

Ukazał się styczniowy Senioralny Poznań z Tytką Seniora!

SENIORALNY POZNAŃ

MIESIĘCZNIK
DLA SENIOREK
I SENIORÓW
STYCZEŃ 2025

www.poznan.pl
ISSN 2658-1272
WYDANIE CYFROWE
ISSN 2956-5545

TYTKA
SENIORA
wewnątrz numeru

www.centrumis.pl
nr 1 (61) 2025
Serwis miejski
m.poznan.pl

Co w PBO 2025 dla seniorów?

Znamy zwycięskie projekty Poznańskiego Budżetu Obywatelskiego 2025. Do realizacji zakwalifikowało się 58 pomysłów zgłoszonych przez mieszkańców. Wśród nich jest wiele projektów dla seniorów. Czekają na nich szeroka oferta bezpłatnych zajęć sportowych, spacerów, warsztatów i zajęć artystycznych.

Do tegorocznej edycji PBO mieszkańcy zgłosili 170 pomysłów. Głosowanie trwało od 7 do 28 października. Wybór projektów, tak jak w latach poprzednich, odbywał się drogą elektroniczną. Oddano ponad 50 tys. głosów.

Do realizacji zakwalifikowało się 58 projektów: 7 ogólnomiejscowych – 2 duże, 3 małe i 2 w ramach Zielonego Budżetu oraz 51 rejonowych – 26 dużych i 25 małych. Na ich realizację miasto przeznaczy 28 mln zł. Wiele zwycięskich projektów jest adresowanych bezpośrednio do seniorów lub uwzględnia specyficzne potrzeby tej grupy. Zajęcia są bezpłatne i ogólnodostępne, ale należy pamiętać, że trzeba się na nie wcześniej zapisać.

11 734 głosy oddano na znany z poprzednich edycji PBO projekt ogólnomiejscowy *Trener osiedlowy, Trener senioralny*. To zajęcia animacji czasu wolnego i aktywizacji fizycznej dla dzieci, młodzieży i seniorów. Na osoby po 60. roku czekają zajęcia z tańca, nordic walkingu, zdrowego kręgosłupa, aqua fitness, aerobiku oraz zajęcia gimnastyczne m.in. na otwartych siłowniach. Będą się odbywały na 15-20 boiskach ze sztuczną nawierzchnią, a te dla seniorów w kilkunastu miejscach rozsiągniętych na terenie całego miasta. Projekt uzyskał 1,9 mln zł dofinansowania.

5698 głosów i 1 mln zł dofinansowania uzyskał projekt *Kultura na firtlach*. To cykl plenerowych wy-

darzeń, warsztatów i animacji oraz kino „pod chmurką” na 23 poznańskich osiedlach. Projekt zakłada realizację bezpłatnych wydarzeń kulturalnych w ogólnodostępnych miejscach wskazanych przez rady osiedli i lokalne społeczności.

Dzięki 4506 oddanym głosom zrealizowany zostanie projekt *Bezpieczny firtel: pierwsza pomoc i AED*. Zakłada on zainstalowanie w ogólnodostępnych miejscach 8 urządzeń AED (Automatyczny Defibrylator Zewnętrzny), które umożliwiają defibrylację w przypadku nagłego zatrzymania krążenia. Projekt będzie kosztował prawie 200 tys. zł.

2642 głosy zgromadził winogradzki projekt *Nasz sportowy firtel – bezpłatne zajęcia dla wszystkich*, czyli całoroczne, bezpłatne zajęcia rekreacyjno-sportowe dla mieszkańców osiedli Nowe Winogrody Północ, Południe, Wschód, Stare Winogrody. Zajęcia będą różnorodne, prowadzone na wielu poziomach zaawansowania i dla różnych grup wiekowych, także dla seniorów. Projekt o tej nazwie będzie realizowany także w innych dzielnicach.

Na Ratajach będzie realizowana, znana z poprzednich lat, inicjatywa *Rataje – mój sportowy azyl*, którą poparło 1619 osób. Z kolei na ratajską edycję *Naszego sportowego firtla* zagłosowało 1299 osób. W ramach projektu czekają m.in. bezpłatne zajęcia z nordic walkingu nad Maltą



FOOTPRINTS/ISTOCK

i nad Wartą, zajęcia taneczno-gimnastyczne, zumba i ćwiczenia „zdrowy kręgosłup” dla seniorów. Będą się one odbywały w salach szkół podstawowych na terenie Chartowa, Rataj i Żegrza. To jeszcze nie wszystko, bo w tym samym rejonie miasta będzie również realizowany projekt *Sportowe Rataje*. Zajęcia poprowadzą wykwalifikowani trenerzy, którzy są świadomi, że dzieci czy seniorzy mają odmienne potrzeby i ograniczenia zdrowotne.

Na Podolanach i Strzeszynie mieszkańcy pomyśleli nie tylko o ciele, ale także o duchu. *Projekt Kultura*, który uzyskał 1587 głosów, zakłada organizację licznych, angażujących wydarzeń kulturalnych dla dzieci i seniorów. Przewidziano warsztaty plastyczne, czytelnicze, rysunkowe i różnego rodzaju zajęcia arty-

styczne. Wszystkie będą darmowe, odbędą się w szkołach, filiach Biblioteki Raczyńskich i na terenach ogólnodostępnych.

Wiele zwycięskich projektów jest skierowanych do wszystkich mieszkańców, zatem także do seniorów. Z pewnością chętnie wezmą udział w cyklu integracyjnych festynów osiedlowych na Ławicy, Górczynie, os. Kwiatowym i Junikowie. Zapewne ucieszą ich nowe nasadzenia drzew, krzewów i kwiatów realizowane w ramach dużego projektu *Zielone Firtle 2025*, który w tegorocznym głosowaniu zdobył najwięcej głosów (12 119), oraz *Ratujemy starodrzew Poznania* (5601 głosów), w ramach którego 2 mln zł z PBO zostaną przeznaczone na ratowanie cennych i starych drzew, które niszczy jemiola.

Być może seniorom spодoba się także projekt *Koziołkowe szaleństwo*, polegający na wprowadzeniu w miejską przestrzeń miniaturowych figurek poznańskich koziołków i pozycjach. Pomysł nie jest nowy, takie figurki są już w wielu polskich miastach. Wrocław ma krasnale, Gniezno – króliki, Zielona Góra – bachusy, Wałbrzych – gwarki. Poznań, co oczywiste, będzie miał koziołki. Staną na szlakach turystycznych, w parkach, przed ważnymi obiektami.

Zdaniem pomysłodawców będzie to doskonała forma promocji miasta i okazja do poznawania go zwłaszcza przez rodziny z dziećmi, które spacerując po uliczkach, będą mogły bawić się np. w znajdowanie figurek koziołków. red.

POZnań* KONTAKT
Linia miasta

61 646 33 44

POZnań* KONTAKT
Linia miasta

61 646 33 44

Senioralny Poznań to miesięcznik informacyjny, skierowany do poznańskich seniorek i seniorów. Wydawany jest przez Wydawnictwo Miejskie Poznania we współpracy z Centrum Inicjatyw Senioralnych oraz Miejską Radą Seniorów.

W najnowszym miesięczniku można znaleźć artykuł o zwycięskich projektach w Poznańskim Budżecie Obywatelskim. Z tego numeru będzie można dowiedzieć się o miejscach utylizacji choinki. W najnowszym wydaniu znaleźć można również wywiad z prof. Tomaszem Schrammem.

W styczniowym miesięczniku tradycyjnie znajduje się też Tytka Seniora, która pełna jest propozycji dla aktywnych oraz tych, którzy szukają kulturalnych uniesień. Jest też sporo podpowiedzi z zakresu zdrowia, wsparcia i bezpieczeństwa.

Sprawdźcie, jak bardzo senioralny jest Poznań!

Gazeta jest dostępna w kilkudziesięciu miejscach w Poznaniu:

- [Miejsca dystrybucji Senioralnego Poznania](#)

Wersja elektroniczna miesięcznika dostępna jest tu:

- [Elektroniczne wydania Senioralnego Poznania](#)