



## **Emerytura i co dalej?**

2026-08-26

**Jak połączyć emeryturę z aktywnością zawodową? Na jakich zasadach można świadczyć pracę? Co z dalszym rozwijaniem kompetencji i zainteresowań? Osoby, które chcą uzyskać odpowiedzi na te i na wiele innych pytań, powinny odwiedzić Krakowskie Biuro Karier Seniorów i Seniorek.**

Biuro powstało w ramach pilotażowego programu, który Gmina Miejska Kraków realizuje z Grodzkim Urzędem Pracy oraz we współpracy z Radą Krakowskich Seniorów. Mieści się przy ul. Dekerta 24 i jest czynne we wtorki i środy w godz. 11.00–14.00. Seniorzy mogą tam bezpłatnie skorzystać z indywidualnych konsultacji, spotkań informacyjnych i zajęć grupowych.

– Pierwsze spotkania pokazują, że seniorzy coraz częściej traktują zakończenie pełnoetatowej pracy nie jako koniec aktywności zawodowej, ale jako etap poszukiwania nowych możliwości – pracy w mniejszym wymiarze, działań społecznych, dzielenia się doświadczeniem oraz rozwijania własnych zainteresowań – mówi Marta Wodyńska, pełnomocniczka prezydenta Krakowa ds. polityki senioralnej. W pierwszych tygodniach funkcjonowania biura z indywidualnego wsparcia doradców zawodowych oraz doradców ds. zatrudnienia korzystały osoby głównie ze średnim i wyższym wykształceniem, które szukają przede wszystkim pracy administracyjno-biurowej, związanej z obsługą klienta, opieką nad dziećmi lub seniorami czy ochroną mienia. – Część uczestników wskazywała potrzebę zatrudnienia w niepełnym wymiarze czasu pracy, elastycznych godzin pracy lub pracy możliwej do pogodzenia z innymi aktywnościami żywymi – dodaje Wodyńska.

W lipcu i sierpniu odbyły się też warsztaty poświęcone planowaniu aktywności zawodowej i społecznej po osiągnięciu wieku emerytalnego oraz możliwości wykorzystania własnego doświadczenia i kompetencji.

Dane pokazują, że w Krakowie coraz więcej seniorów pracuje także na emeryturze: w 2025 r. było to 9,9 proc. mieszkańców Krakowa w wieku 65–89 lat, rok wcześniej – 7,4 proc. Rośnie też aktywność zawodowa osób zbliżających się do wieku emerytalnego. Wśród Krakowian w wieku 55–64 lat wskaźnik zatrudnienia osiągnął w 2025 r. 72,3 proc. wobec 66,7 proc. rok wcześniej.

W ramach projektu Grodzki Urząd Pracy w Krakowie będzie pozyskiwał oferty od pracodawców otwartych na zatrudnianie seniorów i pomagał zainteresowanym osobom w dotarciu do propozycji odpowiadających ich doświadczeniu, kwalifikacjom i możliwościom.

Szczegółowy harmonogram spotkań Krakowskiego Biura Karier Seniorów i Seniorek można znaleźć na stronie internetowej Grodzkiego Urzędu Pracy: [gupkrakow.praca.gov.pl](https://gupkrakow.praca.gov.pl), i na stronie: [dlaseniorka.krakow.pl](https://dlaseniorka.krakow.pl).