**PLAN PRACY NA ROK 2020**

**ZESPOŁU DO SPRAW SENIORÓW OKRĘGOWEJ IZBY RADCÓW PRAWNYCH W POZNANIU**

**Ustalony dla realizacji działań na rzecz Klubu Seniora OIRP w Poznaniu.**

I. **W 2020 roku** **spotkania Radców Prawnych - Seniorów Członków Klubu Seniora Okręgowej Izby Radców Prawnych w Poznaniu zaplanowane są wzorem lat ubiegłych. Dwa razy w miesiącu według niniejszego planu spotkamy się zawsze w drugi i czwarty wtorek miesiąca. Wyjątek stanowi miesiąc maj, w którym drugi raz, spotkamy się w poniedziałek 25 maja br. , ( bowiem 26 maja 2020 r. – tj. czwarty wtorek miesiąca przypada w Dniu Matki ) - dlatego przełożone jest nasze spotkanie integracyjne – z wyjazdem na wycieczkę na poniedziałek. W planie naszym są miesiące, w których zaplanowane są spotkanie jednorazowe. Są to miesiące kwiecień, czerwiec i grudzień 2020 r.**

W m-cu kwietniu br. spotkamy się w trzeci wtorek miesiąca (21.04.2020 r.) - na wycieczce podanej w planie, bowiem jest to miesiąc, w którym przypadają Święta Wielkanocne.

W miesiącu czerwcu 2020 r. jednorazowo spotkamy się z uwagi na okres przedwakacyjny . Natomiast m-c grudzień jest miesiącem szczególnym , w którym spotkamy się jeden raz i uczcimy Święta Bożego Narodzenia.

 **Uwaga ! Wszystkie Nasze spotkania za wyjątkiem wycieczek i spotkania wigilijnego rozpoczynają**

**się o godz. 17:00.**

Jest to podyktowane organizacją pracy OIRP w Poznaniu , wykładami Aplikantów Radcowskich i przerw w ich wykładach oraz sprawnego działania Klubu Paragraf (Bufet) mieszczącego się w Naszej Izbie, w którym mamy spotkania Klubu Seniora.

Niezależnie od zaplanowanych spotkań również zachęcamy Koleżanki i Kolegów - Członków Klubu Seniora do spotkań kameralnych w miesiącach urlopowych ( lipiec, sierpień 2020 ), w których nie ma zaplanowanych terminów spotkań w niniejszym Planie Pracy z uwagi na okres urlopowy.

Wówczas z chętnymi Członkami Klubu Seniora będziemy mogli się Spotkać albo w Naszej Izbie w Klubie Paragraf ( jeśli będzie czynny ), lub poza Izbą w innym wybranym miejscu, w terminach i godzinach ustalanych na bieżąco. Koszt tych spotkaniach każdy z uczestników będzie ponosił we własnym zakresie.

Z dotychczasowego stosowania tych spotkań, stwierdzić należy, iż Szanowne Koleżanki i Szanowni Koledzy bardzo akceptują tą stosowaną praktykę i chętnie w tych spotkaniach uczestniczą .

Stad również i w roku 2020 pozostaniemy przy organizacji tych spotkań.

1

**II. HARMONOGRAM SPOTKAŃ INTEGRACYJNYCH W ROKU 2020**

 **KLUBU SENIORA OIRP W POZNANIU**

**Z TERMINAMI I TEMATYKĄ**

**STYCZEŃ**

**14.01.2020**

Spotkanie organizacyjne, podczas którego zostaną omówione zagadnienia dotyczące przedstawionego planu pracy na rok 2020 opracowanego przez Zespół do Spraw Seniorów Okręgowej Izby Radców Prawnych w Poznaniu w zakresie :

* częstotliwości spotkań członków Klubu Seniora i zaproponowanych tematów oraz wycieczek,
* zgłoszenia przez członków Klubu Seniora uwag i wniosków, ewentualnie własnych propozycji - wspólna dyskusja, uwagi i wnioski,
* przyjęcie Planu Pracy na Rok 2020 w drodze głosowania jawnego, większością głosów obecnych na spotkaniu Członków Klubu Seniora.

**28.01.2020**

Spotkanie kameralne Członków Klubu Seniora z uaktywnieniem dyskusji wśród Koleżanek i Kolegów poprzez przedstawienie tematów :

* moje pasje, sposoby relaksu ,
* ciekawe wspomnienia z życia, w tym z wakacji , wycieczek,
* najciekawsze przykłady z pracy zawodowej, w tym kontrowersyjne interpretacje prawa, przykłady najtrudniejszych rozstrzygnięć kazusów prawnych,
* zapamiętane szczególne, trudne procesy i wspomnienia z wyjątkowego przebiegu rozpraw.

W trakcie spotkania przewidziana jest kontynuacja ćwiczeń przeprowadzanych z P.Psycholog ,

na spotkaniu zeszłorocznym , a dotyczących pamięci i spostrzegawczości.

Ćwiczenia poprowadzi Kol. Halina Królikiewicz –Świt , członek Zespołu ds. Seniorów.

Zakończenie spotkania - wspólne śpiewanie kolęd.

2

**LUTY**

**11.02.2020**

Spotkanie z byłą Współtwórczynią Estrady Poznańskiej, Sceny na Piętrze byłym Kierownikiem Kabaretu TEY, rzecznikiem prasowym CK Zamek na temat „ Baba z wozu ….” czyli przysłowia mądrością narodów – na wesoło.

Zakończenie spotkania – wspólnym zaśpiewaniem kolęd.

**25.02.2020**

Spotkanie integracyjne członków Klubu Seniora z rozrywką muzyczną z okazji zakończenia Karnawału.

**MARZEC**

**10.03.2020**

Spotkanie z Dietetykiem celem omówienia problematyki żywieniowej Seniorów.

**24.03.2020**

Spotkanie z Psychologiem - wykład dotyczący , jak pozytywnie myśleć , aby utrzymać pogodę ducha,

oraz c.d. ćwiczeń dotyczących wzmacniania pamięci i spostrzegawczości.

Spotkanie o tej tematyce – zaplanowane zostaje na prośbę Koleżanek i Kolegów - Członków Klubu Seniora OIRP w Poznaniu.

3

**KWIECIEŃ**

**21.04.2020**

Wycieczka do Muzeum Etnograficznego i dalej z P. Przewodnikiem , który wprowadzi Nas w tajemnice średniowiecznego Poznania (Rejon Pl. Wielkopolskiego , Stary Rynek – c.d. zapoznania się z najnowszymi odkryciami naukowców).

Po zwiedzaniu poczęstunek w formie regionalnych smaków.

**MAJ**

**12.05.2020**

Spotkanie z Teatrologiem na temat historii Poznańskich Teatrów.

**25. 05.2020**

Wycieczka do Powidzkiego Parku Krajobrazowego i ewentualne zwiedzanie bazy lotniczej ;

po drodze zwiedzanie Zespołu Pałacowego w Czerniejewie z parkiem i inne ciekawostki.

W trakcie pobyt w regionalnym lokalu gastronomicznym na wspólnym posiłku.

**CZERWIEC**

**09.06.2020**

Spotkanie integracyjne Seniorów w Izbie - przedwakacyjne - wymiana założeń planowanego odpoczynku w miesiącach lipiec i sierpień , a dla chętnych wyjście z trenerem chodzenia z kijkami Nordic Walking w myśl powiedzenia „ Ruch to Zdrowie”.

4

**LIPIEC i SIERPIEŃ**

 Wzorem lat ubiegłych - spotkania kameralne – integracyjne wg zapisu na wstępie Planu Pracy.

Termin i miejsce tych spotkań zostanie ustalony i podany uczestnikom w terminie późniejszym.

**WRZESIEŃ**

**08.09.2020**

Integracja Członków Klubu Seniora – Radców Prawnych – Seniorów – wyjazd na wycieczkę z P. Przewodnikiem do Muzeum Młynarstwa w Jaraczu i inne ciekawostki na trasie – zwiedzanie obiektów zabytkowych (architektura pałacowa ).

W trakcie wycieczki – regionalne smaki w lokalu gastronomicznym.

**22.09.2020**

Spotkanie z Lekarzem Laryngologiem – Foniatrą na temat schorzeń głosu i słuchu i jak im zapobiec w wieku senioralnym .

**PAŹDZIERNIK**

**13.10.2020**

Wycieczka z Przewodnikiem :

Tajemnice „ Dzielnicy Cesarskiej „ w Poznaniu ;

Teatr Wielki, budynek byłej komisji kolonizacyjnej (pruskiej) - obecny budynek Uniwersytetu A. Mickiewicza, Ogrody Zamku Cesarskiego , Zamek Cesarski w Poznaniu oraz ewentualne zwiedzanie Muzeum Czerwca 1956 r. (mieszczącego się w Zamku Cesarskim).

Po zwiedzaniu – wspólny pobyt uczestników wycieczki w pobliskim lokalu – koszt poczęstunku

we własnym zakresie.

5

**27. 10.2020**

Spotkanie z P. Psycholog - na temat: „ Jak pozytywnie myśleć, aby nie dotknęła Nas jesienno-zimowa chandra”.

 Ponadto c.d. ćwiczeń percepcji i utrwalania pamięci dla osób w wieku senioralnym.

**LISTOPAD**

**10.11.2020**

Spotkanie z wykładowcą Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza , który przedstawi temat:

„Powstanie Wielkopolskie w literaturze niemieckiej”.

**24.11.2020**

Spotkanie rozrywkowe - taneczne z okazji „Andrzejek” z tradycyjnym poczęstunkiem.

**GRUDZIEŃ**

Wigilia. Uroczyste Spotkanie z Opłatkiem i Kolędami.

Termin zostanie ustalony bliżej Świąt Bożego Narodzenia.

Zespół do Spraw Seniorów proponuje na naszych spotkaniach szczególnie kameralnych - podawanie informacji Koleżankom i Kolegom na temat bieżących, istotnych zmian przepisów prawnych przez

tych Członków Klubu Seniora, którzy wykonują czynnie zawód.

Uwaga! Zespół do Spraw Seniorów zastrzega możliwość zmiany tematów i terminów spotkań w

 zależności od możliwości rozwiązań organizacyjnych, finansowych i pogodowych, które mogą uniemożliwić realizację zaplanowanego tematu lub wycieczki.

O każdej zmianie Członkowie Klubu Seniora będą wzorem lat ubiegłych powiadamiani z odpowiednim wyprzedzeniem terminu realizacji wyznaczonego przedsięwzięcia.

Dodatkowo oprócz ujętych imprez w niniejszym planie pracy będziemy jako Zespół starali się organizować integrację kulturalną dla Członków Klubu Seniora poprzez wspólne spędzanie czasu w jednostkach kultury, a więc Teatrach, Filharmonii Poznańskiej i Kinach.

6

Członkowie Zespołu do Spraw Seniorów OIRP w Poznaniu proszą Koleżanki i Kolegów, jeżeli będą mieli taką potrzebę o kontakt celem udzielenia pomocy w rozwiązaniu indywidualnego problemu.

Przypominamy, że w Naszej Izbie miejscem indywidualnych spotkań Państwa z Członkami Zespołu do Spraw Seniorów jest wydzielony pokój dla Zespołu do Spraw Seniorów, w którym możemy się spotykać po uzgodnieniu terminu, jak również możecie Państwo – Koleżanki i Koledzy , Członkowie Klubu Seniora OIRP w Poznaniu, każdej chwili przyjść poczytać wydawnictwa prawnicze, książki , które są w Bibliotece Naszej Izby i istnieje możliwość ich wypożyczenia po zgłoszeniu się do P.Małgorzaty Wójcik - współpracującej z Zespołem do Spraw Seniorów i jednocześnie z Klubem Seniora OIRP w Poznaniu.

Można również skorzystać z zainstalowanego w tym pokoju komputera przeznaczonego dla Seniorów, który został przekazany w ramach aktywizacji Radców Prawnych Seniorów dla Naszej Izby przez Krajową Radę Radców Prawnych w Warszawie, staraniem Przewodniczącego Kapituły Funduszu Seniora Mec. Mieczysława Humki.

Zapraszamy Koleżanki i Kolegów do wspólnych spotkań i do uczestnictwa w życiu Klubu Seniora OIRP w Poznaniu według hasła przewodniego „Chciejmy Być i Bądźmy Razem” .

Na koniec szczególna prośba do Szanownego Państwa , abyście Szanowne Koleżanki i Szanowni Koledzy – Członkowie Klubu Seniora OIRP w Poznaniu z uwagi na porządek organizacyjny dla naszych działań , jako Zespołu - w razie naszych próśb - o terminowe zgłaszanie własnego uczestnictwa, byli uprzejmi tego przestrzegać , bowiem ułatwia to nam w znaczny sposób realizację zaplanowanych zadań i to pod każdym względem i organizacyjnym i nie da się ukryć tego, że również finansowym.

Z góry serdecznie dziękujemy!

 W Imieniu

 Zespołu do Spraw Seniorów OIRP w Poznaniu

 Przewodnicząca

 R . pr. Urszula Budzińska

Poznań, dnia 18. października 2019 r.

7