



Katowice okiem seniora

10 miejsc, które warto zobaczyć

Album powstał w ramach Projektu „Katowice okiem seniora – 10 miejsc, które warto zobaczyć” realizowanego przez Stowarzyszenie Pracownia Inicjatyw Rozwojowych.

Projekt dofinansowany przez:



**PRACOWNIA
INICJATYW
ROZWOJOWYCH**

Stowarzyszenie Pracownia Inicjatyw Rozwojowych
ul. Michała Gierlotki 8 | 40-688 Katowice
www.pracownia-inicjatyw.pl

Katowice, 2022

Nikiszowiec

Adres :

Plac Wyzwolenia 10-4
ul. Szopienicka
40-423 Katowice

Plusy/minusy

+ Sztuka ludowa, odnowiony kościół, Familoki,
Cafe Byfyj, Jarmarki, dobry dojazd
- Mało ławek na odpoczynek dla seniorów

Ocena seniorów

0-10

10 (!)



Nikiszowiec... Tego miejsca nie trzeba specjalnie reklamować. Zabytkowe osiedle z ponad 100-letnią historią, wpisane do rejestru zabytków i uznane za Pomnik Historii, przyciąga rzesze zwiedzających nie tylko podczas wydarzeń związanych z Jarmarkami na Nikiszu, czy też jako jedna z atrakcji na Szlaku Zabytków Techniki Województwa Śląskiego.

Dobry dojazd zachęca również indywidualnych pasjonatów do odwiedzenia tego miejsca i sprawdzenia na własne oczy magii tego miejsca.

Odnowiony kościół, zrewitalizowane familoki, wiele miejsc ukazujących sztukę ludową przyciąga na wielogodzinne spacer.

Seniorzy zachęcają również do spróbowania pyszności w najbardziej znanej kawiarni tego miejsca jakim jest Cafe Byfyj, czy Maoli.

Fantastyczna atmosfera panuje także w Galerii Kryska i w Galerii Akwareli.

Jedyne czego im zabrakło, i na co bardzo zwrócili uwagę, to za mała liczba ławek, by choć na chwilę spocząć i złapać sił na więcej. Nie zmienia to jednak faktu, że jest to najwyżej notowane miejsce z TOP 3 wśród naszych seniorów.



NIKISZOWIEC

Archikatedra i Muzeum Archidiecezjalne

Adres:

Archikatedra
ul. Plebiscytowa 49,
40-042 Katowice

Muzeum Archidiecezjalne
ul. Henryka Jordana 39
40-043 Katowice

Plusy/minusy

+ Bezpłatnie/„co łaska”, blisko dworca,
piękne wnętrza i eksponaty

Ocena seniorów

0-10

10



Jedno z miejsc TOP 3 naszego albumu.

Entuzjastyczna reakcja na hasło „Archikatedra” i większość powiązanych z nią aspektów na plus, uplasowała nam to miejsce wysoko w oczach seniorów.

Archikatedra i Muzeum Archidiecezjalne położone jest w niedalekiej odległości od dworca PKP, zatem nawet osoby niezmotoryzowane, czy też z pewnymi ograniczeniami przemieszczania się, bez problemu mogą się tam dostać.

Dumą Katowic jest, że to największa katedra w Polsce. Niesamowita akustyka przyciąga zarówno melomanów, jak i osoby, które jeszcze nie zaznały akustycznych doznań podczas koncertów organowych i symfonicznych na żywo. Doceniają to również wierni, którzy nie mogąc przybyć osobiście, mają możliwość wysłuchania mszy, które są transmitowane z Archikatedry.

Będąc już na miejscu, nie można pominąć Muzeum Archidiecezjalnego. Piękno i wyjątkowość eksponatów, zauroczy nie tylko seniorów. Tym bardziej, iż cena biletów na wystawy to dobrowolna ofiara „do koszyčka”.

Muzeum Archidiecezjalne to nie tylko wystawy obrazów i rzeźb. Odbywają się tam również inne wydarzenia, takie jak koncerty, wernisaże, czasowe wystawy fotograficzne oraz spotkania edukacyjne.



ARCHIKATEDRA I MUZEUM ARCHIDIECEZJALNE

Klub Seniora Atelier przy Fundacji ASES

Adres:

ul. Michała Gierlotki 8
40-042 Katowice

Plusy/minusy

- + Miejsce przyjazne seniorom
- + Atrakcyjna oferta zajęć dla seniorów

Ocena seniorów

0-10

10



Klub Seniora Atelier w Katowicach został uruchomiony w czerwcu 2019 roku. Swoimi działaniami aktywizuje społecznie, zdrowotnie i fizycznie osoby po 60 roku życia z terenu Katowic.

Ważną częścią aktywności seniorów w Klubie jest samodecydowanie o kształcie spotkań Klubu, rodzaju podejmowanych przez nich aktywności oraz możliwość zaproszenia innych seniorów ze społeczności - własnych znajomych, sąsiadów.

W ramach Klubu, poza aktywnością społeczną, integracją wewnątrzpokoleniową, samopomocą oraz wzmacnianiem jakości życia poprzez poprawę funkcjonowania psychofizycznego, seniorzy wzmacniają również świadomość konieczności zaangażowania i partycypację obywatelską.

Działalność Fundacji Atelier Spółdzielczości i Ekonomii Społecznej (ASES), przy której działa Klub Seniora, skupiona jest wokół aktywizacji społecznej i zawodowej, edukacji oraz wolontariatu różnych grup społecznych, aktywizacji obywatelskiej, samopomocy oraz działalności charytatywnej. Swoje działania kieruje w szczególności do seniorów, osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, np. bezrobotnych, nieaktywnych zawodowo, niepełnosprawnych, kobiet powracających na rynek pracy. Fundacja ASES jest organizacją prężnie rozwijającą się - w swojej kilkuletniej działalności udzieliła wsparcia z zakresu aktywizacji społecznej oraz zawodowej ponad 3000 osobom.



KLUB SENIORA ATELIER PRZY FUNDACJI ASES

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji (MOSiR)

Adres:

ul. Gliwicka 214
40-959 Katowice

Plusy/minusy

+ Dobry dojazd, wspaniałe miejsce do aktywności ruchowej, możliwość spotkań w gronie seniorów

Ocena seniorów

0-10

10

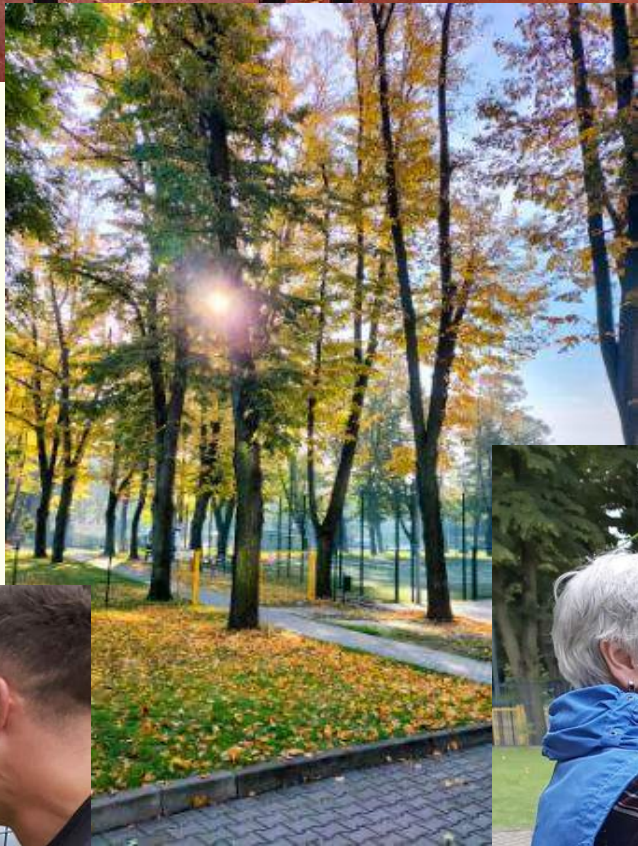


Na kolejną uwagę zasługuje jeden z obiektów należący do MOSiR, a mianowicie Ośrodek Sportowy Gliwicka. Wybudowany przez dawnych właścicieli kopalni „Gottwald”, działał jako Dom Kultury.

Obecnie jako Ośrodek Sportowy mocno zaangażowany jest w aktywizację seniorów, poprzez organizowane spacery nordic walking nad pobliskim Stawem Maroko.

Basen zewnętrzny, wodny plac zabaw, nowoczesny „Orlik”, czy też plac zabaw, to miejsca na aktywność głównie w okresach ciepłych, ale i zimą nie trzeba się nudzić, a pomogą w tym sale wyposażone w stoły do ping-ponga, czy stanowiska do gry w szachy. Obiekt z pełnym węzłem sanitarnym.

Przy OS Gliwicka mieści się również Klub Seniora, który wykorzystuje potencjał tego miejsca, zarówno na spotkania senioralne, aktywizację ruchową, jak i realizację działań klubowych. Integracja seniorów i juniorów zatem jak znalazł.



Załęże, Wysoki Zamek

Adres:

ul. Gliwicka 96a
Załęże
40-959 Katowice

Plusy/minusy

+ Wysoki Zamek to nazwa symboliczna starej piekarni, w jeden dzień tygodnia gotują charytatywnie

+ Centrum Społecznościowe

Ocena seniorów

0-10

10



Dzielnica Załęże, to jedna z najstarszych części Katowic, kojarzona niegdyś głównie z Kopalnią Węgla Kamiennego „Kleofas” i Huta „Baildon”. Dziś już tylko pozostałość starych i zabytkowych zabudowań przypomina nam o tym odcinku czasu.

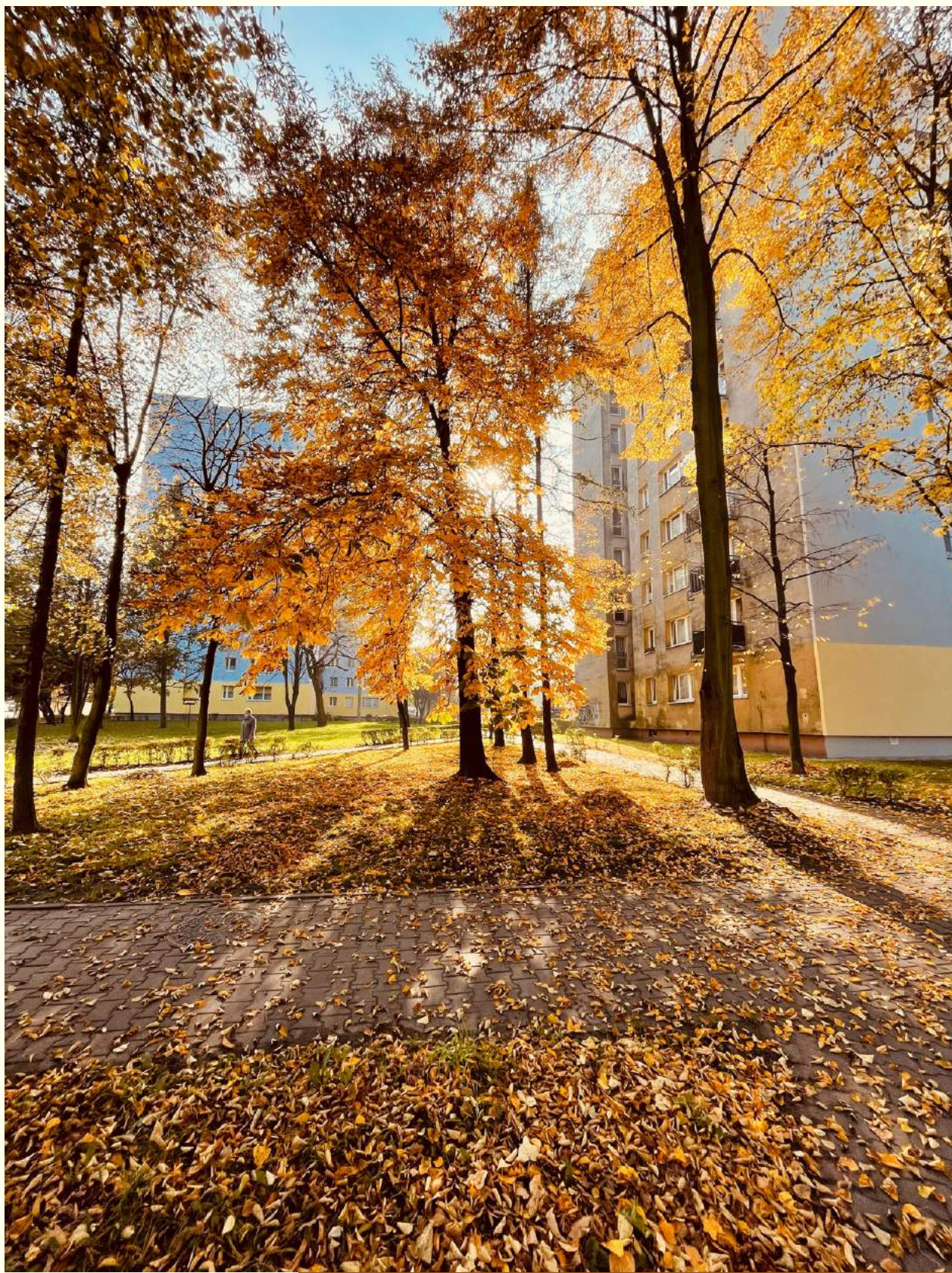
W jednej z pięknie zrewitalizowanych zabytkowych kamienic, gdzie seniorzy kojarzą, iż mieściła się tam stara piekarnia, obecnie znajduje się Klub Wysoki Zamek. Wspaniała inicjatywa twórców tego miejsca, to realna pomoc, a i także wsparcie młodzieży w zapobieganiu uzależnieniom.

Na pierwotnym zamyśle gospodarze tego miejsca nie poprzestali.

Dziś Wysoki Zamek, to miejsce scalające nie tylko młodzież, ale również i seniorów poprzez organizowane wydarzenia i warsztaty. Tutaj nikt nie czuje się wykluczony.

Kosztując pyszności w Wysokim Zamku, możemy zapłatą dodatkowo wspierać kolejny szczytny cel, jakim jest miska zupy, którą Klub Wysoki Zamek gotuje charytatywnie w czwartki i dzieli się z ubogimi.

Kolejnym miejscem bardzo ważnym i bardzo potrzebnym seniorom na Załężu jest Centrum Społecznościowe. Miejsce stworzone z projektu, tak bardzo przypadło do gustu seniorom, że pomimo, iż jest to miejsce „czasowe”, to bezdyskusyjnie uwzględnili je wysoko na liście naszego albumu. To tam odbywają się spotkania młodzieży i seniorów. To tam integrują się osoby, które biorą udział w warsztatach, wydarzeniach, czy wycieczkach. Gdyby tylko mieli możliwości, to pozostawiliby to miejsce na zawsze.



Park Zadole - Tężnia

Adres:

ul. Wczasowa 15
40-694 Katowice

Ocena seniorów

0-10

8

Plusy/minusy

+ Dojazd, basen całoroczny, koncerty w
muszli koncertowej



Park Zadole, to kolejne rekreacyjne miejsce położone na jednym z większych terenów zielonych Katowic.

Z pewnością seniorzy mogą zapunktować u swoich wnuków, zabierając ich na tor deskorolkowy lub przejażdżkę rowerami po wyznaczonych ścieżkach, czy też zabierając do całorocznego basenu.

Park Zadole, to nie tylko rekreacja ruchowa, ale również uczta dla ciała i duszy. Można nie tylko zażywać dobroczynności Tężni Solankowej nie wyjeżdżając daleko do Uzdrowiska, ale również posłuchać recitali i koncertów - od muzyki popularnej, country czy biesiadnej, które rozbrzmiewają z amfiteatru. Czasami również można spróbować swoich sił wokalnych na takich wydarzeniach.

Warto pomyśleć też o rehabilitacji we własnym zakresie, którą umożliwia położony tuż obok parku basen.

Seniorzy chwalą sobie dobry dojazd do tego miejsca, co akurat w ich przypadku jest bardzo istotne.



PARK ZADOLE - TĘŻNIA

Park Kościuszki

Adres:

ul. Tadeusza Kościuszki 40
40-048 Katowice

Plusy/minusy

+ Drewniany zabytkowy kościół (ok. 400 lat), Wieża Spadochronowa z ciekawą kontrowersyjną legendą związaną z harcerzami, cmentarz wojskowy, strefa seniora

- Brak toalet

Ocena seniorów

0-10

7



Park Kościuszki, czyli największy teren parkowy w administracyjnych granicach miasta Katowice, kryje w sobie wiele ciekawych obiektów i atrakcji. Miejsce spacerów, aktywności ruchowej, wspomnień historycznych i zadumy, ale również kontaktu z kulturą i sztuką.

Przechadzając się alejkami Parku możemy podziwiać nie tylko jego roślinność opiewającą na ponad 90 rodzajów drzew i krzewów, ale również dzieła twórców regionu w Galerii rzeźby plenerowej, czy też posłuchać koncertów.

Nutkę historii odnajdziemy na cmentarzu wojskowym, jak również przy replice Wieży Spadochronowej, która skrywa kontrowersyjną legendę o próbie obrony centrum Katowic przez harcerzy, w początkowych dniach września 1939 roku.

Wspomnieniom możemy się poddać przy pomniku tragicznie zmarłych członków Klubu Wysokogórskiego, gdzie wśród nich wspomniany jest również Jerzy Kukuczka jeden z pionierów Himalaizmu.

Wisienką Parku Kościuszki jest drewniany kościół św. Michała Archanioła wraz z lapidarium, liczący wg oficjalnych zapisów około 500 lat, przeniesiony z Syryni w powiecie wodzisławskim krótko przed II wojną.

Park Kościuszki to wspaniałe miejsce, by spędzić wiele godzin na świeżym powietrzu, niestety dość szybko „wygania” do domu, a to za sprawą braku toalet.



PARK KOŚCIUSZKI

Staw Maroko

Adres:

Pomiędzy rzeką Rawą i dzielnicą Załęże
a osiedlem Tysiąclecia
ul. Piastów 17
40-868 Katowice

Plusy/minusy

- + Obiekt całoroczny, można spotkać rzadkie okazy ptaków, możliwość gry w piłkę wodną a także zasmakować żeglarstwa
- Brak zaplecza gastronomicznego

Ocena seniorów

0-10

6



Staw Maroko, to całoroczne miejsce wypoczynkowo-rekreacyjne, bardzo cenione wśród seniorów i nie tylko, często nazywane Mazurami Katowic.

To tutaj można podczas spaceru spotkać rzadkie okazy ptaków, żyjące wśród trzcinowiska płazy, kaczki, traszki i wiele innych gatunków zwierząt.

Dla koneserów wędkarstwa znajdzie się niejedno miejsce do łowienia. Miłośnicy rowerów mogą podziwiać piękno przyrody podczas jazdy ścieżką rowerową. Koneserzy żeglarstwa mają niepowtarzalny widok z łódki. Chętni zaś na rywalizację, mogą spróbować swoich sił podczas gry w piłkę wodną.

Pobliski MOSiR bardzo pręźnie tutaj propaguje aktywność podczas nordic walking.

Gdyby nie brak zaplecza gastronomicznego, to bardzo wysoko plasowałoby się to miejsce w rankingu wyborów seniorów. Zdecydowanie polecane miejsce zarówno dla samych seniorów, jak również na wyjście z wnukami, czy pomysł dla dzieci, które mogą zabrać rodzica na łono natury nie wyjeżdżając daleko poza miasto.



STAW MAROKO

Park Technologiczny

Adres :

Park Naukowo-Technologiczny
Euro-Centrum Sp. z o.o.
ul. Ligocka 103
40-568 Katowice

Plusy/minusy

- Daleko, zbyt dużo nowoczesności
- Musi być przewodnik

Ocena seniorów

0-10

5



Park Technologiczny, czyli Euro-Centrum Park Naukowo-Technologiczny, to kolejne z miejsc na naszej mapie punktów odwiedzonych przez Seniorów. Dla części osób starszych jest miejscem zbyt nowoczesnym i położonym za daleko od Centrum Miasta.

Na dawnych, zdegradowanych terenach po Zakładzie Aparatury Chemicznej oraz fabryce farb, powstało Centrum z siedmioma przebudowanymi obiektami i czterema nowo wybudowanymi w technologii energooszczędnej, gdzie nie tylko pracują firmy, prowadzone są badania, ale głównie jest to miejsce służące edukacji poprzez szkolenia, bezpłatne kursy, warsztaty oraz inne działania popularyzujące ideę oszczędzania energii. Z pewnością jest to dobry pomysł na organizację integracyjnej wycieczki z wnukami.

Z indywidualnym zwiedzaniem możemy mieć mały problem, ponieważ mają tam siedziby firmy związane z tematyką innowacji i działaniami badawczymi z zakresu technologii energooszczędnych.

Dla grup zorganizowanych natomiast to świetne miejsce, by już dzisiaj poznać nowoczesną technologię, która w niedalekiej przyszłości będzie dla nas czymś powszechnym i codziennym.



PARK TECHNOLOGICZNY

Kino Kosmos

Adres:

ul. Sokolska 66
40-087 Katowice

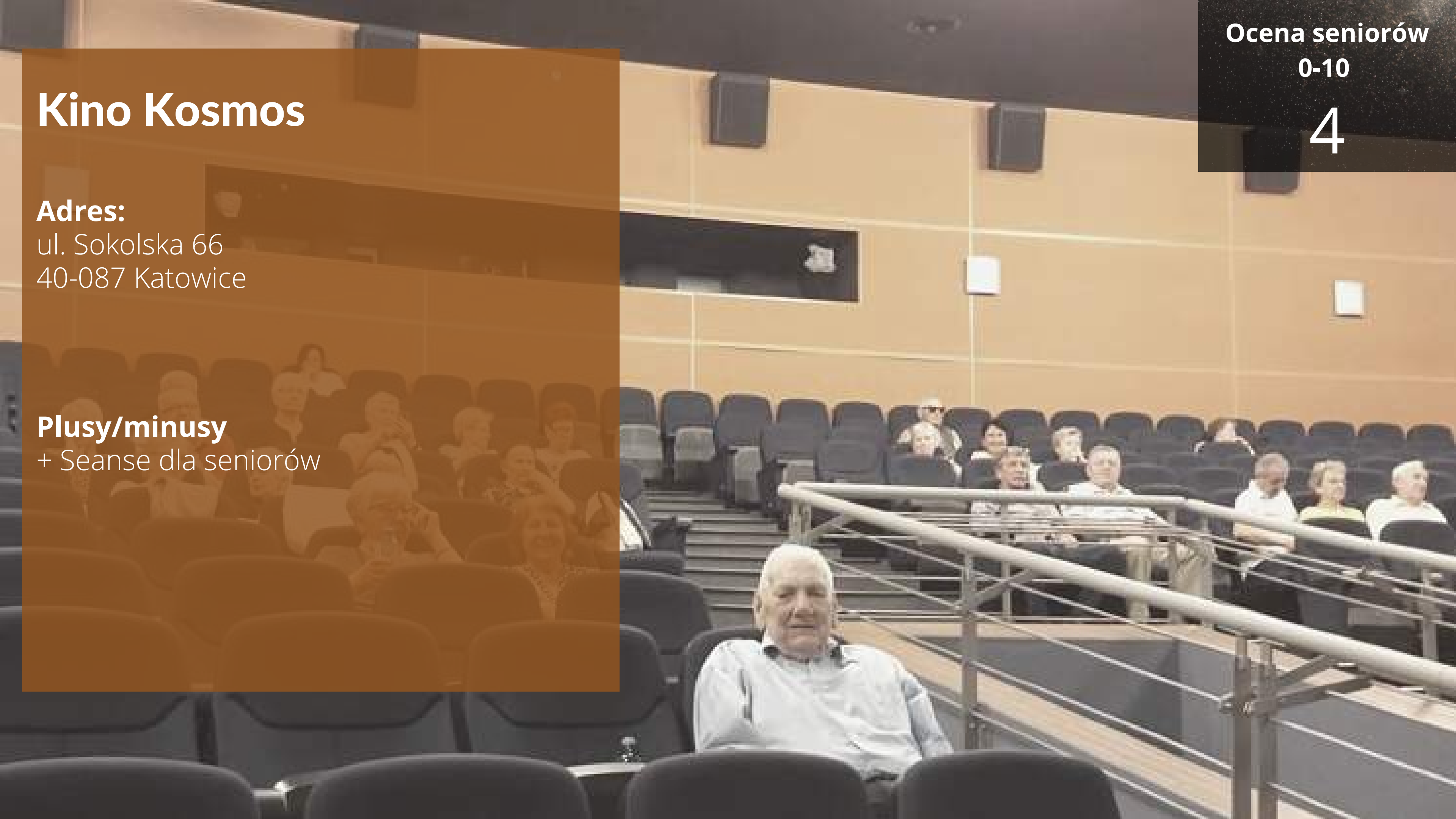
Plusy/minusy

+ Seanse dla seniorów

Ocena seniorów

0-10

4



Kino „Kosmos”, legendarne miejsce, które w latach 60-tych posiadało jedną z największych wówczas na Śląsku salę kinową, wyposażoną w panoramiczny wklęsły ekran.

Znane kiedyś jako „Centrum Sztuki Filmowej”, dziś identyfikujemy jako „Silesia-Film”. Ile randek i wagarów było tam spędzonych, mogą nam tylko po prawdzie opowiedzieć jego mury.

Wysoko cenione za mieszany repertuar, dzięki czemu każdy znajdzie coś dla siebie. Klasyka kina przeplatana jest z repertuarem bieżącym. Podobnie jak Ośrodki Kultury Filmowej organizuje wspaniałe wydarzenia, cykle filmowe, przeglądy tematyczne, projekty edukacyjne, transmisje operowe, spotkania z twórcami i oczywiście tak uwielbiane, premiery filmowe.

Nie możemy pominąć faktu, że Kino „Kosmos” organizuje seanse specjalnie dla seniorów.

.



BONUS: Planetarium

Adres:

aleja Planetarium 4
41-503 Chorzów

Plusy/minusy

- + Pokaz gwiazd na rozkładanych fotelach, rekreacja na ławkach, symulator lotów w kosmos
- Daleko od centrum Katowic, utrudniony dojazd

Ocena seniorów

0-10

10



Planetarium, to również najwyższy TOP 3 wśród wybranych miejsc przez seniorów. Zostawiamy go zatem na zachętę ciągu dalszego albumów „Okiem Seniora”.

Jako pierwszy w Polsce tego typu obiekt powstał w latach 50-tych.

Na chwilę obecną jest jednym z najnowocześniejszych parków nauki na świecie.

Planetarium działalność zaczynało jako obserwatorium astronomiczne, a z czasem rozszerzało się o stację sejsmologiczną i klimatologiczną.

Planetarium to nie tylko pokazy gwiazd na rozkładanych fotelach, które tak bardzo zachwyciły seniorów, ale także ekspozycje dotyczące geofizyki i astronomii.

Planetarium organizuje również wystawy czasowe i różnego rodzaju wydarzenia. Działają tu koła zainteresowań dla młodzieży oraz prowadzone są zajęcia dydaktyczne. Warto sprawdzić również zegar słoneczny na dziedzińcu czy dorównuje do naszej nowoczesnej technologii.

Absolutnym must have oczywiście jest symulator lotów w kosmos. Takiej wspólnej przygody z dziadkami nie odmówi żaden wnuk.

.



PLANETARIUM



Album powstał w ramach Projektu „Katowice okiem seniora – 10 miejsc, które warto zobaczyć” realizowanego przez Stowarzyszenie Pracownia Inicjatyw Rozwojowych.

Projekt został dofinansowany przez Katowice – Miasto Ogrodów Instytucję Kultury im. Krystyny Bochenek.

Jego celem było aktywne włączenie katowickich seniorów w przygotowanie koncepcji, wybór miejsc, zebranie materiałów, dokumentację fotograficzną oraz przygotowanie opisów 10-ciu miejsc w Katowicach, które warto odwiedzić.

O ALBUMIE "KATOWICE OKIEM SENIORA.
10 MIEJSC, KTÓRE WARTO ZOBACZYĆ"

o Stowarzyszeniu Pracownia Inicjatyw Rozwojowych

- Wsparcie seniorów w obszarze ich aktywizacji społecznej i większego włączania się w życie społeczne.
- Wsparcie osób „na życiowym zakręcie”.
- Wsparcie dla liderów społeczności lokalnej oraz NGO (ekonomia społeczna, animacja lokalna, itp.).

PRACOWNIA
INICJATYW
ROZWOJOWYCH