

## PAL „Ugorek” nadal działa!

Z końcem 2017 r. do uczestników Programu Aktywności Lokalnej „Ugorek” dotarła niepokojąca wiadomość o planach likwidacji naszego ośrodka w roku 2018. Byliśmy ogromnie zdziwieni, iż tak pręźnie działający, jedyny ośrodek usytuowany na naszym osiedlu miał zostać zamknięty. Tym bardziej, iż stwarzał on jedyne miejsce spotkań oraz aktywności kulturalnej na terenie osiedli Ugorek i Wieczysta.

Nie wyobrażaliśmy sobie, aby PAL, który tak efektywnie zintegrował społeczność osiedli, zainicjował tak wiele ciekawych działań i wciąż poszerzał grono uczestników, zakończyłby swoją działalność. W roku 2017 osoby skupione wokół ośrodka mogły uczestniczyć w takich działaniach jak: warsztaty rękodzieła artystycznego, klub książki, zajęcia językowe, wyjazdy integracyjne, wspólne wyjścia do teatru, kina, czy opery. Nade wszystko jednak nadrzędnym zadaniem Programu Aktywności Lokalnej było, jak rozumiemy, zintegrowanie społeczności lokalnej i tak też się stało. Wspólnie rozwijając pasje zawiązaliśmy trwałe więzi przyjaźni sąsiedzkiej i mieliśmy



**Spotkanie 5 grudnia 2017 r. w Miejskim Centrum Dialogu przy ul. Brackiej 10**  
**Fot. Mateusz Drożdż**

nadzieję na dalsze spotkania oraz wspólne rozwijanie zainteresowań. Planowane zamknięcie takiego miejsca na osiedlach Ugorek i Wieczysta byłoby ogromną stratą dla mocno zaangażowanych mieszkańców, którzy licznie i regularnie odwiedzali ośrodek.

Postanowiliśmy więc działać. W pierwszej kolejności skierowaliśmy prośbę do dyrektora MOPS-u, ale ponieważ długo nie otrzymaliśmy odpowiedzi, nasz niepokój wzrastał.

Postanowiliśmy więc zaangażować Radę Dzielnicy III i poprosić o pomoc w rozwiązaniu problemu. Nie musieliśmy długo czekać na odzew. Radni Dominik Jaśkowiec, Paweł Wójcik, Wanda Zasada, Małgorzata Janiec i Mateusz Drożdż zaangażowali się w naszą sprawę. Sprawa PAL-u Ugorek została przedstawiona na Komisji Dialogu Obywatelskiego Rady Miasta Krakowa 5 grudnia 2017 r. w Miejskim Centrum Dialogu przy ul. Brackiej 10.

Czuliśmy wsparcie i nasza społeczność wiedziała już, że mamy szansę na wygraną. Stawiliśmy się dość licznie przy ul. Brackiej 5. Wynik rozmów i dyskusji okazały się dla nas pozytywny. Dyrektor MOPS poinformował nas, „iż działania związane z organizowaniem społeczności lokalnej na terenie os. Ugorek w roku 2018 będą kontynuowane”.

Mamy więc nadzieję na kontynuację działalności i rozwój Programu, który tak świetnie zaktywizował naszą Społeczność, także w następnych latach.

Marta Strzebońska

## Urodziny CAS Miechowity

W dniu 1 marca w Centrum Aktywności Seniora Miechowity odbyła się wspaniała uroczystość. Świątowaliśmy pierwszy rok działalności. CAS-owicze przybyli tłumnie na uroczystość. Panowała wesoła, rodzinna atmosfera.

Rok to długi okres czasu. Zdążyliśmy się dobrze poznać i polubić. Przeżyliśmy wiele miłych, wspólnych chwil, które pomogły nam się wspaniale zintegrować. Wiemy, kogo najbardziej cieszy sport, kto lubi rękodzieło, a kto kocha śpiewać. Szczególnie miło wspominalimy wspólne wyjścia i wyjazdy. Wszyscy z wielkim sentymentem

wspominają niesamowity „Koncert na dwa głosy”, którym zachwycaliśmy się we wrześniu ubiegłego roku w Krakowskiej Operze. Z przyjemnością zawsze gościmy na spektaklach w Operze. Wspominamy wyjazdy do Choczołowa, Wrocławia, Muszyny i Szczawnicy. Z niecierpliwością planujemy i czekamy na kolejne.

Razem braliśmy udział w wielu imprezach: Senioralia, Święto Dzielnicy III, Mistrzostwa Krakowa Seniorów, Targi Seniora, koncerty w ICE i w Tauron Arenie Kraków. Zaliczyliśmy mnóstwo wyjść do kina i muzeów. Wspólnie z Klubem B4 roztańczyliśmy

seniorów na rewelacyjnych wieczorkach tanecznych. Nawiązały się nowe przyjaźnie. Dzięki naszym CAS-owiczom ciągle dowiadujemy się o nowych wydarzeniach, spektaklach, spotkaniach. Bardzo sobie cenimy tą naszą CAS-owską wspólnotę.

Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do jej powstania. Życzymy sobie, a także naszym koleżankom i kolegom z innych CAS-ów wielu sukcesów oraz radości w 2018 r.

Anna Kalinowska  
koordynator CAS Miechowity

## Co nowego w Programach Aktywności Lokalnej „Ugorek” i „Na Olszy”

Dzięki zaangażowaniu Radnych Dzielnicy III programom zostały przydzielone środki finansowe na realizację działań skierowanych dla mieszkańców, w szczególności dla osób starszych i niepełnosprawnych.

Planowane są między innymi: ćwiczenia ogólnorozwojowe na zdrowy kręgosłup i zajęcia taneczne, spotkania z dietetyką, stylistką, wyjazdy integracyjne, zajęcia usprawniające pamięć dla osób starszych. Realizowany jest również projekt „Dzielnice Centrum Pomocy Osobom Niepełnosprawnym i Starszym” w ramach Budżetu Obywatelskiego Miasta Krakowa – edycja 2017 r. W projekcie zaplanowano działania związane z niesieniem pomocy przez wolontariuszy dla osób starszych i niepełnosprawnych (m.in. spacer, towarzyszenia w trakcie wizyt lekarskich, rozmowy, pomoc w wypełnianiu dokumentów, pomoc

w przemieszczaniu się do instytucji, na wydarzenia kulturalne, robienie drobnych zakupów, pomoc w drobnych czynnościach domowych). Planowane są także wyjścia do instytucji kultury, warsztaty ceramiczne, z nowych technologii, potańcówki, zajęcia nordic walking i wyjazdy.

Mieszkańcy będą mogli wziąć udział w cyklicznych zajęciach z języka angielskiego, hiszpańskiego, warsztatach z rękodzieła i spotkaniach przy książce, spotkaniach Klubu Podróżnika, wieczorkach poetyckich.

W PAL „Na Olszy” mieszkańcy mogą korzystać ze stołu do ping-ponga, piłkarzyków, dużego wyboru gier planszowych i logicznych, a w PAL „Ugorek” można skorzystać z bogatej biblioteczki.

Udział w działaniach prowadzonych w Programach Aktywności Lokalnej jest bezpłatny. Serdecznie zapraszamy!

### Więcej informacji:

Program Aktywności Lokalnej „Ugorek”  
ul. Ugorek 1, tel. 660-637-859,  
780-511-836  
mail: ewa.galicka@mops.krakow.pl

Animatorki lokalne:  
Katarzyna Biernat  
Ewa Galicka

Program Aktywności Lokalnej  
„Na Olszy”,  
ul. Brogi 26, tel. 780-511-835  
mail: magdalena.pogorzelska@mops.  
krakow.pl

Animatorka lokalna:  
Magdalena Pogorzelska