

Material na posiedzenie

**Komisji Zdrowia, Rodziny i Polityki Społecznej Rady Miejskiej
w Sosnowcu w dniu 21.05.2025 r.**

**POLITYKA SENIORALNA W SOSNOWCU – STAN AKTUALNY
I PLANOWANE DZIAŁANIA PREWENCYJNE W SPOŁECZEŃSTWIE
„STARZEJĄCYM SIĘ”.**

Maj 2025

W obliczu dynamicznych zmian demograficznych, Sosnowiec – podobnie jak wiele innych miast w Polsce – staje przed wyzwaniem dostosowania polityki społecznej do potrzeb

rosnącej liczby osób starszych. Proces starzenia się społeczeństwa wymaga wdrażania kompleksowych działań, które zapewnią seniorom godne warunki życia, aktywność społeczną oraz dostęp do usług zdrowotnych i opiekuńczych. Aktualna polityka senioralna w mieście koncentruje się na wspieraniu samodzielności, integracji międzypokoleniowej oraz profilaktyce zdrowotnej. Równocześnie planowane są kolejne działania prewencyjne, mające na celu przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu oraz promowanie zdrowego i aktywnego starzenia się. W niniejszym opracowaniu przedstawiono stan obecny polityki senioralnej w Sosnowcu oraz kierunki jej dalszego rozwoju w kontekście starzejącego się społeczeństwa.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sosnowcu realizuje zadania, projekty i programy mające na celu poprawę sytuacji osób starszych w starzejącym się społeczeństwie. Wszelkie działania podejmowane są zgodnie z Polityką senioralną miasta Sosnowca na lata 2021 – 2027.

Wśród podejmowanych działań Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej realizuje:

- usługi opiekuńcze,
- usługi sąsiedzkie,
- usługi bytowe w mieszkaniu wspomaganym,
- kierowanie do ośrodków wsparcia,
- dofinansowania ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacyjnego Osób Niepełnosprawnych,
- wsparcie w ramach Programu Korpus Wsparcia Seniora,
- prowadzenie Klubu Seniora,
- prowadzenie Klubów dla Mieszkańców (obecnie Klubów Transformacji),
- wsparcie Wolontariatu.

Usługi opiekuńcze

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej realizuje na bieżąco i zgodnie z występującymi potrzebami usługi opiekuńcze przysługujące osobom, które z powodu wieku, choroby, niepełnosprawności lub innej przyczyny wymagają pomocy innych osób, a są jej pozbawione. Usługi opiekuńcze obejmują m. in. pomoc w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, takich jak robienie zakupów, sprzątanie, gotowanie, załatwianie spraw w urzędach, opiekę higieniczną i pielęgnacyjną, a także w miarę możliwości również zapewnienie kontaktów z otoczeniem. Spośród podopiecznych tutejszego Ośrodka objętych tego rodzaju wsparciem osoby w wieku 60+ stanowią rokrocznie większość, tj. około 90% wszystkich korzystających z usług. W 2024 r. usługi opiekuńcze świadczone były przez firmę zewnętrzną Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Alicja Kluczna, wyłonioną w drodze przetargu oraz przez opiekunki zatrudnione przez tutejszy Ośrodek, których na koniec 2024 r. było 33. W 2024 r. objęto pomocą 761 osób, w tym nad 260 osobami opiekę sprawowały opiekunki zatrudnione przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej. Usługi opiekuńcze w Sosnowcu prowadzone są zgodnie z Uchwałą Nr 117/VII/2024 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 31 października 2024 r.

w sprawie zmian w Uchwale Nr 1351/LXXXV/2024 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 25 stycznia 2024 r. w sprawie określenia szczegółowych warunków przyznawania i odpłatności za usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze, z wyłączeniem specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi, oraz szczegółowych warunków częściowego lub całkowitego zwolnienia od opłat, jak również trybu ich pobierania, a także szczegółowych warunków przyznawania usług sąsiedzkich, wymiaru i zakresu usług sąsiedzkich oraz sposobu rozliczania takich usług. Zgodnie z § 2 ust. 2 cena 1 godziny usług opiekuńczych wynosi 38,95 zł, a specjalistycznych usług opiekuńczych wynosi 59,50.

Usługi sąsiedzkie

Zgodnie z nowelizacją ustawy o pomocy społecznej od 1 listopada 2023 r. można korzystać z nowej formy świadczenia pomocy społecznej jaką są usługi sąsiedzkie organizowane w miejscu zamieszkania. Polegają one na odpłatnej pomocy sąsiadowi przy wsparciu ośrodka pomocy społecznej. Mogą z nich skorzystać osoby samotne, starsze, które z powodu wieku, choroby, bądź innych powodów wymagają wsparcia innych osób.

Świadczeniem usług sąsiedzkich mogą zajmować się osoby, które spełnią następujące warunki:

- muszą mieć ukończone 18 lat,
- nie należą do rodziny osoby, dla której mają być świadczone usługi,

- nie są zamieszkującym oddzielnie członkiem rodziny osoby dla której mają być świadczone usługi,
- zamieszkują w okolicy osób, dla których przeznaczone są usługi,
- przeszły szkolenie w zakresie udzielania pierwszej pomocy,
- oświadczyły, że są zdolne pod kątem psychofizycznym do świadczenia tego typu usług,
- zostały zaakceptowane przez organizatora usług i osobę, na rzecz której usługi mają być świadczone.

W przypadku, gdy osoba mająca świadczyć usługi sąsiedzkie nie ukończyła szkolenia z zakresu pierwszej pomocy - organizacja takiego szkolenia należy do organizatora usług sąsiedzkich, czyli w przypadku Sosnowca do Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Sąsiedzka forma wsparcia musi być dostosowana do indywidualnych potrzeb osoby korzystającej. Z tej formy pomocy w 2024 r. skorzystały dwie osoby.

Usługi sąsiedzkie w Sosnowcu zostały wprowadzone Uchwałą Nr 117/VII/2024 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 31 października 2024 r. w sprawie zmian w Uchwale Nr 1351/LXXXV/2024 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 25 stycznia 2024 r. w sprawie określenia szczegółowych warunków przyznawania i odpłatności za usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze, z wyłączeniem specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi, oraz szczegółowych warunków częściowego lub całkowitego zwolnienia od opłat, jak również trybu ich pobierania, a także szczegółowych warunków przyznawania usług sąsiedzkich, wymiaru i zakresu usług sąsiedzkich oraz sposobu rozliczania takich usług. Zgodnie z § 2 ust. 2 tej uchwały, cena 1 godziny usług sąsiedzkich wynosi 30,50 zł.

Usługi bytowe w mieszkaniu wspomaganym

W Sosnowcu od czerwca 2023 r. funkcjonuje mieszkanie wspomagane przy ul. Przejazd 1, które zapewnia 7 miejsc całodobowego pobytu dla osób starszych w wieku ponad 60 lat, posiadających umiarkowany lub znaczny stopień niepełnosprawności. Osoby tam przebywające oczekują na przydział mieszkania z zasobów gminy lub umieszczenie w domu pomocy społecznej.

Mieszkanie zostało utworzone w ramach programu „Za życiem” i składa się z 5 pokoi - 2 pokoje dwuosobowe i 3 pokoje jednoosobowe, w tym jeden z łóżkiem rehabilitacyjnym.

W mieszkaniu zapewnia się usługi bytowe oraz pomoc w wykonywaniu czynności niezbędnych w życiu codziennym i realizacji kontaktów społecznych, w celu utrzymania i rozwijania samodzielności osób na poziomie psychofizycznych możliwości.

Osoby do mieszkania wspomaganego kierowane są na podstawie decyzji administracyjnej. Odpłatność za pobyt w mieszkaniu ustalana jest na podstawie Uchwały Nr 1290/LXXXIII/2023 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 30 listopada 2023 r. w sprawie szczegółowych zasad ponoszenia odpłatności za pobyt w ośrodkach wsparcia i mieszkaniach treningowych lub wspomaganych. Zgodnie z § 7 odpłatność za pobyt w mieszkaniu treningowym lub wspomaganym ustala się proporcjonalnie do okresu przyznanego pobytu w oparciu o tabelę nr 6, z zastrzeżeniem, że odpłatność miesięczna za pobyt nie może być wyższa niż 50% kryterium dochodowego osoby samotnie gospodarującej, określonego w ustawie o pomocy społecznej.

Tabela nr 6

Dochód osoby samotnie gospodarującej lub dochód na osobę w rodzinie w stosunku do kryterium dochodowego określonego w ustawie o pomocy społecznej	Wskaźnik odpłatności miesięcznej za pobyt w mieszkaniu treningowym lub wspomaganym
powyżej 100 % do 150 % kryterium dochodowego	8 % dochodu*

* dochód w rozumieniu ustawy o pomocy społecznej; w przypadku osób samotnie gospodarujących - % dochodu osoby samotnie gospodarującej; w przypadku osób w rodzinie - % dochodu na osobę w rodzinie.

W mieszkaniu zatrudniony jest terapeuta zajęciowy, osoby korzystające z powyższego wsparcia mają również zapewnioną pomoc opiekuna w wymiarze 3 godziny dziennie 5 razy w tygodniu, natomiast osoby wymagające wsparcia w przemieszczaniu się, utrzymaniu higieny osobistej i ubieraniu się mają zapewnioną pomoc opiekuna w wymiarze 3 godziny dziennie

7 razy w tygodniu.

Ponadto osoby skierowane do mieszkania wspomaganego są objęte wsparciem dwóch pracowników socjalnych, odpowiedzialnych za jego funkcjonowanie.

Każdy mieszkaniec jest zapoznawany z regulaminem mieszkania i zobowiązany do jego przestrzegania, przygotowywany jest dla niego również program wspierania.

Ośrodki wsparcia

Osoby starsze, które wymagają częściowej opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych są kierowane do ośrodków wsparcia zapewniających inny rodzaj usług, tj. do dziennych domów pomocy społecznej. W Sosnowcu funkcjonują 2 dzienne domy pomocy społecznej przeznaczone dla osób w podeszłym wieku:

1. Dzienny Dom Pomocy Społecznej z siedzibami przy ulicach:
 - Szymanowskiego 5a – dysponujący 25 miejscami,
 - Szybikowej 8 – dysponujący 35 miejscami,
2. Dzienny Dom „Senior+” przy ulicy Żeromskiego 4b – dysponujący 40 miejscami.

Dzienne domy świadczą usługi dla osób starszych polegające m. in.: na organizowaniu zajęć terapeutycznych, relaksacyjnych, kulturalno-towarzyskich czy zapewnieniu posiłków. Ich działania nakierowane są na poprawę i utrzymanie sprawności fizycznej i zdrowotnej osób, rozwijanie różnorodnych zainteresowań. W 2024 r. z tej formy wsparcia skorzystało 95 osób.

W mieście funkcjonują także 2 środowiskowe domy samopomocy (ŚDS):

1. Środowiskowy Dom Samopomocy dla osób niepełnosprawnych intelektualnie znajdujący się przy ul. Grota Roweckiego 2 – będący w strukturach Centrum Usług Socjalnych i Wsparcia, w którego filii przy ul. Wojska Polskiego 86 przewidziano miejsca dla seniorów z chorobą Alzheimera.
2. Środowiskowy Dom Samopomocy dla osób przewlekle psychicznie chorych „Salve” przy ul. Lenartowicza 73.

Działania tych placówek zmierzają do poprawy funkcjonowania społecznego, budowania sieci wsparcia oraz nauczania i rozwijania umiejętności samopomocowych. Ze środowiskowych domów samopomocy w 2024 r. skorzystało 30 seniorów.

Skierowanie do ośrodków wsparcia działających na terenie Sosnowca następuje w drodze decyzji administracyjnych wydawanych przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sosnowcu. Odpłatność za pobyt w ośrodkach wsparcia z wyłączeniem Środowiskowych Dymów Samopomocy ustalana jest zgodnie z Uchwałą Nr 1290/LXXXIII/2023 z dnia 30 listopada 2023 r. Rady Miejskiej w Sosnowcu w sprawie szczegółowych zasad ponoszenia odpłatności za pobyt w ośrodkach wsparcia i mieszkaniach treningowych lub wspomaganych. W przypadku ŚDS usługi dzienne są nieodpłatne, natomiast odpłatność za usługi całodobowe (przy ul. Grota Roweckiego 2) ustala się w wysokości 70% dochodu osoby korzystającej z usług, proporcjonalnie do okresu jej pobytu. Powyższe reguluje ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej - art. 51b.

Dofinansowania ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Osoby, które posiadają ważne orzeczenie o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności (bądź też równoważne z nim) mogą ubiegać się o dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych, technicznych i w komunikowaniu się.

O dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych, w związku z indywidualnymi potrzebami, mogą ubiegać się osoby niepełnosprawne, którym likwidacja barier wewnątrz lokalu oraz budowa pochylni, platform i podjazdów do budynków mieszkalnych w znacznym stopniu umożliwi uczestnictwo w życiu społecznym oraz ułatwi codzienne funkcjonowanie. Likwidacja barier architektonicznych polega na adaptacji pomieszczeń higieniczno-sanitarnych do potrzeb wynikających z niepełnosprawności, tj. m.in.: zamiana wanny na natrysk, oporęczowanie pomieszczeń, poszerzenie otworów drzwiowych, położenie posadzki antypoślizgowej, likwidacja progów, wyrównanie poziomu podłogi.

O dofinansowanie likwidacji barier technicznych mogą ubiegać się osoby niepełnosprawne, którym ich likwidacja umożliwi lub ułatwi codzienne funkcjonowanie. Dofinansowania przyznawane były do zakupu m.in. takich urządzeń, jak: łóżka elektrycznie sterowane, schodołazy, podnośniki, wózki toaletowe czy skuter elektryczny.

O dofinansowanie likwidacji barier w komunikowaniu się mogą ubiegać się osoby mające problem ze swobodnym kontaktem ze światem zewnętrznym. Likwidacja tej bariery ma im umożliwić komunikowanie się. Dofinansowania te przyznane są m.in. do zakupu: sprzętu komputerowego – stacjonarnego lub przenośnego, który podłączony do Internetu umożliwi osobie niepełnosprawnej kontakt ze światem zewnętrznym czy udźwiękowionych telefonów komórkowych.

W 2025 roku zwiększono kwoty dofinansowania ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacyjnego Osób Niepełnosprawnych w zakresie likwidacji barier architektonicznych wewnątrz lokalu z 12 000 zł na 15 000 zł, a w stosunku do osób z niepełnosprawnością aktywnych zawodowo z 15 000 zł na 18 000 zł, co powinno mieć bezpośrednie przełożenie na zwiększenie liczby przyznanych i zrealizowanych dofinansowań.

Tabela nr 1. Dofinansowania do likwidacji barier ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych dla osób w wieku 60+

Zadanie	2022 rok		2023 rok		2024 rok	
	Złożone wnioski	Przyznane dofinansowania	Złożone wnioski	Przyznane dofinansowania	Złożone wnioski	Przyznane dofinansowania

	oski					
Bariery architektoniczne	38	14	56	6	86	11
Bariery techniczne	55	40	66	47	71	52
Bariery w komunikowaniu się	27	16	38	19	39	24

Dane Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej – Opracowanie Zespół ds. Rehabilitacji Społecznej

Programu „Korpus Wsparcia Seniora”

Miejski Ośrodek pomocy Społecznej realizuje Program „Korpus Wsparcia Seniorów” Moduł I oraz Moduł II - dofinansowanie kosztów użytkowania opasek bezpieczeństwa, zakup nowych opasek oraz wsparcie osób starszych w formie usług sąsiedzkich.

Grupa docelowa programu to seniorzy w wieku 60 lat i więcej, mieszkańcy Sosnowca którzy:

- potrzebują wsparcia w życiu codziennym,
- mają problemy z samodzielnym funkcjonowaniem ze względu na stan zdrowia,
- prowadzą samodzielne gospodarstwa domowe lub mieszkają z osobami bliskimi, które nie są w stanie zapewnić im wystarczającej opieki w codziennym funkcjonowaniu w zakresie odpowiadającym ich potrzebom.

W ramach programu jest zapewniony dostęp do tzw. „opasek bezpieczeństwa” wyposażonych w następujące funkcje:

- przycisk bezpieczeństwa – sygnał SOS,
- lokalizator GPS,
- funkcje umożliwiające komunikowanie się z centrum teleopieki,
- detektor upadku,
- funkcje przypominające o rozładowaniu/naładowaniu opaski,
- funkcje monitorujące podstawowe czynności życiowe (puls i saturacja).

Opaski posiadają kartę SIM, która umożliwia seniorom wywołanie sygnału SOS oraz kontakt głosowy z konsultantem telecentrum.

Realizowana usługa ma na celu poprawę poczucia bezpieczeństwa i możliwości samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób starszych przez dostęp do tzw. „opieki na odległość”. W ramach programu objęto wsparciem 400 seniorów.

W ramach programu realizowany jest Moduł I projektu, czyli zapewnienie usług opiekuńczych w formie usług sąsiedzkich, o którym już wyżej wspomniano.

Klub Seniora

Przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Sosnowcu działa Klub Seniora „Złoty Wiek”, który ma swoją siedzibę przy ul. Modrzejowskiej 42. W jego pomieszczeniach jednorazowo w zajęciach swobodnie może uczestniczyć około 20 osób, jednakże ilość uczestników klubu jest nieograniczona. Mieszkańcy całego terenu Sosnowca zainteresowani ofertą Klubu mogą wziąć udział w zajęciach otwartych. Głównym celem działalności Klubu Seniora jest aktywizacja osób starszych obejmująca zajęcia rehabilitacyjne, rekreacyjne, edukacyjne, imprezy okolicznościowe oraz wyjścia kulturalno – oświatowe.

Podczas zajęć klubowych Seniorzy mogą grać w gry planszowe, karciane, ćwiczyć pamięć i inne funkcje poznawcze, doskonalić swoje umiejętności manualne np. poprzez naukę robienia na drutach oraz wykonywanie stroików i prezentów. Organizowane są spotkania okolicznościowe, takie jak urodziny, imieniny, jubileusze, Andrzejki, Wigilia oraz spotkania przy kawie, herbacie czy muzyce. Ponadto Seniorzy wychodzą wspólnie do teatru i kina, czy uczestniczą w spotkaniach ze specjalistami z różnych dziedzin. Bardzo istotne jest, że w trakcie zajęć Seniorzy przebywają w grupie rówieśniczej, co daje im możliwość wymiany doświadczeń oraz dyskusji z osobami o podobnych problemach i zainteresowaniach. Inicjatywa ta spotyka się z dużym zainteresowaniem i jest bardzo istotnym elementem polityki senioralnej.

Kluby dla Mieszkańców (obecnie Kluby Transformacji)

Pracownicy socjalni ds. animacji lokalnej w ramach Programów Aktywności Lokalnej (obecnie Kluby Transformacji) podejmują różnorodne działania na rzecz osób starszych. Wsparcie udzielane jest w Klubach dla Mieszkańców zlokalizowanych w 6 dzielnicach Sosnowca, tj.: Milowice, Pogoń, Niwka, Konstantynów, Kazimierz, Centrum.

Podejmowane działania obejmują, m.in.:

- organizację zajęć sportowych z gimnastyką ogólnorozwojową, z wykorzystaniem sprzętu sportowego np. Nordic walking, z elementami tańca. Efektem zajęć było utworzenie w Klubach dla mieszkańca grup Nordic walking, które w ramach inicjatyw obywatelskich same się organizują i aktywnie spędzają czas,

- organizację wyjazdów edukacyjno-integracyjnych zmierzających do poprawy sytuacji zdrowotnej, integracji z najbliższym otoczeniem,
- organizację spotkań edukacyjno-integracyjnych z zakresu zdrowego żywienia, międzypokoleniowych warsztatów kulinarnych, spacerów ekologicznych,
- zachęcanie osób starszych do idei wolontariatu. Seniorzy w ramach spotkań integracyjnych, wymiany międzypokoleniowej dzielili się posiadaną wiedzą, umiejętnościami oraz doświadczeniem, prezentowali swój dorobek i pasję, organizowali spotkania integracyjne z dziećmi i młodzieżą. Seniorzy występowali w roli prowadzących spotkania, jako eksperci z danej dziedziny życia, np. prowadząc zajęcia kulinarne,
- włączenie seniorów w cykliczną akcję „Pomagamy” prowadzoną w Klubach dla Mieszkańców - wspierali oni organizacje pozarządowe i akcje charytatywne, działania w ramach pomocy sąsiedzkiej. Seniorzy, m.in.: przekazali karmę do schroniska dla bezdomnych zwierząt, wspierali rzeczowo Hospicjum św. Tomasza w Sosnowcu i akcję „Szlachetna Paczka”,
- organizację spotkań służących integracji seniorów z poszczególnych klubów działających w Sosnowcu, wymianie doświadczeń, promocji działalności. W ramach integracji organizowano wspólne wydarzenia i spotkania, np. wyjazdy integracyjne, Jare święto. Dzięki temu wspierano aktywizację osób starszych,
- podejmowanie współpracy z jednostkami samorządu, instytucjami, np. Biblioteką Miejską, Muzeum Schoena, Teatrem Zagłębia. Celem tego działania było ułatwienie osobom starszym dostępu do oferty kulturalnej organizowano imprezy kulturalne, wyjazdy i wyjścia edukacyjno-integracyjne do ciekawych miejsc i obiektów kulturalnych, np. teatru, kina, muzeów. W ramach działania informowano o dostępnej ofercie i organizowano wspólne wyjścia seniorów na bezpłatne imprezy kulturalne odbywające się w mieście, np. Filmowe środy w Mediatece, wystawy w Zamku Sieleckim, Sosnowieckie Dni Seniora,
- organizację spotkania na temat budżetu obywatelskiego,
- propagowanie idei uczenia się przez całe życie i zdobywania nowych umiejętności poprzez udział w zajęciach edukacyjnych z różnymi specjalistami, np. w zajęciach artystycznych z technik plastycznych i rękodzieła, szycia na maszynie,
- podejmowanie działań w celu zwiększenia poczucia bezpieczeństwa osób starszych. Organizowano spotkania na temat szeroko rozumianego bezpieczeństwa, w tym o cyberprzestępcach,

- udzielanie bezpłatnego poradnictwa prawnego, psychologicznego. Organizowano spotkania z pracownikiem socjalnym, z Miejskim Rzecznikiem Praw Konsumenta, z Policją,
- inicjowanie działań przeciw e-wykluczeniu osób starszych. Organizowano warsztaty komputerowe, z obsługi telefonów komórkowych, poruszaniu się w Internecie i mediach społecznościowych. Motywowano seniorów do aktywności i zapobiegano ich e-wykluczeniu poprzez prowadzenie strony Facebook *Programy Aktywności Lokalnej*, gdzie zamieszczane są fotorelacje, konkursy, porady specjalistów, artykuły oraz samodzielnie nagrywane krótkie filmiki z propozycją aktywnego i twórczego spędzenia czasu. Celem tego działania jest nie tylko promocja Programu Aktywności Lokalnej (obecnie Kluby Transformacji), ale przede wszystkim utrzymanie kontaktu z uczestnikami, motywowanie do aktywności społecznej, zapobieganie niekorzystnym zjawiskom, tj. jak osamotnienie, depresja,
- wspieranie potencjału seniorów i wykorzystanie go przy współorganizacji zajęć w Klubach dla Mieszkańców. Angażując seniorów w działania społeczności lokalnej, identyfikowano ich jako liderów. Korzystano z wiedzy seniorów i ich doświadczenia w kontekście znajomości historii, szczególnie Miasta Sosnowca, tradycji górnictwa i pielęgnowano ją poprzez organizację spotkań, wydarzeń i uroczystości.

Wolontariat

W ramach Wolontariatu Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sosnowcu (Wolontariat MOPS Sosnowiec) prowadzi się różne działania skierowane na rzecz seniorów w mieście. Wśród tych działań znajdują się m.in.:

- odwiedziny u seniorów z Dziennego Domu Pomocy Społecznej „Senior +” z okazji Świąt Wielkanocnych. Wolontariat Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej wręczył seniorom kartki świąteczne oraz drobne upominki, które zostały przygotowane przez uczniów Szkoły Podstawowej nr 9 w Sosnowcu oraz Wolontariuszy Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sosnowcu,
- organizowanie zajęć edukacyjnych dla seniorów w zakresie korzystania z komputerów, tabletów i telefonów.
- realizacja projektu socjalnego „Trzymaj Formę”, projektem zostali objęci Pensjonariusze Domu Pomocy Społecznej nr 2. Polegał on na podniesieniu świadomości seniorów, jak istotny wpływ na jakość życia ma właściwe odżywianie i codzienny ruch. Podczas projektu odbyła się krótka pogadanka na temat zdrowego odżywiania, przeprowadzone zostały ćwiczenia oddechowe oraz masaże przy pomocy profesjonalnych urządzeń.

- Spotkanie z seniorami zakończyło się konkursem o zdrowym żywieniu wraz z nagrodami oraz zdrowym poczęstunkiem. Dodatkowo seniorzy otrzymali od sponsora - Firmy GXO Logistics odzież sportową oraz urządzenia treningowe,
- kontynuacja współpracy ze Stowarzyszeniem „MOC na MOC”. W ramach oferowanej pomocy Stowarzyszenie z pomocą pracowników socjalnych oraz Wolontariuszy Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej przekazało KARTY DOBRA dla 150 seniorów. Karty doładowywane są limitowanymi miesięcznie środkami na okres 10 miesięcy i uprawniają do realizowania zakupów żywnościowych. Akcję doraźnie wspierali Wolontariusze Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sosnowcu pomagając w planowaniu i robieniu zakupów,
 - realizacja projektu socjalnego „Świąteczna paczka dla seniora”. W listopadzie i grudniu 2024 r. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sosnowcu po raz piąty zorganizował zbiórkę darów dla seniorów. Udział w zbiórce wzięła młodzież wraz z gronem pedagogicznym II Liceum Ogólnokształcącego im. Emilii Plater w Sosnowcu, VI Liceum Ogólnokształcącego im. Janusza Korczaka w Sosnowcu, Szkoły Podstawowej nr 15 im. Stefana Żeromskiego w Sosnowcu i Szkoły Podstawowej nr 9 im. Marii Konopnickiej. Dodatkowo Szkoła Podstawowa nr 9 im. Marii Konopnickiej w Sosnowcu przygotowała ręcznie robione przez uczniów kartki świąteczne. Zostały one wręczone seniorom z Dziennego Domu Pomocy Społecznej „Senior +” w Sosnowcu. Nasi wolontariusze posortowali, popakowali oraz rozdali zebrane artykuły. Projektem objęto 38 seniorów.

Ponadto w roku 2024 w strukturach Wolontariatu było zaktywizowanych i działało dwóch wolontariuszy w wieku 60+.

Plany na 2025 r.

W roku 2025 planuje się kontynuację wszystkich działań oraz programów na rzecz seniorów zgodnie z polityką senioralną w mieście. Działania prowadzone będą nieprzerwanie w Klubach Transformacji (dawnych Klubach dla Mieszkańców) w ramach projektu „*Zróbmy sobie klimat czyli sprawiedliwa transformacja w Sosnowcu*” dofinansowanego w ramach programu Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021-2027 (Fundusz na rzecz Sprawiedliwej Transformacji). Celem projektu jest podjęcie działań na rzecz mieszkańców z obszarów uczestniczących w procesie sprawiedliwej transformacji. Projekt dotyczyć będzie zagadnień rzeczywiście występujących w danej społeczności, określonych wspólnie z uczestnikami.

Planowane są inicjatywy oddolne dotyczące m.in. zachowania regionalnej tożsamości i dziedzictwa przemysłowego z poszanowaniem tradycji podregionów górniczych. Działania w ramach projektu opierają się na wzmocnieniu kompetencji społecznych i aktywności mieszkańców Sosnowca, budowaniu tożsamości lokalnej i wspieraniu inicjatyw lokalnych, świadomego udziału mieszkańców w zmianie klimatycznej i transformacji. Projekt realizowany jest przez: Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miejskiego w Sosnowcu, Fundację EPIKUR, Teatr Zagłębia, Muzeum Pałac Schoena, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sosnowcu. Planowane działania to m.in.: warsztaty ekologiczne, kompetencyjne dla kobiet, panele dyskusyjne, zajęcia krawieckie, zajęcia z trenerem fitness, akcje i pikniki ekologiczne, warsztaty zdrowego żywienia, rzemiosła artystycznego i technik dawnych, warsztaty dla mieszkańców, spacerzy miejskie.

Realizowane będą wszelkie działania przyczyniające się do zwiększenia aktywnego uczestnictwa seniorów w życiu społecznym. Seniorzy będą motywowani do bycia ekspertami w zakresie historii miasta, budowania tożsamości lokalnej, wzmocnienia międzypokoleniowych więzi. Zaplanowane formy wsparcia mają również na celu zachęcać seniorów do prowadzenia zdrowego trybu życia, w duchu ekologii.

Działania w latach 2026-2027 będą tożsame z działaniami planowanymi na rok 2025. Wynika to z kontynuacji realizowanych działań i projektów długofalowych.

Miejski Rzecznik Konsumentów

Miejski Rzecznik Konsumentów udziela porad prawnych i pomocy konsumentom – mieszkańcom Sosnowca w pełnym wymiarze pracy godzin biura (40 godzin tygodniowo) wszystkimi kanałami kontaktu - osobiście w biurze, telefonicznie oraz drogą elektroniczną. Rzecznik udziela porad bez względu na kategorie wiekowe konsumentów. Nie istnieje także podstawa prawna do zbierania danych na temat wieku osób zgłaszających się po poradę prawną lub pomoc. Nie istnieje także możliwość orientacyjnego ustalania wieku konsumentów z uwagi na formy kontaktu jakimi są telefon czy poczta elektroniczna. Niemniej można wskazać, że seniorzy stanowią znaczny odsetek osób zgłaszających się po poradę i szukających wsparcia Rzecznika. Można również przyjąć, iż problemy związane z zawieraniem umów poza lokalem przedsiębiorstwa, tj. na pokazach, na wycieczkach lub w domach konsumentów, dotyczą prawie zawsze osób starszych. Odnotować także należy znaczny spadek problemów związanych z organizowanymi pokazami i zakupami poza lokalem przedsiębiorstwa, w której seniorzy byli podstawowym odbiorcą dóbr i usług. Z jednej strony przyczyniła się do tego zmiana przepisów, a z drugiej okres pandemii, w którym

wyłączone były kontakty bezpośrednie z klientami, co skłoniło firmy prowadzące sprzedaż bezpośrednią do zaprzestania działalności lub przeniesienia jej do innej branży. Aktualnie nie można wskazać dziedziny, sektora czy branży w której seniorzy byłiby wiodącą grupą konsumentów zgłaszającą problemy.

Liczba wszystkich udzielonych porad prawnych za rok 2024 bez rozbicia na wiek osób zgłaszających się do biura wygląda następująco:

2024r. – 2268 porad prawnych w tym 33 porady dotyczące problemów wynikłych z zawarcia umowy poza lokalem przedsiębiorstwa (dla porównania w latach lata: 2021r. – 113 porad dotyczących problemów wynikłych z zawarcia umowy poza lokalem przedsiębiorstwa; 2022r. - 88 porad dotyczących umów zawartych poza lokalem przedsiębiorstwa; 2023r. – 59 dotyczących umów zawartych poza lokalem przedsiębiorstwa).

Ponadto codziennie zgłaszają się do tut. biura mieszkańcy oczekując informacji nie tylko w sprawach konsumenckich. W zależności od problemu otrzymują informacje o możliwości skorzystania z poradnictwa obywatelskiego lub instytucjach dedykowanych do udzielenia wsparcia. W roku 2024r. udzielono w tut. biurze 985 informacji. W sumie z porad i informacji skorzystały w 2024 – 3253 osoby.

Plany na 2025 r.

Rzecznik konsumentów stale przez wszystkie lata działalności i na bieżąco podejmuje działania edukacyjne w klubach seniorów, w ramach organizowanych tematycznych spotkań przy współpracy z Radą Seniorów i Wydziałem Polityki Społecznej, a także Policją czy Urzędem Komisji Nadzoru Finansowego w zależności od zapotrzebowania oraz aktualnych na rynku zagadnień. Działania edukacyjne dotyczą zarówno praw konsumenckich jak i bieżących problemów i zagrożeń występujących na rynku.

Działania edukacyjne seniorów rzecznik podejmuje i będzie podejmował w bieżącym roku oraz w latach 2026/27.

Wydział Kultury i Promocji Miasta

Zgodnie z zasadami Polityki Senioralnej Miasta Sosnowca, przyjętej w 2021 roku, sosnowieckie instytucje kultury starają się, aby oferta kulturalno-społeczna spełniała

określone w niej wymogi. Tworząc ofertę kulturalno-warsztatową dla seniorów bierze się pod uwagę następujące czynniki:

- względnienie rzeczywistych potrzeb seniorów.
- otębę aktywizacji społeczno-kulturalnej seniorów.
- fektywny sposób zaspokajania zróżnicowanych potrzeb osób starszych ze względu na stan zdrowia i ograniczenia związane z wiekiem.
- tworzenie optymalnych warunków uczestnictwa w życiu kulturalno-społecznym w naszym mieście.
- rzeciwdziałanie samotności osób starszych poprzez integrację osób w podobnym wieku oraz integrację międzypokoleniową eliminującą uprzedzenia związane z wiekiem.
- apobieganie wykluczeniu cyfrowemu seniorów poprzez edukację na temat nowych mediów.
- oprawę poczuciu bezpieczeństwa osób starszych poprzez współpracę z Policją i organizowanie prelekcji na temat bezpieczeństwa seniorów.
- spółpracę z Radą Seniorów Miasta Sosnowca.

Instytucje – realizując politykę senioralną – starają się aby podejmowane inicjatywy realizowały następujące cele:

- Wspierały aktywne uczestnictwo seniorów w życiu kulturalnym oraz społecznym w naszym mieście poprzez ofertę bezpłatnych imprez i warsztatów.
- Eliminowały – w miarę możliwości finansowych – bariery architektoniczne, utrudniające seniorom dostęp do naszych placówek.
- Zapobiegały cyfrowemu wykluczeniu osób starszych poprzez organizację warsztatów.

- Wspierały bezpieczeństwo i stan zdrowia seniorów poprzez organizację – we współpracy z miejskimi instytucjami i organizacjami pozarządowymi – prelekcji dotyczących bezpieczeństwa, zdrowego stylu życia oraz profilaktyki zdrowotnej.
- Przeciwdziałały ageizmowi i dyskryminacji osób starszych przez organizację lub uczestniczenie w integracyjnych imprezach międzypokoleniowych.

Plany na 2025 r.

W kolejnych latach planujemy na bieżąco organizować i realizować działania odpowiadające na aktualne potrzeby i oczekiwania Seniorów, dostosowując naszą ofertę do zmieniających się wyzwań związanych ze starzejącym się społeczeństwem.

1. MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA IM. GUSTAWA DANIŁOWSKIEGO W SOSNOWCU

W roku 2024 dział Zagłębiowskiej Mediateki (Multimedia dla dorosłych) w dalszym ciągu współpracował z Fundacją „Klucz” na rzecz edukacji i upowszechniania czytelnictwa osób niewidomych i słabowidzących oraz ze Stowarzyszeniem Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Larix”. Ponadto od 2021 roku Multimedia dla dorosłych udostępniają użytkownikom tzw. Strefę Kinomana, czyli stanowisko dla miłośników filmów wyposażone w wygodny fotel z podnóżkiem, 43-calowy ekran, profesjonalne słuchawki, odtwarzacz DVD i Blu-Ray oraz ponad 600 filmów o różnorodnej tematyce – od filmowej klasyki, przez kinowe hity aż po kino konesera. Warto nadmienić, że korzystanie ze Strefy Kinomana jest usługą bezpłatną, dostępną jednak tylko dla czytelników posiadających aktualną kartę biblioteczną. Oferta stworzona została również z myślą o seniorach, którzy podczas pandemii, w trosce o swoje zdrowie, woleli unikać kontaktu z innymi osobami. Od grudnia 2022 roku Biblioteka umożliwia czytelnikom korzystanie z usługi SUD, czyli Strefy Ułatwionego Dostępu. Jest to funkcja przeznaczona między innymi dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich. W momencie chęci skorzystania z jednego z książkomatów, czytelnik na etapie zamawiania książek poprzez katalog online, może wybrać ułożenie zamówienia w jednej z niższych skrytek książkomatu. W ten sposób ma możliwość samodzielnego odebrania zamówionych zbiorów, bez konieczności proszenia o pomoc osób trzecich. Ponadto osoby z niepełnosprawnościami mogą korzystać w Zagłębiowskiej Mediatece z Pokoju Pracy Indywidualnej, który wyposażony jest w: zestaw komputerowy, program udźwiękwiający Screenreader Jaws Professional, monitor brajlowski Focus 80, multilektor Sara,

powiększalnik Clear View C24''FullHD, słuchawki Sennheiser GSP 300. W 2024 roku z ww. pokoju skorzystało 112 osób.

W 2024 roku pracownicy Zagłębiowskiej Mediateki oraz Filii nr 5 prowadzili bardzo ścisłą współpracę z Domem Pomocy Społecznej „Zakątek” i Domem Pomocy Społecznej nr 2, Dziennym Domem Pomocy Społecznej (ul. Żeromskiego, Szybikowa). Ponadto Zagłębiowska Mediateka, Biblioteka Tajemniczy Ogród oraz Filie nr: 1, 2, 15 nawiązały owocną współpracę z Radą Seniorów Miasta Sosnowca, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w ramach Programu Aktywności Lokalnej (obecnie Kluby Transformacji) oraz dzielnicowymi klubami seniorów. W ofercie Miejskiej Biblioteki Publicznej seniorom dedykowane były imprezy artystyczno-czytelnicze, koncerty, wernisaże, wystawy, warsztaty: plastyczne, komputerowe, rękodzielnicze, językowe, florystyczne, krawieckie zdrowotne, zielarskie, kosmetyczne, które stanowiły okazję do zaprezentowania twórczości seniorów oraz podniesienia ich samooceny i przydatności społeczno-kulturalnej oraz oferowały im aktywne i kreatywne zagospodarowanie wolnego czasu. Propozycje skierowane do seniorów pokrywały się z ofertą dla dorosłych czytelników np. zajęcia plastyczne „Kreatywny senior”, „Cyfrowe wsparcie seniora”, czy kurs języka angielskiego na trzech poziomach zaawansowania. Biblioteka „Tajemniczy Ogród” oraz Filie nr 1, 4 i 15 oferowały seniorom udział w prelekcjach policjantek i policjantów na temat bezpieczeństwa. W Filiach nr: 3 („Popołudnie dla Seniora”), 5 („Kawiarenka Srebrnego Włosa” – dla pensjonariuszy DPS-u), 10 („Zaczytany Kazimierz”), 14 („Zagórski Klub Seniora”) oraz 15 („Zagórska Senioriada”) regularnie odbywały się spotkania bibliotecznych Klubów Seniora, podczas których uczestnicy mieli okazję spotkać się i w miłej atmosferze porozmawiać o książkach, uczestniczyć w różnorodnych tematycznie prelekcjach i warsztatach, koncertach i wernisażach wystaw. Inną formę współpracy realizuje Filia nr 18, która na potrzeby spotkań klubu Juliusz Aktywny Senior 60+, wypożycza meble na spotkania klubu. Zagłębiowska Mediateka oraz wszystkie placówki Biblioteki świadczą usługę „Książka na telefon” (§ 4. ustęp 11. Regulaminu korzystania ze zbiorów i usług Miejskiej Biblioteki Publicznej w Sosnowcu) oferta skierowana jest do osób z niepełnosprawnościami oraz w starszym wieku.

Ponadto od 1 września 2023 roku Biblioteka wprowadziła 40% zniżkę za opłatę za wydanie karty bibliotecznej dla seniorów – emerytów (§ 3. ustęp 7. Regulaminu korzystania ze zbiorów i usług Miejskiej Biblioteki Publicznej w Sosnowcu).

Mimo iż wciąż jeszcze – z przyczyn technicznych bądź finansowych – w wielu placówkach sieci nie zostały przełamane bariery architektoniczne, Biblioteka czyni starania,

by otoczyć opieką jak najszersze grono starszych czytelników, ze szczególnym uwzględnieniem osób z dysfunkcjami narządów ruchu. Wszelkie bariery architektoniczne – w miarę realizowanych remontów placówek – są sukcesywnie usuwane. W 2024 roku z 19 placówek 11 posiada wejście dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami – bez barier architektonicznych, a 8 placówek ma udogodnienia dla osób z niepełnosprawnościami wewnątrz budynku.

Plany na 2025 r.

W planach Miejskiej Biblioteki Publicznej im. Gustawa Daniłowskiego w Sosnowcu w ramach działań prewencyjnych w społeczeństwie „starzejącym się” jest dalsze rozwijanie współpracy z Radą Seniorów Miasta Sosnowca oraz z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w ramach Programu Aktywności Lokalnej (obecnie Kluby Transformacji) oraz coraz prężniej działającymi klubami seniorów w naszym mieście, a także Domami Pomocy Społecznej oraz Policją w ramach działań mających na celu zwiększenie bezpieczeństwa seniorów. Ponadto zamierzamy kontynuować oraz rozwijać politykę kulturalną naszej instytucji w kwestii oferty wydarzeń adresowanych do seniorów oraz z udziałem seniorów. Biblioteka w dalszym ciągu realizować będzie warsztaty dedykowane seniorom oraz kontynuować spotkania bibliotecznych klubów seniora. Podjęte w przyszłości działania z pewnością uwzględnią będą działania oraz cele wytyczone w Polityce Senioralnej Miasta Sosnowca.

2. PRYZSTANEK OTWARTEJ KULTURY

Działający w trzech lokalizacjach Przystanek Otwartej Kultury organizuje szereg imprez kulturalno-rozrywkowych, które przyciągają publiczność w różnym wieku w tym osoby starsze. Poza w/w imprezami Przystanek Otwartej Kultury organizuje szereg warsztatów dedykowanych seniorom, odpowiadających ich potrzebom. Na warsztatach seniorzy rozwijają swoje pasje, doskonalą swoje rzemiosło albo uczą się od podstaw sztuki malarstwa i technik rękodzieła.

A. Liczba powstałych klubów seniora:

W Przystanku Otwartej Kultury w 2024 r. działały 3 kluby seniora: Wiecznie Młodzi na Kazimierzu, Kreatywni + oraz działający w jego ramach zespół Klimontowianki, którym Przystanek Otwartej Kultury wynajmuje pomieszczenie w Klimontowie oraz nowopowstały klub seniora w Maczkach.

B. Liczba imprez kulturalno-rozrywkowych zorganizowana w ciągu roku.

W roku 2024 Przystanek Otwartej Kultury zorganizował 44 imprezy kulturalno-rozrywkowe, na które złożyły się: 4 festiwale muzyczne, 24 koncerty, 3 spektakle teatralne, 2 gale, 5 potańcówek, jeden festyn i 5 wernisaży i wystaw. 29 z w/w imprez miało wstęp wolny. Imprezy muzyczne miały zróżnicowany charakter aby dogodzić jak największej liczbie gustów i zgromadzić jak największą liczbę osób w tym seniorów. Seniorzy zrzeszający się przy Przystanku Otwartej Kultury licznie uczestniczyli w imprezach

i wydarzeniach organizowanych przez Przystanek Otwartej Kultury. Obok seniorów zrzeszonych przy Przystanku Otwartej Kultury w imprezach brały udział osoby 60+ niebędące członkami klubów seniora. Wystawy również były zróżnicowane, dotyczyły podróży, historii miasta i górnictwa, a więc tematów bliskich sercom seniorów. Potańcówki organizowane były wyłącznie dla seniorów i odbywały się zgodnie z ich zapotrzebowaniem na tego typu rozrywkę. Godziny wydarzeń dedykowanych seniorom jak warsztaty czy potańcówki, uzgadniane były z nimi. Przy organizacji koncertów, zwłaszcza w amfiteatrze, organizator brał pod uwagę dostępność komunikacyjną i bezpieczny powrót uczestników do domu.

Przystanek Otwartej Kultury we wszystkich swoich trzech lokalizacjach oraz we wspomnianym wcześniej Klimontowie, udostępnia seniorom pomieszczenia z wyposażeniem oraz sprzęt techniczny, aktywnie w ten sposób wspierając ich w samodzielnym organizowaniu sobie czasu.

Plany na 2025 r.

Prewencja w kontekście polityki senioralnej to nie tylko profilaktyka zdrowotna, ale też przeciwdziałanie izolacji, pasywności i wykluczeniu. Przystanek Otwartej Kultury może odgrywać rolę prewencyjną w wielu obszarach:

- Prewencja samotności i depresji: poprzez działania grupowe, wspólne tworzenie kultury (np. chóry, grupy rękodzielnicze, teatr senioralny).

- Prewencja wykluczenia cyfrowego: nauka korzystania z narzędzi online, platform streamingowych, komunikatorów.
- Prewencja biernej starości: zachęcanie do aktywnego uczestnictwa w życiu dzielnicy – jako widz, ale też jako twórca (senior-wolontariusz, senior-edukator).
- Prewencja w aspekcie zdrowotnym: współpraca z organizacjami zdrowotnymi przy okazji wydarzeń kulturalnych (np. pomiar ciśnienia, prelekcje o zdrowym starzeniu się).
- Międzypokoleniowość jako narzędzie prewencji: spotkania dzieci i seniorów to obustronna korzyść – seniorzy czują się potrzebni, dzieci uczą się empatii.

3. MIEJSKI KLUB IM. JANA KIEPURY

Miejski Klub im. Jana Kiepury w Sosnowcu realizuje cel wskazany w dokumencie Polityki Senioralnej Miasta Sosnowca na lata 2021 – 2027, którym jest wspieranie aktywnego uczestnictwa seniorów w życiu społecznym oraz zachęcanie osób starszych do prowadzenia zdrowego stylu życia. Miejski Klub im. J. Kiepury tworzy warunki do rozwoju działań wspierających aktywność społeczno-kulturalną i obywatelską osób starszych:

Organizuje imprezy kulturalne i ułatwia osobom starszym dostępu do oferty kulturalnej, m.in. poprzez regulowanie zasad odpłatności, dostosowanie pory imprez do potrzeb seniorów:

- A. Prowadzenie grupy teatralnej „Meluzyna”, którą tworzą studenci Uniwersytetu Trzeciego Wieku Uniwersytetu Śląskiego: 2024 r. – 5 uczestników.
- B. Udzielenie zniżki 50% dla Seniorów na wszystkie wydarzenia realizowane przez Miejski Klub im. Jana Kiepury z wyłączeniem cykli: „Kino w Muzie”, „Rodzinnych spotkań z kinem Muza” i „Sztuki na ekranie”. W 2024 r. z możliwości zakupu biletu dla seniora skorzystało 319 osób:

13.02 – Koncert Walentynkowy - Miłość niejedno ma imię – 8 osób

23.03 – Koncert Galowy - Intermuza 2024 – 24 osoby

2.04 – Koncert kameralny w ramach XXIII Festiwalu Sosnowieckich Dni Muzyki Znanej i Nieznanej – 10 osób

5.04 – Koncert zamykający XXIII Festiwal Sosnowieckich Dni Muzyki Znanej i Nieznanej – 24 osoby

16.05 – Koncert Eggerth i Kiepura - Wspomnień czar – 112 osób

22.09 – VI Folk nad Przemszą - pieśni wędrowców – 7 osób

18.10 – Michał Bajor - No, a ja? - 64 osoby

1.12 – Koncert Piosenek Francuskich - Otwieramy Katedrę Notre Dame – 70 osób

C. Bezpłatne użyczenie Sali Widowiskowo-Koncertowej „Muza” im. Władysława Szpilmana na wydarzenia skierowane dla Seniorów, organizowane przez inne jednostki:

16.01 – IX Staszicowski Karnawałowy Koncert Charytatywny dla Hospicjum Sosnowieckiego im. św. Tomasza Ap. ze specjalnym udziałem Antoniego Zimnala

15.02 – Wydział zdrowia - profilaktyka dla mieszkańców Sosnowca

5.03 – Wydział Zdrowia – spotkanie profilaktyczne dla mieszkańców

6.03 – Wręczenie dyplomów za wieloletnie pożycie małżeńskie organizowane przez Wydział Kultury i Promocji Miasta oraz Urząd Stanu Cywilnego

11.04 – Wydział Zdrowia – profilaktyka dla mieszkańców Sosnowca

14.05 – Wydział Zdrowia – profilaktyka dla mieszkańców Sosnowca

12.06 – Wręczenie dyplomów za wieloletnie pożycie małżeńskie organizowane przez Wydział Kultury i Promocji Miasta oraz Urząd Stanu Cywilnego

18.06 – Wydział zdrowia – profilaktyka dla mieszkańców Sosnowca

16.09 – Wydział zdrowia – profilaktyka dla mieszkańców Sosnowca

8.10 – Wydział zdrowia – profilaktyka dla mieszkańców Sosnowca

9.10 – Sosnowieckie Dni Seniora organizowane przez Urząd Miasta Sosnowca oraz Radę Seniorów

10.10 – Sosnowieckie Dni Seniora organizowane przez Urząd Miasta Sosnowca oraz Radę Seniorów. Występy artystyczne oraz zabawa taneczna dla seniorów.

15.10 – Koncert Charytatywny „Artystycznie dla Hospicjum” im. Św. Tomasza Apostoła

22.10 – Wręczenie dyplomów za wieloletnie pożycie małżeńskie organizowane przez Wydział Kultury i Promocji Miasta oraz Urząd Stanu Cywilnego

4.12 – Wręczenie dyplomów za wieloletnie pożycie małżeńskie organizowane przez Wydział Kultury i Promocji Miasta oraz Urząd Stanu Cywilnego

10.12 – Wydział zdrowia – profilaktyka dla mieszkańców Sosnowca

17.12 – XXIII Wieczór teatralny na rzecz Hospicjum im. Św. Tomasza Apostoła

Plany na 2025 r.

Planowane działania prewencyjne w społeczeństwie "starzejącym się" na lata 2025 do 2027 w Miejskim Klubie im. Jana Kiepury:

Wspieranie aktywnego uczestnictwa seniorów w życiu społecznym oraz zachęcanie osób starszych do prowadzenia zdrowego stylu życia. Tworzenie warunków i rozwój działań wspierających aktywność społeczno-kulturalną i obywatelską osób starszych. Prowadzenie grupy teatralnej „Meluzyna”, którą tworzą studenci Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Udzielenie zniżki 50% dla Seniorów na wszystkie wydarzenia realizowane przez Miejski Klub im. Jana Kiepury z wyłączeniem cykli: „Kino w Muzie”, „Rodzinnych spotkań z kinem Muza” i „Sztuki na ekranie”. Bezpłatne użyczenie Sali Widowiskowo-Koncertowej „Muza” im. Władysława Szpilmana na wydarzenia skierowane dla Seniorów, organizowane przez inne jednostki. Udzielenie zniżek 50% dla Seniorów na wszystkie zajęcia organizowane przez Miejski Klub im. Jana Kiepury skierowane dla osób dorosłych.

4. SOSNOWIECKIE CENTRUM SZTUKI – ZAMEK SIELECKI

Sosnowieckie Centrum Sztuki - Zamek Sielecki aktywnie angażuje się w organizację różnorodnych działań artystycznych skierowanych do seniorów. Wiele z tych inicjatyw zostało opracowanych w ścisłej współpracy z uczestnikami, aby jak najlepiej odpowiadały ich potrzebom i oczekiwaniom. Większość wydarzeń dostępna jest dla szerokiej publiczności, co podkreśla ich otwarty charakter.

Kultura odgrywa istotną rolę w życiu osób starszych, wspierając ich zdrowie psychiczne, społeczne i ogólną jakość życia. W 2023 roku z inicjatywy Wydziału Kultury i Promocji przeprowadzono badania dotyczące kondycji psychicznej młodzieży i seniorów. Choć liczba respondentów była niewielka, wyniki ankiet uwiaryściły wspólne wyzwania obu grup, takie jak poczucie samotności, stany depresyjne i lękowe, trudności w codziennym funkcjonowaniu oraz zapotrzebowanie na wsparcie psychologiczne. Seniorzy szczególnie zwracali uwagę na potrzebę warsztatów artystycznych jako formy aktywności.

W odpowiedzi na te potrzeby, Centrum Sztuki wprowadziło do swojej oferty cykliczne warsztaty twórcze dla seniorów. Zajęcia te nie tylko rozwijają zdolności artystyczne, ale przede wszystkim sprzyjają budowaniu więzi społecznych i przeciwdziałają izolacji. Uczestnicy mają okazję poznawać różnorodne techniki artystyczne, dzielić się doświadczeniami i współtworzyć przestrzeń do rozmów oraz relaksu. Program warsztatów, w tym częstotliwość i tematyka, jest na bieżąco dostosowywany na podstawie konsultacji z seniorami.

Seniorzy chętnie biorą udział w oprowadzaniach kuratorskich, wykładach, prelekcjach, spotkaniach autorskich oraz koncertach muzycznych, szczególnie tych z repertuarem klasycznym. Planowane działania na świeżym powietrzu, związane z rewitalizacją terenu wokół Zamku Sieleckiego, będą dodatkową okazją do integracji. Pod nazwą „Re-kreacja” zaplanowane są plenerowe warsztaty i wydarzenia promujące dobrostan psychiczny, w tym zajęcia z elementami relaksacji oraz psychoedukacji.

Dodatkowo, w ogrodzie Zamku będą organizowane kameralne koncerty, podczas których zaprezentują się amatorzy i absolwenci szkół muzycznych. Repertuar obejmie różne gatunki muzyczne, co pozwoli na dotarcie do szerokiego grona odbiorców.

W ramach ogólnopolskiej inicjatywy Dni Seniora, Centrum oferuje seniorom możliwość bezpłatnego udziału w wybranych wydarzeniach, a przez cały rok obowiązują dla nich zniżki.

Plany na 2025 r.

Sosnowieckie Centrum Sztuki - Zamek Sielecki będzie nadal aktywnie angażować się w organizację różnorodnych działań artystycznych skierowanych do seniorów. Wiele z tych inicjatyw zostało opracowanych w ścisłej współpracy z uczestnikami, aby jak najlepiej odpowiadały ich potrzebom i oczekiwaniom.

5. PAŁAC SCHOENA MUZEUM W SOSNOWCU

Pałac Schoena w Sosnowcu realizuje zadania zgodne z polityką senioralną, kładąc szczególny nacisk na wspieranie wychowania do starości i poprawę relacji międzypokoleniowych. Organizowane przez Pałac wydarzenia i warsztaty promują szacunek wobec osób starszych oraz budowanie świadomości na temat starzenia się wśród młodszych pokoleń. Ważnym elementem działalności są inicjatywy integrujące różne grupy wiekowe, takie jak wspólne projekty artystyczne, spotkania tematyczne czy zajęcia edukacyjne, które pozwalają na wymianę doświadczeń i budowanie trwałych więzi.

A. Projekt „Moja mała ojczyzna – Zagłębie Dąbrowskie. Rozmowy międzypokoleniowe o tożsamości”, sfinansowany z programu Muzeum Historii Polski „Patriotyzm Jutra”

- Wystawa mobilna prezentowana do 30 listopada przed Szkołą Podstawową nr 25.
- Archiwizacja wywiadów – relacje będą służyły dalszym badaniom w Dziale Historii i Kultury Miasta.
- Dokumentacja audiowizualna – filmy/wywiady udostępniono na stronie internetowej Muzeum.

Projekt „Moja mała ojczyzna” stał się platformą dialogu międzypokoleniowego, wzmacniając tożsamość lokalną mieszkańców Sosnowca i regionu. Dzięki połączeniu tradycyjnych metod badawczych z nowoczesnymi formami przekazu, uczestnicy mogli lepiej zrozumieć i docenić swoją małą ojczyznę – Zagłębie Dąbrowskie.

Liczba beneficjentów – 35

Liczba odbiorców (wyświetlenia filmów) – 43.886

B. „Weekend Seniora z Kulturą” - wydarzenie organizowane przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Hasłem tegorocznej edycji Weekend Seniora z Kulturą była integracja międzypokoleniowa. Podczas tej edycji wydarzenia seniorzy i osoby im towarzyszące (do 18. roku życia) otrzymywały bezpłatny wstęp do Muzeum na wystawy „Polskie szkło współczesne”, „Szkłane Egzotarium” „Andrzej Czarnota (1960-2014). Malarstwo-rysunek-rzeźba”,

„W szkle wszystkie moje światy. Joanna Dubiel-Stonoga – malarstwo”

Liczba odbiorców – 55 osób

Plany na 2025 r.

W 2025 roku zostaną zrealizowane następujące działania:

1. Organizacja 12 wystaw czasowych (4 wystawy w 2025 r. i 4 w 2026 r. i 4 w 2027 r.)
2. Organizacja 3 wydarzeń w ramach „Międzynarodowej Nocy Muzeów” (po jednym wydarzeniu w każdym roku)
3. Organizacja 15 wykładów w ramach „Zagłębiowskich Czwartków” (po 5 w 2025 i 2026 r. i 2027r.)

4. Organizacja 3 wydarzeń w ramach Święta Szlaku Zabytków Techniki – INDUSTRIADA (po 1 w 2025 r., 2026r. i 2027r.)

Dodatkowo, Pałac Schoena Muzeum w Sosnowcu oferuje wszystkim seniorom zniżki na zakup biletów wstępu do Muzeum:

-bilet normalny – 12,00 zł, ulgowy dla seniora – 9,00 zł

dla posiadaczy Sosnowieckiej Karty Miejskiej:

-bilet normalny – 10,00 zł, ulgowy dla seniora – 7,00 zł

6. TEATR ZAGŁĘBIA

A. Scena Dostępna

Teatr Zagłębia realizuje cykl „Scena Dostępna”, który powstał z myślą o osobach z niepełnosprawnościami sensorycznymi oraz tych, które z różnych powodów mogą mieć trudności w pełnym odbiorze tradycyjnych spektakli. W ramach tego cyklu spektakle są wzbogacane o audiodeskrypcję, napisy oraz tłumaczenie na Polski Język Migowy (PJM). Dzięki temu teatr staje się miejscem jeszcze bardziej inkluzywnym i otwartym, również dla seniorów, którzy często mierzą się z różnymi barierami w dostępie do kultury.

Scena Dostępna uwzględnia specyficzne potrzeby starszych widzów, którzy mogą borykać się z pogorszeniem słuchu, wzroku lub ograniczeniami w poruszaniu się. Dzięki zastosowanym rozwiązaniom seniorzy mogą w pełni uczestniczyć w wydarzeniach teatralnych :

- napisy umożliwiają śledzenie dialogów osobom niedosłyszącym lub mającym trudności z rozumieniem mowy w warunkach teatralnych.
- audiodeskrypcja pozwala osobom niedowidzącym na śledzenie tego, co dzieje się na scenie, dzięki szczegółowym opisom wizualnym czytany przez lektora.
- tłumaczenie na PJM sprawia, że spektakle są dostępne także dla osób niesłyszących, w tym seniorów, dla których język migowy jest podstawowym środkiem komunikacji.

W 2024 r. odbyły się trzy pokazy w ramach tego cyklu:

17.02 – „Gniew”

21.05 – „Tajemniczy ogród”

20.12 – „Historia Sosnowca”

B. Warsztaty wydobywcze oraz akcja zbierania pamiątek i dzienników do produkcji spektakli „Historia Sosnowca”

Seniorzy z Sosnowca i okolic aktywnie zaangażowali się w projekt Teatru Zagłębia, który poświęcony jest odkrywaniu herstorii – zapomnianych opowieści kobiet mających kluczowy wpływ na rozwój lokalnej społeczności. W ramach przygotowań do spektaklu „Historia Sosnowca” uczestniczyli w warsztatach wydobywczych oraz przekazali liczne pamiątki i dokumenty, wzbogacając proces twórczy o unikalne historie.

I. Warsztaty wydobywcze

Podczas dwudniowych warsztatów, które odbyły się pod kierunkiem reżyserki Katarzyny Szyngiery i dramaturżki Weroniki Murek, uczestnicy i uczestniczki (w tym również seniorzy) dzielili się wspomnieniami o swoich matkach, babciach, ciociach i sąsiadkach. Przekazywane opowieści, pełne szczegółów i emocji, rzuciły światło na codzienne życie kobiet w Zagłębiu w pierwszej połowie XX wieku. Uczestnicy z zaangażowaniem opowiadali o losach bliskich, a także o znaczeniu ich pracy, pasji i wkładu w budowę lokalnej społeczności.

II. Zbieranie pamiątek i dokumentów

Seniorzy odpowiedzieli na apel Teatru Zagłębia, dostarczając rodzinne pamiątki, pamiątki, dzienniki oraz inne dokumenty. Wiele osób przyniosło cenne materiały do siedziby teatru, a część przesłała ich cyfrowe kopie. Zgromadzone świadectwa okazały się bezcennym źródłem wiedzy o życiu codziennym mieszkańców Zagłębia na przestrzeni dekad. Dzięki tym materiałom projekt nabrał autentyczności, a opowieść o lokalnych herstoriach stała się jeszcze bardziej wielowymiarowa.

III. Efekty współpracy

Zaangażowanie seniorów w te działania miało ogromny wpływ na proces twórczy spektaklu. Ich historie, wspomnienia i rodzinne archiwa wzbogaciły kontekst przedstawienia, nadając mu głębi i autentyczności. Działania te pokazały, jak istotne jest podtrzymywanie międzypokoleniowej pamięci i pielęgnowanie lokalnego dziedzictwa.

C. Zwiedzanie Teatru Zagłębia w ramach Nocy Teatrów- Górnośląsko-Zagłębiowska Metropolia.

We wrześniu Teatr Zagłębia otworzył swoje drzwi dla mieszkańców regionu, organizując wyjątkowe zwiedzanie w ramach Nocy Teatrów Górnośląsko-Zagłębiowska Metropolia.

Wśród uczestników nie zabrakło seniorów, którzy chętnie wzięli udział w tej bezpłatnej inicjatywie, łączącej zwiedzanie historycznego budynku teatru z warsztatami prowadzonymi przez jednego z aktorów. Seniorzy mieli okazję zajrzeć za kulisy teatru, poznać jego zakamarki oraz dowiedzieć się więcej o jego bogatej historii i funkcjonowaniu na co dzień. Zwiedzanie prowadził aktor Teatru Zagłębia – Michał Bałaga, który w przystępny i angażujący sposób opowiadał o pracy artystów, realizacji spektakli i życiu teatralnym „od kuchni”. Częścią wydarzenia były również warsztaty, które pozwoliły uczestnikom doświadczyć elementów teatralnej praktyki. Seniorzy mieli okazję włączyć się w twórcze działania, rozwijając swoją wyobraźnię i poznając techniki wykorzystywane w aktorstwie.

D. Współpraca

W całym okresie współpracowaliśmy ze Związkami Emerytów i Rencistów oraz Uniwersytetami III wieku z takich miast jak: Sosnowiec, Będzin, Mysłowice, Dąbrowa Górnicza, Olkusz, Zawiercie, Myszków, Szczekociny, Trzebinia, Chrzanów, Gródków, Pilica, Katowice, Siewierz

E. Aktywny senior +

Z programu Aktywny senior + w 2024 roku z dopłat skorzystały 432 osoby.

Plany na 2025 r.

Teatr Zagłębia oferuje seniorom bilety ulgowe oraz specjalne zniżki, dzięki którym mogą oni cieszyć się kulturą w bardziej przystępnej cenie. W ramach naszej oferty:

- Seniorzy mogą nabywać bilety ulgowe na większość spektakli repertuarowych.
- Dodatkowo, raz w miesiącu organizujemy specjalne wydarzenie pod nazwą "Bilet dla dwojga", które pozwala zakupić dwa bilety na wybrane przedstawienie w łącznej cenie 35 zł.

Dzięki wymienionym udogodnieniom, kultura staje się dostępniejsza, a udział w życiu teatralnym łatwiejszy i bardziej atrakcyjny.

Ponadto Teatr Zagłębia ma w swojej ofercie „Rodzinną Niedzielę Kulturalną” – wyjątkową propozycję skierowaną do całych rodzin. Inicjatywa ta łączy radość wspólnego oglądania spektaklu rodzinnego z aktywnym udziałem w międzypokoleniowych warsztatach. To czas, w którym poprzez twórcze zabawy i bezpośredni kontakt pogłębianą jest więź między dzieckiem

a bliską mu osobą dorosłą. Spotkania te udowadniają, że teatr jest miejscem dla każdego – niezależnie od wieku i wcześniejszego doświadczenia.

Wydział Zdrowia

1. Polityka zdrowotna

W minionym 2024 roku Gmina zrealizowała jeden program polityki zdrowotnej pn. „Program badań przesiewowych pod kątem wykrywania chorób sercowo-naczyniowych”.

Celem programu było zwiększenie dostępności do wysokospecjalistycznych badań kardiologicznych osobom powyżej 65 roku życia, obciążonych co najmniej trzema czynnikami ryzyka z czterech ujętych w programie tj. nadciśnieniem, chorobą wieńcową, hiperlipidemią

i paleniem papierosów. Program trwał od 4 lipca do 20 listopada 2024 roku.

W ramach programu mieszkańcy mogli skorzystać z jednej z dwóch akcji przesiewowych: „Stop udarom” lub „Wykrywanie tętniaka aorty brzusznej”. Akcja „Stop udarom” obejmowała wykonanie badania USG - Doppler tętnic szyjnych, a w przypadku akcji „Wykrywanie tętniaka aorty brzusznej” badania USG - Doppler kończyn dolnych. Każdemu badaniu towarzyszyła wizyta lekarska u chirurga naczyniowego oraz konsultacja świadczona przez dietetyka. Wykonywane były także u każdego mieszkańca badania laboratoryjne w zakresie pomiaru poziomu glukozy we krwi, cholesterolu i trójglicerydów oraz określone BMI. O kwalifikacji decydowała kolejność zgłoszenia do podmiotu leczniczego realizującego program.

Realizatorami programu były dwa podmioty:

1. Sante Clinic Sp. z o.o. Sp. k., ul. Aleja Wolności 6, 41-219 Sosnowiec;
2. Deńca–Kuziemko Izabella Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Praktyka Stomatologiczna Nasza Przychodnia, ul. Kisielewskiego 2, 41-219 Sosnowiec.

W programie wzięło udział 505 mieszkańców, w tym 230 osób w akcji „Stop udarom” i 275 w akcji „Wykrywanie tętniaka aorty brzusznej”. W wyniku przeprowadzonych badań u 119 mieszkańców, co stanowi 23,5% ogółu przebadanych stwierdzono nieprawidłowości, skutkujące koniecznością pogłębionej diagnostyki.

Ogółem na realizację programu wydatkowano kwotę 164.378,58 złotych.

Działając na podstawie art. 48d ust.1 ustawy o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych Gmina Sosnowiec wystąpiła w 2023 roku z wnioskiem do dyrektora Śląskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia o dofinansowanie programu badań przesiewowych pod kątem wykrywania chorób sercowo-naczyniowych. Zgodnie z umową Gmina otrzymała dofinansowanie w wysokości 40% wydatkowanych środków.

W roku 2024 jako pilotaż zrealizowano zadanie publiczne pn. „Profilaktyczne badania przesiewowe pod kątem czerniaka skóry u mieszkańców Sosnowca”, które miało na celu zwiększenie świadomości mieszkańców Sosnowca na temat profilaktyki oraz umożliwienie wczesnego wykrycia podejrzanych zmian skórnych.

W ramach zadania pełnoletni mieszkańcy Sosnowca mieli wykonywane badania przesiewowe obejmujące konsultacje dermatologiczne. W przypadku wykrycia podejrzanych zmian skórnych przy użyciu wideodermatoskopii pacjenci byli kierowani na dalszą diagnostykę lub leczenie.

Realizatorami programu były dwa podmioty:

1. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Uni-Med Centrum Medyczo-Stomatologiczne, ul. Kukułek 45, 41-200 Sosnowiec;

2. Centrum Zdrowia Dziecka i Rodziny im. Jana Pawła II Sp. z o.o., ul. G. Zapolskiej 3, 41-218 Sosnowiec.

Łącznie przebadano 406 pełnoletnich mieszkańców Sosnowca.

Ogółem na realizację programu wydatkowano kwotę 150.000 złotych.

2. Profilaktyka nowotworowa

Od 2024 roku, w oparciu o przepisy ustawy o zdrowiu publicznym realizowano zadanie dotyczące wykonania bezpłatnych profilaktycznych badań zdrowotnych dla mieszkańców miasta, obchodzących w 2024 roku 60 urodziny. Na podstawie zawartego porozumienia z Sosnowieckim Szpitalem Miejskim Sp. z o.o. w restrukturyzacji mieszkańcom Sosnowca wykonywane były bezpłatne badania obejmujące:

a) w przypadku kobiet: CA - 125 marker nowotworu jajnika; poziom witaminy B12 oraz poziom witaminy D3;

b) w przypadku mężczyzn: PSA wykrywanie raka prostaty; poziom witaminy B12 oraz poziom witaminy D3.

Zadanie realizowano od 1 kwietnia do 31 grudnia 2024 roku.

Na dzień 29.12.2024r. z badań skorzystały ogółem:

- 253 osoby w wieku 60 lat, w tym 199 kobiet i 54 mężczyzn, którzy stanowili 11,6 % wszystkich uprawnionych do badania.

Na ten cel wydanych zostało w sumie 35.420 złotych.

3. Spotkania edukacyjne

W 2024 roku na podstawie porozumienia o współpracy z Urzędem Marszałkowskim Województwa Śląskiego organizowano cykliczne spotkania edukacyjne dotyczące profilaktyki zdrowotnej dla mieszkańców Sosnowca.

Spotkania, o których mowa powyżej odbywały się raz w miesiącu w Sali Widowiskowo-Koncertowej „MUZA” im. Władysława Szpilmana w Sosnowcu przy ul. Warszawskiej 2, którym towarzyszyły bezpłatne badania organizowane we współpracy z podmiotami leczniczymi działającymi na terenie miasta m.in.: Przychodnią „Milowice” oraz Fundacją Unia Bracka. Mieszkańcy miasta mogli skorzystać z następujących badań profilaktycznych: pomiar zawartości glukozy we krwi, pomiar całkowitego cholesterolu, pomiar całkowitego poziomu kwasu moczowego, pomiar ciśnienia czy badanie spirometrii. Wypracowana oferta umożliwia łatwy i szybki dostęp do aktualnej wiedzy na temat najczęściej występujących chorób i możliwości ich przeciwdziałania oraz niewątpliwie wpłynęła na poprawę stanu zdrowia.

W 2024 roku zgodnie z porozumieniem zawartym z Urzędem Marszałkowskim Województwa Śląskiego odbyło się 10 takich spotkań.

W minionym roku prelegentami wykładów byli specjaliści z zakresu: okulistyki, onkologii, psychiatrii, kardiologii, urologii, neurologii, geriatrici, fizjoterapii, dietetyki i neurologopedii. Szacunkowo ze spotkań skorzystało 1850 osób.

4. Inne działania profilaktyczne

I Sosnowiecki Dzień Profilaktyki Ginekologii Onkologicznej, który odbył się w dniu 4 kwietnia 2024 roku na terenie Sosnowieckiego Szpitala Miejskiego sp. z o.o. w restrukturyzacji przy ul. Zegadłowicza 3.

Zorganizowane przedsięwzięcie promujące zdrowie z obszaru ginekologii onkologicznej adresowane było do mieszkank Sosnowca i miało na celu przede wszystkim przebadanie kobiet pod kątem wczesnego wykrycia zmian nowotworowych szyjki macicy oraz spopularyzowanie wiedzy na temat przesiewowych badań profilaktycznych.

Podczas akcji profilaktycznej można było nieodpłatnie skorzystać z:

- badań cytologicznych (cytologia płynna, HPV) wykonywanych w cytobusie,
- badania ginekologicznego, w tym badania USG ginekologicznego (USG przez powłoki brzuszne oraz USG dopochwowe),
- konsultacji psychologicznej,
- konsultacji dietetycznej,
- konsultacji ginekologicznej,
- porad i wsparcia sosnowieckich Amazonek,
- edukacji zdrowotnej poświęconej profilaktyce raka szyjki macicy.

Szacunkowo w przedsięwzięciu wzięło udział około 1325 osób.

Plany na 2025 r.

Dostrzegając potencjał realizacji dotychczasowych działań w roku 2025 planuje się kontynuowanie na terenie miasta m.in.:

- 1) programu polityki zdrowotnej pn. „Program badań przesiewowych pod kątem wykrywania chorób sercowo-naczyniowych”;
- 2) zadania publicznego pn. „Profilaktyczne badania przesiewowe pod kątem czerniaka skóry u mieszkańców Sosnowca”;
- 3) zadania dotyczącego wykonania bezpłatnych profilaktycznych badań zdrowotnych dla mieszkańców miasta obchodzących w 2025 roku 60 urodziny;
- 4) cyklicznych spotkań edukacyjnych dotyczących profilaktyki zdrowotnej dla mieszkańców Sosnowca;
- 5) II Sosnowiecki Dzień Profilaktyki Ginekologii Onkologicznej.

Wydział Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi

Wydział Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi wspiera seniorów zrzeszonych w ramach Stowarzyszenia Aktywny Senior oraz Aktywny Silvers udostępniając im bezpłatnie pomieszczenia w Sosnowieckim Centrum Organizacji Pozarządowych. Możliwość ta daje szansę ciągłego rozwoju i prowadzenia aktywności dla seniorów. Stowarzyszenie Aktywny Senior – w ramach współpracy z Sosnowieckim Centrum Organizacji Pozarządowych – co najmniej raz w miesiącu organizuje spotkania z członkami Stowarzyszenia, wykłady, szkolenia, konferencje. W Sosnowieckim Centrum Organizacji Pozarządowych regularnie odbywają się również zajęcia jogi dla seniorów oraz spotkania kółka brydżowego. W roku 2024 Stowarzyszenie Pomagamy Sercem wraz z Fundacją Eko World zorganizowało

w Sosnowieckim Centrum Organizacji Pozarządowych „Śniadanie Wielkanocne dla seniorów”.

Dzięki modernizacji ogrodu mieszczącego się przy Sosnowieckim Centrum Organizacji Pozarządowych organizowane są spotkania integracyjne przy ognisku. W roku 2024 Stowarzyszenie Pomagamy Sercem wraz z Fundacją Eko World zorganizowało piknik integracyjny dla sosnowieckich seniorów. Ponadto Stowarzyszenie Aktywny Senior zorganizowało ognisko dla członków Stowarzyszenia.

Sosnowieckie Centrum Organizacji Pozarządowych w dniu 1 czerwca 2024 zorganizowało w Parku Sieleckim Festiwal Organizacji Pozarządowych. W wydarzeniu uczestniczyło ponad 30 sosnowieckich organizacji – w tym organizacji zrzeszających sosnowieckich seniorów. Na festiwalowej scenie zaprezentowały się poszczególne sosnowieckie organizacje pozarządowe, były wykłady, prelekcje, animacje dla dzieci, pokazy sportowe i występy muzyczne.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku Wydział Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi planuje kontynuować udostępnianie pomieszczeń Sosnowieckiego Centrum Organizacji Pozarządowych dla Stowarzyszenia Aktywny Senior, Aktywny Silvers i innych organizacji seniorskich. Regularnie odbywać się będą spotkania, wykłady, zajęcia jogi oraz spotkania kółka brydżowego. Planowane są wydarzenia świąteczne, takie jak Śniadanie Wielkanocne i Spotkanie Bożonarodzeniowe oraz ogniska i pikniki integracyjne w ogrodzie Sosnowieckiego Centrum Organizacji Pozarządowych. Rozwijana będzie oferta zajęć dla seniorów, m.in. warsztaty cyfrowe, Klub Filmowy i Klub Podróżnika.

Dom Pomocy Społecznej „Zakątek”

Dom Pomocy Społecznej „Zakątek” w Sosnowcu realizuje cele Polityki Senioralnej Miasta Sosnowca na lata 2021–2027, aktywnie wspierając uczestnictwo seniorów w życiu społecznym i promując zdrowy styl życia. Codziennie odbywa się gimnastyka połączona z pogadankami prozdrowotnymi, a mieszkańcy korzystają z rehabilitacji w ramach NFZ. W placówce prowadzone są działania integracyjne i edukacyjne, m.in. spotkania z dziećmi, młodzieżą, rodzinami oraz lokalną społecznością, a także prelekcje dotyczące bezpieczeństwa seniorów. Współpraca ze Szkołą Podstawową nr 38 zaowocowała projektem „Czytanie łączy pokolenia”, który rozwija więzi międzypokoleniowe, empatię i szacunek wobec seniorów.

Innowacyjny projekt „Wspólnie z Seniorami” realizowany z Zespołem Szkół Specjalnych nr 4 wzmacnia relacje między osobami starszymi a młodzieżą z niepełnosprawnościami. Seniorzy uczestniczą w wydarzeniach kulturalnych, korzystają z zasobów bibliotecznych i uczestniczą w warsztatach z zakresu cyberbezpieczeństwa. Zakup nowego samochodu przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych zapewnia dostęp do usług zdrowotnych, kultury i rekreacji. Mieszkańcy biorą udział w wycieczkach, wyjściach do kina, teatru oraz wydarzeniach sportowych i integracyjnych. Na terenie DPS odbywają się święta, festyny i przedstawienia, również z udziałem uczniów i przedszkolaków. Wszystkie założone cele strategiczne Domu Pomocy Społecznej „Zakątek” na 2024 rok zostały w pełni zrealizowane.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku Dom Pomocy Społecznej „Zakątek” planuje kontynuować działania promujące zdrowy i aktywny styl życia seniorów poprzez codzienną gimnastykę, udział w kampaniach prozdrowotnych i współpracę ze Śląską Akademią Medyczną. Placówka będzie rozwijać edukację cyfrową mieszkańców, zapewniając im dostęp do Internetu oraz organizując spotkania z Policją na temat bezpieczeństwa w sieci. Istotnym elementem pozostanie wzmacnianie więzi międzypokoleniowych dzięki projektom realizowanym z lokalnymi szkołami oraz współpracy z Młodzieżową Radą Miasta. W 2025 roku DPS „Zakątek” planuje również przygotowanie do uruchomienia opieki wytchnieniowej dla osób przewlekle chorych, odpowiadając na rosnące potrzeby społeczne. Dodatkowo kontynuowane będą działania przeciwdziałające dyskryminacji osób starszych oraz wspierające ich aktywność w społeczeństwie obywatelskim.

Dom Pomocy Społecznej nr 2

Dom Pomocy Społecznej nr 2 w Sosnowcu realizuje szereg działań wspierających zdrowie i aktywność seniorów, m.in. poprzez cykliczne pogadanki prozdrowotne i spotkania tematyczne dotyczące chorób przewlekłych. Mieszkańcy biorą udział w spotkaniach edukacyjnych z zakresu profilaktyki zdrowotnej organizowanych przez lokalne instytucje oraz uczestniczą w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Placówka współpracuje z Zagłębiowską Mediateką, która dostarcza książki, czasopisma i audiobooki, a także prowadzi prezentacje i spotkania tematyczne. Duży nacisk kładziony jest na bezpieczeństwo seniorów, zwłaszcza w

zakresie zagrożeń internetowych i telefonicznych oszustw. Organizowane są liczne wydarzenia integracyjne z lokalną społecznością, takie jak pikniki, festyny oraz imprezy okolicznościowe na terenie ogrodu DPS. Ważną częścią działalności są także spotkania międzypokoleniowe z dziećmi i młodzieżą, które przeciwdziałają wykluczeniu społecznemu osób starszych. Mieszkańcy uczestniczą w wycieczkach plenerowych i edukacyjnych, co pozwala im na aktywny wypoczynek i kontakt z naturą. Udział w wydarzeniach kulturalnych oraz tworzenie kameralnych form, jak saloniki muzyczne i kąciki poetyckie, sprzyja rozwojowi kulturalnemu seniorów i wspiera współpracę z innymi domami pomocy społecznej.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku Dom Pomocy Społecznej nr 2 planuje kontynuować cykliczne spotkania tematyczne i pogadanki prozdrowotne, promujące zdrowy tryb życia oraz profilaktykę chorób. Placówka będzie nadal współpracować z Zagłębiowską Mediateką i organizować spotkania edukacyjne z zakresu literatury, kultury i bezpieczeństwa cyfrowego. W planie są również wydarzenia integracyjne z lokalną społecznością, takie jak pikniki, festyny i imprezy okolicznościowe. Kontynuowana będzie współpraca z placówkami oświatowymi oraz realizacja działań międzypokoleniowych, by przeciwdziałać izolacji seniorów. Mieszkańcy będą uczestniczyć w wycieczkach, wydarzeniach kulturalnych oraz zajęciach artystycznych i edukacyjnych, rozwijających zainteresowania i wspierających aktywny styl życia.

Centrum Usług Socjalnych i Wsparcia

Dzienne domy pomocy oraz kluby „Senior+” funkcjonujące w naszym mieście są podmiotami finansowanymi i prowadzonymi przez miasto.

Celem działalności tych placówek jest zapobieganie marginalizacji i izolacji osób starszych przez zachęcanie i inspirowanie do aktywnego spędzania czasu wolnego, nabywanie umiejętności samoorganizacji i integracji społecznej oraz zapewnienie wsparcia tym seniorom, którzy z racji wieku lub stanu zdrowia wymagają pomocy w codziennym funkcjonowaniu, co wpisuje się w pierwszy z celów Polityki senioralnej miasta Sosnowca na lata 2021-2027 tj. Wspieranie aktywnego uczestnictwa seniorów w życiu społecznym oraz zachęcanie osób starszych do prowadzenia zdrowego stylu życia.

Na terenie Sosnowca funkcjonują następujące jednostki oferująceienne wsparcie dla seniorów :

1. Dzienny Dom Pomocy Społecznej zlokalizowany w dwóch placówkach tj.
 - przy ul. Szymanowskiego 5a – 25 miejsc
 - przy ul. Szybikowej 8 – 35 miejsc
2. Dzienny Dom Senior+ przy ul. Żeromskiego 4b, dysponujący 40 miejscami.
3. Klub Senior+ przy ul. Jodłowej 4 – 20 miejsc
4. Klub Senior+ przy ul. Sobieskiego 3d – 25 miejsc
5. Klub Seniora JULIUSZ przy ul. Spadochroniarzy 4 – 20 miejsc.

Dzienne domy pomocy funkcjonują w mieście od wielu lat i aktualnie zaspakajają potrzeby mieszkańców. W 2024 r. z usług dziennych domów skorzystało 95 osób.

Stosunkowo nowymi ośrodkami wsparcia dla seniorów są dwa kluby „Senior+”, które zostały uruchomione, pierwszy w czerwcu 2021r. w dzielnicy Dańdówka, a drugi w lutym 2023r. przy ul. Sobieskiego oraz Klub Seniora Juliusz, który powstał w październiku 2021r. Kluby od chwili powstania cieszą się dużym zainteresowaniem wśród uczestników. W 2024 r. z oferty w/w klubów skorzystało 87 osób.

Z oferty dziennych domów pomocy korzystają na ogół starsi seniorzy, których stan zdrowia lub wiek nie pozwala na w pełni samodzielne funkcjonowanie i wymagają wsparcia w tym zakresie. Placówki zapewniają pensjonariuszom gotowe dwa posiłki dziennie (śniadania i obiady) oraz kontakty towarzyskie i różne formy aktywności dostosowane do ich potrzeb i możliwości.

Dla seniorów prowadzone są regularnie zajęcia ruchowe i terapia zajęciowa, mające na celu podtrzymanie sprawności psychofizycznej. Z tych zajęć korzystało 88 seniorów. Do ulubionych form spędzania czasu wśród pensjonariuszy dziennych domów należą spotkania integracyjno-okolicznościowe (pikniki, biesiady, spotkania okolicznościowe z dziećmi).

W spotkaniach tych biorą udział wszyscy podopieczni tj. 95 osób. Chętni i odpowiednio sprawni seniorzy biorą udział w spotkaniach edukacyjnych z zakresu profilaktyki zdrowotnej organizowanych przez Wydział Zdrowia. W spotkaniach tych wzięło udział 42 pensjonariuszy.

Miejskie kluby dla seniorów, w odróżnieniu od dziennych domów pomocy, skupiają "młodszych" seniorów o większej sprawności, którzy wykazują duże zainteresowanie różnymi aktywnościami życiowymi. Zgodnie z celem działalności kluby są odpowiedzią na te potrzeby.

W szczególności kluby zapewniają realizację kontaktów towarzyskich zarówno wewnątrz jak i międzypokoleniowych, spędzanie czasu w towarzystwie a nie samotności, rekreację na organizowanych wycieczkach, aktywność fizyczną, kulturalną, rozrywkę oraz zdobywanie nowej wiedzy i umiejętności.

64 klubowiczów uczestniczyło w różnego rodzaju zajęciach o charakterze edukacyjnym;

55 seniorów brało udział w organizowanych aktywnościach o charakterze kulturalno-oświatowym;

- 70 osób uczestniczyło w zajęciach rekreacyjnych;

- 47 seniorów brało udział w organizowanych zajęciach ruchowych;

- 79 klubowiczów uczestniczyło w różnych formach aktywności społecznej;

Działalność klubów podobnie jak dziennych domów wpisuje się w pierwszy z celów Polityki senioralnej miasta Sosnowca na lata 2021-2027 tj. Wspieranie aktywnego uczestnictwa seniorów w życiu społecznym oraz zachęcanie osób starszych do prowadzenia zdrowego stylu życia.

W placówkach organizowane są różne działania aktywizujące społecznie i integracyjne – pikniki, imprezy, spotkania okolicznościowe z seniorami z innych placówek oraz z dziećmi i młodzieżą. W roku 2024 odbyły się 52 takie spotkania. W spotkaniach tego typu wzięło udział 95 pensjonariuszy dziennych domów oraz 79 seniorów z klubów. Dodatkowo klubowicze chętnie i aktywnie uczestniczą w ogólnomiejskich imprezach adresowanych do seniorów oraz inicjują spotkania z młodszymi mieszkańcami. Spotkania te przyczyniają się do kreowania pozytywnego wizerunku osób starszych.

W Sosnowcu podobnie jak w całym kraju z roku na rok zwiększa się liczba mieszkańców w wieku poprodukcyjnym w stosunku do ogólnej populacji mieszkańców. Analizy demograficzne wskazują, że trend ten będzie się utrzymywał w następnych latach. Zajęcia oferowane przez placówki skoncentrowane są głównie na działaniach aktywizujących, łagodzących poczucie osamotnienia, zapewniających utrzymanie więzi ze środowiskiem. Oferty dziennych domów oraz klubów obejmują również organizację zajęć usprawniających procesy poznawcze (ćwiczenia pamięci, logicznego myślenia, koncentracji uwagi, koordynacji wzrokowo-ruchowej i inne), co wpływa na poprawę funkcjonowania psychofizycznego i społecznego seniorów. Podejmowanie aktywności i włączenie społeczne są postrzegane jako szczególnie istotne, ponieważ osoby starsze często są samotne i same bez udziału w zajęciach nierzadko nie miałyby możliwości kontaktu z ludźmi, dostępu do wielu aktywności z uwagi na bariery finansowe, organizacyjne i

społeczne. Uczestnictwo w zajęciach oferowanych przez placówki sprawia, że wiele osób starszych odzyskuje pewność siebie oraz większą samodzielność.

Z perspektywy sosnowieckich placówek prowadzonych i finansowanych przez miasto, a adresowanych do seniorów można uznać, że obecne potrzeby w tym zakresie są zaspokojone na dostatecznym poziomie. W pełni uzasadnionym jest dalsze funkcjonowanie tych placówek ale także uważność i otwartość samorządu na rozwój i różnorodność wsparcia dla różnych grup wiekowych seniorów i różne potrzeby wynikające głównie z ich różnego stanu psychofizycznego. Wraz z wiekiem następuje pogorszenie kondycji zdrowotnej seniorów

i w coraz większym stopniu wymagają oni dodatkowego wsparcia o charakterze opiekuńczym. Pomoc w osobie asystenta lub opiekunki wraz z pobytem w placówce wsparcia dziennego nadal umożliwia starszym seniorom pozostawanie w ich środowisku domowym, pozwala na utrzymanie aktywności fizycznej i społecznej adekwatnej do ich możliwości. Takie łączone wsparcie także oddała w czasie potencjalną całodobową opiekę instytucjonalną, której koszty dla samorządu są znacząco wyższe od wsparcia dziennego i częściowej opieki.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest dalsze prowadzenie i rozwój działalności dziennych domów pomocy oraz klubów „Senior+” w Sosnowcu, zapewniających wsparcie seniorom o zróżnicowanych potrzebach psychofizycznych. Placówki będą kontynuować działania przeciwdziałające izolacji społecznej, organizując spotkania integracyjne, okolicznościowe i międzypokoleniowe, a także wycieczki oraz wydarzenia kulturalne. W dziennych domach pomocy kontynuowane będą zajęcia ruchowe, terapeutyczne oraz posiłki dla mniej samodzielnych seniorów, a także wsparcie opiekunek i asystentów. Kluby „Senior+” będą rozwijać ofertę zajęć edukacyjnych, rekreacyjnych i społecznych skierowanych do bardziej aktywnych seniorów. Szczególny nacisk położony zostanie na wzmacnianie funkcji poznawczych, rozwój umiejętności i utrzymywanie samodzielności uczestników. Miasto planuje monitorować zapotrzebowanie na tego typu usługi oraz być otwartym na tworzenie nowych form wsparcia odpowiadających na zmieniające się potrzeby starzejącego się społeczeństwa. Kontynuacja i rozwój placówek dziennego wsparcia mają na celu opóźnienie konieczności kierowania seniorów do całodobowej opieki instytucjonalnej.

Ośrodek Wsparcia i Testów (OWiT)

Ośrodek Wsparcia i Testów (OWiT) prowadzi działalność w budynku przy ul. Armii Krajowej 91 w Sosnowcu. Powstał w ramach programu Państwowego Funduszu Rehabilitacji

Osób Niepełnosprawnych pn. Centra informacyjno-doradcze dla osób z niepełnosprawnością”. Program realizowany jest w Gminie Sosnowiec od 2022 roku.

Zakres działalności obejmuje:

1. prezentowanie korzyści wynikających ze stosowania technologii asystujących w takich obszarach jak: komunikowanie się, dostęp do informacji, nauka, praca, rozwijanie hobby, zwiększenie aktywności życiowej, samodzielności i zaradności osobistej oraz dbałości o zdrowie,
2. świadczenie porad osobom z niepełnosprawnością (OzN) w optymalnym wyborze, właściwych do aktualnych potrzeb technologii asystujących i ich prezentacja,
3. prowadzenie wstępnego instruktażu oraz wskazywanie potencjału wykorzystania technologii asystujących w życiu codziennym lub pomoc OzN w wyszukaniu stosowanych szkoleń w tym zakresie,
4. wypożyczanie sprzętów, urządzeń i oprogramowania w celu ich testowania przez OzN poza siedzibą OWiT,
5. świadczenie porad członkom rodzin OzN i ich opiekunom, ze szczególnym uwzględnieniem zagadnień dotyczących wykorzystania technologii asystujących.

Beneficjentami OWiT mogą być osoby, które spełniają następujące warunki:

1. przedstawią skierowanie z PFRON celem udzielenia wsparcia w ramach zadania (najpóźniej w dniu przystąpienia do wsparcia),
2. posiadają aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności (w tym seniorzy, z co najmniej lekkim stopniem niepełnosprawności) lub aktualne orzeczenie o niepełnosprawności lub aktualne orzeczenie równoważne (orzeczenie lekarza orzecznika Zakładu Ubezpieczeń Społecznych lub orzeczenie o zaliczeniu do jednej z grup inwalidów), które skorzystają z realizacji zadania. W okresie pierwszych 12 miesięcy od dnia uruchomienia OWiT działa w przeważającym zakresie na rzecz osób z niepełnosprawnościami wzroku w różnym nasileniu, osób z niepełnosprawnościami słuchu i problemami w komunikowaniu się za pomocą mowy oraz osób z niepełnosprawnościami obu kończyn górnych. Ośrodek Wsparcia i Testów jest dostępny 4 godziny dziennie, 3 dni w tygodniu przez 12 miesięcy w roku. Jest dostępny zdalnie dla osób z niepełnosprawnościami (telefonicznie oraz mailowo) 8 godzin dziennie, 5 dni w tygodniu, przez 12 miesięcy w roku.

Dane liczbowe za 2024 rok:

Lp.	Liczba urządzeń, sprzętu	Liczba urządzeń, sprzętu	Uwagi
-----	--------------------------	--------------------------	-------

	i oprogramowania, które wykorzystano do instruktażu	i oprogramowania, które zostały wypożyczone	
1.	131	131	Najliczniejszą grupę wypożyczanych w tym okresie urządzeń stanowiły komunikatory (25 wypożyczeń), tablety (19 wypożyczeń), laptopy (16 wypożyczeń) i lupy elektroniczne (11 wypożyczeń)

Plany na 2025 r.

W 2025 roku Ośrodek Wsparcia i Testów (OWiT) w Sosnowcu kontynuuje działalność w ramach programu PFRON, oferując wsparcie informacyjne i doradcze dla osób z niepełnosprawnościami. Zakłada się dalsze prezentowanie korzyści płynących ze stosowania technologii asystujących w codziennym życiu, edukacji, pracy oraz zdrowiu. Ośrodek nadal prowadzi indywidualne konsultacje i instruktaże, pomagając w doborze odpowiednich technologii dostosowanych do aktualnych potrzeb osób z niepełnosprawnością. Planuje się rozszerzenie zakresu wypożyczalni sprzętów oraz oprogramowania do testowania przez osoby korzystające ze wsparcia. Utrzymana zostanie możliwość zdalnego kontaktu z OWiT pięć dni w tygodniu oraz stacjonarne funkcjonowanie przez trzy dni w tygodniu. Szczególny nacisk jest położony na wsparcie seniorów z niepełnosprawnościami oraz opiekunów rodzinnych w zakresie wykorzystywania nowoczesnych technologii. OWiT wspiera wyszukiwanie i kierowanie beneficjentów na specjalistyczne szkolenia związane z technologiami asystującymi.

Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademii Humanitas

Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademii Humanitas w Sosnowcu to inicjatywa skierowana do osób powyżej 50 roku życia, której celem jest poprawa jakości życia seniorów poprzez edukację, aktywizację i rozwój osobisty. Uczestnictwo w Uniwersytecie Trzeciego Wieku umożliwia zdobywanie nowej wiedzy, rozwijanie zainteresowań oraz nawiązywanie relacji społecznych, co przeciwdziała samotności i marginalizacji osób starszych. W 2024 roku zrealizowano 28 wykładów odbywających się co najmniej trzy razy w miesiącu oraz 7

cyklicznych warsztatów, m.in. z języka angielskiego, obsługi smartfona, jogi, technik pamięci, zdrowego kręgosłupa i zajęć komputerowych. Prowadzone były także zajęcia dodatkowe, takie jak śpiewanki, kluby tematyczne (brydżowy, fotograficzny, gier planszowych) i warsztaty rękodzielnicze. Uniwersytet Trzeciego Wieku organizował liczne wycieczki i wyjścia kulturalne – w 2024 roku odbyło się 32 takie wydarzenia, m.in. do Beskidów, Wisły, Żywca, Raciborza, Egzotarium, kina, teatrów i muzeów. Seniorzy wzięli również udział w projekcie ekologicznym „Ochrona zwierząt – ptactwo w naszym mieście”, w ramach którego powstało 12 budek lęgowych. Zrealizowano warsztaty z budowania budek, wykłady ornitologiczne i spacer edukacyjny. W ramach działań prozdrowotnych przeprowadzono zajęcia fizyczne z fizjoterapeutą – joga (4 grupy) i zdrowy kręgosłup (6 grup), a także badania w ramach programu „Profilaktyka 40+” z udziałem ok. 100 osób. Uniwersytet Trzeciego Wieku wspiera tworzenie grup samopomocowych oraz klubów zainteresowań, które zrzeszają łącznie 100 seniorów. Działalność uczelni wpisuje się w realizację Polityki Senioralnej Miasta Sosnowca, m.in. poprzez promowanie zdrowego stylu życia, rozwój społeczny i aktywizację fizyczną. Ważnym elementem działań była współpraca z instytucjami takimi jak Zakład Ubezpieczeń Społecznych czy placówki medyczne, które wspierają edukację seniorów. Uniwersytet Trzeciego Wieku promuje ideę uczenia się przez całe życie oraz dostęp do nowoczesnych technologii i wiedzy. Uczelnia zapewnia odpowiednie warunki do zajęć, w tym wyposażenie w sprzęt sportowy i dydaktyczny. W 2024 roku słuchacze wzięli udział w Zagłębiowskim Maratonie Nauki, promującym praktyczną wiedzę naukową w codziennym życiu. Całość działań Uniwersytetu Trzeciego Wieku koncentruje się na integracji międzypokoleniowej, aktywności społecznej i wszechstronnym wsparciu seniorów.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku Uniwersytet Trzeciego Wieku działający przy Akademii Humanitas planuje kontynuację regularnych wykładów odbywających się co najmniej trzy razy w miesiącu oraz dalszy rozwój oferty warsztatów fakultatywnych, takich jak język angielski, obsługa telefonu komórkowego, techniki pamięciowe, joga i zajęcia „zdrowy kręgosłup”. Utrzymana zostanie działalność tematycznych klubów zainteresowań, między innymi klubu brydżowego, fotograficznego, muzycznego oraz klubu gier planszowych, które sprzyjają integracji społecznej i wspólnemu rozwijaniu pasji. Planowane są również liczne wycieczki edukacyjne i kulturalne oraz działania z zakresu profilaktyki zdrowotnej, w tym organizacja zajęć ruchowych z udziałem fizjoterapeuty i przeprowadzanie badań w ramach programów zdrowotnych. Uniwersytet zamierza kontynuować realizację projektów edukacyjno-

ekologicznych, takich jak budowanie budek lęgowych dla ptaków i organizacja spacerów ornitologicznych. Istotnym elementem działalności będzie także wzmacnianie więzi międzypokoleniowych oraz współpraca z lokalnymi instytucjami kultury, nauki i ochrony zdrowia. Placówka będzie w dalszym ciągu promować ideę edukacji przez całe życie, rozwój osobisty seniorów oraz ich aktywne uczestnictwo w życiu społecznym. Wszystkie działania mają na celu podnoszenie jakości życia osób starszych, przeciwdziałanie ich wykluczeniu oraz budowanie środowiska sprzyjającego aktywnemu i godnemu starzeniu się.

Uniwersytet Trzeciego Wieku Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach

Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wydziale Nauk Farmaceutycznych w Sosnowcu Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach to edukacyjno-społeczna inicjatywa skierowana do osób starszych, promująca aktywne starzenie się. Celem uniwersytetu jest nie tylko rozwój intelektualny i zdrowotny seniorów, ale także ich integracja społeczna i uczestnictwo w życiu lokalnym. Program oferuje wykłady, warsztaty i konsultacje prowadzone przez nauczycieli akademickich, co zapewnia wysoki poziom merytoryczny zajęć. W 2024 roku zrealizowano 13 inicjatyw edukacyjnych, a w zajęciach uczestniczyło 109 seniorów, w tym 18 osób w zajęciach gimnastycznych. W sali gimnastycznej Wydziału udostępniono seniorom 10 rodzajów urządzeń sportowych, co wspierało ich aktywność fizyczną. Prowadzono wykłady i konsultacje dotyczące profilaktyki zdrowotnej, racjonalnego stosowania leków oraz dbałości o zdrowie w starszym wieku. Działalność uniwersytetu wpisuje się w pierwszy cel Polityki Senioralnej Miasta Sosnowca, wspierając aktywność i zdrowy styl życia seniorów. Nie zrealizowano natomiast działań związanych z budżetem obywatelskim, wolontariatem czy klubami seniora, ponieważ nie należą one do statutowych zadań uczelni. Uniwersytet uczestniczył jednak w wydarzeniach kulturalnych, takich jak koncerty

w Narodowej Orkiestrze Symfonicznej Polskiego Radia, promując starość jako wartościowy etap życia. Nie prowadzono kampanii społecznych ani konkursów dotyczących ageizmu, ale uczelnia deklaruje możliwość podjęcia takich działań w przyszłości przy współpracy z innymi instytucjami. Uniwersytet Trzeciego Wieku zapewnia seniorom możliwość aktywnego uczestnictwa w edukacji przez całe życie. Zajęcia wspierają rozwój pamięci, koncentracji oraz sprawności poznawczej. Uczestnictwo w programie przeciwdziała izolacji społecznej i samotności. Działalność uniwersytetu wspiera również pozytywny wizerunek starości i promuje dobre praktyki w zakresie profilaktyki zdrowotnej. W przyszłości rozważane jest poszerzenie działań o nowe formy współpracy i programy wspierające seniorów.

Plany na 2025 r.

W kolejnych latach planujemy na bieżąco organizować i realizować działania odpowiadające na aktualne potrzeby i oczekiwania Seniorów, dostosowując naszą ofertę do zmieniających się wyzwań związanych ze starzejącym się społeczeństwem.

Sosnowiecka Sieć Szerokopasmowa

1 sierpnia 2017r. na terenie Sosnowca uruchomiony został bus do przewozu Seniorów. Prawo do korzystania z przewozu mają mieszkańcy Sosnowca posiadający imienną kartę seniora i/lub osoby, które ukończyły 60 rok życia. Bus przewozi Seniorów wyłącznie do placówek służby zdrowia znajdujących się w granicach Sosnowca i miast ościennych oraz wydziałów Urzędu Miasta Sosnowca. Przewoźnikiem świadczącym usługę przewozową seniorów od 1.08.2023 r. jest Sosnowiecka Sieć Szerokopasmowa. Przewozy dla Seniorów są świadczone w dni robocze w godz. od 7.00 do 20.00. Zgłoszenia przyjmowane są pod numerem tel. 603-132-723 z co najmniej jednodniowym wyprzedzeniem, w dni robocze od godz. 8.00 do godz. 12.00. Oczywiście jest możliwość zamówienia przewozu w tym samym dniu, pod warunkiem, że bus ma jeszcze wolne miejsca. Opłaty za przejazd wynoszą 5 zł z kartą seniora i 7 zł dla osób bez karty seniora (przejazd poza granicami administracyjnymi Sosnowca – dodatkowo płatny 1 zł za każdy przejechany kilometr.)

Plany na 2025 r.

W 2025 roku dalej funkcjonuje bus dla seniorów, który realizuje przewozy do placówek służby zdrowia oraz wydziałów Urzędu Miasta Sosnowca.

Komenda Miejska Policji

W Sosnowcu zrealizowano cztery kampanie społeczne skierowane głównie do seniorów i ich opiekunów. Kampania „Stop włamaniom do domów” miała na celu zwiększenie bezpieczeństwa mieszkań w okresie wakacyjnym, zwłaszcza na terenach ogródków działkowych. W ramach ogólnopolskiej kampanii „Znam te numery” edukowano seniorów i ich rodziny w zakresie przeciwdziałania oszustwom telefonicznym. Inicjatywa „Bezpiecznie, zdrowo, bezgotówkowo”, prowadzona wspólnie z ZUS, promowała wiedzę konsumencką i ostrzegała przed nieuczciwymi praktykami. Kampania „Nie reagujesz – akceptujesz” koncentrowała się na przeciwdziałaniu przestępstwom pospolitym i wzmocnieniu obywatelskiej reakcji na przestępstwa. W sumie odbyło się 131 spotkań, w których uczestniczyło łącznie 2 380 osób. Działania te realizowano we współpracy

z licznymi partnerami lokalnymi, w tym bibliotekami, parafiami, spółdzielniami i domami seniora.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest kontynuowanie działań edukacyjnych i prewencyjnych poprzez realizację kolejnych kampanii społecznych skierowanych do seniorów i ich opiekunów. Priorytetem będzie dalsze zwiększanie świadomości na temat bezpieczeństwa, przeciwdziałania oszustwom oraz promowanie zachowań obywatelskich, we współpracy z lokalnymi instytucjami i organizacjami. Zakłada się przeprowadzenie spotkań informacyjnych z udziałem seniorów, z naciskiem na aktywizację środowisk lokalnych i rozszerzenie zasięgu działań na kolejne osiedla i placówki.

Powiatowy Urząd Pracy

Powiatowy Urząd Pracy w Sosnowcu realizuje działania w ramach priorytetu 1.3, wspierając rozwój kompetencji zawodowych osób 50+. Sfinansowano łącznie 26 szkoleń zawodowych dla 20 uczestników oraz studia podyplomowe dla 4 osób w wieku powyżej 50 lat. Działania te miały na celu zwiększenie aktywności zawodowej seniorów poprzez zdobywanie nowych umiejętności przydatnych na rynku pracy. W ramach priorytetu 4.3 dotyczącego rozwoju teleopieki, nie zrealizowano żadnych szkoleń z powodu braku zainteresowania ze strony potencjalnych uczestników. Mimo dostępnych środków finansowych, nie zgłoszono żadnych chętnych do udziału w kursach z zakresu tworzenia firm teleopieki.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku Powiatowy Urząd Pracy w Sosnowcu planuje kontynuować wsparcie dla osób powyżej 50 roku życia poprzez finansowanie szkoleń zawodowych i studiów podyplomowych, dostosowanych do potrzeb rynku pracy. Z dniem 1 czerwca 2025r., wchodzi ustawa z dnia 20 marca 2025r. o rynku pracy i służbach zatrudnienia Dz.U z 2025 poz. 620 pozwalająca na wprowadzenie możliwości dofinansowania zatrudnienia emeryta.

Jednocześnie zaplanowane zostaną działania informacyjne i promujące tematykę teleopieki, aby zwiększyć świadomość i zainteresowanie udziałem w szkoleniach w tym obszarze.

Wydział Polityki Społecznej

Program „Aktywny Senior 60+” skierowany jest do osób które ukończyły 60 rok życia i mieszkają na terenie miasta Sosnowca. Program realizowany jest od 1 stycznia 2014 roku. Został przyjęty Uchwałą Rady Miejskiej w Sosnowcu Nr 676/XXXVIII/2013 z dnia 23 maja 2013 r. Program „Aktywny Senior 60+” polega na udzielaniu przez firmy, punkty usługowe, placówki handlowe, które są partnerami Programu, szeregu zniżek, rabatów i ulg wszystkim jego uczestnikom. Potwierdzeniem udziału w Programie jest imienna Karta, którą seniorzy otrzymują po złożeniu stosownego wniosku w Wydziale Polityki Społecznej. Wzór Karty określony jest w Zarządzeniu Nr 941 Prezydenta Miasta Sosnowca z dnia 6 sierpnia 2013r. w sprawie: zasad wydawania karty, przystępowania oraz uczestnictwa w Programie „Aktywny Senior 60 +”. Od momentu realizacji do nadal do projektu przystąpiło 21 592 seniorów.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest dalsze prowadzenie Programu „Aktywny Senior 60+” poprzez utrzymanie i rozszerzanie sieci partnerów oferujących zniżki oraz aktywną promocję programu wśród nowych seniorów. Zakłada się także kontynuację wydawania imiennych Kart Seniora oraz działania informacyjne zwiększające świadomość mieszkańców o korzyściach płynących z uczestnictwa w programie.

Złota Rączka dla Seniora

Celem projektu jest podniesienie oraz poprawa jakości życia poprzez zapewnienie seniorom dostępu do bezpłatnych usług w zakresie drobnych napraw domowych. Z pomocy korzystają seniorzy miasta Sosnowca, którzy ukończyli 70 rok życia, a którym często trudno jest poradzić sobie z domowymi naprawami, a nie zawsze mogą liczyć na wsparcie bliskich osób. Realizatorem zadania jest Sosnowiecka Spółdzielnia Socjalna S3 w Sosnowcu ul. Generała Grota Roweckiego 2, wyłoniona w drodze otwartego konkursu ofert. Zlecenie usługi przyjmowane jest telefonicznie pod numerem telefonu 511-978-471 w Wydziale Polityki Społecznej Urzędu Miejskiego w Sosnowcu, od poniedziałku do czwartku w godzinach od 9.00 do 14:00 oraz w piątek w godzinach od 9.00 do 11:00. Program cieszy się ogromnym zainteresowaniem wśród seniorów. Od 10 kwietnia br. na dzień 31.12.2024 r. przyjęto 307 zleceń.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest kontynuowanie projektu zapewniającego bezpłatne usługi drobnych napraw domowych dla mieszkańców Sosnowca, którzy ukończyli 70. rok życia, przy współpracy z Sosnowiecką Spółdzielnią Socjalną S3. Ze względu na duże zainteresowanie seniorów, przewiduje się utrzymanie dotychczasowego systemu zgłoszeń telefonicznych oraz rozważenie zwiększenia dostępności usług w przypadku wzrostu liczby zleceń.

Sosnowieckie Dni Seniora

Sosnowieckie Dni Seniora odbywają się w mieście od 2016 roku. Organizowane są pod patronatem Prezydenta Miasta Sosnowca – Arkadiusza Chęcińskiego. Podczas trwania całej imprezy na scenie odbywają się liczne występy sceniczne i artystyczne. Seniorzy biorą udział w licznych konkursach i turniejach organizowanych na scenie jak również poza nią. Co roku na zwieńczenie Dni Seniora jest występ gwiazdy – śpiewali już dla nas Silver Dance, Grzegorz Majzel, Elize, Piotr Olszewski, Krzysztof Respondek oraz miejscowi soliści. Dodatkową atrakcją dla Seniorów jest możliwość skorzystania z badań, porad medycznych, które świadczyli m.in. Szpital Miejski w Sosnowcu, Synexus, Amplifon. Co roku w ramach Dni Seniora odbywają się również imprezy towarzyszące m.in. rajd rowerowy, zawody pływackie, nordic walking, gra miejska. Średnio w Dniach Seniora bierze udział ok. 300 – 500 osób.

- Po raz pierwszy w listopadzie 2024 roku w Siedlisko Stawiki zorganizowano Zabawę Andrzejkową dla Seniorów - w klimacie andrzejkowych wróżb, przy muzyce na żywo oraz poczęstunek.
- Co roku w miesiącu grudniu odbywa się Wigilia dla przedstawicieli środowisk senioralnych. Seniorzy spotykają się przy wspólnym stole, dzielą opłatkiem i degustują tradycyjne dania wigilijne. Nie brakuje też wspólnego kolędowania.

W latach 2022 - 2024 w Siedlisko Stawiki odbywało się Grillowanie z Seniorami. Seniorom towarzyszyła zabawa przy muzyce na żywo oraz poczęstunek.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest organizacja Grillowania z Seniorami oraz Sosnowieckich Dni Seniora, obejmujących występy artystyczne, konkursy, turnieje oraz wydarzenia towarzyszące. Tradycyjnie odbędzie się również Wigilia dla przedstawicieli środowisk seniorskich oraz Zabawa Andrzejkowa i letnie Grillowanie z Seniorami z muzyką na żywo i poczęstunkiem.

Sosnowiecki Klub Integracji Międzypokoleniowej

Sosnowiecki Klub Integracji Międzypokoleniowej (SKIM) to projekt, który zakłada lepsze wykorzystanie istniejącej już infrastruktury miejskiej do realizacji nowych inicjatyw w perspektywie wieloletniej. W tym wypadku, chodzi o zachęcenie młodzieży i seniorów do wspólnych działań, w ramach których obie grupy mogłyby wspólnie realizować swoje pasje i uczyć się od siebie wzajemnie. Sosnowiecki Klub Integracji Międzypokoleniowej opiera się na zasadzie współpracy międzypokoleniowej – wymiana doświadczeń i wzajemna nauka nowych rzeczy tj. jak szydełkowanie, kurs obsługi komputera, haftowanie na ubraniach, wspólne wieczory filmowe, kursy. Podmiotami odpowiedzialnymi są Wydział Polityki Społecznej oraz Wydział Kultury i Promocji. W ramach projektu odbyły się takie wydarzenia jak: zajęcia z jogi, zajęcia z tai chi, warsztaty malowania woskiem, zajęcia z rękodzieła. Członkowie Sosnowieckiego Klubu Integracji Międzypokoleniowej spotykają się przy ul. Modrzejowskiej 42.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest dalsze rozwijanie działalności Sosnowieckiego Klubu Integracji Międzypokoleniowej poprzez organizację wspólnych zajęć dla młodzieży i seniorów, takich jak kursy komputerowe, warsztaty rękodzieła, szydełkowania, haftowania oraz wieczory filmowe. Kontynuowane będą także zajęcia z jogi, tai chi oraz nowe formy aktywności twórczej i edukacyjnej promujące wymianę międzypokoleniową. Spotkania odbywać się będą regularnie w przestrzeni przy ul. Modrzejowskiej 42, z udziałem Wydziału Polityki Społecznej oraz Wydziału Kultury i Promocji.

Program „Pudełko Życia”

„Pudełko życia” to projekt realizowany w ramach programu „Aktywny Senior 60+”. Skierowany jest on do osób powyżej 60-tego roku życia, chorych, samotnych, niepełnosprawnych. Istotą „Pudełka życia” jest przyspieszenie dotarcia do kluczowych informacji ratujących życie, usprawnienie pracy ratowników medycznych, skrócenie czasu udzielania pomocy medycznej w domu osoby wzywającej pomoc. Projekt polega na tym, iż w symbolicznym pudełku lub innym opakowaniu (np. słoik, puszka), oznakowanym charakterystyczną naklejką, umieszczane są niezbędne informacje o rodzaju choroby, zażywanych lekarstwach przez daną osobę, informacje o kontakcie z bliskimi. Oznakowane naklejką opakowanie umieszczane jest w lodówce (jak wskazują statystyki prawie 100%

gospodarstw domowych jest wyposażonych w ten sprzęt AGD), znajdującej się w mieszkaniu właściciela danego pudełka życia. Na drzwiach lodówki zostaje naklejone takie samo oznakowanie, jak na opakowaniu. Umożliwi to szybkie odnalezienie pudełka przez ratowników medycznych. „Pudełko życia” wydawane jest wszystkim chętnym uczestnikom Programu „Aktywny Senior 60+” oraz na życzenie rodzinom ludzi starszych. W roku 2024 r. wydano 500 pudełek życia.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest kontynuowanie realizacji projektu „Pudełko życia” w ramach programu „Aktywny Senior 60+”, z celem wydania kolejnych zestawów osobom starszym, samotnym i niepełnosprawnym. Działania będą obejmować promocję projektu wśród seniorów oraz ich rodzin, a także współpracę z placówkami medycznymi, opiekunami społecznymi i organizacjami senioralnymi w celu zwiększenia dostępności i świadomości. Projekt nadal będzie opierał się na prostym, a jednocześnie skutecznym rozwiązaniu, które wspomaga pracę służb ratowniczych i skraca czas udzielania pomocy medycznej w nagłych sytuacjach.

Rada Seniorów Miasta Sosnowca

Rada Seniorów jest organem doradczym, konsultacyjnym i inicjatywnym, który wspiera miasto w realizacji polityki senioralnej. Posiedzenia rady odbywają się na sesjach raz w miesiącu, a członkowie rady działają w utworzonych przez siebie komisjach. Obsługa administracyjno-techniczna funkcjonującej w mieście Rady Seniorów realizowana jest w Wydział Polityki Społecznej.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku planowane jest kontynuowanie działalności Rady Seniorów jako organu wspierającego miasto w realizacji polityki senioralnej poprzez comiesięczne sesje oraz pracę w komisjach tematycznych. Rada będzie inicjować nowe działania na rzecz seniorów, konsultować miejskie projekty i aktywnie uczestniczyć w tworzeniu rozwiązań wspierających osoby starsze. Obsługę administracyjno-techniczną Rady nadal zapewniać będzie Wydział Polityki Społecznej. W grudniu 2025 roku odbędą się wybory do kolejnej kadencji Rady Seniorów miasta Sosnowca.

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

Miasto Sosnowiec realizuje działania na rzecz seniorów, koncentrując się na promowaniu zdrowego i aktywnego stylu życia oraz integracji społecznej osób starszych.

Regularnie odbywają się zajęcia ruchowe dla mieszkańców powyżej 60. roku życia, a seniorzy korzystają z preferencyjnych cen wejść na obiekty Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji oraz z karty „Aktywnego Seniora”. Modernizowano infrastrukturę sportową z myślą o seniorach – montowano poręcze, dostosowywano toalety i przebieralnie, a także rozbudowywano siłownię plenerowe. Seniorzy uczestniczą w cyklicznych wydarzeniach, takich jak Sosnowieckie Dni Seniora, turnieje gry w boule, zawody nordic walking oraz imprezy biegowe z kategoriami wiekowymi 60+. W ramach programu „Blżej Siebie – Razem nad wodą” osoby starsze biorą udział w spływach kajakowych oraz zajęciach aquaspiningu, korzystając również z możliwości wypożyczenia sprzętu wodnego. Działania integracyjne realizowane są we współpracy z Radą Seniorów, domami kultury i organizacjami senioralnymi. Wszystkie te inicjatywy mają na celu przeciwdziałanie osamotnieniu, poprawę kondycji zdrowotnej oraz zwiększenie aktywności społecznej seniorów.

Plany na 2025 r.

W 2025 roku miasto Sosnowiec planuje kontynuować promocję zdrowego stylu życia wśród seniorów poprzez organizację regularnych zajęć ruchowych dla osób powyżej 60. roku życia oraz utrzymanie preferencyjnych cen wstępu na obiekty Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji. W ramach inwestycji planowana jest modernizacja infrastruktury sportowej z uwzględnieniem potrzeb osób starszych, w tym montaż poręczy, dostosowanie toalet i rozbudowa siłowni plenerowych. Realizowane będą wydarzenia sportowo-integracyjne, takie jak zawody nordic walking, spływy kajakowe i zajęcia aquaspiningu w ramach programu „Blżej Siebie – Razem nad wodą”. Działania te będą prowadzone we współpracy z Radą Seniorów, domami kultury i organizacjami senioralnymi w celu zwiększenia integracji społecznej i przeciwdziałania osamotnieniu seniorów.

Polityka senioralna w Sosnowcu stanowi odpowiedź na rosnące potrzeby starzejącego się społeczeństwa i koncentruje się na poprawie jakości życia osób starszych. Miasto podejmuje szereg działań wspierających aktywność seniorów, ich integrację społeczną oraz profilaktykę zdrowotną. Istotnym elementem są również planowane inicjatywy prewencyjne, mające na celu przeciwdziałanie izolacji oraz promowanie samodzielności osób starszych. Długofalowe podejście do wyzwań demograficznych pozwoli lepiej przygotować Sosnowiec

na

i

z

a

p

e

w

n

i

ć

s

e

n

i

o

r

o

m

g

o

d

n

e

w

a

r

u

n

k

i

ż

y

c

i