



INFORMATOR DLA SENIORA I OPIEKUNÓW SENIORA

**Formy pomocy społecznej oraz
wsparcia seniorów
w mieście Kielce**

Niniejszy informator prezentuje formy pomocy społecznej oraz różnorodnego wsparcia dla seniorów w mieście Kielce.

Został opracowany przez członków Kieleckiej Rady Seniorów w październiku 2024 roku na podstawie dokumentu: *Kielecki Program Senioralny na lata 2023-2027 „Seniorzy aktywni dla Kielc - Kielce przyjazne Seniorom”* (uchwała RM Kielce nr LXXIII/1485/2023 z dnia 2023-03-16).

Liczba mieszkańców Kielc w 2023 roku wynosiła 182,3 tys. Z tego 27,2% mieszkańców naszego miasta stanowiły osoby w wieku poprodukcyjnym.



SPIS TREŚCI

1. Rejony opiekuńcze Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Kielcach	5
2. Świadczenia pieniężne	6
3. Świadczenia niepieniężne	8
4. Opieka długoterminowa	12
5. Teleopieka	17
6. Aktywność społeczna, edukacyjna i kulturalna. Kielecka Rada Seniorów. Kluby Seniora	17
7. Mieszkanie chronione wspierane dla osób starszych i niepełnosprawnych oraz lokale aktywizujące	21
8. Kielecki wolontariat 60+	23
9. Usługi transportowe dla seniora	23
10. Karta Seniora	24
11. Ogólnopolska Karta Dużej Rodziny	25
12. Nieodpłatna pomoc prawna	26
13. Uniwersytety Trzeciego Wieku	27
14. Telefon Zaufania do Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym	28

Działania na rzecz Seniorów realizowane w Kielcach.

Miasto Kielce od wielu lat koordynuje różnorodne inicjatywy na rzecz poprawy jakości życia osób starszych. Działania te obejmują między innymi:

- wsparcie społeczne
- aktywność edukacyjną
- aktywność kulturalną
- aktywność obywatelską
- profilaktykę
- ochronę zdrowia

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Kielcach wdraża działania kierowane do osób starszych wynikające z przepisów aktów prawnych oraz podejmuje szereg innowacji społecznych.

Działania na rzecz Seniorów są prowadzone w sposób kompleksowy. Polegają na wsparciu, aktywizacji i partycypacji, dzięki którym Seniorzy stają się współtwórcami polityki społecznej w mieście.

1. Rejony Opiekuńcze Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Kielcach

Osoby starsze uzyskują informacje o możliwych formach wsparcia oraz kompleksową pomoc w rejonie opiekuńczym właściwym ze względu na miejsce zamieszkania.

- Rejon Opiekuńczy „Białogon”
ul. Kołłątaja 4, II piętro t. 41 252 41 70
- Rejon Opiekuńczy „Barwinek-
Baranówek” ul. Kołłątaja 4, II piętro
t. 41 368 71 59
- Rejon Opiekuńczy „Śródmieście”
ul. Kościuszki 25, I piętro t. 41 368 07 71
- Rejon Opiekuńczy „Uroczysko”
ul. Zapolskiej 7
t. 41 331 29 93
- Rejon Opiekuńczy „Centrum”
ul. Warszawska 29, III piętro
t.41 241 80 23
- Rejon Opiekuńczy „Szydłówek”
ul. Miodowa 7 t. 41 362 62 65
- Rejon Opiekuńczy „KSM”
ul. Wawrzyńskiej 20 t. 41 369 12 79

- Rejon Opiekuńczy „Herby” ul. 1 Maja 196, I piętro t. 41 346 15 45
- Rejon Opiekuńczy „Czarnów” ul. Piekoszowska 39 t. 41 366 49 05
- Rejon Opiekuńczy „Os. Jagiellońskie” ul. Sienkiewicza 68, I piętro t. 41 343 16 05
- Rejon Opiekuńczy „Za Torami” ul. 1 Maja 196, I piętro t. 41 345 52 43
- Dział ds. Bezdomności ul. Mielczarskiego 51 t. 41 345 33 10



2. Świadczenia pieniężne

Osoby starsze mogą skorzystać z pomocy finansowej udzielanej zgodnie z ustawą o pomocy społecznej. Pracownik socjalny przyznaje ją po rozeznaniu sytuacji życiowej oraz w oparciu o obowiązujące kryterium dochodowe. Kryteria dochodowe podlegają weryfikacji co trzy lata. Przyznanie świadczeń z pomocy społecznej następuje w formie decyzji administracyjnej, którą wydaje się po

przeprowadzeniu wywiadu środowiskowego przez pracownika socjalnego w miejscu zamieszkania Wnioskodawcy.

W roku 2025 kryterium dochodowe wynosi:

- dla osoby samotnie gospodarującej **1010 zł.**
- dla osoby w rodzinie **823 zł.**

a) *Zasilek stały* (art. 37 ustawy o pomocy społecznej)

Przysługuje pełnoletniej osobie samotnie gospodarującej, niezdolnej do pracy z powodu wieku lub całkowicie niezdolnej do pracy, jeżeli jej dochód jest niższy od kryterium dochodowego.

b) *Zasilek okresowy* (art. 38 ustawy o pomocy społecznej)

Przysługuje w szczególności ze względu na długotrwałą chorobę, niepełnosprawność, bezrobocie, możliwość utrzymania lub nabycia uprawnień do świadczeń z innych systemów zabezpieczenia społecznego, jeżeli dochód osoby

bądź rodziny jest niższy od obowiązującego kryterium dochodowego.

c) Zasilek celowy (art. 39 ustawy o pomocy społecznej)

Przysługuje osobie w szczególności na pokrycie części lub całości kosztów zakupu żywności, leków i leczenia, opału, odzieży, niezbędnych przedmiotów użytku domowego, drobnych remontów i napraw w mieszkaniu, kosztów pogrzebu, jeżeli jej dochód jest niższy od obowiązującego kryterium dochodowego.

d) Specjalny zasilek celowy_ (art. 41 ustawy o pomocy społecznej)

Przysługuje w szczególnie uzasadnionych przypadkach osobie albo rodzinie o dochodach przekraczających kryterium dochodowe.

3. Świadczenia niepieniężne

Osoba starsza, poza korzystaniem ze świadczeń pieniężnych, może ubiegać się też :

- o pomoc rzeczową (np. gorący posiłek, niezbędną odzież, elementy wyposażenia mieszkania),
- o usługi opiekuńcze
- o specjalistyczne usługi opiekuńcze.

Szczegółowe warunki przyznawania i odpłatności za **usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze**, z wyłączeniem specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi, oraz szczegółowe warunki częściowego lub całkowitego zwolnienia od opłat, jak również tryb ich pobierania określony jest w Uchwale Nr XXIX/560/2020 Rady Miasta Kielce z dnia 18 czerwca 2020 roku. Pomoc w formie **usług opiekuńczych** adresowana jest do osób, które z racji wieku, przewlekłej choroby czy ograniczonej sprawności fizycznej nie są w stanie samodzielnie zaspokajać podstawowych potrzeb życiowych.



Usługi opiekuńcze dzielą się na 3 rodzaje:

- Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania, w ośrodkach wsparcia oraz w rodzinnych domach pomocy.
- Specjalistyczne usługi opiekuńcze.
- Specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

Usługi opiekuńcze obejmują pomoc w następujących obszarach:

- zaspokajanie codziennych potrzeb życiowych podopiecznego,
- opieka higieniczna nad podopiecznym i jego otoczeniem,
- zabiegi pielęgnacyjne zalecone przez lekarza,
- zapewnienie, w miarę możliwości kontaktów podopiecznego z otoczeniem.

W ramach zadań własnych gminy Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie świadczy również specjalistyczne usługi opiekuńcze w zakresie pielęgnacji jako wspierania procesu leczenia, rehabilitacji fizycznej i usprawniania zaburzonych funkcji organizmu obejmującej: rehabilitację ruchową, terapię logopedyczną, fizykoterapię, wsparcie psychologiczno-pedagogiczne i terapeutyczno- edukacyjne. Stanowią one kompleksowe działanie w odniesieniu do osób z ograniczoną sprawnością fizyczną i zaburzeniami mowy, powstałymi na skutek wad wrodzonych, schorzeń organicznych i urazów.

Profilaktyka i ochrona zdrowia

Program szczepień przeciw grypie: nieodpłatne szczepienie przeciw grypie realizują rejonowe przychodnie zdrowia.



4. Opieka długoterminowa

Zadaniem stacjonarnych zakładów długoterminowej opieki zdrowotnej jest okresowe lub stałe objęcie całodobową pielęgnacją i kontynuacją leczenia osób przewlekle chorych oraz osób, które przebyły leczenie szpitalne, mają ukończony proces diagnozowania, leczenia operacyjnego lub intensywnego leczenia zachowawczego, nie wymagają już dalszej hospitalizacji, jednak ze względu na stan zdrowia i stopień niepełnosprawności oraz brak możliwości samodzielnego funkcjonowania w środowisku domowym są niezdolne do samoopieki oraz wymagają kontroli lekarskiej, profesjonalnej pielęgnacji i rehabilitacji oraz zapewnienia opieki pielęgniarzkiej.

Stacjonarna opieka całodobowa dla niesamodzielných kielczan świadczona jest w pięciu domach pomocy społecznej, które są jednostkami budżetowymi Miasta Kielce oraz jednostkami organizacyjnymi pomocy społecznej

prowadzonymi w ramach zadań powiatu
o zasięgu ponadgminnym:

- DPS dla osób przewlekle
somatycznie chorych im. Jana Pawła
II, ul. Jagiellońska 76 (przeznaczony
dla 150 osób),
- DPS dla osób przewlekle
psychicznie chorych im. prof. A.
Kępińskiego, ul. Jagiellońska 76
(przeznaczony dla 82 osób),
- DPS dla osób przewlekle
somatycznie chorych im. F.
Malskiej, ul. Tarnowska 10
(przeznaczony dla 100 osób),
- DPS dla osób przewlekle
somatycznie chorych im. Jana
i Marysieńki Sobieskich, ul. Króla
Jana III Sobieskiego 30
(przeznaczony dla 33 osób),
- DPS dla kobiet przewlekle
psychicznie chorych im. Św. Brata
Alberta, ul. Żeromskiego 4/6
(przeznaczony dla 104 osób).

W Kielcach, przy ul Złotej 7 funkcjonuje także *Dom Pomocy Społecznej prowadzony przez Polski Związek Niewidomych*, z dotacją przyznaną przez Prezydenta Miasta Kielce (przeznaczony dla 45 osób).



Inne instytucje świadczące pomoc długoterminową:

- *Zakład Pielęgnacyjno – Opiekuńczy* w Kielcach (ZPO), ul. Króla Jana III Sobieskiego 30. Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy jest podmiotem leczniczym w formie jednostki budżetowej, która została utworzona na mocy Uchwały Rady Miasta Kielce. Oferta ZPO skierowana jest głównie do osób przewlekle chorych i niepełnosprawnych, potrzebujących całodobowej opieki pielęgniarstwa oraz zabiegów rehabilitacyjnych. Opiekę

pielęgniarską mogą tutaj uzyskać również osoby w zaawansowanym wieku cierpiące np. na choroby wieku starczego. Rolą placówki jest również pomoc w dostosowaniu się do nowej sytuacji niedawnych pacjentów szpitala bez względu na wiek, a u których intensywny proces leczenia został zakończony, ale z różnych powodów np.: samotność, brak odpowiednich warunków domowych, potrzebują pomocy z zakresu pielęgnacji czy rehabilitacji.

- *Zakład Opiekuńczo – Leczniczy dla Przewlekłe Chorych*, ul. Wesoła 45 Zgromadzenia Sług Jezusa. Jest to placówka niepubliczna, w której udzielane są całodobowe świadczenia zdrowotne dla kobiet. Zakład świadczy: leczenie, pielęgnację i rehabilitację kobiet przewlekłe i obłożnie chorych, które

przebyły ostrą fazę leczenia szpitalnego i mają ukończony proces diagnozy, leczenia operacyjnego lub intensywnego leczenia zachowawczego i nie wymagają już hospitalizacji.

- *Zespół Placówek Opiekuńczo–Lecznicznych Caritas Diecezji Kieleckiej, ul. Mieszka I 48C.* Zadaniem placówki jest objęcie całodobową opieką osób, które przeszły fazę leczenia szpitalnego, posiadają znaczne deficyty samoobsługi i wymagają stałego nadzoru lekarskiego, profesjonalnej pielęgnacji i rehabilitacji.
- *Hospicjum stacjonarne im. św. Matki Teresy z Kalkuty Caritas Diecezji Kieleckiej, ul. Mieszka I 48C.* Zadaniem Hospicjum jest zapewnienie odpowiedniej jakości życia poprzez łagodzenie bólu fizycznego, psychicznego i duchowego, zapewnienie choremu

godnych warunków w ostatnim okresie życia oraz wsparcie rodziny w czasie trwania choroby i pomoc psychologiczna w przeżyciu żałoby.



5. Teleopieka

W ramach programu „Korpus Wsparcia Seniora” realizowana jest dodatkowa usługa opiekuńcza tzw. teleopieki, która wykorzystuje nowoczesne technologie. Ma ona na celu poprawę bezpieczeństwa oraz możliwość samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób 65 + przez dostęp do „opieki na odległość”, w ramach której seniorzy otrzymują **„opaski bezpieczeństwa”**. W sytuacjach zagrażających zdrowiu i życiu opaska umożliwia szybkie wezwanie pomocy, a także monitoring funkcji życiowych Seniora.

6. Aktywność społeczna, edukacyjna i kulturalna

a)Kielecka Rada Seniorów

Rada Seniorów jest organem opiniodawczym, doradczym i inicjatywnym dla władz miasta.

Członkowie Kieleckiej Rady Seniorów pełnią dyżury w każdą pierwszą środę miesiąca w godzinach od 10.00 do 12.00 w Kielcach przy ul.H.Kołłątaja 4, II piętro, pokój 6, e-mail: kieleckaradaseniorow@gmail.com

b) Kluby Seniora

W strukturze Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Kielcach funkcjonuje 10 klubów seniora. Działalność 7 klubów w całości finansowana jest z budżetu miasta, natomiast koszt funkcjonowania 3 klubów Senior+ współfinansowana jest ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w ramach Programu Wieloletniego „Senior +”.



Wykaz kieleckich Klubów Seniora:

1. Klub Seniora, ul. Karskiego 26,
t. 41 389 5847
2. Klub Seniora, ul. św. St. Kostki 4a,
t. 41 341 10 80
3. Klub Seniora, ul. Hoża 39,
t. 41 241 80 07
4. Klub Seniora, Al. Legionów 5, t. 41 242 83
5. Klub Seniora, ul. Konopnickiej 5,
t. 41 331 31 03
6. Klub Seniora, ul. J.N. Jeziorańskiego 75,
t. 41 362 55 36
7. Filia Klubu Seniora, ul. Marszałkowska 12,
t. 41 367 63 26
8. Klub Senior +, ul. Naruszewicza 23,
t. 666 011 198
9. Klub Senior +, ul. Krzemionkowa 1,
t. 606 951 238
10. Klub Senior +, ul. Warszawska 151,
t. 41 242 93 53

Na stronie 29 adresy Klubów Seniora Wolna Strefa

Kluby działają od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 16.00. Oferta Klubów skierowana jest do wszystkich osób, które są w wieku senioralnym oraz zakończyły okres aktywności zawodowej. Pobyt nie jest objęty rejonizacją, dzięki czemu z oferty mogą

korzystać wszyscy zainteresowani Seniorzy z Kielc.

Oferta klubów Seniora to m.in.:

- zajęcia ruchowe oraz rehabilitacja (gimnastyka, aerobik, masaże)
- muzykoterapia połączona z aromatoterapią
- nordic walking
- wycieczki piesze
- zajęcia na basenie
- kursy i zajęcia edukacyjne (obsługa komputera, korzystanie z Internetu, bezpieczeństwo w sieci, nauka języków obcych)
- wycieczki krajoznawcze, historyczne i rekreacyjne
- zajęcia usprawniające manualnie (rękodzieło artystyczne, nauka

szycia na maszynie, pracownia plastyczna).



7. Mieszkania chronione wspierane dla osób starszych i niepełnosprawnych oraz lokale aktywizujące.

Wsparcie instytucjonalne dla osób starszych Miasto Kielce realizuje poprzez nowatorskie działania takie jak: tworzenie mieszkań chronionych wspieranych i lokali aktywizujących, których celem jest wspieranie samodzielności i aktywności osób starszych.

- *Mieszkania chronione wspierane znajdują się w Kielcach przy:*
 - ul. Kazimierza Wielkiego 35a,
 - ul. Kazimierza Wielkiego 35b,

- ul. Leszczyńska 37,

- ul. Jagiellońska 76

Mieszkania chronione wspierane umożliwiają Seniorom samodzielne funkcjonowanie oraz integrację ze środowiskiem lokalnym.

Ze względu na niskie koszty eksploatacyjne mieszkań, rozwiązanie to jest bardziej ekonomiczne niż utrzymanie mieszkańca w domu pomocy społecznej. W mieszkaniu chronionym wspieranym mogą zamieszkać osoby, które ukończyły 60-ty rok życia i oczekują na przyznanie lokalu z zasobów miasta. W 2022 roku w 90 mieszkaniach przebywało łącznie 99 osób.

- *Lokale aktywizujące*
(znajdują się w Kielcach przy ul. Jagiellońskiej 76)

Lokale przeznaczone są dla osób, które ze względu na trudną sytuację życiową, wiek, niepełnosprawność lub chorobę potrzebują wsparcia w funkcjonowaniu, lecz nie wymagają usług w zakresie świadczonym przez jednostki

opieki całodobowej. W 2022 roku w Domu Pomocy Społecznej przy ul. Jagiellońskiej 76 (III piętro) funkcjonowało 20 lokali aktywizujących, w których mieszkało 28 osób starszych i niepełnosprawnych.

8. Kielecki Wolontariat 60+

Miejskie działania wolontariackie prowadzi Dział ds. Dialogu Obywatelskiego przy MOPR. Wsparcie oferowane przez wolontariuszy polega głównie na dotrzymywaniu towarzystwa, rozmowach, a także na drobnej pomocy, jak: robienie zakupów, załatwianie spraw urzędowych, przygotowanie posiłku itp. W 2022 roku pomocą wolontariuszy objęto 79 osób starszych i samotnych.



9. Usługa transportowa dla seniora

Zgodnie z założeniami programu „Korpus Wsparcia Seniorów” Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Kielcach realizuje bezpłatne usługi transportowe przeznaczone dla mieszkańców Kielc, którzy ukończyli 65 rok życia, mają problemy z samodzielnym funkcjonowaniem ze względu na stan zdrowia, prowadzą samodzielne gospodarstwo domowe lub mieszkają z osobami bliskimi, które nie są w stanie zapewnić im wystarczającego wsparcia. Przejazdy na terenie Kielc mogą odbywać się do urzędu, banku lub placówki medycznej. Przewozy odbywają się od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 – 20.00. Z usługi transportowej można korzystać 1 razy w miesiącu i maksymalnie 6 razy w roku. Potrzebę skorzystania z usługi transportowej może zgłosić senior lub w jego imieniu rodzina, podmiot leczniczy, instytucja. Przy zgłoszeniu należy podać imię i nazwisko seniora, pesel, adres zamieszkania, telefon kontaktowy oraz dane dotyczące przejazdu (datę, godzinę i adres, nazwę urzędu lub placówki medycznej). Szczegółowe informacje w rejonie MOPR.

10. Karta Seniora

Od 6 czerwca 2018 roku w Kielcach wydawana jest Ogólnopolska Karta Seniora. Po Kartę mogą się zgłosić osoby mieszkające na terenie miasta Kielce, które ukończyły 60-ty rok życia. Karta pozwala na skorzystanie ze zniżek i ulg w wybranych kieleckich przedsiębiorstwach oraz w miejskich jednostkach organizacyjnych. W 2022 roku 52 kieleckie firmy oraz 11 miejskich jednostek organizacyjnych honorowało Kartę Seniora.

11. Ogólnopolska Karta Dużej Rodziny

Od 1 stycznia 2019 roku wszedł w życie przepis dający możliwość przyznania Karty Dużej Rodziny także tym rodzicom, którzy mieli na utrzymaniu co najmniej troje dzieci, bez względu na ich wiek w chwili składania wniosku, a więc karta przysługuje także osobom w wieku senioralnym. W ramach rządowego programu dla rodzin wielodzietnych posiadacze Kart mogą korzystać z katalogu zniżek w ofercie kulturalnej, rekreacyjnej i transportowej na terenie całego kraju, zgodnie z wykazem

dostępnym na stronie internetowej
www.rodzina.gov.pl

Karta Dużej Rodziny dostępna jest w formie tradycyjnej oraz w wersji elektronicznej w postaci aplikacji na urządzeniach mobilnych.

12. Nieodpłatna pomoc prawna

Osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej mogą skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego. W celu skorzystania z pomocy prawnej i poradnictwa obywatelskiego należy umówić się telefonicznie pod numerem telefonu: 41 367 67 03 od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30 oraz złożyć odpowiednie oświadczenie.

W Kielcach funkcjonują punkty nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego przy ulicach: Rynek 1, Strycharska 6, Młoda 28 oraz Nowaka–Jeziorańskiego 65. Z nieodpłatnych porad prawnych mieszkańcy Kielc mogą skorzystać również w Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie

przy ul. Studziennej 2, w poniedziałki
i czwartki w godzinach 16.00 – 18.00.



13. Uniwersytety Trzeciego Wieku

Na terenie miasta działają następujące instytucje:

- *Świętokrzyski Uniwersytet Trzeciego Wieku*
Adres: ul. Seminaryjska 28A,
25-372 Kielce, tel. 41 361 00 05
- *Kielecki Uniwersytet Trzeciego Wieku „Ponad czasem”*
Adres: al. Tysiąclecia Państwa
Polskiego nr 20, 25 - 314 Kielce,
tel. 570-001-202

Celem uniwersytetów jest upowszechnianie
inicjatyw edukacyjnych, aktywizacja
intelektualna, psychiczna, społeczna i fizyczna
osób starszych, poszerzanie wiedzy
i umiejętności seniorów, ułatwianie kontaktów
z instytucjami takimi jak: służba zdrowia,
ośrodki kultury, ośrodki rehabilitacyjne i innymi,

angażowanie słuchaczy w aktywność na rzecz otaczającego ich środowiska, podtrzymywanie więzi społecznych i komunikacji międzyludzkiej wśród seniorów.

Ponadto:

- ❖ Zachęcamy Państwa do czytania w Internecie **Magazynu „Głos Seniora”**



- ❖ **Jeśli masz problem natury psychicznej: zadzwoń na bezpłatny numer 800 70 2222 (Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym). Bezpłatnie • Całodobowo • 7 dni w tygodniu**

NOTATKI

- I. Kluby Seniora Wolna Strefa:**
1. Kielce, ul. Żeromskiego 44 , tel. 721 377 893
 2. Kielce, ul. Urzędnicza 3, tel. 721 377 963

Opracowanie własne Kieleckiej Rady Seniorów
we współpracy z Klubem Senior+
przy ul. Krzemionkowej 1 w Kielcach

Październik 2024