



Fundusze Europejskie  
dla Śląskiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Województwo  
Śląskie

## Projekt KOALA- Klub Seniora

Realizator projektu: Szpital Geriatryczny w Katowicach

Partner projektowy: Fundacja Patroni

Październik 2025

Od **1 października 2025 roku** nowa grupa uczestników rozpoczęła swoją przygodę z Klubem Seniora z projektu **KOALA**. Uczestnicy z entuzjazmem włączyli się do wspólnych aktywności, które sprzyjają integracji, poprawie kondycji oraz rozwijaniu zainteresowań.

Jednym z elementów programu są zajęcia ruchowe „**Marszem do sprawności**”, podczas których klubowicze bardzo chętnie chodzą z kijkami nordic walking. Za szpitalem znajduje się piękny teren leśny z jeziorami, który stanowi idealne miejsce do rekreacji i kontaktu z naturą. Regularne spacerują wpływają pozytywnie na samopoczucie uczestników i sprzyjają budowaniu relacji w grupie.

**23 października 2025 roku** wykorzystaliśmy piękną, słoneczną pogodę i wspólnie spędziliśmy czas w **Ogrodach Kapias** oraz nad **Jezioro Łąka w Wiśle Wielkiej**. Chętni uczestnicy mieli okazję popływać łódką, a następnie wszyscy wzięli udział w pikniku na świeżym powietrzu. Był to dzień pełen uśmiechu, rozmów i wspólnej zabawy, który na długo pozostanie w pamięci klubowiczów.

W październiku seniorzy uczestniczyli także w zajęciach prowadzonych przez **psychologa, dietetyczkę i pielęgniarkę**. Spotkania te miały charakter edukacyjny i wspierający – poruszano tematy związane ze zdrowiem fizycznym i psychicznym, zdrowym odżywianiem oraz profilaktyką chorób. Uczestnicy chętnie brali udział w dyskusjach i zadawali pytania specjalistom.

Październik był czasem aktywności, poznawania się i wspólnego spędzania czasu w przyjaznej atmosferze. Nowa grupa szybko się zintegrowała, a zajęcia organizowane w ramach Klubu Seniora projektu **KOALA** cieszyły się dużym zainteresowaniem i zaangażowaniem uczestników.

Projekt „Realizacja usług klubu seniora, opieki środowiskowej i usług asystenckich dla osób starszych i niepełnosprawnych z terenu Miasta Katowice i Sosnowiec.” jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Biuro Projektu: EMC Silesia sp. z o.o. | Centrum Badawczo-Rozwojowe | ul. Morawa 31 | 40-353 Katowice, Budynek A, IIp. | tel. 032 763 89 53 | e-mail: [katowice@emc-sa.pl](mailto:katowice@emc-sa.pl) | [www.katowice.emc-sa.pl](http://www.katowice.emc-sa.pl)

Partner projektowy: Fundacja Patroni ul. Morawa 31, 40-353 Katowice; NIP: 9542872675; REGON: 528884600; KRS: 0001109695  
Rachunek bankowy: 66 1600 1462 1718 2649 8000 0001.  
[www.patroni.pl](http://www.patroni.pl)



Fundusze Europejskie  
dla Śląskiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Województwo  
Śląskie



## Chcesz wesprzeć realizację celów statutowych Fundacji?

Wpłać dowolną wartość darowizny na rachunek bankowy Fundacji, w tytule przelewu wpisując  
„Darowizna na realizację celów statutowych”

Projekt „Realizacja usług klubu seniora, opieki środowiskowej i usług asystenckich dla osób starszych i niepełnosprawnych z terenu Miasta Katowice i Sosnowiec.” jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Biuro Projektu: EMC Silesia sp. z o.o. | Centrum Badawczo-Rozwojowe | ul. Morawa 31 | 40-353 Katowice, Budynek A, IIp. | tel. 032 763 89 53 | e-mail: [katowice@emc-sa.pl](mailto:katowice@emc-sa.pl) | [www.katowice.emc-sa.pl](http://www.katowice.emc-sa.pl)

Partner projektowy: Fundacja Patroni ul. Morawa 31, 40-353 Katowice; NIP: 9542872675; REGON: 528884600; KRS: 0001109695  
Rachunek bankowy: 66 1600 1462 1718 2649 8000 0001.  
[www.patroni.pl](http://www.patroni.pl)