

A BECADŁO B EZPIECZEŃSTWA S ENIORA



SENIORZE, CZY MASZ JUŻ SWÓJ ABS?

Poniższe abecadło powstało po to, by lepiej chronić zdrowie i życie częstochowskich seniorów. Zawiera ono szereg cennych rad, które mogą się przydać w różnych sytuacjach: w domu, banku, szpitalu, na ulicy, podczas rozmowy telefonicznej i w trakcie wyjazdów wakacyjnych. Dodatkowo w „Abecadle bezpieczeństwa seniora” znaleźć można informacje o miejskich programach realizowanych dla seniorów oraz możliwościach, które są dostępne w Częstochowie dla osób starszych.

Seniorze, przeczytaj uważnie tę książeczkę, zapamiętaj zawarte w niej informacje i podziel się wiedzą z innymi starszymi osobami.

Prezydent Miasta Częstochowy

Krzysztof Matyjaszczyk



Organizator:



**Zakład Gospodarki Mieszkaniowej
Towarzystwo Budownictwa Społecznego**
42-200 Częstochowa
ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 24
tel. (34) 368 25 15
e-mail: sekretariat@zgm-tbs.czyst.pl
www.zgm-tbs.czyst.pl

Współpraca:



Urząd Miasta Częstochowy
42-217 Częstochowa
ul. Śląska 11/13
tel. (34) 370 71 00
e-mail: info@czestochowa.um.gov.pl
www.czystochowa.pl



**Komenda Miejska Policji
w Częstochowie**
42-200 Częstochowa
ul. ks. J. Popiełuszki 5
tel. (34) 369 19 00

Wydawca:



Ewerro Sp. z o.o.
42-400 Zawiercie, ul. Zaparkowa 23
tel. 535 033 090
e-mail: ewerro@ewerro.pl
www.ewerro.pl

Zespół redakcyjny:

Koncepcja: Anna Wojtysiak, Monika Łydek
Ilustracje: Anna Grzesik
Korekta tekstów: Marta Mularczyk-Leśniak
Skład: Grzegorz Leśniak

Zdjęcia użyte w publikacji pochodzą ze zbiorów UM Częstochowa, ZGM TBS, MOPS, PZERIL, OPK „Gaude Mater”

ISBN: 978-83-64909-24-5

A

jak

AKTYWNOŚĆ
PONAD WSZYSTKO

Seniorze, starzenie się wcale nie musi oznaczać braku witalności i życiowej energii. Jeśli będziesz ćwiczył umysł i ciało oraz pozostaniesz aktywny na różnych polach (fitness, basen, rozwiązywanie krzyżówek, czytanie gazet i książek, korzystanie z Internetu, spacer, **kino Seniora**, spotkania z przyjaciółmi w **Kawiarence dla Seniora**, wizyty w **Częstochowskim Centrum Aktywności Seniorów**) zyskasz zdrowsze, szczęśliwsze i dłuższe życie. Aktywność i dobra orientacja pozwolą Ci także uniknąć wielu zagrożeń.



B

jak

**BĄDŹ BEZPIECZNY,
SENIORZE**

Z każdym rokiem przybywa różnych zdarzeń, których ofiarami mogą stać się osoby starsze. W trosce o seniorów ZGM TBS i Policja w Częstochowie cyklicznie prowadzą akcję prewencyjną pod hasłem „Bądź bezpieczny, seniorze”. Akcja jest odpowiedzią na coraz częstsze, powtarzające się przypadki oszustw dokonywanych na osobach starszych metodami „na wnuczka i policjanta”. Tylko w 2016 roku w Częstochowie odnotowano 37 takich zdarzeń. Akcja społeczna ZGM TBS i Policji ma zapobiec wielu podobnym zdarzeniom i lepiej chronić seniorów przed oszustami i manipulacją. W 2017 roku do lokatorów zasobów komunalnych trafiło ponad 1000 plakatów przygotowanych przez Komendę Miejską Policji. Znalazły się na nich najważniejsze informacje dotyczące sposobów działania oszustów, a także numery telefonów alarmowych, pod którymi można uzyskać pomoc. Poza akcją plakatową, w częstochowskich rozgłośniach radiowych pojawiły się spoty informacyjne, a w Internecie, w tym w aplikacji BLISKO – spoty filmowe. Akcja uzyskała wsparcie Prezydenta miasta Częstochowy Krzysztofa Matyjaszczyka.



C

jak CZUJNOŚĆ NA WAGĘ ZŁOTA

Pamiętaj, zachowaj czujność i miej ograniczone zaufanie do nieznajomych. Oszuści mogą działać w różny sposób, na przykład „na wnuczka”, „na policjanta” lub podając się za pracowników administracji, wodociągów czy ośrodków pomocy społecznej. Dzwonią, bo potrzebują rzekomej pożyczki. W takich sytuacjach rozłącz się i jak najszybciej powiadom o zagrożeniu Policję lub Straż Miejską.



A

B

C

D

E

F

G

H

I

J

K

L

M

N

O

P

R

S

T

T

U

W

Z

D

jak

**DOM TO TWOJA
TWIERDZA**

Seniorze, pod żadnym pozorem nie otwieraj drzwi nieznanym, bo nigdy nie znasz ich zamiarów.

Po powrocie do domu zawsze dobrze zamknij drzwi wejściowe.

Postaraj się nie przechowywać w domu dużej ilości gotówki.

Nie informuj wszystkich, że wychodzisz z domu. Jeśli musisz wyjść wieczorem, weź ze sobą osobę towarzyszącą, która zapewni Ci bezpieczeństwo.



E

jak

EDUKACJA TO
PODSTAWA

Seniorze, bierz udział w edukacyjnych spotkaniach i profilaktycznych pogadankach. Takich rozmów nigdy za wiele.

Korzystaj z miejskich akcji prewencyjnych, czytaj plakaty i ogłoszenia, słuchaj lokalnych rozgłośni radiowych - w nich usłyszysz, jak nie dać się oszukać i jak ochronić siebie przed zagrożeniami.

Edukuj innych seniorów, „Abecadło Bezpieczeństwa Seniora” przekaz kolejnym osobom.



F

jak

**FUNDUSZE.
DBAJ O NIE**

Fundusze seniorów często nie są duże. Tym bardziej powinieneś o nie dbać. Seniorze, staraj się nie nosić przy sobie wszystkich pieniędzy. Kiedy idziesz na zakupy, zabierz tylko drobną sumę, by za każdym razem nie wymować portmonetki i nie kusić złodzieja.

W miejscach zatłoczonych, tj. w środkach komunikacji miejskiej czy podczas imprez masowych trzymaj torbę jak najbliżej siebie i zawsze zapiętą. Pamiętaj, tłok to raj dla kieszonkowców.

Podczas wizyt w banku zawsze miej ze sobą kogoś zaufanego, kto będzie towarzyszył ci także w drodze powrotnej.

Nigdy nie zapisuj numeru PIN do karty bankomatowej na kartce! Najlepiej naucz się go na pamięć.

Nie pożyczaj pieniędzy osobom, których nie znasz lub znasz je tylko z widzenia. Jeśli jesteś pacjentem szpitala, zadbaj o swoje osobiste rzeczy. Portfel, dokumenty, kartę bankomatową i telefon komórkowy oddaj do depozytu.





jak

GMINA PRZYJAZNA SENIOROM

Taki certyfikat otrzymało miasto Częstochowa za działania na rzecz bezpieczeństwa seniorów i inwestycje im służące. To między innymi Częstochowskie Centrum Aktywności Seniorów, we współpracy z którym powstała akcja „Bądź bezpieczny, seniorze”. Oprócz Centrum dla osób starszych Częstochowa może pochwalić się Kartą „Częstochowski Senior”, która daje możliwość otrzymania rabatu w wybranych punktach w mieście oraz miejskich jednostkach kulturalnych i sportowych. Ponadto w Częstochowie działają Dzielne Domy Senior+, programy zdrowotne, rehabilitacja, Kawiarenka dla Seniora, program tanich obiadów dla seniora, usługi opiekuńcze realizowane przez Polski Komitet Pomocy Społecznej, Miejska Rada Seniorów, program Biblioteki Publicznej „Książka do domu”, „Senioralia”, czyli impreza integrująca seniorów i Uniwersytety Trzeciego Wieku. Nowością jest program teleopieki – „Bezpiecznie we własnym domu”.



H**jak HALO BABCIU!**

Halo babciu, miałem wypadek, potrzebuję pieniędzy – właśnie w taki sposób oszuści działający metodą „na wnuczka” rozpoczynają telefoniczną rozmowę z seniorami. Seniorze, nie daj się oszukać! To tylko slogan powtarzany wielokrotnie po to, by zabrać oszczędności Twojego życia. Jeśli Twój wnuczek będzie potrzebował pieniędzy, to na pewno powie Ci o tym osobiście. Na ostatniej stronie „Abecadła...” znajdziesz dokładną instrukcję, jak działają oszuści i jak nie dać się oszukać.



I

jak

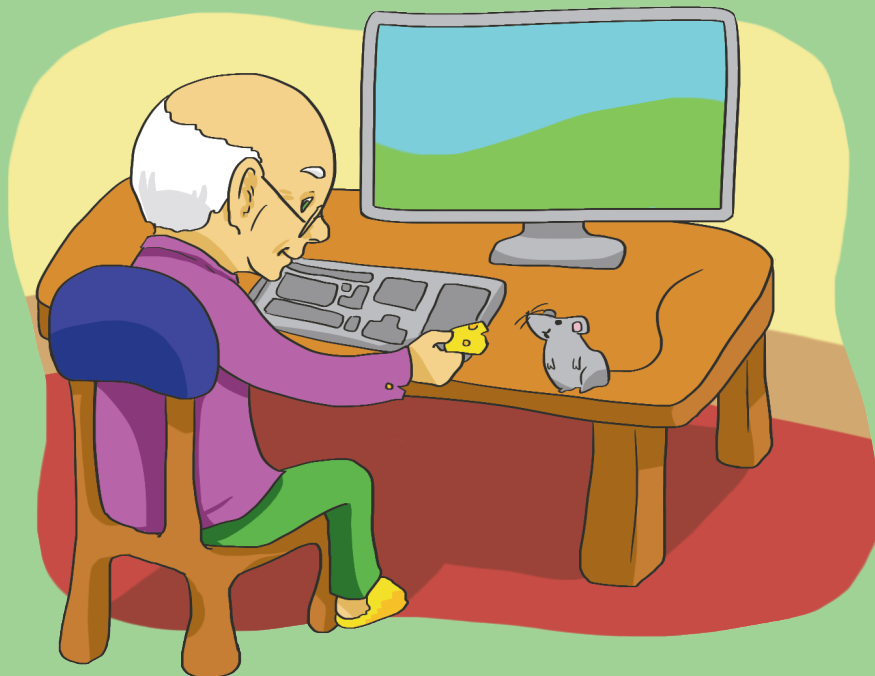
INTERNET BEZPIECZNY DLA SENIORA

Istnieje wiele zagrożeń związanych z korzystaniem przez seniorów z sieci.

Seniorze, nigdy nie wchodź w linki nadsyłane z nieznanymi źródłami, nawet jeśli masz wrażenie, że to wiadomości przesłane z banku lub innej instytucji.

Zachowaj szczególną ostrożność podczas zakupów w sieci, staraj się kupować wyłącznie u pewnych i sprawdzonych sprzedawców. Korzystaj tylko ze specjalnych portali lub internetowych odpowiedników sklepów stacjonarnych.

Korzystając z internetu, nigdy nie udostępniaj poufnych danych, zwłaszcza nie podawaj ich osobom, których nie znasz lub znasz wyłącznie z internetowych rozmów.



A

B

C

D

E

F

G

H

I

J

K

L

M

N

O

P

R

S

T

T

U

W

Z



jak JESIEŃ, ALE TYLKO ZŁOTA

Piszesz, ale tylko do szuflady? Pora na zmiany. Warto pokazać swój talent innym seniorom, a przy okazji dać upust twórczej fantazji. Nie ma nic lepszego niż radość tworzenia. W Ośrodku Promocji Kultury „Gaude Mater” przy ulicy Dąbrowskiego 1 odbywają się spotkania Klubu Poetyckiego „Złota Jesień”. Klub działa w Częstochowie od 15 września 2000 roku. Jego założycielkami były: Marianna Falkowska, Irena Bieluńska i Lena Głowacka. Spotkania klubu literackiego w OPK „Gaude Mater” są otwarte i mają charakter warsztatowy. Organizowane zajęcia stały się źródłem wzajemnych inspiracji i wspólnej wymiany doświadczeń. Wieloletni członkowie Klubu „Złota Jesień” w swoim dorobku posiadają m.in. trzy tomy Antologii wierszy oraz liczne publikacje w lokalnej i ogólnopolskiej prasie. Swoim doświadczeniem dzielą się z nowymi uczestnikami spotkań, którzy mają możliwość zdobycia cennych informacji na początku swojej drogi twórczej.



K

jak KOPERTA DLA ŻYCIA

Seniorze, czy miałeś kiedyś tajemniczą kopertę, która byłaby na wagę życia? Jeśli nie, czas to zmienić. Koperta życia ma zapewnić osobom starszym i samotnym pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Koperta zakłada umieszczenie wszystkich ważnych informacji o Tobie w jednym miejscu, tak by służby wezwane w sytuacji zagrożenia życia nie traciły czasu na poszukiwanie danych o pacjencie. W kopercie znajduje się Karta Informacyjna, która zawiera: dane właściciela karty, telefon do najbliższych osób, przebyte choroby, przyjmowane lekarstwa, uczulenia, alergie, dane lekarza prowadzącego i NZOZ-u. Informacje muszą znajdować się tuż przy drzwiach wejściowych. Od strony mieszkania należy umieścić naklejkę z napisem „Koperta życia”, która znajduje się w startowym pakiecie. Cały projekt zakłada też umieszczenie koperty z danymi w lodówce



A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
R
S
T
T
U
W
Z



jak

LEPSZA KOMUNIKACJA DLA SENIORA

Seniorze, jeśli masz na koncie...70. rok życia, możesz śmiało korzystać z darmowej komunikacji miejskiej. Osoby, które tak jak Ty ukończyły 70 lat, mają prawo do bezpłatnych przejazdów autobusami i tramwajami MPK w Częstochowie. W razie kontroli trzeba jednak pokazać dokument potwierdzający tożsamość i wiek, albo wcześniej skasować bilet elektroniczny, poświęcający prawo do 100-procentowej ulgi. Bilety wyrabia się w siedzibie MPK przy al. Niepodległości 30 lub punktach sprzedaży MPK.



M

jak MIEJSKA RADA SENIORÓW

Seniorze, masz sporo wolnego czasu? Jesteś aktywny, a w Twojej głowie wciąż rodzą się nowe, ciekawe pomysły? Jeśli tak, koniecznie dołącz do Miejskiej Rady Seniorów. Jej głównym celem jest dziś służenie seniorom poprzez reprezentowanie ich interesów wobec władz miasta.

Rada ma charakter opiniodawczy, konsultacyjny, doradczy i inicjatywny dla władz miasta. Rada działa w różnych obszarach:

- zapobieganie i przelamywanie marginalizacji seniorów,
- wspieranie aktywności ludzi starszych,
- profilaktyka i promocja zdrowia seniorów,
- przelamywanie stereotypów na temat seniorów i starości oraz budowanie ich autorytetu,
- rozwój form wypoczynku, dostępu do edukacji i kultury,
- mieszkalnictwo dla seniorów.



A

B

C

D

E

F

G

H

I

J

K

L

M

N

O

P

R

S

T

T

U

W

Z



Do zadań Rady należy:

- ścisła współpraca z władzami miasta przy rozstrzyganiu o istonych oczekiwaniach i potrzebach ludzi starszych,
- przedstawianie propozycji w zakresie ustalania priorytetowych zadań w perspektywie krótko- i długookresowej oraz inicjowanie działań na rzecz seniorów,
- monitorowanie potrzeb seniorów również w zakresie ochrony zdrowia dla seniorów,
- wydawanie opinii i formułowanie wniosków, służących rozwojowi działalności na rzecz seniorów,
- zgłaszanie uwag do aktów prawa miejscowego dotyczące seniorów,
- inicjowanie działań mających na celu upowszechnianie współpracy Miasta Częstochowy ze środowiskiem osób starszych,
- upowszechnianie wiedzy o możliwościach osób starszych, ich potencjale społecznym, ale także potrzebach i oczekiwaniach.

Obsługę kancelaryjno-biurową Miejskiej Rady Seniorów zapewnia:
Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Częstochowy
ul. Focha 19/21
tel. 34 3707773



jak **NAPIJ SIĘ KAWY ZA ZŁOTÓWKĘ**

Kawa jeszcze nigdy nie była tak tania. A to nic innego jak część programu Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej „Kawiarenka dla Seniora”. Jej uczestnikami są częstochowianie, którzy ukończyli 60. rok życia. W wybranych restauracjach i kawiarniach mogą oni wypić kawę bądź herbatę za symboliczną złotówkę. Jak skorzystać z tej możliwości? Senior musi odebrać kupon w określonych dniach w siedzibie MOPS przy ulicy POW 2. Podstawowym założeniem akcji jest aktywizacja osób w wieku senioralnym oraz umożliwienie tej grupie pełniejszego udziału w życiu społecznym naszego miasta. Dotychczas z częstochowskiej akcji skorzystało kilka tysięcy seniorów. Rekordowy pod tym względem okazał się rok 2017. Od maja do grudnia 2017 roku wydano ponad 3600 kuponów uprawniających do skorzystania z oferty „kawa lub herbata za 1 zł”. To o ponad 1400 kuponów więcej niż w 2016 roku.





jak OBIAD DLA SENIORA

Seniorze, chcesz smacznie i tanio zjeść? Skorzystaj z oferty Częstochowskiego Centrum Aktywności Seniorów. Wydawanie posiłków dla seniorów odbywa się w budynku Centrum przy ulicy Staszica 10. Zadanie jest realizowane na zlecenie Urzędu Miasta Częstochowy i trwa od stycznia 2016 roku. Obecnie z tanich i smacznych posiłków korzysta 30 seniorów.



P

jak

**POLSKI ZWIĄZEK EMERYTÓW,
RENCISTÓW I INWALIDÓW
ODDZIAŁ OKRĘGOWY
W CZĘSTOCHOWIE**

PZERIi to koła miejskie i oddziały rejonowe, które zajmują się działalnością socjalno-bytową seniorów. Związek organizuje: imprezy okolicznościowe, wyjazdy integracyjne, pikniki, wycieczki, wieczorki taneczne, wyjścia do kina, teatru, muzeum, filharmonii. Związek prowadzi działalność kulturalną w świetlicach, Klubach Seniora i innych zespołach zainteresowania. Organizuje wyjazdy turystyczne w kraju i za granicę, wyjazdy na turnusy rehabilitacyjne, wczasy krajowe, wycieczki świąteczne, wczasy zagraniczne. Związek wydaje zaświadczenia do zasiłków pogrzebowych i zaświadczenia uprawniające do ulg przejazdowych na PKP.

**Adres: Al. Pokoju 11, czynne poniedziałek, środa, czwartek
w godzinach od 9.00 do 12.00 oraz we wtorek od 11.00 do 14.00**

Telefon: (34) 324 45 06; (34) 324 30 40



A

B

C

D

E

F

G

H

I

J

K

L

M

N

O

P

R

S

T

T

U

W

Z

R

jak RUCH TO ZDROWIE

Chciałbyś ćwiczyć i utrzymać dobre zdrowie, ale nie wiesz jak zacząć? Nic prostszego, skorzystaj z miejskiej oferty. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji zaprasza seniorów 60 + na serię nieodpłatnych zajęć. W ich ramach odbywają się:

- Ćwiczenia ogólnorozwojowe – czwartki w godz. 9.30-10.15 oraz 10.30-11.15 Hala Polonia ul. Dekabrystów 43,
- Zajęcia ruchowe na bieżni i w siłowni – wtorek w godz. 12-13.30 Miejski Stadion Lekkoatletyczny ul. Dąbrowskiego 58/64,
- Zajęcia z tenisa stołowego – środa w godz. 10-11.30 Sala Sportowa „Częstochowianka” ul. Rejtana 7C.

Wszystkie zajęcia prowadzone są przez doświadczonych instruktorów, wyłącznie w dni robocze. Zajęcia są częścią programu „Aktywny senior”. Więcej informacji pod nr tel. (34) 372 26 32 i na stronie www.mosir.pl.



S

jak

**SENIORALIA, CZYLI
„JUWENALIA SENIORÓW”**

Seniorze, kto powiedział, że bawić się mogą tylko młodzi? Jeśli jesteś pełen energii, masz dość nudy i nie chcesz siedzieć w domu wyłącznie przed telewizorem, weź udział w dorocznym dwudniowym święcie seniorów organizowanym przez miasto w październiku z okazji Europejskiego Dnia Seniora. Podczas imprezy odbywają się zajęcia rekreacyjne, taneczne, gimnastyczne oraz koncerty muzycznych gwiazd. By ułatwić świętowanie, miasto zapewnia w tych dniach bezpłatne dojazdy MPK do Hali Sportowej Częstochowa. Informacji o imprezie szukaj na www.czestochowa.pl, na plakatach i w lokalnych mediach.



A

B

C

D

E

F

G

H

I

J

K

L

M

N

O

P

R

S

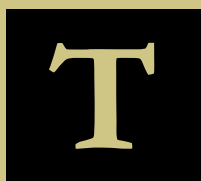
T

T

U

W

Z



jak TELEOPIEKA

Seniorze, chcesz poczuć się pewnie w domu? Dołącz do innowacyjnego programu teleopieki – „Bezpiecznie we własnym domu”. Łączy on w sobie nowoczesne technologie z profesjonalnymi usługami społecznymi i aktywizacją lokalnych sieci pomocowych. Już teraz 200 seniorów z Częstochowy, nie w pełni samodzielnych, w podeszłym wieku i z niepełnosprawnością, otrzymało urządzenia teleinformatyczne pozwalające na 24-godzinny kontakt z pracownikami Centrum Alarmowego. Instytucja pomaga seniorom w przypadku zagrożenia zdrowia i życia, a także w chwilach lęku i samotności. Usługa daje pewność rodzinie, że ktoś - pod jej nieobecność - dba o bezpieczeństwo najstarszego członka rodziny.





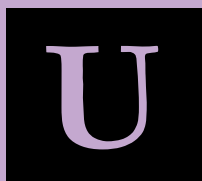
jak TELEFONY ALARMOWE

Seniorze, nigdy nie bój się poprosić o pomoc. Gdy nie czujesz się bezpiecznie, dzwoń do służb alarmowych.

Policja 997
Straż Miejska 986
Numer alarmowy 112

Tylko Twoja szybka reakcja może uchronić Cię przed zagrożeniem.





U jak **UNIWERSYTETY DLA TRZECIEGO WIEKU**

W dobie mody na „lifelong learning”, czyli uczenie się przez całe życie, popularność zdobyły uniwersytety dla osób starszych. Na terenie Częstochowy działają trzy Uniwersytety Trzeciego Wieku:

- przy Wydziale Zarządzania Politechniki Częstochowskiej Al. Armii Krajowej 19B,
- przy Wydziale Pedagogicznym Akademii im. Jana Długosza ul. Waszyngtona 4/8,
- przy IX Liceum Ogólnokształcącym im. C.K. Norwida ul. Jasnogórska 8.

Uniwersytety Trzeciego Wieku pozwalają poszerzać wiedzę, rozwijać umiejętności, integrować się, wypełnić wolny czas. Celem działalności UTW jest aktywizacja ludzi starszych, a także wykorzystanie potencjału osób starszych na rynku pracy: wiedzy, umiejętności i doświadczenia życiowego.





jak

WAKACJE TEŻ MOGĄ BYĆ BEZPIECZNE

Seniorze, przed wyjazdem na wymarzone wakacje sprawdź swoje biuro podróży. Jeśli wyjeżdżasz za granicę, zadбай o dobre ubezpieczenie. To gwarancja pomocy np. pokrycia kosztów leczenia czy hospitalizacji. Zanim wyjedziesz na wakacje, zabezpiecz mienie i mieszkanie przed kradzieżą. O wyjeździe poinformuj tylko najbliższą rodzinę, znajomych i zaufanego sąsiada. W trakcie podróży miej przy sobie tylko niezbędne dokumenty i gotówkę. Nie noś portfela w tylnych kieszonkach i otwartej torebce. Nie pokazuj się z dużą ilością gotówki i biżuterii. Uważaj na kieszonkowców w środkach komunikacji. Nie zostawiaj dokumentów, kart płatniczych i gotówki w szafkach hotelowych. Nie nawiązuj znajomości ze zbyt nachalnymi współtowarzyszami podróży.





jak

ZDROWIE JEST NAJWAŻNIEJSZE

Częstochowa oferuje swoim seniorom coraz więcej programów zdrowotnych:

- Szczepienia ochronne przeciwko grypie dla mieszkańców z grup szczególnego ryzyka na lata 2014-2018. Uczestnikami programu są m.in. mieszkańcy miasta powyżej 65. roku życia. Szczepienia realizowane są przez samorząd od 2006 roku. W ciągu 11 lat zaszczepionych zostało ponad 25 tysięcy osób.

- Program profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku – mieszkańców miasta na lata 2016-2020. Program skierowany jest do seniorów w trzech kategoriach wiekowych: osoby od 60-62, osoby od 75-77, osoby po 85.

- Program „Pogodna jesień – starzej się zdrowiej”, w ramach niego seniorzy mogą korzystać z gimnastyki ogólnorozwojowej, zumbi, aqua aerobiku. Zajęcia są dostępne dla osób, które ukończyły 60. rok życia.

Udział w zajęciach jest bezpłatny, dzięki dofinansowaniu z budżetu Gminy Miasta Częstochowy.



**ZAKŁAD GOSPODARKI MIESZKANIOWEJ
TBS SPÓŁKA Z O.O.**

**TO NIEKWESTIONOWANY LIDER WŚRÓD
FIRM ZARZĄDZAJĄCYCH
NIERUCHOMOŚCIAMI W CZĘSTOCHOWIE**

**POSIADA NAJLEPIEJ PRZYGOTOWANĄ
I WYKWALIFIKOWANĄ KADRĘ ZARZĄDZAJĄCĄ BUDYNKAMI
MIESZKALNYMI, POPARTĄ WIELOLETNIM DOŚWIADCZENIEM
I PROFESJONALIZMEM. W TYM:**

- INŻYNIERÓW I TECHNIKÓW BUDOWNICTWA
POSIADAJĄCYCH UPRAWNIENIA DO WYKONYWANIA SAMODZIELNYCH
FUNKCJI W BRANŻY BUDOWLANEJ SANITARNEJ, ELEKTRYCZNEJ,
ELEKTROENERGETYCZNEJ
- PRACOWNIKÓW POSIADAJĄCYCH ZAŚWIADCZENIA
KWALIFIKACYJNE „D”
DLA OSÓB KIEROWNICTWA I DOZORU W ZAKRESIE EKSPLOATACJI
URZĄDZEŃ I INSTALACJI ENERGETYCZNYCH
- PRACOWNIKÓW POSIADAJĄCYCH ZAŚWIADCZENIA
KWALIFIKACYJNE „E”
W ZAKRESIE EKSPLOATACJI URZĄDZEŃ I INSTALACJI ENERGETYCZNYCH.

**ŚWIADCZY TAKŻE NIEODPŁATNĄ POMOC PRAWNĄ DLA
ZARZĄDZANYCH WSPÓLNOT
MIESZKANIOWYCH , POPRZEC ZESPÓŁ
DOŚWIADCZONYCH ADWOKATÓW PRACUJĄCYCH NA
ZLECENIE SPÓŁKI.**



ZGM TBS PEŁNIĄC FUNKCJE INWESTORA ZASTĘPCZEGO WSPÓLNIE
ZE WSPÓLNOTAMI MIESZKANIOWYMI ZMieniŁ OBlicZE KILKuset BUDYNKÓW
W Mieście, które po latach uzyskały nowe estetyczne elewacje.
**ZGM TBS TO WIARYGODNY PARTNER, KTÓRY
OD KILKudziesięciu lat jest z państwem na terenie całego miasta.**

POLICJA OSTRZEGA!

NIE DAJ SIĘ OSZUKAĆ „NA WNUCZKA” I „NA POLICJANTA”

Sposoby działania oszustów:

1. Dzwoni telefon. Odbierasz.

2. Głos w słuchawce przedstawia Ci się za Twojego wnuczka, kogoś z Twojej rodziny lub znajomego.

3. Osoba mówi, że spowodowała wypadek lub miała inne nagłe zdarzenie losowe i potrzebuje pilnie pieniędzy, aby uniknąć kary lub spłacić dług.

4. Osoba przekazuje słuchawkę fałszywemu „Policjantowi”. OSZUST mówi, że „da się wszystko naprawić”, ale potrzeba zapłacić pieniądze i ktoś po nie zaraz przyjdzie.

5. Ponownie dzwoni telefon. Głos przedstawia się za INNEGO „POLICJANTA” przekonując, że poprzednia osoba była oszustem, a Ty musisz pomóc go zatrzymać. Prosi o przekazanie pieniędzy aby urządzić zasadzkę. **UWAGA-to też jest OSZUST!**



PAMIĘTAJ!

POLICJA NIGDY NIE ŻĄDA PRZEKAZANIA PIENIĘDZY LUB KOSZTOWNYCH RZECZY!

1. Warto znać Dzielnicowego. Jeśli nie masz pewności czy rozmawiasz z Policjantem zadzwoń niezwłocznie do Swojego Dzielnicowego, znając Go będziesz mieć pewność z kim rozmawiasz.

2. Oszuści mogą działać na różne sposoby podając się za pracowników administracji, wodociągów, gazowni lub Ośrodków Pomocy Społecznej. Nigdy nie pokazuj gdzie trzymasz pieniądze. Nigdy nie przekazuj żadnych pieniędzy. Nigdy nie podpisuj żadnych dokumentów. To mogą być zaciągane kredyty.

3. Powiadom Policję o takim zdarzeniu dzwoniąc pod numer alarmowy 112 lub 997

