



**WROCŁAWSKI
INFORMATOR
SENIORA**



WROCLAWSKI INFORMATOR SENIORA

**Opracowanie informatora:
Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych
Urzędu Miejskiego Wrocławia
ul. G. Zapolskiej 4
50-032 Wrocław
71/777 76 15**

Spis treści

1. Wybrane informacje o świadczeniach zdrowotnych finansowanych z Narodowego Funduszu Zdrowia	7
1.1 Podstawowa opieka zdrowotna (POZ)	7
1.2 Lecznictwo szpitalne	7
1.3 Ambulatoryjna opieka specjalistyczna	8
1.4 Nocna i świąteczna pomoc medyczna.....	9
1.5 Długoterminowa opieka pielęgnarska.....	10
1.6 Zespoły leczenia środowiskowego domowego	13
1.7 Świadczenia pielęgnacyjne i opiekuńcze w opiece stacjonarnej	14
1.8 Opieka paliatywna i hospicyjna	15
1.9 Hospicja.....	16
2. Opieka sprawowana w systemie pomocy społecznej.....	17
2.1 Domy pomocy społecznej.....	17
2.2 Mieszkania chronione.....	20
2.3 Ośrodek opiekuńczo-adaptacyjny dla osób starszych	20
2.4 Dzielne domy pomocy społecznej	21
2.5 Usługi opiekuńcze	21
2.6 Specjalistyczne usługi opiekuńcze.....	22
2.7 Zespoły Terenowej Pracy Socjalnej	23
3. Programy zdrowotne promocji zdrowia i profilaktyki chorób ukierunkowane na osoby starsze, finansowane z budżetu miasta Wrocławia	27
3.1 Promocja zdrowia u osób przewlekle, nieuleczalnie, somatycznie i psychicznie chorych przebywających w środowisku domowym oraz wsparcie ich rodzin /opiekunów	27
3.2 Szczepienia ochronne przeciwko grypie dla mieszkańców Wrocławia w wieku senioralnym 65+ (bezpłatne szczepienia).....	27
3.3 Wsparcie opieki paliatywno-hospicyjnej oraz organizacja wolnego czasu pacjentów stacjonarnego hospicjum we Wrocławiu	28
3.4 Promocja zdrowego stylu życia i aktywności ruchowej u osób w wieku senioralnym 55+.....	28
3.5 Promocja zdrowia, profilaktyka cukrzycy i jej powikłań.....	29
3.6 Programy profilaktyki schorzeń narządu ruchu ze szczególnym uwzględnieniem osteoporozy.....	30
3.7 Program rehabilitacji kardiologicznej w ramach wtórnej prewencji chorób sercowo-naczyniowych.....	30
3.8 Program promocji zdrowia i profilaktyki raka piersi.....	31

3.9 Promocja zdrowia psychicznego, zapobieganie zaburzeniom psychicznym oraz wsparcie osób z doświadczeniem choroby psychicznej i zaburzeniami psychogeriatrycznymi.....	31
4. Nieodpłatna pomoc psychospołeczna i prawna dla ofiar przemocy domowej i osób w sytuacji kryzysowej.....	32
5. Programy aktywizacji seniorów realizowane przez Centrum Informacji i Rozwoju Społecznego w ramach Wrocławskiego Centrum Seniora, finansowane z budżetu Miasta Wrocławia	34
5.1 Punkty informacyjno-konsultacyjne dla seniorów.....	36

1. Wybrane informacje o świadczeniach zdrowotnych finansowanych z Narodowego Funduszu Zdrowia

1.1 Podstawowa opieka zdrowotna (POZ)

Podstawowa opieka zdrowotna to powszechnie dostępna, najważniejsza część systemu opieki zdrowotnej. Świadczenia w POZ udzielane są osobom, które dokonały wyboru lekarza, pielęgniarki, położnej POZ.

Lekarz POZ:

- kieruje na badania laboratoryjne,
- kieruje na niektóre kosztowne badania diagnostyczne,
- kieruje pacjenta do lekarza specjalisty lub do szpitala,
- wypisuje recepty według zalecenia lekarza specjalisty,
- kieruje na rehabilitację,
- kieruje na leczenie uzdrowiskowe,
- wydaje zlecenie na transport sanitarny.

Pielęgniarka POZ

Pielęgniarka POZ wykonuje zabiegi na podstawie skierowań i zleceń od lekarzy pracujących w ramach umowy z NFZ. W razie konieczności pobrania materiału do badań diagnostycznych w domu pacjenta pielęgniarka pobiera je wyłącznie na zlecenie lekarza POZ, do którego zadeklarowany jest pacjent.

1.2 Lecznictwo szpitalne

Pacjent ma prawo wyboru szpitala na terenie całej Polski, który ma podpisaną umowę z NFZ. Pacjent do szpitala przyjmowany jest na podstawie skierowania wystawionego przez lekarza. W przypadku braku możliwości przyjęcia do szpitala w dniu zgłoszenia, pacjent powinien zostać wpisany na listę oczekujących. Pacjent przyjmowany do szpitala powinien przedstawić dowód potwierdzający ubezpieczenie zdrowotne. W przypadku stanu nagłego dokument ten może zostać przedstawiony w innym czasie, nie później jednak, niż w terminie 30 dni od dnia rozpoczęcia udzielania świadczenia, jeśli pacjent przebywa w szpitalu, lub w terminie 7 dni od dnia zakończenia udzielenia świadczenia.

Oddziały geriatryczne

Zakres działania geriatry – dziedzina medycyny, która zajmuje się schorzeniami wieku podeszłego.

Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny nr 1 we Wrocławiu

ul. M. Curie-Skłodowskiej 66

Oddział geriatryczny:

rejestracja: 71/784 25 20

informacja: 71/784 25 20

Szpital Specjalistyczny im. A. Falkiewicza we Wrocławiu

ul. Warszawska 2

Oddział chorób wewnętrznych:

Geriatry – Hospitalizacja

rejestracja: 71/342 86 31

informacja: 71/342 86 31

1.3 Ambulatoryjna opieka specjalistyczna

Zakres działania – udzielanie świadczeń specjalistycznych przez lekarza posiadającego odpowiednie kwalifikacje lub inną osobę, która uzyskała uprawnienia do udzielania świadczeń specjalistycznych zabiegowych lub zachowawczych.

Poradnie geriatryczne

Poradnia Geriatryczna przy Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej

„Przychodnia Kosmonautów” Sp. z o.o.

ul. Horbaczewskiego 35

rejestracja: 71/351 28 43

informacja: 71/351 28 43

Poradnia Geriatryczna przy Szpitalu Specjalistycznym im A. Falkiewicza we Wrocławiu

ul. Warszawska 2

rejestracja: 71/342 86 31

informacja: 71/342 86 31

1.4 Nocna i świąteczna pomoc medyczna

Świadczenia zdrowotne w nocnej i świątecznej opiece zdrowotnej po godzinie 18.00 do 8.00 rano oraz całodobowo w dni wolne od pracy udzielane są pacjentom w razie nagłego zachorowania lub nagłego pogorszenia stanu zdrowia. Pacjent może się udać po pomoc do dowolnego punktu dyżurnego POZ (np. tam, gdzie ma najbliżej), niezależnie od tego, gdzie mieszka, i do którego lekarza/pielęgniarki POZ złożył swoją deklarację.

Wykaz placówek oraz miejsca udzielania świadczeń zdrowotnych we Wrocławiu:

W ramach POZ w 4 przychodniach:

NZOZ Ośrodek Medyczny „Ziemo-Vita” Sp. z o.o.,

ul. Ziemowita 1/9, tel. 71/784 90 35

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Gromkowskiego,

ul. Koszarowa 5, tel.71/395 76 07

Pogotowie Ratunkowe we Wrocławiu, ul. Traugutta 112, tel.71/342 27 86

NZOZ „Przychodnia Kosmonautów” Sp. z o.o., ul. Horbaczewskiego 35,
tel. 71/351 28 43, 95

Pomoc chirurgiczna całodobowo przez 7 dni w tygodniu:

Pogotowie Ratunkowe we Wrocławiu,

Ambulatorium Chirurgiczne ul. Traugutta 112, tel. 71/342 27 86

Pomoc stomatologiczna:

Centrum Stomatologiczne „As-Dent”, ul. Sosnowieckiej 9; tel. 71/332 51 13.

– codziennie w godz. 19.00-7.00 dnia następnego oraz w soboty, niedziele i wszystkie dni świąteczne przez całą dobę

Pogotowie Ratunkowe – tel. 999 lub 112

1.5 Długoterminowa opieka pielęgniarska

Zakres świadczeń: opieka nad pacjentami, którzy są przewlekle chorzy, ale nie wymagają hospitalizacji w oddziałach leczenia stacjonarnego.

Anna Wadas-Ważna „An-Med 24”

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

ul. Gajowicka 159/6

rejestracja: 728 484 837

informacja: 728 484 837

Beata Dolecka Pielęgniarskie Centrum Usługi „Pielęgniarka”

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

ul. Grochowa 23A

rejestracja: 721 870 800

informacja: 721 870 800

Centrum Medyczne „Betamed”

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

ul. Ołbińska 32

rejestracja: 75/712 21 37

informacja: 75/712 21 37

Centrum Medyczne „ReVita”

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

al. I. J. Paderewskiego 35

rejestracja: 698 766 809

informacja: 698 766 809

Ekumeniczna Stacja Opieki

Centrum Pielęgniarstwa Rodzinnego, Rehabilitacji i Opieki Paliatywnej
we Wrocławiu, ul. Wysoka 4

rejestracja: 605 447 232

informacja: 605 447 232

„Medip” Irena Pordzik

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa
ul. Inżynierska 45/7

rejestracja: 71/722 00 83

informacja: 71/722 00 83

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Opiekun”

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa
ul. Karmelkowa 25/27

rejestracja: 607 302 190

informacja: 607 302 190

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „San-Med”

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa
ul. Ulanowskiego 18/20

rejestracja: 504 008 360

informacja: 504 008 360

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Vitomed” Sp. z o.o.

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa
ul. Pełczyńska 119

rejestracja: 71/310 11 94

informacja: 71/310 11 94

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Zawidawie” Sp. z o.o.

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa
ul. Wejherowska 28/BUD 4

rejestracja: 71/734 24 00

informacja: 71/734 24 00

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Han-Med”

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

ul. Wałbrzyska 26

rejestracja: 515 290 577

informacja: 515 290 577

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Opieka” Sp. z o.o.

ul. Jaracza 74

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

rejestracja: 661 441 451

informacja: 661 441 451

NZOZ Dolnośląskie Centrum Medycyny Profilaktycznej i Bezpieczeństwa Pracy „Pro-Med” Sp. z o.o.

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

ul. Piłsudskiego 43

rejestracja: 609 025 155

informacja: 609 025 155

NZOZ Stacja Opieki, Centrum Pielęgniarstwa Rodzinnego, Rehabilitacji, Opieki Paliatywnej Caritas Archidiecezji Wrocławskiej

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

ul. Katedralna 7

rejestracja: 71/327 13 09

informacja: 71/327 13 09

Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Praxis-Duo” s.c.

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

Lucyna Piela, Renata Piela

ul. Długa 11/13

rejestracja: 71/355 34 34

informacja: 71/355 34 34

Wiesława Stawiarz Usługi Pielęgniarskie

Pielęgniarska opieka długoterminowa domowa

ul. Krasińskiego 29

rejestracja: 71/773 16 50

informacja: 506 512 433

1.6 Zespoły leczenia środowiskowego domowego

Zakres świadczeń: wizyty środowiskowe w miejscu zamieszkania chorego oraz podtrzymywanie kontaktu z pacjentami poprzez różne formy terapeutyczne, przede wszystkim dla pacjentów o przewlekłym przebiegu zaburzeń psychicznych, pozostających w swoim środowisku.

Ekumeniczna Stacja Opieki – Centrum Pielęgniarstwa

Rodzinnego, Rehabilitacji i Opieki Paliatywnej,

ul. Świątnicka 25/27,

rejestracja tel.: 71/322 06 81, 605 447 232

informacja tel.: 71/322 06 08

Wrocławskie Centrum Zdrowia

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej,

ul. Podwale 13,

rejestracja tel.: 71/355 63 61

informacja tel.: 71/355 65 18

Dolnośląskie Centrum Zdrowia Psychicznego Sp. z o.o.,

ul. Wybrzeże J. Conrada-Korzeniowskiego 18,

rejestracja tel.: 71/776 62 12, w godz. 7.00-15.00 od poniedziałku do piątku,

tel. 513 319 458, w godz. 15.00-7.00 od poniedziałku do piątku oraz w soboty,

niedziele i święta.

1.7 Świadczenia pielęgnacyjne i opiekuńcze w opiece stacjonarnej

Zakład opiekuńczo-leczniczy i pielęgnacyjno-opiekuńczy jest to zakład stacjonarny udzielający całodobowych świadczeń zdrowotnych w określonym czasie, obejmujących swoim zakresem pielęgnację i rehabilitację osób niewymagających hospitalizacji, oraz zapewniający im pomieszczenia i wyżywienie odpowiednie do stanu zdrowia.

Zakład Opiekuńczo-Leczniczy dla Dorosłych prowadzony przez Zgromadzenie Sióstr Albertynek

ul. R. Traugutta 54

rejestracja: 71/343 33 10

informacja: 71/343 33 10

Zakład Opiekuńczo-Leczniczy dla Dorosłych prowadzony przez Zgromadzenie Sióstr Najświętszej Rodziny z Nazaretu

ul. św. Marcina 10

rejestracja: 71/322 15 13

informacja: 71/322 15 13

Zakład Opiekuńczo-Leczniczy o Profilu Rehabilitacyjnym Zgromadzenia Sióstr św. Elżbiety

ul. św. Józefa 2/4

rejestracja: 71/321 44 01

informacja: 71/321 44 01

Ośrodek św. Jerzego prowadzący Zakład Opiekuńczo-Leczniczy dla Dorosłych

ul. Rydygiera 22-28

rejestracja: 71/393 08 29

informacja: 71/393 08 29

1.8 Opieka paliatywna i hospicyjna

Opieka paliatywna i hospicyjna ma na celu poprawę jakości życia chorego i jego bliskich zmagających się z codziennymi problemami związanymi z postępującą, często nieuleczalną chorobą. Podejmowane działania mają na celu zapobieganie cierpieniu, niesienie ulgi, leczenie bólu i innych objawów oraz pomoc w rozwiązywaniu problemów wraz ze wsparciem dla rodziny pacjenta.

Świadczenia w opiece paliatywnej i hospicyjnej udzielane są w warunkach:

- stacjonarnych – na oddziale medycyny paliatywnej oraz hospicjum stacjonarnym;
- domowych – hospicjum w środowisku domowym chorego;
- ambulatoryjnych – w poradni medycyny paliatywnej.

Świadczenia zdrowotne w opiece paliatywnej udzielane są, w zależności od potrzeb, przez wielodyscyplinarny zespół osób przygotowanych do opieki nad umierającym. W skład takiego zespołu wchodzi lekarze, pielęgniarki, fizjoterapeuci, psycholog.

Poradnie Medycyny Paliatywnej

W poradni medycyny paliatywnej sprawowana jest opieka nad chorymi, których stan ogólny jest stabilny i którzy mogą przybyć do poradni oraz nad chorymi, którzy ze względu na ograniczoną możliwość poruszania się wymagają wizyt domowych.

Dolnośląskie Centrum Onkologii we Wrocławiu

pl. Hirszfelda 12

rejestracja: 71/368 92 95

informacja: 71/368 92 91

Konwent Bonifratrów – Hospicjum im. Jana Bożego NZOZ

ul. Poświęcka 8A

rejestracja: 71/352 84 00

informacja: 71/352 84 00

1.9 Hospicja

Zakres działania: zapewnienie stałej, całodobowej opieki medycznej, rehabilitacyjnej, psychologicznej, terapeutycznej i duchowej przez wyspecjalizowany personel w celu poprawy jakości życia chorych, łagodzenia bólu, cierpienia i innych skutków choroby nowotworowej; wsparcia psychicznego i duchowego chorych, ich rodzin/opiekunów, przygotowania chorych do spokojnej śmierci oraz wsparcia rodzin/opiekunów w czasie choroby i w okresie żałoby.

Hospicjum stacjonarne

Konwent Bonifratrów – Hospicjum im. Jana Bożego

ul. Poświęcka 8A

rejestracja: 71/352 84 04

informacja: 71/352 84 04

Hospicja domowe

Hospicjum domowe obejmuje opieką pacjentów z zaawansowanym, postępującym i zagrażającym życiu procesem choroby o złym rokowaniu i niepoddającym się leczeniu.

Dolnośląskie Centrum Onkologii we Wrocławiu

pl. Hirszfelda 12

rejestracja: 71/368 92 95

informacja: 71/368 92 91

Ekumeniczna Stacja Opieki – Centrum Pielęgniarstwa Rodzinnego, Rehabilitacji i Opieki Paliatywnej we Wrocławiu

ul. Wysoka 4

rejestracja: 605 447 232

informacja: 605 447 232

Konwent Bonifratrów – Hospicjum im. Jana Bożego

ul. Poświęcka 8A

rejestracja: 71/352 84 00

informacja: 71/352 84 00

2. Opieka sprawowana w systemie pomocy społecznej

2.1 Domy pomocy społecznej

Zakres świadczeń: całodobowa opieka oraz zaspokajanie niezbędnych potrzeb bytowych, opiekuńczych, wspomagających i edukacyjnych na poziomie obowiązującego standardu, uwzględniające wolność, intymność, godność i poczucie bezpieczeństwa mieszkańców oraz stopień ich fizycznej i psychicznej sprawności.

Osobie wymagającej całodobowej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, niemogącej samodzielnie funkcjonować w codziennym życiu, której nie można zapewnić niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych, przysługuje prawo do umieszczenia w domu pomocy społecznej.

Do domu pomocy społecznej kieruje się na podstawie:

- 1) zgody osoby zainteresowanej i jej pisemnego wniosku,
- 2) wywiadu środowiskowego wraz z wymaganą dokumentacją (w tym zaświadczenie lekarskie, aktualna decyzja organu emerytalno-rentowego).

Informacji udziela oraz prowadzi postępowanie kwalifikacyjne:

Dział Pomocy Instytucjonalnej

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej we Wrocławiu

ul. Strzegomska 6, I piętro, pokoje od 113 do 118 w godzinach od 8.00 do 15.00

Odpłatność za pobyt w domu pomocy społecznej

Obowiązani do wnoszenia opłaty za pobyt w domu pomocy społecznej są w kolejności:

- 1) mieszkaniec domu, a w przypadku osób małoletnich przedstawiciel ustawowy z dochodów dziecka,
- 2) małżonek, zstępni przed wstępnymi,

3) gmina, z której osoba została skierowana do domu pomocy społecznej - przy czym osoby i gmina określone w pkt. 2 i 3 nie mają obowiązku wnoszenia opłat, jeżeli mieszkaniec domu ponosi pełną odpłatność.

Opłatę za pobyt w domu pomocy społecznej wnoszą:

- 1) mieszkaniec domu, nie więcej jednak niż 70 % swojego dochodu, a w przypadku osób małoletnich przedstawiciel ustawowy z dochodów dziecka, nie więcej niż 70 % tego dochodu;
- 2) małżonek, zstępni przed wstępnymi – zgodnie z zawartą umową;
- 3) gmina, z której osoba została skierowana do domu pomocy społecznej – w wysokości różnicy między średnim kosztem utrzymania w domu pomocy społecznej a opłatami wnoszonymi przez osoby zobowiązane.

Wykaz Domów Pomocy Społecznej

Profil Domu	Adres	Podmiot prowadzący	Ilość miejsc
DPS dla osób przewlekle somatycznie chorych	ul. Karmelkowa 25	Miejskie Centrum Usług Socjalnych	236
DPS dla osób przewlekle somatycznie chorych	ul. Rędzińska 66/68	Miejskie Centrum Usług Socjalnych	159
DPS dla osób przewlekle somatycznie chorych	ul. Grunwaldzka 104	Zgromadzenie Sióstr Franciszkanek Maryi Nieustającej Pomocy	73
DPS dla osób w podeszłym wieku i przewlekle somatycznie chorych	ul. Mączna 3	Miejskie Centrum Usług Socjalnych	155
DPS dla osób w podeszłym wieku	ul. Świątnicka 25/27	Ewangelickie Centrum Diakonii i Edukacji im. Ks. Marcina Lutra	104
DPS dla osób przewlekle psychicznie chorych	ul. Kaletnicza 8	Miejskie Centrum Usług Socjalnych	94

Profil Domu	Adres	Podmiot prowadzący	Ilość miejsc
DPS dla osób przewlekle psychicznie chorych	ul. Farna 3	Prowincja Zgromadzenia Sióstr Maryi Niepokalanej	101
DPS dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie	ul. Objazdowa 40	Prowincja Zgromadzenia Sióstr Maryi Niepokalanej	37
DPS dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie	ul. Jutrosińska 29	Fundacja L'arche	7
DPS dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie	ul. Jutrosińska 29	Fundacja L'arche	5
DPS dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie	ul. L. Okulickiego 2	Fundacja Przyjazny Dom im. Stanisława Jabłonki	24
DPS dla osób przewlekle somatycznie chorych	ul. św. Marcina 10	Zgromadzenie Sióstr Najświętszej Rodziny z Nazaretu	18
DPS dla osób w podeszłym wieku i przewlekle somatycznie chorych	ul. Wejherowska 28	Ewangelickie Centrum Diakonii i Edukacji im. Ks. Marcina Lutra	46
RAZEM			1059

2.2 Mieszkania chronione

Zakres działania: zapewnienie warunków możliwie samodzielnego funkcjonowania w środowisku oraz integracji ze społecznością lokalną.

Mieszkania lokatorskie chronione przeznaczone w szczególności dla osób zaburzonych psychicznie i wymagających wsparcia w codziennym życiu:
ul. Joachima Lelewela 23/24,
ul. Prosta 2.

Mieszkania lokatorskie chronione przeznaczone w szczególności dla kobiet i matek z dziećmi oraz kobiet w ciąży:
ul. Gliniana 28/30,
ul. Kasztelańska 7/12,
ul. H. Kołłątaja 31/4C.

Mieszkania lokatorskie chronione przeznaczone w szczególności dla wychowanków rodzin zastępczych i placówek opiekuńczo-wychowawczych:
ul. B. Prusa 2/4,
ul. M. Curie-Skłodowskiej 91/7,
ul. Zachodnia 4/8,
ul. S. Wyszyńskiego 60/3.

2.3. Ośrodek opiekuńczo-adaptacyjny dla osób starszych

Zakres świadczeń: pomoc stacjonarna dla osób w podeszłym wieku, zapewnienie całodobowej opieki oraz zaspokojenie niezbędnych potrzeb bytowych, zdrowotnych, edukacyjnych, społecznych i religijnych.

Do ośrodka opiekuńczo-adaptacyjnego kieruje: Kierownik Zespołu Terenowej Pracy Socjalnej. Skierowanie do mogą otrzymać osoby, które posiadają tytuł prawny do mieszkania komunalnego we Wrocławiu oraz osoby pozbawione lokalu w wyniku zdarzenia losowego.

„Pensjonat dla Osób Starszych”

ul. Kamieńskiego 190

2.4 Dienne domy pomocy społecznej

Zakres działania: dzienny dom pomocy społecznej jest ośrodkiem wsparcia dla osób, które ze względu na wiek, chorobę lub niepełnosprawność wymagają częściowej opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych, w tym gorącego posiłku.

Osoby chętne do skorzystania z takiej formy pomocy powinny się zgłosić do właściwego terenowo ze względu na miejsce zamieszkania Zespołu Terenowej Pracy Socjalnej, który po przeprowadzeniu wywiadu środowiskowego z osobą zainteresowaną wyda decyzję o skierowaniu i decyzję o odpłatności.

Klient Dziennego Domu Pomocy Społecznej ponosi odpłatność za pobyt zgodnie z Uchwałą Rady Miejskiej Wrocławia NR XLV/1365/10 z dnia 21 stycznia 2010 r. w sprawie szczegółowych zasad ponoszenia odpłatności za pobyt w dziennym domu pomocy społecznej.

DZIENNE DOMY POMOCY SPOŁECZNEJ – DDPS WE WROCŁAWIU:

- ul. Ciepła 15B,
- ul. Podróżnicza 34/36,
- ul. Rydygiera 22/28 ,
- ul. Kraszewskiego 2 ,
- ul. Litewska 20 ,
- ul. Skwierzyńska 23/2 ,
- ul. Komuny Paryskiej 11 ,
- ul. Kościuszki 67,
- ul. Żeromskiego 37.

2.5 Usługi opiekuńcze

Zakres działania: świadczenie pomocy bądź opieki w miejscu zamieszkania klienta. W wyjątkowych przypadkach opieka może odbywać się poza miejscem zamieszkania, mając na uwadze specjalistyczne usługi dostosowane do szczególnych potrzeb dzieci lub osób dorosłych (wynikające z rodzaju ich schorzenia lub niepełnosprawności).

Usługi opiekuńcze przysługują osobie samotnej, która z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymaga pomocy innych osób, a jest jej pozbawiona. W uzasadnionych przypadkach usługi opiekuńcze mogą być przyznane również osobie, która wymaga pomocy innych osób, a rodzina, a także wspólnie zamieszkujący małżonek, wstępni i zstępni nie mogą takiej pomocy zapewnić.

Osoby chętne do skorzystania z takiej formy pomocy mogą się zgłosić do właściwego terenowo ze względu na miejsce zamieszkania Zespołu Terenowej Pracy Socjalnej, który po przeprowadzeniu wywiadu środowiskowego z osobą zainteresowaną wyda decyzję o przyznaniu usług opiekuńczych i odpłatności za nie, którą niezwłocznie przekaże podmiotowi realizującemu usługi.

2.6 Specjalistyczne usługi opiekuńcze

Zakres działania: świadczenie pomocy w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych osobom, które nie są w stanie ich zaspokoić samodzielnie, wykorzystując własne możliwości, zasoby i uprawnienia.

Specjalistyczne usługi opiekuńcze są to usługi dostosowane do szczególnych potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności, świadczone przez osoby ze specjalistycznym przygotowaniem zawodowym.

Celem specjalistycznych usług opiekuńczych jest podniesienie standardu życia i przygotowanie do samodzielnej aktywności, wykorzystując narzędzia aktywizacyjne i rozwijające umiejętności osoby wymagającej wsparcia.

Osoby chętne do skorzystania z takiej formy pomocy mogą się zgłosić do właściwego terenowo ze względu na miejsce zamieszkania Zespołu Terenowej Pracy Socjalnej, który po przeprowadzeniu wywiadu środowiskowego z osobą zainteresowaną wyda decyzję o przyznaniu usług opiekuńczych i odpłatności za nie, którą niezwłocznie przekaże podmiotowi realizującemu usługi.

2.7 Zespoły Terenowej Pracy Socjalnej

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 1**

Kierownik: Grażyna Sobierska

pl. Legionów 4-5

tel. 71/782 24 86

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, Braniborska 6/8, tel. 71/772 59 82 do 986, 71/772 59 89

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 2**

Kierownik: Sylwia Kuczyńska

ul. Średzka 42, tel. 71/349 28 59

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Średzka 42 (ROM), tel. 71/349 28 59, 71/349 15 86

godziny przyjęć: pon., wt., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 2, ul. Koszykarska 6A, tel. 71/353 18 16, 71/353 18 86

godziny przyjęć: wt., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej 3**

Kierownik: Zbigniew Możejko

ul. Oficerska 9A, pok. 6

tel. 71/782 24 32

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Oficerska 9A, pok. 19, 20 i 21, tel. 71/782 24 38, 71/782 24 39

godziny przyjęć: pn., wt., śr., czw., pt. 7.30-10.00, pn., śr. 13.00-15.30

Rejon nr 2, ul. Na Ostatnim Groszu 54, pok. 1-4,

tel. 71/351 02 20, 71/351 02 41, 71/351 02 42, 71/357 34 60

godziny przyjęć: pn., wt., śr., czw., pt. 7.30-10.00, pn., śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 4**

Kierownik: Urszula Gontarz

ul. Oficerska 9A, pokój 110

tel./fax 71/782 24 50

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Oficerska 9A, pok. 111, 112, tel. 71/782 24 47, 71/782 24 46

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 2, ul. Oficerska 9A, pok. 110 i 115, tel. 71/782 24 48, 71/782 24 45

godziny przyjęć: pn., wt., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 3, ul. Oficerska 9A, pok. 108, tel. 71/782 24 51

godziny przyjęć: pn., wt., czw. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 4, ul. Oficerska 9A, pok. 119, tel. 71/782 24 43

godziny przyjęć: pn., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 5, ul. Oficerska 9A, pok. 116, tel. 71/782 24 44

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 8.00-10.00 wt., śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 5**

Kierownik: Elżbieta Norberciak

ul. Kniaziewicza 29, pok. 17

tel. 71/335 23 77

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Gliniana 55/1, tel. 71/367 76 28

godziny przyjęć: pn., śr., pt. 7.30-10.00 wt. 13.00-15.30

Rejon nr 2, ul. Gliniana 55/1, tel. 71/367 76 28

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 3, ul. Gliniana 55/1, tel. 71/367 76 28

Rejon nr 4, ul. Kniaziewicza 29A, pok.19, tel. 71/335 23 79

godziny przyjęć: wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 5, ul. Kniaziewicza 29A, pok.14, tel. 71/335 23 74

godziny przyjęć: pn., wt., czw., 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 6, ul. Kniaziewicza 29A, pok.7, tel. 71/335 23 80

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 7, ul. Kniaziewicza 29A, pok.8, tel. 71/335 23 84

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 6**

Kierownik: Krystyna Pisarek

ul. Kniaziewiczza 29, pok. 24

tel. 71/335 23 85

fax: 71/343 12 37

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Kniaziewiczza 29, pok. 1.2 i 4

tel. 71/335 23 71, 71/335 23 73, 71/335 23 88

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 2, ul. Kniaziewiczza 29, pok. 12, 21 i 26

tel. 71/335 23 72, 71/335 23 86, 71/335 23 81

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 3, ul. Kniaziewiczza 29, pok. 9

tel. 71/335 23 85 (wew. 397), lub 609 115 013

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 7**

Kierownik: Barbara Wójcik

pl. św. Macieja 4, pok. 1

tel. 71/782 24 22

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, pl. św. Macieja 4, tel. 71/782 24 27, 71/782 24 25, 71/782 24 23

godziny przyjęć: pn., wt., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 2, pl. św. Macieja 19-20, pok. 3, 5-7

tel. 71/782 35 41, 71/782 35 42, 71/782 35 43, 71/782 25 44

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 8**

Kierownik: Danuta Wirth

ul. Nowowiejska 29

tel. 71/782 35 55

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Nowowiejska 29, tel. 71/782 35 50 do 559

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 9**

Kierownik: Joanna Hawryś
ul. Nowowiejskiej 102, pok. 21
tel. 71/782 35 62

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Nowowiejska 102,

pok. nr 2, tel. 71/782 35 61,

pok. nr 3, tel. 71/782 35 61,

pok. nr 4, tel. 71/782 35 63,

pok. nr 5, tel. 71/782 35 67,

pok. nr 6, tel. 71/782 35 64,

pok. nr 7, tel. 71/782 35 65,

pok. nr 8, tel. 71/782 35 66

godziny przyjęć: pon. wt. czw. pt. 8.00-10.00 śr. 13.00-15.00

- **Zespół Terenowej Pracy Socjalnej nr 10**

Kierownik: Alina Marciniszyn
ul. Braniborska 6/8
tel. 71/772 59 91

Siedziby pracowników socjalnych:

Rejon nr 1, ul. Kamieńskiego 190 (Ośrodek Opiekuńczo Adaptacyjny dla Osób Starszych), tel. 71/327 66 20, 71/327 66 19

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 2, ul. Brücknera 47/48, tel. 71/372 71 15

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

Rejon nr 3, ul. Bierutowska 23, tel. 71/784 96 03, 71/345 75 38

godziny przyjęć: pn., wt., czw., pt. 7.30-10.00 śr. 13.00-15.30

3. Programy zdrowotne promocji zdrowia i profilaktyki chorób ukierunkowane na osoby starsze, finansowane z budżetu Miasta Wrocławia koordynowane przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych

3.1 Promocja zdrowia u osób przewlekle, nieuleczalnie, somatycznie i psychicznie chorych przebywających w środowisku domowym oraz wsparcie ich rodzin /opiekunów

Cel działania

Celem programu jest pomoc choremu, jego rodzinie/opiekunom w zorganizowaniu opieki, pozwalającej na jak najdłuższe pozostanie chorego w domu. Podniesienie wiedzy i umiejętności chorego, jego rodziny/opiekunów w zakresie samoopieki i samopielęgnacji, kształcenie właściwych postaw prozdrowotnych poprzez prowadzenie edukacji chorego i jego rodziny/opiekunów.

Realizator zadania

Ekumeniczna Stacja Opieki – Centrum Pielęgniarstwa Rodzinnego, Rehabilitacji i Opieki Paliatywnej, ul. Wysoka 4, tel. 661 286 396, 605 447 232. Oferujemy pomoc: pielęgniarki, rehabilitanta, psychologa.

3.2 Szczepienia ochronne przeciwko grypie dla mieszkańców Wrocławia w wieku senioralnym 65+ (bezpłatne szczepienia)

Cel działania

Celem programu jest ograniczenie zachorowań na grypę lub infekcje grypopodobne u osób starszych oraz u osób z grup ryzyka.

Realizator zadania

Wrocławskie centrum Zdrowia, ul. Podróżnicza 26/28
tel. 71/335 29 69

3.3 Wsparcie opieki paliatywno-hospicyjnej oraz organizacja wolnego czasu pacjentów stacjonarnego hospicjum we Wrocławiu

Cel działania

Celem zadania jest poprawa jakości życia pacjentów hospicjum poprzez wielokierunkowe działania pielęgnacyjno-opiekuńcze.

Realizator zadania

Hospicjum Bonifratrów, ul. Poświęcka 8A,
tel. 71/343 63 92

3.4 Promocja zdrowego stylu życia i aktywności ruchowej u osób w wieku senioralnym 55+

Cel działania

Celem programu jest utrzymanie sprawności ruchowej u osób w wieku senioralnym 55+ oraz zapobieganie schorzeniom narządu ruchu, poprzez: utrzymanie i /lub zwiększenie sprawności psychofizycznej, zmniejszenie dolegliwości bólowych w obrębie narządu ruchu, zmniejszenie napięcia psychicznego i mięśniowego wywołanego długotrwałym stresem, kształtowanie postawy aktywnego stylu życia, profilaktykę chorób narządu ruchu, np. poprzez zajęcia aktywności ruchowej na sali, pływalni oraz w terenie (nordic walking), edukację zdrowotną, zajęcia z kinezylogii rozwojowej i edukacyjnej.

Realizatorzy zadania

Międzywojewódzka Przychodnia Sportowo-Lekarska
ul. Paderewskiego 35
rejestracja: tel. 71/347 33 00

WCZ SP ZOZ Przychodnia „Stabłowice”

ul. Stabłowicka 125
rejestracja: tel. 71/354 31 69

Creator Sp. z o.o.,

ul. Lotnicza 37
rejestracja: tel. 71/362 02 22

Wrocławskie Centrum Rehabilitacji i Medycyny Sportowej Sp. z o.o.
ul. Chopina 5/7
rejestracja: tel. 71/348 50 35

3.5 Promocja zdrowia, profilaktyka cukrzycy i jej powikłań

Cel działania

Celem programu jest zwiększenie poziomu świadomości zdrowotnej mieszkańców Wrocławia o zagrożeniu cukrzycą oraz poprawa jakości życia chorych na cukrzycę i przeciwdziałanie jej powikłaniom, poprzez:

- kształtowanie postawy odpowiedzialności za zdrowie własne,
- propagowanie idei pomocy osobom chorym na cukrzycę,
- kształtowanie u osób chorych na cukrzycę umiejętności obserwowania objawów choroby i właściwej ich interpretacji,
- naukę samokontroli i samoobserwacji w cukrzycy,
- motywowanie do aktywnego i zdrowego stylu życia, w tym pracy zawodowej, ruchu, wypoczynku,
- poprawę sprawności fizycznej i aktywny udział chorych na cukrzycę w zajęciach ruchowych,
- zapobieganie hiper i hipoglikemii,
- utrzymanie dobrego samopoczucia psychicznego oraz uczenie chorych na cukrzycę sposobów radzenia sobie ze stresem.

Realizator zadania

Wojewódzki Zespół Specjalistycznej Opieki Zdrowotnej

ul. Dobrzyńska 21/23

rejestracja: tel. 71/ 774 77 57, od poniedziałku do piątku w godz. 8.00–13.00

3.6 Programy profilaktyki schorzeń narządu ruchu ze szczególnym uwzględnieniem osteoporozy

Cel działania

Celem programu jest prewencja pierwotna i wtórna osteoporozy poprzez poprawę ogólnej sprawności fizycznej i modyfikację diety. W ramach programu prowadzone są zajęcia ruchowe, instruktaż ćwiczeń pozwalający na utrwalenie nawyku samodzielnego wykonywania wyuczonych ćwiczeń, edukacja zdrowotna ukierunkowana na modyfikację diety.

Realizator zadania

Przychodnia „Celmed”

ul. Dziadoszyńska 29

tel. 71/353 73 52

3.7 Program rehabilitacji kardiologicznej w ramach wtórnej prewencji chorób sercowo-naczyniowych

Cel działania

Celem programu jest zmniejszenie ilości nawrotów incydentów sercowo-naczyniowych po przebytym zawale mięśnia sercowego i/lub po zabiegach plastyki naczyń wieńcowych, w okresie nie później niż do 12 miesięcy od zaistniałego incydentu. Program skierowany jest do osób po przebytym zawale mięśnia sercowego lub po zabiegach wykonanych na naczyniach wieńcowych, jednak nie później niż w okresie do 12 miesięcy od zaistniałego incydentu.

W ramach programu prowadzone są :

- zajęcia ruchowe połączone z instruktażem do samodzielnego wykonywania ćwiczeń w warunkach domowych
- konsultacje kardiologiczne i badanie EKG wysiłkowe
- zajęcia grupowe i indywidualne z dietetykiem oraz psychologiem

Do udziału w programie wymagane jest skierowanie do poradni kardiologicznej wystawione przez lekarza: oddziału kardiologicznego, oddziału kardiochirurgii, oddziału chorób wewnętrznych lub podstawowej opieki zdrowotnej.

Realizator zadania

Centrum Kardiologiczne „Pro Corde” we Wrocławiu

ul. Nowowiejska 64/66

rejestracja: tel. 71/322 60 08

3.8 Program promocji zdrowia i profilaktyki raka piersi

Cel działania

- zwiększenie liczby wykrytych nowotworów we wczesnym stadium choroby poprzez zintegrowane działania edukacyjno-diagnostyczne,
- kształtowanie zachowań prozdrowotnych, ukierunkowanych na czynniki ryzyka chorób nowotworowych oraz aktywną profilaktykę,
- zwiększenie znaczenia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych,
- zapewnienie mieszkańcom Wrocławia poczucia bezpieczeństwa oraz wsparcie w opiece profilaktycznej poprzez rozszerzenie dostępu do diagnostyki specjalistycznej

Realizator zadania

Centrum Diagnostyki Medycznej „Medix”

ul. Grabiszyńska 37-39

tel. 603 713 030

3.9 Promocja zdrowia psychicznego, zapobieganie zaburzeniom psychicznym oraz wsparcie osób z doświadczeniem choroby psychicznej i zaburzeniami psychogeriatrycznymi

Cel działania

Celem programu jest poprawa jakości życia osób z zaburzeniami psychogeriatrycznymi oraz doświadczeniem choroby psychicznej, poprzez:

- podniesienie poziomu wiedzy w obszarze zdrowia psychicznego,
- promocję zdrowia psychicznego wśród dorosłych mieszkańców Wrocławia,

- motywowanie do podjęcia leczenia specjalistycznego osób z podejrzeniem zaburzeń psychicznych, będących pod opieką terenowego pracownika socjalnego,
- wsparcie psychologiczne osób z problemami psychogeriatrycznymi i doświadczeniem choroby psychicznej.

Realizator zadania

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

ul. Podwale 13

tel. 71/ 355 52 25

4. Nieodpłatna pomoc psychospołeczna i prawna dla ofiar przemocy domowej i osób w sytuacji kryzysowej

Demokratyczna Unia Kobiet – Klub Wrocławski DUK

ul. Zelwerowicza 16/18,

tel. 71/341 71 43, e-mail: DUK-wroclaw@wp.pl

Oferta:

- poradnictwo psychologiczne i prawne,
- poradnictwo internetowe,
- grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy.

Fundacja Centrum Praw Kobiet, CPK, ul. Ruska 46B II p. p. 208, 208 a i 219,

tel. 71/358 08 74, e-mail: cpk_wroclaw@cpk.org.pl

Oferta:

- poradnictwo psychologiczne i prawne,
- grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy (po rozmowie indywidualnej).

Stowarzyszenie Na Rzecz Higieny Zdrowia Psychicznego

„Przyjaciół w Kryzysie”, pl. Staszica 4,

nr telefonu zaufania 71/776 62 08, e-mail: przyjacielowkryzysie@o2

Oferta: psychologiczna pomoc telefoniczna – soboty, niedziele i święta od godz. 9.00 do 20.00.

Stowarzyszenie Pomocy „Akson”, ul. Gen. T. Bora-Komorowskiego 31,
tel. 71/352 94 03, e-mail: owiik@wp.pl

Oferta:

- całodobowe schronienie dla ofiar przemocy,
- pomoc psychologiczna, pedagogiczna, prawna, socjalna.

Fundacja „Non Licet”, ul. Stalowa 6A, tel. 71/361 97 70, e-mail: oik@go2.pl

Oferta: pomoc psychologiczna, prawna.

Stowarzyszenie Misja Dworcowa, ul. Pomorska 16B, tel. 508 168 979,
71/321 05 50, e-mail: misja.dworcowa@wp.pl

Oferta: pomoc psychologiczna i pedagogiczna.

Stowarzyszenie na rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”, ul. Kleczkowska 5
(oficyna), tel. 71/329 09 19, e-mail: curatus@o2.pl

Oferta: pomoc psychologiczna, grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy.

Dolnośląskie Stowarzyszenie Pomocy Ofiarom Przepęstw „Karta 99”,
ul. Kościuszki 35B, tel. 71/344 66 33, e-mail: dspop@wp.pl

Oferta: porady prawne.

Fundacja na rzecz Równości, pl. św. Macieja 5, IIIp., tel. 723 174 717,
e-mail: rowosci@gmail.com

Oferta: pomoc prawna i psychologiczna.

Stowarzyszenie INTRO, strona internetowa: www.kampaniaprzemoc.pl,
e-mail: intro@psychotekst.pl

Oferta: informacja i pomoc internetowa, pomoc psychologiczna.

Stowarzyszenie Pomocy dla Osób w Sytuacji Kryzysowej „Interwencja”,
e-mail: stowarzyszenie@interwencja.org

Oferta:

- pomoc psychologiczna, prawna, ul. Podwale 13, tel. 71/783 36 64
- grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy (ul. Nowodworska 51/3, tel. 71/784 44 48).

Wrocławskie Centrum Zdrowia Sp ZOZ, ul. Podróżnicza 26/28,
Arkadiusz Klimczak, tel. 609 899 455, e-mail:arkadiuszklimczak@spzoz.pl
Oferta: programy korekcyjno-edukacyjne dla sprawców przemocy.

Miejsca pomocy dla ofiar przemocy:

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Strzegomska 6,
tel. 71/782 23 00 do 03

Miejskie Centrum Usług Socjalnych, ul. Mączna 3,
tel. 71/376 99 00

Ważne telefony:

Policyjny Telefon Zaufania – 800 283 107

Wrocławski Telefon Zaufania – 71/776 62 08: sobota, niedziela, święta
w godz. 9.00-19.00

5. Programy aktywizacji seniorów realizowane przez Centrum Informacji i Rozwoju Społecznego w ramach Wrocławskiego Centrum Seniora, finansowane z budżetu Miasta Wrocławia

Wrocławskie Centrum Seniora, pl. Dominikański 6
tel. 71/344 44 44

W ramach działalności Wrocławskiego Centrum Seniora odbywają się:

- dyżury Wrocławskiej Rady ds. Seniorów,
- spotkania z psychologiem,
- Klub Seniora Wolontariusza,
- punkt porad prawnych,
- poradnictwo z zakresu Ustawy o pomocy społecznej,
- porady z zakresu organizacji imprez turystycznych,
- dyżury Doradcy UM Wrocławia ds. Seniorów,
- Klub Aktywnego Seniora,
- porady farmaceutyczne.

Akademia Rozwoju Seniora

Zakres programu: Akademia Rozwoju Seniora prowadzi warsztaty, szkolenia oraz spotkania integracyjne, kulturalne, sportowe i inne. Podczas zajęć seminaryjnych przekazywana jest wiedza z zakresu zarządzania budżetem domowym, rękodzielnictwa, jogi. Słuchacze mogą również skorzystać z wykładów dotyczących promocji zdrowia oraz zachowań korzystnie wpływających na zdrowie.

Miejsca Przyjazne Seniorom

Miejsca wolne od barier architektonicznych, komunikacyjnych lub te, które dysponują specjalną ofertą dla osób po 60. roku życia, posiadają specjalne wyróżnienie – certyfikat „Miejsca Przyjaznego Seniorom”. Certyfikat nadawany jest przez Wrocławskie Centrum Seniora.

Wrocławska Karta Seniora

Program Wrocławskiego Centrum Seniora skierowany do osób po 60. roku życia zamieszkałych we Wrocławiu. Seniorzy mogą korzystać z promocji i ofert przygotowanych przez firmy i instytucje specjalnie z myślą o nich. Każdy mieszkaniec miasta, który ukończył 60 lat, może przystąpić do programu poprzez zarejestrowanie się w systemie WKS. Imiennie wystawiane karty nie mogą być przekazywane innym osobom, a korzystać z przygotowanych ofert można po okazaniu dowodu osobistego.

Program ten ma na celu zaktywizowanie jak największej liczby osób starszych poprzez możliwość wyboru atrakcyjnej oferty z uwzględnieniem zainteresowań i potrzeb seniorów. Do programu zgłosiły się instytucje kulturalne, firmy oferujące zajęcia ruchowe, wycieczki, pobyty uzdrowskowe, szkolenia i kursy czy też usługi przygotowane z myślą o osobach po 60. roku życia. Gmina Wrocław nie ponosi żadnych kosztów związanych z oferowanymi przez Partnerów programu ofertami. Wprowadzając Kartę Seniora, Gmina Wrocław realizuje hasło samorządu przyjaznego seniorom.

Targi Senioralne

Wrocławskie Centrum Seniora jest organizatorem Targów Senioralnych, imprezy prezentującej dorobek kulturalny i rzemiosła seniorów z wrocławskich klubów seniora i Uniwersytetów Trzeciego Wieku. To także miejsce, w którym partnerzy Wrocławskiego Centrum Seniora prezentują swoją ofertę adresowaną do środowisk osób starszych.

5.1 Punkty informacyjno-konsultacyjne dla seniorów

Wrocławskie Centrum Seniora, pl. Dominikański 6,
tel. 71/ 344 44 44

Dyżury Wrocławskiej Rady ds. Seniorów
odbywają się w siedzibie Wrocławskiego Centrum Seniora

Klub Seniora Wolontariusza
środy godz. 9.00-11.00, Urszula Lubecka, tel. 71/772 49 23

Punkt porad prawnych
wtorki i czwartki, w godz. 11.00-14.00,
Bezpłatne porady prawne (m.in. pozwy, rozwody, spadki, odwołania, umowy,
windykacja, alimenty, odszkodowania)
radca prawny Włodzimierz Konarski
tel. 71/723 76 52

Poradnictwo z zakresu ustawy o pomocy społecznej
środy, w godz. 15.00-16.00,
Porady Elżbieta Gorgoń (również w języku migowym), tel. 71/772 49 35

Porady z zakresu organizacji imprez turystycznych
poniedziałki, godz. 13.30-15.00,
Porady Ewa Rzewuska, tel. 71/344 44 44

Dyżury Doradcy ds. Seniorów Urzędu Miejskiego Wrocławia
środy, godz. 11.00-14.00, tel. 71/344 44 44

Klub Aktywnego Seniora
środy, godz. 13.30-15.30, Zapisy: Krystyna Olejniczak-Ciuszko,
tel. 508 918 428, e-mail: klubseniora@fan.org.pl

Porady farmaceutyczne
po telefonicznym umówieniu z farmaceutą, tel. 71/344 44 44

Wrocławski Integracyjny Klub Kajakowy „Vikon Kapok”

poniedziałki w godz. 14.00-15.00

Klub Kajakowy „Kapok” prowadzi działalność na rzecz osób niepełnosprawnych oraz seniorów, tel. 71/344 44 44.

Seniориada

Cykl imprez o charakterze sportowym organizowanych dla seniorów w partnerstwie ze Stowarzyszeniem Promocji Sportu FAN we Wrocławiu, tel. 71/344 44 44.





Druk finansowany przez
Miasto Wrocław

Wrocław miasto spotkań