

⇒ AKTYWNOŚĆ SENIORA

Czy wiesz, ile osób w dojrzałym wieku w Polsce jest aktywnych zawodowo?

A to właśnie aktywizacja zawodowa takich osób może przesądzić o tym, czy dla osób w wieku 50+ czy 60+ nie zabraknie pracy w najbliższych latach a tym samym, czy będą dysponować odpowiednimi środkami finansowymi na godne życie.

Aktywizacja zawodowa tej grupy społecznej jest również istotna z punktu widzenia przedsiębiorców działających w Polsce, którzy będą mieli większe możliwości rekrutowania pracowników także w tych grupach wiekowych.

Dowiedz się więcej [TUTAJ](#).



63-letni biegacz z Nisy pokonał 180 km w ciągu doby.

Czytaj o tym [TUTAJ](#).

DLA 
SENIORA
ADAMED



OGÓLNOPOLSKA
FEDERACJA STOWARZYSZEŃ
UNIwersytetów TRZECIEGO WIEKU

FIRMA ADAMED JEST
PARTNEREM TYTULARNYM
OGÓLNOPOLSKIEJ FEDERACJI STOWARZYSZEŃ
UNIwersytetów TRZECIEGO WIEKU

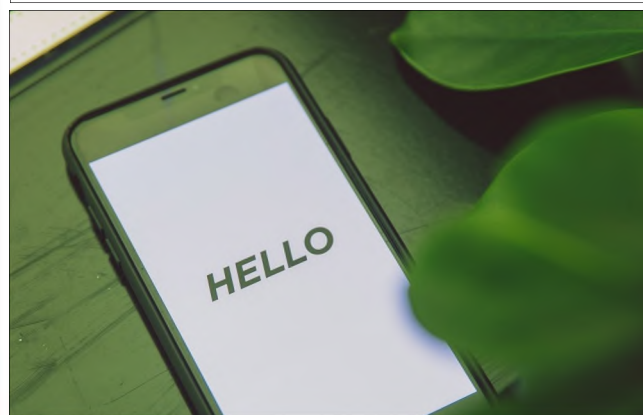
⇒ NOWE TECHNOLOGIE



Codziennie na ekranach naszych telefonów wyświetlają się informacje, które chcemy oglądać, ale także takie, które nie do końca nas interesują. Podobnie jest z połączeniami telefonicznymi. Nieraz zastanawiamy się - widząc połączenie przychodzące - czyj to numer, albo w ogóle co to za numer telefonu, gdyż jego wygląd jest różny od tego, co widzimy zazwyczaj na ekranie telefonu.

Aby dowiedzieć się więcej kliknij [TUTAJ](#).

Seniorzy-internauci to grupa coraz bardziej świadoma i aktywna w sferze zachowań online. W zdecydowanej większości korzystają z internetu na co dzień, a przy tym robią zakupy online i używają nowoczesnych płatności cyfrowych. Potrzebują jednak wiedzy i edukacji na temat nowych narzędzi cyfrowych. Takie właśnie wnioski płyną z najnowszego raportu Fundacji Kobiety e-biznesu „Pokolenie Silvers w e-commerce”. **Czytaj więcej o tym klikając [TUTAJ](#).**



⇒ CIEKAWOSTKI DLA SENIORA

**Pobił rekord Guinnessa.
100-latek pracował w jednej firmie ponad 84 lata.
Czytaj więcej klikając [TUTAJ](#).**



**Jakie ulgi i zniżki przysługują w Polsce osobie 60plus?
Aby dowiedzieć się więcej kliknij [TUTAJ](#).**

Jak wynika z badań zrealizowanych na zlecenie marki Berimal, dwa ostatnie – naznaczone pandemią - lata wpłynęły na zdrowie i samopoczucie Polaków. W tym czasie u 23% Polaków pojawiły się różnego rodzaju bóle, a kolejne 21% zaczęło mieć problemy

ze snem. 51% zaczęło odczuwać częste spadki nastroju, a 41% sygnalizowało życie w ciągłym stresie.

Więcej informacji na ten temat [TUTAJ](#).



Osiągnięcie wieku emerytalnego nie dla wszystkich oznacza koniec zawodowej aktywności. W Polsce emerytura przysługuje kobietom po ukończeniu 60. roku życia i mężczyznom po 65. roku życia, o ile przepracowali oni co najmniej 25 lat. Wiele osób kontynuuje pracę u poprzedniego pracodawcy, zdarzają się jednak także sytuacje, w których nie jest to dobre rozwiązanie, np. ze względu na zbyt duże obciążenie obowiązkami, trudne warunki pracy czy po prostu chęć zmiany i zrobienia w życiu czegoś innego. Wiek może wydawać się dużą przeszkodą w poszukiwaniu pracy dla seniora, warto jednak podejść do tego zadania z otwartą głową i pozytywnym nastawieniem. **Gdzie znaleźć oferty pracy dla ludzi po 60. roku życia i czym można się zająć, będąc na emeryturze?** Aby dowiedzieć się więcej kliknij [TUTAJ](#).

Czy osoby 60+ myślą o tym, jak ułatwić sobie życie, gdy przybędzie im jeszcze lat i okaże się, że wyjście po schodach na czwarte piętro jest coraz większym wyzwaniem a samo mieszkanie jest za duże i za drogie w utrzymaniu? Ilu z nich zamierza zamienić swoje lokum na mniejsze, tańsze w utrzymaniu lub na niższym piętrze? A może zakłada tylko drobny remont? Albo jednak dostosowanie mieszkania do swoich potrzeb tak, aby łatwiej było się w nim poruszać? Albo w ogóle nie zaprzęta sobie tym głowy? Aby dowiedzieć się więcej kliknij [TUTAJ](#).



⇒ PROGRAMY SPOŁECZNE FIRMY ADAMED

RODZINA PROGRAMÓW SPOŁECZNYCH



Aktywizacja osób starszych

W ramach programu Adamed wspiera Seniorów, edukuje ich i zachęca do prowadzenia aktywnego stylu życia.

www.adameddlaseniora.pl

Profilaktyka chorób układu oddechowego

www.glebokiodech.pl

 [@glebokioddechadamed](https://www.facebook.com/glebokioddechadamed)

 [@glebokioddechadamed](https://www.instagram.com/glebokioddechadamed)

Profilaktyka chorób serca

www.sercenanowo.pl

 [@sercenanowoadamed](https://www.facebook.com/sercenanowoadamed)

 [@sercenanowoadamed](https://www.instagram.com/sercenanowoadamed)

Edukacja na temat zaburzeń i chorób układu nerwowego

www.odnalezcsciebie.pl

