

ŻYCIE SENIORA

Poradnik dla osób na emeryturze



Dokąd pojechać
na wiosenną
wycieczkę *strona 4*

Aktywni na
emeryturze *strona 6*

Kącik ekspercki *strona 8*

ŻYCIE SENIORA



Drodzy Czytelnicy

Od momentu ukazania się ostatniego numeru „Życia Seniora” minęło niewiele ponad trzy miesiące. Wydaje się, że to krótki okres, a jednak wydarzyło się tak wiele. Fundusz Hipoteczny DOM był w centrum wydarzeń, które realizował na wielu płaszczyznach jednocześnie. Po pierwsze, wraz z Nowym Rokiem, rozpoczęliśmy realizację wcześniejszych zamierzeń, o których również Państwu donosiliśmy. Z sukcesem otworzyliśmy dwa nowe Oddziały – w Krakowie i we Wrocławiu. Nasi klienci już teraz mogą udać się do nich, zasięgnąć porady specjalistów, zadać pytania, porozmawiać. Niebawem uruchomimy kolejne placówki m.in. w Gdańsku i Poznaniu. W tym samym czasie swoją premierę miała pierwsza telewizyjna kampania informacyjna Funduszu Hipotecznego DOM. Zrealizowana z dużą dbałością o szczegóły, została bardzo dobrze przyjęta przez odbiorców.

W wiosennym wydaniu „Życia Seniora” postanowiliśmy przybliżyć Państwu wszystkie wyżej wspomniane wydarzenia. Zarówno o nich, jak i o niedawnych Targach Senioralnych „Aktywni 50+”, które odbyły się w Poznaniu, przeczytacie Państwo na 3. stronie. Ponieważ wiosna zagościła wśród nas na dobre, mamy również kilka propozycji aktywnego spędzenia wolnego czasu. Dłuższe dni i słońce zachęcają do spacerów oraz większych i mniejszych podróży. Być może warto wybrać się do kilku ciekawych miejsc w Polsce? A może niektórzy z Państwa będą chcieli odwiedzić np. Hiszpanię? Piszemy zarówno

o możliwości podróży do Hiszpanii (strony 6-7), jak i o urokach polskich miast: Wrocławia, Poznania i Gdańska (strony 4-5). Wybraliśmy te miejscowości nieprzypadkowo: we Wrocławiu (tak jak pisaliśmy wcześniej) już funkcjonuje nasz Oddział, w Poznaniu i Gdańsku pojawią się one niebawem. Dodatkowo, przygotowaliśmy specjalną płytę, na której znajdziecie Państwo trzy programy na temat hipoteki odwróconej (płytę można odtworzyć na komputerze lub odtwarzaczu DVD). Polecamy.

Chcielibyśmy zaprosić Państwa również do naszego kącika eksperckiego oraz zachęcić do zadawania pytań na łamach „Życia Seniora”. Ponieważ dostajemy ich sporo, co jakiś czas będziemy wybierać Państwa listy i publikować. Najwięcej dotychczasowych pytań dotyczy aspektów prawnych oraz psychologicznych odnoszących się do hipoteki odwróconej. To właśnie dlatego poprosiliśmy o fachową pomoc prawniczkę Funduszu Hipotecznego DOM – Małgorzatę Rosińską, oraz terapeutkę i specjalistkę ds. rozwoju osobistego – Anetę Boryczko. Pierwszą poradę prawną znajdziecie Państwo na stronach 8-9.

Z okazji Świąt Wielkiej Nocy składamy Państwu najserdeczniejsze życzenia zdrowia, wszelkiej pomyślności i pogody ducha na każdy dzień. A same Święta niech będą okazją do przeżywania wielu radosnych chwil!

Redakcja „Życia Seniora”

Ciekawe wydarzenia

Budujemy sieć placówek

26 stycznia br. powołaliśmy do życia pierwszy Oddział Funduszu Hipotecznego DOM we Wrocławiu. Na uroczystości otwarcia nie zabrakło przedstawicieli organizacji i instytucji działających we Wrocławiu na rzecz aktywizacji osób starszych, m.in. Wrocławskiej Rady ds. Seniorów przy Urzędzie Mia-



sta, Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy Uniwersytecie Wrocławskim i Otwartego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Miejskiego Centrum Usług Socjalnych, Dziennych Domów Pomocy Społecznej, Fundacji Aktywny Senior, a także bibliotek publicznych: Miejskiej i Dolnośląskiej. Odbyło się uroczyste przecięcie wstęgi, goście zostali zaproszeni na poczęstunek, a organizatorzy zapowiedzieli „Dni Otwarte”, słodkości i konkurs dla wszystkich odwiedzających. Dwa dni później uruchomiliśmy Oddział w Krakowie, a niebawem pojawią się kolejne: w Gdańsku i Poznaniu.

Serdecznie zapraszamy. Placówka we Wrocławiu mieści się przy ul. Leszczyńskiego 4, a w Krakowie przy ul. Starowiślnej 8.

Informujemy i edukujemy

Na początku roku swoją premierę miała również pierwsza telewizyjna kampania informacyjna Funduszu Hipotecznego DOM. Głównym celem przekazu było wyjaśnienie istoty hipoteki odwróconej w Polsce i pokazanie zasad jej funkcjonowania. Podobną rolę miała nasza obecność m.in. na Międzynarodowych Targach Poznańskich „Aktywni 50+”. Druga już edycja Targów Senioralnych spotkała się z dużym zainteresowaniem i ciepłym przyjęciem, podobnie jak nasze stoisko oraz doradcy. Warto zaznaczyć, że Fundusz Hipoteczny DOM przykłada dużą wagę do informowania o hipotece odwróconej: prowadzi wykłady, seminaria i spotkania, organizuje również w kilku miastach Kluby Seniora, ale o tym napiszemy dokładniej w następnym numerze.





Wiosenne eskapady

Za oknem wiosna – pierwsze promienie słońca, dłuższe dni i wyższa temperatura – od razu chciałoby się dokądś wyruszyć, wyjechać lub chociażby pospacerować. Mamy dla Państwa kilka ciekawych propozycji.

Na początku warto zaplanować krótki, dwudniowy wypad – zmiana miejsca zawsze przynosi wiele radości, zwłaszcza po długich, zimowych miesiącach. Życie nie kończy się po sześćdziesiątce, a jeśli sił nie starczy na dłuższe wyjazdy, zacznijmy naszą podróż od Polski.

Pokochaj Wrocław

Wrocław to jedno z najpiękniejszych polskich miast. Aby zwiedzić przynajmniej połowę atrakcyjnych miejsc, trzeba się wybrać na naprawdę długi spacer. Tu wszystko zachwyca, od zabytków po atmosferę. Warto zobaczyć Ostrów Tumski, największy kompleks kościelny we Wrocławiu, siedzibę arcybiskupstwa. Główną budowlą jest gotycka katedra pod wezwaniem św. Jana Chrzciciela. Inne zabytki Ostrowa to gotycki dwupoziomowy kościół św. Krzyża i św. Bartłomieja, romańsko-gotyckie kościoły św. Idziego i św. Marcina, dom kapi-

tuły. Tak naprawdę w Ostrowie Tumskim można spędzić cały dzień i nie czuć upływającego czasu. Wrocławski rynek należy do jednych z największych i najpiękniejszych w Polsce z ratuszem zapierającym dech w piersi. Spacer wśród kamieniczek sprawia, że można przenieść się w czasie. Szczególnie urocze są dwie średniowieczne, połączone ze sobą arkadą kamieniczki „Jaś i Małgosia”. Dobrze również zarezerwować sobie czas na Panoramę Raclawicką. To jedno z niewielu miejsc na świecie, gdzie można podziwiać relikw dziesiętnastowiecznej kultury. Wielkie malowidło (15 x 114 m), dzięki specjalnej perspektywie, odpowiedniemu oświetleniu, krętym podejściom niemalże przenosi widza w inną rzeczywistość.

Witajcie w Gdańsku

Trójmiasto ciągnie się wzdłuż Zatoki Gdańskiej pasmem o długości 45 km. Aglomerację tworzą trzy miasta: kosmopolityczny



Gdańsk z bogatą historią, modny ośrodek wypoczynkowy Sopot oraz miasto portowe Gdynia. Wystarczą dwa dni, aby odwiedzić te miasta, choć warto pamiętać, by się nie forsować. Najważniejsza jest przyjemność ze zwiedzania. Duży plus dla seniorów stanowi czas wyjazdu. Dobrze wybrać się w tygodniu, gdy większość ludzi pracuje. Jest wtedy spokojniej. Mimo chłodu można też zaplanować krótki spacer po plaży. Skorzystają z niego zwłaszcza ci, którzy cierpią na niedoczynność tarczycy. Co więcej – mówi się, że ze zdrowotnego punktu widzenia takie spacery dają więcej korzyści wtedy, gdy mocniejszy wiatr przynosi od morza powietrze bardziej nasycone cząsteczkami jodu, czyli poza letnim sezonem. Wracając do zabytków: zacznijmy od Gdańska. Wyprawę można rozpocząć od spaceru malowniczymi uliczkami: Mariacką i Długą z imponującymi kamienicami. Następnie Złota Brama, Wielka Zbrojownia, Dwór

Artusa, Dwór Bractwa św. Jerzego, Muzeum Morskie, liczne zabytkowe kościoły, Wielki Młyn oraz pomnik Poległych Stoczniovców.

Poznań i Wielkopolska

Stolica Wielkopolski od wieków rozwijała się w dwóch kierunkach – ekonomicznym i artystycznym. Do dzisiaj jest prężnym centrum ekonomicznym regionu, a do Poznania jako ośrodka kulturalnego na konkurs skrzypcowy im. Henryka Wieniawskiego lub festiwal teatralny Malta zjeżdżają turyści z całego świata. Nie sposób również przecenić walorów krajobrazowych Poznania, jako miasta malowniczo położonego nad Wartą, wśród licznych rezerwatów przyrody i jezior. Zwiedzanie Poznania najlepiej rozpocząć od Ostrowa Tumskiego i położonej tam katedry, miejsca, w którym najprawdopodobniej odbył się chrzest Polski, gdzie powstało pierwsze polskie biskupstwo, gdzie spoczęli twórcy polskiej państwowości: Mieszko I, Bolesław Chrobry. Stąd można przejść na stary rynek do Muzeum Bambrow i pod ratusz z koziołkami poznańskimi. Nieopodal znajdują się: zamek Przemyśla, Muzeum Narodowe i liczne zabytkowe kościoły. Innymi atrakcjami, jakie czekają na zwiedzających w Poznaniu, są m.in.: zoo, Biblioteka Raczyńskich, Muzeum Archeologiczne. Wokół Poznania na miłośników przyrody czeka Wielkopolski Park Narodowy z licznymi jeziorami polodowcowymi, Muzeum Arkadego Fiedlera w Puszczykowie, a w pobliskim Rogalinie pałac i liczące nawet 700 lat, największe w Europie dęby. Również nie tak daleko, bo 30 km od Poznania, mieści się zespół zamkowy w Kórniku z przepięknie utrzymanymi ogrodami, których walory można dostrzec szczególnie wiosną.

Aktywni na emeryturze



Podczas gdy emeryci z Niemiec czy Wielkiej Brytanii mogą pozwolić sobie na kilkumiesięczny pobyt lub nawet zakup domu w jednym z ciepłych krajów, polskich seniorów często nie stać nawet na podstawowe rzeczy: lekarstwa czy odpowiednią żywność. O ile sporo atrakcji, takich jak kluby seniora, osiedlowe domy kultury czy kółka i stowarzyszenia, dostępne są za darmo, to jednak inne wydatki, jak choćby kino, teatr czy kilkudniowe wyjazdy, często nie mieszczą się w domowym budżecie. Na wszystko jest jednak sposób.

W kawiarni czas inaczej płynie

Wiele instytucji organizuje specjalne akcje promocyjne dla starszych osób. Na przykład warszawski, częstochowski i sopocki MOPS (kolejne miasta również włączają się w tę akcję) postanowiły zachęcić seniorów do częstszych wyjść do kawiarni. Mogą oni w wybranych lokalach i we wskazanych godzinach (zazwyczaj do południa) zamówić kawę lub herbatę za symboliczną złotówkę. – Chcemy przełamywać stereotypy na temat starości – mówi Agnieszka Niedałtowska, rzecznik sopockiego MOPS-u. – Osoba star-

ŻYCIE SENIORA

sza jest przecież pełnowartościowym człowiekiem i ma prawo uczestniczyć w życiu społecznym. Pójść do kawiarni czy do kina – dodaje. Dodatkowo w Przemyślu osoby powyżej 50. roku życia mogą korzystać ze zniżek u fryzjera i kosmetyczki. Współpracę z Urzędem Miasta podpisało kilkanaście lokali, w których seniorzy mogą liczyć na zniżki od 5 do 15 proc. na przykład na strzyżenie, farbowanie, masaże i inne atrakcje dla ciała i ducha.

Witaj, Hiszpanio

Również biura podróży oferują seniorom wiele zniżek, głównie poza sezonem, czyli właśnie w obecnym okresie roku. Z myślą o wypoczynku osób starszych, rząd Hiszpanii uruchomił specjalny program aktywizujący. Dzięki Europe Senior Tourism osoby po 55. roku życia, z krajów należących do Unii, mogą skorzystać ze specjalnie organizowanych wyjazdów do Hiszpanii. Wypoczynek jest w całości zaplanowany przez rząd hiszpański, który również pokrywa część kosztów wyjazdu. Program ma ułatwić zorganizowanie wolnego czasu emerytów poprzez zapoznanie ich z kulturą Hiszpanii i poszerzenie grona znajomych. Polscy seniorzy mogą skorzystać z projektu w biurach Neckermann, Jaguar Travel, czy Euro 90 Travel. O programie można przeczytać na stronach internetowych tych biur. Podobne dotacje rozważa w tej chwili cała Unia Europejska, chcąc wprowadzić specjalny program obejmujący wszystkich seniorów krajów członkowskich.

Pieniądze pod ręką

Mimo wszystko, by wyjechać na wakacje lub zapisać się na kurs włoskiego, potrzeb-

ne są wolne fundusze. Jak wygospodarować dodatkowe pieniądze, jeśli portfel świeci pustkami, a w szufladzie hula wiatr? Można oczywiście liczyć na pomoc rodziny. Jednak wszystkie babcie i dziadkowie wiedzą, że to od nich wnuczka oczekują prezentów. Dlatego warto zwrócić uwagę na nową możliwość „dorabiania” do emerytury, jaką stwarza hipoteka odwrócona. Popularna w Stanach Zjednoczonych czy krajach Zachodniej Europy pozwala podbudować budżet emeryta. W Polsce jest już dostępna w wyspecjalizowanych instytucjach finansowych. Warunki usługi zakładają, że do końca życia senior otrzymuje miesięczną rentę hipoteczną w zamian za przekazanie prawa własności posiadanego lokalu. Oczywiście do momentu śmierci senior mieszka bez żadnych zmian w swoim domu. Jak zapewniają specjaliści, rozwiązanie jest bardzo wygodne, ale przede wszystkim bezpieczne. – Hipoteka odwrócona działa w Polsce w oparciu o kodeks cywilny, w ramach umowy o dożywocie. To ona gwarantuje, że jeżeli senior nie otrzyma renty, to własność nieruchomości zostanie mu zwrócona, a umowa rozwiązana – tłumaczy Robert Majkowski z Funduszu Hipotecznego DOM. Warto wiedzieć też, że wypłacone do tego momentu renty nie muszą być zwracane przez świadczeniobiorcę.

Socjolodzy podkreślają, iż starzenie się społeczeństw oznacza głęboką zmianę w niemal wszystkich istotnych dla nas relacjach – jako członków rodzin, sąsiadów, obywateli państw i świata. Starzejące się populacje zmieniają także gospodarkę i ofertę produktowo-usługową. Otwarcie się na nowe rozwiązania może przynieść niespodziewane dotąd korzyści i znacznie ułatwić „jesień życia”.

Listy Czytelników

Szanowni Państwo, serdecznie zapraszamy do naszego kącika eksperckiego. Ponieważ dostajemy wiele zapytań, postanowiliśmy zaprosić do współpracy dwóch ekspertów z dziedzin, które są Państwu najbliższe. Od dzisiaj, w kolejnych wydaniach „Życia Seniora”, na pytania dotyczące aspektów prawnych będzie odpowiadać nasza prawniczka – Małgorzata Rosińska. Do współpracy zaprosiliśmy również terapeutkę i trenerkę rozwoju osobistego – Anetę Boryczko. Listy i pytania można kierować na adres: redakcja@zycie-seniora.pl. Na korespondencję czekamy również pod adresem: Fundusz Hipoteczny DOM, al. Jana Pawła II 29, 00-867 Warszawa.

Hipoteka odwrócona, oferowana w Polsce od niedawna, opiera się o zapisy umowy o dożywocie. Czy jest ona bezpieczna? Jakie są jej zasady? Co oznacza zwrot „służebność osobista mieszkania”? Czy umowę o dożywocie można rozwiązać?



**MAŁGORZATA
ROSIŃSKA, prawnik
Funduszu Hipotecznego
DOM**

Hipoteka odwrócona ustanawiana jest w oparciu o umowę o dożywocie, która jest jednym z najbezpieczniejszych zapisów polskiego prawa. Umowa o dożywocie jest uregulowana przez Kodeks cywilny (art. 908-916). Jej istotą jest przeniesienie własności nieruchomości przez jej dotychczasowego właściciela (Dożywotnika) na rzecz innej osoby (Nabywcy) w zamian za dożywotnie utrzymanie. W relacji senior-fundusz, Dożywotnikiem jest senior, natomiast Nabywcą – instytucja oferująca hipotekę odwróconą. Co do zasady, Nabywca powinien przyjąć Dożywotnika jako domownika, dostarczać mu wyżywienia, ubrania, mieszkania, światła i opału, zapewnić odpowiednią pomoc i pielęgnowanie w chorobie oraz własnym kosz-

tem zorganizować pochówek. Strony mogą jednak postanowić, że utrzymanie będzie polegało na comiesięcznym, dożywotnim wypłacaniu Dożywotnikowi pewnej kwoty pieniężnej oraz możliwości dożywotniego zamieszkiwania nieruchomości, jak to się dzieje właśnie w przypadku hipoteki odwróconej. Wówczas ważne jest, aby ten drugi zapis ujawnić w księdze wieczystej, w postaci służebności osobistej mieszkania. To zagwarantuje seniorowi możliwość zamieszkiwania we własnym domu, bez względu na to, kto będzie jego właścicielem. To ważne, zwłaszcza gdy zachodzi obawa sprzedaży nieruchomości osobom trzecim. Czynnością, która zabezpiecza interes seniora przed upadłością instytucji oferującej hipotekę odwróconą czy sprzedażą przez komornika jej majątku, jest ujawnienie prawa dożywocia w księdze wieczystej. Warto to zrobić, gdyż w takiej sytuacji senior korzysta ze szczególnej ochrony, którą gwarantuje mu art. 313 Prawa upadłościowego i naprawczego oraz art. 1000 § 3 Kodeksu postępowania cywilnego. Według tych zapisów, przysługujące mu prawa do comiesięcznej renty i zamieszkiwania swojego domu nadal będą obowiązywać, pomimo sprzedaży nieruchomości, czy to w drodze postępowania upadłościowego, czy też egzekucyjnego. W praktyce oznacza to,

ŻYCIE SENIORA

że wszystkie wynikające z umowy dożywocia obowiązki względem seniora przejdą na nowego właściciela nieruchomości. A w konsekwencji senior będzie mógł nadal mieszkać w tej nieruchomości i pobierać comiesięczną rentę.

Umowa o dożywocie wygasa z chwilą śmierci Dożywotnika. Wyjątkowo jednak sąd może rozwiązać ją na żądanie jednej ze stron. Ponadto, w momencie gdy fundusz spóźnia się z wypłatą renty ponad 31 dni, senior może już taką umowę rozwiązać, co skutkuje powrotem nieruchomości do rąk seniora.

Szanowna Redakcjo! Moja Mama wpadła ostatnio na dziwny pomysł. Szczerze mówiąc, taki obrót sprawy jest dla mnie zupełnie niespodziewany, co więcej – Mama nie konsultowała ze mną swoich planów. Rzecz w tym, że Mama chce przekazać swoje mieszkanie na własność jakiejś firmie, w zamian za dożywotnią rentę. To tak zwana hipoteka odwrócona, można mieszkać w swoim mieszkaniu do śmierci i na dodatek otrzymywać dodatkowe pieniądze. Co z tego, skoro nie będzie już właścicielem nieruchomości? Sądziłam, że mieszkanie mojej Mamy zostanie dla moich dzieci. Jak odwieść ją od tego pomysłu?



**ANETA BORYCZKO,
terapeutka, trenerka
rozwoju osobistego**

Zanim przejdę do właściwej odpowiedzi, chcę poruszyć pewną kwestię. Zaniepokoił mnie zwrot: „Mama nie konsultowała ze mną swoich planów”. Zwróciłam uwagę na te słowa, ponieważ mogą one świadczyć o tym, że Mama jest częściowo lub całkowicie ubezwłasnowolniona. Jeśli istnieje taka

sytuacja, to umowa nie ma mocy prawnej. Jeśli jednak Mama posiada zdolność do czynności prawnych, może rozporządzać swoim majątkiem zgodnie z własnym przekonaniem i nie musi konsultować swoich decyzji co do mieszkania z nikim, kto nie jest jego prawnym współwłaścicielem.

Rozważmy jednak właściwy problem, z którym zwróciła się Pani do nas. Rozumiem Pani rozterki i rozczarowanie. Model społeczeństwa, w którym osoby starsze przekazują swój majątek dzieciom czy też wnukom, był akceptowany przez stulecia. Jednakże przemiany społeczne, kulturowe i ekonomiczne znacząco wpłynęły nie tylko na tenże model, ale w ogóle na stereotypy dotyczące okresu senioralnego, coraz częściej określanego mianem „trzeciej młodości”.

Może warto, aby spojrzała Pani na sytuację z punktu widzenia Mamy. Nasze społeczeństwo, co jest zresztą zjawiskiem charakterystycznym dla całego świata, starzeje się. Jest to trend, który się pogłębia – oznacza to, że seniorzy stanowią coraz liczniejszą grupę społeczną. Z drugiej strony, dorosłe dzieci najczęściej nie mają środków, możliwości bądź ochoty, by pomóc starzejącym się rodzicom. Na świat przychodzi też coraz mniej dzieci, które w przyszłości mogłyby zapewnić seniorom emerytury pozwalające na godne życie. Tymczasem seniorzy żyją coraz dłużej, są ciekawi świata, wciąż się rozwijają i czują, że mają prawo do zrealizowania marzeń, z których kiedyś zrezygnowali, by móc wychować swoje dzieci. Wielu z nich chce jak najdłużej zachować niezależność i nie być ciężarem dla rodziny. Jeszcze raz podkreśliłam, że rozumiem Pani rozterki, ale mam nadzieję, że moja odpowiedź pomoże Pani ujrzeć całą sprawę w nowym świetle i cieszyć się wraz z Mamą.

Pod znakiem gwiazdy, krzyża i półksiężyca

Podlasie, pod względem gospodarczym często nazywane Ścianą Wschodnią lub Polską B, kryje w sobie wielki potencjał przyrodniczy i kulturowy. Przez wieki ziemię tę, będącą granicą kultury Zachodu i Wschodu, były świadkiem zgodnego sąsiedztwa wielu narodów. Obecnie żyją tu obok siebie katolicy, wyznawcy prawosławia, ale także nieliczni już dziś staroobrzędowcy i Tatarzy. Zapraszamy na wędrówkę szlakiem religijnym – „Pod znakiem gwiazdy, krzyża i półksiężyca”.

Tykocin

Uroczyste miasteczko nad Narwią, w którym obok tak cennych budowli jak Alumnat (jeden z najstarszych w Polsce domów dla emerytowanych żołnierzy) lub kościół pw. Świętej Trójcy znajdziemy ślady gwiazdy – religii żydowskiej. Przed II wojną światową wyznawcy judaizmu stanowili blisko połowę ludności Tykocina. Wielkim zabytkiem kultury żydowskiej, który oparł się kataklizmowi wojennemu wciąż zadziwia wspaniałym stanem, w jakim zachowały się wewnątrz, jest Wielka Synagoga, uznana za drugą pod względem wielkości po Starej Synagodze w Krakowie.

Białystok

Miasto, które swój wielki rozwój zawdzięcza rodzinie Branickich, a dzięki ich imponującej rezydencji nazywane bywa Podlaskim Wersalem, jest największym skupiskiem wyznawców prawosławia w Polsce. Żyją oni w przyjaźni i życzliwości z katolikami i muzułmanami. Tutaj znajduje się największa polska cerkiew pw. Świętego Ducha, ozdobiona wewnątrz wspaniałymi freska-



mi. Inna współczesna białostocka cerkiew, pw. Mądrości Bożej, jest miniaturą w skali 1:3 tureckiej świątyni Hagia Sophia, znajdującej się w Istambule.

Supraśl

Przedłużeniem wędrówki pod znakiem krzyża prawosławnego będzie wizyta w Supraślu, który można nazwać bramą do Puszczy Knyszyńskiej. W tym jedynym na Podlasiu uzdrowisku możemy odwiedzić gotycko-bizantyjską cerkiew obronną, jedną z trzech tego typu w Europie. Nieodzownym punktem naszej wyprawy będzie Muzeum Ikon, w którym dzięki niepowtarzalnemu nastrojowi i wyjątkowej aranżacji przeniesiemy się w tajemniczą przestrzeń świata ikon, a wsłuchując się we wszechobecną muzykę i jednogłosowy śpiew chóralny, dowiemy się, jak wygląda żmudny proces pisania ikony (pisanie, a nie malowanie!).

ŻYCIE SENIORA

W drogę!

U progu XXI wieku, gdy cały świat staje się coraz szybszy i głośniejszy, wędrówka szlakiem religijnym „Pod znakiem gwiazdy, krzyża i półksiężyca” daje możliwość wyciszenia i duchowego odpoczynku. Poznanie każdego z elementów szlaku to nie tylko wzbogacenie naszej wiedzy krajoznawczej,

ale także pogłębienie świadomości, jak wielkim bogactwem jest obszar często zapomnianych, wschodnich krańców naszego kraju, obszar Podlasia! Na wycieczkę na Podlasie serdecznie zaprasza Biuro Podróży Artur, tel. 22 403 69 49, ul. Igańska 26, 04-083 Warszawa, www.artur.waw.pl.

W MEDIACH



Piszą o nas...

Fundusz Hipoteczny DOM oraz hipoteka odwrócona są coraz częściej obecne w mediach. Temat, który w Polsce jest uznawany za nowy, zaczyna wzbudzać coraz większe zainteresowanie wśród dziennikarzy oraz samych seniorów. Robert Majkowski, Prezes Funduszu, jest wielokrotnie proszony o komentarze lub wywiady do artykułów i tekstów eksperckich. Rozmowę z nim zamieściła chociażby „Gazeta Krakowska”. W tekście wyjaśnia on podstawowe dane związane z hipoteką odwróconą w Polsce oraz porównuje ją do analogicznych produktów w Stanach Zjednoczonych czy na Węgrzech.

„Gazeta Wyborcza”, która od dłuższego czasu prowadzi doda-

tek dla seniorów z cyklu „Lata Lecą” zamieściła obszerny artykuł poświęcony hipotece odwróconej. Znalazły się w nim aspekty przemawiające za skorzystaniem z tego rozwiązania oraz wyliczenia przykładowych rent, które można otrzymać, zostając klientem Funduszu Hipotecznego DOM.

Media głośno komentowały również otwarcie nowych Oddziałów Funduszu. O świeżo upieczonych placówkach pisały m.in. „Echo Miasta Kraków” oraz „Echo Miasta Wrocław”. Podobnie dużym echem w prasie, głównie internetowej, odbiła się wiadomość o najnowszej kampanii informacyjnej firmy. Wojciech Szmyd, Manager ds. Marketingu, odpowiedzialny za kampanię

w telewizji i prasie udzielał wypowiedzi i komentarzy na temat przekazu i celu kampanii.

O zaletach hipoteki odwróconej pisały również: „Dziennik Bałtycki”, „Dziennik Łódzki”, „Super Nowości”, czy „Polska Głos Wielkopolski”. Ta ostatnia gazeta natomiast szeroko opisała uczestnictwo ekspertów Funduszu Hipotecznego DOM na drugich już Targach „Aktywni 50+” w Poznaniu. Okazało się, że Targi Senioralne są dużym sukcesem. Podobnie jak rok wcześniej, zgromadziły liczną grupę seniorów, a co więcej – były dla nich źródłem informacji na temat miejsc spotkań, uniwersytetów trzeciego wieku, możliwości szkoleń. Nie mogło nas tam zabraknąć.

ŻYCIE SENIORA

Zapraszamy do lektury
następnego numeru!



Szanowni Państwo, „Życie Seniora” to kwartalnik, który systematycznie zwiększa swoją objętość. Tematów, o których chcielibyśmy pisać, jest coraz więcej. Kwestie warte poruszenia mnożą się bardzo szybko. Dostajemy od Państwa wiele listów i sugestii, za które serdecznie dziękujemy. Zapraszamy do dzielenia się z nami Waszymi opiniami. Listy i zapytania można przysyłać na adres mailowy redakcja@zycie-seniora.pl. Na korespondencję czekamy również pod adresem: Fundusz Hipoteczny DOM, al. Jana Pawła II 29, 00-867 Warszawa, z dopiskiem: Redakcja „Życie Seniora”.

Kolejny numer „Życia Seniora” ukaże się latem. Przygotowa-

liśmy kolejne, ciekawe materiały. W letnim wydaniu przeczytacie Państwo m.in. o sportach, które warto uprawiać na emeryturze. Które z nich są bezpieczne dla stawów? Które pozwalają na odprężenie, a które poprawiają kondycję? Zaprezentujemy m.in. popularny ostatnio nordic walking, czyli spacer z kijami. Napiszemy także o jeździe na rowerze, spokojnych rozciągających ćwiczeniach na basenie oraz o pilatesie – prostej formie rozciągania ciała, która nie powoduje wielkiego wysiłku i nie zaburza oddechu. Co więcej, chcielibyśmy wrócić do tematu zdrowego żywienia. O zasadach zdrowego odżywiania pisaliśmy w numerze zimowym, teraz poruszymy temat cukru – nie każdy wie,

w jak wielu produktach występuje. Trudno też zdecydować się, czy cukier jest naszym wrogiem, czy przyjacielem. Odżywczy dla mózgu, w dużych dawkach jest zabójczy dla organizmu. A każdy z nas dobrze wie, jak trudno odmówić sobie kremówki lub kawałka czekolady.

W następnym wydaniu naszego magazynu napiszemy również o najświeższych wydarzeniach związanych z Funduszem Hipotecznym DOM, o Klubie Seniora, który właśnie dla Państwa otwieramy.

Na pytania i listy czytelników odpowiedzą: Małgorzata Rościńska (prawniczka) oraz Aneta Boryczko (terapeutka). Do zobaczenia na łamach kolejnego magazynu!

strona 12