte działania na rzecz osób starszych – mówi Krystyna Rumieniuch, naczelnik Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Miasta Tychy. – Naszym celem jest poszerzenie wiedzy i umiejętności pozwalającej seniorom w pełni uczestniczyć w życiu społecznym, jak i w integracji swojego pokolenia. Realizowane zadania dają również szansę na realizację zamierzeń, planów i marzeń – dodaje.

Zasadniczym celem programu „Aktywni 60 plus” jest podniesienie poziomu aktywności i sprawności tyszan powyżej 60. roku życia. Akcja zakłada zwiększenie dostępności tej grupy społecznej do dóbr kultury, zachęca do uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych i sportowych, a także kształtuje pozytywny wizerunek tyskich seniorów.

– Bardzo cieszy nas fakt, że nasza kampania spotkała się z tak dużym zainteresowaniem. To pokazuje, że w naszym społeczeństwie istnieje ogromne zapotrzebowanie

nie na realizację tego typu przedsięwzięć. Dlatego postanowiliśmy, że w tym roku będziemy kontynuować działania w ramach akcji „Aktywni 60 plus” – przyznaje naczelnik Krystyna Rumieniuch. – To doskonałe uzupełnienie do oferty, jaką tyskim seniorom oferuje Uniwersytet III Wieku – podkreśla.

Lekcje tańca

Co zatem przed nami? Po krótkiej przerwie ponownie ruszyły lekcje tańca dla seniorów. To niepowtarzalna okazja, by nauczyć się kroków tańca latynoamerykańskiego i poznać tajniki tańca towarzyskiego. Kurs rozpoczął się 6 lutego. W każdą środę, od godz. 15.15, przez półtorej godziny seniorzy uczyć się będą podstawowych tańców, takich jak m.in. walc angielski, tango, cha-cha, jive.

Cena miesięcznego karnetu dla uczestników programu „Aktywni 60 plus” wynosi 20 zł (cena za 4 lekcje). Zapisy w recepcji szkoły Tito Dance Studio (Plac Świętej Anny 4) lub pod nr tel.: 32 227 9776.

Aktywne Czwartki

Organizatorzy zapraszają również na zajęcia zumbi i pilatesu dostosowane do osób w każdym wieku (bezpłatne dla posiadaczy karty „Aktywni 60 plus”).

Zajęcia będą się odbywać w każdy czwartek, od lutego do kwietnia 2013 r., w dwóch grupach w godz. 10–12 (I grupa w godz. 10–11, II grupa w godz. 11–12). Terminy zajęć: pilates: 21 lutego, 7 marca, 21 marca, 4 kwietnia, 18 kwietnia; Zumba: 14 lutego, 28 lutego, 14 marca, 28 mar-



Na zajęcia taneczne można wybrać się do szkoły tańca Tito.

ca, 11 kwietnia, 25 kwietnia. Uwaga! Ze względu na charakter zajęć liczba miejsc jest ograniczona. Zajęcia odbywają się w Miejskim Centrum Kultury w Tychach (ul. Bohaterów Warszawy 26). Informacje i zapisy: Beata Wiórek tel. 509 661 294. Uczestnicy są proszeni o zabranie wygodnego stroju, obuwia zmiennego, ręcznika i wody do picia.

Aktywne Wtorki

We wtorki zapraszamy na zajęcia informatyczne dla seniorów. Mogą wziąć w nich udział osoby, które chcą się nauczyć podstaw obsługi komputera (maksymalnie 12 osób). Warsztaty będą odbywać się w każdy wtorek miesiąca, od lutego do czerwca 2013 r., w godz. 17.15–18.15 w siedzibie Stowarzyszenia Na Rzecz Ludzi W Podeszłym Wieku „DAR Serca” (Tychy, ul. Batorego 57). Informacje i zapisy: Jolanta Moszyńska tel. 32 227 42 58.

Darmowe porady

Ponadto, w każdy pierwszy wtorek miesiąca, od lutego do czerwca, w godz. 16.30–18.30, również w siedzibie Stowarzyszenia Na Rzecz Ludzi W Podeszłym Wieku „DAR Serca” (Tychy, ul. Batorego 57) można skorzystać z konsultacji psychologa. To oferta przeznaczona dla osób starszych oraz opiekunów osób chorych na Alzheimera. Informacje i zapisy: Jolanta Moszyńska tel. 32 227 42 58. – Warto przypomnieć, że w naszym mieście działa również Wielozadaniowy Ośrodek Integracji (ul. Barona 30), w którym z bezpłatnych konsultacji mogą skorzystać osoby starsze, zwłaszcza

niepełnosprawne – mówi Krystyna Rumieniuch.

Co jeszcze?

– Prowadzimy rozmowy z dyrekcją Miejskiej Biblioteki Publicznej w Tychach. Chcemy w poszczególnych filiach bibliotecznych zorganizować spotkania Klubu Miłośników Gier Planszowych – dodaje naczelnik Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Miasta Tychy.

Atrakcyjne zniżki

To jeszcze nie wszystko! Uczestnicy programu „Aktywni 60 plus” mogą także korzystać z pakietu atrakcyjnych zniżek, rabatów i ulg oferowanych przez miejskie instytucje kulturalno-sportowe, a także przez firmy prywatne (na apli prezentujemy szczegółowy wykaz firm uczestniczących w kampanii).

EWA STRZODA

JAK SIĘ ZAPISAĆ?

W programie „Aktywni 60 plus” mogą wziąć udział mieszkańcy, którzy ukończyli 60. rok życia. Należy zgłosić się w Biurze Obsługi Klienta, które mieści się na parterze Urzędu Miasta Tychy z dokumentem tożsamości, potwierdzającym datę urodzenia. Po wypełnieniu wniosku, uczestnik programu otrzyma specjalną kartę, uprawniającą do ulg i rabatów.

FERIE W MIEŚCIE

Miejskie instytucje i placówki proponują dla najmłodszych wiele zajęć i atrakcyjnych form spędzania wolnego czasu. Szczegółowe propozycje na www.umtychy.pl. Poniżej – propozycje na najbliższy tydzień, od 12 do 18 lutego.

Teatr Mały

WARSZTATY DLA MŁODZIEŻY – 11–13.02, godz. 10–13. „Słowo – ruch – obraz” – warsztat teatralny. Wiek od 14 lat. Zapisy – tel. 32 227 36 16. **14.02, 19 i 21.02**, godz. 11–13. Zajęcia z grafiki warsztatowej – druk wypukły. Wiek od 13 lat. Zapisy w Galerii „Obok” (tel. 32 227 36 18) do 13 lutego. **18.02, 19 i 21.02**, godz. 10–15. „Nowe media w teatrze”. Wiek od 13 lat. Zapisy tel. 32 227 36 16, do 15 lutego.

MBP

Filia nr 2 (pl. św. Anny 1): „Turniej nad Turniejami” – od pon. do pt. w godz. 14–16.
Filia nr 3 (ul. Batorego 9): od pon. do pt. w godz. 12–14. **12.02** zagadki, podchody, kalambury, **13.02** przysłowia, gry, **14.02**, historia św. Walentego, **15.02**, Światowy Dzień Kota.
Filia nr 4 (ul. Czysta 27): od pon. do pt. w godz. 12–15 gry, konkursy, zajęcia plastyczne, głośne czytanie.
Filia nr 5 (ul. Dąbrowskiego 5): Zima z Kubą i Bubą. We wt. i czw. **(12, 14.02)** w godz. 12–15 czytanie opowiadań G. Kasdepek, zajęcia plastyczne, quizy.
Filia nr 6 (ul. Edukacji 64): **12–13.02** – rysowanie kartek walentynkowych.
W godzinach otwarcia filii – gry planszowe, rysowanie.

Filia nr 7 (al. Niepodległości 110): Zimowa lokomotywa. **12, 14.02** w godz. 11–14 spotkania w ramach Roku Tuwima. W pozostałe dni w godz. 11–14 – zajęcia plastyczne, głośne czytanie, zabawy, gry.
Filia nr 10 (ul. Przejazdowa 6): W świetle baśni i bajek **12–15.02** – „Córka Słońca”. Z historią za pan brat. **18.02**. Zajęcia w godz. 11–13.
Filia nr 11 (ul. Kopernika 3): Pon., śr., pt. w godz. 12–15. Tworzenie form plastycznych z różnych materiałów „z odzysku”, gry, zabawy.
Filia nr 12 (ul. Zaręby 31 a): Biblioteczne biuro detektywistyczne codziennie w godz. 10–12.
Filia nr 13 (ul. Dmowskiego 33): Tropiele przygod w bibliotece. Zajęcia w godz. 12–14.

Filia nr 14 (ul. A. Krajowej 105): Biblioteria z Kotem Bibelotem.
Filia nr 15 (ul. Narcyzów 24, Czułów): Hokus-pokus i inne magiczne zaklęcia. W śr. i pt. w godz. 10–12 m.in. nauka czarodziejskich kroków i gestów.
Filia nr 18 (ul. Konf. Barskich 17–19): zajęcia plastyczne, gry planszowe i gry komputerowe.

Muzeum Miejskie

SIEDZIBA: PL. WOLNOŚCI 1, TEL. 32 327 18 20 – 22. Sala ekspozycyjna: ul. Katowicka 9, tel. 32 327 18 23. Wstęp do muzeum jest bezpłatny. Rezerwacja (zwieźdzenie grupowe): tel. 32 327 18 20–22, wew. 27.
KLUB POŁUDNIK: 16.02, godz. 12, pl. Wolności 1. Warsztaty dla

dzieci pt. „Wyprawa w kosmos” prowadzi geograf Agata Dawidko. Wstęp wolny.

MDK nr 1

Od pon. do pt. zajęcia taneczne, malarskie, wokalne, teatralne, rzeźbiarskie, rękodzielnicze i komputerowe.

MDK nr 2

Od pon. do pt. w godz. 9–14 zajęcia plastyczne, ceramiczne, taneczne, muzyczne, teatralne, rękodzielnicze.

KLUB „WILKOWYJE” MCK

Od pon. do pt. m.in. warsztaty plastyczne, teatralne, kulinarne, taneczne, rękodzielnicze, etnologiczne, filmowe i fotograficzne. Zajęcia bezpłatne, zapisy tel. 32 227 26 22 w godz. 12–19.

MOSiR

Turnieje piłki nożnej oraz koszykówki: **12.02** – Turniej Halowy w Piłce Nożnej dla Chłopców – szkoły podstawowe, **14.02** – Turniej Halowy w Piłce Nożnej dla Chłopców – gimnazja. Turnieje odbędą się w Hali Sportowej przy al. Piłsudskiego – obowiązują wcześniejsze zgłoszenia!
W czasie ferii codziennie, bezpłatnie można korzystać z **sezonowych ślizgawek**: w Parku Miejskim przy „Żyrafie”, na obiekcie MOSiR przy ul. Brzozowej 2, na terenie Ośrodka Wypoczynkowego Paprocany. Łodwiszka są otwarte codziennie w godz. 8–13 oraz 15–20. W czasie ferii zajęcia sportowe będą organizować również Osiedlowe Centra Sportowe. Szczegóły na stronie www.mosirtychy.pl w zakładce „Tereny OCS”. MOSiR zachęca także do korzystania z Krytej Pływalni.

STOWARZYSZENIE SPORTOWE NOL TYCHY

14.02 – 7. Walentynkowy Rajd Rowerowy. Trasa: Tychy – Bieruń (uczestnictwo w odpuszcie przy drewnianym zabytkowym kościółku św. Walentego), ok. 15 km. Zbiórka: 13:00 – przy restauracji Mc Donald's (Tychy, al. Bielska 100).
16.02 – Zimowy Nocny Rajd Rowerowy. Trasa: przejazd lasami z ogniskiem na półmetku, ok. 15 km. Zbiórka: 22:30 – przy restauracji Mc Donald's (Tychy, al. Bielska 100).

NOVEKINO TYCHY

Kino zaprasza od pon. do pt. o godz. 9.30 (seans o 10.30). Bilety w cenie: 10 zł grupy zorganizowane, 12 zł widzowie indywidualni.
12.02 – „Merida waleczna”. Turniej rycerski – zawody dla dzieci oraz przybliżenie kultury rycerskiej.
13.02 – „Dzwoneczek i sekret magicznych skrzydeł”. Dzień Młodego Rysownika. **14.02** – „Na tropie Marsupilami”. Uczestnicy odkrywają niezwykłe zakątki świata oraz poznają tajemnicze zwierzęta. **15.02** – „Żółwik Sammy 2”. Gry i zabawy ruchowe – zawody sportowe dla uczestników. **18.02** – „Astrix i Obelix w służbie jej królewskiej mości”. Gość specjalny opowie o wycieczkach, wyprawach i podróżach.

FIRMY BIORĄCE UDZIAŁ W AKCJI

Kryta Pływalnia MOSiR, Teatr Mały, Miejskie Centrum Kultury, Muzeum Miejskie, Zakład Optyczny ul. Armii Krajowej 4, PIZZA KLUB, Firma Jubilerska Tadeusz Perka, SOMAP, ANET ARTUR PUDOŁEK, Centrum Masażu ELMED, Dewocjonalia Paweł, Dziecięcy Świat Marzeń, Studio Urody-Kosmetyka, Aqua Team, REVITAL FITNESS, Piotr Lampart – Tłumaczenie i Nauczanie Języka Angielskiego, EURO-MED Sp. z o.o., ARKAMEDIC Sp. z o.o., MATRIOSZKA Tłumaczenia i nauka języka rosyjskiego dr Joanna Darda-Gramatyka, DAMKLI-N-SERWIS, Biuro Podróży Ostatnie Miejsca, Kawiarnia VERONA, FHU Złota Rączka, WGN Nieruchomości, PixelCaffe, Salon Fryzjerski Venus, Agencja Promocyjno Reklamowa NOL-TYCHY, PRO S ACTIVE, City Taxi Tychy, Bilans, Pracownia Krawiecka Salonik Królowny, RADEA, STEP BY STEP” Nauka Języków Obcych, Restauracja Con Amore.

DZIĘKI PROFILOWI ZAUFANEMU WYPEŁNIMY DEKLARACJĘ

Śmieci on-line

Po poprawkach senatu, w polskich samorządach trwają przymiarki do ostatecznej wersji uchwał związanych z tzw. ustawą śmieciową.

Również w Tychach, które podobnie jak część polskich gmin przyjął już pakiet uchwał, trwają prace, które mają uwzględnić poprawki i wybrać nowe rozwiązania. A nowością będzie możliwość wypełniania deklaracji

za pośrednictwem internetu. W Urzędzie Miasta Tychy przygotowany jest program, który pozwoli na dokonanie tego dwoma sposobami. Deklarację będzie można wypełnić on-line i wysłać, ale potem konieczna jest wizyta w urzędzie, gdzie wysłana deklaracja zostanie wydrukowana i podpisana przez mieszkańca.

Druga możliwość to wyrobienie tzw. profilu zaufanego. Osoby posiadające profil, mogą wysłać

śmieciową deklarację, bez konieczności odwiedzania urzędu. Przypomnijmy, iż profil zaufany to bezpłatny podpis elektroniczny, który ma moc obowiązującą na równi z tym, który składamy własnoręcznie w urzędach administracji publicznej. Profil można założyć w każdej chwili, przy okazji wizyty w urzędzie.

Cała procedura jest prosta: 1. Należy wejść na stronę www.epuap.gov.pl.

2. Założyć konto użytkownika.
3. Wpisać dane osobowe i złożyć wniosek.
4. Zweryfikować podane informacje w urzędzie.
5. Potwierdzić przez pracownika urzędu profilu zaufanego.
6. Wpisać login oraz hasło.

Pierwsze profile zaufane pojawiły się w Urzędzie Miasta Tychy w czerwcu 2011 roku, do tej pory wydano ich 439.

LS