

Projekt

**UCHWAŁA NR .....**  
**RADY MIASTA KATOWICE**

z dnia ..... 2026 r.

**w sprawie przyjęcia sprawozdania z realizacji Miejskiego Programu „Katowicki Senior w Mieście”  
na lata 2022-2027 za 2025 rok.**

Na podstawie art. 18 ust. 1 w związku z art. 6 ust. 1 i art. 7 ust. 1 pkt. 19 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2025 r. poz. 1153 z późn. zm.) oraz § 2 uchwały nr XLII/928/21 Rady Miasta Katowice z dnia 17 grudnia 2021 r. w sprawie Miejskiego Programu „Katowicki Senior w Mieście” na lata 2022-2027.

**Rada Miasta Katowice**  
**uchwala:**

**§ 1.**

Przyjąć sprawozdanie z realizacji Miejskiego Programu „Katowicki Senior w Mieście” na lata 2022-2027 za 2025 rok, w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

**§ 2.**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Załącznik do uchwały nr .....  
Rady Miasta Katowice  
z dnia ..... 2026 r.

## **SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI MIEJSKIEGO PROGRAMU „KATOWICKI SENIOR W MIEŚCIE” NA LATA 2022-2027 ZA 2025 ROK**



**Spis treści:**

<b>I.</b>	<b>REALIZACJA CELÓW PROGRAMU</b>	<b>3</b>
<b>II.</b>	<b>NOWE ZADANIA REALIZOWANE PRZEZ MIASTO KATOWICE NA RZECZ SENIORÓW ORAZ KONTYNUACJA DOTYCHCZASOWYCH</b>	<b>14</b>
<b>III.</b>	<b>UDZIAŁ KATOWICKICH INSTYTUCJI KULTURY W DZIAŁANIACH NA RZECZ SENIORÓW</b>	<b>26</b>
<b>IV.</b>	<b>UDZIAŁ MIEJSKIEGO OŚRODKA SPORTU I REKREACJI W DZIAŁANIACH NA RZECZ SENIORÓW</b>	<b>33</b>
<b>V.</b>	<b>UDZIAŁ UNIWERSYTETÓW TRZECIEGO WIEKU</b>	<b>34</b>
<b>VI.</b>	<b>SKUTKI FINANSOWE DLA BUDŻETU MIASTA</b>	<b>36</b>
<b>VII.</b>	<b>REALIZATORZY PROGRAMU W 2025 ROKU</b>	<b>38</b>
<b>VIII.</b>	<b>WSKAŹNIKI</b>	<b>39</b>
<b>IX.</b>	<b>PODSUMOWANIE</b>	<b>39</b>

**SPRAWOZDANIE PREZYDENTA MIASTA KATOWICE  
Z REALIZACJI MIEJSKIEGO PROGRAMU „KATOWICKI SENIOR W MIEŚCIE”  
NA LATA 2022 – 2027 ZA 2025 ROK**

Miejski Program „Katowicki Senior w Mieście” na lata 2022–2027 został przyjęty uchwałą nr XLII/928/21 Rady Miasta Katowice z dnia 17 grudnia 2021 r. Adresatami programu są seniorzy miasta Katowice, którzy ukończyli 60 rok życia. Głównym celem programu jest podniesienie oraz poprawa jakości życia mieszkańców miasta Katowice, którzy ukończyli 60 rok życia, poprzez zapewnienie tym osobom dostępu do odpowiednich form wsparcia.

Realizacja różnorodnych projektów w ramach ww. programu miała na celu m.in:

- przeciwdziałanie osamotnieniu i marginalizacji osób starszych,
- zagospodarowanie czasu wolnego osobom po zakończeniu aktywności zawodowej (m.in. poprzez: rozwijanie umiejętności i indywidualnych zainteresowań),
- zwiększenie aktywności i uczestnictwa ludzi starszych w życiu społecznym,
- działalność prozdrowotną i edukacyjną,
- prowadzenie zajęć z zakresu kultury fizycznej poprzez organizację zajęć sportowych.

## **I. REALIZACJA CELÓW PROGRAMU.**

W ramach realizacji programu zostały wyznaczone cele szczegółowe, które realizowane były poprzez następujące działania:

**Cel 1. Przygotowanie do okresu własnej starości pod względem wiedzy na temat zmian fizycznych i psychicznych zachodzących podczas procesów starzenia się oraz konsekwencji określonych zachowań.**

Zadania realizowane przez Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice:

W związku z realizacją zadań określonych w uchwale, część zadań senioralnych w drodze zarządzeń Prezydenta Miasta Katowice zleconych zostało do realizacji przez następujące organizacje pozarządowe:

**1. Polski Komitet Pomocy Społecznej Śląski Zarząd Wojewódzki, z siedzibą w Katowicach przy ul. Francuskiej 70 – „Prowadzenie Klubów Seniora”.** W ramach zadania, w różnych dzielnicach Katowic działało 6 Klubów Seniora, tj. w: Centrum (przy ul. W. Stwosza 7), Kostuchnie i Murckach (w MDK „Południe” przy ul. T. B. Żeleńskiego 83), Ligocie (przy ul. Hetmańskiej 1), Panewnikach (przy ul. Panewnickiej 75) oraz na os. Witosa (przy ul. W. Witosa 17). W ramach działalności Klubów prowadzone były pogadanki/wykłady, jak również różnego rodzaju warsztaty/zajęcia/spotkania. Członkowie Klubów uczestniczyli także w życiu kulturalnym Katowic, tj. brali udział w imprezach organizowanych zarówno na terenie dzielnic, jak i całego miasta. Zorganizowane zostały 2 wycieczki (do Ogrodzieńca i do Wisły), łącznie zorganizowano 267 spotkań. Ponadto, prowadzone były zajęcia sportowe: nordic-walking, aerobik, spacer, ćwiczenia na rowerkach stacjonarnych.

Liczba odbiorców zadania – **248 osób**. Kwota dotacji: **95 400,00 zł**.

**2. Stowarzyszenie FAMILLOCK, z siedzibą w Katowicach przy ul. Podhalańskiej 14/6 - „Katowicki Dzień Seniora 2025”.** 29 września 2025 r., w godz. od 11.00 do 14.00, na katowickim Rynku odbył się 10 Jubileuszowy Katowicki Dzień Seniora. Wydarzenie to co roku stanowi okazję do wspólnego, radosnego podkreślenia aktywnej obecności seniorów w życiu miasta.

W ramach obchodów uczestnicy bawili się przy melodiach z lat swojej młodości, a także otrzymali słodki poczęstunek oraz drobne upominki. Przez cały czas trwania imprezy seniorzy mogli zapoznać się z ofertą partnerów Katowickiej Karty Mieszkańca, jak również z propozycjami i pokazami przygotowanymi przez zaproszone instytucje/podmioty, tj. m.in. Straż Pożarną, Komendę Miejską Policji, Powiatowy Urząd Pracy oraz Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach.

Dodatkową atrakcją były animacje prowadzone przez artystów z Teatru Gry i Ludzie, którzy przez cały czas zabawiali uczestników wydarzenia. Seniorzy mieli również możliwość wzięcia udziału w wydarzeniach towarzyszących, takich jak dwa spektakle teatralne pt. „Miłość” w Teatrze Bez Sceny, pokazie iluzji

pt. „Sztuka uliczna” z udziałem muzyków krakowskiej Piwnicy pod Baranami oraz seansie filmu „Amelia” w kinie „Światowid”.

Liczba osób uczestniczących w zadaniu – **ok. 800**. Kwota dotacji: **60 000,00 zł**.

**3. Stowarzyszenie FAMI.LOCK, z siedzibą w Katowicach przy ul. Podhalańskiej 14/6 - „Centrum spotkań Seniorów w Centrum Miasta Edycja 2025”** - zadanie miało na celu kontynuację spotkań seniorów w ścisłym centrum Katowic (przy ul. 3 Maja 11). W ramach tego zadania przeprowadzone zostały: warsztaty tematyczne (m.in. florystyczne oraz plastyczne), spotkanie z grammi planszowymi, poniedziałkowe spotkania z teatrem, spotkania z ciekawymi ludźmi, zajęcia ruchowe i oddechowe usprawniające kondycję psychomotoryczną. Każde ze spotkań trwało ok. 2-3 godz.

Liczba osób uczestniczących w zadaniu – **114**. Kwota dotacji: **40 000,00 zł**.

**4. Stowarzyszenie Wspierania Organizacji Pozarządowych „MOST”, z siedzibą w Zabrze przy ul. Wolności 274 – „Dobra Rada Seniorów w 2025 r.”** - efektem przeprowadzonych działań dla starszych mieszkańców Katowic, było coraz lepsze zaspokajanie ich potrzeb, integracja i godna rola w społeczności lokalnej oraz eliminacja wykluczenia w każdej formie - ze względu na wiek lub towarzyszące starzeniu się ograniczenia.

W ramach realizacji zadania pn. „Dobra Rada Seniorów w 2025 r.” przeprowadzono 55 godz. wsparcia animatora dla działań prowadzonych przez Radę Seniorów Miasta Katowice, zorganizowano: 1 szkolenie dla 15 członków Rady Seniorów, 1 spotkanie integracyjno-opłatkowe dla członków Rady Seniorów oraz zaproszonych gości.

Liczba odbiorców zadania – 15 osób. Kwota dotacji: 25 000,00 zł.

**5. Stowarzyszenie Seniorów Pożarnictwa Miasta Katowice, z siedzibą w Katowicach, przy ul. Wojewódzkiej 11 – „Aktywnym łatwiej”** – w ramach zadania zorganizowano: dwie jednodniowe wycieczki do Wygiełzowa i Alwerni oraz do Nadleśnictwa Rudzieniec, przeprowadzono 10 godz. gimnastyki rehabilitacyjnej, 3 godz. szkolenia z zakresu pierwszej pomocy przedlekarskiej, jedno spotkanie z Policją nt. bezpieczeństwa seniorów.

Liczba odbiorców zadania – **55 osób**. Kwota dotacji: **7 000,00 zł**.

**6. Stowarzyszenie Ruchu Harcerskiego „Czuwaj”, z siedzibą w Katowicach przy ul. M. Kopernika 14 – „Organizacja imprezy integracyjno-plenerowej dla seniorów miasta Katowice”** – celem zadania była organizacja trzech wycieczek jednodniowych, tj. do Opola, Żarek oraz spacer w koronach drzew w okolicach Waksmundu. Zaplanowane cele zostały osiągnięte.

Liczba odbiorców zadania – **30 osób**. Kwota dotacji: **6 500,00 zł**.

**7. Fundacja Komunikacji Międzykulturowej THE LINK, z siedzibą w Katowicach przy ul. L. Różyckiego 14C – „Akademia Pasji Seniora”**. Celem zadania było podniesienie oraz poprawa jakości życia seniorów poprzez organizację zajęć ruchowych oraz zajęć językowych. W ramach zajęć ruchowych seniorzy realizowali program składający się z trzech elementów, tj. ćwiczeń statycznych, nauki świadomego oddychania oraz efektywnego relaksu, natomiast w ramach zajęć językowych seniorzy mogli uczestniczyć w autorskim, zindywidualizowanym programie nauki języka angielskiego, dzięki któremu uczyli się jak swobodnie komunikować się w tym języku.

Liczba odbiorców zadania – **34 osoby**. Kwota dotacji: **10 000,00 zł**.

**8. Fundacja „Jesteśmy dla Was”, z siedzibą w Katowicach przy Al. W. Korfantego 125A – „Klub Seniora Wesola Ferajna”**. Celem zadania było: przeciwdziałanie osamotnieniu i marginalizacji osób starszych, zagospodarowanie czasu wolnego osobom po zakończeniu ich aktywności zawodowej, zwiększenie aktywności i uczestnictwa ludzi starszych w życiu społecznym, działalność: prozdrowotna, edukacyjna i kulturalna poprzez zorganizowanie oferty spotkań animacyjnych, warsztatów, zajęć rekreacyjno-sportowych odpowiadających na aktualne potrzeby seniorów (m.in. zajęć z nordic walking). Ponadto, w ramach zajęć odbywały się spotkania w Klubie Książki, które cieszyły się dużym zainteresowaniem wśród uczestników projektu, nauka języków obcych, zajęcia komputerowe, spotkania z psychologiem oraz zajęcia z kultury fizycznej.

Liczba odbiorców zadania – **40 osób**. Kwota dotacji: **9 000,00 zł**.

**9. Stowarzyszenie Wspólnie-Razem, z siedzibą w Katowicach przy ul. M. Kopernika 14 – „Integracja i aktywizacja osób starszych, w tym kombatanów i osób represjonowanych – wspieranie działań na**

**rzecz integracji i uczestnictwa w życiu społecznym seniorów**". Celem zadania było wsparcie i aktywizacja katowickich seniorów, w tym w szczególności z os. Tysiąclecia. W ramach zadania odbywały się cotygodniowe spotkania (łącznie 30 spotkań), w tym m.in. spotkanie z dietetykiem, lekarzem kardiologiem, spotkania okolicznościowe (wielkanocne, z okazji Dnia Matki, spotkania biesiadne itp.). Ponadto, odbyły się spotkania manualne oraz spotkania w ramach cyklu Akademia Umysłu. Poprzez realizację zadania zwiększyła się aktywność katowickich seniorów w różnych dziedzinach życia społecznego.

Liczba odbiorców zadania – **50 osób**. Kwota dotacji: **17 000,00 zł**.

**10. Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów Związku Zawodowego Górników w Polsce KWK „Murcki-Staszic”, z siedzibą w Katowicach przy Placu Pod Lipami 1/3–3A – „Integracja i aktywizacja seniorów - Razem możemy więcej”**. Zadanie polegało na organizacji cyklicznych, comiesięcznych spotkań integracyjnych dla seniorów, zorganizowane zostały także dwie jednodniowe wycieczki edukacyjno-integracyjne, tj. do: Zielonej i Brennej oraz uroczyste spotkanie z okazji „Dnia Górnika”.

Liczba odbiorców zadania – **50 osób**. Kwota dotacji: **7 000,00 zł**.

**11. Fundacja Rozwoju Ekonomii Społecznej, z siedzibą w Tychach przy ul. J. Barona 30 – „Projekt Usługi „Złotej Rączki” dla seniora”**. Celem projektu było niezmiennie podniesienie oraz poprawa jakości życia poprzez zapewnienie seniorom dostępu do bezpłatnych usług w zakresie drobnych napraw domowych. Z usług „Złotej Rączki” mogli korzystać seniorzy, którzy ukończyli 65 rok życia (osoby samotne, gospodarstwa 2 osobowe), którym często trudno jest poradzić sobie z domowymi naprawami, a nie zawsze mogą liczyć na wsparcie bliskich osób.

Katalog napraw świadczonych w ramach usługi obejmował m.in.:

- a) wymianę/naprawę kranów w kuchni i łazience,
- b) udrażnianie zatkanych odpływów,
- c) naprawę nieszczelnych rur,
- d) naprawę spłuczki,
- e) montaż/wymianę deski sedesowej,
- f) podłączenie pralki/zmywarki,
- g) wymianę żarówki,
- h) naprawę/wymianę gniazdka elektrycznego,
- i) regulację/uszczelnienie drzwi i okien,
- j) naprawę klamek/zamków w drzwiach i oknach,
- k) naprawę listew przypodłogowych,
- l) inne drobne czynności naprawcze i montażowe, które zostaną zaakceptowane przez Realizatorów.

Projekt nie mógł obejmować:

- a) napraw, które powinny zostać wykonane na rzecz mieszkańca na podstawie umów ze wspólnotą mieszkaniową lub administracją,
- b) usług sprzątających (przytynanie firan/zasłon, mycie okien, odgrzybianie ścian itp.),
- c) usług wymagających specjalnych uprawnień (w tym naprawy związane z instalacją gazową) - osoba wykonująca usługę miała prawo odmówić jej wykonania ze względu na brak specjalnych uprawnień,
- d) kompleksowych usług remontowych (odmalowywania ścian, drzwi, kładzenia paneli, kładzenia gładzi itp.).

W ramach zadania zakupiony został przez Urząd Miasta Katowice samochód, który przekazano (na podstawie bezpłatnej umowy użyczenia) Fundacji Rozwoju Ekonomii Społecznej wraz z niezbędnym wyposażeniem do napraw, w celu realizacji zadania. Samochód został specjalnie oznakowany w celu promocji zdania.

W ramach projektu „Złota Rączka” zgłaszający usterkę senior mógł skorzystać z usługi maksymalnie raz w miesiącu (12 razy w roku). W wyjątkowych przypadkach możliwe było skorzystanie przez seniora z dodatkowej liczby usług, po analizie przypadku dokonanej przez pracownika Wydziału Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice.

Liczba odbiorców zadania – zrealizowano: **642 naprawy dla 460 seniorów**. Kwota dotacji: **89 980,00 zł**.

**12. Klub Seniorów Promyk, z siedzibą w Katowicach przy ul. J. Kilińskiego 17 – „Klub Seniorów Promyk”.** Bezpośrednim efektem działań prowadzonych w ramach Klubu było przeprowadzenie 18 godz. zajęć gimnastycznych dla seniorów oraz 20 godz. zajęć aktywizujących poświęconych profilaktyce zdrowia, tj. zdrowe odżywianie oraz zdrowy styl życia.

W ramach wolontariatu seniorzy uczestniczyli w projekcie łączącym pokolenia polegającym na wizytach w przedszkolu.

Liczba odbiorców zadania – **13 osób**. Kwota dotacji: **4 970,00 zł**.

**13. Katowickie Stowarzyszenie Trzeźwościowe „Dwójka”, z siedzibą w Katowicach przy ul. ks. bpa H. Bednorza 22 – „Klub Seniora Nasz Czas”-** Celem zadania była organizacja cyklicznych działań Klubu Seniora „Nasz Czas”, wycieczek turystyczno–krajoznawczych oraz wyjść do kina, teatru i operetki. W ramach oferty zrealizowano: spotkania w Klubie, spotkanie wielkanocne, wycieczkę integracyjną, w trakcie której seniorzy mogli popłynąć statkiem po Kanale Gliwickim, piknik integracyjny, wspólnie kołędowanie, warsztaty plastyczne, warsztaty kulinarne oraz wyjście kulturalno–integracyjne.

Liczba odbiorców zadania – **50 osób**. Kwota dotacji: **12 000,00 zł**.

**14. Uczniowski Klub Sportowy „Oktagon”, z siedzibą w Katowicach przy ul. Wiosny Ludów 22 – „Aktywny Senior z Oktagonem – IV edycja”.** W wyniku podjętych działań w ramach zadania przeprowadzone zostały dwa rodzaje szkoleń, tj. z zakresu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej z elementami zagrożeń epidemiologicznych, w tym w kontekście grypy sezonowej oraz COVID oraz z zakresu szeroko rozumianego bezpieczeństwa seniora, w tym: bezpieczeństwa w domu, banku, Internecie, na wycieczce.

Liczba odbiorców zadania – **77 osób**. Kwota dotacji: **5 000,00 zł**.

**15. Klub Rekreacyjno–Sportowy Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej „Czarni” przy KWK „Wieczorek”, z siedzibą w Katowicach, przy ul. Radosnej 35C – „Integracja i aktywizacja osób starszych, w tym kombatantów i osób represjonowanych – warsztaty muzyczne dla seniorów”.** Zadanie polegało na organizacji zajęć muzycznych dla seniorów. Zajęcia odbywały się w wymiarze 2 godz. tygodniowo, a w listopadzie odbył się koncert z udziałem seniorów, ponadto seniorzy wystąpili również podczas obchodów Europejskiego Dnia Seniora na Skwerze Seniora w Parku im. T. Kościuszki.

Liczba odbiorców zadania – **25 osób**. Kwota dotacji: **14 200,00 zł**.

**16. Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów Policijnych Zarząd Główny, z siedzibą w Warszawie, przy ul. Domaniewskiej 36/38 – „Aktywny Senior”.** Zadanie polegało na organizacji dwudniowej wycieczki do Niepołomic i Bochni dla seniorów policyjnych, w trakcie której seniorzy zdobyli wiedzę historyczną i kulturową na temat zwiedzanych miejsc, korzystając jednocześnie z mikroklimatu kopalni soli, wzmocnili również więzi społeczne i integrację środowiska seniorów policyjnych.

Liczba odbiorców zadania – **40 osób**. Kwota dotacji: **4 953,00 zł**.

#### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

1. Rozmowy edukacyjne pracowników socjalnych z osobami starszymi podczas wizyt/rozmów telefonicznych o procesie starzenia się.
2. Realizacja programu „Radość Życia - Wszystko Mogę” i Grupy wsparcia „Radość życia”.
3. W ramach realizowanych projektów: „Program Aktywności Lokalnej Wełnowiec-Józefowiec i Dąb, w stronę sprawiedliwej transformacji”, „Centrum Społecznościowe Nasze Załęże”, „Centra Społecznościowe w Śródmieściu i Zawodziu”, „Centrum Społecznościowe Szopki w Szopienicach”, „Bogucice – moje miejsce na ziemi”, „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” podejmowano liczne działania przygotowujące do okresu starości. Realizowano działania łączące edukację z praktyką, w tym:
  - zajęcia ruchowe - dedykowane ćwiczenia poprawiające sprawność i mobilność, stanowiące profilaktykę chorób,
  - spotkania integracyjne – gry, w tym: planszówki, służące aktywizacji społecznej i intelektualnej,
  - wyjścia integracyjne - działania wspierające relacje międzyludzkie i zapobiegające izolacji.

**Cel 2. Zmiana stylu życia w sferze zdrowia psychicznego, aktywności intelektualnej, odżywiania, rytmu dnia, rekreacji, higieny ciała i unikania zachowań ryzykownych pod względem zdrowotnym.**

Zadania realizowane przez Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice:

**1. Program profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku – etap podstawowy**

Program profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku skierowany jest corocznie do mieszkańców Katowic, którzy w danym roku kalendarzowym kończą 60-64 lata oraz 75-79 lat oraz powyżej 85 lat. Mogą oni skorzystać z szeregu bezpłatnych badań, w tym m.in. z: pomiaru poziomu glukozy we krwi, poziomu hemoglobiny glikowanej HbA1 czy poziomu TSH, badania sprawności pamięci, sprawności fizycznej, czy też wzroku i słuchu. Wyniki badań były interpretowane przez lekarzy, którzy wystawiali ewentualne skierowania do dalszej diagnostyki w ramach powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego do poradni specjalistycznych (geriatrycznych, endokrynologicznych, neurologicznych, chirurgicznych, onkologicznych, schorzeń sutka, okulistycznych, foniatrycznych, diabetologicznych) lub leczenia w szpitalnych oddziałach specjalistycznych. Mieszkańcy, u których stwierdzono niesprawność ruchową, otrzymali możliwość wzięcia udziału w zajęciach rehabilitacyjnych finansowanych przez miasto Katowice w ramach II etapu Programu. W 2025 r. realizatorami badań były następujące podmioty wybrane w otwartym konkursie ofert:

- NT Medical Sp. z o.o., z siedzibą w Katowicach przy ul. Boya-Żeleńskiego 77 – umowa na kwotę: **2 600,00 zł**,
- Przychodnia NZOZ „Na Witosa” Sp. z o.o. w Katowicach przy ul. Witosa 21 - umowa na kwotę: **36 300,00 zł**,
- CenterMed Sp. z o.o., z siedzibą w Tarnowie przy ul. Bandrowskiego 16A – umowa na kwotę: **21 000,00 zł**,
- Centrum Medyczne GRANICZNA Sp. z o.o., z siedzibą w Katowicach przy ul. Granicznej 45 – umowa na kwotę: **11 700,00 zł**,
- EMC Silesia Sp. z o.o., z siedzibą w Katowicach przy ul. Morawa 31 – umowa na kwotę: **2 600,00 zł**.

Łącznie na realizację etapu podstawowego Programu w 2025 r. przeznaczono środki finansowe w wysokości: 74 200,00 zł. W ramach zawartych umów badaniami profilaktycznymi w ramach etapu podstawowego objęto 288 osób.

Tabela poniżej przedstawia wyniki przeprowadzonych badań:

Liczba interwencji w populacji badanych kobiet i mężczyzn z grupy osób:						
Skierowania	60-64 l.		75-79 l.		pow. 85 l.	
Liczba kobiet objętych badaniem	90		105		22	
Liczba mężczyzn objętych badaniem	29		35		7	
Liczba osób bez względu na płeć	119		140		29	
Liczba osób skierowanych do poradni geriatrycznych	1	1%	21	15%	12	41%
Liczba osób skierowanych do innych poradni specjalistycznych	49	41%	48	34%	12	41%
Liczba osób skierowanych do leczenia szpitalnego	0	0%	0	0%	0	0%
Liczba skierowań wydanych do etapu rehabilitacyjnego	58	49%	29	21%	9	31%

Raporty realizatorów corocznie wskazują, że wśród kobiet zainteresowanie udziałem w badaniach profilaktycznych jest większe. W 2025 r. z programu skorzystało **217 kobiet i 71 mężczyźni**.

## **2. Program profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku – etap rehabilitacyjny**

Z etapu rehabilitacyjnego Programu mogli skorzystać mieszkańcy Katowic, którzy wzięli udział w etapie podstawowym, w którym stwierdzono u nich niesprawność ruchową. Przeprowadzono dla nich 16-god. cykle zajęć rehabilitacyjnych w grupach nie większych niż 10 osób. Łącznie objęto nimi 30 osób.

Realizatorami etapu rehabilitacyjnego były następujące podmioty wybrane w otwartym konkursie ofert:

- NT Medical Sp. z o. o., z siedzibą w Katowicach przy ul. Boya-Żeleńskiego 77 - umowa na kwotę: **4 000,00 zł**,
- EMC Silesia Sp. z o.o., z siedzibą w Katowicach przy ul. Morawa 31 - umowa na kwotę: **5 280,00 zł**.
- Fundacja Unia Bracka, z siedzibą w Rudzie Śląskiej przy ul. Kokota 172 – umowa na kwotę **2 360,00 zł**.

Łącznie przeznaczono na ten cel kwotę: **11 640,00 zł**.

**Łącznie objęto programami 288 osób (288 badania i z tego 30 dodatkowo rehabilitacja).**

### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

1. Spotkania seniorów w ramach grupy wsparcia pn. „Radość Życia – Wszystko Mogę”, którego jednym z głównych celów pozostaje zapewnienie potrzeb towarzyskich i kulturalnych, poprzez możliwość wspólnego spędzania czasu wolnego z innymi ludźmi, wspólnych wyjść m.in. na wystawy do muzeum, na seanse filmowe do kina oraz udział w wyjazdowych wycieczkach w różne ciekawe miejsca w kraju.
2. Pracownicy socjalni informowali seniorów o:
  - funkcjonujących w dzielnicy Klubach Seniora,
  - spotkaniach prowadzonych dla seniorów w Miejskich Domach Kultury, Bibliotekach Publicznych dotyczących prawidłowego żywienia, profilaktyki zdrowotnej,
  - możliwości skorzystania z „Programu profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku”, w ramach którego osoby zainteresowane mogły wykonać różne rodzaje badań dostępnych w ramach programu,
  - profilaktyce przeciw grypie i możliwości bezpłatnych szczepień,
  - możliwości skorzystania z bezpłatnych form wsparcia w ramach NFZ,
  - różnego typu wydarzeniach skierowanych do osób starszych.
3. Pracownicy socjalni przekazywali informacje dotyczące „Miejskiego systemu powiadamiania ratunkowego – Sygnał życia”.
4. Pracownicy Terenowych Punktów Pomocy Społecznej rozpowszechniali „Informator dla seniorów”.

### **Cel 3. Poprawa kondycji fizycznej i zwiększenie aktywności fizycznej seniorów.**

#### Zadania realizowane przez Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice:

1. W 2025 r. kontynuowane były działania sportowe dla seniorów. Realizowane projekty nadal spotkały się z bardzo dużym zainteresowaniem:

**1) Akademicki Związek Sportowy Uniwersytetu Śląskiego, z siedzibą w Katowicach przy ul. Bankowej 12 – „Fit Senior – bezpłatne zajęcia w dzielnicach”.** Realizacja zadania polegała na aktywizacji osób powyżej 60 roku życia poprzez organizację różnorodnych zajęć sportowych, integracyjnych oraz działań promujących zdrowy styl życia.

Efektom przedsięwzięcia była poprawa ogólnej sprawności uczestników, zwiększenie ich kondycji fizycznej oraz kształtowanie postaw sprzyjających samodzielnemu podejmowaniu aktywności w przyszłości. Zajęcia były bezpłatne i odbywały się w obiektach sportowych na terenie całych Katowic.

W ramach projektu zrealizowano także działania prozdrowotne i edukacyjne, w tym spotkania z dietetykiem dotyczące zasad zdrowego odżywiania, profilaktyki chorób cywilizacyjnych oraz komponowania zbilansowanych posiłków. Organizowano również prelekcje i konsultacje związane z profilaktyką

zdrowotną, m.in. w zakresie chorób układu krążenia czy osteoporozy. Uczestnicy mieli ponadto możliwość skorzystania ze wsparcia psychicznego i relaksacyjnego, obejmującego zajęcia z zakresu relaksacji i medytacji.

W ofercie sportowej znalazły się m.in.: aqua aerobik, taniec, pływanie, badminton, joga, gimnastyka, pilates, tenis stołowy, zajęcia „zdrowe plecy” oraz fitball. Akademicki Związek Sportowy prowadził dedykowaną stronę internetową projektu, na której na bieżąco publikowano informacje organizacyjne, aktualizacje harmonogramu oraz komunikaty dotyczące zajęć. Strona służyła również do przekazywania seniorom informacji o innych inicjatywach realizowanych przez miasto Katowice. Łącznie przeprowadzonych zostało **900 zajęć**.

**Liczba odbiorców zadania – 447 osób. Kwota dotacji: 205 000,00 zł.**

**2) Katowickie Stowarzyszenie Tenisowe Akademia Tenisa Katarzyny Pyka, z siedzibą w Katowicach przy ul. Chorzowskiej 73A – „Integracja i aktywizacja osób starszych, w tym kombatantów i osób represjonowanych poprzez wspieranie działań na rzecz integracji i zwiększenia uczestnictwa w życiu społecznym seniorów”.** Zadanie polegało na organizacji zajęć tenisowych oraz ogólnorozwojowych skierowanych do osób starszych, realizowanych na kortach tenisowych MOSiR Katowice przy ul. Szopienickiej 70. Łącznie zrealizowano 50 godz. zajęć, z uwzględnieniem przerwy w okresie lipiec–sierpień. **Liczba odbiorców zadania – 25 osób. Kwota dotacji: 7 700,00 zł.**

**3) Fundacja „Bażantowo”, z siedzibą w Katowicach przy ul. Z. Hierowskiego 2 – „Zdrowy i aktywny senior”. Program miał na celu przeciwdziałanie osamotnieniu i marginalizacji osób starszych poprzez aktywne ich uczestnictwo w zajęciach sportowych.** Cele zdrowotne programu osiągnięte zostały poprzez:

- ćwiczenia ogólnorozwojowe na salkach fitness,
- ćwiczenia na basenie,
- ćwiczenia oddechowe,
- inhalacje jodowe w tężni solankowej.

Łącznie w okresie:

- Od 1 marca do 15 lipca 2025 r. zorganizowano 217 godz. zajęć sportowych, w tym 114 godz. zajęć na salkach fitness oraz 103 godz. zajęć sportowych na basenie. Ponadto, seniorzy skorzystali z 54 godz. tężni solankowej.

**Liczba odbiorców zadania – 161 osób. Kwota dotacji: 66 574,81 zł,**

- **Od 1 do 19 grudnia 2025 r.** zorganizowano 36 godz. zajęć sportowych, w tym 18 godz. zajęć na salkach fitness oraz 18 godz. zajęć sportowych na basenie. **Liczba odbiorców zadania – 140 osób. Kwota (zamówienia publiczne): 10 008,00 zł,**

**4) Klub Rekreacyjno–Sportowy Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej „Czarni” przy KWK „Wieczorek”, z siedzibą w Katowicach, przy ul. Radosnej 35C – „Integracja i aktywizacja osób starszych, w tym kombatantów i osób represjonowanych – joga dla seniorów”.** Zadanie polegało na organizacji zajęć jogi dla seniorów. Zajęcia odbywały się 2 razy w tygodniu. **Liczba odbiorców zadania – 25 osób. Kwota dotacji: 11 086,43 zł.**

#### Zadania realizowane przez Wydział Sportu Urzędu Miasta Katowice:

1. Dotacja udzielona dla Śląskiego Związku Tenisowego na realizację zadania publicznego pt. „Organizacja imprez sportowych i turystycznych” – „XXXIV Międzynarodowy Turniej Tenisowy Senior Katowice CUP 2025 MT200 Katowice”, który odbył się w terminie od 2 do 6 sierpnia 2025 r., a dotacja została rozliczona w wysokości: **4 000,00 zł**. W Turnieju wzięło udział 60 zawodników i zawodniczek, w tym: **25 seniorów powyżej 60 roku życia**.
2. Wsparcie Miasta Katowice w organizacji wyjazdu sportowo-turystycznego dla słuchaczy Uniwersytetu Ekonomicznego Trzeciego Wieku w Katowicach, który odbył się w Wiśle w dniu 13 lutego 2025 r. Wycieczka miała na celu utrzymanie dobrej kondycji psychofizycznej seniorów oraz integrację społeczną. Miasto Katowice partycypowało w kosztach transportu, który wyniósł: **1 800,00 zł**. W wycieczce wzięło udział **48 seniorów**.

#### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

1. W ramach programu „Radość Życia – Wszystko Mogę” odbywały się spacerzy po parku z kijkami nordic walking. Ponadto, kilkakrotnie przed rozpoczęciem zajęć, miały miejsce krótkie ćwiczenia ruchowe, w których chętnie brali udział wszyscy uczestnicy spotkania.
2. Pracownicy socjalni informowali seniorów o ofercie Dziennych Domów Pomocy Społecznej i popołudniowych klubów społecznościowych oraz zachęcali do skorzystania z ich oferty, w ramach której również odbywają się zajęcia ruchowe.
3. W ramach realizowanych projektów tj.: „Program Aktywności Lokalnej Wełnowiec-Józefowiec i Dąb, w stronę sprawiedliwej transformacji”, „Centrum Społecznościowe Nasze Załęże”, „Centra Społecznościowe w Śródmieściu i Zawodziu”, „Centrum Społecznościowe Szopki w Szopienicach”, „Bogucice – moje miejsce na ziemi”, „Nikiszowieckie Centrum Sprawiedliwej Transformacji”, „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” podejmowano liczne działania ukierunkowane na poprawę kondycji fizycznej oraz zwiększenie poziomu aktywności fizycznej seniorów. W tym celu organizowano różnorodne formy zajęć ruchowych, dostosowane do możliwości i potrzeb uczestników, takie jak: zajęcia sportowe, nordic walking, joga czy regularne spacerzy. Działania te sprzyjały nie tylko poprawie sprawności fizycznej, lecz także integracji społecznej oraz podniesieniu jakości życia osób starszych.
4. W ramach działań kierowanych do katowickich seniorów zrealizowano zajęcia z choreoterapii, które odbywały się w kilku dzielnicach miasta m.in. na Giszowcu, a ich celem był rozwój umiejętności taneczno-ruchowych, wspomagających edukację, zmniejszenie napięć psychicznych i fizycznych organizmu, integrację poprzez skoordynowany rytm i ruch – tworzenie atmosfery bezpieczeństwa i akceptacji grupy, poprawę samopoczucia, usprawnienie techniki oddychania, naukę różnych form odpoczynku i relaksacji oraz uwrażliwienie na sztukę.
5. W ramach XI edycji Budżetu Obywatelskiego dla mieszkańców dzielnicy Piotrowice i Ochojec pn. „Aktywny Senior 55+ i jego środowisko lokalne”, współfinansowanego ze środków budżetu miasta Katowice, zrealizowano: 37 godz. zajęć nordic walking, 32 godz. zajęć „Zdrowy kręgosłup”, 32 godz. zajęć gimnastyki, 32 godz. zajęć jogi, 32 godz. zajęć pilatesu, 64 godz. zajęć zumbi, 28 godz. zajęć „Slow jogging”.

#### Cel 4. Dostosowanie usług społecznych do potrzeb oraz możliwości osób starszych.

##### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

1. W ramach programu pn. „Radość Życia - Wszystko Mogę” działania nakierowane były na poprawę jakości życia seniorów oraz ich sprawności funkcjonalnej w postaci: zapewnienia potrzeb towarzyskich i kulturalnych.
2. Pracownicy socjalni:
  - a) informowali o możliwości skorzystania przez niepełnosprawnych seniorów z usługi transportowej dla mieszkańców Katowic, ofercie Dziennych Domów Pomocy Społecznej i popołudniowych klubów społecznościowych, oraz zachęcali do skorzystania z tej oferty,
  - b) przekazywali informacje dotyczące „Miejskiego systemu powiadamiania ratunkowego – Sygnał życia”, tłumaczyli w jaki sposób wezwać pomoc za pomocą telefonu komórkowego,
  - c) informowali seniorów o funkcjonujących w dzielnicy Klubach Seniora, zajęciach prowadzonych dla seniorów w Miejskich Domach Kultury,
  - d) uczestniczyli w działaniach skierowanych przez miasto dla seniorów - podczas tych wydarzeń, informowali o możliwości skorzystania z różnych form wsparcia oferowanych przez miasto i Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach,
  - e) zgłaszali niepełnosprawnych seniorów do objęcia usługą asystenta oraz do objęcia pomocą przez wolontariuszy,
  - f) uczyli seniorów podstawowej obsługi telefonu komórkowego – odbierania połączeń, wybierania numerów do członków rodziny, przyjaciół, przychodni itp., a także pomagali w wejściu na portale społecznościowe, gdzie mogli zobaczyć zdjęcia dawno niewidzianych członków rodziny.
3. W ramach projektów: „Program Aktywności Lokalnej Wełnowiec-Józefowiec i Dąb, w stronę sprawiedliwej transformacji”, „Centrum Społecznościowe Nasze Załęże”, „Centra Społecznościowe w Śródmieściu i Zawodziu”, „Centrum Społecznościowe Szopki w Szopienicach”, „Bogucice – moje

miejsce na ziemi”, „Nikiszowieckie Centrum Sprawiedliwej Transformacji”, „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” realizowano działania o charakterze kulturalnym, edukacyjnym i integracyjnym, mające na celu aktywizację społeczną seniorów oraz przeciwdziałanie ich wykluczeniu. Obejmowały one m.in. wyjścia do kina, teatru oraz innych instytucji kultury, organizację spotkań integracyjnych i okolicznościowych, wspólne spacerunki i wycieczki, warsztaty tematyczne, spotkania edukacyjne, a także inicjatywy sprzyjające budowaniu więzi międzypokoleniowych. Działania te były dostosowane do potrzeb, możliwości oraz zainteresowań osób starszych.

4. W ramach XI edycji Budżetu Obywatelskiego dla mieszkańców dzielnicy Piotrowice i Ochojec, pn. „Aktywny Senior 55+ i jego środowisko lokalne”, współfinansowanego ze środków budżetu miasta Katowice, zrealizowano: 8 wyjść do kina, 12 warsztatów tematycznych, 3 spotkania z zakresu dietoprofilaktyki, 5 spotkań z zakresu psychoedukacji, 5 wycieczek (w tym do: Planetarium, Parku Śląskiego, Będzina, po dzielnicach Katowic), koncert integracyjny, „Dzień Seniora – Senioralia”, andrzejkowe biesiadowanie przy muzyce, spotkanie międzypokoleniowe „Wieczór z muzyką przy blasku świec”.

#### Zadania realizowane przez Powiatowy Urząd Pracy w Katowicach:

Powiatowy Urząd Pracy w Katowicach realizował swoje zadania w ramach „Inkubatora Zawodowej Aktywizacji Seniora”, który wspomagał katowickich seniorów w poszukiwaniu pracy: kobiet 60+ oraz mężczyzn 65+. Inkubator oferował seniorom: wsparcie doradców zawodowych w powrocie na rynek pracy, usługi doradcze w zakresie poszukiwania pracy, sporządzanie dokumentów aplikacyjnych, pomoc doradców zawodowych w zakresie przygotowania do rozmów kwalifikacyjnych, pomoc doradców zawodowych w rozpoznaniu predyspozycji zawodowych. Pracownicy urzędu również aktywnie uczestniczyli w organizowanych wydarzeniach na rzecz seniorów.

#### **Cel 5. Zapewnienie odpowiedniej opieki nad osobami o ograniczonej samodzielności poprzez rozwój usług opiekuńczych.**

#### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

Pracownicy socjalni:

- a) oferowali osobom starszym, niepełnosprawnym, niezaradnym życiowo usługi opiekuńcze, które obejmują pomoc w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, opiekę higieniczną, zaleconą przez lekarza pielęgnację oraz w miarę możliwości, zapewnienie kontaktów z otoczeniem oraz specjalistyczne usługi opiekuńcze dostosowane do szczególnych potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności oraz usługi sąsiedzkie,
- b) w ramach współpracy z Klubami Seniora i parafiami informowali o ww. formach wsparcia,
- c) informowali o usługach w ramach opieki wytchnieniowej, usłudze asystenta, możliwości wsparcia w osobie wolontariusza oraz zamieszkania w mieszkaniu wspomagającym,
- d) informowali seniorów o możliwości skorzystania z bezpłatnej pomocy realizowanej w ramach NFZ,
- e) informowali o ofercie Dziennych Domów Pomocy Społecznej i popołudniowych klubów społecznościowych oraz zachęcali do skorzystania z tej oferty,
- f) na bieżąco reagowali na zgłoszenia dotyczące objęcia osób starszych i niepełnosprawnych odpowiednią pomocą usługową oraz monitorowali sprawowanie usług przez opiekunki,
- g) celem zapewnienia adekwatnej pomocy współpracowali z członkami rodzin, lekarzami, pielęgniarkami i sąsiadami.

#### **Cel 6. Stworzenie systemów wsparcia dla opiekunów nieformalnych, w szczególności na poziomie lokalnym.**

#### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

Pracownicy socjalni informowali o możliwości skorzystania z usług sąsiedzkich, usług w ramach opieki wytchnieniowej, usług Dziennych Domów Pomocy Społecznej, popołudniowych klubów

społecznościowych, Mieszkań Chronionych Wspieranych, Środowiskowych Domów Samopomocy, Domów Pomocy Społecznej, pomocy w formie posiłku wraz z dowozem do miejsca zamieszkania.

### **Cel 7. Zapewnienie bezpieczeństwa osób starszych i przeciwdziałanie stosowanym wobec nich nadużyciom.**

#### **Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:**

1. W czasie wizyt u osób starszych, a także podczas rozmów telefonicznych, pracownicy socjalni ostrzegali przed pojawiającymi się zagrożeniami dla seniorów związanymi z wyłudzeniami na tzw. „wnuczka”, „gazownika”, „na kuriera”, „pracownika socjalnego” itp., kradzieżami, udostępnianiem danych osobowych, wyłudzeniem kredytów itp. Pracownicy socjalni w ramach edukacji uczulali osoby starsze, aby w sytuacji powzięcia podejrzenia, że mogą stać się ofiarą przestępcy kontaktowali się z rodziną, czy pracownikiem socjalnym lub informowali Policję. Ponadto, podczas spotkań z seniorami pracownicy socjalni przekazywali informacje od dzielnicowych: w jaki sposób zabezpieczyć się przed oszustwem.

2. W 2025 r. w ramach programu pn. „Radość Życia – Wszystko Mogę” odbyło się spotkanie z dzielnicowym Komisariatu IV Policji, na którym omawiano tematy dotyczące bezpieczeństwa seniorów, procedury związanej z przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie - „Niebieska Karta”.

3. Zwiększano świadomość osób starszych na temat sytuacji przemocy oraz informowano o instytucjach, do których można się zwrócić w sytuacji doświadczania przemocy. Ośrodek Interwencji Kryzysowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Katowicach pomagał mieszkańcom Katowic, którzy znaleźli się w różnych sytuacjach kryzysowych, w tym związanych z doznawaniem przemocy.

W 2025 r. z pomocy Ośrodka skorzystały 64 osoby w wieku 60 lat i więcej, z czego 10 osób doznawało przemocy, a 4 osoby były wskazane jako stosujące przemoc. Pozostali seniorzy doświadczali innych kryzysów.

Ośrodek obsługiwał bezpłatny Telefon Zaufania dla Pensjonariuszy Domów Pomocy Społecznej w Katowicach i Ich Rodzin. Numer telefonu: 506 041 100 czynny był od poniedziałku do piątku w godz. od 8.00 do 19.00.

4. W ramach projektu pn. „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” realizowano cykl zajęć komputerowych dla seniorów - „Smart Senior”. Celem zajęć było podniesienie kompetencji cyfrowych osób starszych, zwiększenie ich samodzielności w korzystaniu z nowoczesnych technologii oraz przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu, a także ułatwienie seniorom dostępu do informacji i usług online, w tym e-usług publicznych oraz rozwijanie umiejętności bezpiecznego i świadomego korzystania z Internetu w życiu codziennym. Część zajęć dotyczyła tematyki związanej z bezpieczeństwem w sieci.

### **Cel 8. Rozwój oferty edukacyjnej dla osób starszych w obszarach zgodnych z potrzebami.**

#### **Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:**

1. Pracownicy socjalni informowali o możliwości skorzystania z „Programu profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku”, w ramach którego osoby zainteresowane mogły wykonać różne rodzaje badań dostępnych w ramach programu wraz z interpretacją uzyskanych wyników oraz skierowaniem do dalszej diagnostyki w ramach powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego.

2. W ramach projektów: „Program Aktywności Lokalnej Wełnowiec-Józefowiec i Dąb, w stronę sprawiedliwej transformacji”, „Centrum Społecznościowe Nasze Załęże”, „Centra Społecznościowe w Śródmieściu i Zawodziu”, „Centrum Społecznościowe Szopki w Szopienicach”, „Bogucice – moje miejsce na ziemi. W stronę sprawiedliwej transformacji”, „Nikiszowieckie Centrum Sprawiedliwej Transformacji” realizowano aktywności w ramach zadań publicznych takich jak: „Działania podnoszące wiedzę i świadomość na temat wsparcia kompetencji kobiet”, „Działania edukacyjne i świadomościowe z zakresu ekologii” oraz „Działania kulturalne z zakresu tożsamości lokalnej, regionalnej, historycznej”.

3. W ramach 16 Klubów Seniora utworzonych w ramach projektu pn. „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” realizowano ofertę edukacyjną w postaci spotkań, zajęć integracyjnych, czy warsztatów tematycznych.

4. W ramach działań z zakresu edukacji i aktywizacji seniorów zgodnie z wnioskami Radnych Miasta Katowice wsparto realizację akcji „Go Senior” poprzez organizację cyklu 5 spotkań edukacyjno-warsztatowych „Górny Śląsk – tradycja, strój, wzornictwo” oraz cyklu 4 zajęć z samoobrony dla seniorów.
5. W ramach XI edycji Budżetu Obywatelskiego dla mieszkańców dzielnicy Piotrowice i Ochojec, pn. „Aktywny Senior 55+ i jego środowisko lokalne”, współfinansowanego ze środków budżetu miasta Katowice, zrealizowano: 12 warsztatów tematycznych: zdrowotne, kosmetyczne, kulinarne, ekologiczne, rękodzielnicze), 3 spotkania z zakresu dietoprofilaktyki, 5 spotkań z zakresu psychoedukacji, 25 godz. zajęć komputerowych, 64 godz. zajęć nauki języka angielskiego.

#### **Cel 9. Upowszechnianie edukacji obywatelskiej.**

##### **Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:**

1. Pracownicy socjalni byli w stałym kontakcie z Klubami Seniora, parafiami, przychodniami, Miejskimi Domami Kultury.
2. Działania Świetlic Środowiskowych i Specjalistycznych Klubów Młodzieżowych na rzecz Seniorów:
  - Przygotowanie przez dzieci uczęszczające do Świetlic i Klubów laurki i upominków z okazji dnia Babci i Dziadka.
  - Złożenie życzeń z okazji Dnia Babci i Dnia Dziadka poprzez konto na portalu społecznościowym wszystkim babciom i dziadkom.
  - Impreza okolicznościowa z okazji Dnia Babci i Dziadka dla seniorów z rodzin wychowanków Świetlicy. Wychowankowie zaprosili do placówki swoje babcie i dziadków, pod kierunkiem wychowawców przygotowali występy artystyczne, laurki, upominki oraz poczęstunek w ramach kulinarnych zajęć terapii zajęciowej.
  - Wsparcie przez Świetlicę Specjalistyczną organizacji okolicznościowego spotkania z okazji Dnia Hutnika dla emerytowanych pracowników zrzeszonych w ramach związku zawodowego przy Hucie Metali Nieżelaznych działającej na terenie Szopienic.
  - Wsparcie przez Świetlicę Specjalistyczną organizacji spotkania wigilijnego dla emerytowanych pracowników zrzeszonych w ramach związku zawodowego przy Hucie Metali Nieżelaznych działającej na terenie Szopienic. Wychowawcy wraz z wychowankami przygotowali choinkę, ozdoby i dekoracje świąteczne w sali, w której odbywało się spotkanie. Seniorom złożono życzenia oraz poczęstowano piernikami przygotowanymi przez dzieci w trakcie zajęć.
  - Spartakiady Sportowe: „Zimowa” oraz „Letnia”, w trakcie których dzieci ze Świetlicy Specjalistycznej nr 3 i seniorzy uczęszczający do Dziennego Domu Pomocy Społecznej nr 7, w grupach mieszanych rywalizowali ze sobą w zabawach i konkurencjach quizowo-sportowych.
  - Przygotowywanie kartek z życzeniami świątecznymi oraz upominków z okazji Świąt Bożego Narodzenia dla pensjonariuszy Dziennych Domów Pomocy Społecznej w Katowicach.
  - Walentynki z Seniorami – wychowankowie Świetlic przygotowali kartki, którymi obdarowali seniorów.

#### **Cel 10. Upowszechnianie edukacji w zakresie nowych technologii.**

##### **Zadania realizowane przez Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice:**

**1. Śląskie Centrum Edukacji i Rehabilitacji „Arteria”, z siedzibą w Katowicach przy ul. Francuskiej 29 – „Silver Sila – edycja 2025”.** Realizacja zadania polegała na organizacji m.in. warsztatów komputerowych, mających na celu podniesie poziomu kompetencji seniorów w obszarze nowych technologii oraz warsztatów jogi, poprawiających sprawność fizyczną osób starszych. Ponadto, seniorzy uczestniczyli w warsztatach z muzykoterapii.

Liczba odbiorców zadania – **29 osób**. Kwota dotacji: **20 000,00 zł**.

##### **2. Punkt Cyfrowego Wsparcia Seniorów**

Realizacja projektu zakładała bezpłatne warsztaty z obsługi smartfona, komputera i tabletu. W czasie 3-godz. zajęć przy kawie i ciastku seniorzy dowiadywali się jak m.in. obsługiwać smartfon, napisać SMS lub

e-maila, wysłać zdjęcia do swoich bliskich, zaoszczędzić na zakupach i wiele innych przydatnych funkcjonalności. Ponadto, w ramach Punktu Cyfrowego Wsparcia trenerzy świadczyli również usługę doradztwa cyfrowego. Gwarantowane były małe grupy uczestników. Na czas szkolenia każdy senior miał zapewniony smartfon zakupiony przez miasto Katowice. Zadanie realizowała Fundacja Klub KONTRA, która zapewniała trenerów posiadających doświadczenie w realizacji prowadzenia szkoleń w obszarze IT.

W 2025 r. zostało przeprowadzonych łącznie 700 godz. cyfrowego wsparcia, w tym: 360 godz. szkoleń oraz 340 godz. wsparcia indywidualnego.

Liczba odbiorców zadania – **887 osób**. Kwota dotacji: **120 000,00 zł**.

#### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

1. W ramach XI edycji Budżetu Obywatelskiego dla mieszkańców dzielnicy Piotrowice i Ochojec, pn. „Aktywny Senior 55+ i jego środowisko lokalne”, współfinansowanego ze środków budżetu miasta Katowice, zrealizowano cykl zajęć komputerowych w wymiarze 64 godz.

2. W ramach projektu pn. „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” realizowano cykl zajęć komputerowych dla seniorów - „Smart Senior”.

## II. NOWE ZADANIA REALIZOWANE PRZEZ MIASTO KATOWICE NA RZECZ SENIORÓW ORAZ KONTYNUACJA DOTYCHCZASOWYCH.

#### Zadania realizowane przez Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice:

1. W 2025 r. kontynuowany był projekt pn. „**Srebrny Telefon dla Katowickich Seniorów**”, dzięki któremu można było uzyskać informacje na temat możliwości wsparcia osób starszych oraz realizowanych programów na terenie Katowic.

„Srebrny Telefon dla Seniora” działał w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Katowicach codziennie w godzinach od 7.30 do 15.30.

Dzwoniąc można było uzyskać zarówno odpowiedzi na pytania dotyczące wszelkich form wsparcia finansowego, ale i także niepieniężnego dla osób w wieku senioralnym.

**2. Działalność Rady Seniorów Miasta Katowice** ma charakter opiniodawczy, doradczy i inicjatywny dla władz miasta Katowice. W kwietniu 2025 r. powołana została IV kadencja Rady, która liczy 15 członków posiadających szeroką wiedzę i doświadczenie w kwestiach polityki senioralnej. Pierwsze inauguracyjne posiedzenie Rady IV kadencji odbyło się w dniu 28 kwietnia 2025 r. Łącznie w 2025 r. odbyło się 6 sesji Rady Seniorów IV kadencji. Warte podkreślenia jest, że w każdym z tych posiedzeń Rady uczestniczyła Pani Aleksandra Musioł - Pełnomocnik Prezydenta ds. seniorów. Ponadto, na każde posiedzenie Rada zapraszała osobę, która przybliżała jej problematykę pracy związaną z seniorami. W 2025 r. Rada Seniorów IV kadencji gościła następujące osoby:

- Prezydenta Miasta Katowice - Pan Marcina Krupę;
- Wiceprezydenta Miasta Katowice - Pana Macieja Stachurę;
- Naczelnika Wydziału Polityki Społecznej - Panią Małgorzatę Moryń-Trzęsimiech;
- Zastępcę Naczelnika Wydziału Polityki Społecznej - Panią Jolantę Wolanin;
- Przewodniczącą Ostrawskiej Rady Seniorów - Panią Ludmiłę Holubową;
- Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Katowicach - Panią Annę Trepkę;
- Pełnomocnika Prezydenta ds. Osób Niepełnosprawnych - Panią Bożenę Michałek;
- Zastępcę Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Katowicach - Pana Mariusza Nowaka;
- Kierownika ds. Osób Niepełnosprawnych Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Katowicach - Panią Agatę Wicher;
- Pełnomocnika Prezydenta ds. Młodzieży - Pana Kacpra Kwietnia;
- Prezesa Śląskiego Zarządu Wojewódzkiego Polskiego Komitetu Pomocy Społecznej - Panią Irenę Radomską.

Dodatkowo, Rada Seniorów IV kadencji od kwietnia do grudnia 2025 r. spotykała się i wymieniała doświadczeniami z Radami Seniorów z innych miast, tj. np. Krakowa, Połonica, Sandomierza, Warszawy, czy Wieliczki.

Delegacja Rady Seniorów Miasta Katowice uczestniczyła w wyjeździe studyjnym do Ostrawy - organizatorem tego wyjazdu było Stowarzyszenie „MOST”. W grudniu 2025 r. w ramach rewizyty do Katowic przyjechali natomiast seniorzy z Ostrawy.

W 2025 r. Rada Seniorów Miasta Katowice IV kadencji uczestniczyła w wielu konferencjach, koncertach, wyjazdach, imprezach i innych spotkaniach, tj. np. w:

- a) uroczystym zakończeniu roku akademickiego 2024/2025 Uniwersytetu Ekonomicznego Trzeciego Wieku,
- b) organizowanej przez Stowarzyszenie „Matuzalem” w Miejskim Domu Kultury „Koszutka” konferencji pn. „Dbam o zdrowie”,
- c) koncercie organizowanym w Katowice Miasto Ogrodów – Instytucji Kultury im. K. Bochenek pn. „NOC Świętojańska”,
- d) imprezie plenerowej pn. „Noc Świętojańska”,
- e) koncertach pn. „Czar Operetki” i „Czar Srebrnego Ekranu cz. II” (których była organizatorem),
- f) ogólnopolskiej imprezie pn. „Business Run”,
- g) marszu na 4 km, w którym Radę Seniorów reprezentowali: Pan Tadeusz Oczko, Pani Dorota Brodowiak, Pani Anna Paluch, Pani Janina Piwowarczyk, Pan Zbigniew Wójcik,
- h) EKO Pikniku z Radą Seniorów (którego była organizatorem) zorganizowanym na Skwerze Seniorów w Parku im. T. Kościuszki w Katowicach w dniu 21 września 2025 r.,
- i) 10 Jubileuszowym Dniu Seniora zorganizowanym na katowickim Rynku przez Stowarzyszenie Fami.Lock w dniu 29 września 2025 r., gdzie Rada miała również swoje stoisko,
- j) „Potańcówce z Wyspiańskim” zorganizowanej w partnerstwie ze Stowarzyszeniem „OPOKA”,
- k) obchodach Dnia Życzliwości zorganizowanych przez Stowarzyszenia „Mocni Razem” w Galerii Katowickiej w dniu 21 listopada 2025 r.,
- l) I Konwencji Rad Seniorów Województwa Śląskiego zorganizowanym przez Pełnomocnika Wojewody Śląskiego ds. Polityki Senioralnej - Panią Annę Jańskowską w dniu 27 listopada 2025 r.,
- m) wyjeździe do Sejmu na zaproszenie posłanki - Pani Ewy Kołodziej w dniu 10 grudnia 2025 r.,
- n) uroczystości Jubileuszu 55-lecia Miejskiego Domu Kultury „Koszutka”, które odbyło się w dniu 15 grudnia 2025 r.,
- o) spotkaniu grudniowym pn. „Opłatek z Radą Seniorów” z udziałem władz miasta Katowice oraz lauratami Laurów Rady z lat 2022, 2023, 2024 i 2025 r., które odbyło się w dniu 16 grudnia 2025 r. w Teatrze Bez Sceny,
- p) licznych spotkaniach opłatkowych w klubach seniorów, organizacjach pozarządowych, Społecznym Ministerstwie ds. Samotności itp.

**3. Współpraca z Narodową Orkiestrą Symfoniczną Polskiego Radia i Telewizji** – w 2025 r. w dalszym ciągu kontynuowana była współpraca z NOSPR oraz Instytucją Kultury im. Krystyny Bochenek Katowice Miasto Ogrodów, w ramach której katowiccy seniorzy mogli brać udział w bezpłatnych lub za symboliczną kwotę koncertach.

**4. Pełnomocnik Prezydenta ds. Seniorów – Pani Aleksandra Musioł** w okresie od marca do grudnia 2025 r. realizowała, koordynowała i inicjowała działania na rzecz środowiska osób starszych, ukierunkowane na poprawę jakości życia seniorów oraz wzmacnianie ich aktywności społecznej, a w szczególności:

- a) propagowała działania miejskie związane z prowadzeniem polityki senioralnej miasta Katowice ujętej w programie „Katowicki Senior w mieście na lata 2022–2027”, podczas kilkudziesięciu spotkań z seniorami,
- b) pełniła funkcję łącznika pomiędzy jednostkami administracji publicznej, środowiskiem senioralnym, organizacjami pozarządowymi oraz systemem pomocy społecznej, koordynując przepływ informacji oraz wspierając dostęp seniorów do instytucji i form pomocy,
- c) inicjowała i uczestniczyła w wielu wydarzeniach o charakterze społecznym i edukacyjnym, w tym w spotkaniach integracyjnych środowiska senioralnego,
- d) zrealizowała działania interwencyjne w sprawach dotyczących osób starszych, obejmujące różne obszary życia społecznego; udzielała wsparcia informacyjnego oraz kierowała do właściwych

instytucji i specjalistów, w tym świadczących poradnictwo prawne (przeprowadziła 15 skutecznych interwencji),

- e) pełniła dyżury dwa razy w tygodniu, podczas których udzielała wsparcia seniorom, przekazywała porady, wskazówki oraz informacje dotyczące dostępnych form wsparcia, w szczególności w zakresie polityki senioralnej oraz oferty instytucji publicznych i organizacji pozarządowych,
- f) zrealizowała działania badawcze we współpracy z Uniwersytetem Jagiellońskim, w tym koordynowała przeprowadzenie ankiet dotyczących postrzegania osób starszych w społeczeństwie (400 ankiet),
- g) była pomysłodawcą i realizatorem międzypokoleniowej akcji społecznej pn. „Podaruj seniorom radość na święta”, w ramach której przygotowano i przekazano seniorom 4 200 kartek świątecznych z okazji Świąt Wielkanocnych i Bożego Narodzenia,
- h) była współorganizatorem I edycji koncertu pn. „Srebrne Skrzydła”, podczas którego uhonorowano osoby i instytucje szczególnie zaangażowane w działania na rzecz środowiska senioralnego,
- i) propagowała profilaktykę zdrowotną, m.in. była współorganizatorem pierwszej w województwie śląskim konferencji pn. „Zdrowy mózg – jak można długo cieszyć się sprawnym umysłem”,
- j) brała udział w wydarzeniach i spotkaniach związanych z wdrażaniem założeń polityki miasta przyjaznego starzeniu się w związku z posiadaniem przez Katowice certyfikatu WHO (brała udział w konferencjach, spotkaniach online, w trakcie których prezentowała dobre praktyki miasta Katowice),
- k) brała udział w międzynarodowym projekcie edukacyjnym pn. „Nowy Senior” realizowanym przez Stowarzyszenie „MOST” we współpracy z czeską organizacją KCS Ostrawa,
- l) uczestniczyła w pracach komisji konkursowych dotyczących udzielania dotacji podmiotom uprawnionym do realizacji zadań z zakresu integracji i aktywizacji osób starszych,
- m) popularyzowała politykę senioralną m.in. poprzez: autorstwo 5 artykułów o tematyce senioralnej, brała również udział w 2 audycjach radiowych, 3 wywiadach dla Radia Katowice, gazety „Nasze Katowice” i dla „katowicach.eu”.

W zakresie współpracy instytucjonalnej Pani Aleksandra Musioł aktywnie współdziałała z szerokim gronem partnerów, w tym z Prezydentem i Wiceprezydentami Miasta, Wydziałem Polityki Społecznej, Wydziałem Edukacji, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Katowicach, a także z organizacjami pozarządowymi, klubami seniorów oraz instytucjami kultury. Istotnym obszarem współpracy były również kontakty z Katowicką Radą Seniorów, Uniwersytetami Trzeciego Wieku oraz Domami Pomocy Społecznej.

Ponadto, Pani Pełnomocnik współpracowała z innymi Pełnomocnikami Prezydenta odpowiedzialnymi za obszary takie jak: organizacje pozarządowe, równe traktowanie, młodzież, regionalizm oraz wsparcie osób z niepełnosprawnościami. Współdziałanie obejmowało także instytucje szczebla regionalnego, w tym: Pełnomocnika Wojewody Śląskiego ds. Polityki Senioralnej, Śląską Radę Seniorów, Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej oraz Śląską Delegaturę Obywatelskiego Parlamentu Seniorów.

Podejmowana współpraca służyła przede wszystkim upowszechnianiu i wzmocnieniu polityki senioralnej. Realizowano ją poprzez aktywny udział w konferencjach, wydarzeniach i inicjatywach organizowanych przez wskazane podmioty, co sprzyjało wymianie doświadczeń, integracji środowisk oraz promowaniu przez Pełnomocnika Prezydenta ds. Seniorów działań miasta Katowice na rzecz osób starszych.

## **5. Mieszkania Wspomagane dla seniorów**

Od 1 marca 2025 r. miasto Katowice uruchomiło dwa nowe mieszkania wspomagane dla seniorów dysponujące łącznie 11 miejscami. Mieszkania te znajdują się w nowoczesnym budynku przy ul. Pijarskiej 6 (osiedle Bażantowo).

W mieszkaniu wspomagany senior otrzyma pomoc w takich sprawach, jak:

- poruszanie się,
- utrzymanie higieny osobistej,
- ubieranie się,
- pranie i sprzątanie,
- zakupy i przygotowanie posiłków,
- załatwianie spraw urzędowych i osobistych,
- prowadzenie gospodarstwa domowego.

Dodatkowo każdy mieszkaniec otrzyma tu wsparcie pracownika socjalnego. Dzięki temu można nawiązać nowe znajomości, a jednocześnie utrzymać dotychczasowe kontakty rodzinne i towarzyskie.

Koszt zamieszkania jest ustalany indywidualnie, zależnie od sytuacji osobistej, dochodowej i rodzinnej. Podstawą przyznania wsparcia jest decyzja administracyjna oraz tzw. kontrakt mieszkaniowy. Wszystkie formalności związane z ustaleniem dochodu, odpłatności i przyjęciem do mieszkania wspomaganego pomaga dopełnić pracownik socjalny. Zadanie to zlecone zostało do prowadzenia Fundacji Bażantowo. Wysokość udzielonej w 2025 r. dotacji wyniosła: **300 139,70 zł**.

## **6. Projekt „Senior w wielkim mieście – rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora”**

W 2025 r. uruchomiono łącznie **16 nowych Klubów Seniora** prowadzonych zarówno przez organizacje pozarządowe, wyłonione w otwartym konkursie ofert, jak i przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach. 8 z ww. Klubów zleconych zostało do prowadzenia organizacjom pozarządowym wyłonionym w drodze otwartego konkursu ofert, tj.:

- Fundacja Rozwoju Ekonomii Społecznej, z siedzibą w Tychach przy ul. J. Barona 30 – odpowiedzialna za prowadzenie trzech Klubów Seniora w dzielnicach: Brynów-Załęska Hałda, Koszutka oraz Ligota-Panewniki,
- Fundacja Animacji Społecznej i Ekonomii Społecznej, z siedzibą w Katowicach przy ul. W. Sobocińskiego 4 - odpowiedzialna za prowadzenie trzech Klubów seniora w dzielnicach: Kostuchna, Piotrowice-Ochojec oraz Tysiąclecie,
- Stowarzyszenie Kultury Fizycznej TKKF „Czarni” przy KWK „Wieczorek” w Katowicach przy ul. Radosnej 35C - odpowiedzialne za prowadzenie dwóch Klubów seniora w dzielnicach: Giszowiec oraz Murcki.

Celem całego zadania jest rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej na rzecz osób w wieku senioralnym poprzez utworzenie sieci nowo powstałych Klubów Seniora - działających na terenie Katowic, oferujących bezpośrednie wsparcie dla co najmniej 160 osób starszych (w tym dla ok. 110 kobiet oraz dla ok. 50 mężczyzn) potrzebujących wsparcia w codziennym funkcjonowaniu z powodu: wieku, stanu zdrowia lub niepełnosprawności oraz ich otoczenia. Utworzenie sieci Klubów Seniora zlokalizowanych na terenie całego miasta pozwoliło zwiększyć dostępność do tego rodzaju formy wsparcia, co w efekcie wzmocniło aktywność i uczestnictwo osób starszych w życiu społecznym oraz przeciwdziała ich osamotnieniu i marginalizacji.

W 2025 r. oferta Klubów Seniora była różnorodna, a proponowane zajęcia były dostosowane do potrzeb i możliwości osób starszych. Każda z nowo powstałych grup Klubu Seniora działała minimum 2 razy w tygodniu, przez średnio 8 godzin tygodniowo i oferowała zajęcia z zakresu nauki gospodarowania czasem wolnym, w tym m.in. rozwijające umiejętności i indywidualne zainteresowania poprzez organizację warsztatów i spotkań, edukacji prozdrowotnej (w tym zajęcia o charakterze sportowym i rekreacyjnym, np. gimnastyka, nordic walking), uczestnictwo w kulturze poprzez wspólne wyjścia m.in. do kina czy teatru, edukacji w zakresie obsługi komputera, smartfona i Internetu (cykl zajęć „SmartSenior”), wsparcie w ramach grupy samopomocowej oraz uzupełniająco poradnictwo psychologiczne realizowane poprzez proces diagnozowania, profilaktyki i terapii. Nad działalnością każdego z Klubów Seniora czuwały wykwalifikowane osoby, stanowiące bezpośrednie wsparcie dla uczestników zajęć klubowych.

W 2025 r. w całym projekcie „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” wzięło udział łącznie **327 osób**. Wydatki na ten cel wyniosły: **1 117 518,25 zł**, w tym: w formie dotacji przekazanych organizacjom pozarządowym: **726 800,00 zł**.

## **7. Działalność pozostałych Klubów Seniora w Katowicach**

Kluby Seniora działające na terenie Katowic umożliwiały osobom starszym aktywne i atrakcyjne spędzanie czasu, a także rozwijanie pasji i zainteresowań. Ich działalność przyczyniała się do poprawy jakości życia mieszkańców po 60 roku życia.

W ramach funkcjonowania Klubów organizowano różnorodne zajęcia i warsztaty, m.in. z zakresu pielęgnacji roślin, zarządzania budżetem domowym, spotkania autorskie, warsztaty kulinarne oraz spotkania z psychologiem. Seniorzy uczestniczyli również w nauce języków obcych, zajęciach komputerowych, grupach dyskusyjnych i aktywnościach ruchowych, takich jak joga.

Ponadto, Kluby sprzyjały integracji społecznej poprzez wspólne wyjścia do kina i teatru, spacerów, wycieczki oraz organizację uroczystości, w tym: świąt, jubileuszy i spotkań okolicznościowych.

**Dotowane przez miasto Katowice Kluby Seniora, prowadzone były w 2025 r. przez:**

Nazwa organizacji i adres organizacji	Adres Klubu/-ów
Polski Komitet Pomocy Społecznej Śląski Zarząd Wojewódzki ul. Francuska 70 Katowice	Centrum (ul. W. Stwosza 7), Kostuchna i Murcki (w MDK „Południe” przy ul. T. B. Żeleńskiego 83), Ligota (ul. Hetmańska 1), Panewniki (ul. Panewnicka 75), os. Witosa (ul. W. Witosa 17)
Fundacja „Jesteśmy dla Was Al. W. Korfantego 125A Katowice	„Klubu Seniora Wesola Ferajna”, ul. Warszawska 67
Fundacja THE LINK ul. L. Różyckiego 14C	ul. L. Różyckiego 14C
Katowickie Stowarzyszenie Trzeźwościowe „Dwójka” ul. ks. bpa H. Bednorza 22 Katowice	„Klubu Seniora Nasz Czas” ul. ks. bpa H. Bednorza 22
Klub Seniora przy KWK „Murcki-Staszic” Pl. Pod Lipami 1/3–3A Katowice	Pl. Pod Lipami 1/3–3A
Klub Seniorów PROMYK ul. J. Kilińskiego 17 Katowice	ul. J. Kilińskiego 17
Klub Rekreacyjno – Sportowy Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej „Czarni” ul. Radosnej 35C Katowice	ul. Radosna 35C
Stowarzyszenie FAMI.LOCK ul. Podhalańska 14/16 Katowice	ul. 3-go Maja 11
Stowarzyszenie Wspólnie-Razem ul. M. Kopernika 15 Katowice	ul. Ułańska 13
Stowarzyszenie Seniorów Pożarnictwa Miasta Katowice ul. Wojewódzka 11 Katowice	ul. Wojewódzka 11
Śląskie Centrum Edukacji i Rehabilitacji „Arteria” ul. Francuska 29 Katowice	ul. H. Sienkiewicza 3

#### Zadania realizowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach:

1. Kontynuowana była **współpraca ze środowiskiem lokalnym, instytucjami, stowarzyszeniami, fundacjami w obszarze zapewnienia odpowiedniego zakresu wsparcia seniorom zamieszkującym na terenie miasta** m.in. poprzez:

- propagowanie we współpracy z Katowicką Radą Seniorów informacji na temat wydarzeń przeznaczonych dla seniorów,
- wskazywanie osób potrzebujących do udziału w organizowanym spotkaniu wigilijnym pn. „Maltański Oplątek”,
- wskazywanie osób starszych, które wymagały wsparcia do udziału w akcji pn. „Szlachetna paczka”,
- przekazywanie informacji o organizowanej „Metropolitarnej Wigilii dla Samotnych”,
- informowanie o możliwości skorzystania przez seniorów z oferty sklepów socjalnych prowadzonych przez Fundację Wolne Miejsce – wydawanie skierowań,
- informowanie i wydawanie skierowań do wsparcia w formie produktów żywnościowych w ramach Programu Fundusze Europejskie na Pomoc Żywnościową FEPŻ,
- udział w spotkaniach w środowisku lokalnym, podczas których pracownicy Ośrodka przedstawiali ofertę wsparcia dedykowaną osobom starszym.

#### 2. Praca socjalna

Praca socjalna ma na celu ułatwianie kontaktów z placówkami służby zdrowia, udzielanie pomocy w korzystaniu z różnych form rehabilitacji leczniczej i społecznej, a także inicjowanie kontaktów rodzinnych, podejmowanie działań zmierzających do większego zaangażowania rodziny w sprawowanie opieki nad osobami wymagającymi takiej pomocy, w tym zawieranie umów alimentacyjnych, porozumień na świadczenie usług, zapewnienie osobom uprawnionym usług w ramach pielęgniarskiej opieki środowiskowej, uwrażliwienie społeczności lokalnych na potrzeby osób starszych, niepełnosprawnych, rozpowszechnienie idei wolontariatu, objęcie opieką wolontarystyczną osób potrzebujących pomocy oraz skorzystanie przez osoby starsze i niepełnosprawne z przysługujących im uprawnień np. wyjazdu na turnus rehabilitacyjny, do sanatorium, w uzyskaniu odpowiedniego sprzętu rehabilitacyjnego itp.

### **3. Usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze**

Osobie samotnej, która z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymaga pomocy innych osób, a jest jej pozbawiona, przysługuje pomoc w formie usług opiekuńczych lub specjalistycznych usług opiekuńczych. Usługi opiekuńcze lub specjalistyczne usługi opiekuńcze mogą być przyznane również osobie, która wymaga pomocy innych osób, a rodzina, a także wspólnie niezamieszkujący małżonek, wstępni, zstępni nie mogą takiej pomocy zapewnić.

Usługi opiekuńcze obejmują pomoc w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, opiekę higieniczną, zaleconą przez lekarza pielęgnację oraz w miarę możliwości, zapewnienie kontaktów z otoczeniem. Specjalistyczne usługi opiekuńcze są to usługi dostosowane do szczególnych potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności, świadczone przez osoby ze specjalistycznym przygotowaniem zawodowym.

Usługi świadczone są przez firmy, organizacje pozarządowe, osoby fizyczne, z którymi Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach zawarł stosowne umowy.

W 2025 r. usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze były realizowane przez dwa konsorcja:

- 1) Konsorcjum: Agencja Opiekuńczo-Medyczna i Handlowa Sp. z o. o. oraz Stowarzyszenie Pomocy Rodzinom Osób Niepełnosprawnych oraz Im Samym „Convivere”, z siedzibą w Katowicach przy ul. Okrzei 6/16.
- 2) Konsorcjum: MG PARTNER Marcin Grzesiak Spółka Komandytowa i Marcin Grzesiak, z siedzibą w Warszawie przy ul. Włociańskiej 15/1.

W 2025 r. z usług opiekuńczych skorzystały **1 922 osoby**, natomiast ze specjalistycznych usług opiekuńczych skorzystało **159 osób**.

W 2025 r. koszt świadczenia jednej godz. usług opiekuńczych wynosił: **38,50 zł**, natomiast koszt świadczenia jednej godz. specjalistycznych usług opiekuńczych: **40,50 zł** (koszt od którego obliczana jest odpłatność klientów).

W 2025 r. średni koszt jednej godz. świadczonych usług opiekuńczych, poniesiony przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach wynosił: **41,47 zł**, natomiast średni koszt jednej godz. świadczonych specjalistycznych usług opiekuńczych: **46,21 zł**.

Za 2025 r. wydatki za usługi opiekuńcze wyniosły: **14 760 753,22 zł**, natomiast za specjalistyczne usługi opiekuńcze: **739 226,80 zł**.

### **4. Pomoc na rzecz osób starszych i niepełnosprawnych w ramach programu „Słonecznik”**

W 2025 r. realizowana była pomoc wolontariuszy dla osób starszych i z niepełnosprawnościami w ramach programu „Słonecznik”. Adresatami programu były osoby starsze, które z powodu swojego wieku oraz osoby z niepełnosprawnością, które z powodu swych ograniczeń wymagają wsparcia ze strony Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Katowicach.

Główny cel pomocy w ramach programu to:

- utrzymanie więzi społecznych i bezpieczeństwa w środowisku zamieszkania w odniesieniu do osób starszych i z niepełnosprawnościami,
- poszerzenie kontaktów społecznych i aktywizacja osób starszych i z niepełnosprawnościami,
- zwiększenie poczucia bezpieczeństwa.

Usługi wolontariuszy realizowane były bezpośrednio w środowisku na rzecz osoby starszej, czy z niepełnosprawnością wymagającej pomocy i wsparcia.

Zeszloroczne działania w obszarze promocji, mające na celu zrekrowanie większej liczby wolontariuszy obejmowały:

- Przesłanie informacji do Wydziału Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice z prośbą o zamieszczenie ogłoszeń na stronie [www.katowice.eu](http://www.katowice.eu), w informatorze miejskim „Nasze Katowice” oraz za pośrednictwem serwisu KISS.

- Udział koordynatorek programu w jego promowaniu w trakcie Targów Pracy i Praktyk, organizowanych przez Uniwersytet SWPS w Katowicach. Promocja obejmowała rozpowszechnianie informacji na temat programu i rozmowy z osobami zainteresowanymi przy stanowisku MOPS Katowice oraz w trakcie debaty o wolontariacie.

- Przesłanie informacji o rekrutacji wolontariuszy do Regionalnego Centrum Wolontariatu, a także zamieszczenie na portalu [www.ngo.pl](http://www.ngo.pl).

- Opublikowanie informacji o programie na stronie internetowej Uniwersytetu Śląskiego.

Jedna z osób koordynujących program została nominowana w kategorii Koordynatora Roku w konkursie Barwy Wolontariatu 2025, organizowanego przez Stowarzyszenie Regionalne Centrum Wolontariatu oraz Fundację Oczami Brata. Udział koordynatorki w uroczystej Gali z tej okazji był również możliwością do promowania programu oraz wymiany doświadczeń w zakresie prowadzenia wolontariatu z przedstawicielami innych organizacji.

W IV kwartale 2025 r. podpisano umowy wolontaryjne z 24 wolontariuszami. W marcu, czerwcu, październiku oraz grudniu zorganizowano spotkania Klubu Wolontariusza, które miały na celu wzajemne poznanie się wolontariuszy, ich integrację oraz wymianę doświadczeń. Wzięło w nim udział łącznie 15 wolontariuszy oraz 2 osoby koordynujące.

Wolontariat na rzecz osób starszych i niepełnosprawnych	
Liczba wolontariuszy (liczba umów)	24 (34)
Liczba godzin wolontariatu	965,25
Oszczędności dla MOPS (w zł.)*	40 080,78

### **5. Grupa wsparcia „Radość życia – Wszystko Mogę” oraz Grupa Wsparcia „Radość Życia”**

Program „Radość Życia – Wszystko Mogę” realizuje Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 8 w Katowicach przy ul. Łętowskiego 6A. W 2025 r. spotkania odbywały się w sali Miejskiego Domu Kultury w Katowicach – Kostuchnie przy ul. Boya Żeleńskiego 83, w każdy wtorek w godz. od 10.00 do 12.00.

Celem głównym programu jest poprawa funkcjonowania i jakości życia osób starszych i niepełnosprawnych, zapewnienie potrzeb kulturalnych, a przede wszystkim towarzyskich poprzez aktywizację w tworzeniu sposobu spędzania czasu wolnego i kontaktu z drugim człowiekiem.

Zgodnie z przyjętymi zasadami programu jest to grupa otwarta, w skład której wchodzi osoby powyżej 50 roku życia oraz osoby niepełnosprawne. Są to mieszkańcy kilku dzielnic Katowic, które pomimo wieku pozostają aktywne i chcą zarażać swoim zapałem innych seniorów.

W trakcie odbywających się spotkań seniorzy mogli rozwijać swoje zainteresowania i pasje. Spotkania, które odbywały się co tydzień gwarantowały tę możliwość, poprzez liczne zajęcia manualne – warsztaty plastyczne, polegające na tworzeniu biżuterii z koralików, zwierząt z wełny, ozdób jesiennych z drewnianych patyczków, lepienie z gliny, wykonywaniu stroików świątecznych – wielkanocnych i bożonarodzeniowych oraz o innej tematyce.

W ramach programu miały miejsce również zajęcia typowo tematyczne w postaci licznych wykładów m.in. o historii Śląska i Katowic – przy współpracy z Muzeum Historii Katowic. Odbyły się również spotkania dotyczące zdrowia – jak: dbać o dobre samopoczucie, z jakich urządzeń do masażu korzystać. Uczestnicy spotkań gościli pracownika Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, który przedstawił, jak dbać o swoją kondycję i jakie ćwiczenia wykonywać. Ponadto, mając na względzie bezpieczeństwo osób starszych miały miejsce także spotkania z dzielnicowym. Omówiona została procedura „Niebieskiej Karty”, przedstawiono możliwości skorzystania z bezpłatnej porady prawnej oraz wsparcia psychologicznego w Ośrodku Interwencji Kryzysowej.

Kolejną atrakcją były organizowane imprezy – z okazji Dnia Kobiet, Walentynek, Świąt Wielkanocnych i Bożego Narodzenia, Andrzejek oraz kilkukrotne wyjścia do kina, do muzeum, ogrodu zoologicznego oraz spacerów z kijkami nordic walking. Oprócz tego, seniorzy brali udział w wyjazdowych wycieczkach m.in. do Tarnowa, Cieszyna, Częstochowy i Wadowic. W trakcie sezonu wiosenno – letniego odbyły się spotkania w plenerze: festyn z okazji powitania lata w czerwcu – spotkanie przy grillu z muzyką i tańcami oraz konkursami.

W ramach programu były również prowadzone przez organizatorów krótkie ćwiczenia ruchowe, poprawiające ich samopoczucie i ogólne funkcjonowanie.

Dla uczestników programu ważną pozostawała idea samego spotkania i rozmowy z drugim człowiekiem, wspólne napięcie się kawy i udział w zajęciach.

W zajęciach programu „Radość Życia – Wszystko mogę” w 2025 r. uczestniczyło średnio **29 osób miesięcznie**.

**Program „Radość Życia”** realizowany przez Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 9 w Katowicach ma taką samą formułę, jak Grupa wsparcia „Radość Życia – Wszystko Mogę”. Spotkania grupy wsparcia odbywają się w sali Miejskiego Domu Kultury w Katowicach przy ul. Kołodzieja 42 lub w plenerze. Cyklicznie spotkania odbywają się w środy. Grupa Wsparcia skierowana jest do osób starszych i niepełnosprawnych. Głównym celem programu jest poprawa sprawności funkcjonalnej i jakości życia osób starszych i niepełnosprawnych. Grupa regularnie realizuje wyjścia kulturalne, informacyjne czy rozrywkowe. Ponadto, grupa czasem korzysta z zajęć programu „Radość Życia – Wszystko Mogę”. W 2025 r. z zajęć programu „Radość Życia” korzystało średnio **25 uczestników**.

#### 6. Usługi opiekuńcze w formie usług sąsiedzkich

W 2025 r. z usług opiekuńczych w formie usług sąsiedzkich skorzystało **5 osób**, a wykonanie wyniosło: **37 114,53 zł**, z czego kwotę: 29 691,62 zł dofinansowano z Programu „Korpus Wsparcia Seniorów” na rok 2025.

#### 7. Sieć lokalnych Dziennych Domów Pomocy Społecznej

Wykaz DDPS prowadzonych przez wykonawców, z którymi zawarto umowy na podstawie ustawy prawo zamówień publicznych:

Lp.	Nazwa i adres Dziennego Domu Pomocy Społecznej	Prowadzony przez:	Liczba miejsc	Liczba osób, które skorzystały z pobytu w DDPS	Wykonanie I-XII 2025 w zł
1	DDPS ul. Czecha 2	Stowarzyszenie Pomocy Rodzinom Osób Niepełnosprawnych oraz	48	58	727 909,10
2	DDPS ul. Wiślana 9	Ich Samym „CONVIVERE”	43	54	758 667,05
3	DDPS ul. Tysiąclecia 45	Katowickie Stowarzyszenie na Rzecz Osób Starszych, Niepełnosprawnych i Oczekujących Wsparcia OPOKA	30	34	533 635,09
4	DDPS ul. Oblatów 24	Katowickie Stowarzyszenie na Rzecz Osób Starszych, Niepełnosprawnych i Oczekujących Wsparcia OPOKA	75	81	1 139 882,82
5	DDPS ul. Gliwicka 74		26	30	476 691,48
6	DDPS ul. Świdnicka 35		42	53	698 856,68
7	DDPS ul. Głogowska 23*		50	65	1 160 520,34
8	DDPS ul. Dębowa 23	Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka	25	30	484 628,50
<b>RAZEM:</b>			<b>339</b>	<b>405</b>	<b>5 980 791,06</b>

\* DDPS przy ul. Głogowskiej posiadał 50 miejsc, w tym około 30 dla osób z problemami pamięci oraz problemem otępiennym

#### 8. Popołudniowe kluby społecznościowe dla osób w wieku senioralnym

Wykaz popołudniowych klubów społecznościowych dla osób w wieku senioralnym prowadzonych przez wykonawców, z którymi zawarto umowy na podstawie ustawy prawo zamówień publicznych:

Lp.	Nazwa i adres Popołudniowego klubu społecznościowego	Prowadzony przez:	Liczba miejsc	Liczba osób, które skorzystały z klubu
-----	------------------------------------------------------	-------------------	---------------	----------------------------------------

1	Popołudniowy klub społecznościowy ul. Czecha 2	Stowarzyszenie Pomocy Rodzinom Osób Niepełnosprawnych oraz Ich Samym „CONVIVERE”	48	36
2	Popołudniowy klub społecznościowy ul. Wiślana 9		43	44
3	Popołudniowy klub społecznościowy ul. Tysiąclecia 45		30	34
4	Popołudniowy klub społecznościowy ul. Oblatów 24	Katowickie Stowarzyszenie na Rzecz Osób Starszych, Niepełnosprawnych i Oczekujących Wsparcia OPOKA	75	53
5	Popołudniowy klub społecznościowy ul. Gliwicka 74		26	23
6	Popołudniowy klub społecznościowy ul. Świdnicka 35		42	32
7	Popołudniowy klub społecznościowy ul. Dębowa 23		Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek Św. Jacka	25
<b>RAZEM:</b>			<b>289</b>	<b>256</b>

### 9. Przygotowanie i dowóz posiłków

Na terenie miasta Katowice realizowana jest pomoc w formie przygotowywania posiłku wraz z dowozem do domu. Pomoc przeznaczona jest dla osób starszych, z niepełnosprawnościami, długotrwale chorych, nieporadnych życiowo mieszkających na terenie miasta Katowice, które nie są w stanie zapewnić sobie posiłku.

W 2025 r. pomoc w formie posiłku wraz z dowozem realizowała firma Stachu i Przyjaciele, z siedzibą przy ul. W. Pola 85/14 w Katowicach.

Pełna 100% odpłatność za posiłek w 2025 r. wynosiła: **19,84 zł** (rejon 1, rejon 2, rejon 3 oraz rejon 5), natomiast na rejonie 4 (Śródmieście) wynosiła: **24,99 zł**.

Średnia odpłatność klienta za posiłek w 2025 r. wynosiła: 34,29% stawki, tj. 6,80 zł, tym samym oznacza to, że miasto Katowice sfinansowało: 65,71% kosztu posiłku tj. 13,04 zł.

W 2025 r. z ww. pomocy na wszystkich rejonach skorzystało **551 osób**, a wydatki na ten cel wyniosły: **1 816 463,19 zł**.

### 10. Domy pomocy społecznej

Domy Pomocy Społecznej świadczą usługi opiekuńcze, bytowe, wspomagające i edukacyjne, na poziomie obowiązującego standardu, osobom wymagającym całodobowej opieki z powodu wieku lub choroby. Formy i zakres usług wynikają z indywidualnych potrzeb mieszkańców z uwzględnieniem świadczeń z tytułu powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego.

W 2025 r. MOPS przeprowadził **258 postępowań administracyjnych** w sprawie skierowania osób starszych i/lub niepełnosprawnych do domu pomocy społecznej, z czego:

- **155 osób skierowano** do DPS na terenie Katowic. W związku z długim czasem oczekiwania na wolne miejsce w DPS na terenie Katowic, 7 osób (spośród 155 wskazanych powyżej) zostało także skierowanych do DPS położonych w innych miastach,
- **104 osoby** zostały skierowane do DPS położonych na terenie innych powiatów, w tym:
  - 34 osoby do DPS dla osób w podeszłym wieku,
  - 13 osób do DPS dla osób przewlekle somatycznie chorych,
  - 32 osoby do DPS dla osób przewlekle psychicznie chorych,
  - 9 osób do DPS dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie,
  - 16 osób do DPS dla osób niepełnosprawnych fizycznie,
- **3 osobom** odmówiono skierowania do DPS, natomiast w **52** przypadkach umorzono postępowanie z powodu zgonu osoby, bądź rezygnacji z umieszczenia.

***Ruch pensjonariuszy w DPS na terenie Katowic oraz na terenie innych powiatów przedstawiał się następująco:***

Dom	Liczba miejsc	Zmarło lub zrezygnowało w 2025 r.	Przyjęto w 2025 r.	Przebywało w 2025 r.	Liczba osób wpisanych na listę osób oczekujących
DPS „PRZYSTAŃ” przy ul. Adamskiego 22 dla osób przewlekle somatycznie chorych	88	18	18	106	55
DPS „ZACISZE” przy ul. Traktorzystów 42 dla osób w podeszłym wieku	98	37	33	131	89
DPS „SENIOR RESIDENCE” przy ul. Pijarskiej 4 dla osób w podeszłym wieku w szczególności z otępieniem, chorobą Alzheimera	83	25	44	121	62
DPS na terenie innych powiatów	-	54	86	579	56

### ***Domy pomocy społecznej na terenie Katowic***

Dom	Liczba osób przebywających w DPS na nowych zasadach (stan na 31 grudnia 2025 r.)	Średni miesięczny koszt pobytu w DPS
DPS „PRZYSTAŃ” ul. Adamskiego 22 dla osób przewlekle somatycznie chorych	85	8 790,79 zł
DPS „ZACISZE” ul. Traktorzystów 42 dla osób w podeszłym wieku	91	8 023,85 zł
DPS „SENIOR RESIDENCE” ul. Pijarska 4 dla osób w podeszłym wieku, w szczególności z otępieniem, chorobą Alzheimera	87	8 310,00 zł

### ***Domy pomocy społecznej na terenie innych gmin***

	Liczba osób, które przebywały w DPS, na nowych zasadach	Koszt pobytu mieszkańców Katowic w DPS na terenie innych gmin
DPS na terenie innych gmin	579	28 281 623,89 zł

## **11. Mieszkania Wspomagane**

Mieszkanie wspomagane ma na celu wsparcie osób, które ze względu na trudną sytuację życiową, wiek, niepełnosprawność lub chorobę potrzebują wsparcia w funkcjonowaniu w codziennym życiu, ale nie wymagają usług w zakresie świadczonej przez jednostkę całodobowej opieki.

MOPS prowadzi trzy mieszkania wspomagane, w tym dwa dla osób w podeszłym wieku lub przewlekle chorych:

1. Mieszkanie wspomagane nr 1 przy ul. Łętowskiego 6a, z którego w 2025 r. skorzystało **11 osób**.
2. Mieszkanie wspomagane nr 2 przy ul. Łętowskiego 6a, z którego w 2025 r. skorzystało **6 osób**.

Dodatkowo w Katowicach działają dwa mieszkania wspomagane dla osób w wieku senioralnym prowadzone przez organizację pozarządową, która otrzymała dotację celową na podstawie umowy zawartej z Wydziałem Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice.

Lp.	Nazwa i adres Mieszkania Wspomaganego	Podmiot prowadzący	Do kogo kierowane:	Liczba miejsc	Liczba osób, które skorzystały z Mieszkania Wspomaganego
1	Mieszkanie Wspomagane nr 1, ul. Pijarska 6 w Katowicach	Fundacja Bażantowo ul. Z. Hierowskiego 2 Katowice	Do osób w wieku senioralnym będących mieszkańcami Katowic	6	6
2	Mieszkanie Wspomagane nr 2, ul. Pijarska 6 w Katowicach	Fundacja Bażantowo ul. Z. Hierowskiego 2 Katowice	Do osób w wieku senioralnym będących mieszkańcami Katowic	5	5
<b>RAZEM</b>				<b>11</b>	<b>11</b>

## **12. Paczki świąteczne dla seniorów w wieku 60 lat i więcej**

W 2025 r. paczki dla seniorów przygotowano w ramach projektu socjalnego pn. „Wsparcie środowiska senioralnego poprzez przygotowanie paczek”. Kwota dofinansowania wyniosła: **30 000,00 zł**.

### 13. Wycieczki dla seniorów

W okresie od sierpnia do października 2025 r. zorganizowano **23 wycieczki do Krakowa** dla seniorów będących mieszkańcami Katowic. Podczas wycieczek zapewniono seniorom zwiedzanie z przewodnikiem Katedry na Wawelu, spacer po Rynku Głównym i Sukiennicach, poczęstunek w kawiarni na statku przy Wiśle oraz obiad dwudaniowy po powrocie do Katowic. W wycieczkach wzięło udział łącznie **1 125 seniorów**, a wydatki na ten cel wyniosły łącznie: **123 300,00 zł**. Realizatorem zadania była Katowicka Fundacja Inicjatyw Społecznych.

### 14. Opieka na odległość

W 2025 r. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach realizował nowe zadanie polegające na całodobowym monitorowaniu stanu bezpieczeństwa użytkownika za pomocą opaski wyposażonej w przycisk alarmowy, detektor upadku oraz możliwość szybkiego połączenia z centrum teleopieki, które w sytuacji zagrożenia podejmuje odpowiednie działania.

W okresie od sierpnia do grudnia 2025 r. realizowano usługę teleopieki w formie opasek bezpieczeństwa, skierowaną do osób w wieku 60 lat i więcej, mających ze względu na stan zdrowia trudności w samodzielnym funkcjonowaniu, prowadzących jednoosobowe gospodarstwa domowe lub mieszkających z bliskimi, którzy nie są w stanie zapewnić im wystarczającego wsparcia.

Programem objęto łącznie **30 osób**. Realizatorem zadania była firma HRP Care Sp. z o.o., a wydatki na ten cel wyniosły: **15 152,12 zł**, z czego kwota: 11 969,77 zł została dofinansowana z Programu „Korpus Wsparcia Seniorów” na rok 2025.

### 15. Program „Obecność”

W 2025 r. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach w oparciu o porozumienie o współpracy zawarte ze Stowarzyszeniem Mali Bracia Ubogich realizował program „Obecność”. Program dedykowany jest seniorom po 60 r.ż., którym doskwiera samotność, a którzy chcą nawiązać długoterminową relację z wolontariuszami i wraz z nimi spędzać czas na rozmowie, spacerze, słuchaniu muzyki, wyjściu do kina czy teatru, dzieleniu się pasjami czy zainteresowaniami. Udział w programie jest całkowicie bezpłatny. W 2025 r. program realizowany był u **13 seniorów**.

### 16. Realizacja programu „Siedemdziesiąt plus” w roku 2025

W roku 2025 w Katowicach realizowany był program „Siedemdziesiąt plus”. Adresatami programu są mieszkańcy miasta Katowice w wieku starszym, szczególnie po ukończeniu siedemdziesiątego roku życia.

Cele programu to:

1. zaspakajanie realizacji potrzeb zdrowotnych,
2. zaspakajanie realizacji potrzeb mieszkaniowych,
3. ułatwianie udziału w życiu społecznym,
4. zaspakajanie realizacji potrzeb socjalnych.

Osoby objęte programem „Siedemdziesiąt Plus” w 2025 r., skorzystały ze świadczeń w różnych formach. W ramach programu:

1. Ze świadczeń przyznawanych na podstawie ustawy o pomocy społecznej skorzystało **2 242 osób** (m.in. w formie zasiłku celowego na opał, leki, zasiłku okresowego, zasiłku stałego, usług opiekuńczych, usług Dziennego Domu Pomocy Społecznej, Domu Pomocy Społecznej, pomocy w formie przygotowywania i dowozu posiłków do miejsca zamieszkania).
2. Z zasiłku pielęgnacyjnego wypłacanego na podstawie ustawy o świadczeniach rodzinnych skorzystały **943 osoby**, w tym: **188 osób z tytułu wieku** oraz 755 osób z tytułu niepełnosprawności.
3. Z dodatku mieszkaniowego wypłacanego na podstawie ustawy o dodatkach mieszkaniowych skorzystało **831 osób**.
4. Z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych skorzystało:
  - 222 osoby w formie turnusu rehabilitacyjnego,
  - 6 osób w formie usuwania barier w komunikowaniu się,
  - 43 osoby w formie dofinansowania do sprzętu rehabilitacyjnego.

Pracownicy socjalni w ramach realizowanego programu nawiązali również współpracę z różnymi instytucjami w celu zabezpieczenia szczególnych potrzeb mieszkańców Katowic po siedemdziesiątym roku życia.

Lp.	Rodzaj sprawy	Liczba osób
1.	Zgłoszenie z KZGM w sprawach mieszkaniowych	66
2.	Zgłoszenia ze Spółdzielni Mieszkaniowych w sprawach mieszkaniowych	43
3.	Zgłoszenia od Prywatnych Właścicieli w sprawach mieszkaniowych	18
4.	Osoby skierowane do prawnika - konsultacje prawne	253
5.	Osoby skierowane do psychologa	134
6.	Osoby objęte wolontariatem	39
7.	Osoby do objęcia wsparciem zgłoszone przez Policję	75
8.	Osoby zgłoszone do objęcia wsparciem przez inne instytucje	130

W ramach działań programu „Siedemdziesiąt plus” informowano również klientów MOPS o możliwości skorzystania z badań profilaktycznych w ramach ochrony zdrowia. Osoby starsze mogły skorzystać z „Programu profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku. W 2025 r. poinformowano **170 osób** o możliwości skorzystania z wyżej wymienionych badań.

### **17. Miejski System Powiadamiania Ratunkowego dla osób niepełnosprawnych mieszkańców Katowic**

W ramach realizacji celu jakim jest zwiększenie poczucia bezpieczeństwa osób starszych i niepełnosprawnych kontynuowano Miejski System Powiadamiania Ratunkowego. System ten kierowany jest do osób, które nie zawsze są w stanie porozumieć się z dyspozytorem przyjmującym zgłoszenie i udzielić informacji koniecznych do udzielenia pomocy w sytuacji zagrożenia. Uczestnik Systemu Powiadamiania Ratunkowego musi posiadać telefon stacjonarny bądź komórkowy z przyciskami, w którym zostanie zaprogramowany numer alarmowy. W sytuacji zagrożenia po naciśnięciu przycisku dyspozytor w Miejskim Centrum Ratownictwa uzyskuje informacje o konieczności udzielenia pomocy oraz dane osoby zgłaszającej. W roku 2025 objęto systemem **12 nowych osób**.

Wolontariat na rzecz osób starszych i z niepełnosprawnościami	34
Liczba wolontariuszy (liczba umów)	24 (34)
Liczba godzin wolontariatu	965,25

### **18. Projekt „Senior w wielkim mieście – rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora”.**

W 2025 r. uruchomiono łącznie **16 nowych Klubów Seniora** prowadzonych zarówno przez organizacje pozarządowe, wyłonione w otwartym konkursie ofert, jak i przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach.

Ośrodek prowadzi 8 z ww. Klubów w następujących w dzielnicach Katowic:

1. Dąb,
2. Dąbrówka Mała,
3. Ligota-Panewniki,
4. Os. Paderewskiego,
5. Piotrowice-Ochojec,
6. Os. Witosy,
7. Śródmieście,
8. Załęże.

W 2025 r. w całym projekcie „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora" wzięło udział łącznie **327 osób**. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach na prowadzenie 8 Klubów Seniora wydatkował kwotę: **390 718,25 zł**.

Zadania realizowane przez Wydział Sportu Urzędu Miasta Katowice:

#### **„Kawiarnia Miasta Nauki” – otwarte spotkania z osobami świata nauki**

W roku 2025 uruchomiono „Kawiarnię Miasta Nauki”, w ramach której organizowane były spotkania dla mieszkańców w domach kultury, bibliotekach oraz szkołach w różnych dzielnicach Katowic.

"Kawiarnia Miasta Nauki" to interdyscyplinarny program popularnonaukowy realizowany przez poszczególne uczelnie Konsorcjum Akademickiego Miasta Nauki Katowice. Program zakłada kontynuację

działań wypracowanych w ramach inicjatywy Europejskie Miasto Nauki Katowice 2024 i jest prowadzony we współpracy z uczelniami tworzącymi Akademickie Konsorcjum Miasta Nauki - Katowice. Spotkania były skierowane do szerokiej grupy odbiorców - dzieci i młodzieży szkolnej, dorosłych i seniorów oraz realizowały ideę przełożenia wiedzy akademickiej na praktyczne umiejętności przydatne w codziennym życiu mieszkańców.

Projekt realizowany był w dzielnicach Katowic w formie wykładów, warsztatów, w swobodnej, „kawiarnianej”, atmosferze. Program obejmował różnorodne obszary nauki i sztuki, które były prezentowane podczas cyklu spotkań w Katowicach. Tematyka poszczególnych wydarzeń odzwierciedlała profil i specjalizacje uczelni konsorcjum, łącząc teorię z praktycznymi aspektami życia codziennego mieszkańców. Prowadzącymi zajęcia byli pracownicy naukowcy poszczególnych uczelni.

W ramach cyklu zostały poruszone m.in. kwestie związane z gospodarką i przedsiębiorczością, w tym zarządzaniem finansami osobistymi. Silnym akcentem były także tematy związane ze zdrowiem i dobrostanem, obejmujące profilaktykę chorób cywilizacyjnych, zdrowe odżywianie, świadome kształtowanie stylu życia oraz znaczenie aktywności fizycznej w różnych grupach wiekowych. Spotkaniom towarzyszyły praktyczne warsztaty i rozmowy z ekspertami, którzy pokazali, jak nauka może wspierać codzienne wybory zdrowotne. Łącznie zorganizowano ponad dwadzieścia spotkań. Wśród nich następujące skierowane były do m.in. seniorów:

- 12 listopada 2025 r., w godz. 17.00-19.00 - otwarte spotkanie na temat rachunkowości i podatków ze specjalistą z Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach w MDK „Bogucice-Zawodzie”,
- 13 listopada 2025 r., w godz. 17.00-19.00 - otwarte spotkanie na temat rachunkowości i podatków ze specjalistą z Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach w MDK „Bogucice-Zawodzie”,
- 15 listopada 2025 r., w godz. 11.00-13.00 – „Słońce w pigułce - jak witamina D wpływa na nasze zdrowie?” z dr Justyną Nowak z SUM, Metrolab GZM,
- 19 listopada 2025 r., w godz. 10.00-12.00 - otwarte spotkanie na temat depresji oraz zaburzeń nastroju z dr Michałem Górskim z SUM, MDK „Południe” Katowice-Murcki,
- 23 listopada 2025 r., w godz. 10.00-11.30 – „Słońce w pigułce - jak witamina D wpływa na nasze zdrowie?” z dr Justyną Nowak z SUM, Metrolab GZM,
- 2 grudnia 2025 r., w godz. 10.00-12.00 - otwarte spotkanie na temat fizjoterapii z mgr Aleksandrem Kwiatkowskim, MDK „Południe” Katowice-Kostuchna,
- 3 grudnia 2025 r., w godz. 17.00-19.00 - otwarte spotkanie na temat rachunkowości i podatków ze specjalistą z Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach w MDK „Południe” Katowice-Podlesie.

### III. UDZIAŁ KATOWICKICH INSTYTUCJI KULTURY W DZIAŁANIACH NA RZECZ SENIORÓW.

#### Miejska Biblioteka Publiczna:

Miejska Biblioteka Publiczna w 2025 r. przeprowadziła szereg wydarzeń skierowanych do seniorów:

- Katowicka Srebrna Książka dla Seniora - wychodząc naprzeciw potrzebom osób starszych przez cały rok realizowana była bezpłatna usługa dostarczania książek, audiobooków, czasopism, czytników oraz kart do czytników prosto do domu. W ramach Srebrnej Książki dla Seniora zrealizowano w 2025 r. **1 306 wjazdów**, podczas których dostarczono **6 530 pozycji**. Wśród katowickich seniorów usługa ta z roku na rok cieszy się coraz większą popularnością.

- Filia nr 1 z Oddziałem Książki Mówionej przy ul. Ligonie 7 zajmowała się obsługą czytelników niewidomych i niedowidzących, którym udostępniała literaturę w formie nagrań na kartach, płytach CD oraz w formacie czytnika. Audiobooki można było wypożyczyć również w filiach nr: 1, 5 Mł, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 25, 26, 28, 31, 32, 33, 35 (w językach obcych), 36. Z Oddziału Książki Mówionej w Filii nr 1 korzystały osoby niewidome i niedowidzące, głównie osoby starsze. Podobnie było w kwestii korzystania z audiobooków - bardzo wielu seniorów korzystało z tej formy „książek”, gdy problemy ze wzrokiem nie pozwalały na swobodne czytanie.

W ramach Bibliotecznego Klubu Seniora, Biblioteka oferowała również cykliczne zajęcia:

- Sobota z Seniosem – comiesięczny cykl bezpłatnych spotkań dla seniorów. Filia nr 11.
- Sobota dla Seniora - cykliczne spotkania dla wszystkich w wieku 60+. Spotkania organizowane były raz w miesiącu w Filii nr 25.

- Zgrani Seniorzy – cykl spotkań przy kawie i herbacie, w ramach których odbywały się dyskusje, prelekcje, warsztaty i spotkania z ciekawymi osobami. Filia nr 26.
- „Niezapominajki” – warsztaty dla kreatywnych seniorów i nie tylko. Spotkania odbywały się w piątki o godz. 16.00 w Filii nr 27.
- Senior w szachu – nauka gry w szachy od podstaw dla seniorów. Spotkania odbywały się w ostatni poniedziałek miesiąca. Filia nr 32.

### Katowice Miasto Ogrodów – Instytucja Kultury im. Krystyny Bochenek:

**1. „Promenada po muzyce”** - bezpłatne plenerowe koncerty, które od lat przyciągają setki emerytów do Parku im. T. Kościuszki. W 2025 r. odbyły się koncerty: Podróż przez Europę z... violą – duet Fernabucco, Całuj i Adieu – LES FEMMES Opera i Ignacy Wiśniewski Trio, Muzyka znaleziona – Etnos Ensemble, Romantyczne rozmowy – Kupiński Guitar Duo, Muzyczne meandry – Hexatonic, Mów do mnie czule – duet Maki, Między wiekami – Airis String Quartet.

**2. „Akademia Doświadczenia”** - miejsce spotkań i międzypokoleniowej wymiany doświadczeń, wiedzy, pasji i wigoru. Warsztaty o różnorodnej tematyce budującej pomost, łączący pozornie odległe światy. „Akademia Doświadczenia” urzeczywistnia współpracę międzypokoleniową. Daje możliwość bycia zarówno uczniem, jak i nauczycielem. To miejsce, gdzie można nawiązać znajomość, rozwijać umiejętności oraz zdobywać wiedzę, również o samym sobie.

W ramach projektu „Akademia Doświadczenia” w 2025 r. odbywały się następujące zajęcia: jogilates, modowe, florystyczne, ekologiczne, zdrowotne, ergonomia ruchu.

Zajęcia odbywały się zarówno w formie wykładów, jak i warsztatów, dając możliwość aktywnego uczestnictwa seniorom. Bezpłatne zajęcia odbywały w grupach max. 20 osób.

### **3. Śląsko-zagłębiowskie szwendania okoliczne**

Cykl spacerów prowadzonych według autorskiego programu i pomysłu Pawła Grai. Celem jest dotarcie do miejsc, które pomimo swej lokalizacji „tuż za rogiem” zazwyczaj nie są znane. Ideą jest ukazanie przyrody na wiele sposobów wkraczającej w przestrzeń naszych miast, zaznajomienie uczestników z bogatą historią naszego regionu, wycieczki pełnią też ważne funkcje integracyjne. Istotnym aspektem szwendań była wielopokoleniowość ich uczestników, jednak w przeważającej większości odbiorcami projektu w 2025 r. byli katowiccy seniorzy.

**4. Seminarium dla seniorów pn. „Nastrojowo i świątecznie”** - Śląska Drogówka z Mirkiem Szołtyskiem o bezpieczeństwie, która odbyła się w sali koncertowej KMO 8 stycznia 2025 r.

### **5. Koncerty dla seniorów**

W 2025 r. we współpracy z Radą Seniorów Miasta Katowice odbyły się 3 wydarzenia – m.in. koncerty z cyklu „Czar operetki i srebrnego ekranu”.

### Śląski Teatr Lalki i Aktora „Ateneum”:

W 2025 r. Teatr „Ateneum”, uczestnicząc w miejskim programie pn. „Katowicka Karta Mieszkańca”, udostępniał seniorom bilety na spektakle weekendowe z 50% zniżką. Ponadto, realizował warsztaty skierowane do osób starszych, obejmujących następujące obszary tematyczne:

- **Teatr cieni** – podczas zajęć seniorzy tworzyli własne lalki cieniowe oraz etiudy teatralne inspirowane postaciami ze śląskich podań i legend.
- **Lalki motanki** – warsztaty o charakterze arteterapeutycznym, w trakcie których uczestnicy wykonywali lalki o funkcji ochronnej. Spotkanie inspirowane było słowiańskimi wierzeniami, według których motanki pełniły rolę amuletów przynoszących pomyślność.
- **Warsztaty lalkarskie (żabole)** – uczestnicy przygotowywali proste formy lalkowe z papieru oraz tworzyli krótkie, improwizowane etiudy na wybrane tematy.
- **Dźwiękowisko** – zajęcia oparte na grach i zabawach muzyczno-ruchowych, podczas których seniorzy doświadczali, w jaki sposób za pomocą muzyki można kreować świat sceniczny. Uczestnicy improwizowali do różnych gatunków muzycznych oraz tworzyli własne ścieżki dźwiękowe.
- **Storytelling** – warsztaty, w trakcie których uczestnicy tworzyli opowieści, kreowali bohaterów, otoczenie i wydarzenia, rozwijając swoją kreatywność i wyobraźnię.

- **Archipelag** – interdyscyplinarne warsztaty łączące działania ruchowe i plastyczne z elementami teatru cieni. Uczestnicy tworzyli własne „wyspy”, a następnie budowali z nich symboliczne archipelagi – wspólnoty (państwa/miasta) oparte na idei wspólnotowości przy zachowaniu indywidualności.

W działaniach uczestniczyli seniorzy związani z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Katowicach i Mysłowicach oraz z Miejskim Domem Kultury „Południe” w Katowicach. Zajęcia odbywały się zarówno w siedzibie Teatru „Ateneum”, jak i w budynkach należących do wskazanych instytucji.

Uczestnikami warsztatów byli beneficjenci Programu Aktywności Lokalnej „Bogucice – moje miejsce na ziemi” (Katowice), Programu Aktywności Lokalnej Józefowice–Wetnówiec i Dąb (Katowice), pensjonariusze Dziennego Domu Seniora „Senior+” (Mysłowice) oraz grupa zorganizowana przez Miejski Dom Kultury „Południe” w Katowicach.

#### **Miejski Dom Kultury „Bogucice-Zawodzie”:**

W 2025 r. instytucja zorganizowała następujące przedsięwzięcia dla seniorów:

- Cykliczne spotkania kół i klubów seniora: Klubu Seniora „Bogucice”, Koła nr 6 Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Koła Emerytów i Rencistów NSZZ „Solidarność”, Pokopalnianego Klubu „Katowice-Ferdynand”, Klubu Seniora „Zakątek”, Klubu Seniora organizowanego we współpracy z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Katowicach.
- Wycieczki kół seniora do: Boguchwałowic, Brennej, Proboszczowic, Złotego Potoku, Wisły Czernej, Ustronia, Giszowca, Węgierskiej Górki, Kalet Zielonej,
- Okolicznościowe spotkania kół i klubów seniora: bal wiosenny, spotkania wielkanocne, bal marynarski, zabawa klubowa, zabawa Barbórkowa, spotkanie wigilijne.
- Dancing Bogucicki oraz Dancing Zawodziański - arteterapia dla seniorów - kontynuacja zabaw tanecznych dla osób, które lubią tańczyć. Forma dawnego dancingu przy dźwiękach największych i najbardziej lubianych przebojach.
- Koncerty muzyki rozrywkowej, filmowej i operetkowej.
- Warsztaty linorytu dla seniorów z okazji Dnia Seniora.
- Wydarzenia realizowane we współpracy ze Stowarzyszeniem na Rzecz Rozwoju Społeczności Lokalnej „Mocni Razem”: spotkanie wielkanocne dla seniorów, zabawa dla Seniorów, spotkanie dla seniorów i spotkanie świąteczne dla seniorów.
- Turnieje brydża dla seniorów.
- Paderewa Seniorom – współorganizacja warsztatów dla seniorów z X Liceum Ogólnokształcącym im. I. J. Paderewskiego w Katowicach – organizowane przez młodzież szkolną.
- Realizowano sekcje: Śląskiego Ludowego Zespołu Śpiewaczego „Zawodziański”, Aktywny Senior.
- Lu Jong - zajęcia sprzyjające poprawie samopoczucia, elastyczności ciała oraz redukcji napięć. Ćwiczenia wykonywane w pozycji siedzącej - dostępne dla osób o różnym poziomie sprawności.
- Siłownia pamięci – zajęcia arteterapeutyczne z treningiem umysłu dla seniorów.

#### **Miejski Dom Kultury „Koszutka”:**

a) **PORANNA GIMNASTYKA DLA SENIORÓW** (MDK „Koszutka” filia „Dąb”) – cykliczne zajęcia ruchowe skierowane do osób po 60 roku życia dostosowane do indywidualnych potrzeb seniorów. Ich celem była poprawa kondycji fizycznej uczestników poprzez wzmocnienie poszczególnych części ciała przy użyciu różnych akcesoriów do ćwiczeń. Zajęcia odbywały się od stycznia do maja oraz od września do grudnia 2025 r. Stała grupa uczestników zajęć to około **10 osób**, 2 grupy zajęciowe. Zajęcia były płatne.

b) **GRUPA MALARSKA FILAR’72** – cykliczne zajęcia z malarstwa ze szczególnym uwzględnieniem malarstwa olejnego, akwareli i pasteli. Grupa kultywowała tradycje śląskie w malarstwie. Członkowie grupy uczestniczyli w plenerach malarskich, konkursach oraz brali udział w wystawach organizowanych przez m.in.: ośrodki kultury i biblioteki (m.in.: wystawa w Bibliotece nr 8 w Strzemieszycach Wielkich (luty-marzec); wystawa w Zagłębiowskiej Mediatece w Sosnowcu (marzec-kwiecień); konkurs „Rudzka Jesień” w Rudzie Śląskiej (listopad); wystawa w Galerii 33 w MDK w Mikołowie (wrzesień); wystawa poplenerowa XXXIII Pleneru Malarskiego dla Malarzy Nieprofesjonalnych zorganizowanym przez miasto Tychy (grudzień). Spotkania odbywały się w czwartki od stycznia do grudnia 2025 r. za wyjątkiem wakacji letnich. Grupa liczy **4 osoby**. Udział w zajęciach był bezpłatny.

Wystawę prac malarskich grupy można było zobaczyć w grudniu 2025 r. w otwartej Galerii „Za Szybą” MDK „Koszutka” filii „Dąb”, a wystawę lidera grupy pana Floriana Zajęca można było zwiedzać podczas Festynu Dni Dębu we wrześniu 2025 r. Grupa uczestniczyła w styczniu 2025 r. w zbiorowej wystawie „Śląsk – Wczoraj, Dziś i Jutro” organizowanej w ramach projektu „Program Aktywności Lokalnej Wełnowiec – Józefowiec i Dąb. W stronę sprawiedliwej transformacji”. Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021 – 2027 oraz miała swoją wystawę w filii Domu Kultury na Witosa w ramach działania „KATOWICE BARWY DZIELNIC” w listopadzie 2025 r.

#### c) **GRUPA MALARSKA ŚWIATŁO**

Cykliczne zajęcia z malarstwa i rysunku na temat podstawowych i zaawansowanych zagadnień z warsztatu malarstwa i rysunku. Zajęcia w pierwszym półroczu odbywały się w trzech grupach – grupa I realizowała indywidualny program pracy pracując nad poszukiwaniem swojego oryginalnego stylu. Grupa II i III poznawała różne techniki malarskie i rysunkowe ćwicząc w różnej tematyce. Spotkania odbywały się w czwartki od stycznia do czerwca. Od września do grudnia 2025 r. spotkania odbywały się w dwóch grupach. Uczestnicy mieli tradycyjnie w sierpniu wystawę swoich prac w otwartej Galerii „Za Szybą” MDK „Koszutka” filii „Dąb”, zakończoną uroczystym finisażem.

Stała grupa uczestników to **ok. 6 osób** w każdej z grup. Udział w zajęciach był płatny.

#### d) **ZDROWY KRĘGOSŁUP (MDK „Koszutka” filia „Dąb”)**

Cykliczne zajęcia dla seniorów usprawniające kręgosłup. Odbywały się od stycznia do maja i od września do grudnia 2025 r. w poniedziałki i środy. Zajęcia były płatne.

e) **DZIEŃ BABC I DZIADKA – RAZEM – impreza animacyjno – integracyjna dla babć i dziadków z wnukami** organizowana przez Akademię Wolontariatu CREATOR w dniu 22 stycznia 2025 r. Wydarzenie było bezpłatne.

f) **ZABAWY TANECZNE DLA OSÓB DOROSŁYCH I SENIORÓW** - działanie realizowane były w ramach współpracy katowickich domów kultury.

Zabawy taneczne przy muzyce na żywo w wykonaniu zespołu muzycznego lub muzyce mechanicznej z poczęstunkiem.

31 stycznia 2025 r. Dębowa domówka – zabawa taneczna. Udział był płatny.

29 listopada 2025 r. Dębowa domówka – andrzejkowa zabawa taneczna. Udział był płatny.

g) **OGÓLNOPOLSKI DZIEŃ SENIORA** – działanie realizowane przez katowickie domy kultury.

- Koncert włoskiej klasycznej muzyki wokalne pt. „Srebrne Skrzydła” – współorganizacja ze Stowarzyszeniem „Matuzalem” 25 października 2025 r. Wydarzenie było bezpłatne.

- „Creative Senior i Bingo z Seniosem” – warsztaty decoupage oraz spotkanie z planszówkami i rozgrywki BINGO dla seniorów w dniu 14 listopada 2025 r. Wydarzenie było bezpłatne.

j) **DEDYKACJĄ DLA SENIORÓW** „Weekend Seniora z Kulturą” - koncert pt. „Estrada Gwiazd 2.0” w wykonaniu Eweliny Sobczyk, Kamila Franczaka i Pawła Gwoźdźcia. Koncert poprzedzony był występem wokalnym Seniora z Koszutki – 4 października 2025 r. Wydarzenie było bezpłatne.

k) **RODZINA W KULTURZE – Nasze Babcie, Nasi Dziadkowie – Międzypokoleniowe spotkanie dla seniorów i dzieci.** Międzypokoleniowe warsztaty kreatywne dla dziadków i wnuków – 23 stycznia 2025 r. Udział był bezpłatny.

#### l) **SENIORZE DO DZIEŁA**

Warsztaty artystyczne

- Wielkanocne jajko – 31 marca 2025 r. Udział był płatny.

- Warsztaty tworzenia świątecznych witraży – 16 grudnia 2025 r. Udział był płatny.

n) **KAWIARENKA „eS”** – cykliczne spotkania dla seniorów odbywające się we wtorki. Grupa liczyła **ok. 15 osób**. Udział był bezpłatny.

#### o) **GIMNASTYKA (MDK „KOSZUTKA”)**

Cykliczne zajęcia ruchowe zakładające pracę nad kondycją ruchową i wzmacnianiem partii mięśniowych oraz ogólną poprawę samopoczucia dostosowaną do możliwości uczestników. Zajęcia odbywały się od stycznia do maja 2025 r. oraz od października do grudnia 2025 r. Stała grupa uczestników zajęć to **ok. 14 osób**, 1 grupa zajęciowa. Zajęcia były płatne.

#### p) **ZDROWY KRĘGOSŁUP (MDK „KOSZUTKA”)**

Cykliczne zajęcia dla seniorów usprawniające kręgosłup. Zajęcia odbywały się od października do grudnia 2025 r. Stałe grupy liczą po **ok. 15 osób**, 2 grupy zajęciowe. Zajęcia były płatne.

r) **ŚPIEWANIE Z SENIORAMI** - w marcu i maju odbyły się warsztaty, prowadzone przez profesjonalnych artystów estradowych. Udział był bezpłatny.

s) **KONCERT DLA SENIORA** odbył się 10 września 2025 r., Kamil Franczak wraz z zespołem zaprezentował program „Piosenki z tekstem”, oparty na twórczości Agnieszki Osieckiej, Jacka Cygana i Wojciecha Młynarskiego. Wydarzenie było bezpłatne.

t) **SPACER Z SENIORAMI** – 3 czerwca 2025 r. pod hasłem „Jak dobrze znasz las - swojego zielonego sąsiada”. Było to spotkanie łączące edukację przyrodniczą z aktywnością fizyczną. Uczestnicy poznawali lokalne gatunki roślin i zwierząt, ciekawostki ekologiczne oraz zasady bezpiecznego poruszania się po terenach leśnych. Wydarzenie było bezpłatne.

u) **BRACTWO AKTYWNYCH SENIORÓW** – cykliczne spotkania dla seniorów. Grupa liczy ok. 70 członków, z czego około 50 uczestniczyło w spotkaniach regularnie. Bractwo tworzyło przestrzeń do rozmów, prelekcji, wspólnych działań tematycznych, aktywności ruchowych oraz rozwijania pasji. Zajęcia odbywały się we wtorki o godzinie 11.00. Udział był bezpłatny.

v) **SENIOR FITNESS (MDK „Koszutka” DK „Witosa”)** - zajęcia odbywały się w środy i piątki, w 45-minutowych blokach. Program obejmował ćwiczenia wzmacniające, rozciągające oraz proste układy ruchowe dostosowane do możliwości uczestników, dzięki czemu każdy mógł pracować we własnym tempie. Zajęcia odbywały się od marca do maja oraz od września do grudnia w dwóch grupach.

w) **ZDROWY KRĘGOSŁUP (MDK „Koszutka” DK „Witosa”)** - zajęcia kierowane były przede wszystkim do seniorów, odbywały się regularnie we wtorki, środy, czwartki i piątki. Program zajęć obejmował ćwiczenia wzmacniające mięśnie, rozciągające oraz stabilizujące. Instruktor zwracał szczególną uwagę na korekcję wad postawy, prawidłowe ustawienie kręgosłupa oraz naukę bezpiecznych wzorców ruchowych, które uczestnicy mogli wykorzystywać w codziennym życiu. Zajęcia odbywały się od marca do maja oraz od września do grudnia w czterech grupach.

#### **Miejski Dom Kultury „Ligota”:**

- „**Pora dla Seniora**” – cykl zajęć skierowanych do osób starszych, w ramach którego odbywały się naprzemiennie warsztaty: plastyczne, muzyczne, relaksacyjne, ruchowe, ceramiczne oraz rękodzieła artystycznego. Program obejmował także spotkania z zaproszonymi gośćmi, prelekcje rozwijające wiedzę i zainteresowania uczestników, a także zajęcia sprzyjające integracji, aktywizacji społecznej i poprawie samopoczucia.

- „**Śpiewaj razem z nami**” – warsztaty muzyczne oparte na nauce śpiewu oraz rozwijaniu umiejętności wokalnych uczestników. Zajęcia obejmowały również przekazywanie wiedzy na temat muzyki, jej gatunków i historii, a także prezentację biografii wybitnych wokalistów i artystów sceny muzycznej. Warsztaty sprzyjały integracji uczestników, rozwijaniu pasji muzycznych, aktywnemu spędzaniu czasu oraz czerpaniu radości ze wspólnego muzykowania.

- „**Zakątek Seniora**” to cykl twórczych i motywacyjnych spotkań dla seniorów. W miłej atmosferze przy kawie seniorzy rozmawiali o życiu, dzielili się doświadczeniami i refleksjami. Każde spotkanie miało inny temat i łączyło rozmowę z elementami sztuki, literatury oraz prostymi działaniami twórczymi.

- **Koncert dla Seniorów „Wyśpiewam Wam wszystko!”** – muzyczna podróż z Dariuszem Niebudkiem. Seniorzy mieli okazję uczestniczyć w wyjątkowym koncercie Dariusza Niebudka, pełnym znanych melodii, wzruszeń i uśmiechu. Artysta dzielił się opowieściami z życia, anegdotami zza kulis oraz własnymi interpretacjami muzycznych klasyków.

- **Mini domówka dla Seniorów**. Seniorzy mieli okazję uczestniczyć w mini domówce, pełnej tańca, dobrej muzyki i serdecznej atmosfery. Wspólna zabawa, rozmowy i poczęstunek stworzyły kameralny klimat spotkania, a gościem specjalnym był Piotr Hubert Langfort, znany z programu „Sanatorium Miłości” oraz półfinalista „The Voice Senior”.

#### **Miejski Dom Kultury „Południe”:**

Miejski Dom Kultury „Południe” w Katowicach był w 2025 r. organizatorem licznych imprez oraz spotkań i warsztatów cyklicznych skierowanych do seniorów. Katowiccy seniorzy mogą wybierać w zajęciach integracyjnych, ruchowych, prozdrowotnych czy poświęconych realizacji ich artystycznych pasji. W 2025 r. odbywały się następujące zajęcia:

Obiekt Kostuchna:

1. Spotkania „Grupy wsparcia” w Kostuchnie (26 spotkań /830 uczestników).
2. Spotkania Klubów Seniora 34/121.

3. Potaćówki dla seniorów „Disco Senior” 2/89.
4. Język angielski dla seniorów 62/462.
5. Ekologia dla seniora – warsztaty 11/166.
6. Weekend seniora z kulturą – warsztaty 2/30.

Filia Piotrowice:

7. Spotkanie Klubów Seniora 39/376.
8. Spotkania Klubu Aktywnego Seniora „Każdy może” – warsztaty multidyscyplinarne 36/800.
9. Gimnastyka dla seniorów 75/729.
10. Taniec latino dla seniorów 37/276.
11. Weekend seniora z kulturą - koncert 1/40.

Filia Murcki:

12. Spotkania Koła Emerytów 13/218.
13. Grupa wsparcia „Radość życia” 37/791.

Filia Zarzecze:

14. Nordic Walking dla seniorów (dwie grupy) 150/1 068.

Filia Podlesie:

15. Zajęcia sportowe „Gimnastyka dla seniora” 34/138.

### **Miejski Dom Kultury „Szopienice-Giszowiec”:**

Zadania zrealizowane przez Miejski Dom Kultury „Szopienice – Giszowiec” skierowane były do seniorów mieszkających na terenie Katowic. Oprócz cotygodniowych spotkań w klubach seniora oraz podczas zajęć stałych, seniorzy mogli wziąć udział w innych ciekawych propozycjach:

- Integracyjne spacerzy z Seniorami – nordic walking – rekreacyjne spacerzy dla seniorów po dzielnicy oraz poza jej granicami. W czasie spacerów seniorzy oprócz dbania o zdrowie mogli poznać nowe osoby i nawiązać znajomości.

- Spotkanie wielkanocne Klubu Seniora na Burowcu. Rocznicowe spotkanie Klubu Seniora na Burowcu, Spotkanie wigilijne Klubu Seniora na Burowcu – wydarzenia, podczas których seniorzy mogli spędzić czas ze swoimi rówieśnikami, porozmawiać przy drobnym poczęstunku czy potaćczyć.

- „Podróże małe i duże – Teneryfa” – prelekcja podróżnicza dla seniorów, w czasie której mogli posłuchać ciekawostek o wyspie, zobaczyć zdjęcia i spróbować lokalnego smakołyku.

- Wycieczka oraz warsztaty dla seniorów w ramach współpracy z Centrum Społecznościowe Szopki w Szopienicach przy ul. Bednorza. Inicjatywa, dzięki której seniorzy mogli wybrać się na całodniową wycieczkę do Wisły, w czasie której zwiedzili ciekawe miejsca oraz wzięli udział w kreatywnych warsztatach.

- „Cyberbezpieczeństwo w sieci” – warsztaty edukacyjne, w czasie których seniorzy mogli uzyskać informacje dotyczące bezpiecznego poruszania się w Internecie.

- Wielkanocne warsztaty dla seniorów, Świąteczne warsztaty dla seniorów – tematyczne warsztaty w ramach programu pn. „Katowickie Senior w mieście” rozbudzające kreatywność oraz sprawność manualną seniorów.

- „Akwarelowe love – malować każdy może”, Rękodzieło – jesienne eko - dekoracje – warsztaty zorganizowane w ramach „Weekendu Seniora z Kulturą”.

- Spotkania Klubów Seniora, Klub Szachowy „Hetman Katowice” – powyższe wpisują się w grafiki zajęć stałych MDK.

- Gala operetkowo – musicalowa Teatru Muzycznego Castello, „12 godzin z życia kobiety” – recital muzyczny w wykonaniu Agnieszki Wiśniewskiej – Rak i Mateusza Meisnera, Koncert zespołu MICKIEWICZ – bezpłatne wydarzenia dla seniorów w ramach „Katowickiej Senioriady”.

- Kawiarenka Seniora – organizacja udziału seniorów w różnorodnych wydarzeniach kulturalnych (teatr, filharmonia, kino, wycieczki i spotkania integracyjne) – inicjatywa lokalna.

- Bezpieczny Senior – warsztaty dla seniorów współorganizowane z UKS Oktagon skupiające się na bezpieczeństwie w życiu codziennym oraz aktywizacji ruchowej osób starszych.

- Jubileusz istnienia Klubu Seniora Giszowiec 55 – jubileuszowe wydarzenie jednego z klubów seniora działających na Giszowcu.

- Maluj z grupą Art Giszowiec – spotkania artystyczne skierowane do seniorów szkolące warsztat malarski.

- Choreoterapia dla seniorów – terapia tańcem i ruchem. Zajęcia obejmowały taniec, ćwiczenia muzyczno-ruchowe, improwizację ruchową, a także aktywność usprawniającą ciało i rozciągające mięśnie.
- Rozśpiewany Senior – zajęcia wokalne dla seniorów.
- Gimnastyka dla Seniorów – zajęcia rekreacyjne, służące rozruszaniu mięśni i dynamiki ciała, ale również integracji i wspólnemu spędzeniu czasu.
- Fit jest Git – warsztaty taneczne współorganizowane z MOSiR Katowice
- Piyknie gromy i śpiewomy – koncert dla seniorów.
- Lato na Giszowcu – koncert z potańcówką w Parku w Giszowcu z DJ Maćkiem, koncert DJ Nowickiego z potańcówką w Parku na Giszowcu – plenerowe wydarzenia skierowane do seniorów.
- Dzień Seniora – potańcówka, Muzyczne warsztaty międzypokoleniowe, Andrzejkowa biesiada z zespołem De Silvers – wydarzenia zrealizowane w ramach inicjatywy lokalnej „W seniorach siłą”.

### **Muzeum Historii Katowic:**

Czwartkowe wykłady dla seniorów:

- Wykład Anny Zaczkowskiej, Katowiccy super - bohaterowie. Kto zasłużył się dla dobra miasta i jego mieszkańców - 16 stycznia 2025 r.
  - Wykład Natalii Kurzyńskiej, Nie tylko drzeworyty. Przegląd twórczości Pawła Stellera – 23 stycznia 2025 r.
  - Wykład Anny Zaczkowskiej, Katowice od kuchni. Czyli rzecz o tym, co się w Katowicach jadło – 30 stycznia 2025 r.
  - Wykład Aleksandry Tunkiewicz, Sól, perła i paciorki: Trzy spojrzenia na Śląsk w kinie Kazimierza Kutza – 13 lutego 2025 r.
  - Wykład Marty Pitek, Katowice na starych mapach – 6 marca 2025 r.
  - Wykład Natalii Kurzyńskiej, Dwadzieścia miesięcy niewoli - Tragedia górnośląska oczami Pawła Stellera – 20 marca 2025 r.
  - Wykład Macieja Stachnika, „Sport napędza pracę, a praca sport”, czyli o kulturze fizycznej w Katowicach w okresie Polski Ludowej – 10 kwietnia 2025 r.
  - Wykład Aleksandry Tunkiewicz, Na granicy rzeczywistości: Symbolika i mistycyzm w twórczości Teofila Ociepki – 24 kwietnia 2025 r.
  - Wykład Jarosława Babuchowskiego, Nie zawsze „kwitnące jak róże”. Historia tramwajów górnośląskich (1894-2024) – 8 maja 2025 r.
  - Wykład Katarzyny Klimczak, Tu mieszkali, tu tworzyli, tu byli - śladami sławnych artystów z Katowic – 22 maja 2025 r.
  - Wykład Katarzyny Klimczak, Erwin Sówka – inspiracje – 12 czerwca 2025 r.
  - Wykład Grażyny Malek, Droga naukowa Marii Goepfert-Mayer – 26 czerwca 2025 r.
  - Wykład Katarzyny Klimczak, Synagoga Wielka w Katowicach - na pocztówkach i starych fotografiach – 4 września 2025 r.
  - Wykład Jarosława Babuchowskiego, W dobie smsów, e-maili i muzeów techniki. Wybrane zagadnienia z życia codziennego mieszkańców Katowic w latach 1989-2024 – 25 września 2025 r.
  - Wykład Macieja Stachnik, „Tu zgromadza się wszystko, a podróżujący radzi tutaj nocują”, czyli o hotelach i miejscach spotkań w dawnych Katowicach – 9 października 2025 r.
  - Wykład Szymona Słupika, Miasto z przemysłu - katowickie koncerty przemysłowe – 23 października 2025 r.
  - Wykład Grażyny Malek, O Tauzenie, czyli o katowickim osiedlu Tysiąclecia – 13 listopada 2025 r.
  - Wykład Anny Zaczkowskiej, Drzewo życia. Biografia Henryka Sławika – Sprawiedliwego wśród Narodów Świata – 27 listopada 2025 r.
  - Wykład Anny Zaczkowskiej, Gdzie diabeł ze św. Mikołajem chodził...czyli o tradycjach świątecznych na Górnym Śląsku – 11 grudnia 2025 r.
- Zwiedzanie wystaw z przewodnikiem w grupach zorganizowanych.
- Środa dla Seniora - zwiedzanie wystaw i pokaz filmów w Dziale Teatralno-Filmowym – 12 marca, 9 kwietnia, 7 maja, 4 czerwca, 8 października 2025 r.

– Warsztaty dla Seniorów.

#### Zespół Śpiewaków Miasta Katowice „Camerata Silesia”:

W 2025 r. instytucja wykonała koncerty, w których wzięli udział seniorzy:

- w styczniu 2025 r. zorganizowano w Willi Goldsteinów dwa koncerty kolędowe, w czasie których katowiccy seniorzy włączyli się w śpiew kolęd;
- w styczniu 2025 r. odbył się koncert kolędowy w Domu Pomocy Społecznej „Senior Residence” oraz koncert w ramach jubileusz 50-lecia oddziału Polskiej Akademii Nauk w Willi Goldsteinów, w którym brali udział lekarze - seniorzy;
- w lutym 2025 r. w sali kameralnej NOSPR odbył się koncert promujący płytę *Tęskni dzioucha do syneczka – Songs of Silesian Uprisings*, publiczność wysłuchała wówczas opracowanych przez Sabinę Meck tradycyjnych pieśni powstańców śląskich; uczestnikami koncertu w dużej mierze były osoby spokrewnione z powstańcami – wnukowie i prawnukowie;
- w październiku 2025 r. zespół zorganizował koncert w Domu Pomocy Społecznej „Senior Residence” w ramach programu ministerialnego „Weekend Seniora z Kulturą”.

W koncercie zorganizowanym w Domu Pomocy Społecznej wzięli udział wyłącznie seniorzy.

W wymienionych powyżej koncertach, które odbyły się w Willi Goldsteinów katowiccy seniorzy stanowili grupę około 90% słuchaczy.

#### Galeria Sztuki Współczesnej BWA:

Galeria Sztuki Współczesnej BWA w 2025 r. zorganizowała 5 warsztatów ekspresji twórczej dla seniorów - prowadzone w oparciu o aktualną wystawę w Galerii. Głównym założeniem warsztatów było stworzenie asumptu do zwiększania samodzielnej aktywności twórczej oraz osvajanie ze sztuką współczesną.

### IV. UDZIAŁ MIEJSKIEGO OŚRODKA SPORTU I REKREACJI W DZIAŁANIACH NA RZECZ SENIORÓW.

#### 1. Oferta Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Katowicach skierowana do seniorów – posiadaczy programu pn. „Katowickiej Karty Mieszkańca”.

Dzielnica	Nazwa Ośrodka	Udzielane seniorom zniżki
Podlesie	Ośrodek Sportowy „Podlesianka”	50% zniżki na korzystanie z kortów tenisowych ul. Sołtysia 25, Katowice
Ligota	ORW „Zadole”	50% zniżki na korzystanie z siłowni oraz kortów tenisowych ul. Wczasowa 8, Katowice
Brynów	ORW „Rolna”	50% zniżki na korzystanie z siłowni oraz basenu ul. Nasypowa 65, Katowice
Załęże	ORW „Bugla”	50% zniżki na korzystanie z basenu ul. Żeliwna 26d, Katowice
Wełnowiec-Józefowiec	Hala Sportowa „Józefowska”	50% zniżki na korzystanie z siłowni ul. Józefowska 40, Katowice
	OS „Kolejarz”	50% zniżki na korzystanie z siłowni ul. Alfreda 1, Katowice
Zawodzie	OS „Słowian”	50% zniżki na korzystanie z siłowni i kortów tenisowych ul. 1 Maja 99, Katowice
Dąbrówka Mała	OS „Hetman”	50% zniżki na korzystanie kortów tenisowych

		ul. Siwka 2, Katowice
Szopienice	OS „Szopienice”	50% zniżki na korzystanie z siłowni ul. 11 Listopada 16, Katowice
Janów-Nikiszowiec	Ośrodek Tenisowy	50% zniżki na korzystanie z kortów zewnątrznych oraz krytych ul. Szopienicka 70, Katowice

Około 10% odwiedzających obiekty MOSiR stanowią seniorzy posiadający Katowicką Kartę Mieszkańca – **ok. 6 000 osobowejś** co spowodowało ubytek przychodu rzędu: 108 000 zł.

## 2. Nowa oferta autorskich działań MOSiR skierowana do seniorów.

Dzielnica	Nazwa Ośrodka	Udzielane seniorom zniżki
Piotrowice-Ochojec, Ligota	OS przy ul. Asnyka	Treningi – „Zdrowy kręgosłup” oraz fitness ul. Asnyka 27
Brynów	ORW „Rolna”	Aquafitness w sezonie letnim ul. Nasypowa 65, Katowice
Załęże	OS Gliwicka	Treningi – „Zdrowy kręgosłup” oraz rozciągająco siłowe ul. Gliwicka 214
Wełnowiec-Józefowiec	Hala Sportowa „Józefowska”	Treningi – „Zdrowy kręgosłup” oraz rozciągająco siłowe ul. Józefowska 40
Zawodzie	OS „Słowian”	Treningi fitness ul. 1 Maja 99, Katowice
Dąbrówka Mała	OS „Hetman”	Treningi-„Zdrowy kręgosłup ul. Siwka 2, Katowice
Szopienice	MDK Szopienice	Zajęcia taneczne z elementami fitness ul. Westerplatte 10A
Giszowiec	MDK Giszowiec	Zajęcia taneczne z elementami fitness Plac Pod Lipami 1
Janów-Nikiszowiec	Jantor 2	Treningi – „Zdrowy kręgosłup” oraz fitness ul. Nałkowskiej 10A

W zorganizowanych zajęciach MOSiR, w których większość uczestników stanowią seniorzy wzięło udział łącznie **4 528 osób**. Łączna kwota programu – **70 130,00 zł**.

Zajęcia podzielone były na bloki tematyczne:

- a) zajęcia ogólnorozwojowe z elementami fitness,
- b) zajęcia „Zdrowy kręgosłup”,
- c) zajęcia taneczne z elementami fitness.

## V. UDZIAŁ UNIWERSYTETÓW TRZECIEGO WIEKU.

1. Misją Uniwersytetu Trzeciego Wieku Wydziału Nauk o Zdrowiu w Śląskim Uniwersytecie Medycznym w Katowicach jest wspieranie aktywnego starzenia się poprzez oferowanie edukacyjnych, kulturalnych i społecznych aktywności dla osób starszych, umożliwiając im dalszy rozwój osobisty oraz społeczny.

W 2025 r. odbyły się następujące wykłady i uroczystości:

- 1) 15 stycznia 2025 r. - „Na jakie objawy zwracać uwagę? Co jest ważne a co nie?”. Wykład prof. dr hab. n. med. Dariusza Dobrowolskiego.

- 2) 19 lutego 2025 r. - „Prehabilitacja”. Wykład dr hab. n. o zdr. Justyny Glik.
- 3) 19 marca 2025 r. - „Rozwój medycyny sądowej w Polsce, stan obecny i perspektywa zmian”. Wykład dr hab. n. med. Rafała Skowronka, prof. ŚUM.
- 4) 16 kwietnia 2025 r. - „Skutki zdrowotne zmian klimatu”. Wykład dr hab. n. o zdrowiu Grzegorza Dziubanka, prof. ŚUM. Odbyło się również spotkanie wielkanocne, podczas którego uczestnicy mogli spożyć świąteczny posiłek oraz mieli okazję do integracji i wspólnych rozmów.
- 5) 21 maja 2025 r. - „Osteoporoza”. Wykład dr hab. n. med. Agnieszki Batko–Szwaczki.
- 6) 18 czerwca 2025 r. - odbyło się uroczyste zakończenie roku akademickiego 2024/2025, w którym poza samymi słuchaczami, uczestniczyli Pani dr hab. nauk o zdrowiu Anna Brzęk, prof. ŚUM, Dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu, prof. dr hab. n. med. Jerzy Stojko, Prorektor ds. Studiów i Studentów, dr hab. n. med. Oskar Kowalski, prof. ŚUM, Prorektor ds. Nauki, prof. dr hab. n. med. Grzegorz Smolka, dr n. o zdrowiu Adriana Kowalik-Kabat oraz Pani prof. dr hab. n. o zdr. Agnieszka Młynarska, Koordynator Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Spotkanie zostało zwieńczone wręczeniem dyplomów uczestnictwa, a następnie wspólnym poczęstunkiem. Odbył się również wykład autorski dr hab. n. med. Oskara Kowalskiego, prof. ŚUM.
- 7) 15 października 2025 r. – „Medycyna i sztuka”. Wykład prof. dr hab. n. med. Jadwigi Joško–Ochojskiej oraz Inauguracja Roku Akademickiego 2025/2026 Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Podczas uroczystości odbył się występ muzyczny oraz zorganizowano poczęstunek, sprzyjający integracji uczestników.
- 8) 5 listopada 2025 r. w Wydziale Nauk o Zdrowiu w Katowicach zorganizowano II edycję Dnia Seniora podczas której odbyły się wykłady i warsztaty pod nazwą „Coś dla ciała i duszy”. Seniorzy mieli możliwość wzięcia udziału m.in. w badaniach profilaktycznych, konsultacjach czy poznać tajniki samodzielnego przygotowania kosmetyków.
- 9) 19 listopada 2025 r. - „Fizykalne metody leczenia bólu”. Wykład dr n. med. Jacka Durmała.
- 10) 17 grudnia 2025 r. odbyło się spotkanie bożonarodzeniowe Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Po części wykładowej pn. „Nowoczesna prewencja z perspektyw lekarza”, którą poprowadził prof. dr hab. n. med. Rafał Młynarski, słuchacze oraz zaproszeni goście mieli okazję złożyć sobie świąteczne życzenia oraz podzielić się opłatkiem. Na zakończenie spotkania każdy ze słuchaczy otrzymał świąteczny zestaw prezentowy.

Dzięki wsparciu z dotacji Urzędu Miasta Katowice, podczas spotkań zapewniano produkty spożywcze oraz wodę. Ponadto, w ramach prezentów świątecznych dla uczestników zakupiono elektroniczne opaski - mające na celu kontrolowanie podstawowych funkcji organizmu, takich jak: monitorowanie snu, tętna czy natlenienia krwi – oraz bilety do Teatru Śląskiego na dowolny spektakl.

Uniwersytet Trzeciego Wieku Wydziału Nauk o Zdrowiu w Katowicach w mijającym roku skutecznie realizował swoje cele edukacyjne, rekreacyjne i integracyjne. Dzięki zaangażowaniu uczestników oraz wsparciu Prezydenta Miasta Katowice udało się stworzyć przestrzeń, w której seniorzy mogli się rozwijać, dbać o swoje zdrowie oraz aktywnie spędzać czas. Z oferty edukacyjnej skorzystało w 2025 r. **203 słuchaczy**. Wysokość udzielonej dotacji wyniosła: **48 242,58 zł**.

**2. Oferta edukacyjna Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy Uniwersytecie Śląskim** jest bardzo różnicowana. Oprócz wykładów o tematyce ogólnej, w 2025 r. odbywały się zajęcia z historii sztuki, psychologii, warsztaty psychologiczne, a także lektoraty z języków obcych (angielski, hiszpański, włoski oraz konwersacje z języka niemieckiego). Ponadto, w ramach zajęć ruchowych organizowana była gimnastyka przy muzyce, tańce europejskie, pilates, joga, zdrowy kręgosłup, latino solo. Organizowane były również zajęcia komputerowe o tematyce zgodnej z aktualnymi potrzebami seniorów. Słuchacze korzystali także z indywidualnych konsultacji komputerowych. Od wielu lat odbywają się również zajęcia z malarstwa i decoupage. Pod koniec roku 2025 r. w CINIBA odbył się wernisaż wystawy prac grupy malarskiej UTW w Uniwersytecie Śląskim „3 Wiek twórczy”. Rok 2025 rozpoczęty został tradycyjnie kolędowaniem słuchaczy UTW. W marcu 2025 r. słuchacze wzięli udział w 15 Forum Seniora organizowanym w Ustroniu.

W czerwcu odbyło się spotkanie długoletnich słuchaczy UTW. Uroczystość ta dostarczyła słuchaczom wiele emocji, był czas na wspomnienia, refleksje a także okazja do spotkania i miło spędzonych chwil. Natomiast w listopadzie słuchacze UTW w UŚ wzięli udział w obchodach Jubileuszu 50-lecia UTW w Polsce. Końcem 2025 r. społeczność UTW zaangażowała się w akcje charytatywnym.in. w akcję dla podopiecznych Zgromadzenia Sióstr Służebniczek NMP w Katowicach. Z oferty edukacyjnej skorzystało w 2025 r. **ok. 700 słuchaczy**. Wysokość udzielonej dotacji wyniosła: **59 593,52 zł**.

**VI. SKUTKI FINANSOWE DLA BUDŻETU MIASTA.**

Jednostka	Zadanie	Kwota w 2025 r.
<p>Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta w Katowicach we współpracy z organizacjami pozarządowymi</p>	<p>„Integracja i aktywizacja osób starszych, w tym kombatantów i osób represjonowanych”</p> <p>„Pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób poprzez prowadzenie mieszkań wspomaganych dla seniorów”</p>	<p>Dotacje: 1 725 306,81 zł <i>(w tym tzw. „małe granty” w kwocie: 157 229,00 zł oraz Kluby seniora realizowane w ramach projektu pn. „Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora” w kwocie: 726 800,00 zł)</i> Zamówienia publiczne: 10 008,00 zł</p> <p>300 139,70 zł</p> <p><b>Razem: 2 035 454,51 zł</b></p>
<p>Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta w Katowicach we współpracy z podmiotami wykonującymi działalność lecniczą</p>	<p>Profilaktyka i promocja zdrowia dla osób starszych w ramach „Programu profilaktyki i promocji zdrowia dla miasta Katowice na lata 2021-2027”</p>	<p>85 840,00 zł <i>(program profilaktyki dla osób trzeciego i czwartego wieku)</i></p> <p><b>Razem: 85 840,00 zł</b></p>
<p>Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta w Katowicach - zakup usług</p>	<p>Informator dla seniorów</p> <p>Organizacja spotkania wigilijnego dla środowiska senioralnego</p> <p>Pokrycie kosztów wyjazdów służbowych (noclegów)</p>	<p>24 403,00 zł</p> <p>10 000,00 zł</p> <p>270,00 zł</p> <p><b>Razem: 34 673,00 zł</b></p>
<p>Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice we współpracy z Domem Pomocy Społecznej „Senior Residence”, ul. Pijarska 4 Katowice</p>	<p>„Prowadzenie domów pomocy społecznej” Prowadzenie DPS dla osób w podeszłym wieku – szczególnie chorych na demencję starczą i chorobę Alzheimerera</p>	<p><b>5 467 828,72 zł</b></p>
<p>Dom Pomocy Społecznej „Przystań”, Katowice, ul. Adamskiego 22</p>	<p>Prowadzenie Domu Pomocy Społecznej dla osób przewlekle somatycznie chorych</p>	<p><b>10 476 237,15 zł</b></p>
<p>Dom Pomocy Społecznej „Zacisze”, Katowice,</p>	<p>Prowadzenie Domu Pomocy Społecznej dla osób</p>	<p><b>10 472 103,50 zł</b></p>

ul. Traktorzystów 42	w podeszłym wieku	
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Katowice, ul. Wita Stwosza 7	Choreoterapia	42 735,92 zł
	„Go Senior”	24 968,51 zł
	„Aktywny senior 55+ i jego środowisko lokalne”	122 432,32 zł
	Usługi opiekuńcze i specjalistyczne	15 499 980,02 zł
	Usługi opiekuńcze w formie usług sąsiedzkich	37 114,53 zł
	Dzienne Domy Pomocy Społecznej i Popołudniowe Kluby Społecznościowe	5 980 791,06 zł
	Posiłki z dowozem dla osób starszych	1 816 463,19 zł
	Opłaty za pobyt w domach pomocy społecznej na terenie innej gminy	28 281 623,89 zł
	Usługi w mieszkaniach wspomaganych	1 758 180,11 zł* <i>(koszt wszystkich 3 mieszkań wspomaganych w tym 2 dla osób w podeszłym wieku lub przewlekle chorych)</i>
	Wycieczki dla katowickich seniorów	123 300,00 zł
	Opieka na odległość	15 152,12 zł <i>z czego: 12 121,65 zł została dofinansowana z Programu „Korpus Wsparcia Seniorów”</i>
	Paczki świąteczne dla seniorów	30 000,00 zł
	Grupa wsparcia „Radość życia – wszystko mogę”	44 938,23 zł
	Projekt „Senior w wielkim mieście – rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora”	1 117 518,25 zł
		<b>Razem: 54 895 198,15 zł</b>

Wydział Edukacji Urzędu Miasta Katowice	działalność Uniwersytetu Trzeciego Wieku, w tym: - Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Uniwersytecie Śląskim, - Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Śląskim Uniwersytecie Medycznym	59 593,52 zł 48 242,58 zł <b>Razem: 107 836,10 zł</b>
Wydział Sportu Urzędu Miasta Katowice	Działania skierowane do seniorów miasta Katowice	<b>5 800,00 zł</b>
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji	Działania skierowane do seniorów miasta Katowice	<b>70 130,00 zł</b>
Wydział Kultury Urzędu Miasta Katowice	Działania skierowane do seniorów miasta Katowice	<b>9 000,00 zł</b>
Miejskie jednostki kultury	Działania skierowane do seniorów miasta Katowice	<b>535 241,22 zł</b>
Powiatowy Urząd Pracy w Katowicach	„Inkubator Zawodowej Aktywizacji Seniora”	W ramach środków własnych - bieżącej działalności Urzędu
<b>Ogółem:</b>		<b>84 195 342,35 zł</b>

\*Z uwagi na strukturę organizacyjną mieszkań Ośrodek nie jest w stanie wyodrębnić wydatków poniesionych jedynie na osoby w podeszłym wieku.

## VII. REALIZATORZY PROGRAMU W 2025 R.

1. Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Katowice,
2. Wydział Edukacji Urzędu Miasta Katowice,
3. Wydział Kultury Urzędu Miasta Katowice,
4. Wydział Sportu Urzędu Miasta Katowice,
5. Pełnomocnik Prezydenta ds. Seniorów,
6. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach,
7. Miejskie jednostki kultury,
8. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Katowicach,
9. Rada Seniorów Miasta Katowice,
10. Domy Pomocy Społecznej,
11. Uniwersytety Trzeciego Wieku,
12. Powiatowy Urząd Pracy,
13. organizacje pozarządowe prowadzące działalność na rzecz seniorów, w tym m.in. Dzielne Domy Pomocy Społecznej.

## VIII. WSKAŹNIKI.

- liczba działających w mieście Katowice klubów seniora: **32**, liczba miejsc w klubach seniora – **1034**, liczba uczestników klubów seniora – **1 062**,
- liczba osób korzystających z ośrodków wsparcia np. z domów pomocy społecznej **358**, dziennych domów pomocy społecznej - **405**, popołudniowych klubów społecznościowych - **256**, mieszkań wspomaganych – **28**,
- liczba pozostałych projektów realizowanych dla seniorów przez organizacje pozarządowe – **16**,
- liczba osób biorących udział w zajęciach sportowych dla seniorów – **6 276**,
- liczba osób korzystających z programów profilaktycznych – **288**,
- liczba osób korzystających z oferty edukacyjnej – **1 793**,
- liczba zajęć, imprez, wydarzeń kulturalnych, w których udział biorą seniorzy – **4 368**,
- liczba seniorów uczestniczących w poszczególnych propozycjach kulturalnych – **60 442**,
- liczba uczestników Uniwersytetów Trzeciego Wieku w danym roku – **903**,
- liczba seniorów korzystających z usług Inkubatora Zawodowej Aktywizacji Seniora: udzielono informacji **98** osobom, przedstawiono **63** ofert pracy, a **32** osób wyraziło chęć skorzystania z przedstawionych propozycji.

## IX. PODSUMOWANIE.

Głównym celem wspierania seniorów jest tworzenie warunków do rozwoju aktywności społecznej osób starszych, które w związku z wyżym demograficznym lat 50 wchodzi lub w najbliższej przyszłości będą wchodzić w wiek 60+, a kończąc aktywność zawodową pozostają nadal w dobrej kondycji psychofizycznej, mają potencjał, kwalifikacje, życiowe doświadczenie i czas wolny, który można i należy zagospodarować dzięki tworzeniu odpowiedniej oferty aktywności społecznej. Aktywność jest jednym z niezbędnych warunków starzenia się w zdrowiu. Dużą rolę w tym procesie odgrywa także współpraca i integracja międzypokoleniowa.

Osoby, które ze względu na wiek, choroby lub niepełnosprawność wymagają opieki, mogą otrzymać na terenie Katowic bogate, zróżnicowane i dopasowane do ich indywidualnych potrzeb wsparcie. Oferta wsparcia pozwalała na wspieranie zarówno samych seniorów (w miejscu ich zamieszkania, jak i w oparciu o zasoby instytucjonalne, w tym usługi opiekuńcze, oferty DDPS, popołudniowych klubów społecznościowych, DPS, czy Mieszkań Wspomaganych, posiłek wraz z dowozem do miejsca zamieszkania), jak i osób w ich otoczeniu.

Akcent w pracy z seniorami położony był na optymalne wykorzystanie ich zasobów i potencjału własnego, pobudzanie aktywności, edukowanie w zakresie wykorzystywania posiadanych możliwości, uprawnień. Równolegle stale rozwijana była współpraca międzysektorowa pozwalająca na stałe wzbogacanie oferty pomocowej dla seniorów. Miasto Katowice dba by wsparcie dla seniorów stanowiło odpowiedź na ich potrzeby oraz pozwalało na optymalne wykorzystanie potencjału organizacji i instytucji funkcjonujących na terenie miasta na rzecz wsparcia seniorów.

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom osób w wieku senioralnym miasto Katowice angażuje się m.in. w realizację programów i projektów nakierowanych na wspieranie tej grupy mieszkańców miasta. Znacząco rozbudowuje w tym celu ofertę przedsięwzięć i projektów, w tym dofinansowanych ze środków zewnętrznych.

Biorąc pod uwagę powyższe, rekomenduje się dalszy rozwój dotychczas realizowanych działań nakierowanych na wspieranie mieszkańców miasta Katowice, będących w wieku senioralnym.

## **Uzasadnienie**

Przedstawienie Radzie Miasta Katowice sprawozdania za 2025 r. z realizacji Miejskiego Programu „Katowicki Senior w Mieście” na lata 2022-2027 wynika z § 2 uchwały nr XLII/928/21 Rady Miasta Katowice z dnia 17 grudnia 2021 r. w sprawie Miejskiego Programu „Katowicki Senior w Mieście” na lata 2022-2027.

Szczegółowy opis działań podejmowanych w 2025 r. wraz z danymi liczbowymi oraz finansowymi zawarty jest w załączniku do niniejszej uchwały Rady Miasta Katowice w sprawie przyjęcia sprawozdania z realizacji Miejskiego Programu „Katowicki Senior w Mieście” na lata 2022-2027 za 2025 rok.