

**Sprawozdanie z realizacji Programu Działań
na Rzecz Seniorów 2021-2026 w mieście Suwałki za
lata 2021-2023**

Zmiany demograficzne zachodzące w naszym społeczeństwie spowodowały dynamiczny wzrost liczby ludności w wieku powyżej 60 roku życia. Starzenie się społeczeństwa stało się kluczową kwestią społeczną również w Mieście Suwałki i spowodowały potrzebę wprowadzenia i realizacji polityki senioralnej w Mieście Suwałki. W tym celu został opracowany Program Działań na Rzecz Seniorów na lata 2021-2026 w Mieście Suwałki, który został przyjęty uchwałą nr XXX/394/2021 Rady Miejskiej w Suwałkach z dnia 31 marca 2021 r.

Program zakłada tworzenie przestrzeni na potrzeby suwalskich seniorów jak również realizację działań aktywizujących, opiekuńczych i profilaktycznych służących poprawie jakości życia osób starszych. Program ma również na celu zmianę sposobu postrzegania seniorów przez społeczeństwo, w szczególności dzieci i młodzież.

Program zawiera zadania planowane do realizacji w latach 2021 - 2026 w Mieście Suwałki. Zakłada integrację i koordynację działań różnego typu podmiotów działających na rzecz suwalskich seniorów. Określa obszary problemowe, wyznacza cele główne i cele operacyjne, przedstawia termin realizacji, wskaźniki i źródła ich pozyskiwania, jak również planowanych realizatorów zadań. W Programie zostały wyznaczone zadania, których realizacja pozwoli na osiągnięcie celów Programu. Zaplanowane działania odpowiadają realnym problemom oraz potrzebom suwalskich seniorów w zakresie objętym tym Programem.

Realizatorzy Programu Działań na Rzecz Seniorów na lata 2021-2026 w Mieście Suwałki, między innymi Szpital Wojewódzki, Biblioteka Publiczna, Suwalska Rada Seniorów, Ośrodek Rehabilitacji, Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie, fundacje i stowarzyszenia przedłożyły sprawozdania częściowe, które pozwoliły na opracowanie sprawozdania z realizacji przedmiotowego Programu za lata 2021-2023.

Cel strategiczny 1: Rozwój promocji zdrowia i wzrost dostępności do usług zdrowotnych na rzecz osób starszych w Mieście Suwałki

Lp.	ZREALIZOWANE DZIAŁANIA	WSKAŹNIKI	LICZBOW OKREŚLENIE W LATACH – 2021 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2022 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2023 r.	ŹRÓDŁA FINANSOWANIA	REALIZATORZY
Cel operacyjny 1. Zwiększenie działań w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki zdrowotnej							
1.1	Inicjowanie i promowanie edukacji zdrowotnej, w tym między innymi poprzez: spotkania z lekarzami; otwarte wykłady i konsultacje ze specjalistami						
	UTW realizowało szereg zadań poprzez: a) spotkania ze specjalistami do spraw terapii tańcem, muzyką i ruchem, b) spotkania ze specjalistami do spraw prawidłowego żywienia i dietetykiem, c) zajęcia z podologiem i kosmetologiem, d) spotkania z lekarzem, e) spotkania z psychologiem, f) turnusy rehabilitacyjne, g) wycieczki rowerowe, h) spacerzy zdrowotne nordic walking, i) wykłady na temat zdrowie, konsultacje indywidualne, j) spotkania z Fundacją z „Sercem do Pacjenta”, k) zajęcia zdrowotno-rekreacyjne l) spływy kajakowe	- liczba podjętych działań	a) 4 spotkania	a) 64 zajęcia, b) 24 zajęcia, c) 2 zajęcia, d) 2 spotkania e) 7 spotkań f) 2 turnusy g) 2 wycieczki h) 8 spacerów	a) 108 zajęć, b) 23 zajęcia, c) 4 spotkania d) 12 spotkań e) 6 spotkań f) 2 turnusy g) 4 wycieczki h) 24 spacery i) 4 wykłady j) 2 spotkania k) 101 godzin l) 2 spływy	budżet Miasta	UTW Klub Seniora Ciesielska 15
	Spotkania ze specjalistami do spraw prawidłowego żywienia	liczba podjętych działań	----	4 wykłady/50 godz. konsultacji indywidualnych	----	- budżet Miasta - wolontariat	Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki realizowało zadania poprzez: a) warsztaty z zakresu zdrowego żywienia, b) spotkania z lekarzami c) warsztaty z psychologiem d) zajęcia nordic walking, siłownia na wolnym powietrzu	liczba podjętych działań	----	a) 2 b) 4 c) 10 d) 20 h	a) 5 b) 4 c) 8 d) 20 h	- budżet Miasta - środki własne NGO	Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach

	„Uczymy ratować – kurs pierwszej pomocy”	- liczba podjętych działań - liczba osób	- 2 kursy 8 godzinne - 30 osób	----	- 1 kurs 8 godzin - 15 osób	- budżet Miasta - środki zewnętrzne - środki własne NGO	- Suwalski Federacja Organizacji Pozarządowych RAZEM - CAS Pryzmat
	W Klubie Seniora „ORATORIUM 60+” odbywały się: a) Konsultacje indywidualne b) Zajęcia z zakresu edukacji zdrowotnej „Moja krew, moje zdrowie” – udział w cyklu warsztatów z lekarką	liczba podjętych działań	----	----	a)50 godz. b)10 godz.	budżet Miasta	Klub Seniora „ORATORIUM 60+”
	Debata „Jak zadbać o swój dobrostan”	liczba debat	----	----	1	- środki zewnętrzne - środki własne NGO	CAS Pryzmat
	- udział wiceprzewodniczącej SRS w konferencji Podlaskiego Narodowego Funduszu Zdrowia pt. „Polipragmazja”; - udział wiceprzewodniczącej SRS jako eksperta w Komitecie Ekspertów ds. Pacjentów, seniorów i geriatricy, powołanym przez Fundację Centrum Inicjatyw na Rzecz Społeczeństwa w Białymstoku w celu przeprowadzenia audytu pn. „Audyt obywatelski procesu leczenia farmakologicznego seniorów w Polsce”	liczba podjętych działań	2	----	----	środki NFZ	- NFZ - Suwalska Rada Seniorów
	Realizacja Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego „Zrób kolonoskopie w trosce o siebie i bliskich. Wsparcie krajowego programu profilaktyki raka jelita grubego w województwie podlaskim”	liczba podjętych działań	1	1	1	środki zewnętrzne	Szpital Wojewódzki im. dr. Ludwika Rydygiera w Suwałkach
	Realizacja badań profilaktycznych oraz wykładów przez NFZ oraz Fundację „Z sercem do pacjenta”	liczba podjętych działań	----	----	1	bez nakładów finansowych	- Stowarzyszenie UTW - NFZ - Fundacja „Z sercem do pacjenta”

Badania mammograficzne kobiet w wieku 50-69 lat (od 2023 r. rozszerzono grupę wiekową 45-74 lata), w ramach ogólnopolskiego programu profilaktyki raka piersi	liczba podjętych działań	1	1	1	- NFZ - budżet państwa	Szpital Wojewódzki im. dr. Ludwika Rydygiera w Suwałkach
W Szpitalu Wojewódzkim im. dr. Ludwika Rydygiera w Suwałkach udzielane były konsultacje geriatryczne oraz przeprowadzone zostały 3 otwarte wykłady	liczba udzielonych konsultacji	23	----	----	- budżet Miasta - środki własne Szpitala	Szpital Wojewódzki im. dr. Ludwika Rydygiera w Suwałkach
W SP ZOZ Ośrodku Rehabilitacji w Suwałkach prowadzono działania związane z edukacją pacjentów, osób odwiedzających w tym seniorów, spotkania o tematyce zdrowego trybu życia, zapobieganie otyłości, osteoporozie, Dzień Seniora i inne	liczba podjętych działań	----	6 spotkań	4 spotkania	środki własne	SP ZOZ Ośrodek Rehabilitacji w Suwałkach
15.11.2022 wizyta Suwalskiego Stowarzyszenia Amazonka - spotkanie w temacie profilaktyki raka piersi Wykłady na temat profilaktyki demencji i chorób neurodegeneracyjnych w ramach zajęć "Piękny umysł" prowadzonych przez psychologa w ramach zajęć z instruktorami Treningi relaksacyjne w ramach zajęć "Piękny umysł" prowadzonych przez psychologa w ramach zajęć z instruktorami	liczba podjętych działań	-----	- 1 - 22 - 4	---- ---- ----	- bez nakładów finansowych - budżet Miasta - budżet Miasta	- SASA „Nie Po Drodze” - Suwalskie Stowarzyszenie „Amazonka”
Wykład poświęcony: - zdrowiu seniorów, - roli tańca dla seniorów, podczas Europejskiego Dnia Seniora w Suwalskim Ośrodku Kultury z inicjatywy Prezydenta Miasta Suwałk i Suwalskiej Rady Seniorów	- liczba podjętych działań - liczba osób	----	----	- 2 wykłady - 400 osób	bez nakładów finansowych	- Miasto Suwałki - Państwowa Uczelnia Zawodowa w Suwałkach - Suwalska Rada Seniorów

	Warsztaty kulinarne uwrażliwiające na zdrowotne aspekty diety w ramach zajęć z instruktorami	liczba podjętych działań	----	----	4	budżet Miasta	SASA „Nie Po Drodze”
	Spotkania prozdrowotne dla uczestników Klubu Senior + a) z podologiem b) z dietetykiem c) pierwsza pomoc d) profilaktyka raka piersi	liczba godzin/liczba osób	----	----	a) 6/23 b) 9/17 c) 6/31 d) 1/23	- budżet Miasta - budżet państwa	MOPR Suwałki
1.2	Organizowanie masowych aktywności sportowych poprzez: olimpiady, biegi, mecze, nordic walking, wycieczki rowerowe, gimnastykę na świeżym powietrzu itp.						
	Stowarzyszenie HORYZONT zorganizowało zawody sportowe seniorów podczas pikniku. Seniorzy mieli możliwość wystartowania w 6 różnych dyscyplinach	- liczba podjętych działań - liczba osób	- 1 działanie - ok.50 osób	- 2 działania - ok. 100 osób	- 1 działanie - ok. 50 osób	- budżet Miasta - środki własne NGO - wpłaty uczestników	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach regularnie organizowało gimnastykę na świeżym powietrzu oraz zajęcia nordic walking	liczba podjętych działań	----	2	2	bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach
	Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów w Suwałkach zorganizował aktywności dedykowane seniorom 2021 r: a) ognisko w Wigierskim Parku Narodowym b) piknik „Witamy lato” 2022 r.: a) „Powitanie lata” – piknik b) Ognisko „Pożegnanie lata” 2023 r.: a) Zajęcia sportowo-rekreacyjne w Dąbrówce	liczba podjętych działań/liczba osób	a) 1/40 b) 1/50	a) 1/45 b) 1/37	a) 1/47	- środki własne NGO - wpłaty uczestników	Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów w Suwałkach
	- Międzypokoleniowy Dzień Babci i Dziadka w siedzibie Wigierskiego Parku Narodowego. Spotkanie z przewodnikiem, ognisko, - Wycieczka do Wigierskiego Parku Narodowego i zwiedzanie skansenu Krzywe,	liczba podjętych działań	----	3	1	budżet Miasta	SASA „Nie Po Drodze”

	- Wspólne wyjście do Strefy Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności na zajęcia interaktywne						
	- Sportowa środa – dzień rekreacji w Klubie Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach - prozdrowotna aktywność ruchowa (ćwiczenia na siłowni zewnętrznej, marsze nordic walking, wycieczki rowerowe, zajęcia z rehabilitantem w siedzibie Klubu.	liczba podjętych działań/liczba osób	----	40 działań/20 osób	60 działań/57 osób	- budżet Miasta - środki własne NGO	Klub Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach
	Pobyty seniorów z Klubu Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach w AQUAPARKU – poranne pływanie i korzystanie z atrakcji wodnych w każdy czwartek	liczba osób korzystających	----	15 osób w każdym tygodniu	15 osób w każdym tygodniu	- budżet Miasta - środki własne NGO	Klub Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach
	Suwalska Olimpiada Seniorów	liczba podjętych działań/liczba osób	----	1/100	1/250	budżet Miasta	- Suwalska Rada Seniorów - Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach
	Projekt „Aktywne osiedle”, w ramach którego przeprowadzono akcje instruktazu nordic walking i spacerów z mieszkańcami obszaru objętego Zintegrowanym Programem Rewitalizacyjnym Miasta Suwałki na lata 2017-2023	- liczba podjętych działań - liczba osób	----	----	4/75	- budżet Miasta - Fundacja Diarice	Fundacja Diarice
	Projekt „Aktywny Senior w tańcu i wodzie”, zgłoszony przez Suwalską Radę Seniorów: a) Zajęcia taneczne b) Zajęcia z AquaAerobiku	liczba podjętych działań/liczba osób	----	----	a) 9/380 b) 30/450	budżet Województwa Podlaskiego	Suwalska Rada Seniorów
	Gimnastyka prozdrowotna oraz zajęcia usprawniające ruchowo dla uczestników Klubu Senior +	liczba godzin/liczba osób	----	----	200/50	- budżet Miasta - budżet państwa	MOPR Suwałki
1.3	Realizacja szczepień ochronnych						
	Profilaktyczne szczepienia przeciwko grypie seniorów powyżej 65 roku życia	liczba osób korzystających	1 116	----	----	budżet Miasta	NZOZ „Prymus”

	Spotkanie z pielęgniarką promujące szczepienia w Suwalskim Klubie Seniora - projekt realizowany przez B. Kopcych	liczba akcji promujących szczepienia	1	2	----	bez nakładów finansowych	- SASA „Nie Po Drodze” - Bożena Kopcych
	Publikacje na łamach „DwuTygodnika Suwalskiego” dotyczące pomocy seniorom, szczepień oraz działań profilaktycznych na rzecz seniorów w czasie pandemii koronawirusa	liczba publikacji a) na łamach „DwuTygodnika Suwalskiego” b) na stronie internetowej	a) 12 b) 36	a) 14 b) 40	a) 17 b) 43	budżet Miasta	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Stowarzyszenie zamieszczało na stronie internetowej Stowarzyszenia www.horyzont-seniorzy.pl informację i zachęcało do szczepień przeciw COVID-19 oraz szczepień przeciw grypie	liczba akcji promujących szczepienia	1	-----	1	bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Spotkanie przedstawicieli organizacji senioralnych, Suwalskiej Rady Seniorów, zastępcy Prezydenta Miasta Suwałk i pracowników Urzędu Miejskiego w Suwałkach ws. szczepień przeciwko COVID-19	liczba spotkań	1	----	----	bez nakładów finansowych	- Miasto Suwałki - Organizacje Pozarządowe - Suwalska Rada Seniorów
Cel operacyjny 2. Rozwój systemu opieki geriatrycznej oraz działania na rzecz zwiększenia dostępności do świadczeń zdrowotnych i opieki rehabilitacyjnej							
2.1	Inicjowanie i promowanie rozwoju infrastruktury w zakresie opieki długoterminowej i geriatrycznej						
	Zakład Opiekuńczo-Lecznicy	liczba oddziałów/ pododdziałów/ liczba miejsc	1/16	1/22	1/22	- NFZ oraz dopłata pacjenta - budżet państwa - środki zewnętrzne	Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Paliatywnej im. Jana Pawła II w Suwałkach
	a) Oddział Psychogeriatryczny b) Oddział Dzienny Psychiatryczno Geriatryczny c) Zakład Pielęgnacyjno – Opiekuńczy Psychiatryczny	liczba oddziałów/ pododdziałów/ liczba miejsc	a) 1/30 łóżek b) 1/18 miejsc c) 1/65 łóżek	a) 1/35 łóżek b) 1/18 miejsc c) 1/65 łóżek	a) 1/35 łóżek b) 1/18 miejsc c) 1/65 łóżek	NFZ oraz dopłata pacjenta	SP SPZOZ
	Dzienny Dom Pobytu „Kalinka” w Suwałkach	liczba miejsc	15	15	15	- budżet Miasta - dopłaty beneficjentów	„Kalinka” Dom Dziennego Pobytu
	Hospicjum stacjonarne	liczba miejsc	14	14	14	NFZ	Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Paliatywnej im. Jana Pawła II w Suwałkach

2.2	Zwiększenie dostępności do poradni specjalistycznych i usług rehabilitacyjnych						
	Od 1 września 2021 r. w ramach umowy z Podlaskim OW NFZ świadczeń udzielają dwie nowe poradnie: kardiologiczna i geriatryczna – obie w Szpitalu Wojewódzkim im. L. Rydygiera w Suwałkach (w 2023 r. zakontraktowano dodatkową poradnię kardiologiczną)	liczba poradni	2	2	3	NFZ	- Szpital Wojewódzki im. L. Rydygiera w Suwałkach - Cardio Med Dembiński i Wierzchowska – Nartowicz Lekarska Spółka Partnerska
	Od 1 maja 2022 r. zawarto dodatkową umowę na rehabilitację ogólnoustrojową w warunkach stacjonarnych (oddział rehabilitacyjny)	liczba miejsc	28	39	39	NFZ	SP ZOZ Ośrodek Rehabilitacji w Suwałkach
	Od 03.03.2022 r. zwiększenie dostępności miejsc na Oddziale Dziennym Rehabilitacji Dorosłych i Dzieci oraz od 1.05.2022 r. zwiększenie dostępności miejsc na Oddziale Rehabilitacyjnym SP ZOZ Ośrodka Rehabilitacji w Suwałkach	liczba miejsc/ łózek	- 14 - 25 - 28	-18 -30 -39	- 18 - 30 - 39	NFZ	SP ZOZ Ośrodek Rehabilitacji w Suwałkach
	Od 1 kwietnia 2023 r. zawarto dodatkową umowę na fizjoterapie domową	liczba miejsc udzielania świadczeń	---	----	1	NFZ	EUROMED sp. z o.o.
	Od 2023 r. świadczeniodawcy uczestniczą w opiece koordynowanej w ramach podstawowej opieki zdrowotnej (2023 – diabetologia, pulmonologia)	liczba świadczeniodawców/ liczba dziedzin chorobowych	----	----	2/2	NFZ	- NZOZ Lekarzy Eskulap Nowacki i Partnerzy - NZOZ Vita-Med Spółka Partnerska
2.3	Zwiększenie dostępności do zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny i ortopedyczny						
	Fundacja DIARICE w ramach otwartego konkursu ofert utworzyła punkt informacyjny i nieodpłatną wypożyczalnię sprzętu rehabilitacyjno-ortopedycznego.	- liczba wypożyczalni - liczba osób, które skorzystały	1/29 osób	1/69 osób	1/95 osób	- PFRON - budżet Miasta - środki własne fundacji	Fundacja DIARICE
	MOPR ze środków PFRON dofinansował zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze seniorom	liczba wniosków dofinansowanych przez MOPR ze środków PFRON	419	258	542	- środki zewnętrzne - PFRON	MOPR

2.4	Inicjowanie działań pomocowych: psychologicznych, psychiatrycznych						
	Spotkania z psychologiem	liczba podjętych działań	8	3	6	budżet Miasta	UTW Klub Seniora Ciesielska 15
	Spotkania z psychologiem	liczba godzin podjętych działań	20 h	20 h	20 h	- budżet Miasta - środki własne NGO	Klub Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach
	Spotkania z psychologiem/psychiatrą	liczba podjętych działań	----	10	8	- budżet Miasta - środki własne NGO	Stowarzyszenie im. Ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach
	Poradnictwo psychologiczne dla seniorów	liczba podjętych działań	1	1	1	- środki zewnętrzne - środki własne NGO	CAS PRYZMAT
	Grupa wsparcia w ramach zajęć z instruktorami	liczba podjętych działań	----	8	----	budżet Miasta	SASA „Nie Po Drodze”
Cel strategiczny 2: Rozwój sieci usług środowiskowych oraz instytucjonalnego i pozainstytucjonalnego wsparcia udzielanego niesamodzielnym osobom starszym							
Lp.	ZREALIZOWANE DZIAŁANIA	WSKAŹNIKI	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2021 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2022 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2023 r.	ŹRÓDŁA FINANSOWANIA	REALIZATORZY
Cel operacyjny 1. Rozwój usług opiekuńczych							
1.1	Rozwój opieki środowiskowej nad osobami starszymi						
	- Rozwój opieki środowiskowej nad osobami starszymi a) usługi opiekuńcze, b) specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi	liczba usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania	a) 202 b) 23	a) 179 b) 13	a) 198 b) 11	- budżet Miasta - budżet państwa	MOPR
1.2	Rozwój i wsparcie finansowe placówek dziennego pobytu/klubów seniora/organizacji pozarządowych						
	Dzienny Dom Pobytu „Kalinka” w Suwałkach	liczba osób korzystających z placówek dziennego pobytu	13	16	15	- budżet Miasta - dopłaty beneficjentów	Dom Dziennego Pobytu „Kalinka”

	Klub Seniora Ciesielska 15	liczba organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów/liczba osób	1/30	1/77	1/77	budżet Miasta	Stowarzyszenie UTW
	Klub Seniora na Osiedlu Północ	liczba organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów/liczba osób	1/123	1/91	1/113	- budżet Miasta - środki własne NGO	SASA „Nie Po Drodze”
	Klub Seniora „Oratorium 60+”	liczba organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów/liczba osób	----	1/34	1/35	- budżet Miasta - środki własne Parafii	Parafia p.w. Matki Bożej Miłosierdzia w Suwałkach
	Klub Seniora „Dobry czas”	liczba organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów/liczba osób	----	1/58	1/95	- budżet Miasta - środki własne NGO	Stowarzyszenie im. Ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach
	Klub Senior + w Suwałkach	liczba organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów/liczba osób	----	----	1/66	- budżet Miasta - środki budżetu państwa	MOPR
1.3	Realizacja programów/projektów na rzecz wsparcia osób starszych						
	Program „Wspieraj seniora”	liczba programów/liczba osób	1/22	----	----	- budżet Miasta - budżet państwa	MOPR
	W roku 2022 realizowano Program osłonowy „Korpus Wsparcia Seniorów w Mieście Suwałki – Moduł II	liczba programów/liczba osób	----	1/107	----	- budżet Miasta - budżet państwa	MOPR
	Program „Asystent osobisty osoby niepełnosprawnej”	liczba programów/liczba osób	1/31	1/44	1/51	- budżet Miasta - budżet państwa	MOPR
	Program „Opieka wytchnieniowa”	liczba programów/liczba osób	----	1/10	1/16	budżet państwa	MOPR
	- „Senioralna Akademia Wolontariatu” - „Regionalne Partnerstwo dla wolontariatu	liczba projektów/programów	2	1	----	- budżet Miasta - środki własne NGO - środki zewnętrzne	- Suwalska Federacja Organizacji Pozarządowych RAZEM - CAS PRYZMAT

	„Seniorzy ochotnicy-promocja i rozwój wolontariatu wśród osób starszych”	liczba projektów/ programów	----	----	1	- budżet Miasta - środki własne NGO - środki zewnętrzne	CAS PRYZMAT
1.4	Inicjowanie sieci opiekunów „Sami sobie” oraz wsparcie w ramach pomocy sąsiedzkiej i wolontarystycznej						
	- Wsparcie członków UTW, - zbiórka żywności dla potrzebujących seniorów w ramach współpracy z Bankiem Żywności	liczba działań	6	3	2	bez nakładów finansowych	- Stowarzyszenie UTW - Stowarzyszenie Bank Żywności Suwałki-Białystok
	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT powołało grupę samopomocy, której opiekę koordynuje 3 opiekunów	liczba osób	2	3	3	bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	UTW przystąpiło do projektu pt. „UTW dla społeczności Towarzystwo Inicjatyw Twórczych ę w formie konkursu. Zrealizowano projekt „Odlotowe Babucie” we współpracy z młodzieżą warsztatów terapii zajęciowej TPD w Suwałkach. Warsztaty dla członków UTW w zakresie wolontariatu	liczba podjętych działań	----	-----	1	bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie UTW
	- „Animacja działań – jak skutecznie przygotować i profesjonalnie przeprowadzić akcję wolontariacką ?” - „Akcje wolontariackie realizowane przez seniorów wolontariuszy” - Wolontariat międzypokoleniowy - Wolontariat na rzecz społeczności lokalnej i otoczenia	liczba wolontariuszy	45	-----	15	bez nakładów finansowych	- Suwalska Federacja Organizacji Pozarządowych RAZEM - CAS PRYZMAT
	Spotkanie lokalnych koalicji wolontariatu w ramach „Regionalnego Partnerstwa dla Wolontariatu”	liczba spotkań	3	3	3	- środki zewnętrzne - środki własne	CAS PRYZMAT

1.5	Szkolenia wolontariuszy i wspieranie wolontariatu na rzecz seniorów						
	<ul style="list-style-type: none"> - warsztaty komunikacji międzypokoleniowej, - warsztaty pedagogiczno-psychologiczny świat dziecka, - warsztat literacko-teatralny, - wolontariat osób starszych, - wolontariat międzypokoleniowy, - „Dlaczego warto zostać wolontariuszem 60+”, - „Ja jako wolontariusz”, - „Aktywne metody na spędzanie czasu z dziećmi” - „Wolontariat sportowy” - „Wolontariat w kulturze” - „Wolontariat w ochronie środowiska” - szkolenie „Efektywna komunikacja i współpraca w zespole” - wizyta studyjna 	<ul style="list-style-type: none"> - liczba warsztatów/spotkań - liczba osób - liczba Klubów Seniora 	<ul style="list-style-type: none"> - 4 warsztaty - 60 osób 	4 warsztaty	<ul style="list-style-type: none"> - 4 spotkanie - 49 osób - 3 Kluby 	<ul style="list-style-type: none"> - budżet Miasta - środki zewnętrzne - środki własne NGO 	<ul style="list-style-type: none"> - CAS PRYZMAT - Suwalska Federacja Organizacji Pozarządowych RAZEM - Klub Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach
	Mikołajkowa zbiórka żywności i artykułów potrzebnych dla podopiecznych Świetlicy "Przystań" oraz ofiar wojny na Ukrainie	liczba podjętych działań	----	1	----	bez nakładów finansowych	SASA „Nie Po Drodze”
	Seniorzy ochotnicy-promocja i rozwój wolontariatu wśród osób starszych	<ul style="list-style-type: none"> - liczba podjętych działań - liczba osób 	----	----	1/115	<ul style="list-style-type: none"> - Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej - budżet Miasta 	CAS Pryzmat
Cel operacyjny 2. Rozwój systemu zniżek, ulg i rabatów dla seniorów							
2.1	Realizacja programu pomocowego Suwalska Karta Mieszkańca						
	<ul style="list-style-type: none"> - Suwalska Karta Mieszkańca dla seniorów – to kompleksowy program działań zmierzających do poprawy warunków życia mieszkańców Suwałk. SKM uprawnia do wielu zniżek i preferencji a) liczba wydanych kart seniora od początku realizacji Programu do 28.10.2021 r. b) liczba wydanych kart od 29.10.2021 r. do 	liczba wydanych kart	<ul style="list-style-type: none"> a) 4 705 b) 700 c) 32 	<ul style="list-style-type: none"> c) 33 d) 2249 	<ul style="list-style-type: none"> c) 30 e) 671 	budżet Miasta	Miasto Suwałki

	31.12.2021 r. c) liczba podmiotów udzielających ulg dla seniorów d) liczba wydanych kart w 2022 r. e) liczba wydanych kart w 2023 r.						
	Suwalska Karta Mieszkańca dla seniorów – to kompleksowy program działań zmierzających do poprawy warunków życia mieszkańców Suwałk. SKM uprawnia do wielu zniżek i preferencji	liczba biletów okresowych zakupionych przez osoby posiadające Suwalską Kartę Mieszkańca Senior	554	749	1078	budżet Miasta	Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej w Suwałkach Sp. z o.o.
2.2	Upowszechnianie informacji o możliwości skorzystania ze środków PFRON na likwidację barier i dostosowania mieszkań do potrzeb osób niepełnosprawnych (Upowszechnianie informacji o możliwości skorzystania z dofinansowań udzielanych osobom niepełnosprawnym ze środków PFRON)						
	Na bieżąco na stronie internetowej MOPR-u w zakładce osoby niepełnosprawne oraz w aktualnościach są zamieszczane wszelkie informacje dotyczące możliwości skorzystania z dofinansowań PFRON w zakresie likwidacji barier, turnusów rehabilitacyjnych, zakupu sprzętu rehabilitacyjnego oraz realizowanych przez PFRON programów	liczba informacji	ok. 9	ok. 25	ok.25	bez nakładów finansowych	MOPR
2.3	Nieodpłatna pomoc w drobnych pracach naprawczych m.in. Program „Złota Rączka dla Seniora”						
	Realizacja zadania publicznego pt. „Złota Rączka dla Seniora”	liczba usług	1000	1000	1009	- budżet Miasta - środki własne NGO	Spółdzielnia Socjalna PERSPEKTYWA
	Publikacje na łamach „DwuTygodnika Suwalskiego” dotyczące akcji „Złota Rączka”, środowiskowej pomocy seniorom w czasie pandemii COVID-19	liczba publikacji a) na łamach DwuTygodnika Suwalskiego, b) na stronie internetowej	a) 9 b) 28	a) 8 b) 33	a) 8 b) 34	budżet Miasta	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
Cel strategiczny 3: Uczestnictwo Seniorów w życiu społecznym oraz wsparcie wszelkich form aktywności obywatelskiej, społecznej, kulturalnej, edukacyjnej							
Lp.	ZREALIZOWANE DZIAŁANIA	WSKAŹNIKI	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2021 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2022 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2023 r.	ŹRÓDŁA FINANSOWANIA	REALIZATORZY

Cel operacyjny 1. Minimalizacja barier w przestrzeni publicznej

Dostosowanie przestrzeni architektonicznej, terenów, obiektów, toalet w przestrzeni publicznej do potrzeb osób starszych							
1.1	Na bieżąco dostosowywane są przejścia dla pieszych poprzez między innymi: obniżenie krawężników na przejściach, przejazdach rowerowych, remonty, naprawy i budowy chodników, ciągów pieszo rowerowych celem ulepszenia i dostosowanie do potrzeb osób starszych i niepełnosprawnych	liczba zlikwidowanych barier architektonicznych	16	26	21	budżet Miasta	Zarząd Dróg i Zieleni w Suwałkach
	<ul style="list-style-type: none">- Likwidacja barier architektonicznych w ramach realizowanych inwestycji drogowych, w tym m.in.: stosowanie obniżonych krawężników, sygnalizacja dźwiękowa (przejścia dla pieszych), sygnalizacja miejsc niebezpiecznych poprzez elementy nawierzchni służące niwelowaniu barier architektonicznych dla osób niepełnosprawnych (specjalnie ukształtowane powierzchnie o zróżnicowanej nawierzchni pełnią funkcję ostrzegawczą dla osób niewidomych i niedowidzących na przystankach komunikacji miejskiej, peronach kolejowych oraz przejściach dla pieszych),- Budowa podjazdu dla osób niepełnosprawnych przy ul. Pułaskiego 26 A w Suwałkach,- Modernizacja schodów zewnętrznych i podjazdu dla osób niepełnosprawnych przy wejściu do Wydziału Komunikacji Urzędu Miejskiego w Suwałkach- Adaptacja budynku ul. Zastawie 38 wraz z wyposażeniem na potrzeby Senior +- Przebudowa byłego hotelu „Suwalszczyzna” na cele administracji samorządowej z termomodernizacją-budynek w całości dostosowany do	liczba zlikwidowanych barier architektonicznych	20	12	14	<ul style="list-style-type: none">- budżet Miasta- środki zewnętrzne- budżet państwa – Senior +	<ul style="list-style-type: none">- Miasto Suwałki,- Deweloper,- Inwestorzy prywatni- Środki unijne,- Fundusz dróg Samorządowych,- Rządowy Fundusz Rozwoju Dróg- Inicjatywy lokalne

	<p>potrzeb osób niepełnosprawnych.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Poprawa bezpieczeństwa w miejscach publicznych poprzez modernizację systemu monitoringu wizyjnego w doświetlenie przejść dla pieszych (skrzyżowanie ulic Waryńskiego i Konopnickiej oraz przejścia dla pieszych na ulicy E. Plater). 						
Cel operacyjny 2. Zapewnienie bezpieczeństwa Seniorów							
2.1	Organizowanie spotkań edukacyjno – informacyjnych/kampanii medialnych na temat bezpieczeństwa w ruchu drogowym, zawieraniu umów przez telefon, działania oszustów w itp.						
	<ul style="list-style-type: none"> - Spotkanie z Policją na temat bezpieczeństwa seniorów w obszarze zawierania umów przez telefon, działania oszustów oraz bezpieczeństwa na drodze i w swoim środowisku. - Akcję „ Mój dzielnicowy.” – spotkania członków UTW z dzielnicowym z rejonów zamieszkania 	liczba zorganizowanych spotkań	2	3	5	środki własne organizatorów spotkań	<ul style="list-style-type: none"> - Policja - Stowarzyszenie UTW - SASA „Nie Po Drodze” - Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach
	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT podczas zebrania walnego omówiła kwestię, jak nie dać się oszukać.	liczba zorganizowanych spotkań	1	----	1	bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	<ul style="list-style-type: none"> - Spotkania profilaktyczne - celem spotkań było uświadomienie osobom starszym, jakimi metodami posługują się przestępcy i jak ustrzec się przed oszustwem i kradzieżą. Na podstawie przykładów podanych przez policjantów, seniorzy dowiedzieli się, np. jak nie stać się ofiarą oszustów działających metodą “na policjanta CBS” lub „na wnuczka”. Omówiono także oszustwa internetowe i bezpieczeństwo w ruchu drogowym. - konferencja pn.: „Bezpieczeństwo Seniorów” zorganizowana przez Komendę Miejską Policji w Suwałkach. Prelegentami byli policjanci Komendy Wojewódzkiej Policji w Białymstoku, miejski rzecznik praw konsumentów, 	liczba zorganizowanych spotkań/działań	18	20	32	<ul style="list-style-type: none"> - środki własne KMP - środki własne DPS „Kalina” - środki własne CAS Pryzmat - środki zewnętrzne 	<ul style="list-style-type: none"> - KMP w Suwałkach - DPS „Kalina” Suwałki - CAS PRYZMAT - Stowarzyszenie UTW

	<p>lekarz, strażak, przedstawiciele Klubu Ślepek Malow Suwałki.</p> <p>- Przygotowano film profilaktyczny dot. bezpieczeństwa seniorów, wspólnie z przedstawicielem Suwalskiej Rady Seniorów.</p> <p>- Tydzień Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Prześpstwem</p> <p>Konferencja skierowana do seniorów „Porozmawiajmy o bezpieczeństwie. Możesz mieć na nie wpływ” zorganizowana przez Komendę Miejską Policji w Suwałkach.</p> <p>- Udział w konferencji organizowanej przez UM Suwałki „Suwalski Dzień Seniora”</p> <p>- Test w terenie z zachowania się podczas niebezpieczeństwa, który został zorganizowany przez KMP w Suwałkach na grupie 15 uczestników UTW</p>						
	<p>- Szkolenie pt. "Jak nie dać się okraść i oszukać" dla seniorów z Suwalskiego Klubu Seniora poprowadziła Patrycja Zwolan</p> <p>- Spotkanie z przedstawicielem ZUS Alicja Barwicka</p>	liczba podjętych działań	----	2	----	bez nakładów finansowych	SASA „Nie Po Drodze”
	<p>Członkowie Klubu Senior + mieli możliwość:</p> <p>a) spotkania z przedstawicielami Komendy Miejskiej Policji w Suwałkach w celu uświadomienia osobom starszym jakimi metodami posługują się przestępcy i jak ustrzec się przed kradzieżą i oszustwem</p> <p>b) wykład o przemocy wobec osób starszych (Fundacja Projekt Starsi)</p>	<p>- liczba spotkań</p> <p>- liczba osób</p>	----	----	<p>a) 2/25</p> <p>b) 1/26</p>	bez nakładów finansowych	MOPR Suwałki
2.2	Realizacja programów/projektów na rzecz bezpieczeństwa osób starszych						
	Warsztaty bezpieczeństwa osobistego „Bezpieczny senior”	<p>- liczba warsztatów</p> <p>- liczba osób</p>	<p>- 2 warsztaty</p> <p>- 30 osób</p>	----	<p>- 5 warsztatów</p> <p>- 25 osób</p>	<p>- budżet Miasta</p> <p>- środki zewnętrzne</p> <p>- środki własne NGO</p>	CAS PRYZMAT

	<p>- Współpraca z Wydziałem Prewencji Komendy Miejskiej Policji w Suwałkach, która zorganizowała w Suwałskim Ośrodku Kultury konferencję pt. Bezpieczeństwo Seniorów. Podczas konferencji mówiono o mechanizmach psychologicznych oszustw na „wnuczka” i „policjanta”, profilaktyce schorzeń typowych dla późnego wieku, przeciwdziałaniu przemocy wobec osób starszych, a także o przysługujących seniorom uprawnieniach jako konsumentom oraz o odpowiedzialności prawnej sprawców dopuszczających się oszustw;</p> <p>- Realizacja programu profilaktycznego „Świadomy Senior = Bezpieczny Senior”</p> <p>- Udział Przewodniczącej Suwalskiej Rady Seniorów w spocie profilaktycznym pt. „Seniorze nie daj się oszukać”.</p>	liczba działań	2	1	1	<ul style="list-style-type: none"> - środki SOK - środki Policji 	<ul style="list-style-type: none"> - Policja - SOK - Szpital Wojewódzki im. dr. Ludwika Rydygiera w Suwałkach - Straż Pożarna - Miasto Suwałki - Organizacje Pozarządowe - Stowarzyszenie UTW
	Blok wystąpień poświęconych bezpieczeństwu seniorów podczas Europejskiego Dnia Seniora w Suwałskim Ośrodku Kultury z inicjatywy Prezydenta Miasta Suwałk i Suwalskiej Rady Seniorów	<ul style="list-style-type: none"> - liczba podjętych działań - liczba osób 	----	----	1/400	bez nakładów finansowych	<ul style="list-style-type: none"> - Miasto Suwałki - Komenda Miejska Policji - Suwalska Rada Seniorów
Cel operacyjny 3. Aktywizacja seniorów w życiu społecznym i kulturalnym							
3.1	Włączenie seniorów w organizację imprez miejskich i wykorzystanie ich potencjału; włączenie do współpracy z seniorami instytucji kulturalnych, udostępnienie pomieszczeń na próby, występy, potańcówki, spotkania towarzyskie. Kontynuacja corocznie podjętych działań tj. Środy Seniora i Europejski Dzień Seniora jak również audycji radiowej Suwalski SMS.						
	<ul style="list-style-type: none"> - Udostępnienie przez SOK pomieszczeń na próby 2 zespołów tanecznych w ramach umowy o wzajemne świadczenie usług, - Udostępnienie przez SOK przy ul. Noniewiczza 71 pomieszczenia do prób zespołu wokalnego, - Środa Seniora – widowisko poświęcone Papieżowi Janowi Pawłowi II 	<ul style="list-style-type: none"> - liczba miejsc do spotkań Seniorów, - liczba widowisk 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 miejsca - 1 widowisko 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 miejsca - 1 widowisko - 1 miejsce Stowarzyszenie Suwalskie Starszaki - 1 widowisko 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 miejsca - 2 widowiska 	bez nakładów finansowych	<ul style="list-style-type: none"> - Stowarzyszenie UTW - Stowarzyszenie Suwalskie Starszaki

	Udostępnianie pomieszczenia seniorom z UTW na lekcje języka angielskiego i języka niemieckiego	liczba miejsc do spotkań Seniorów	1	1	2	bez nakładów finansowych	CAS PRYZMAT
	Udostępnienie pomieszczenia seniorom Stowarzyszenia Poetyckiego ERATO na spotkania	liczba miejsc do spotkań Seniorów	----	----	1	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	SOK udostępnił miejsce na realizację zadań dla Stowarzyszenia im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach na naukę tańca, śpiewu oraz rękodzieła	liczba miejsc do spotkań Seniorów	----	1	1	bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach
	- Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT: -zorganizowało: koncerty w SOK, sali im. A. Wajdy, scena na placu M. Konopnickiej w Starej Łażni w muszli w Parku Konstytucji 3-maja oraz w Sali koncertowej Restauracji na Starówce, w Restauracji Rozmarino, w Sali balowej Muzeum Okręgowego	liczba działań	6	5	----	- budżet Miasta - środki własne NGO	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Spotkanie opłatkowe	liczba działań/liczba osób	----	1/80 osób	----	- środki własne NGO - wpłaty uczestników	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Wystawienie sztuki pt. „Wylękniony bluźnierca”	liczba działań/liczba osób	----	1/ok. 60 osób	----	środki własne NGO	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Organizowanie zabaw dla seniorów	liczba działań/liczba osób	2/150 osób	3/250 osób	5/400	- środki własne NGO - wpłaty uczestników	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Wyjazdy seniorów na spotkania z seniorami z innych miast	liczba działań/liczba osób	2/30 osób	2/50 osób	6/200	- środki własne NGO - wpłaty uczestników	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Uczestniczenie w uroczystościach miejskich	liczba działań/liczba osób	2/30 osób	2/50 osób	7/1000	- środki własne NGO - bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	Organizowanie wycieczek krajoznawczych	liczba działań/liczba osób	1/48 osób	1/35 osób	2/80	- środki własne NGO - wpłaty uczestników	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT

Organizowanie turnusów rehabilitacyjnych	liczba działań/liczba osób	1/48 osób	1/35 osób	2/40	- środki własne NGO - wpłaty uczestników	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
Współpraca z Ukrainkami	liczba działań/liczba osób	-----	3/120 osób	----	środki własne NGO	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
Współpraca z SOK- wykorzystanie sali na próby zespołów	liczba działań/liczba osób	3 razy w tygodniu/50 osób	3 razy w tygodniu/50 osób	3 razy w tygodniu/40 osób	wymiana barterowa	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
Zorganizowanie warsztatów florystycznych	liczba działań/liczba osób	1/15 osób	----	----	środki własne NGO	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
Gimnastyka prozdrowotna – grupa nieformalna – wolontariat	liczba działań/liczba osób	----	----	20/40 osób	bez nakładów finansowych	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
- Udział członków SRS w pracach Zespołu ds. opracowania projektu Wieloletniego programu współpracy Miasta Suwałk z organizacjami pozarządowymi na lata 2021-2025; - udział członków SRS w przygotowaniu dokumentu „Suwałki 2030. Strategia Rozwoju”.	liczba działań	2	----	----	bez nakładów finansowych	- Miasto Suwałki - Suwalska Rada Seniorów
- Muzeum Okręgowe w Suwałkach i Muzeum im. Marii Konopnickiej adresowały swoje oferty do seniorów. Organizowano bezpłatne wejścia na wystawy stałe i czasowe i zniżki 50% na bilety wstępu do muzeum. Seniorzy uczestniczyli jak co roku bezpłatnie w „Nocy Muzeów”, „Pikniku Kawaleryjskim” i Festynie Archeologicznym”, w wernisażach i odczytach, pokazach filmowych, wieczorach literackich. Odbył się również ”Weekend seniora z kulturą”. Spotkania z okazji Roku Marii Konopnickiej, cykl spotkań „Działo się w Suwałkach”, otwarcie wystawy plenerowej „Aleksandra	liczba imprez, wernisaży, pokazów filmowych, wieczorów literackich	4	3	3	- środków zewnętrznych - budżetu Miasta - seniorzy korzystali z bezpłatnego wstępu lub biletów ulgowych	Muzeum Okręgowe w Suwałkach

Piłsudska”, spotkania poświęcone poecie Leszkowi Aleksandrowi Moczulskiemu, spotkanie z poetą Wojciechem Kassem oraz „Konopniczańskie Ogrody”							
- Udział seniorów z Suwalskiego Klubu Seniora w: a) koncercie „Między nami pokoleniami” b) spotkaniu z Panią Elizą Ptaszyńską – kustoszem Muzeum Okręgowego w Suwałkach, c) Majówce Społecznej d) Kawiarence Artystycznej działającej przy Suwalskim Ośrodku Kultury, e) zwiedzaniu Muzeum Marii Konopnickiej z przewodnikiem	liczba działań	a) 1	----	b) 1 c) 1 d) 1 e) 1	bez nakładów finansowych	SASA „Nie Po Drodze”	
- Wykonanie programu wokalnego – tanecznego pt. „C’est la vie” przez zespoły Stowarzyszenia Seniorzy z Pasją Horyzont podczas Dni Suwałk - Udział w Dniach Suwałk, Majówce Społecznej i występy plenerowe	liczba działań	----	1	4	- własne środki NGO - budżet Miasta	Stowarzyszenia Seniorzy z Pasją Horyzont	
Koncert plenerowy pt. „Na bulwarach jak za dawnych lat” w wykonaniu zespołu seniorów ze Stowarzyszenia Suwalskie Starszaki oraz zorganizowanie potańcówki „Bulwary dziś bawią się” i wystawy fotograficznej „Spacerkiem po starych Suwałkach” na Dni Suwałk przez Stowarzyszenie seniorów Suwalskie Starszaki.	liczba działań	----	3	----	- wkład własny Stow. „Suwalskie Starszaki” - budżet Miasta	Stowarzyszenia „Suwalskie Starszaki”	
Koncert plenerowy w wykonaniu zespołu seniorów ze Stowarzyszenia Suwalskie Starszaki pt. „Melodia przyjaźni” towarzyszący imprezie kulinarnej „Sąsiedzi przy stole”, „Piosenki naszych sąsiadów” oraz wystawa fotograficzna „Suwalscy seniorzy w artystycznej akcji” towarzyszące Suwalskiemu Jarmarkowi Folkloru i Smaku.	liczba działań	----	1	- 1 koncert - 1 wystawa	- wkład własny Stow. „Suwalskie Starszaki” - budżet Miasta	Stowarzyszenia „Suwalskie Starszaki”	

	Zorganizowanie Suwalskiej potańcówki na placu Marii Konopnickiej z koncertem zespołu seniorów ze Stowarzyszenia Suwalskie Starszaki pt. „Jak się bawić, to tylko w Suwałkach”	liczba działań/osób	----	----	1/ok. 650	- własne środki fin. Stowarzyszenia Horyzont - wkład osobowy Stowarzyszenia Horyzont - budżet Miasta	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
3.2	Realizacja innowacyjnych działań dedykowanych seniorom						
	Książka na telefon	liczba/rodzaj podjętych działań	- 21 wyjazdów - 947 wypożyczonych książek - 22 wypożyczone płyty	- 57 wyjazdów - 860 wypożyczonych książek - 14 wypożyczone płyty	- 77 wyjazdów - 963 wypożyczonych książek	budżet Miasta	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Prowadzenie bibliotecznego punktu w Domu Pomocy Społecznej „Kalina”	liczba/rodzaj podjętych działań	- 22 zarejestrowanych czytelników - 291 wypożyczeń	- 20 zarejestrowanych czytelników - 296 wypożyczeń	- 20 zarejestrowanych czytelników - 297 wypożyczeń	budżet Miasta	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Suwalska Biblioteka Pamięci – rejestrowanie wspomnień świadków historii	liczba/rodzaj podjętych działań	14 zarejestrowanych relacji	28 zarejestrowanych relacji	9 zarejestrowanych relacji	budżet Miasta	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Suwalska Biblioteka Pamięci – digitalizowanie fotografii i dokumentów oraz udostępnienie ich w Internecie	liczba/rodzaj podjętych działań	435 zdigitalizowanych fotografii i dokumentów	ponad 1000 stron zdigitalizowanych fotografii i dokumentów	716 zdigitalizowanych fotografii i dokumentów	budżet Miasta	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Fundacja „Jedzenie ma moc” przeprowadziła warsztaty kulinarne w Klubie Seniora	liczba podjętych działań/liczba osób	4/48	----	----	- środki własne NGO - budżet Miasta	Fundacja „Jedzenie ma moc”
	Eko Piątki dla Seniora – Edukacja ekologiczna i aktywizacja osób starszych	liczba podjętych działań/liczba osób	----	----	20/150	- środki własne NGO - budżet Miasta	Klub Seniora „Oratorium 60+”
	Przejażdżka rowerowa i udział w imprezie „Wielki dzień pszczół” zorganizowany w Wigierskim Parku Narodowym w Krzywym – spotkanie z dr Anną Krzysztofiak na temat dziko żyjących zapylaczy oraz gra terenowa o pszczelej tematyce	liczba podjętych działań/liczba osób	----	----	1/60	środki własne Wigierskiego Parku Narodowego	Klub Seniora „Oratorium 60+”

3.3	Prowadzenie zakładki na stronie internetowej Miasta Suwałki dedykowanej seniorom						
	Sukcesywnie zamieszczane były informacje na stronie internetowej www.um.suwalki.pl w zakładce „dla mieszkańca”/seniorzy/aktualności	liczba zamieszczonych informacji	ok. 17	ok. 11	ok. 11	bez nakładów finansowych	Miasto Suwałki
	Biuro Prezydenta Miasta przekazywało informacje, w które zaangażowani byli seniorzy na stronie www.um.suwalki.pl i na Facebooku Pogodne Suwałki. Były przygotowywane różne informacje o wsparciu /miasta Suwałki dla seniorów w związku z pandemią koronowirusa i procesem szczepień. Informacje były również za każdym razem wysyłane do wszystkich lokalnych mediów. O działaniach na rzecz seniorów mówiono również w „Audycji z Ratusza” w TV Suwałki i w Radiu 5	liczba zamieszczonych informacji	ok. 50	ok. 50	ok. 50	budżet Miasta	Wydział Obsługi Prezydenta, Komunikacji Społecznej i Promocji
Cel operacyjny 4: Edukacja cyfrowa							
4.1	Przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu seniorów poprzez działania na rzecz zwiększenia ich sprawności w korzystaniu z nowoczesnych technologii (komputer, internet, smartfon itp.)						
	- Kawiarenka internetowa w Klubie Seniora Ciesielska 15 - Udział w warsztatach DIGITAL Polska we współpracy z Zespołem Szkół Technicznych przy ul. Sejneńskiej	liczba podjętych działań	ok. 12	ok. 40	ok. 30	budżet Miasta	Stowarzyszenie UTW
	Warsztat technologiczny „Senior a technologia”	- liczba warsztatów - liczba osób	- 2 warsztaty 8 godzinne - 30 osób	----	----	- środki zewnętrzne - środki własne NGO - budżet Miasta	CAS PRYZMAT
	Agencja Rozwoju Regionalnego „ARES” zorganizowała kurs komputerowy dla seniorów	liczba osób	20	----	60	środki zewnętrzne	- Agencja Rozwoju Regionalnego „ARES” - Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach
	Zajęcia w Klubie Seniora pn. „Pogotowie komputerowe”	liczba podjętych działań	11	22	28	- środki własne NGO - budżet Miasta	SASA „Nie Po Drodze”

	- Kursy Komputerowe 100 godzinne dla osób powyżej 60 roku życia w ramach przeciwdziałania wykluczeniu cyfrowemu, - Udział w webinarium dotyczących przeciwdziałaniu wykluczeniu cyfrowemu	- liczba kursów - liczba osób	-----	- 4 kursy, - 80 osób	- 1 webinarium - 20 osób	środki zewnętrzne	Klub Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach
	Warsztaty informatyczne podnoszące kompetencje cyfrowe dla uczestników Klubu Senior +	liczba godzin/liczba osób	----	----	45/24	- budżet Miasta - budżet państwa	MOPR Suwałki
4.2	Szkolenia seniorów przez wolontariuszy i młodsze pokolenie w zakresie obsługi komputera						
	Warsztat komunikacji międzypokoleniowej	- liczba warsztatów - liczba osób	- 1 warsztat 4 godzinny - 15 osób	----	----	- środki zewnętrzne - środki własne NGO	CAS PRYZMAT
Cel strategiczny 4: Integracja międzypokoleniowa i kształtowanie pozytywnego postrzegania osób starszych w społeczeństwie							
Lp.	ZREALIZOWANE DZIAŁANIA	WSKAŹNIKI	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2021 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2022 r.	LICZBOWE OKREŚLENIE W LATACH – 2023 r.	ŹRÓDŁA FINANSOWANIA	REALIZATORZY
Cel operacyjny 1. Prezentacja aktywności osób starszych w społeczeństwie oraz wzmocnienie wizerunku osób starszych							
1.1	Prezentacja dorobku seniorów oraz działań na rzecz seniorów						
	Udział seniorów z Suwalskiego Klubu Seniora na Osiedlu Północ: w 2021-2023 r. w „Nocy Świętojańskiej” w Bakałarzewie, udział w wydarzeniu „Między nami Pokoleniami” oraz w „Senioralnym Forum Wymiany Doświadczeń”, udział w wydarzeniach: Eko Piknik nad Stawem, urodziny Klubu - występ grupy teatralnej z zespołem Susz, prawdziwe tournee, występy grupy teatralnej w Pałacyku Konopackiego w Warszawie, w DPS w Częstochowie i ROD w Kajetanach, Suwalska Majówka Społeczna, ”Człowiek i rzeka” Suwalski Jarmark Folkloru, w obchodach dnia kobiet w Klubie, Dnia Matki, Wigilii	liczba prezentacji/spotkań	3	9	8	- bez nakładów finansowych - środki zewnętrzne - środki własne NGO	SASA „Nie Po Drodze”

	Klubowej oraz urodzinach Kopuły , Andrzejkach czy akcji „wymienialna w Klubie”						
	Debata wolontariacka „Daj się wciągnąć w wolontariat! – wolontariat długoterminowy a aktywność seniorów”	liczba debat	1	----	----	- środki zewnętrzne - środki własne NGO	CAS PRYZMAT
	Podlaska Gala Wolontariatu w ramach której odbyła się debata wolontariacka „Wolontariat - co zrobić, żeby zagrało?”	liczba debat	----	1	1	- środki zewnętrzne - środki własne NGO	CAS PRYZMAT
	Cotygodniowa audycja „Suwalski SMS” czyli Stan Młodości Stabilnej w Radiu 5, przygotowana i prowadzona przez Prezesa UTW Marię Lauryn – inicjatywa własna – wolontariat Marii Lauryn	liczba audycji	40	40	40	- bez nakładów finansowych - środki Radia 5	- Radio 5 - Pani Maria Lauryn
	Wkładka tematyczna w DwuTygodniku Suwalskim”	liczba działań	1	----	----	środki DwuTygodnika Suwalskiego	- Suwalska Rada Seniorów - DwuTygodnik Suwalski
	Suwalska Majówka Społeczna	liczba działań	----	1	1	bez nakładów finansowych	- Miasto Suwałki - Suwalski Ośrodek Kultury - Organizacje pozarządowe
1.2	Promocja najbardziej aktywnych organizacji pozarządowych i liderów oraz uhonorowanie najbardziej aktywnych seniorów.						
	Podlaskie Forum Wolontariatu w ramach którego odbyła się Gala Wolontariatu: 2021 r.: a) liczba uhonorowanych wolontariuszy b) liczba uhonorowanych organizacji/Klubów Seniora 2022 r.: a) liczba uhonorowanych wolontariuszy, którzy otrzymali statuetki za zaangażowanie społeczne, w etapie Regionalnym Ogólnopolskiego konkursu „Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności” b) liczba wolontariuszy, którzy otrzymali medale za bezinteresowną działalność społeczną	- liczba uhonorowanych seniorów - liczba uhonorowanych organizacji	a) 3 b) 3	a) 4 b) 12 c) 8	a) 2 b) 11	- środki zewnętrzne - środki własne NGO	CAS PRYZMAT

	<p>c) liczba uhonorowanych organizacji/Klubów Seniora 2023 r.:</p> <p>a) liczba wolontariuszy, którzy otrzymali statuetki za zaangażowanie społeczne, w etapie Regionalnym Ogólnopolskiego konkursu „Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności” (1 z tych osób zajęła III miejsce w etapie Ogólnopolskim ww. Konkursu)</p> <p>b) liczba wolontariuszy, którzy otrzymali medale za bezinteresowną działalność społeczną</p>						
	Seniorzy przedstawiani i promowani byli przez Prezesa UTW Panią Marię Lauryn w cotygodniowej audycji „Suwalski SMS” czyli Stan Młodości Stabilnej w Radiu 5. Inicjatywa własna Pani Marii Lauryn.	liczba audycji	40	40	40	- bez nakładów finansowych - środki Radia 5	- Pani Maria Lauryn - Radio 5
	Prezentacja organizacji senioralnych uczestniczących w Suwalskiej Majówce Społecznej	liczba organizacji senioralnych	----	3	3	bez nakładów finansowych	- Miasto Suwałki - Organizacje pozarządowe - SOK
	Uhonorowanie zwycięzców Suwalskiej Olimpiady Seniorów	liczba uhonorowanych zwycięzców	----	37	36	- budżet Miasta - OSIR	- Miasto Suwałki - OSIR - SOK - Suwalska Rada Seniorów
1.3	Wymiana doświadczeń w zakresie działalności senioralnej						
	- Senioralne Forum Wymiany Doświadczeń - Spotkanie branżowe „Wolontariat w obszarze pomocy społecznej”	- liczba podjętych działań/ liczba osób	1	2	1/98	- środki własne NGO - środki zewnętrzne	- Suwalska Federacja Organizacji Pozarządowych - RAZEM - CAS PRYZMAT
	- Udział przedstawicieli SRS w kongresie „Samorządy i rady seniorów - potrzeba współpracy w województwie podlaskim” (w tym wystąpienie wiceprzewodniczącej SRS, prezentujące działania na rzecz suwalskich seniorów); - Organizacja spotkania w Urzędzie	liczba podjętych działań	7	6	----	- środki własne NGO - budżet Miasta	- Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego - Miasto Suwałki - Organizacje

	<p>Miejskim w Suwałkach członków SRS, Prezydenta Miasta Suwałk z przedstawicielami Stowarzyszenia Szukamy Polski, Ośrodka Wspierania Podlaskich Rad Seniorów i redakcji portalu „podlaski senior.pl”;</p> <p>- Organizacja wizyty studyjnej w Suwałkach członków Rad Seniorów z Puńska i z Sokółki (spotkanie służyło wymianie doświadczeń, wyjaśnieniu różnic w kompetencjach rad seniorów i pozarządowych organizacji senioralnych;</p> <p>- Udział członków Suwalskiej Rady Seniorów w IV Forum Podlaskich Rad Seniorów;</p> <p>- Udział członków SRS w II Kongresie Rad Seniorów w Supraślu (przygotowanie i realizacja prezentacji);</p> <p>- Udział wiceprzewodniczącej SRS w Kongresie Ogólnopolskiego Porozumienia o Współpracy Rad Seniorów w Krakowie (wiceprzewodnicząca została wybrana członkiem zarządu na kolejną kadencję);</p> <p>- Udział członków SRS w Senioralnym Forum Wymiany Doświadczeń (prezentacja przygotowana przez przewodniczącą SRS)</p>						<p>Pozarządowe</p> <p>- Suwalska Rada Seniorów</p>
1.4	Organizowanie kampanii społecznych wzmacniających wizerunek osób starszych						
	Prezentacja działań na rzecz suwalskich seniorów na konferencji naukowej „Niesamodzielna starość” w Białymstoku	liczba kampanii/ konferencji	1	----	----	bez nakładów finansowych	<p>- Podlaski Urząd Wojewódzki</p> <p>- Miasto Suwałki</p>
1.5	Inicjatywy lokalne skierowane do osób starszych lub realizowane przez osoby starsze						
	<p>- Akcje społeczne dla dzieci i młodzieży wraz z ich udziałem</p> <p>- Inicjatywy wolontarystyczne realizowane przez osoby starsze</p>	liczba inicjatyw	18	7	12	bez nakładów finansowych	<p>- CAS PRYZMAT</p> <p>- Suwalska Federacja Organizacji Pozarządowych RAZEM</p> <p>- Klub Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach</p>
	Zorganizowano działania z cyklu „Spotkania szczęśliwych seniorów”	liczba inicjatyw	9	----	----	bez nakładów finansowych	SASA „Nie Po Drodze”

<p>Koperta Życia – w 2015 r. została rozpoczęta dystrybucja Kopert Życia. Jest to informacja dotycząca historii chorób i zażywanych leków, co ma na celu ułatwienie pracy służb medyczno – ratowniczych. Akcja kierowana jest w szczególności do samotnych mieszkańców Suwałk w wieku poprodukcyjnym 60/65 lat.</p>	<p>liczba inicjatyw</p>	<p>1 (dystrybucja pakietów)</p>	<p>1 (dystrybucja pakietów)</p>	<p>1 (dystrybucja pakietów)</p>	<p>budżet Miasta</p>	<p>- UM - MOPR - Organizacje Pozarządowe</p>
<p>- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Suwałkach zorganizował W 2021 r.:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) wycieczkę „Piękno Polski Wschodniej” b) 2 turnusy wypoczynkowo-rehabilitacyjne <p>W 2022 r.:</p> <p>Wycieczkę do :</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Warszawy b) Mamerki-św. Lipka – Olsztyn – Elbląg – Gietrzwałd <p>Wczasy:</p> <ul style="list-style-type: none"> c) Władysławowo d) Krynica Górską <p>W 2023 r.:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) wycieczka „Szlakiem tatarskim” b) turnus rehabilitacyjny <p>Wczasy:</p> <ul style="list-style-type: none"> c) Chorwacja d) Mrzeżyno <p>oraz:</p> <ul style="list-style-type: none"> e) Akademię z okazji „Światowego Dnia Inwalidy” f) Piknik integracyjny g) Spotkanie opłatkowe 	<p>liczba podjętych działań/liczba osób</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) 1/48 b) 2/74 	<ul style="list-style-type: none"> a) 1/ 48 b) 1/42 c) 1/50 d) 1/30 	<ul style="list-style-type: none"> a) 1/43 b) 1/45 c) 1/57 d) 1/31 e) 1/70 f) 1/80 g) 1/50 	<ul style="list-style-type: none"> - PFRON - środki własne NGO - wpłaty uczestników 	<p>Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów w Suwałkach</p>
<p>Wycieczka „Szlakiem Bitwy Warszawskiej 1920” na trasie Suwałki, Radzymin (Cmentarz Żołnierzy Polskich 1920), Ossów (Krzyż ks. Skorupki),</p>	<p>liczba uczestników</p>	<p>----</p>	<p>45</p>	<p>----</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Środki własne NGO - budżet Miasta 	<p>Klub Seniora „Oratorium 60+” w Suwałkach</p>

	Cmentarz Poległych w Bitwie Warszawskiej, Warszawa (Grób Nieznanego Żołnierza, Pomnik Józefa Piłsudskiego, Muzeum Powstania Warszawskiego, Bazylika Najświętszego Serca Pana Jezusa na Pradze						
	Klub Senior + zorganizował wycieczkę „Szlakiem Tatarskim”	liczba działań/liczba osób	----	----	1/29	- budżet państwa - budżet Miasta	MOPR Suwałki
Cel operacyjny 2. Wzmocnienie integracji międzypokoleniowej							
2.1	Organizacja międzypokoleniowych przedsięwzięć – wspólne imprezy integracyjne, kulturalne, sportowe, audycje itp.						
	Suwałki Festyn Pokoleń	liczba podjętych działań	1	----	----	- środki własne NGO - środki zewnętrzne	Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT
	Suwałki Ośrodek Kultury zorganizował imprezę międzypokoleniową dla seniorów i dzieci	liczba podjętych działań	1	9	----	budżet SOK	SOK Suwałki
	Placówki Oświatowe organizowały międzypokoleniowe przedsięwzięcia w postaci spotkań organizowanych przy współpracy z Centrum Aktywności Społecznej Pryzmat oraz Podlaskiej Sieci Wolontariatu	liczba podjętych działań	1	17	----	- budżet Miasta - środki finansowe Rady Rodziców	przedszkola, szkoły podstawowe i szkoły ponadpodstawowe
	Jednostki systematycznie współpracują z DPS „Kalinka” w Suwałkach, z Uniwersytetem Trzeciego Wieku, z chórem „CANTO”		43	19	4		
	Organizowane były spotkania z okazji Dnia Babci i Dziadka, Jasełka, uroczystości z okazji rocznicy - 11 Listopada (Święta Niepodległości). Oraz Dnia Edukacji Narodowej - „W krainie bajek” czyli najlepiej czytają seniorzy” – słuchanie bajek czytanych przez babcie i dziadków w poszczególnych		1	80	53		

<p>grupach przedszkolnych, - „Element wiosny czyli drobny upominek wiosenny” wykonany przez same przedszkolaki i wręczony spotkanym seniorom po przedszkolnych obchodach I Dnia Wiosny w parku im. Marii Konopnickiej</p> <p>Współpraca I LO w Suwałkach z Teatrem Amatorskim w Suwałkach „Grupa Kłusowników – Straż Przednia” im. Karola Wojtyły</p> <p>Wydarzenia, w które włączyli się uczniowie I LO jako wolontariusze w zakresie międzypokoleniowych przedsięwzięć</p>			----	----	1		
<p>W ramach przedmiotu CAS (Creativity, Activity, Service) młodzież I LO realizuje następujące przedsięwzięcia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomoc osobom starszym w robieniu porządków i zakupów; - systematyczne spotkania międzypokoleniowe, wymiana opinii, wiedzy i wzajemne wspieranie się. <p>- Zbiórki żywności w ramach Koła Caritas - przeprowadzono zbiórki żywności w ramach Banku Żywności i Szkolnego Koła Caritas (dwukrotnie w ciągu każdego roku). Zebraną żywność i środki czystości rozdysponowano dla osób potrzebujących, w dużej mierze seniorów.</p>			----	----	2		
			----	----	2		

	<p>Akcja charytatywna na rzecz suwalskiego hospicjum . Akcja pod hasłem „SERCE ZA ODWAGĘ” organizowanej przez Stowarzyszenie “Pro Patria – Lokalni Patrioci”, Stowarzyszenie Głos Bohatera, Fundację Pamięci Narodów oraz Miejskie Przedszkole nr 2 w Płocku. Celem przedsięwzięcia było przygotowanie bożonarodzeniowych kartek świątecznych dla kombatantów II wojny światowej, którym zawdzięczamy wolną i niepodległą Polskę</p>		----	----	2		
	<p>a) Zorganizowana została V Edycja Międzypokoleniowego Przeglądu Pieśni Patriotycznych</p> <p>b) Zorganizowano VI Edycję Międzypokoleniowego Przeglądu Pieśni Patriotycznych</p> <p>c) VII Międzypokoleniowy przegląd Pieśni Patriotycznych</p> <p>d) Spotkania z pieśnią patriotyczna wraz z uczniami Szkoły Podstawowej nr 10 i Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Suwałkach</p>	<p>liczba podjętych działań/liczba osób</p>	<p>a) 1</p>	<p>b) 1/ok. 500 osób</p>	<p>c)1/650 osób d) 2/250 osób</p>	<p>- środki własne NGO - budżet Miasta</p>	<p>Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT</p>
	<p>Organizacja koncertu „Między nami pokoleniami” w SOK przez Stowarzyszenie Suwalskie Starszaki oraz wiceprzewodniczącą SRS</p>	<p>liczba podjętych działań</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	<p>1</p>	<p>- budżet SOK - środki własne NGO</p>	<p>- Stowarzyszenie Suwalskie Starszaki - SOK</p>
	<p>Zorganizowano otwarte spotkania w Suwalskim Klubie Seniora na Osiedlu Północ</p>	<p>liczba podjętych działań</p>	<p>6</p>	<p>6</p>	<p>5</p>	<p>- środki własne NGO - budżet Miasta</p>	<p>SASA „Nie Po Drodze”</p>

	Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki zorganizowało szereg działań wzmacniających integrację międzypokoleniową np. Mikołajki	liczba podjętych działań	----	7	5	- środki własne NGO - budżet Miasta	Stowarzyszenie im. ks. Jerzego Popiełuszki w Suwałkach
	a) zorganizowano koncerty plenerowe wokalnie – muzyczne oraz wystawę fotografii dedykowane między innymi seniorom w ramach zadania „MAT w Pogodnych Suwałkach – Między nami pokoleniami oraz „Muzyczna historia spacerów Suwałczan” b) koncerty, montaże poetycko-muzyczne	liczba podjętych działań	a) 3	a) 10	b) 12	- środki własne NGO - budżet Miasta - własne środki fin. Stow. „Suwalskie Starszaki”	- Stowarzyszenie Suwalskie Starszaki - Związek Ukraińców w Suwałkach
	Zorganizowano koncerty wokalnie – muzyczne skierowane między innymi do suwalskich seniorów w ramach realizacji zadania a) „Inspiracje Seniorów z Pasją” – 2021 r., b) „Horyzont inspiracją dla Suwalskich Seniorów” – 2022 r. c) „Razem w stronę kultury” – 2023 r. oraz wystawiono sztukę teatralną „Zryw wolności” o Powstaniu Styczniowym w związku ze 160 rocznicą Powstania. d) Zorganizowano koncerty wokально-muzyczne skierowane między innymi do suwalskich seniorów w ramach realizacji zadania „Razem w stronę kultury”	liczba podjętych działań/liczba osób	a) 7	b) 5	c) 2 koncerty 1 spektakl d) 7 działań około 1000 osób	- własny wkład Stow. Horyzont - budżet Miasta	Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT
	- Wystawiono spektakle teatralne pt. „Retusz” poświęcone historii suwalskich Żydów, zorganizowano koncert wokalnie – muzyczny „Ocalić od zapomnienia” oraz przygotowano wystawę fotograficzną „Życie po Suwałkach”, działania zrealizowane w ramach zadania publicznego pt. „Retusz”	liczba podjętych działań/liczba osób	6	8	4/340	- wkład osobowy Stowarzyszenia Twórczych Seniorów „Rozłogi” - budżet Miasta	Stowarzyszenie Twórczych Seniorów „ROZŁOGI”

<p>były skierowane między innymi do suwalskich seniorów</p> <p>- W ramach działalności sekcji poetycko – literackiej, w strukturach Stowarzyszenia Twórczych Seniorów „ROZŁOGI”, powstał KABARET LITERACKI ROZŁOGI. Działalność rozpoczął od 15.05. 2022 r. przy współpracy z Suwalskim Ośrodkiem Kultury. Projekt zakładał integrację międzypokoleniową środowiska. Zaproszono młodych artystów z grup artystycznych działających przy SOK – u do współpracy. Wokalistki z grupy wokalne Świetliki, grupy aktorskie z Teatru Hybrydowego działającego pod kierunkiem Mirosławy Krymskiej – instruktora teatralnego wraz z aktorami teatru „WEHIKUŁ CZASU” – amatorskiej grupy teatralnej działającej w ramach sekcji Stowarzyszenia Twórczych Seniorów „ROZŁOGI”. Odbyło się 6 spotkań w Kawiarence Artystycznej Suwalskiego Ośrodka Kultury przy ul. Noniewicza 71, spotkania nawiązywały do klasyki kabaretu polskiego. Ponieważ rok 2022 ogłoszony był ROKIEM MARII KONOPNICKIEJ, w każdym spotkaniu uczestniczyła postać Marii Konopnickiej jako poetka, znana suwalczanka.</p> <p>2023 – w ramach realizacji zadania publicznego pt. „Kabaret Literacki ROZŁOGI: Mono i dialogi na cztery nogi” odbyły się spotkania kabaretowe nawiązujące do klasyki kabaretu polskiego, mające na celu prezentację dorobku autorów pochodzących z Suwałk oraz integrację międzypokoleniową</p>						
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	--	--

	<p>- Wystawiono widowisko teatralno – muzyczne w hołdzie Papieżowi św. Janowi Pawłowi II pt. „Orędownik miłości i pokoju” skierowane między innymi do suwalskich seniorów</p> <p>- zorganizowano koncerty wokально-muzyczne</p>	liczba podjętych działań	1	1	5	budżet Miasta	<p>- Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku</p> <p>- zespoły artystyczne UTW: Grupa Teatralna „Uniwersalni”, Chór „Złota Jesień”, Grupa Taneczna „Srebrne Pierwioski”</p>
	<p>- Zrealizowano zadanie pt. „Międzypokoleniowe wędrówki śladami Jaćwieży”, w ramach którego odbyły się warsztaty kulinarne, wokально – taneczne oraz rękodzieła, wycieczka krajoznawcza po Suwalszczyźnie, gra miejska, wykłady edukacyjne. W działaniach wzięła między innymi grupa suwalskich seniorów.</p> <p>- Zrealizowano zadanie pt. „Niecodzienna codzienność – o harcerskiej służbie w życiu Marii Krystyny Kapuścińskiej z domu Rylskich”, w ramach którego odbyła się międzypokoleniowa wieczornica harcerska, wystawa poświęcona historii harcerstwa na Suwalszczyźnie i działalności drużyny Kapuścińskiej oraz warsztaty archiwalno - historyczne. W działaniach wzięła między innymi grupa suwalskich seniorów.</p>	liczba podjętych działań	9	----	----	<p>- budżet Miasta</p> <p>- własne środki fin. Związku Harcerstwa Polskiego Hufiec Suwałki</p>	Związek Harcerstwa Polskiego, Hufiec Suwałki
			----	3	----		

	<p>Zrealizowano zadanie „Ukraiński Piknik Kulinarny – Sąsiedzi przy stole”, w ramach którego odbyły się warsztaty taneczne, wokalne oraz koncert wokalny – muzyczny towarzyszący zmaganiom ekip kucharskich. W działaniach uczestniczyli między innymi suwalscy seniorzy. Wśród widzów koncertu byli w przeważającej większości także suwalscy seniorzy.</p>	<p>liczba podjętych działań</p>	<p>3</p>	<p>----</p>	<p>----</p>	<p>- środki własne NGO - budżet Miasta</p>	<p>- Stowarzyszenie Związek Ukraińców w Suwałkach - Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT - Stowarzyszenie Suwalskie Starszaki - Miasto Suwałki</p>
	<p>- W ramach zadania pt. „Obiady czwartkowe” zorganizowano plenerowe koncerty muzyczne przy galerii SOK „Stara Łażnia”, słuchaczami których byli między innymi suwalscy seniorzy.</p> <p>- W ramach zadania pt. „Obiady czwartkowe z Konopnicą” zorganizowano 14 scen balkonowych o charakterze muzyczno – poetyckim i muzycznym oraz koncert plenerowy z udziałem Miejskiej Orkiestry Dętej z Olecka, ponadto wydano tomik poezji. Zadanie było skierowane między innymi do suwalskich seniorów.</p>	<p>liczba podjętych działań</p>	<p>3</p> <p>----</p>	<p>----</p> <p>16</p>	<p>----</p> <p>----</p>	<p>- środki własne NGO - budżet Miasta</p> <p>- wkład własny Fundacji ART – SOS - budżet Miasta</p>	<p>- Fundacja ART – SOS Alicji Roszkowskiej - SOK Suwałki</p>

	Zorganizowano koncert kolęd i pastorałek, w którym uczestniczyli między innymi suwalscy seniorzy.	liczba podjętych działań	1	1	----	budżet Miasta	- Stowarzyszenie Kulturalno – Społeczne PRIMO - SOK Suwałki - Miasto Suwałki
	- Suwalska Olimpiada Seniorów – zaproszenie uczniów 3 suwalskich szkół podstawowych do kibicowania zawodnikom w turnieju lekkoatletycznym	liczba podjętych działań	----	1	----	budżet Miasta	Suwalska Rada Seniorów
	SWAT czyli Suwalska Wielopokoleniowa Akademia Tradycji – Ballada o Aleksandrze Piłsudskiej	- liczba podjętych działań - liczba osób	----	----	1/700	- budżet Miasta - Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego	- Stowarzyszenie Suwalskie Starszaki - Suwalski Ośrodek Kultury
2.2	Realizacja programów/projektów w zakresie integracji międzypokoleniowej						
	„Odjazdowy bibliotekarz” – rajd rowerowy dla czytelników i bibliotekarzy	liczba uczestników	40	50	50	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Suwalskie limeryki latem-konkurs literacki dla wszystkich grup wiekowych	liczba uczestników	81	94	83	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Piknik na Klonowej – spotkanie integracyjne	liczba uczestników	90	100	100	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Wieczór wspomnień o Marii Kapuścińskiej (w 100 Rocznicę urodzin) w Bibliotece przy ul. E. Plater 33 A	liczba uczestników	50	----	----	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
	Dzień Seniora w placówce Biblioteki – Strefy Odkrywania ,Wyobraźni i Aktywności w Suwałki przy ul. Innowacyjna 1	liczba uczestników	----	28	12	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach

„Narodowe Czytanie” – „Nad Niemnem” E. Orzeszkowej; na skwerku przy ul. Klonowej	liczba uczestników/ ilość spotkań	----	----	11/13	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
Spotkania i warsztaty inspirowane literaturą	liczba uczestników/ ilość spotkań	----	----	158/9	bez nakładów finansowych	Biblioteka Publiczna im. M. Konopnickiej w Suwałkach
Suwalski Ośrodek Kultury przeprowadził programy/projekty mające na celu integrację seniorów	liczba programów /projektów	4	5	7	budżet SOK	SOK Suwałki
W ramach zadania pn. „Sięgamy po sukcesy” zrealizowano: a) XVIII Integracyjny Bieg Uliczny b) XVII Animacje Teatralne	liczba zadań/liczba osób	----	----	a) 1/250 b) 1/120	- środki własne NGO - budżet Miasta	- DPS „Kalina - Stowarzyszenie Przyjaciół DPS „Kalina”

Z budżetu Miasta Suwałki na działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym w poszczególnych obszarach wydatkowano:

Lp.	Obszar	2021	2022	2023
W ramach współpracy z organizacjami pozarządowymi w poszczególnych latach wydatkowano:				
I.	Prowadzenie klubów seniora oraz wspieranie kampanii społecznych dotyczących seniorów, rozwój aktywności, uczestnictwo w życiu społecznym	166 770,45 zł ok. 235 odbiorców	187 845,21 zł ok. 237 odbiorców - 20 000 zł, ok. 35 odbiorców „Oratorium 60 +” - 20 000 zł, ok. 58 odbiorców „Dobry czas” - 37 845,21 zł, ok. 77 odbiorców „Ciesielska 15” - 110 000 zł, ok. 67 odbiorców „Nie Po Drodze” - utworzenie Klubu Senior + ul. Zastawie 38 • 93 818,69 zł – budżet miasta • 200 000,00 zł – budżet państwa	187 921,12 zł ok. 334 odbiorców - 22 000 zł, ok. 41 odbiorców „Oratorium 60 +” - 16 000 zł, ok. 95 odbiorców „Dobry czas” - 39 921,12 zł, ok. 85 odbiorców „Ciesielska 15” - 110 000 zł, ok. 113 odbiorców „Nie Po Drodze” - Klub Senior +, ok. 66 odbiorców • 55 934,70 zł – budżet miasta • 40 798,24 zł – budżet państwa
	Wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej	1000,00 zł 46 odbiorców	0,00 zł	0,00 zł
	Z zakresu kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i dziedzictwa narodowego	70 900,00 zł 4 000 odbiorców	85 000,00 zł 5 500 odbiorców	62 500,00 zł 4 000 odbiorców
	Suma	238 670,45 zł	272 845,21 zł Senior + 93 818,69 zł – budżet miasta 200 000,00 zł – budżet państwa	250 421,12 zł Senior + 55 934,70 zł – budżet miasta 40 798,24 zł – budżet państwa
II.	Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania osób wymagających pomocy	3 118 640,48 zł 225 osób	2 322 435,32 192 osoby	3 249 175,26 208 osób
III.	Profilaktyczne szczepienia przeciwko grypie seniorów powyżej 65 roku życia	111 600,00 zł 1 116 seniorów	130 500,00 zł 1305 seniorów	-----
IV.	Konsultacje lekarskie – geriatryczne dla	14 600,00 zł	----	----

	seniorów Porady geriatryczne	23 pacjentów, 3 wykłady		
VII.	Program „Złota rączka” dla seniora	60 000,00 zł	60 000,00 zł	59 400,00 zł
		1 000 usług	1 000 usług	1009 usług
VIII.	Suwalska Karta Mieszkańca dla seniorów – ilość zawnioskowanych Suwalskich Kart Seniora a) od początku realizacji Programu do 28 października 2021 r., b) od 29 października do 31 grudnia 2021 r. c) od 01.01.2022 r. do 31.12.2022 r. d) od 01.01.2023 r. do 31.12.2023 r.	a) 4 705 b) 700	c) 2249	d) 671
Ponadto:				
X.	W ramach inwestycji drogowych na terenie Miasta Suwałk dokonano likwidacji barier architektonicznych i komunikacyjnych, na które wydatkowano w poszczególnych latach:	13 453 096,43 zł	17 435 024,71 zł	45 701,553,74 zł
XI.	W ramach modernizacji istniejące przejścia dla pieszych dostosowano do potrzeb osób starszych i niepełnosprawnych poprzez obniżenie krawężników, na które wydatkowano w poszczególnych latach:	10 400,00 zł	31 200,00 zł	27 350,00 zł

Analiza działań podjętych w latach 2021-2023 w ramach Programu Działań na Rzecz Seniorów na lata 2021-2026 w Mieście Suwałki wskazuje na chęć partycypacji wielu podmiotów w podejmowanych zadaniach edukacyjnych, społecznych i kulturalnych realizowanych na rzecz suwalskich seniorów, jak również w działaniach mających na celu integrację międzypokoleniową suwalskiego społeczeństwa.

Z przedłożonego sprawozdania wynika, że działania realizowane są wielokierunkowo. Seniorzy w Mieście Suwałki mają możliwość aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym, rozwijania swoich zainteresowań, korzystania z różnych form wsparcia. Zrealizowane działania dały możliwość stworzenia właściwych warunków do pobudzenia większej aktywności seniorów, dostrzeżenia ich problemów i potrzeb.

Istotną rolę w realizacji Programu Działań na Rzecz Seniorów odgrywiają organizacje pozarządowe, które reprezentują interesy i potrzeby osób starszych oraz sprzyjają ich zaangażowaniu w życie lokalnej społeczności.

Podjęte działania zapewniły wsparcie seniorom oraz zaspokoili ich potrzeby na wysokim poziomie, co daje warunki do aktywnego i godnego starzenia się. Należy również wskazać, że zrealizowane działania spotkały się z aprobatą osób starszych, dlatego wskazane jest rozwijanie idei wspierania osób starszych celem przeciwdziałania marginalizowania problemów tej sporej, pod względem liczebności, grupy społecznej.

Zrealizowane działania przyczyniły się w znacznym stopniu do poprawy jakości i poziomu życia suwalskich Seniorów. Dalsza realizacja Programu pozwoli na utrwalenie znaczenia społecznego starszych mieszkańców Suwałk i ich miejsca w hierarchii społecznej poprzez stworzenie systemu wzajemnie

powiązanych działań instytucji i organizacji służących seniorom i ich rodzinom oraz utrwalenie idei integracji międzypokoleniowej.