

Sprawozdanie z działalności Rady Seniorów Gminy Iwonicz Zdrój

w okresie od 17.10.2024 r. do 31.12.2025 r.

W dniu 28 czerwca 2024 r. Rada Miejska w Iwoniczu-Zdroju podjęła Uchwałę NR III/26/2024 powołującą Radę Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój i nadała jej Statut stanowiący załącznik do w/w uchwały.

W dniu 1 października 2024 r. Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój, Zarządzeniem NR 149.2024 powołał 15 osobową Radę Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój na dwuletnią kadencję 2024 – 2026 w składzie:

1. Tadeusz Kandefer – Iwonicz-Zdrój;
2. Zenona Barszczewska-Rolf – Iwonicz-Zdrój;
3. Stanisław Staszczak – Iwonicz-Zdrój,
4. Elżbieta Janas – Iwonicz;
5. Lidia Kandefer – Iwonicz;
6. Teresa Niziołek – Iwonicz;
7. Danuta Penar - Iwonicz;
8. Maria Zygmunt – Iwonicz;
9. Stanisław Jakiela – Lubatowa;
10. Maria Murdzek – Lubatowa;
11. Barbara Pernal – Lubatowa
12. Bartłomiej Stanisław – Lubatowa;
13. Anna Turek – Lubatowa;
14. Stanisława Aszklar-Kawala – Lubatówka;
15. Piotr Zajac – Lubatówka.

W dniu 17 października 2024 r. zgodnie z obowiązującymi przepisami, Pan Grzegorz Nieradka Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój zwołał pierwsze posiedzenie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój, na którym wręczył zaświadczenia o powołaniu do Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój. Pierwsze posiedzenie Rady Seniorów do momentu wyboru przewodniczącego Rady Seniorów prowadził Pan Józef Sowiński Przewodniczący Rady Miejskiej w Iwoniczu-Zdroju. W trakcie posiedzenia została przedstawiona kandydatka na przewodniczącą Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój, kandydaturę przyjęto i przeprowadzono głosowanie, na podstawie którego dokonano wyboru zgodnie z zasadą zachowania decydującej większości głosów.

W wyniku głosowania wybrano:

Panią Zenonę Barszczewską-Rolf na Przewodniczącą Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój.

Następnie, prowadzenie obrad zostało przekazane nowo wybranej Przewodniczącej Rady, przedstawiono kandydatury pozostałych członków prezydium Rady i w ramach głosowania dokonano wyboru:

Pana Tadeusza Kandefera na pierwszego Wiceprzewodniczącego Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój,

Pana Bartłomieja Stanisława na drugiego Wiceprzewodniczącego Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój,

Panią Elżbietę Janas na Sekretarza Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój.

Członkami Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój reprezentującymi poszczególne miejscowości Gminy Iwonicz-Zdrój zostali:

Pani Lidia Kandefer, Pani Teresa Niziołek, Pani Danuta Penar, Pani Maria Zygmunt – Radne z miejscowości Iwonicz,

Pan Stanisław Staszczak – Radny z miejscowości Iwonicz-Zdrój,

Pani Maria Murdzek, Pani Barbara Pernal, Pani Anna Turek, Pan Stanisław Jakiela, – Radni z miejscowości Lubatowa,

Pani Stanisława Aszklar-Kawala, Pan Piotr Zając - Radni z miejscowości Lubatówka.

Zgodnie z obowiązującym Statutem Rady Seniorów, stanowiącym załącznik do Uchwały Nr III/26/2024 Rady Miejskiej w Iwoniczu-Zdroju z dnia 28 czerwca 2024 r. wszystkie działania Rady Seniorów mają charakter społeczny, Rada nie posiada żadnych środków finansowych, a Członkowie Rady pełnią swoje funkcje nieodpłatnie.

Urząd Gminy zapewnia Radzie Seniorów, obsługę administracyjno-biurową Rady, koszty obsługi Rady oraz warunki techniczne niezbędne do prawidłowej pracy Rady, w tym udostępnienie pomieszczeń, materiałów biurowych, przechowywanie dokumentacji.

W okresie od 17.10.2024 r. do 04.09.2025 r. wyznaczonym pracownikiem Urzędu do obsługi Rady Seniorów była Pani Magdalena Frydrych. W okresie od 05.09.2025 r. do chwili obecnej, obsługą Rady Seniorów zajmuje się Pani Katarzyna Zając, pracownik Referatu Oświaty Urzędu, która w swoim zakresie obowiązków, ma kompleksowe koordynowanie realizowanych projektów i prowadzenie działań z zakresu polityki senioralnej w Gminie.

Rada Seniorów ma charakter konsultacyjny, doradczy i inicjatywny.

Głównym celem Rady Seniorów jest służenie seniorom poprzez reprezentowanie ich interesów wobec organów Gminy oraz tworzenie warunków do pobudzania aktywności obywatelskiej osób starszych w społeczności lokalnej.

W okresie sprawozdawczym członkowie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój czynnie uczestniczyli w życiu Gminy Iwonicz- Zdrój.

W dniu 19.10.2024 r. w Iwoniczu-Zdroju w czytelni Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiaka) odbył się Wernisaż Tadeusza Turka „Sacrum Iwoniczkie”, była to wystawa artysty rzeźbiarza pochodzącego z Lubatowej. Prace o tematyce sakralnej były przepiękne i majestatyczne, można było je obejrzeć i zakupić. Wystawę oglądali i podziwiali nasi Seniorzy z Rady Seniorów i Seniorzy z Gminy Iwonicz-Zdrój.

W dniu 16.12.2024 r. w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz w Iwoniczu-Zdroju, odbyło się drugie posiedzenie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój.

Gościem spotkania Rady Seniorów był Pan Grzegorz Nieradka Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój, na spotkaniu poruszono szereg tematów dotyczących Seniorów, a w szczególności:

- potrzebę wyznaczenia stałych miejsc na spotkania Seniorów w Sali OSP w Iwoniczu i w części czytelni Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiaka) w Iwoniczu-Zdroju,
- omówił współpracę z organizacjami Fidelis, Fundacją Obywatelską i Stowarzyszeniem Instytut Podkarpacki, jako organizatorami wycieczek, szkoleń i spotkań Seniorów,

Pan Burmistrz poinformował Radę, że trwają prace nad wdrożeniem karty Seniora, która upoważniałaby Seniorów do korzystania ze zniżek.

W okresie sprawozdawczym odbyło się 6 posiedzeń (w tym 2 w roku 2024) na których frekwencja Członków Rady zawsze stanowiła quorum. W przypadkach nieobecności, była ona usprawiedliwiona.

W dniu 10.03.2025 r. w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz w Iwoniczu-Zdroju, odbyło się trzecie posiedzenie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój.

Gościem spotkania Rady Seniorów był Pan Grzegorz Nieradka Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój.

Na spotkaniu Rady omawianych było szereg tematów, które mogły by przyczynić się do poprawy życia naszych Seniorów i zastanawiano się nad sposobami ich realizacji.

Zagadnienia, które były poruszane dotyczyły:

- wycieczek tematycznych na które Seniorzy chcieli by pojechać, podawane były propozycje miejsc i atrakcji godnych odwiedzenia,
- siedziby dla Seniorów w Iwoniczu Zdroju i innych miejscowościach Gminy, rozeznanie potrzeb Seniorów,
- ćwiczenia dla seniorów w każdej miejscowości, aby zadbać o aktywność fizyczną dla zdrowia i lepszego samopoczucia Seniorów,
- konkursy na najpiękniej ukwiecony ogródek, które by się przyczyniły dla upiększenia naszych miejscowości i lepszego samopoczucia seniorów,
- warsztaty rękodzieła, kulinarne, teatralno-komediowe, malarstwo plenerowe itp., które sprowokowało by Seniorów do wyjścia z domu i przyczyniło by się do zintegrować środowisko senioralnego,
- warsztaty z nowości technologicznych - nauka obsługi smartfonów, internetu, komputera, korzystając z pomocy młodzieży, dyskutowano nad projektem,
- ankiety, którą należało by przeprowadzić wśród Seniorów celem rozeznania ich potrzeb,
- utworzenia skrzynki na pomysły do której składane byłyby potrzeby i inicjatywy seniorów i dla seniorów,
- poruszono temat dostępności i zniżek dla seniorów korzystających z parkingu,

Pan Burmistrz poinformował Radę Seniorów o trwających pracach nad powstaniem karty Seniora Gminy Iwonicz Zdrój.

W dni 07.04.2025 r. odbyło się czwarte posiedzenie Rady, była to wspólna Rada Seniorów i Rady Młodzieży na którym dyskutowano nad potrzebą wypracowania wspólnych sposobów działania.

„Rada Młodzieży zaproponowała pomoc w nauce obsługi smartfonów, internetu, komputera, a Rada Seniorów naukę szydełkowania, robótki ręczne, naukę gotowania i pieczenia potraw tradycyjnych regionu.

Dyskutowano nad nawiązaniem współpracy z GOPS-em, w celu wpierania i świadczenia pomocy osobom starszym i potrzebującym w naszej Gminie.

W dniu 08.04.2025 r. w Rzeszowie, w auli budynku Uniwersytetu Rzeszowskiego, odbyła się III Podkarpacka Konferencja pt. „Aktywność Seniora trendem współczesności” .

Agenda konferencji dotyczyła:

- Dynamicznych zmian demograficznych i wyzwań zdrowotnych osób starszych w kontekście globalnym, europejskim i polskim.
- Charakterystyki sprawności fizycznej i jej wpływ na poziom zadowolenia z jakości życia Seniorów.
- O co „chodzi” z dietą Seniorów.
- Profilaktyka receptą na schorzenia cywilizacyjne – dobór ćwiczeń fizycznych i planowanie treningu w różnych jednostkach chorobowych osób starszych.

Uczestnikami konferencji byli członkowie Rady Seniorów w składzie: Zenona Barszczewska-Rolf, Tadeusz Kandefer, Bartłomiej Stanisław, Elżbieta Janas, Lidia Kandefer, Danuta Penar, Teresa Niziołek, Maria Zygmunt, Anna Turek, Maria Murdzek, Stanisław Staszczak.

Rada Seniorów Gminy Iwonicz Zdrój w okresie sprawozdawczym czynnie uczestniczyła w różnych imprezach organizowanych przez Centrum Kultury i Czytelnictwa, które mają na celu aktywizować i wspierać Seniorów oraz upowszechniać pozytywny wizerunek Seniora

W dniu 3-go maja 2025 r. w Iwoniczu Zdroju, odbyło się Święto Flagi. Członkowie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój wraz z Seniorami Gminy brali czynny udział w tej uroczystości. Przemarsz uczestników, ulicami miasta z 210-metrową flagą od Urzędu Gminy na Plac Karola i Józefa, swoją obecnością uświetnili Zenona Barszczewska-Rolf, Tadeusz Kandefer, Elżbieta Janas, Stanisława Aszklar-Kawała, Barbara Pernal, Maria Murdzek, Halina Stanisław, Ewa i Stanisław Mularczyk, Janina Golonka, Alina Kandefer, Irena Kandefer, Maria Uliasz, Emil Rjchel.

Następnie przedstawiciele Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój złożyli wiązkę kwiatów pod pomnikiem Milenijny z okazji Święta 3-go Maja w składzie przewodnicząca Zenona Barszczewska-Rolf, pierwszy wiceprezes Tadeusz Kandefer i sekretarz Elżbieta Janas.

Wszyscy uczestnicy marszu wzięli udział w uroczystej Mszy Świętej.

Wiązkę wykonała przewodnicząca Rady Seniorów, materiały do zrobienia wiązanki sfinansowane zostały ze składek członków Klubu Seniora „Sami Swoi” z Iwonicza-Zdroju.

W dniu 21.05.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju , w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz, odbyły się pierwsze zajęcia z gimnastyki dla Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój prowadzone przez Panią mgr Krystynę Murdzek.

Zajęcia są bezpłatne, odbywają się w każdą środę o godz. 11:00 dla wszystkich Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój. Zapraszamy.

W dniu 24.05.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju w części Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiaka) została otwarta druga siedziba spotkań dla Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój pod nazwą Galeria Spotkań i Inspiracji Artystycznych.

Klucze do galerii, jako miejsca spotkań i inspiracji artystycznych dla wszystkich Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój wraz z kroniką, wręczyli Pan Grzegorz Nieradka Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój, Pan Józef Sowiński Przewodniczący Rady Miasta i Pani Dorota Świstak Dyrektor Centrum Kultury i Czytelnictwa, Pani Zenonie Barszczewskiej-Rolf Przewodniczącej Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój,

Uroczyste wręczenie kluczy uświetnił koncert instrumentalno-wokalny młodej uzdolnionej artystki Emilii Winiarskiej.

W uroczystym otwarciu drugiej siedziby dla Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój, udział wzięli Seniorzy Gminy - Państwo Ewa i Stanisław Mularczyk, Henryka i Stanisław Staszczak, Halina Józefczyk-Habrat i Janusz Habrat, Panie Janina Kandefer, Zofia Kuziemka, Teresa Włodarska, Krystyna Murdzek i Pan Marek Rolf.

W tym miejscu w każdy poniedziałek o godzinie 12:00 odbywają się spotkania i warsztaty, różnego rodzaju o różnej tematyce dla wszystkich Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój.

Wymagany jest tylko dobry humor, chęci i ciekawe pomysły, w ramach rekompensaty pyszna kawka i ciasteczko.

W dniu 7.06.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju na placu Amfiteatru, odbyły się zawody „Biathlon dla każdego” o Puchar Dziekana Okręgowej Rady Adwokackiej w Rzeszowie.

Rywalizacja sportowa w ramach zawodów biathlonowych dla każdego, łączyła bieg na różnych dystansach, oraz strzelanie z karabinka laserowego w pozycji leżącej.

W zawodach udział wzięła Pani Ewa Mularczyk Seniorka Gminy Iwonicz Zdrój, która dzielnie walczyła, szczęśliwie ukończyła zawody i zdobyła puchar za szczególne osiągnięcia w swojej grupie wiekowej.

Naszej Seniorce Ewie, dumnie i dzielnie kibicowali Pan Grzegorz Nieradka Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój, Przewodnicząca Rady Seniorów Zenona Barszczewska-Rolf i nasi Seniorzy Pani Krystyna Murdzek i Panowie Marek Rolf i Stanisław Mularczyk. Wielkie Gratulacje!

W dniu 24.06.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju na Placu Dietla, Członkowie Rady Seniorów Zenona Barszczewska-Rolf, Stanisław Staszczak i Seniorzy Gminy Iwonicz-Zdrój Panie Janina Kandefer, Ewa Mularczyk, Irena Kandefer, Maria Uliasz i Panowie Emil Rajchel, Stanisław Mularczyk, Marek Rolf, brali czynny udział w przygotowaniu kwiatów i materiałów do robienia wianków oraz służyli pomocą w ich robieniu, uczestnikom tradycyjnej Nocy Świętojańskiej.

Święto to miało obsadę międzynarodową, uczestnikami fantastycznej zabawy byli kuracjusze z Polski i Świata. Udało się wykonać około 51 wianków, które zostały nagrodzone w konkursie.

Seniorzy otrzymali specjalne podziękowanie wraz z wiązką kwiatów od Pani z Francji (polskiego pochodzenia), która przebywała na kuracji w Sanatorium „Pod Jodłą”. Dziękowała ze łzami w oczach i wielkim wzruszeniem, że mogła brać udział, w robieniu wianka z pomocą Seniorek, podtrzymując tym samym piękne tradycje polskie. Nie mogła uwierzyć, że coś tak wspaniałego mogło ją spotkać. Martwiła się tylko, że nikt we Francji jej nie uwierzy, że w Polsce podtrzymywana jest tradycja Nocy Świętojańskiej i że Ona mogła brać w niej czynny udział.

W dniu 20.07.2025 r. w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz w Iwoniczu-Zdroju, odbył się Panel Dyskusyjny z Fundacją Misji Obywatelskiej obecne były Zenona Barszczewska-Rolf i Maria Zygmunt.

Pozostali członkowie Rady Seniorów Gminy Iwonicz Zdrój byli nieobecni z powodu nieprawidłowo doręczonych Zaproszeń przez organizatorów.

W dniu 24.07.2025 r. w Iwoniczu, przy pomniku pomordowanych w Lesie Grabińskim, miała miejsce uroczystość upamiętniająca pomordowanych Bohaterów w 81 rocznicę wydarzeń.

Odbyła się uroczysta Msza Święta polowa w intencji pomordowanych bohaterów, złożona została wiązanka kwiatów przez przedstawicieli Rady Seniorów i Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój Pana Bartłomieja Stanisza drugiego Wiceprzewodniczącego Rady Seniorów, Panią Marię Zygmunt członka Rady Seniorów i Panią Halinę Stanisza Seniorkę Gminy Iwonicz-Zdrój.

Uroczystość uczcili swoją obecnością również Pan Tadeusz Kandefer pierwszy Wiceprzewodniczący Rady Seniorów, Pani Elżbieta Janas Sekretarz Rady Seniorów i Członkowie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój Pani Anna Turek, Piotr Zając, Stanisław Jakiela i Stanisław Staszczak.

W dniu 17.08.2025 r. na stadionie LKS Iwonka w Iwoniczu, po 13 latach przerwy, odbyły się obchody Święta Plonów - Dożynki Gminne.

Delegacja dożynkowa składała się z przedstawicieli Rady Seniorów i Seniorów Gminy Iwonicz Zdrój, Pani Zenony Barszczewskiej-Rolf przewodniczącej Rady, Pana Bartłomieja Stanisza drugiego Wiceprzewodniczącego Rady i Seniorek Gminy Pani Janiny Kandefer z Iwonicza-Zdroju, Pani Ewy Mularczyk z Lubatówki i Seniora Pana Emila Rajchla z Iwonicza.

Wieniec dożynkowy w 85% przygotowała Pani Janina Kandefer przy wsparciu Seniorek i Seniorów Gminy – Panią Janinę Golonkę, Panią Irenę Kandefer, Panią Urszulę Stańczak, Panią Ewa

Kielar, Panią Ewę Mularczyk, Panią Zenonę Barszczewską-Rolf, Pana Marka Rolf, Pana Stanisław Mularczyka i Pana Emila Rajchla.

Przedstawiciele delegacji dożynkowej zostali zaproszeni na uroczysty obiad, który pod kierownictwem Pani Zofii Kielar przygotowały Panie z Koło Gospodyń Wiejskich w Iwoniczu.

Rada Seniorów i Seniorzy Gminy Iwonicz-Zdrój za przygotowanie pięknego wieńca dożynkowego i udział w dożynkach, otrzymali Podziękowanie od Pana Grzegorza Nieradki Burmistrza Gminy Iwonicz-Zdrój.

W dniu 04.09. – 06.09.2025 r. przy OSP w Iwoniczu, członkowie Rady Seniorów wzięli udział w nowoczesnej wystawie - Wirtualny Teatr Historii „Niepodległa”, która łączyła historię pierwszych lat II Rzeczypospolitej z interaktywną technologią.

Odwiedzenie ekspozycji było niesamowitym wydarzeniem dla Członków Rady Seniorów, miłośników historii, ale również dla wszystkich, którzy cenią nowoczesne formy edukacji i chcieli lepiej poznać bohaterów naszej wspólnej przeszłości.

W dniu 05.09.2025 r. na Placu Dietla w Iwoniczu Zdroju odbyło się Narodowe Czytanie utworów Mistrza Jana Kochanowskiego były to fraszki, treny i pieśni. W wydarzeniu udział wzięły przedstawicielki Rady Seniorów Zenona Barszczewska-Rolf, Elżbieta Janas, Anna Turek, Maria Zygmunt i Ewa Mularczyk Seniorka Gminy Iwonicz Zdrój.

W ramach podziękowaniu osoby czytające przed zgromadzoną publicznością otrzymały, wyjątkowy egzemplarz książki Jana Kochanowskiego z pamiątkową pieczęcią Prezydenta RP i Burmistrza Gminy Iwonicz-Zdrój.

W dniach 5, 6, 7, 19 i 20.09.2025 r. w Domu Ludowym w Iwoniczu oraz **w dniach 9, 10, 11, 23 i 24.10.2025 r.** w Domu Ludowym w Lubatowej z inicjatywy Pani Teresy Niziołek członkini Rady Seniorów Gminy Iwonicz Zdrój zostały zorganizowane warsztaty kulinarne.

Projekt przeznaczony był dla grup 15 osobowych nie przekraczających 60 roku życia, w wymiarze 46 godzin.

Prowadzącym warsztaty był Pan Marcin Czekalewski – szef kuchni, tematyka obejmowała „Kuchnie Świata”. Zajęcia poszerzały wiedzę teoretyczną i praktyczną, uczestniczki pod czujnym okiem Mistrza i Pani Teresy gotowały, piekły i degustowały przygotowane potrawy.

Warsztaty były bezpłatne, dofinansowane przez Unię Europejską, kończyły się egzaminem i zaświadczeniem o ukończeniu szkolenia wraz z książką kucharską i fartuszkami do zadań praktycznych. Zdobyta wiedza i umiejętności uczestniczek pozwolą na urozmaicenie codziennego menu oraz przyjęć okolicznościowych. Uczestniczki warsztatów były bardzo zadowolone, wystąpiły z prośbą o zorganizowanie podobnych warsztatów z zakresu cukiernictwa i grillowania.

Projekt prowadzony był przy współpracy z Podkarpacką Akademią Umiejętności.

W dniu 12.09.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju, w Domu Zdrojowym Plac Dietla 2 odbyło się I Forum Uzdrawiska Podkarpackie pod hasłem ”Przyszłość uzdrawisk na Podkarpaciu – wyzwania”.

I Forum Uzdrawisk Podkarpackich dotyczyło obecnych wyzwań związanych z zachowaniem unikalnego dziedzictwa uzdrawiskowego połączonych z nowoczesnymi rozwiązaniami, jak również dostosowaniem oferty uzdrawiskowej dla nowych grup klientów w kontekście zmieniającej się struktury demograficznej i trendów turystyki zdrowotnej.

W pierwszym dniu Forum nastąpiło uroczyste podpisanie LISTU INTEJCYJNEGO o współpracy na rzecz promocji marki Uzdrawiska Podkarpackie przez przedstawicieli Województwa Podkarpackiego oraz Gmin Uzdrawiskowych z terenu województwa podkarpackiego.

W I Forum udział brali przedstawiciele samorządowców, ekspertów, przedstawiciele branży uzdrowiskowej oraz lokalnej społeczności w tym Pan Bartłomiej Stanisław drugi wiceprzewodniczący Rady Seniorów, Pani Elżbieta Janas sekretarz Rady Seniorów i członkowie Rady Seniorów w składzie Stanisława Aszklar-Kawala, Teresa Niziołek, Maria Zygmunt i Stanisław Staszczak.

W dniu 23.09.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju, w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz odbyło się trzecie posiedzenie Rady Seniorów na którym omówiono dożynki gminne, które wznowiono po 13 latach przerwy.

Podsumowano dotychczasowe działania Rady Seniorów oraz przedstawiono plan na pozostałe miesiące. W szczególności omówiono pismo Pana Burmistrza Gminy Iwonicz-Zdrój z dnia 28 sierpnia 2025 r. dotyczące skutecznej komunikacji, pomiędzy członkami Rady Seniorów. Ustalono, że wykorzystujemy wszystkie dostępne źródła komunikacji, aby informacja skutecznie dotarła. Natomiast dotychczas podejmowane działania przez Radę Seniorów dotyczyły organizacji co tygodniowych spotkań;

- w poniedziałki o godz. 15:00 w Galerii Spotkań i Inspiracji w Iwoniczu Zdroju,
- w środy o godz. 11:00 gimnastyki dla Seniorów prowadzonej w Sali Wczasowicz Kina w Iwoniczu-Zdroju,
- zainteresowanych Seniorów w różnego rodzaju spotkaniach, wernisażach, imprezach plenerowy, zawodach sportowych, warsztatach.

Rada obradowała w składzie Zenona Barszczewska-Rolf, Tadeusz Kandefer, Elżbieta Janas, Stanisław Staszczak, Stanisława Aszklar-Kawala, Maria Zygmunt, Anna Turek, Maria Murdzek, Barbara Pernal, Pani Katarzyna Zajac – opiekun Rady Seniorów.

W dniu 25.09.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju, w siedzibie GOPS-u, odbyło się spotkanie Pani Barbary Penar Dyrektora GOPS-u z Panią Zenoną Barszczewska-Rolf Przewodniczącą Rady Seniorów, które dotyczyło możliwości skorzystania z pomocy, jaką świadczy GOPS dla osób starszych Gminy Iwonicz-Zdrój. Pani Dyrektorka GOPS-u przedstawiła i omówiła formy pomocy z których mogłyby skorzystać osoby starsze po spełnieniu wymogów i kryteriów, jakimi rządzi się każde działanie, a dotyczyły one:

- Renty wdowiej,
- Asystenta osobistego osoby niepełnosprawnej,
- Opieki wytchnieniowej,
- Usługi sąsiedzkiej,
- Świadczenia wspierającego,
- Świadczenie uzupełniającego dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji („500+ dla niepełnosprawnych”).

Ponadto Pani Dyrektorka zadeklarowała, że wraz z całym zespołem GOPS-u chętnie włączy się we wszystkie działania na rzecz poprawy, jakości życia osób starszych w naszej gminie.

W dniu 29.09.2025 r. w Rzeszowie, w Sali Kolumnowej Urzędu Wojewódzkiego, odbyła się Agenda Pierwszego Podkarpackiego Forum Rad Seniorów, na którym Programy rządowe dla Seniorów w 2025 roku – o zasięgu ogólnopolskim, przedstawiła Pani Marzena Okła - Drewnowicz Sekretarz Stanu w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów i Pani Jolanta Frydrych Posłanka na Sejm RP, Zastępca Przewodniczącego Komisji Polityki Społecznej i Rodzinnej.

Panel dyskusyjny Pierwszego Podkarpackiego Forum Rad Seniorów dotyczył:

- Polityki Senioralnej w województwie podkarpackim – stan realizacji.
- Ustawy o Radach Seniorów – rekomendacje do ustawy.

- Dobrych praktyk funkcjonowanie i działalność Rad Seniorów w gminach.

W dyskusji udział brały członkinie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój Zenona Barszczewska-Rolf, Elżbieta Janas, Anna Turek, Stanisława Aszklar-Kawala i Katarzyna Zając opiekun Rady Seniorów.

W dniu 09.10.2025 r. w Gminnym Ośrodku Kultury w Rymanowie, odbyły się warsztaty z programu „Podkarpacka odnowa Wsi”, prowadzone przez Panią dr. inż. Bernadettę Bienia z Państwowej Akademii Nauk - Zakładu Zielarstwa w Krośnie.

Tematem warsztatów, były „Chwasty w twojej Kuchni – dzikie rośliny jadalne”.

Uczestniczki wysłuchały wykładu na temat dzikich roślin jadalnych, po czym przystąpiły do robienia ciekawych i smacznych potraw, takich jak:

- pierożki z podagrycznikiem i pokrzywą,
- zielona kartoflanka z liści bluszczu kurdybanka,
- zupa z brokuła, mniszka i babki,
- jabłka pokrzywowe w karmelu,
- zapiekanka z kaszy jaglanej z jesiennymi owocami,
- ziołowe guacamole z krwawnikiem.

W warsztatach i degustacji, udział wzięły Zenona Barszczewska-Rolf Przewodnicząca Rady Seniorów i Seniorki Gminy Iwonicz-Zdrój - Janina Golonka, Ewa Mularczyk, Zofia Kuziemka, Zuzanna Kuczała.

W dniu 14.10.2025 r. – w Iwoniczu-Zdroju, w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz odbyło się czwarte posiedzenie Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój .

W posiedzeniu udział wzięli zaproszeni goście Pan Mateusz Węgrzyn - Prezes Stowarzyszenia Instytut Podkarpacki w Jaśle, Pan Miłosz Bachórz Członek Zarządu Stowarzyszenia Instytut Podkarpacki w Jaśle, Pan Grzegorz Nieradka Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój.

Posiedzenia Rady Seniorów w całości poświęcony było sprawom organizacyjnym związanym z wyjazdem Studyjnym na Litwę do miast Kowna i Wilna.

W dniu 20.10.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju w części czytelnicy Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiaka), rozpoczął się cykl warsztatów artystycznych, dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministerstwo Edukacji w ramach Programu „Nasze tradycje”.

Organizatorem warsztatów artystycznych było Stowarzyszenie Instytut Podkarpacki w Jaśle.

Pierwsze warsztaty artystyczne odbyły się pod kierownictwem Pani Krystyny Lipka, która uczyła nas, jak zrobić stroiki świąteczne z naturalnych materiałów, słomy, szyszek, zasuszonych kwitów, świec, ręcznie wykonanych mikołai według swojego autorskiego programu.

W warsztatach udział wzięły członkinie Rady Seniorów – Zenona Barszczewska-Rolf, Lidia Kandefer, Teresa Niziołek, Maria Zygmunt, Stanisława Aszklar-Kawala i Seniorki Gminy Iwonicz-Zdrój - Janina Kandefer, Ewa Mularczyk, Janina Golonka, Zuzanna Kuczała, Ewa Kielar, Danuta Kurdziel, Zofia Kuziemka, Teresa Włodarska, Urszula Stańczak, Dorota Kreczmańska, Irena Kandefer oraz Seniorzy Stanisław Mularczyk, Marek Rolf, Emil Rajchel i Janusz Habrat, którzy przygotowali i dostarczyli materiały, potrzebne do wykonania stroików.

W dniu 24.10.2025 r. w Rzeszowie, w Sali Kolumnowej Urzędu Marszałkowskiego, odbyła się Konferencja „Zdrowy Mózg” zorganizowana przez Fundację „Dbamy O Zdrowie” i Pełnomocnika Wojewody Podkarpackiego ds. Polityki Senioralnej pod hasłem „**Jak cieszyć się sprawnym umysłem na długie lata?**”

Na konferencji przedstawiono następujące tematy:

- **Starość to nie choroba** - lek. med. Halina Szczyrka - Konsultant Wojewódzki w dziedzinie geriatryi.
- **Jak nastawienie – pozytywne lub negatywne - wpływa na zdrowie i mózg?** – Renata Butryn – Pełnomocnik Wojewody Podkarpackiego ds. Polityki Senioralnej.
- **Czym odżywia się nasz mózg?** – Karolina Król-Lach - dietetyk kliniczny.
- **Dobra pamięć, jak o nią dbać?** – Celina Maciejewska - psycholog, psychogeriatra, Rzecznik ds. Seniorów w Łodzi.
- **Farmakologia i naturalne wspomaganie mózgu.** - Magdalena Płocica – Magister farmacji.
- **Recepta na samotność Seniora** – Gabriela Kwestarz-Biczysko - Prezes Zarządu DOZ Fundacji.

Tematy konferencji były bardzo ciekawe, zawierały dużo informacji i porad praktycznych dla Seniorów.

W konferencji udział wzięły - Zenona Barszczewska-Rolf Przewodnicząca Rady Seniorów i Seniorki Gminy Iwonicz-Zdrój - Janina Golonka, Ewa Mularczyk, Dorota Kreczmańska, Zuzanna Kuczała.

W dniu 06.11.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju, na terenie szpitala Exelsior, przedstawiciele Rady Seniorów Pani Zenona Barszczewska-Rolf, Pan Bartłomiej Stanisławski i Pani Kasia Zając opiekun Seniorów z ramienia Urzędu Gminy Iwonicz-Zdrój oraz Pan Stanisław Zima właściciel agroturystyki „Za Lasem”, Pani Dorota Mróz z grupy „PRZYRODOManiacy”, Pani Agnieszka Szajna, Pan Filip Szajna i przedstawiciele PTPP „proNatura” Pan Rafał Szkudlarek, Pani Renata Paszkiewicz i Pan Piotr Firlej, ciężko pracowali na rzecz ochrony Nietoperzy z gatunku Podkowiec Mały, którego największą kolonię w Polsce, odkryto w budynku uzdrowiska Exelsior. Zabezpieczaliśmy zimowisko dla Podkowiec Małego, który należy do najbardziej zagrożonego wyginięciem gatunku w naszym kraju.

W dniu 19.11.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju, w części Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiaka,) gościliśmy 7 osobową delegację Seniorów ze Słowacji oraz Pana Prezesa Mateusza Węgrzyna ze Stowarzyszenia Instytut Podkarpacki i Pana Grzegorza Nieradkę Burmistrza Gminy Iwonicz-Zdrój, którzy podziwiali piękno naszego miasta. Rada Seniorów ze Słowacji interesowali się sposobem działania Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój na spotkaniu przy kawce i pysznej kremówce, omawialiśmy sposób funkcjonowania polityki senioralnej na Słowacji i u nas. Rozmawialiśmy o nawiązaniu współpracy między naszymi Radami. W spotkaniu naszą Radę Seniorów reprezentowali Zenona Barszczewska-Rolf przewodnicząca Rady Seniorów, Tadeusz Kandfer – pierwszy wiceprzewodniczący Rady, Stanisław Staszczak - członek Rady i przedstawicielka Seniorów Gminy Ewa Mularczyk.

W dniu 21.11. – 28.11.2025 r. z Iwonicza-Zdroju o godzinie 4:30 Rada Seniorów Gminy Iwonicz Zdrój wraz z osobami towarzyszącymi w liczbie 28 osób, wyruszyła w drogę na Litwę. Towarzyszył nam pierwszy atak tegorocznej zimy, opady śniegu były bardzo obfite. W Rzeszowie dołączyła do nas grupa Seniorów z Klubu Emerytów i Rencistów Aster.

Wieczorem dotarliśmy do Kowna do hotelu Ibis. W sobotę 22.11.2025 r. zwiedziliśmy Kowno przedwojenną stolicę Litwy, drugie co do wielkości miasto na Litwie, położone u zbiegu rzek Wilii i Niemna. Zobaczyliśmy piękną starówkę, unikalne muzeum diabłów, galerię M.K. Ciurlionisa, ratusz miejski i wiele zabytków architektonicznych.

W niedzielę 23.11.2025 r. po śniadaniu ruszyliśmy w dalszą drogę. Po drodze zobaczyliśmy Trocki zamek na wyspie jeziora Galwe. Trocki do roku 1323 były stolicą Wielkiego Księstwa Litewskiego, rezydencją Kejstusa i Witolda, Wielkich Książąt Litewskich. Zwiedziliśmy miejsce zamieszkania Karaimów, wyznawców judaizmu, nie uznających Talmudu, których w XIV wieku sprowadził Wielki Książę Witold. Obecnie Trocki zamek stanowi Muzeum, które opłynęliśmy statkiem.

W niedzielę po południu dotarliśmy do Wilna. Zakwaterowano nas w Domu Polskim - Wspólnoty Polskiej pod patronatem Senatu Polskiego - w Hotelu Pan Tadeusz.

Poniedziałek po śniadaniu o godz. 9:00 zaczęliśmy od poznania historii Litwy. Wyświetlony był film o historii Litwy, następnie do obiadu odbywały się warsztaty i zajęcia o **różnej** tematyce;

- Wykłady z psychologii prowadziła Pani Anna Adamowicz – psycholog,
- Historia Litwy film prezentowała Pani Anna Wojnar,
- Palmy Wielkanocne - warsztaty - prowadziła Pani Janina Zamara, palmiarka wystawiająca swoje prace w Muzeum Litewskim
- Akademia Trzeciego Wieku w Wilnie przy Związku Polaków na Litwie – prelekcję dot. działalności Seniorów na Litwie prowadziła Pani Jadwiga Wołkowska Prezes Zarządu Seniorów na Litwie.
- Dom Kultury Polskiej w Wilnie – Ośrodek polskiej kultury i oświaty - historia – Władysław Wojnicz dyrektor działu komercyjnego Domu Kultury w Wilnie.

Po obiedzie około godz. 16:00 mieliśmy czas wolny, który można było przeznaczyć na zwiedzanie Wilna. Udało na się nam zobaczyć i odwiedzić kilka bardzo ważnych miejsc:

Ostra Brama – jedyna zachowana brama w obwarowaniach, którymi otaczano miasto na początku XVI wieku. Średniowiecznym zwyczajem na bramie od strony miasta zawieszano obraz Matki Boskiej. W kaplicy na centralnym miejscu nad ołtarzem wisi słynny cudami obraz Madonny. Głowę Madonny wieńczy dwie pozłacane korony zdobione szlachetnymi kamieniami. Jedna symbolizuje królowa niebios, druga królową Rzeczypospolitej Obojga Narodów. Jej wizerunek czczony jest również przez chrześcijan wyznania prawosławnego. W kaplicy odbywają się nabożeństwa rzymsko-katolickie w języku polskim i litewskim. My mogliśmy pomodlić się przed wizerunkiem Matki Boskiej Ostrobramskiej i powierzyć jej swoje intencje.

Cmentarz na Rossie – gdzie spoczywa Matka i serce Syna marszałka Józefa Piłsudskiego, groby żołnierzy polskich poległych w latach 1919-1920, groby obrońców Wilna poległych 19.09.1939 roku w walkach z wkraczającą do Wilna Armią Czerwoną. Na grobie marszałka Józefa Piłsudskiego została złożona wiązanka kwiatów i zapalone znicze przez przedstawicieli Rady Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój w składzie Zenona Barszczewska-Rolf, Bartłomiej Stanisz, Stanisław Jakiela, Babara Pernal, Stanisława Aszklar-Kawala, Teresa Niziołek, Maria Zygmunt.

Kościół św. Pawła i Piotra jeden z najpiękniejszych kościołów nie tylko Wilna, lecz całej północno wschodniej Europy. Tu odprawiona została msza święta w naszej intencji w języku polskim, czytania mszalne w liturgii słowa Bożego mieli przedstawiciele Rady Seniorów Bartłomiej Stanisz i Stanisław Jakiela.

Odwiedziliśmy również TVP Wilno, zobaczyliśmy jak wygląda dzień pracy w telewizji od środka, co dla wielu z nas było ciekawym doświadczeniem.

Zakończenie pobytu, zwieńczyła uroczysta kolacja z tradycyjnymi potrawami litewskimi - kartaczami, cepelinami, blinami, kindziukiem i chlebem Litewskim. Do tańca przygrywał nam muzykant wileński, bawiliśmy się w takt wileńskich walczyków.

W ramach podziękowania za gościnę obdarowaliśmy naszych gospodarzy, wykładowców, prelegentów, seniorów, organizatorów podarunkami związanymi z Gminą Iwonicz-Zdrój i podarunkami wykonanymi własnoręcznie przez naszych Seniorów:

Elżbieta Janas podarowała Album o Papieżu Janie Pawle II z dedykacją Burmistrza Gminy Iwonicz-Zdrój Pana Grzegorza Nieradki,

Lidia Kandefer podarowała dwa obrazy z symbolami Gminy Iwonicz-Zdrój, wykonane własnoręcznie haftem krzyżykowym,

Anna Turek podarowała płyty Zespołu Lubatowianie z Lubatowej oraz 5 stroików Bożonarodzeniowych własnoręcznie wykonanych,

Przedstawicielki Rady Seniorów i Seniorki Gminy Iwonicz-Zdrój podarowały 30 stroików Bożonarodzeniowych własnoręcznie wykonanych na warsztatach.

Ponadto podarowaliśmy kilka zestawów kosmetyków przygotowanych na bazie wód Iwonicznych stosowanych w Zakładzie Przyrodolecznictwa oraz liczne gadżety – długopisy, smycze, notesy, odblaski, breloczki podarowane przez Towarzystwo Przyjaciół Iwonicza-Zdroju.

Organizatorem wyjazdu studyjnego na Litwę było Stowarzyszenie Instytut Podkarpacki z Jasła w ramach programu ERAZMUS+.

Opiekunem wyjazdu edukacyjnego był Pan Krzysztof Dobosz.

Celem projektu była aktywizacja Seniorów, rozwój kompetencji społecznych i emocjonalnych, integracja międzypokoleniowa oraz poznanie dobrych praktyk innych krajów.

Zakres projektu obejmował warsztaty społeczne i emocjonalne (kompetencja, współpraca, pewność siebie), elementy mindfulness/relaksacja, kompetencje organizatorskie i liderские, działalność kulturalna i twórcza, wizyty w instytucjach kultury, aktywność fizyczną dostosowaną dla Seniorów.

W dniu 01.12.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju w części czytelnicy Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiaka) odbyło się spotkanie, uczestników wyjazdu studyjnego na Litwę z Burmistrzem Gminy Iwonicz Zdrój. Tematem spotkania były relacje z wyjazdu studyjnego. Złożyliśmy również serdeczne podziękowania Panu Burmistrzowi za pomoc i umożliwienie pierwszego zagranicznego Wyjazdu Studyjnego na Litwę do Kowna i Wilna.

W dniu 3.12.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju w części czytelnicy Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiaka), odbyła się kontynuacja cyklu warsztatów artystycznych. Warsztaty miały charakter specjalny, odbywały się pod czujnym okiem Pana Mateusza Węgrzyna Prezesa Stowarzyszenia Instytutu Podkarpackiego i Pana Miłosza Bachórz przedstawiciela Stowarzyszenia Instytutu Podkarpackiego.

Pani Krystyna Lipka poprowadziła międzypokoleniowe warsztaty pod tytułem „Ozdoby świąteczne - łańcuchy, bombki, mikołajki, aniołki wg. własnego pomysłu”.

W warsztatach udział wzięli członkowie Rady Seniorów Zenona Barszczewska-Rolf, Teresa Niziołek, Lidia Kandefer, Maria Zygmunt, Stanisława Aszklar-Kawala i Seniorki Gminy Iwonicz Zdrój Janina Kandefer, Ewa Mularczyk, Janina Golonka, Zuzanna Kuczała, Ewa Kielar, Danuta Kurdziel, Zofia Kuziemka, Teresa Włodarska, Urszula Stańczak, Dorota Kreczmańska, Irena Kandefe. Młodzież ze Szkoły Gastronomicznej w Iwoniczu-Zdroju - Joanna Kościółek, Oliwia Krygowska, Kamil Zajdel, Karina Mikołajczyk, Klara Wolanin, Jakub Kanderyk była bardzo zainteresowana nauką rękodzieła, robieniem ozdób choinkowych, a w szczególności aniołków. W trakcie wspólnych zajęć wytworzyła się wspaniała atmosfera, było miło i przyjemnie. Nasza Młodzież była bardzo zainteresowana możliwością stworzenia czegoś fajnego i wyraziła chęć uczestnictwa w podobnych warsztatach.

Na koniec warsztatów Pani Zenona Barszczewska-Rolf przewodnicząca Rady Seniorów i Pan Tadeusz Kandefer wiceprzewodniczący Rady Seniorów, złożyli podziękowanie Panu Mateuszowi Węgrzynowi i Panu Miłoszowi Bachórz ze Stowarzyszenia Instytutu Podkarpackiego za pomoc finansową na powyższy projekt.

W dniu 06.12.2025 r. – w Iwoniczu-Zdroju odbyło się uroczyste ubieranie, wspólnej choinki pod arkadami na Placu Karola i Józefa przez przedstawicieli Rady Seniorów - Tadeusza Kandefera wiceprzewodniczącego, członków Rady Stanisławę Aszklar-Kawale, Stanisława Staszczaka, Stowarzyszenie Przyjaciół Iwonicza Zdroju - Halinę Józefczyk-Habrat, Klubu „Sami Swoi” - Alinę Kandefer, Danutę Kurdziel, Henrykę Staszczak, Teresę Włodarską, Ewę Mularczyk, Zuzannę Kuczała, Urszulę Stańczyk, Ewę Kielar i Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój - Janinę Kandefer, Dorotę Kreczmańską.

W dniu 09.12.2025 r. – w Iwoniczu, w Domu Ludowym odbyły się warsztaty artystyczne pod tytułem „Tradycyjne potrawy wigilijne wg najstarszych mieszkańców Gminy Iwonicz-Zdrój” przygotowywane i prowadzone przez Panią Zofię Kielar, przewodniczącą Koła Gospodyń Wiejskich w Iwoniczu.

W warsztatach udział wzięły Seniorki z Klubu „Sami Swoi” Henryka Staszczak, Danusia Rygiel, Ela Janas, Alina Kandefer, Danuta Penar, Maria Brzechwa, Teresa Niziołek, Lidia Kandefer, Irena Boczar, Danuta Krudziel, Zofia Płoucką, Maria Akslar, Janina Maśnik i Katarzyna Zajac opiekun Seniorów z ramienia Urzędu Gminy Iwonicz-Zdrój. Dzielnie asystowali i służyli pomocą Panowie Seniorzy z Klubu „Sami Swoi” Tadeusz Kandefer i Stanisław Staszczak.

W dniu 11.12.2025 roku w Iwoniczu, w Domu Ludowym odbył się jubileusz 10-lecia Klubu Seniora „Sami Swoi” w którym uczestniczyły zaproszone przedstawicielki Rady Seniorów Pani Maria Murdzek i Anna Turek oraz Zenona Barszczewska-Rolf Przewodnicząca Rady Seniorów i członek klubu, które podarowały Panu Tadeuszowi Kandefer Prezesowi Klubu „Sami Swoi” kronikę wraz z życzeniami owocnej pracy i dalszych sukcesów, w której Klub „Sami Swoi” będzie mógł dokumentować swoje osiągnięcia i sukcesy.

W dniu 17.12.2025 r. w Lubatówce, w Dom Ludowym odbyły się międzypokoleniowe warsztaty artystyczne - „Słodkie tradycje Bożonarodzeniowe” – piernik dojrzewający, ciasta i ciasteczka”.

Warsztaty pieczenia tradycyjnych słodczy bożonarodzeniowych odbywały się przy wsparciu Koła Gospodyń Wiejskich i przedstawicielek Seniorek Ewa Mularczyk, Henryki Albrycht, Marii Uliasz, Teresy Stanisiz, Anny Drozd, Marii Zimy wraz z przedstawicielami młodzieży Aleksandrą Pernal, Leną Parylak, Mają Zima, Elżbietą Ziębka, Franciszkiem Dembiczak, Mikołajem Dembiczak, Bartoszem Szczepanik, Julią Szczepanik.

W warsztatach wzięły również udział dzieci w różnym wieku. W trakcie zajęć uczestnicy poznali krótką historię tradycyjnych wypieków Koła Gospodyń Wiejskich oraz skrywaną tradycyjną recepturę i wszystkie składniki. Małe rączki ugniatyły, mieszały, wałkowały, a paluszki doprawiały i wykrawały najróżniejsze kształty. W czasie wypieku ciasta, dzieci zajmowały się również dekorowaniem. Do dekoracji użyto naturalnych posypek i lukrów oraz masy. Każdy uczestnik warsztatów stworzył świąteczne ciasteczka, które będą miłą pamiątką na długie lata, a wiedza zdobyta podczas zabawy dobrze się utrwali.

W dniu 17.12.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju w cz. czytelni Biblioteki Gminnej (budynek Krakowiak) Pan Sebastian Jakubczyk przeprowadził autorskie warsztaty komediowo-teatralne - „Beczka śmiechu” w których uczestniczyły Seniorki Gminy Iwonicz-Zdrój Janina Kandefer, Ewa Mularczyk, Janina Golonka, Zuzanna Kuczała, Ewa Kielar, Zofia Kuziemka, Teresa Włodarska, Urszula Stańczak, Dorota Kreczmańska, Zenona Barszczewska-Rolf.

Na warsztatach, prowadzący omawiał i zapoznawał Seniorki od czego najlepiej zacząć budować grupę. Jako pierwszy punkt wymienił budowanie bezpiecznej atmosfery, integracje grupy oraz przełamywanie barier poprzez proste, ruchowe i głosowe ćwiczenia.

Celem pierwszych zajęć było - poczuć się swobodnie. Integracja i łamanie lodów polegało na przedstawieniu się w zabawny sposób, dodając do swojego imienia przymiotnik zaczynający się na tę samą literę np. Wesoła Wanda, Szybki Stefan.

Pokazywane były proste zabawy teatralne, ćwiczenia aktorskie, które angażowały ciało i głos (mimika). Obserwowałyśmy, jak wykorzystać rekwizyty np. parasolki, wachlarze, okulary, kapelusze.

Jak skupić się na pozytywach, czyli wspólna dobra zabawa i poprawa nastroju, a nie występ artystyczny.

Najważniejszym przesłaniem warsztatów był dobry humor, wspaniała atmosfera, super zabawa, pozytywne myślenie i otaczanie się ludźmi pozytywnie myślącymi.

Twórcze zajęcia dla Seniorów pomagają utrzymać witalność umysłu, rozwijać zdolności artystyczne i pomagają budować silne więzi społeczne.

W dniu 18.12.2025 r. w Domu Ludowym w Iwoniczu, odbyło się uroczyste spotkanie opłatkowe.

Zaproszeni goście Pani Dorota Świstak, Pani Katarzyna Zajac, Pan Mateusz Węgrzyn, Pana Miłosza Bachórz, Pana Grzegorza Nieradka, Pan Józef Sowiński i przedstawiciele Rady Seniorów oraz przedstawiciele Rady Młodzieży Gminy Iwonicz-Zdrój, składali sobie życzenia świąteczne, dzieląc się opłatkiem, konsumując świąteczne pyszności, słuchając kolęd.

Uroczysty poczęstunek pod kierownictwem Pani Zofii Kielar przygotowały Panie z Koła Gospodyń Wiejskich w Iwoniczu.

W dniu 19.12.2025 r. w Lubatowej, w Domu Ludowym przy wsparciu Stowarzyszenia Twórców i Animatorów Kultury Ludowej odbyły się warsztaty artystyczne, dotyczące „Tradycji Bożonarodzeniowych wg najstarszych mieszkańców”.

Warsztaty - tradycje bożonarodzeniowe obejmowały różne działania edukacyjne i twórcze, mające na celu przybliżenie zwyczajów, obrzędów oraz lokalnych tradycji, zajęcia koncentrowały się na integracji uczestników i kultywowaniu świątecznych zwyczajów. Śpiewaniu kolęd i pastorałek przekazywanych przez najstarszych mieszkańców dla następnych pokoleń.

W warsztatach uczestniczyli najstarsi mieszkańcy, ich dzieci, wnuki i prawnuki.

W dniu 21.12.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju, w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz odbył się kiermasz Świąteczny na który, ozdoby przygotowały Seniorzy Gminy Iwonicz-Zdrój Zenona Barszczewska-Rolf Janina Kandefer, Urszula Stańczak, Dorota Kreczmańska, Ewa Mularczyk, Danuta Kurdziel, Teresa Włodarska, Irena Kandefer, Zofia Kuziemka, Ewa Kielar, Zuzanna Kuczała, a kiermasz Świąteczny obsługiwały Dorota Kreczmańska, Irena Kandefer, Teresa Włodarska, Zenona Barszczewska-Rolf.

W dniu 21.22.12.2025 r. w Iwoniczu, Iwoniczu-Zdroju, Lubatowej i Lubatówce przedstawicielom najstarszych Seniorów naszej Gminy, zostały złożone życzenia i wręczone stroiki z okazji Świąt Bożego Narodzenia i Nowego Roku 2026 przez przedstawiciele Rady Seniorów, Seniorów, przedstawiciele Średniego i Młodego Pokolenia Gminy Iwonicz-Zdrój.

W Iwoniczu:

Panu Józefowi Kandefer - życzenia składali Seniorzy Pani Irena Kandefer, wnuczek Szymon Nycz i Senior Emil Rajchel.

Państwu Ewie i Piotrowi Lorenc życzenia składali - Seniorka Dorota Kreczmańska z zięciem Mirosławem Kucza,

Pani Marii Tomkiewicz- życzenia składała Seniorka Dorota Kreczmańska.

Pani Czesławie Kandefer – życzenia składała -Seniorka Teresa Włodarska.

W Iwoniczu-Zdroju:

Pani Annie Wilusz życzenia składały - Seniorzy Janina Golonka i Ewa Kielar,

Pani Helenie Kudacz – życzenia składała Seniorzy Janina Golonka i Urszula Stańczak.

W Lubatówce :

Pani Janinie Dołęgowskiej, Pani Marii Knap, Pani Irenie Knap, Pani Marii Wilusz, Pani Michalinie Parylak - życzenia składały członkini Rady Seniorów Pani Stanisława Aszklar-Kawała i Seniorzy Maria Uliasz i Maria Zima.

W Lubatowej:

Pani Oldze Pernal, Pani Annie Korzeniowskiej, Pani Helenie Koc, Pani Marii Bąk, Pani Zofii Turek, Pani Stanisławie Turek, Pani Emilii Zygmunt, Pani Helenie Wołtarz, Pani Stanisławie Drozd, Pani Józefie Zygmunt, Pani Stefani Zajac-Pernal, Panu Zdzisławowi Pernal, Panu Ryszardowi Jakiela, Panu Grzegorzowi Jakiela, z inicjatywy Pani Sołtys wręczono własnoręcznie wykonane stroiki świąteczne przez Seniorzy Klubu Seniora w Lubatowej. Życzenia składali i stroiki wręczali przedstawiciele różnych grup społecznych w tym członkini Rady Seniorów Pani Anna Turek.

Były to bardzo wzruszające chwile dla obu stron, obdarowani z łezką w oku dziękowali, że jeszcze ktoś **O Nich** pamięta.

W dniu 22.12.2025 r. w Iwoniczu-Zdroju, w czytelni Bibliotek Gminnej (budynek Krakowiak) Pani Danuta Kurdziel przeprowadziła autorskie warsztaty z robótek ręcznych „Zaczarowane oczka – wg własnych wzorów na drutach i szydełku”.



Pani Danuta Kurdziel uczyła nas i pokazywała wzory własnego autorstwa, według których można wykonać różne robótki poczynając od serwetek, torebek na szydełku, po szaliki, czapki, bluzki i swetry na drutach.

W warsztatach udział brały Seniorki Gminy Iwonicz-Zdrój Janina Kandefer, Ewa Mularczyk, Janina Golonka, Zuzanna Kuczafa, Ewa Kielar, Zofia Kuziemka, Teresa Włodarska, Urszula Stańczak, Dorota Kreczmańska i Zenona Barszczewska-Rolf.

Kwota środków finansowych pozyskanych ze Stowarzyszenia Instytut Podkarpacki na realizację 7 projektów wynosiła 10.500 złotych po 1.500 złotych na każdy projekt.

Zrealizowanie czterech warsztatów artystycznych było możliwe przy wsparciu Pani Haliny Józefczyk-Habrat Prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Iwonicza-Zdroju.

Powyższe warsztaty przyniosły wymierne rezultaty:

- ozdoby choinkowe zostały wykorzystane do przystrojenia choinki świątecznej, która zdobiła Plac Józefa i Karola w Iwoniczu-Zdrój. Choinkę mogli podziwiać wszyscy kuracjusze, przybyli goście i mieszkańcy Gminy Iwonicz-Zdrój,
- stroiki świąteczne zostały przeznaczone i wręczone, jako prezenty dla delegacji Seniorów Słowackich, Seniorów Litewskich podczas wyjazdu studyjnego na Litwę, a także zostały wręczone wraz z życzeniami świątecznymi najstarszym Seniorom Gminy Iwonicz-Zdrój,
- warsztaty komediowo-teatralne na których przygotowujemy część artystyczną, która będzie prezentowana na Senioraliach 2026 oraz w innych klubach Seniora,
- przygotowane produkty kulinarne zostały poddane degustacji i skonsumowane na jubileuszu 10-lecia Klubu Seniora „Sami Swoi” ,
- tradycyjne kolędy i pastorałki przekazane przez najstarszych mieszkańców miejscowości Lubatowa, prezentowane były przez Zespół Lubatowianie na koncercie kolęd w Sali Widowiskowej Kina Wczasowicz Iwonicz-Zdrój dla kuracjuszy i mieszkańców Gminy Iwonicz-Zdrój,
- piernik dojrzewający, pierniczki i tradycyjne ciasteczka uświetniły spotkanie Seniorów miejscowości Lubatówka.

Powyższe warsztaty odpowiadały na zapotrzebowanie Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój, z uwagi na duże zainteresowania Seniorów i liczny udział, warsztaty w przyszłości będą kontynuowane.

Na zakończenie sprawozdania chciałabym w imieniu Rady Seniorów raz jeszcze podziękować:

Panu Grzegorzowi Nieradce Burmistrzowi Gminy Iwonicz-Zdrój za wsparcie i pomoc w szczególności za darmowe przejazdy dla Seniorów 65+, kartę seniorów, wycieczki, wyjazdy na konferencje.

Pani Halinie Józefczyk-Habrat Prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Iwonicza Zdroju za zgodę i pomoc w realizacji i rozliczeniu projektów finansowych.

Pani Dorocie Świstak Dyrektor Centrum Kultury i Czytelnictwa oraz Pracownikom Centrum Kultury i Czytelnictwa za współpracę i pomoc okazywaną w każdym momencie.

Pani Mgr Krystynie Murdzek za poświęcenie swojego bezcennego zdrowia i czasu na bezpłatne prowadzenie gimnastyki dla Seniorów Gminy Iwonicz-Zdrój.

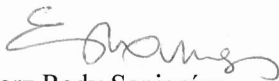
Paniom z KGW w Iwonicz, Paniom z KGW w Lubatówce, Zespołowi Lubatowianie z Lubatowej.

Pani Magdzie Frydrych i Pani Katarzynie Zajac opiekunom Seniorów z Urzędu Gminy Iwonicz-Zdrój.

Seniorkom i Seniorom, którzy nie są w Radzie Seniorów, a bardzo aktywnie pracują na rzecz Rady Seniorów - dziękuję Paniom - Janinie Kandefer, Zofii Kuziemce, Janinie Golonce, Zuzannie Kuczale, Ewie Mularczyk, Urszuli Stańczak, Ewie Kielar, Teresie Włodarskiej, Danucie Kurdziel, Irenie Kandefer, Dorocie Kreczmańskiej, Mari Uliasz, Mari Zimie. Panom - Stanisławowi Mularczykowi, Markowi Rolf, Emilowi Rajchel, Januszowi Habrat, a także młodemu pokoleniu Szymonowi Nycz i Mirosławowi Kucza oraz wszystkim tym, którzy w jakikolwiek sposób pomagali w realizacji powyższych przedsięwzięć.

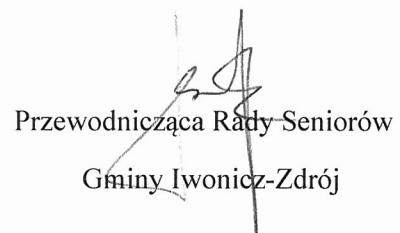
Pani Elżbiecie Janas za protokołowanie każdego posiedzenia naszej Rady.

Dziękuję również Radnym, którzy angażują się uczestnicząc w posiedzeniach Rady Seniorów służąc radą, wiedzą i swoim doświadczeniem.



Sekretarz Rady Seniorów

Gminy Iwonicz-Zdrój



Przewodnicząca Rady Seniorów
Gminy Iwonicz-Zdrój

Iwonicz-Zdrój, 17.03.2026 r.