



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Projekt KOALA - Klub Seniora

Realizator projektu: Szpital Geriatryczny w Katowicach

Partner projektowy: Fundacja Patroni

Czerwiec 2026

W czerwcu uczestnicy Klubu Seniora „KOALA” kontynuowali regularne działania wspierające ich sprawność fizyczną, dobre samopoczucie oraz integrację społeczną. Miesiąc upłynął w spokojnej atmosferze, a organizowane zajęcia były dostosowane do potrzeb i możliwości seniorów.

W każdy wtorek odbywały się spotkania ze specjalistami z zakresu psychologii i dietetyki. Była to okazja do rozmów na temat zdrowia psychicznego, codziennego samopoczucia oraz zasad prawidłowego odżywiania. Uczestnicy mogli poszerzać swoją wiedzę, zadawać pytania i dzielić się własnymi doświadczeniami. Spotkania pozwalały również zwrócić uwagę na znaczenie zdrowych nawyków oraz dbania o równowagę psychiczną w życiu codziennym.

W ramach działań edukacyjnych odbyły się także spotkania z pielęgniarką. Seniorzy mieli możliwość porozmawiania o profilaktyce zdrowotnej, obserwowaniu sygnałów wysyłanych przez organizm oraz właściwym dbaniu o zdrowie. Bezpośredni kontakt ze specjalistą umożliwił uczestnikom uzyskanie odpowiedzi na nurtujące ich pytania i uporządkowanie wiedzy dotyczącej codziennej troski o własne samopoczucie.

Ważnym elementem działalności Klubu pozostawały zajęcia rehabilitacyjne realizowane w ramach projektu. Regularne ćwiczenia pomagały uczestnikom utrzymywać sprawność ruchową, wspierały ich kondycję oraz mobilizowały do podejmowania aktywności fizycznej. Zajęcia były prowadzone z uwzględnieniem indywidualnych możliwości seniorów, dzięki czemu każdy mógł uczestniczyć w nich w odpowiednim dla siebie zakresie.

Nie zabrakło również codziennych spotkań integracyjnych. Wspólnie spędzony czas przy kawie sprzyjał rozmowom, wymianie doświadczeń oraz budowaniu i podtrzymywaniu relacji między uczestnikami. Dla seniorów Klub jest nie tylko miejscem udziału w zajęciach, ale również przestrzenią, w której mogą spotkać się z innymi, porozmawiać i spędzić czas w życzliwej, swobodnej atmosferze.

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 | 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.