



**Magiczny
Kraków**

Ruszają Centra Aktywności Seniorów!

2015-07-03

Zajęcia z prawa, aby starsze osoby nie padały łupem oszustów, nauka nowoczesnych technologii, by umiały kupić bilet w autobusie i zapłacić za niego kartą, kursy komputerowe, nauka angielskiego, zajęcia sportowe, by zachować dobrą kondycję, warsztaty zdrowego żywienia, wolontariat – to tylko część bogatej oferty, którą przygotowały dla osób w wieku 60+ Centra Aktywności Seniorów (CAS-y). Jedno z nich - CAS Akademii Pełni Życia przy ul. Rzeźniczej 2a odwiedził w czwartek (2 lipca) Prezydent Krakowa Jacek Majchrowski.

- Wszystkie prognozy demograficzne wskazują na to, że społeczeństwo się starzeje i osób w wieku senioralnym przybywa. Nie ulega wątpliwości, że trzeba tym osobom zapewnić miejsca, gdzie będą mieli możliwość spędzania wolnego czasu, którego mają dosyć dużo. Aczkolwiek każdy senior, którego znam, mówi, że na emeryturze ma mniej czasu niż wtedy gdy pracował – powiedział Prezydent Jacek Majchrowski.

W lipcu 2013 r. Prezydent Jacek Majchrowski, jako drugi z prezydentów polskich miast, podpisał Deklarację Dublińską, oświadczając podjęcie intensywnych działań Miasta na rzecz wysokiej jakości życia osób starszych. Jednym z celów było tworzenie miejsc służących integracji społecznej i aktywności seniorów.

- Rozpoczęliśmy działalność bardzo różnego typu. Wystarczy zwrócić uwagę na domy pomocy społecznej, do których można się dostać w zasadzie z marszu czyli w bardzo krótkim czasie. To jest bardzo ważne zwłaszcza dla rodzin osób w podeszłym wieku. Ale także osoby, które funkcjonują w pełni sprawnie potrzebują aktywności. I to właśnie dla nich powstają centra aktywności seniorów – dodał Prezydent.

Miasto wraz z Radą Krakowskich Seniorów i Krakowskim Centrum Seniora przygotowało Program Aktywności i Integracji Społecznej Seniorów przyjęty uchwałą Rady Miasta Krakowa na początku tego roku. W programie znalazła się sieć finansowanych przez Miasto Centrów Aktywności Seniora. Cała sieć ma liczyć 54 kluby – po trzy w każdej dzielnicy Krakowa. Poprowadzą je wybrane w otwartym konkursie ofert krakowskie organizacje pozarządowe. Zajęcia będą mogli prowadzić także sami seniorzy na zasadzie wolontariatu.

Środki na realizację Programu Aktywności Społecznej i Integracji Osób Starszych zostały zaplanowane w budżecie na 2015 rok w wysokości 1 mln zł oraz w Wieloletniej Prognozie Finansowej.

Od 1 lipca CAS-y zapraszają seniorów, którzy chcieliby uczyć się nowych rzeczy, podnosić kondycję psychiczną i fizyczną oraz działać na rzecz dobra wspólnego. Listę centrów oraz oferowanych przez nie zajęć można znaleźć na stronie internetowej: www.dlaseniora.krakow.pl oraz www.krakow.pl.

Jednocześnie trwa kolejny nabór dla organizacji pozarządowych zainteresowanych prowadzeniem Centrów, których otwarcie planowane jest na 2016 r.

Pierwsze Centra Aktywności Seniorów powstaną w Krakowie:



**Magiczny
Kraków**

- Dzielnica I

Polski Związek Emerytów i Rencistów, Zarząd Oddziału Rejonowego Kraków Śródmieście II, ul. Krowoderska 4, tel. 12 422-84-71;

Kościół dla Miasta Krakowa, ul. Berka Joselewicza 28, tel. 502 314 995;

- Dzielnica II

Akademia Pełni Życia, ul. Rzeźnicza 2, tel. 12 294-81-35;

- Dzielnica V

Polski Komitet Pomocy Społecznej, ul. Sienkiewicza 2a, tel. 12 634-51-57;

- Dzielnica VI

Stowarzyszenie "LAJKONIK", ul. Bandtkiego 19, tel. 12 637-29-44 wew. 202;

- Dzielnica XVII

Fundacja Nowe Centrum, os. Słoneczne 14, tel. 698 138 948.

Kraków jest miastem, które o seniorach nie zapomina. Wystarczy odwiedzić stronę internetową Magicznego Krakowa i w zakładce „Kraków dla seniorów” można znaleźć ofertę, która została przygotowana w naszym mieście z myślą o najstarszych jego mieszkańcach. Nie brakuje też propozycji Uniwersytetów Trzeciego Wieku, wydarzeń organizowanych przez placówki kultury. W czerwcu odbyły się w Krakowie drugie Ogólnopolskie Senioralia. Kraków ma Radę Krakowskich Seniorów – w przeciwieństwie do innych rad w polskich gminach – została wybrana demokratycznie, poprzez głosowanie, a nie mianowanie. Inicjatorem powołania Rady był Prezydent Krakowa.

W mieście działają Kluby Seniora. Skupiają osoby starsze, które chcą wspólnie działać i spędzać ze sobą czas. W Krakowie takich klubów działa 50. Ponadto na terenie miasta działa blisko 55 organizacji pozarządowych, których działalność dotyczy zagadnień związanych z potrzebami osób starszych. W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Krakowie prowadzone są Ośrodki Wsparcia dla Osób Starszych. Placówki świadczą osobom starszym określone usługi, pomoc i porady.

Na os. Centrum C 10 działa powołane przez Prezydenta Krakowskie Centrum Seniora - miejsce skupiające seniorów wolontariuszy, którzy chcą działać na rzecz integracji i aktywizacji krakowskiego środowiska senioralnego. W ub. r. prowadzona była Letnia Akademia Seniora. W spotkaniach wzięło udział 650 osób. Niedługo ruszy druga edycja akcji. Obecnie Centrum realizuje zajęcia artystyczne i rozwijające aktywność fizyczną, które cieszą się dużym zainteresowaniem.

Od kilku lat prowadzona jest akcja „Miejsce przyjazne seniorom”. Jej celem jest promowanie miejsc przyjaznych seniorom, w których osoby starsze czują się miło i swobodnie, są godnie traktowane i obsługiwane.



**Magiczny
Kraków**

Ponadto Biuro ds. Ochrony Zdrowia UMK realizuje Miejski Program Ochrony Zdrowia „Zdrowy Kraków 2013 – 2015”, w ramach którego realizowane są programy: szczepień przeciwko grypie po 65. roku życia, prewencji otyłości, cukrzycy typu 2, nadciśnienia i miażdżycy, a także program zdrowotny w zakresie prewencji i wykrywania chorób układu krążenia w populacji mieszkańców województwa małopolskiego.

Kraków korzysta z najlepszych doświadczeń europejskich w zakresie polityki senioralnej. Miasto jest od roku 2011 sygnatariuszem Deklaracji Dublińskiej. Ponadto w 2013 r. Kraków przystąpił do sieci AGE Platform Europe, współpracującej z WHO i realizuje projekt „Innowacyjne Sieci Tematyczne na rzecz otoczenia przyjaznego dla osób starszych w Unii Europejskiej” - AFE-INNOVNET. Ma on na celu rozszerzenie sieci tematycznej wspierającej środowiska przyjazne osobom starszym, przedstawienie innowacyjnych praktyk na rzecz osób starszych innym uczestnikom projektu oraz wykorzystanie doświadczeń w celu tworzenia systemowych rozwiązań w zakresie polityki senioralnej. Dzięki tym działaniom nasze Miasto będzie aktywnym członkiem Paktu na Rzecz Zmian Demograficznych - programu partnerskiego Komisji Europejskiej i Globalnej Sieci Miast i Gmin Przyjaznych Starszemu Wiekowi WHO. Porozumienie w ramach Paktu ułatwi i zwiększy powiązania pomiędzy różnymi poziomami realizacji polityki senioralnej: europejskim, krajowym, regionalnym i lokalnym.

GALERIA: