

Niezbędnik seniora

Przekazujemy ten spis kontaktów, które mogą być Państwu pomocne na co dzień. Listę stworzyli z nami w ramach projektu „Senior — Aktywny Mieszkaniec!” seniorzy i seniorki oraz przedstawiciele instytucji i organizacji działających na rzecz osób starszych. **Niezbędnik jest także dostępny i uaktualniany na stronie www.pzr.org.pl/sam.** Jeżeli uważają Państwo, że czegoś na tej liście brakuje, jakieś informacje są błędne lub chcieliby Państwo dowiedzieć się, jaki klub seniora lub organizacja działa najbliżej Państwa miejsca zamieszkania, **prosimy o kontakt z Panią Joanną Suchomską:**

- TELEFON 721 308 790 lub
- E-MAIL j.suchomska@pzr.org.pl.



Honorowy patronat
Prezydenta Miasta Torunia
Michała Zaleskiego



ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020
Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej

Pomoc dla seniorów

Przewóz osób niepełnosprawnych i starszych

Finansowane w 90% przez Gminę Miasta Toruń usługi przewozowe: w dni robocze od 6.30 do 20.00 oraz w soboty, niedziele i święta od 7.00 do 18.00 (pierwsza sobota w miesiącu od 7.00 do 22.00)

- TELEFONY 56 610 67 14, 801 552 272
- 2,64 zł opłaty wstępnej + 0,71 zł za kilometr w mieście

Usługi opiekuńcze i społeczne

Na przykład zakupy, pomoc w sprzątaniu seniorom i osobom niepełnosprawnym

- Dział Usług Społecznych MOPR
- TELEFON 56 650 87 45

Asystent dla seniora

Wolontariat, opieka nad osobami starszymi

- Stowarzyszenie „Flandria” —
Małgorzata Urbańska
- TELEFON 664 999 881
- E-MAIL m.urbanska@flandria.pl



Zdrowie seniora

Sprawdzanie dostępności lekarzy

Delegatura Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ) w Toruniu jest czynna w dni robocze (od poniedziałku do piątku) od 8.00 do 16.00

- SIEDZIBA ul. Szosa Chełmińska 30
- TELEFON 56 65 82 600
- www.kolejki.nfz.gov.pl

Informacja telefoniczna o lekach refundowanych

Infolinia Ministerstwa Zdrowia

- TELEFON 22 123 98 00 (codziennie od 8.00 do 20.00)

Szczepienia i badania profilaktyczne dla seniorów

- Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Torunia — Katarzyna Trybańska
- SIEDZIBA ul. Fałata 39
- TELEFON 56 611 84 57



Sprawy seniorów

Rada Seniorów

- Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Torunia
- SIEDZIBA ul. Fałata 39
- TELEFON 56 611 84 54
- E-MAIL wzips@um.torun.pl

Rada Seniorów zaprasza wszystkich mieszkańców na swoje dyżury w każdy piątek o godzinie 14.00 w pokoju nr 9 przy ul. Wały gen. Sikorskiego 8 (główny budynek Urzędu Miasta Torunia).

Kluby seniora i organizacje pozarządowe wspierające seniorów działające w Toruniu —

kontakty znajdziecie Państwo w internetowej wersji niezbędnika na stronie www.pzr.org.pl/sam.



Kulturalny senior

Informator Kulturalno-Artystyczny „Ikar”

Dostępny od pierwszego dnia każdego miesiąca w instytucjach kulturalnych — Magdalena Kujawa

- TELEFON 56 611 86 82
- E-MAIL m.kujawa@um.torun.pl
- www.torun.pl/ikar

Toruński Uniwersytet Trzeciego Wieku

- BIURO Wydział Teologiczny UMK przy ul. Gagarina 37 pok. 14 (czynne we wtorki i środy od 13.00 do 15.00)
- TELEFON 536 127 880 czynny w godzinach pracy biura
- E-MAIL biuro@tutw.org
- www.tutw.org

Muzeum Etnograficzne

- Program *Muzeum-panaceum* — Maria Pokrzywnicka
- SIEDZIBA ul. Wały gen. Sikorskiego 19
- TELEFON 56 622 36 49
- E-MAIL kontakt@etnomuzeum.pl
- www.etnomuzeum.pl



Komunikacja w Toruniu

Infrastruktura drogowa w Toruniu

chodniki, drogi, parkingi, schody i inne utrudnienia w poruszaniu się po ciągach komunikacyjnych

- Miejski Zarząd Dróg — Agnieszka Kobus-Pęńsko (rzecznik prasowy)
- TELEFONY 667 663 090, 56 66 93 114
- E-MAIL rzecznik@mzd.torun.pl

Komunikacja miejska

autobusy, tramwaje, przystanki, informacje o zmianach w kursowaniu komunikacji miejskiej

- Miejski Zakład Komunikacji — rzecznik prasowy
- SIEDZIBA ul. Sienkiewicza 24/26
- TELEFON 56 655 52 00 wew. 24
- E-MAIL rzecznik@mzk.torun.pl
- www.mzk-torun.pl



Porządek i zieleń

Utrzymanie zieleni, powalone drzewa

- Wydział Środowiska i Zieleni Urzędu Miasta Torunia — Elżbieta Adamiak
- SIEDZIBA ul. Wały gen. Sikorskiego 12
- TELEFON 56 611 86 59

Porzucone śmieci, brak koszy, dzikie wysypiska

- Miejskie Przedsiębiorstwo Oczyszczania
 - TELEFON 56 63 98 119
 - E-MAIL sekretariat@mpo.torun.pl
- Straż Miejska
 - TELEFON 56 622 58 77 wew. 208
- Wydział Środowiska i Zieleni Urzędu Miasta Torunia — Szczepan Burak (dyrektor)
 - SIEDZIBA ul. Wały gen. Sikorskiego 12
 - TELEFON 56 611 86 93
 - E-MAIL wsiz@um.torun.pl
 - GODZINY URZĘDOWANIA 7.30–17.00



Telefony alarmowe

Jednolity numer alarmowy 112

obowiązuje w całej Unii Europejskiej, służy do powiadamiania w sytuacjach zagrożenia zdrowia, życia lub mienia

Pogotowie Ratunkowe 999

Straż Pożarna 998

Policja 997

Pogotowie Energetyczne 991

Pogotowie Gazowe 992

Pogotowie Ciepłownicze 993

Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne 994

Telefon Zaufania 988

Straż Miejska 986

Ekopatrol Straży Miejskiej 56 622 58 77 wew. 208

dzikie wysypiska, spalanie śmieci, dzikie zwierzęta na terenie osiedli, znęcanie się nad zwierzętami itp.