



**BIEDRĪBAS
«RĪGAS AKTĪVO SENIORU ALIANSE»
PREZENTĀCIJA**



*Mūsu darbību iedvesmo
Mātes Terēzes atziņa:
«Mēs nevaram paveikt
lielas lietas šajā
pasaulē. Mēs varam
tikai izdarīt mazas lietas
ar lielu mīlestību.»*



Biedrības mērķis ir veicināt Rīgas (un Rīgas plānošanas reģiona) senioru un personu vecumā no 50 gadiem, socializācijas un integrācijas procesus.





○ Biedrības “Rīgas aktīvo senioru alianse” valde



**Biedrības valde
darbojas 5
cilvēku sastāvā.**

**Lēmumus
pieņem
demokrātiski un
diskusiju ceļā.**

**Katrai valdes
loceklei ir sava
atbildības joma.**

Biedrības galvenie uzdevumi (I)

- Apzināt un apvienot aktīvos seniorus un citus aktīvos cilvēkus Grīziņkalna apkaimē un Rīgā!



- Senioru interešu aizsardzība, aizstāvība un pārstāvība Latvijā un Eiropā!



- Organizēt darba grupas un domnīcas par dažādiem jautājumiem!



- Organizēt pašizpausmes kopas dažādās jomās!



Biedrības galvenie uzdevumi (II)

- Veicināt senioru pilsonisko aktivitāti un sabiedrības saliedētību!



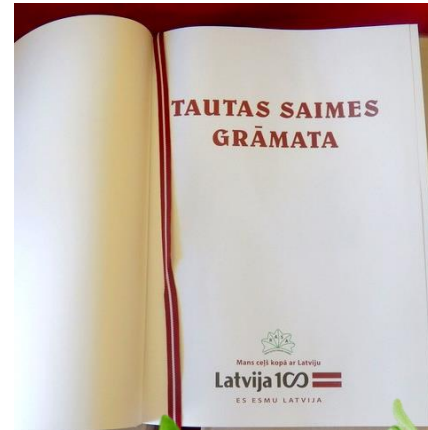
- Īstenot projektu darbu!



- Izglītot un iedvesmot seniorus plašā tēmu lokā!



- Atstāt paliekošas vērtības nākotnei!



Biedrības galvenie uzdevumi (III)

- Atbalsta sniegšana Ukrainai un tās civiliedzīvotājiem!



- Atbalstīt un organizēt labdarības pasākumus!

- Kopienas centra darba nodrošināšana un plaša atbalsta sniegšana senioriem!



- Aktivizēt seniorus brīvprātīgajam darbam!





**Biedrība apvieno vairāk
nekā 1000 aktīvos un
darbīgos vecākā gadu
gājuma cilvēkus un tā
īsteno sabiedriskā
labuma darbību!**





**RASAs pilieni
jeb
mūsu aktivitāšu klāsts**



**RASAs pilieni -
interrešu aizstāvība**



Biedrībai ir ilggadīga pieredze interešu pārstāvībā un aizstāvībā. Tās pārstāvji aktīvi darbojas vairāk nekā 15 dažādos konsultatīvajos mehānismos, piemēram, Latvijas Labklājības ministrijas Konsultatīvajā senioru lietu padomē, Saeimas un Rīgas domes komisijās un komitejās, citu nevalstisko organizāciju darbībā (NVO) un citur.





**RASAs pilieni -
Digitalizācija**



DEMOKRĀTIJAS ATSLĒGAS

instrumenti digitālās un zaļās
mobilitātes veicināšanai

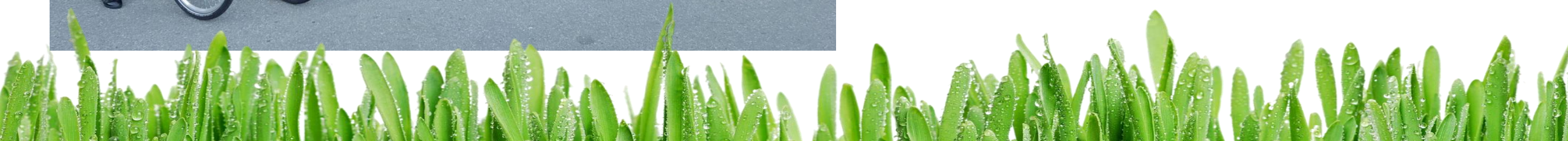


SENIOR, ESI DIGITĀLS UN MOBILS,
IESAISTIES PILSONISKĀS AKTIVITĀTĒS!



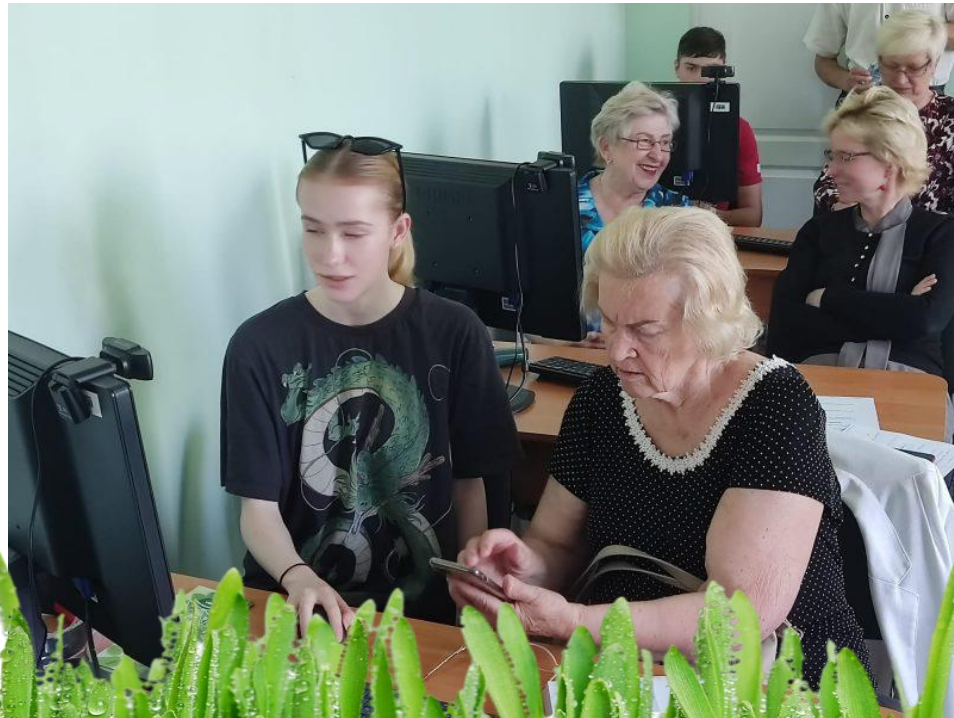
**Biedrība RASA veic aktīvu
projektu darbu.**

Aizvadītajos gados īstenoti vairāki
projekti. Piemēram, AIF projekts
«Demokrātijas atslēgas un zaļā
mobilitāte».



**Biedrībai ir moderna datorklase,
kurā regulāri notiek dažādas
mācības.**

Senioriem apgūt digitālās prasmes
palīdz gan eksperti, gan jaunieši.



Digitālās prasmes ir ļoti svarīgas senioriem šodien!

Svarīgākās problēmas:

- Tehnoloģisko prasmju atšķirība;
- Piekļuves ierobežojumi;
- Ģeogrāfiskā pieejamība mācībām;
- Pedagogu trūkums senioru auditorijai;
- Motivācijas trūkums mācīties;
- Medijpratības un kritiskās domāšanas trūkums;
- Krāpniecības pieaugums.

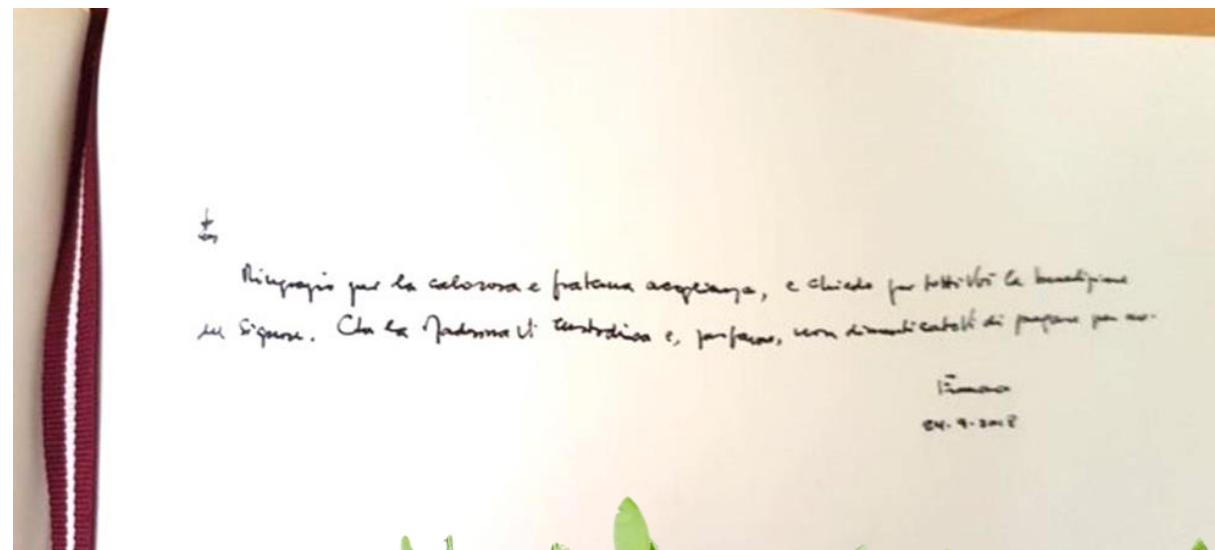


Latvija 100



Uz Latvijas simtgadi biedrība radīja projektu, kura mērķis bija izveidot pirmreizēju un unikālu tautas grāmatu (rakstītu rokrakstā). Tagad tā nodota Latvijas Nacionālajai bibliotēkai.

“Pateicos par sirsnīgo un brālīgo uzņemšanu un lūdzu jums visiem Kunga svētību. Lai Dievmāte jūs sargā ...”, šādus vārdus Romas pāvests vēstījis tautai un ierakstījis Tautas Saimes grāmatā.

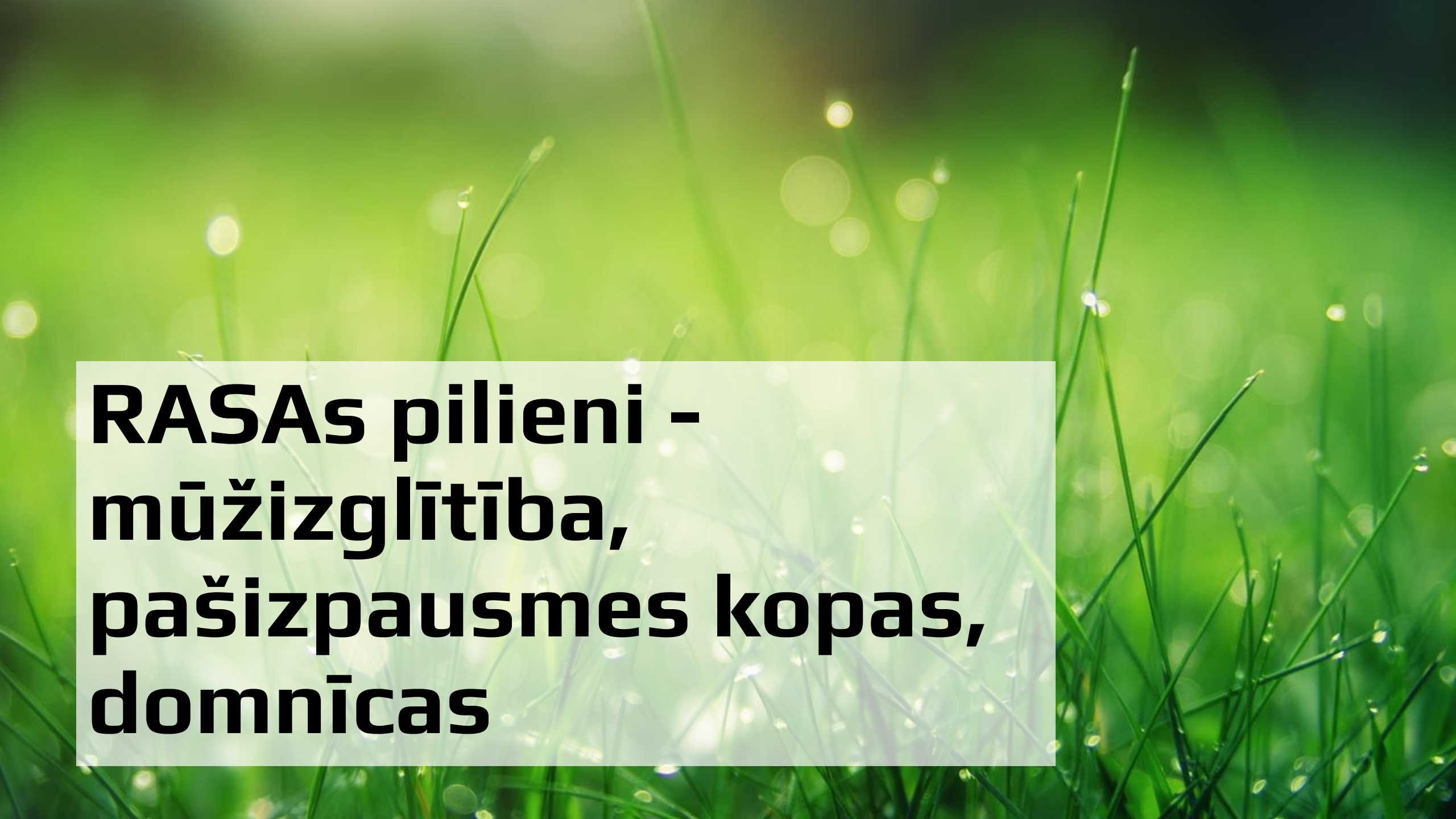


Tagad «TAUTAS SAIMES GRĀMATA» digitāla.



- Šī grāmata katram pilsoniski aktīvam senioram var kalpot kā ceļvedis, rokasgrāmata vai arī priekšraksts demokrātisko vērtību saglabāšanai, uzturēšanai un attīstībai.
- Sniedz atbildes senioriem - kāpēc vajadzīgas digitālās prasmes senioram un kā tās var ietekmēt pilsoniskās aktivitātes, kā sasniegt senioru balsi pašvaldību darbos un lēmumos.
- Tautas Saimes grāmata pieejama šeit: <https://senioridigitalagramata.lv/#page/1>



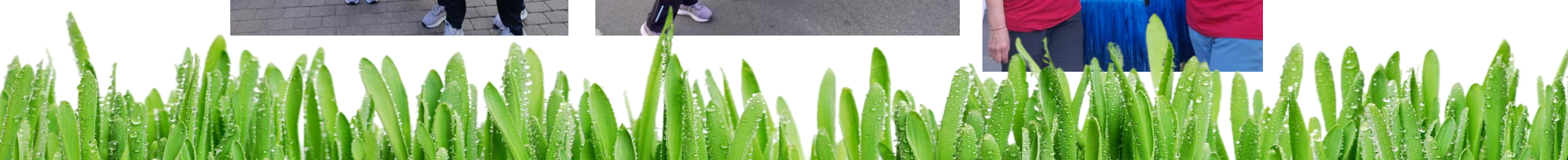


**RASAs pilieni -
mūžizglītība,
pašizpaušmes kopas,
domnīcas**

Biedrība veic aktīvu brīvprātīgo darbu. Brīvprātīgie ir gan biedrības biedri, gan jaunieši, gan citi interesenti, piemēram, studenti.



Biedrības brīvprātīgie piedalās arī nacionāla mēroga lielinotikumos. Piemēram, Rīgas maratonā.



Vecmāmiņu kontaktbirža

Tā ir izglītības programma
bērnu aprūpes pamatos.



Aktīvas vecumdienas ietver mācīšanos visa mūža garumā. Ņemot vērā, senioru intereses un vēlmes, izmantojot biedrības resursus, tiek piedāvātas dažāda veida aktivitāšu iespējas: digitālo rīku apguve, valodu apguve (angļu, vācu, franču, latviešu, krievu), veselības vingrošana, Cigun, līnijdejas, prāta spēles, vizuālās nodarbības, izglītojošie semināri, radošās darbnīcas. Ik nedēļu aktivitātēs iesaistās vairāki simti dalībnieku.



Piketējam! Izsakām viedokli! Esam pilsoniski aktīvi!



Mūžizglītība

PIEAUGUŠO NEFORMĀLĀS IZGLĪTĪBAS IESTĀDE RĪGAS AKTĪVO SENIORU ALIANSE RASA PIEDĀVĀ:

- Valodu kursi
- IT tehnoloģiju apguve
- Auklīšu kursi- demogrāfijas problēmas risināšana
- Prāta spēles
- Līnijdejas
- Vizuālā un lietišķā māksla- gleznošana, pārļošana
- Vingrošana: Veselības vingrošana, CiGun vingrošana,
- Nūjošana





Biedrība aktīvi uzņem ciemiņus un ciemojas pie citiem pieredzes apmaiņās.



Biedrības RASA
pārstāvji
tīklošanās
pieredzes
apmaiņas
braucienā Tartu
(Igaunija) vietējo
senioru biedrībā
"KODUKOTUS"





RASA regulāri dodas pieredzes apmaiņās. Esam bijuši teju visās Eiropas valstīs!

Foto no vizītes Islandē! 2022. gadā vērtīga vizīte bija uz Islandi, lai veicinātu pārrobežu sadarbību un informācijas apmaiņu par digitālajām iespējām demokrātijas kultūras veicināšanai.

1991. gada 22. augustā Islande kā pirmā no pasaules valstīm atzina Latvijas neatkarību. Attēlā redzama ēka, kur tas notika.



Biedrība ir aktīva starptautiskos notikumos. Biedrība ir Eiropas senioru tīkla «EURAG» biedrs.



Biedrība aktīvi sadarbojas ar Igaunijas, Lietuvas, Somijas, Dānijas, Kanādas, Austrālijas, Vācijas, Čehijas, Austrijas, Beļģijas, Lielbritānijas, Slovākijas un Slovēnijas vecākā gadu gājuma cilvēku organizācijām. Piedalās Eiropas senioru augstākās pārstāvniecības (EURAG) aktivitātēs, kura aktīvi atbalsta senioru kustību Eiropā un pasaulē.



RASA prezentē biedrības darbību Eiropas senioru tīkla «EURAG» konferencē Tirānā, Albānijā



Gatavojoties Eiropas Parlamenta vēlēšanām 2024 - tikšanās ar politiķiem



**Citāda
viesu
grāmata
- gleznā!**



A close-up photograph of green grass with dew drops on the blades. The background is softly blurred, creating a bokeh effect with circular light spots. The overall color palette is vibrant green with hints of yellow from the light.

**RASAs pilieni -
Atbalsts ukraiņiem**

Atbalsta sniegšana Ukrainas civiliedzīvotājiem

- Valodu kursi
- Pasākumi
- Ekskursijas
- Dalība atbalsta mītiņos



Īstenojam projektu «RASA māca latviešu valodu Ukrainas civiliedzīvotājiem»

Biedrība "RASA" piedāvā latviešu valodas mācību programmu A1 līmenī.






**RĪGAS AKTĪVO SENIORU ALIANSE
AICINA**




**LATVIEŠU MĀKSLINIEKU
GLEZNU UN GRAFIKU IZSTĀDE
"AR MĪLESTĪBU LATVIJAI
NO UKRAINAS"**

Atklāšana Gleznas un grafikas no
Staņislava Rešetilo kolekcijas
(Ukraina, Harkiva)

2024. gada 10. maijā plkst. 13.00
RASA birojā A. Čaka ielā 139., 3. stāvā

Izstāde notiek par ziedojumiem!

Izstāde «Ar mīlestību Latvijai no Ukrainas»



A close-up photograph of green grass with dew drops on the blades. The background is a soft, out-of-focus green with many circular bokeh light spots, suggesting a bright, sunny day. The text is overlaid on a semi-transparent white rectangular box in the lower-left quadrant.

RASAs pilieni - kopienu centrs

RASAs dienas centrs pārtop par kopienu centru Grīziņkalnā!



MŪSU MĀJAS RĪGĀ

Aleksandra Čaka ielā 139



**Grīziņkalna
apkaime**



**NESTĀVI UN NEPALIEC MALĀ,
NĀC UN IESAISTIES!
ROSĪGAI SENIORU DZĪVEI
VECUMS NAV ŠĶĒRSLIS!**

Paldies par uzmanību!

Kontakti:

Tel.: +371 67221487

+371 27744417

E-pasts:

biedriba.rasa@inbox.lv

Mājaslapa:

www.biedribarasa.lv

Adrese:

A.Čaka iela 139, Rīga, LV-1012

Reģistrācijas nr. 40008170098

