



BIULETYN INFORMACYJNY MAZOWICKIEGO POROZUMIENIA RAD SENIORÓW



*Materiały zebrał i opracował:
dr Roman Biskupski
mgr Andrzej Karski
Zdjęcia: Krystyna Bartosik
Czesław Karpiński
Andrzej Karski
Zbigniew Oczkowicz
Stefan Woźniak*



**PROJEKT WSPÓLFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW WOJEWÓDZTWA
MAZOWIECKIEGO
Legionowo 2018**

Spis treści:

- 1. Wstęp**
- 2. Dokumenty normatywne z komentarzem**
- 3. Etapy tworzenia Rad Seniorów**
- 4. Rola i funkcje Rad Seniorów**
- 5. Zasady współpracy z władzami uchwałodawczymi i wykonawczymi**
- 6. Współpraca z podmiotami zewnętrznymi**
- 7. Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60 + na lata 2015-2020**

1. Wstęp

Drodzy Seniorzy!

Oddajemy w Wasze ręce pierwszą część Poradnika Legionowskiej Rady Seniorów. Robimy to z nadzieją, że pozycja ta będzie przydatna w codziennym działaniu i pracy na rzecz naszego środowiska. Poradnik zawiera m.in. dokumenty normatywne regulujące działalność Rad Seniorów, omawia etapy tworzenia rad, ich rolę i funkcje, zasady współpracy z władzami uchwałodawczymi i wykonawczymi, zasady współpracy z podmiotami zewnętrznymi oraz omówienie Strategii działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015 – 2020.

Liczba mieszkańców Legionowa wynosiła, według dostępnych danych z 2014 roku, 53 609 osób. Osób w wieku 60 lat i więcej zamieszkiwało 12 623 a w ogólnej liczbie mieszkańców Legionowa osoby w wieku 60+ stanowiły 23,5%, czyli prawie jedną czwartą lokalnej społeczności. Liczba osób starszych jest nieco większa niż liczba dzieci i młodzieży w wieku do 18 lat.

Analiza przekroju wiekowego społeczności Legionowa pokazuje więc, że seniorzy stanowią bardzo liczną grupę mieszkańców, której potencjał, z jednej strony można zagospodarować, ale z drugiej, o której szczególne potrzeby należy zadbać. Dlatego też chociaż ustawodawca przewidział i dopuścił tworzenie gminnych rad seniorów dopiero w 2013 roku, w Legionowie już w 2011 roku rozpoczęto prace nad tworzeniem partnerstwa różnych podmiotów zajmujących się w mieście osobami starszymi. Rada Seniorów dzięki dobrej współpracy z władzami samorządowymi została powołana zarządzeniem prezydenta miasta, 29 marca 2011 roku, jako ósma w Polsce. Inicjatorem tego aktu było Stowarzyszenie Pomocy Potrzebującym NADZIEJA. Od tamtego momentu Miejska Rada Seniorów jest przedstawicielem organizacji reprezentujących środowiska seniorów, emerytów, rencistów oraz instytucji realizujących na ich rzecz działania. Przesłaniem jest reprezentowanie każdego legionowskiego seniora czyli osoby powyżej 60-tego roku życia poprzez integrację i wspieranie środowiska senioralnego ale również reprezentowanie zbiorowych interesów tej grupy na zewnątrz. Radę utworzono z udziałem przedstawicieli trzech sektorów: administracji publicznej, organizacji pozarządowych i biznesu. Jak podkreślił w swoim wystąpieniu na konferencji „Seniorzy w działaniu”

w 2017 roku, Roman Biskupski, jeden z inicjatorów rady, podjęcie tej współpracy na samym początku było kluczowe, bo w przypadku Legionowa, jak w większości gmin w Polsce, organizacje działające na rzecz seniorów działały już wcześniej, ale niezależnie od siebie. Przykład naszego miasta jest więc dowodem na to, że jednym z najważniejszych czynników, które decydują o sukcesie w tworzeniu rady, jest integracja lokalnego środowiska oraz wspólny namysł nad tym, co można zyskać, działając wspólnie.

Jednym z jej ważniejszych, regularnie podejmowanych działań jest choćby współpraca z innymi organizacjami pozarządowymi przy zbiórce pieniędzy na Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy. Zbierane datki są przeznaczane na fundusz dla osób starszych.

W październiku rada seniorów otrzymuje symbolicznie klucze do miasta i organizuje wraz z innymi podmiotami cykl imprez dla wszystkich mieszkańców Legionowa. Dzięki inicjatywie rady powstał tu również Legionowski Park Zdrowia Seniorów (z tężniami), który stał się centralnym miejscem wypoczynkowym.



Bardzo ważną sferą działań rady jest wspieranie wolontariatu. W Legionowie funkcjonuje Senioralne Centrum Wolontariatu. Jako przykład niestandardowych działań wolontariuszy można podać inicjatywę jednego z nich – starszego mężczyzny,

który własną riksą wozi innych starszych mieszkańców Legionowa do miejskich poradni. Centrum organizuje również galę wolontariuszy (pierwsza odbyła się w 2017 roku), podczas której honoruje się działające w nim osoby.

Miejska Rada Seniorów w Legionowie dużą wagę przywiązuje do komunikacji z otoczeniem oraz do informowania o swoich działaniach. Wydała na przykład, sfinansowany przez dział promocji miasta, dodatek do lokalnych gazet, w którym są prezentowane sylwetki wyróżniających się w gminie seniorów.



Jednym z ważniejszych elementów, wskazywanym, jako źródło skuteczności działania rady, jest otwarcie się jej członków na współdziałanie z innymi podmiotami spoza Legionowa. Jako dobry przykład podaje się współpracę organizatorami z Inicjatyw Twórczych w ramach projektu „Jak dobrze mieć – poznać sąsiada”, organizowanych wspólnie z Suwalską Radą Seniorów. Jej owocem było zorganizowanie imprezy „Dzień Sąsiada”, która stała się cyklicznym wydarzeniem we wszystkich dzielnicach miasta.

Rada seniorów w Legionowie współtworzy również grupę inicjatywną, która ma na celu powołanie Mazowieckiego Porozumienia Rad Seniorów. Jak stwierdził Roman Biskupski - „Programy Mazowieckiego Porozumienia Rad Seniorów będą polegały na promowaniu, wdrażaniu i monitorowaniu innowacji oraz dobrych praktyk w czterech obszarach: **1. Społeczeństwa obywatelskiego**, w tym badania i monitoring sytuacji seniorów; inkubacja, rozwój i profesjonalizacja Rad Seniorów; promowanie inicjatyw typu »Mieszkanie dla Seniora«, obejmujących bezpieczeństwo, adaptacje i zamiany mieszkań w sektorze komunalnym lub spółdzielczym, z uwagi na istotne zmiany sytuacji życiowych seniorów. **2. Zdrowego stylu życia**, w tym świadomego korzystania

z diagnostyki, profilaktyki, leczenia, rehabilitacji, żywienia, , telemedycyny, e-medycyny, teleopieki, telerehabilitacji, itp., **3. Integracji społecznej** w zakresie wspierania osób i grup pozostających pod wpływem opresji społecznych, ekonomicznych lub prawnych, **4. Międzypokoleniowych zainteresowań i pasji** na rzecz budowania i pielęgnowania kapitału społecznego, jako fundamentu polityki społecznej”. Jednym z celów tych działań jest również założenie Akademii Seniora, dzięki której aktywni seniorzy dowiadują się, jak działa lokalny samorząd i w jaki



sposób rady seniorów mogą podejmować skuteczne działania.

Warto podkreślić, że przy udziale Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie powstała w gminie „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015–2020”.

W jej opracowaniu i konsultowaniu uczestniczyło ponad tysiąc starszych mieszkańców miasta.

Przewodniczący Legionowskiej Rady Seniora Roman Biskupski

2. Dokumenty normatywne z komentarzem

Ustawą sejmową, z dnia 11 października 2013 r. o zmianie ustawy o samorządzie gminnym (Dz.U. 2013 poz. 1318) ustawodawca wprowadził możliwość tworzenia gminnych rad seniorów. Wpisanie do ustawy o samorządzie gminnym art. 5c, unormowało nie usankcjonowaną dotychczas możliwość powoływania w gminach ciał społecznych o charakterze konsultacyjnym, doradczym i inicjatywnym, ukierunkowanych na problematykę starszego pokolenia. Rady te mają reprezentować interesy i potrzeby seniorów wobec władz gminy oraz formułować opinie i postulaty dotyczące ważnych spraw związanych z działalnością i rozwojem lokalnego samorządu.

Artykuł 5c wspomnianej ustawy brzmi następująco:

1. Gmina sprzyja solidarności międzypokoleniowej oraz tworzy warunki do pobudzania aktywności obywatelskiej osób starszych w społeczności lokalnej.
2. Rada gminy, z własnej inicjatywy lub na wniosek zainteresowanych środowisk, może utworzyć gminną radę seniorów.
3. Gminna rada seniorów ma charakter konsultacyjny, doradczy i inicjatywny.
4. Gminna rada seniorów składa się z przedstawicieli osób starszych oraz przedstawicieli podmiotów działających na rzecz osób starszych, w szczególności przedstawicieli organizacji pozarządowych oraz podmiotów prowadzących uniwersytety trzeciego wieku.

5. Rada gminy, powołując gminną radę seniorów, nadaje jej statut określający tryb wyboru jej członków i zasady działania, dążąc do wykorzystania potencjału działających w organizacji osób starszych oraz podmiotów działających na rzecz osób starszych, a także zapewnienia sprawnego sposobu wyboru członów gminnej rady seniorów.
6. Rada gminy może w statucie jednostki pomocniczej upoważnić ją do utworzenia rady seniorów jednostki pomocniczej. Przepisy ust. 3-5 stosuje się odpowiednio.

Ad.1. Rola osób starszych w społeczności lokalnej jest nie do przecenienia. Osoby te ze względu na duże doświadczenie życiowe, wykształcenie i przygotowanie zawodowe oraz z reguły długoletnią pracę w danej gminie, mieście czy regionie są podmiotami

z których doświadczenia warto i należy korzystać. Zwłaszcza przy kształtowaniu i podejmowaniu decyzji dotyczących mieszkańców, instytucji społecznych oraz zamieszkałych i rekreacyjnych terenów gminnych. Aby jak najskuteczniej i najpełniej wykorzystać potencjał tkwiący w tych ludziach, konieczne są pewne formy organizacji i właśnie temu służą powoływane coraz powszechniej rady seniorów. Nie jest to jednak ich jedyna rola. Nie mniej ważnymi są takie zadania, jak dbanie o zdrowie i kondycję tej grupy wiekowej oraz o jej bezpieczeństwo socjalne i materialne.

W nadchodzących latach prognozowany jest systematyczny wzrost odsetka liczby osób w wieku 60+. W 2035 roku ma on wynieść 30 proc., przy czym na nieco wyższym poziomie będzie się kształtował w miastach (31 proc.) niż na wsi (28,6 proc.). Władze samorządowe muszą więc wprowadzać zmiany na przykład w priorytetach budżetu gminy, czyli w wydatkowaniu pieniędzy na poszczególne działy budżetu, z myślą o zmieniającej się sytuacji demograficznej. I rzeczywiście – coraz więcej gmin opracowuje specjalne programy polityki senioralnej, w których samorząd szczegółowo i systemowo zajmuje się problemami osób starszych. Jest to trend

globalny, o czym może świadczyć powstanie Sieci Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu WHO (*Global Network of Age-friendly Cities and Communities*).

Aktywne starzenie się jest procesem pozwalającym zoptymalizować sposób, w jaki dbamy o nasze zdrowie, oraz poprawić jakość życia ludzi starzejących się. Ważnym elementem działań na jego rzecz jest zwiększanie udziału osób starszych w życiu społecznym oraz poczucia ich bezpieczeństwa. Aktywne starzenie się zależy od wielu czynników w otoczeniu jednostek, rodzin i większych grup społecznych. W miastach przyjaznych starzeniu się polityka miejska, usługi, zasady i struktury wspierają aktywne dojrzewanie.

Zwiększająca się populacja osób starszych w gminach powinna sprawić, że w polskich miastach i wsiach w sposób systemowy zmieniać się będzie zarówno przestrzeń fizyczna (m.in. bariery architektoniczne, dostosowanie komunikacji publicznej), jak i społeczna (przykładowo, ogromnym wyzwaniem są usługi opiekuńcze, a także zapewnienie odpowiedniej infrastruktury społecznej, np. świetlic, czy domów pobytu dziennego).



Nie można również zapominać o tym, że coraz więcej osób starszych będzie żyło w miastach bez wsparcia rodziny, dlatego ważnym elementem zmian powinno stać się również wzmacnianie inicjatyw mających za cel tworzenie grup wsparcia, opartych na

pozarodzinnych więziach społecznych (sąsiedzkich czy związanych z organizacjami pozarządowymi). /*Sieć Miast Przyjaznych Starzeniu. Rozmowa Marty Żakowskiej z Kristine Goulding, „Res Publica”, , <http://publica.pl/teksty/siec-miast-przyjaznych-starzeniu-45058.html/>*

Ad.2. Jak we wstępie...

Ad.3. Rada seniorów ma charakter konsultacyjny, doradczy, inicjatywny, co oznacza, iż uczestniczy w różnym charakterze w procesie podejmowania decyzji przez miejscowe władze. Może zapoznać się z planowanymi przedsięwzięciami, uczestniczyć

w dyskusjach i konsultacjach planów zamierzeń i budżetów gminnych oraz dyskutować nad projektami uchwał miejscowej rady. Może, ale nie musi, wiele bowiem zależy od włodarzy, którzy będą lub nie, konsultować decyzje z seniorami. Jak pokazuje praktyka, jednak często to robią, gdyż konsultacje takie są po prostu bezcenne. Ogromna wiedza i doświadczenie seniorów pozwalają dobrze opracować dokumenty planistyczne, uchwały i wyjść naprzeciw oczekiwaniom wszystkich grup wiekowych mieszkańców miasta.

Ad.4. W skład legionowskiej Rady Seniorów wchodzi nie tylko przedstawiciele osób starszych ale i reprezentanci rady miejskiej oraz organizacji pozarządowych, jak Potwierdza to przytaczana poniżej uchwała:

UCHWAŁA NR IV/30/2015 RADY MIASTA LEGIONOWO

z dnia 28 stycznia 2015 r.

w sprawie powołania składu osobowego Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie

Na podstawie art. 5c ust. 4 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2013 r., poz. 594 z późn. zm.1) oraz § 3 ust. 1 i 7 Statutu Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie stanowiącego załącznik do uchwały Nr XLIV/611/2014 Rady Miasta Legionowo z dnia 25 czerwca 2014 r. (Dz. Urz. Woj. Maz. z 2014 r., poz. 6266) uchwała się, co następuje:

§ 1. W skład Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie powołuje się następujące osoby:

- 1) Pani **Ewa Milner-Kochańska** - przedstawiciel Prezydenta Miasta Legionowo.
- 2) Pani **Anna Brzezińska** - przedstawiciel Prezydenta Miasta Legionowo.
- 3) Pan **Tadeusz Szulc** - przedstawiciel Rady Miasta Legionowo.
- 4) Pani **Danuta Ulkie** - przedstawiciel Rady Miasta Legionowo.
- 5) Pan **Roman Biskupski** - przedstawiciel organizacji pozarządowej.
- 6) Pani **Krystyna Drażewska** - przedstawiciel organizacji pozarządowej.
- 7) Pan **Wiesław Jakubczak** - przedstawiciel organizacji pozarządowej.
- 8) Pan **Mieczysław Kolasiński** - przedstawiciel organizacji pozarządowej.
- 9) Pani **Hanna Przymusińska** - przedstawiciel organizacji pozarządowej.
- 10) Pani **Dorota Łukasik** - przedstawiciel organizacji pozarządowej.

§ 2. Wykonanie uchwały powierza się Prezydentowi Miasta Legionowo.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Przewodniczący Rady

Janusz Klejment

Ad.5. Aby unormować funkcjonowanie Rady Seniorów nadano jej odpowiedni Statut:

SATUT MIEJSKIEJ RADY SENIORÓW W LEGIONOWIE

Rozdział 1.

Postanowienia Ogólne

§ 1. W celu zapewnienia seniorom wpływu na sprawy dotyczące społeczności lokalnej, w tym najstarszego pokolenia, powołuje się Miejską Radę Seniorów w Legionowie zwaną dalej Radą, której zadaniem jest reprezentowanie interesów seniorów wobec samorządu Miasta Legionowo .

§ 2. Rada jest ciałem o charakterze inicjatywnym, doradczym i konsultacyjnym wobec organów Gminy Legionowo, z którymi współpracuje we wszystkich obszarach dotyczących osób starszych, a w szczególności:

- 1) integracji i wspierania środowiska osób starszych w mieście oraz reprezentowanie zbiorowych interesów tych osób na zewnątrz;
- 2) aktywności ludzi starszych i twórczego wykorzystania ich potencjału;
- 3) profilaktyki i promocji zdrowia seniorów w tym rozwoju teleopieki i telemedycyny;
- 4) przełamywania stereotypów na temat seniorów i starości oraz budowania ich autorytetu, wzmacniania relacji wewnątrz, jak i międzypokoleniowych;
- 5) sportu, turystyki, rekreacji oraz rozwoju różnych form wypoczynku;
- 6) wykluczenia społecznego osób starszych;
- 7) warunków życia seniorów w tym mieszkalnictwa;
- 8) bezpieczeństwa publicznego seniorów.

Rozdział 2.

Tryb wyboru Rady

§ 3. 1. Rada wybierana jest spośród seniorów oraz przedstawicieli podmiotów działających na rzecz osób starszych, w szczególności organizacji pozarządowych oraz podmiotów prowadzących uniwersytety trzeciego wieku. W skład Rady wchodzi również przedstawiciele Prezydenta Miasta Legionowo i Rady Miasta Legionowo.

2. Kandydatami na członków Rady mogą być osoby, które ukończyły 60 rok życia, zamieszkują na terenie Gminy Legionowo lub prowadzą działalność w obszarze 60+.

3. Zgłoszenie kandydata następuje poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego, stanowiącego załącznik nr 1 lub załącznik nr 2 do Statutu i złożenie go do Biura Obsługi Klienta Urzędu Miasta Legionowo.

4. Kandydat na członka Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie składa oświadczenie w brzmieniu załącznika nr 3 do Statutu.

5. Kandydatów będących przedstawicielami Rady Miasta Legionowo, wybiera Rada Miasta Legionowa na sesji w liczbie dwóch.

6. Prezydent Miasta Legionowo zgłasza dwóch kandydatów.

7. Miejską Radę Seniorów w Legionowie powołuje Rada Miasta Legionowo.

§ 4. 1. Pierwsze posiedzenie Rady prowadzi do czasu wyboru przewodniczącego najmłodszy członek Rady Seniorów.

2. Wybory przewodniczącego i sekretarza Rady odbywają się w głosowaniu jawnym, zwykłą większością głosów.

Rozdział 3.

Zakres zadań Rady

§ 5. Do zadań Rady należy w szczególności:

- 1) współpraca z organami Gminy Legionowo w obszarach określonych w § 2;
- 2) opiniowanie projektów aktów prawa miejscowego dotyczących problemów ludzi starszych;
- 3) inicjowanie działań na rzecz seniorów;
- 4) konsultowanie i ustalanie priorytetów i zadań realizowanych na rzecz seniorów;
- 5) wydawanie opinii i formułowanie wniosków w sprawach dotyczących seniorów;
- 6) informowanie społeczności lokalnej o działaniach podejmowanych na rzecz środowiska seniorów;
- 7) podejmowanie działań mających na celu wykorzystywanie potencjału i wolnego czasu seniorów do budowania wolontariatu seniorów;
- 8) dążenie do odtworzenia i umocnienia międzypokoleniowych więzi społecznych;
- 9) inicjowanie działań na rzecz samopomocy w środowisku lokalnym;
- 10) współpraca z organizacjami i instytucjami społecznymi, działającymi na terenie Gminy Legionowo oraz wymiana doświadczeń z Radami Seniorów na terenie kraju i Unii Europejskiej;
- 11) budowanie pozytywnego wizerunku seniorów;
- 12) upowszechnianie wiedzy o potrzebach i prawach osób starszych.

Rozdział 4.

Organizacja i tryb działania Rady

§ 6. 1. Rada liczy 10 członków.

2. Kadencja Rady trwa 4 lata.

3. W posiedzeniach Rady mogą uczestniczyć:
 - 1) Prezydent Miasta Legionowo lub jego przedstawiciel,
 - 2) Przewodniczący Rady Miasta lub jego przedstawiciel,
 - 3) zaproszeni goście.
4. Członkowie Rady pełnią swoje funkcje społecznie, nie pobierając z tego tytułu diet, ani wynagrodzenia.
5. Członkostwo w Radzie wygasa przed upływem kadencji:
 - 1) z powodu rezygnacji członka,
 - 2) w przypadku skazania go prawomocnym wyrokiem sądu za przestępstwo popełnione umyślnie.
6. W przypadkach określonych w ust. 5 lub śmierci członka, Rada podejmuje uchwałę o wygaśnięciu mandatu członka Rady.
7. Uzupelnienie składu Rady następuje w trybie jej powołania.

§ 7. 1. Przewodniczący Rady reprezentuje ją na zewnątrz i kieruje pracami Rady, a w szczególności:

- 1) ustala termin posiedzenia i porządek obrad,
- 2) zwołuje posiedzenia,
- 3) prowadzi obrady,
- 4) zaprasza na posiedzenia Rady przedstawicieli organizacji i instytucji, które nie mają swojej reprezentacji w Radzie.

2. W razie nieobecności Przewodniczącego jego obowiązki wykonuje Sekretarz Rady.

3. Do zadań Sekretarza Rady należy w szczególności:

- 1) przedstawienie propozycji działań w sprawach organizacyjnych;
- 2) organizowanie spraw proceduralnych oraz przepływu informacji w związku z działalnością Rady;
- 3) przygotowanie dokumentów na posiedzenia Rady;
- 4) zawiadamianie o terminach posiedzeń Rady;
- 5) sporządzanie protokołów z posiedzeń Rady;
- 6) wykonywanie innych zadań zleconych przez Radę.

§ 8. 1. Posiedzenia Rady odbywają się zgodnie z planem pracy, ustalonym przez członków Rady, jednak nie rzadziej niż raz na kwartał.

2. Posiedzenia zwołuje Przewodniczący z własnej inicjatywy, na wniosek, co najmniej pięciu członków Rady lub na wniosek Prezydenta Miasta Legionowo.

3. Zawiadomienie o terminie posiedzenia oraz porządek obrad dostarcza członkom Rady Sekretarz Rady pisemnie lub telefonicznie lub emailem.

4. W terminie do 14 dni z przebiegu posiedzenia Sekretarz sporządza protokół, do którego dołącza listę obecności.

5. Protokoły z posiedzeń Rady zamieszczane są w Biuletynie Informacji Publicznej.

§ 9. 1. Rada może tworzyć zespoły tematyczne spośród swoich członków i seniorów oraz przedstawicieli podmiotów działających na rzecz osób starszych, w szczególności organizacji pozarządowych oraz podmiotów prowadzących uniwersytet trzeciego wieku.

2. Regulamin funkcjonowania zespołu tematycznego określa Rada w drodze uchwały.

3. Rada może zaprosić ekspertów spośród specjalistów oraz osób reprezentujących organizacje i instytucje zajmujące się problematyką osób starszych.

§ 10. 1. Rada wyraża swoje stanowiska w formie uchwał i wniosków.

2. Rada podejmuje uchwały zwykłą większością głosów w obecności, co najmniej połowy składu Rady, w głosowaniu jawnym.

Rozdział 5.

Postanowienia końcowe

§ 11. Obsługę organizacyjną i techniczną zapewnia Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych.

§ 12. Zmiany niniejszego Statutu mogą nastąpić na wniosek Prezydenta Miasta Legionowa, co najmniej 3/5 składu Rady, w trybie właściwym do jego uchwalenia.

Ad.6. Rada gminy w statucie jednostki pomocniczej może upoważnić ją do utworzenia rady seniorów jednostki. Na przykład rady w domu opieki, w placówkach

służby zdrowia, w instytucjach kultury, komunalnym zakładzie budżetowym, itp. Wtedy koordynacją działań takich rad zajmuje się gminna Rada Seniorów. Rada może także nawiązać współpracę z podobnymi radami działającymi w innych gminach oraz z organizacjami pozarządowymi, których działalność wiąże się z udzielaniem pomocy w różnej formie ludziom starszym. Mogą to być np. placówki kulturalne, sportowe, oświatowe, turystyczne, wolontariatu, placówki opiekuńcze, zdrowotne, placówki produkcyjne i handlowe, świadczące usługi dla seniorów.

3. Etapy tworzenia Rad Seniorów

Na procedurę tworzenia gminnej rady seniorów składają się następujące etapy:

ETAP 1

obejmujący konsultację pomysłu utworzenia tego typu ciała opiniodawczo-doradczego z innymi organizacjami pozarządowymi oraz ze środowiskiem seniorów i władzami. Etap ten powinien skończyć się złożeniem wniosku o utworzenie gminnej rady seniorów.

ETAP 2

obejmujący opracowanie statutu gminnej rady seniorów. Dokument taki powinien określać tryb wyboru członków gminnej rady seniorów i zasady jej działania. Warto zachęcić, by wnioskodawcy utworzenia rady seniorów włączyli się w opracowanie statutu, gdyż będzie on stanowił podstawę późniejszej działalności tego ciała. Etap ten powinien zakończyć się podjęciem przez radę gminy uchwały w sprawie powołania gminnej rady seniorów i nadania jej statutu.

ETAP 3

obejmujący wdrożenie, ustalonej w statucie, procedury wyboru członków gminnej rady seniorów i wyłonienie tych członków.

ETAP 4

obejmujący ukonstytuowanie się gminnej rady seniorów i rozpoczęcie przez nią działalności. /wg.– Wiesława Borczyk, Daniel Jachimowicz, Wojciech Nalepa - Fundacja Europejski Instytut Rozwoju Społecznego /

4. Rola i funkcje Rad Seniorów

Art. 5c ust. 3 ustawy o samorządzie gminnym formułuje w sposób ogólny trzy zasadnicze funkcje gminnej rady seniorów: **konsultacyjną, doradczą oraz inicjatywną**. Wypełnienie treścią tych ramowych zapisów pozostawiono statutom

regulującym zasady funkcjonowania gminnych rad seniorów a także swoistej praktyce, która w każdej gminie może być odmienna i jest uzależniona m.in. od umiejętności

i aktywności członków rady a także otwartości na współpracę z tym ciałem ze strony lokalnych władz samorządowych.

Generalnie w ramach funkcji konsultacyjnej gminna rada seniorów powinna być dla lokalnych władz samorządowych merytorycznym partnerem wyrażającym opinie w przedkładanych jej sprawach istotnych z punktu widzenia funkcjonowania seniorów w społeczności lokalnej. Przykładowo można tu wymienić konsultacje projektów aktów prawa miejscowego, (uchwał), lokalnych planów/strategii rozwoju, specjalnych programów miejskich/gminnych dedykowanych seniorom (np. karta seniora), programów współpracy samorządu gminnego z organizacjami pozarządowymi, proponowanych inwestycji lub innych przedsięwzięć, które będą miały wpływ na życie codzienne osób starszych. Stanowisko gminnej rady seniorów zajęte w przedłożonych jej sprawach nie ma mocy wiążącej – ostateczna decyzja zawsze będzie należeć do właściwych organów gminy.

Naturalnym uzupełnieniem opisanej wyżej funkcji jest kompetencja doradcza gminnej rady seniorów, w ramach której może ona np. formułować własne propozycje rozwiązań w przedkładanych sprawach czy też sugerować wprowadzenie korekt do propozycji przedkładanych przez organy gminy. Jest to tym bardziej istotne, gdyż jak pokazuje praktyka jedną z najpowszechniejszych, bieżących form pracy gminnych rad seniorów są regularne dyżury jej członków, podczas których mieszkańcy gminy mają możliwość zgłaszania dostrzeżonych problemów, formułowania wniosków i propozycji podjęcia określonych działań.

Funkcja inicjatywna gminnej rady seniorów, którą wyraźnie formułuje art. 5c ust 3 ustawy o samorządzie gminnym, pozwala z kolei na inspirowanie lokalnych władz do podjęcia konkretnych działań mających na celu podniesienie jakości życia osób starszych we wspólnocie samorządowej. Dysponując wiedzą, doświadczeniem życiowym oraz rozeznaniem potrzeb osób dojrzałych członkowie gminnych rad

seniorów mogą stanowić źródło wielu oryginalnych, ciekawych pomysłów pozwalających wyjść naprzeciw ich potrzebom i oczekiwaniom.

Podkreślenia wymaga fakt, iż o realnym wpływie gminnej rady seniorów na funkcjonowanie społeczności lokalnej w dużej mierze decydują predyspozycje osób, które w niej zasiadają, oraz stopień otwartości i przekonania o potrzebie współpracy z radą ze strony władz gminy. Doświadczenia wynikające z obserwacji pracy wielu działających w Polsce gminnych rad seniorów pokazują, iż aktywni i przygotowani merytorycznie członkowie tych ciał przy autentycznym wsparciu i zrozumieniu lokalnych władz mogą realnie zmieniać na lepsze otaczającą ich rzeczywistość, czynić przestrzeń publiczną bardziej przyjazną dla rosnącej grupy seniorów. /K. Starzyk „Czas na rady seniorów”, 25.09.2014, [www.institutobywatelski.pl./](http://www.institutobywatelski.pl/)

5. Zasady współpracy z władzami uchwalodawczymi i wykonawczymi

Zasady pracy z władzami można zawrzeć w postaci jedenastu zasadniczych punktów:

1. Współtworzenie dokumentów strategicznych dotyczących funkcjonowania seniorów. Praca nad projektami uchwał, których inicjatorem była rada seniorów. Przy przygotowaniu uchwał rady gminy, które powstają na podstawie wniosku rady seniorów, przedstawiciele rady seniorów powinni być włączeni w przygotowanie dokumentu na najważniejszych etapach (przygotowywanie w urzędzie, praca w komisjach rady gminy). Projekty dokumentów strategicznych (np. strategii, programów) dotyczących funkcjonowania seniorów w gminie powinny być tworzone we współpracy z radami seniorów. Dzięki temu bardziej będą odpowiadały na rzeczywiste potrzeby samych zainteresowanych.

2. Określenie trybu prowadzenia konsultacji z radą seniorów. Władza wykonawcza powinna określić w swoich dokumentach (np. regulamin organizacyjny urzędu) tryb konsultowania projektów uchwał i zarządzeń z radą seniorów. W innym przypadku nigdy nie stanie się to codzienną praktyką. Tego typu regulacje są

powszechną praktyką w samorządach w przypadku konsultowania projektów aktów prawa miejscowego z organizacjami pozarządowymi.

3. Udostępnianie członkom rady seniorów projektów uchwał rady gminy. Rada seniorów opiniuje projekty uchwał rady gminy, które dotyczą spraw istotnych dla seniorów. Żeby tak się stało, projekty uchwał powinny być udostępniane przedstawicielom rady seniorów przed posiedzeniami komisji rady gminy, na których będą one omawiane. W innym przypadku możliwość opiniowania projektów uchwał będzie jedynie teoretyczna.

4. Wysyłanie zaproszeń dla przedstawicieli rady seniorów na sesje i posiedzenia komisji rady gminy. W wielu samorządach praktyką jest wysyłanie zaproszeń na sesje rady gminy osobom, które pełnią ważne funkcje publiczne w gminie. Tam, gdzie takie działania są realizowane, na liście osób, do których wysyłane są zaproszenia, powinien znajdować się także przewodniczący rady seniorów. Do przewodniczącego powinny trafiać także zaproszenia na posiedzenia komisji rady gminy, w przypadku, gdy planuje się poruszanie tematów istotnych dla seniorów. Tego typu praktyka jest świadectwem docenienia roli rady seniorów i sprzyja współpracy pomiędzy tym ciałem a radą gminy.

5. Zabieranie głosu podczas komisji rady gminy. Przedstawiciele rady seniorów powinni mieć możliwość zabierania głosu podczas posiedzeń komisji rady gminy w tematach istotnych dla seniorów. Dzięki temu będą mieli większy wpływ na proces stanowienia prawa w gminie.

6. Szkolenie dla członków rady seniorów z podstaw samorządu. Urząd gminy powinien organizować cykliczne szkolenia dla członków rad seniorów, podczas których poruszane były by m.in. takie tematy, jak kompetencje gminy, rola i kompetencje władzy wykonawczej i uchwałodawczej czy sposób stanowienia prawa w urzędzie. Dzięki temu wzrosną kompetencje przedstawicieli rady i będą oni mogli skuteczniej pełnić swoją funkcję.

7. Stanowisko koordynatora rady seniorów. W urzędzie powinna zostać wyznaczona osoba pełniąca funkcję koordynatora /pełnomocnika/ rady seniorów. Osoba ta powinna być łącznikiem pomiędzy radą seniorów a władzami. Do jej zadań powinno należeć m.in. opiniowanie dla władz samorządowych programów, ofert kierowanych do urzędu, dotyczących spraw senioralnych, merytoryczne wsparcie w działalności rady seniorów, w tym w tworzeniu projektów uchwał rady seniorów.

8. Komórka odpowiedzialna za obsługę administracyjną rady seniorów. W urzędzie należy wyznaczyć komórkę odpowiedzialną za obsługę administracyjną rady seniorów.

Do jej zadań należeć powinno m.in. umieszczanie informacji na stronie internetowej, rezerwacja sal, obsługa korespondencji.

9. Dostęp do podstawowych sprzętów. Rada seniorów powinna mieć dostęp do podstawowych sprzętów umożliwiających jej codzienne funkcjonowanie, w tym m.in. do kserokopiarki, telefonu, poczty, drukarki i komputera z Internetem.

10. Pomieszczenie dla rady seniorów. Rada seniorów powinna mieć udostępnione pomieszczenie w siedzibie urzędu lub jego jednostki organizacyjnej, z którego może korzystać do realizacji celów, dla jakich została powołana (przykładowo: spotkania zespołów, spotkania prezydium rady seniorów, dyżury, przechowywanie dokumentów, spotkania z partnerami zewnętrznymi).

11. Obecność przedstawicieli władzy wykonawczej i uchwalodawczej podczas posiedzeń rady seniorów. Wskazaniem jest, żeby osoby pełniące w urzędzie funkcje kierownicze brały udział w tych posiedzeniach rady seniorów, na których poruszane są tematy dotyczące obszarów , którymi się zajmują. W wyżej wymienionych posiedzeniach powinni brać udział także przedstawiciele rady gminy, w tym przede wszystkim przewodniczący komisji zajmującej się tematami zdrowia i polityki społecznej. /Grzegorz Wojcikowski – Stowarzyszenie Aktywności Obywatelskiej Bona Fides/

6. Współpraca z podmiotami zewnętrznymi

Przedstawiciele rad seniorów powinni systematycznie (np. raz na kwartał) brać **udział w spotkaniach** organizowanych przez formalne i nieformalne grupy seniorów. Tego typu spotkania są dobrą okazją do przedstawiania pracy rady seniorów, zapraszania na jej posiedzenia i dyżury, a także zbierania opinii i uwag od osób starszych.

Prezentacja organizacji działających na rzecz seniorów, podczas posiedzeń rady seniorów, jako stały punkt każdego posiedzenia rady seniorów, szczególnie w przypadku większych gmin, warto wprowadzić krótką (ok. 5-10 min.) prezentację organizacji formalnych i nieformalnych działających na rzecz seniorów (na każdym posiedzeniu jedna organizacja).

Organizowanie dni seniora. W gminach, gdzie jeszcze nie są obchodzone dni seniora, rada powinna być inicjatorem tego typu wydarzenia. Tam, gdzie się one odbywają, rada powinna włączać się w ich organizację, co najmniej na etapie ustalania ich programu oraz promocji. Przedstawiciele rady powinni uczestniczyć także w samym wydarzeniu i promować ją wśród jego uczestników.

Konsultacje planu pracy rady seniorów ze środowiskami senioralnymi.

Pracując nad stworzeniem planu pracy rada seniorów powinna zasięgnąć opinii formalnych i nieformalnych organizacji senioralnych. Przyczyni się to do wzmocnienia współpracy pomiędzy radą a pozostałymi reprezentantami środowiska senioralnego. Także wspólnie przyjęty dokument będzie w większym stopniu odpowiadał na rzeczywiste problemy osób starszych w gminie.

Współpraca z lokalnym szpitalem i oddziałem NFZ.

Warto, aby rady seniorów nawiązały współpracę z rzecznikiem lokalnego szpitala oraz oddziałem NFZ (w tych miejscowościach, w których wyżej wymienione podmioty znajdują się). Dzięki temu można poprawić jakość działań skierowanych do seniorów oraz podnieść skuteczność profilaktyki zdrowotnej.

Współpraca z domami pomocy społecznej.

Często podczas otwartych dyżurów członkowie rady spotykają się z pytaniami dotyczącymi warunków panujących w domach pomocy społecznej czy wymogów, jakie należy spełnić, żeby otrzymać skierowanie do DPS-u. Współpraca z pracownikami wyżej wymienionej placówki ułatwia przedstawicielom rady niesienie pomocy potrzebującym osobom starszym lub ich rodzinom. Współpraca z ośrodkiem pomocy społecznej. Ośrodki pomocy społecznej mają duże rozeznanie na temat problemów osób starszych w gminie. Współpraca i wymiana kontaktów z ich pracownikami zwiększa wiedzę członków rady na temat sytuacji seniorów w gminie, szczególnie osób potrzebujących wsparcia. Dzięki temu mogą oni skuteczniej doradzać władzom uchwałodawczym i wykonawczym w tworzeniu i prowadzeniu polityki społecznej i senioralnej.

8. Strategia działań miasta Legionowa na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020

/wybrane fragmenty/

1. Wstęp

Strategia powstała w wyniku prac w projekcie „Legionowianie 60+ współtworzą senioralną strategię działań Miasta”. Inicjatorem jej utworzenia i liderem projektu było **Stowarzyszenie Pomocy Potrzebującym „Nadzieja”** z Legionowa, które projekt zrealizowało w partnerstwie z **Fundacją Pracownia Kompetencji**. Partnerzy projektu uzyskali poparcie władz miasta, dzięki czemu w opracowanie strategii włączyli się przedstawiciele samorządu Legionowa. Oprócz nich w pracach udział brali seniorzy z Legionowa, dla których dokument został stworzony, organizacje pozarządowe działające na rzecz seniorów, a także wszyscy mieszkańcy miasta, którzy wzięli udział w konsultowaniu strategii.

Projekt „Legionowianie 60+ współtworzą senioralną strategię działań Miasta” został zrealizowany przy udziale środków z programu Obywatele dla Demokracji. Program Obywatele dla Demokracji finansowany jest ze środków Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego (czyli tzw. Funduszy EOG). Fundusze te są formą bezzwrotnej pomocy udzielanej przez Norwegię, Islandię i Liechtenstein piętnastu państwom członkowskim Unii Europejskiej z Europy Środkowej i Południowej w celu zmniejszenia różnic ekonomicznych i społecznych w państwach Europejskiego Obszaru Gospodarczego. Poza Polską beneficjentami pomocy są: Bułgaria, Cypr, Czechy, Estonia, Grecja, Hiszpania, Litwa, Łotwa, Malta, Portugalia, Rumunia, Słowacja, Słowenia, Węgry. W ramach Funduszy EOG wydzielone zostały środki przeznaczone dla organizacji pozarządowych. Na program realizowany w Polsce przeznaczono 37 mln euro, co czyni go największym programem dla organizacji pozarządowych spośród wszystkich działających w 15 krajach UE.

W Polsce program wdrażany jest przez **Fundację im. Stefana Batorego w partnerstwie z Polską Fundacją Dzieci i Młodzieży**, która zajmuje się projektami tematycznymi dotyczącymi dzieci i młodzieży. Celem programu jest wsparcie rozwoju społeczeństwa obywatelskiego i zwiększenie udziału organizacji pozarządowych w budowaniu sprawiedliwości społecznej, demokracji i zrównoważonego rozwoju w Polsce.

Lider projektu **Stowarzyszenie Pomocy Potrzebującym „Nadzieja”** istnieje od 2004 roku, a od grudnia 2005 posiada status organizacji pożytku publicznego. Aktywnie działa w Legionowie i pozostałych gminach powiatu legionowskiego, realizując projekty na rzecz osób potrzebujących, zagrożonych wykluczeniem społecznym w tym : niepełnosprawnych, bezrobotnych, starszych, chorych. Zarząd i członkowie stowarzyszenia, dzięki swojemu zaangażowaniu i pracy na rzecz lokalnej

społeczności, dobrze znają problemy, dotyczące mieszkańców powiatu, w tym miasta Legionowo.

Fundacja Pracownia Kompetencji (FPK) powstała w 2012 roku w Warszawie, a w 2014 roku zmieniła siedzibę na Legionowo. Jej misją jest zapobieganie oraz minimalizowanie skutków wykluczenia społecznego ze szczególnym uwzględnieniem osób niepełnosprawnych, kobiet, osób w wieku 50+ oraz osób z terenów wiejskich. W projekcie „Legionowianie 60+ współtworzą senioralną strategię działań Miasta” FPK była partnerem, którego zadaniem było dostarczenie usług eksperckich z zakresu diagnozy sytuacji legionowskich seniorów oraz przeprowadzenia wśród nich badań jakościowych, obejmujących przeprowadzenie spacerów diagnostycznych oraz kawiarenek konsultacyjnych.

Projekt „Legionowianie 60+ współtworzą senioralną strategię działań Miasta” został przygotowany, by zmienić postrzeganie seniorów w Legionowie. Stowarzyszenie Pomocy Potrzebującym „Nadzieja” już w 2010 roku przeprowadziło badania ankietowe wśród starszych mieszkańców miasta. Jego wyniki pokazały, że nieznaną potrzeb seniorów, niedostosowanie do nich przestrzeni publicznej, systemu informowania o ważnych sprawach, oferty kulturalnej i sportowej, jak również organizacji opieki zdrowotnej i usług opiekuńczych, prowadzi do ich alienacji i w skrajnych przypadkach, wykluczenia społecznego. Dostrzeżonym wówczas problemem było również postrzeganie osób starszych przez urzędników jedynie przez pryzmat zabezpieczenia usług opiekuńczych i medycznych. To wszystko było załącznikiem projektu, w ramach którego został opracowany niniejszy dokument. Warto odnotowania jest fakt, że SPP „Nadzieja” ma bogate doświadczenie w realizacji wielu projektów na rzecz osób starszych i potrzebujących. Prowadzi od kilku lat prężnie działający Legionowski Uniwersytet Trzeciego Wieku (LUTW), reaktywowało Legionowski Klub Amazonek.



Z inicjatywy stowarzyszenia powstała Rada Seniorów, działająca przy Prezydencie Miasta Legionowo. „Nadzieja” jest również organizatorem szeregu wydarzeń kulturalnych, skierowanych do starszych mieszkańców miasta i prezentujących ich dorobek, m.in. „Senioraliów”.

Oprócz inicjatyw na rzecz seniorów SPP „Nadzieja” realizuje też inne projekty na rzecz osób potrzebujących, m.in. w partnerstwie z Powiatem Legionowskim, Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Legionowie i Powiatowym Urzędem Pracy w Legionowie stowarzyszenie doprowadziło do utworzenia drugiego w Polsce powiatowego centrum integracji społecznej, którego celem jest przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób długotrwale bezrobotnych.

Również partner projektu – Fundacja Pracownia Kompetencji, posiada doświadczenie w działaniach na rzecz seniorów. Prowadzi bowiem cyklicznie na terenie Warszawy autorski program „Pracownia Kompetencji – Aktywny Senior”.

2. Tło powstania strategii „Legionowianie 60+ współtworzą senioralną strategię działań Miasta”

W Legionowie coraz większy odsetek mieszkańców stanowią osoby starsze. Z roku na rok ilość mieszkańców w tej grupie wiekowej zwiększa się. Obecnie stanowią ponad dziesięć procent ogółu społeczeństwa. Dokument strategiczny, który powstał w ramach projektu, pozwoli zaplanować długofalowe działania na rzecz poprawy jakości

życia seniorów w Legionowie, uwzględnia potrzeby osób starszych i specyfikę tej grupy społecznej, a także daje możliwość zagospodarowania potencjału drzemiącego w osobach w wieku powyżej 60 lat.



Zarówno władze miasta Legionowa, instytucje zajmujące się pomocą społeczną, jak i organizacje pozarządowe dostrzegały problem braku właściwego dokumentu, który uporządkowałby wszelkie potrzeby i problemy mieszkańców Legionowo w grupie wiekowej 60+. Ważnym działaniem jest także powołanie Miejskiej Rady Seniorów. Do 2013 roku obowiązywała Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych (obecnie dokument jest w trakcie aktualizacji), w której jednym z priorytetów jest przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i podniesienie poziomu jakości życia osób starszych. Był to jednak dokument, który kwestie dotyczące starszych mieszkańców miasta traktował dość ogólnie i nie dawał podstaw do zaprogramowania konkretnych działań na rzecz seniorów w mieście. Nie zawierał również aktualnej diagnozy sytuacji tej grupy mieszkańców i jej specyficznych potrzeb.

3. Zgodność strategii z dokumentami strategicznymi różnego szczebla

„Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” nawiązuje do założeń strategicznych dokumentów międzynarodowych, unijnych

i polskich, takich, jak m.in.: „Międzynarodowy plan działania w kwestii starzenia się społeczeństw” przyjęty przez Organizację Narodów Zjednoczonych w 2002 roku, Strategia Europa 2020 (Strategia na rzecz inteligentnego i zrównoważonego rozwoju sprzyjającego włączeniu społecznemu), która zastąpiła Strategię Lizbońską, czy Narodowe Strategiczne Ramy Odniesienia 2007–2013 (zwane też Narodową Strategią Spójności – NSS).

Cele i działania zapisane w „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” są również zgodne z „Międzynarodowym planem działania w kwestii starzenia się społeczeństw (2002)”, przyjętym przez Organizację Narodów Zjednoczonych podczas konferencji w Madrycie w kwietniu 2002 roku. Plan ten postuluje m.in. „kształtowanie pozytywnego wizerunku osób starszych w społeczeństwie i ich znaczenia dla jego trwania i możliwości rozwojowych młodszych populacji, wspieranie osób starszych w pełnym udziale w życiu rodzinnym i społecznym, budowanie w środkach masowego przekazu wizerunku aktywnych fizycznie, psychicznie i społecznie osób powyżej 60 roku życia.”

Założenia „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” są również zgodne z „Zasadami przewodnimi dla aktywności osób starszych i solidarności między- pokoleniowej”, opracowanymi przez Komitet Zatrudnienia i Komitet Ochrony Socjalnej Rady Unii Europejskiej, które wskazują, że „należy propagować aktywność osób starszych jeśli chodzi o zatrudnienie, uczestnictwo w życiu społecznym i samodzielne życie (...). Trzeba je wdrażać, uwzględniając różnice w organizacji i zasobach państw członkowskich oraz konkretne okoliczności i stojące przed nimi wyzwania.” Wśród zasad przewodnich dla aktywności osób starszych

i solidarności międzypokoleniowej znajdują się m.in. możliwość edukacji przez całe życie, szczególnie w odniesieniu do nowych technologii, wolontariat osób starszych czy włączenie społeczne osób starszych poprzez oferowanie im możliwości uczestnictwa w życiu kulturalnym, politycznym i społecznym. Wszystkie te kwestie

zostały uwzględnione wśród celów i rekomendowanych działań, zawartych w strategii dla Legionowa.

Na poziomie krajowym „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” pozostaje w zgodności z Narodowymi Strategicznymi Ramami Odniesienia (NSRO). Wśród celów szczegółowych NSRO, które można odnieść do osób starszych, należy wymienić cele polityki spójności w Polsce wspierające wzrost gospodarczy i zatrudnienie: „Poprawa jakości funkcjonowania instytucji publicznych oraz rozbudowa mechanizmów partnerstwa”- w szczególności poprawa polityki informacyjnej administracji i współdziałania z organizacjami pozarządowymi, „Poprawa jakości kapitału ludzkiego i zwiększenie spójności społecznej” oraz „Budowa i modernizacja infrastruktury technicznej i społecznej mającej podstawowe znaczenie dla wzrostu konkurencyjności Polski”. Działania te odpowiadają m.in. unijnej wytycznej 1.3.1.

Wśród strategicznych dokumentów krajowych, z którymi zgodna jest „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” wymienić należy również Strategię Rozwoju Kapitału Ludzkiego (SRKL), przyjętą przez Radę Ministrów uchwałą nr 104 Rady Ministrów z dnia 18 czerwca 2013 r. w sprawie przyjęcia Strategii Rozwoju Kapitału Ludzkiego 2020. Jest ona jedną z dziewięciu strategii sektorowych stanowiących „inne strategie rozwoju” w rozumieniu ustawy z dnia 6 grudnia 2006 r. o zasadach prowadzenia polityki rozwoju (Dz. U. z 2009 r. Nr 84, poz. 712, z późn. zm.), realizujących średnio i długookresową strategię rozwoju kraju. Głównym celem działań w niej zaplanowanych jest rozwijanie kapitału ludzkiego poprzez wydobywanie potencjałów osób tak, aby mogły one w pełni uczestniczyć w życiu społecznym, politycznym i ekonomicznym na wszystkich etapach życia.

Dodatkowo, na poziomie organizacji pozarządowych, których aktywny udział w realizacji działań na rzecz legionowskich seniorów przewiduje harmonogram działań (patrz rozdział „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020”), w Narodowej Strategii Zdrowia 2007-2015 ten sam cel operacyjny

przewiduje kształtowanie pozytywnego wizerunku osób starszych w społeczeństwie i ich znaczenia dla jego trwania i możliwości rozwojowych młodszych populacji, wspieranie osób starszych w pełnym udziale w życiu rodzinnym i społecznym, budowanie w środkach masowego przekazu wizerunku aktywnych fizycznie, psychicznie i społecznie osób powyżej 60 roku życia.

„Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” oraz zawarte w niej priorytety wpisuje się również w założenia Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014 - 2020, który został zatwierdzony przez Komisję Europejską 17 grudnia 2014 roku. Jednym z jej założeń są działania mające na celu włączenie legionowskich seniorów w życie lokalnej społeczności, a tym samym zapobieganie ich wykluczeniu społecznemu. Dotyczy to również wykluczenia ze względu na sprawność fizyczną i stan zdrowia osób starszych.

Założenia i cele „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015- 2020” są w całości zgodne z Rządowym Programem na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020 (ASOS). Program ten, przyjęty przez Radę Ministrów uchwałą nr 237 z 24 grudnia 2013 r., nie ma statusu dokumentu strategicznego. Jest natomiast integralnym elementem działań na rzecz realizacji założeń krajowych dokumentów strategicznych, do których należą Strategia Rozwoju Kraju, Strategia Rozwoju Kapitału Ludzkiego, Strategia Rozwoju Kapitału Społecznego oraz Strategia Wspierania Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego.

Ponadto „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” jest zgodna ze Strategią Rozwiązywania Problemów Społecznych w Legionowie, w której jednym z priorytetów jest przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i podniesienie poziomu jakości życia osób starszych.

4. Diagnoza sytuacji osób starszych w Legionowie

4.1 Struktura demograficzna Legionowa

Liczba mieszkańców Legionowa¹⁰ na dzień 31 grudnia 2014 r. wynosiła 53 609 osób, w tej liczbie 25 114 osób stanowili mężczyźni, natomiast kobiet było 28 507. Jeśli chodzi o grupę mieszkańców, będących podmiotem niniejszej strategii, według danych na dzień 31 grudnia 2014 r. osób w wieku 60 lat i więcej zamieszkiwało 12 623. W tej liczbie było 6 997 kobiet i 4 715 mężczyzn. Największą grupę stanowili seniorzy w wieku 60 - 69 lat, w sumie 7 190 osób. Najmniejszą – mężczyźni w wieku 80+, zaledwie 510 osób. Tak, więc przekrój wiekowy społeczności Legionowa pokazuje, że seniorzy stanowią bardzo liczną grupę mieszkańców, o której szczególne potrzeby należy zadbać.

4.2 Diagnoza sytuacji seniorów w Legionowie

4.2.1. Sytuacja seniorów w Legionowie

Podstawą do prac nad strategią działań na rzecz legionowskich seniorów stała się diagnoza ich obecnej sytuacji w społeczności lokalnej, ich potrzeb, oczekiwań. By sformułować jakiegokolwiek wnioski i przedstawić propozycje kierunków działań na rzecz poprawy sytuacji starszych mieszkańców Legionowa, konieczne było zbadanie, jaki jest stan obecny w różnych aspektach życia lokalnej społeczności, co funkcjonuje dobrze, a co należałoby poprawić czy uzupełnić. Ocena sytuacji starszych mieszkańców miasta, uwzględniająca różne aspekty i dziedziny życia, została przeprowadzona w drodze badań socjologicznych, zarówno ilościowych (ankieta), jak i jakościowych (spacer badawczy i kawiarenki konsultacyjne).

Badanie ankietowe

Badanie to zostało zrealizowane za pomocą kwestionariusza, który zawierał 19 pytań zamkniętych i półotwartych, jednokrotnego i wielokrotnego wyboru. Przypadkowo dobranym mieszkańcom Legionowa w wieku 60+ rozdano 700 ankiet, z czego wypełnionych kwestionariuszy zwrócono 500. W skład próby badawczej

weszło 325 kobiet i 161 mężczyzn. Najliczniejszą grupę stanowili respondenci w grupie wiekowej do 69 lat. Niewielka reprezentacja kategorii „80 i więcej lat” nie pozwoliła na rozciąganie wniosków z badania na całą populację najstarszych seniorów. Jeśli chodzi o wykształcenie, najliczniej na ankietę odpowiadały osoby ze średnim wykształceniem (48%), duża pod względem wielkości była reprezentacja osób

z wyższym wykształceniem.

Jeśli chodzi o sytuację rodzinną respondentów badania, większość z nich (56%) mieszka z rodziną, natomiast 39% samotnie. Jest to zatem dość duża grupa, która może potrzebować większej pomocy ze strony instytucji samorządowych. Seniorzy biorący udział w badaniu często podkreślali trudną sytuację materialną emerytów. Jednak

z analizy danych wynika, że znaczny odsetek legionowskich seniorów (55%) otrzymuje dochody w wysokości powyżej 1500 zł. Respondenci ocenili swój stan zdrowia dość optymistycznie, tylko 4% z nich twierdzi, że potrzebuje stałej opieki i pomocy, a 47% uważa siebie za pełnosprawnych.

Spacer badawczy

Spacer badawczy miał na celu ocenę przez seniorów przestrzeni publicznej Legionowa z perspektywy osób z tej grupy wiekowej. Badanie zostało przeprowadzone w trakcie trzech spacerów, każdy z nich przebiegał inną trasą. W trakcie spaceru seniorzy wypowiadali swoje opinie na temat różnych aspektów odwiedzanych miejsc, a ponadto wypełniali ankiety oceniające w skali od 1 do 4, gdzie 1 oznacza źle, a 4 dobrze. Każde z miejsc było oceniane m.in. przy pomocy pomocniczych pytań przygotowanych przez badaczy:

1. Jak oceniają Państwo ogólną atrakcyjność tej przestrzeni?
2. Jak oceniają Państwo wejście?
3. Jak oceniają Państwo nawierzchnię?
4. Jak oceniają Państwo oświetlenie?

5. Jak oceniają Państwo widoczność z dystansu?
6. Jak oceniają Państwo łatwość dojść do tego miejsca?
7. Jak oceniają Państwo dostępność połączeń - komunikacji zbiorowej?
8. Jak oceniają Państwo czytelność/jasność informacji i oznakowania?
9. Jak oceniają Państwo dostęp do miejsc do odpoczynku?
10. Jak oceniają Państwo dostęp do koszy na śmieci?
11. Jak oceniają Państwo dostęp do toalet publicznych?

W sumie podczas trzech spacerów starsi mieszkańcy Legionowa biorący w nich udział ocenili 15 miejsc i instytucji.

Uczestnicy wszystkich spacerów mieli zastrzeżenia do widoczności i czytelności oznakowania instytucji publicznych, dostępności miejsc wypoczynku w pobliżu tych instytucji i dostępu do toalet oraz funkcjonalności przystanków autobusowych. Wśród zgłaszanych problemów znalazły się również uwagi dotyczące barier architektonicznych takich, jak zbyt wysokie krawężniki, uszkodzone, nierówne chodniki, brak podjazdów do budynków lub zbyt strome podjazdy bez poręczy.

Kawiarenki konsultacyjne

Badanie zostało przeprowadzone w dniach 14-15 maja 2014 roku i miało formę zogniskowanego wywiadu grupowego. W sumie przeprowadzono trzy tury badania, każda z nich skupiona była na innym problemie: 1. aktywność obywatelska, 2. zdrowie i rekreacja, 3. kultura i edukacja. W poszczególnych grupach wywiadu uczestniczyło po około dziesięcioro starszych mieszkańców Legionowa.

Legionowscy seniorzy rozumieją aktywność obywatelską bardzo szeroko, począwszy od aktywności wynikającej z praw publicznych, czyli udziału w wyborach i referendach, a skończywszy na zainteresowaniu problemami dnia codziennego, takimi, jak zwracanie uwagi właścicielom psów, którzy nie sprzątajają ich odchodów. Do aktywności obywatelskiej seniorzy zaliczają także troskę o przestrzeń publiczną: jej estetykę i dostępność dla seniorów.

Grupa starszych mieszkańców miasta, która wzięła udział w badaniu, posiadała także wiedzę o zorganizowanych formach działalności obywatelskiej, czyli fundacjach i stowarzyszeniach oraz o Radzie Seniorów, działającej przy Prezydencie Miasta Legionowo.

Seniorzy biorący udział w badaniu wypowiadali się pozytywnie o możliwości spotkań z politykami, uważają, że taka forma jest lepszym sposobem na zapoznanie się z działalnością konkretnych polityków, szczególnie lokalnych, niż zdawkowe informacje w mediach. Za pozytywne uznali seniorzy także spotkania z ekspertami, którzy przybliżaliby im sprawy publiczne i politykę.

Kluczowa kwestia, która widoczna była w wypowiedziach seniorów, to komunikacja między instytucjami samorządowymi i seniorami. Starsi mieszkańcy Legionowa są zainteresowani udziałem w życiu publicznym, np. w konsultacjach społecznych, ale nie docierają do nich informacje o takich zdarzeniach. Aby zmienić tę sytuację seniorzy zaproponowali zorganizowanie jakiegoś stałego kanału komunikacji (za pomocą telefonii komórkowej lub Internetu). Za pozytywne uważają także udostępnianie

w Internecie protokołów z posiedzeń Rady Miasta.

Grupa seniorów biorąca udział w badaniu dotyczącym zdrowia i rekreacji prezentowała wysoki poziom wiedzy na temat konieczności dbania o zdrowie. Jej członkowie mieli też świadomość, że dbałość o zdrowie wymaga działań w kilku aspektach: odżywianie, badania profilaktyczne, aktywność fizyczna. Jednak za tą świadomością nie idzie praktyka czasem z winy samych seniorów, czasem z powodu ograniczeń od nich niezależnych. Najważniejszą przeszkodą wskazywaną przez seniorów był brak dostępu do zdrowej żywności, większość z badanych osób deklarowała, że zaopatruje się w supermarketach.

Podobna argumentacja występowała w przypadku opieki lekarskiej. Ograniczony dostęp do niej był wskazywany jako główna przyczyna zaniechania profilaktyki. Jako problem wskazywano także brak informacji o organizowanych badaniach bezpłatnych

(co, biorąc pod uwagę kampanie informacyjne urzędu miasta, wskazuje na nieodpowiednie dla starszych osób kanały dystrybucji informacji). Seniorzy korzystaliby z nich chętnie, gdyby wiedzieli, że takowe mają miejsce. Biorący udział w badaniu wskazywali także pewne typy badań, które uważają za najważniejsze: badania okulistyczne, mammografia, badania prostaty, badania kardiologiczne, badania cukrzycowe.

Z wypowiedzi seniorów wynikało, że są zainteresowani aktywnością fizyczną i w miarę możliwości ją praktykują (np. nordic walking i jazdę na rowerze). Jednocześnie wskazywali na brak infrastruktury ułatwiającej aktywność fizyczną: mało ścieżek rowerowych, siłowni na świeżym powietrzu. Chętnie braliby udział w różnych rodzajach aktywności fizycznej, gdyby zaistniała taka możliwość, między innymi: gimnastyka rehabilitacyjna (z instruktorem), aerobik (dla tych co mogą), tai chi, siłownie na powietrzu w kilku miejscach miasta, tańce dla seniorów, nordic walking (z instruktorem), piesze wycieczki poza miasto.

Ostatnia forma łączy się z problematyką rekreacji. Seniorzy odpoczywają zarówno w domu (czytając książki, rozwiązując krzyżówki, szyjąc, spotykając się towarzysko), jak i poza domem (spacery po lesie, spotkania towarzyskie, grillowanie). Pośród możliwych form rekreacji, które mogłoby oferować im bezpłatnie miasto, seniorzy wymieniali tańce, gimnastykę i seanse filmowe. Dużym zainteresowaniem seniorów cieszą się także wycieczki turystyczne, które pozwalają starszym osobom na poznawanie nowych miejsc, w sposób zorganizowany, w towarzystwie innych ludzi. Preferowany rodzaj wycieczek to krótkie, jednodniowe związane z porami roku lub o tematyce historycznej.

W dziedzinie kultury i edukacji starsi mieszkańcy Legionowa biorący udział w badaniu wykazywali dużą świadomość jej wagi i byli przekonani, że jest ona współcześnie niezbędna do pełnego uczestnictwa w życiu, z uwagi na szybko zachodzące zmiany. Natomiast kulturę postrzegają seniorzy, jako bierne korzystanie z twórczości innych i nie jest ona szczególnie ważnym aspektem życia. Najistotniejszy problem,

wskazywany przez uczestników badania, dotyczył komunikacji. Gdyby informacja o wydarzeniach kulturalnych była bardziej dostępna to, zdaniem seniorów, korzystaloby z nich więcej osób.

Dyskusję w tej części badania zdominowały problemy związane z edukacją. Zdaniem uczestników badania w ofercie instytucji edukacyjnych dostępnych dla seniorów brakuje przede wszystkim tematyki historycznej, z zakresu literatury i języka polskiego. Ponadto oczekują oni wsparcia prawnego oraz szerszego dostępu do kawiarenek internetowych. Mają także zastrzeżenia odnośnie organizacji zajęć Uniwersytetu Trzeciego Wieku, chcieli by mieć wpływ na tę kwestię. Sama tematyka zajęć także nie w pełni satysfakcjonuje słuchaczy Uniwersytetu, w tej materii również chcieliby, aby uwzględniono ich zdanie. Wśród tematów, na które istnieje za potrzebowanie znajdują się: zdrowie (w szczególności odżywianie oraz profilaktyka i aktywność fizyczna), tematy z literatury, poezja XX wieku, omówienie przyznawania nagród Nike. Uczestnicy badania zwrócili uwagę na fakt, że Uniwersytet Trzeciego Wieku nie jest formą dostępną dla wszystkich z powodu ogólnie niskich emerytur.

4.2.2 Wnioski i rekomendacje z badań

Seniorzy w większości są świadomi potrzeby zdrowego odżywiania, jednak nie wszyscy mają możliwość kupowania zdrowej żywności. Rozwiązaniem tego problemu mogłaby być kampania informacyjna o miejscach, w których można zdrową żywność zakupić po przystępnych cenach. Innym sposobem wsparcia seniorów w zwiększeniu dostępu do zdrowej żywności mogłoby być współorganizowanie kiermaszów zdrowej żywności.

Więszym problemem wydaje się jednak dostęp do bezpłatnej opieki lekarskiej. Z uwagi na niezbyt wysokie świadczenia emerytalne bezpłatna opieka lekarska jest dla większości seniorów jedyną możliwością dbania o zdrowie. Chociaż odsetek tych, którzy uważają, że mają utrudniony dostęp do opieki lekarskiej wynosi kilkanaście procent, to jednak jest to problem na, który należałoby znaleźć rozwiązanie.

Rekreacja jest ważną częścią życia każdego człowieka. W przypadku seniorów poważnym ograniczeniem możliwości rekreacji jest stan zdrowia i niskie dochody. O tej drugiej kwestii bardzo często respondenci wspominali w komentarzach na marginesach ankiet. Zatem bez finansowego wsparcia rekreacji seniorów nadal znaczny ich odsetek będzie musiał spędzać wolny czas w domu. Szczególnie pod uwagę powinny wziąć władze miasta najczęściej wskazywaną przez seniorów formę rekreacji czyli wycieczki turystyczne. Z badania fokusowego (kawiarenki konsultacyjne) wynika, że starsi mieszkańcy Legionowa preferują krótkie wycieczki, a takie nie są zbyt kosztowne. W związku z tym należałoby poszukać źródeł ich finansowania (lub dofinansowania).



Sfera publiczna i aktywność obywatelska mogą być dla seniorów narzędziem budowania poczucia przynależności i zaspokojenia potrzeby uznania. Starsi mieszkańcy Legionowa bez względu na wiek i płeć najbardziej byli zainteresowani spotkaniami

z władzami miasta. Być może oznacza to niespełnioną potrzebę współdecydowania o sprawach lokalnej społeczności, a szczególnie społeczności seniorów. Ważne jest więc, by jak najszerszej rozpropagować informację o działalności Miejskiej Rady Seniorów, która reprezentuje tę część lokalnej społeczności, będąc ciałem doradczym Prezydenta Miasta Legionowo w sprawach dotyczących seniorów.

Aktywność obywatelska jaką preferują seniorzy to działalność w lokalnych stowarzyszeniach i organizacjach pozarządowych. Jednak często seniorzy opatrywali pytanie o działalność komentarzem, sugerującym niechęć ludzi młodszych do zaangażowania seniorów. Potrzebna byłaby tu zatem społeczna kampania promująca aktywność obywatelską seniorów.

Dużym zainteresowaniem cieszy się także Uniwersytet Trzeciego Wieku, ale dla wielu seniorów jest on niedostępny ze względów finansowych. Byłoby zatem wskazane znalezienie źródeł finansowania uczestnictwa w Uniwersytecie Trzeciego Wieku dla osób o najniższych dochodach.

Zainteresowania sztuką koncentrują się na najbardziej popularnych jej formach: teatrze i filmie. Dostępność tych form kultury jest jednak ograniczona dla osób o najniższych dochodach, zatem w celu zaspokojenia potrzeb kulturalnych seniorów, należałoby wesprzeć finansowo wyjazdy do kin, teatrów, muzeów.



Ważnym aspektem z punktu widzenia starszych mieszkańców miasta jest dostępność przestrzeni miejskiej Legionowa. Seniorzy najwięcej uwag mają do braku toalet w miejscach publicznych i do zbyt małej liczby miejsc wypoczynku. Poza tym zwracano uwagę na złą widoczność tablic informacyjnych i problemy z pokonywaniem przeszkód przez wózek dla niepełnosprawnych. Często wspomniany

był też problem, mający istotny wpływ na estetykę przestrzeni publicznej, a mianowicie niedostateczna liczba koszy na śmieci.

Podsumowując, zauważyć można, że wiele oczekiwań i potrzeb seniorów, sformułowanych podczas badań, wskazuje na ich nieznaną przez instytucje i osoby mające wpływ na różne sfery funkcjonowania lokalnej społeczności. Wiele z nich można by zaspokoić przez dostosowanie oferty edukacyjnej, kulturalnej czy kanałów informacyjnych do potrzeb i możliwości percepcyjnych starszych mieszkańców Legionowa.

5.1 Zdrowie i rekreacja

Z analizy przeprowadzonej przez zespół ds. zdrowia i rekreacji wynika, że największy potencjał i mocną stroną społeczności stanowią sami seniorzy, ich energia, wiedza, doświadczenie i chęć do działania. Wśród mocnych stron znalazła się też lokalna baza medyczna i opiekuńcza, organizacje pozarządowe pracujące na rzecz osób starszych, jak również samorząd lokalny na szczeblu miasta i powiatu, które wspierają środowisko seniorów. Słabe strony to przede wszystkim niedostateczna, w ocenie starszych osób, dostępność usług medycznych i rehabilitacyjnych, słaby przepływ informacji przeznaczonych dla starszych mieszkańców miasta, jak również niedostateczna oferta kulturalna, sportowa i rekreacyjna dedykowana tej grupie.



Szans na zmianę w sytuacji legionowskich seniorów zgodną z ich oczekiwaniami zespół ds. zdrowia i rekreacji upatruje w dużej ilości terenów zielonych i bliskości Jeziora Zegrzyńskiego, bliskości dużego miasta, jakim jest Warszawa, z jego ofertą sportową i rekreacyjną, sprawnej komunikacji publicznej, jak również w polityce senioralnej władz samorządowych. Zagrożeniem natomiast mogą być niedostateczne środki w budżecie miasta na realizację działań na rzecz seniorów, ograniczaniu dostępności świadczeń medycznych, jak i ogólnie ubożeniu tej grupy społecznej.

5.2 Sfera obywatelska

Także w sferze obywatelskiej mocną stroną jest przede wszystkim kapitał ludzki, jakim dysponuje Legionowo w grupie seniorów oraz infrastruktura społeczna: basen, miejski ośrodek kultury, hala sportowa Arena wraz przyległym kompleksem boisk sportowych, park zdrowia, do budowy którego Miasto Legionowo przystąpiło we wrześniu 2014. Także dogodna lokalizacja urzędów w centrum miasta, do którego najłatwiej dojechać komunikacją publiczną, wskazywana jest przez osoby starsze mieszkające

w Legionowie, jako mocna strona miasta. Wśród słabości znalazło się na pierwszym miejscu cyfrowe wykluczenie seniorów, bariery architektoniczne, gęsta zabudowa miasta czy słabo rozwinięty transport lokalny.



Z punktu widzenia aktywności obywatelskiej zespół jako szanse wskazał bliskość stolicy, dobrą z nią komunikację, jak również dobrą komunikację z resztą Polski. Szansą w opinii członków zespołu opracowującego analizę SWOT, jest także napływ mieszkańców z Warszawy, jak również fakt, że Legionowo jest stolicą powiatu. Co ciekawe, te same czynniki mogą być, według zespołu opracowującego analizę, postrzegane również jako zagrożenia. Wśród szans wskazano również to, że polityka senioralna stanowi jeden z priorytetów władz miasta. Obawy natomiast budzi zmniejszenie puli środków Unii Europejskiej na projekty, które obejmują seniorów i działania na ich rzecz.

5.3 Edukacja i kultura

Podobnie jak w pozostałych dwóch dziedzinach także w sferze edukacji i kultury jako największy atut społeczności seniorów legionowskich jest wymieniany kapitał ludzki - posiadana przez starsze osoby wiedza, doświadczenie i, co być może najważniejsze, czas wolny i chęć do działania. Następną w kolejności mocną stroną jest według członków zespołu pracującego nad analizą dobrze rozwinięta infrastruktura miejska w postaci instytucji kultury takich, jak ośrodek kultury, biblioteki, muzeum itp. Jako siła postrzegana jest również administracja samorządowa, która dba o stabilność budżetu, a zarazem jest otwarta i zainteresowana problemami mieszkańców.

Podobnie, jak w innych sferach, niektóre mocne strony są, według uczestników prac analitycznych, również słabościami lokalnej społeczności. Tak myślą o kapitale ludzkim, który pozostaje w większości niewykorzystany, czy budżecie, który jest co prawda stabilny, ale w zakresie oferty edukacyjnej i kulturalnej, skierowanej do seniorów, ograniczony.

Wśród szans ponownie wymieniana jest bliskość stolicy i napływ stamtąd nowych mieszkańców, którzy wnoszą również nowy potencjał. Szans seniorzy upatrują również w możliwościach pozyskania środków zewnętrznych na edukację i kulturę skierowane do osób starszych oraz w rozwoju organizacji pozarządowych, działających na ich rzecz. Zagrożeniem jest natomiast m.in. zmniejszająca się pula

środków UE, ogólny kryzys kultury, ubożenie społeczeństwa, ale także niechęć starszych osób do zmian i brak tradycji, i utożsamiania się z miastem.



6. Zdiagnozowane problemy

Opisane wcześniej etapy prac nad Strategią stworzyły bazę, na podstawie której zespoły robocze mogły przeprowadzić diagnozę problemów starszych mieszkańców Legionowa. Zgodnie z założeniami projektu, problemy diagnozowane były w trzech podstawowych sferach życia, tj. zdrowia i rekreacji, aktywności obywatelskiej oraz edukacji i kultury. Owocem prac warsztatowych było sformułowanie następujących problemów:

- 1) **w sferze zdrowia i rekreacji** - brak skutecznych działań ukierunkowanych na utrzymanie zdrowia i aktywności fizycznej seniorów.
 - a. dostęp do specjalistycznej opieki lekarskiej, profilaktyki i rehabilitacji, brak skoordynowanej informacji o wolnych miejscach u lekarzy specjalistów mała dostępność bezpłatnych zabiegów fizjoterapii i rehabilitacji niedostateczna informacja o badaniach profilaktycznych.
 - b. sprawność fizyczna legionowskich seniorów, zbyt mało miejsc w mieście gdzie seniorzy mieli by dostęp do ćwiczeń rehabilitacyjnych skierowanych wyłącznie dla osób starszych, problem z zapisami na basen, brak w mieście wystarczającej liczby

placów rekreacji ruchowej niedostateczna sieć ścieżek rowerowych, mała aktywność seniorów legionowskich do ćwiczeń usprawniających.

c. organizacja czasu wolnego legionowskich seniorów, niewystarczający przepływ informacji o imprezach kulturalnych i turystycznych organizowanych w mieście, zaangażowanie animatorów w instytucjach miejskich, problem konkurencyjności wycieczek organizowanych przez instytucje miejskie dopasowanie repertuaru imprez w Sali widowiskowej czy MOK-u do potrzeb osób starszych.

d. usługi opiekuńcze dla osób w podeszłym wieku w Legionowie, mała liczba miejsc dla seniorów w domach dziennego pobytu lub w klubach seniora, brak konkretnej informacji o dostępności i cenach usług opiekuńczych na terenie miasta niewystarczający stan usług opiekuńczych w mieście.

2) **w sferze aktywności obywatelskiej** - niska aktywność obywatelska mieszkańców Legionowa w wieku 60+.

a. brak zainteresowania ze strony seniorów sprawami publicznymi brak nawyku brania spraw w swoje ręce, a w konsekwencji bierność i roszczeniowość seniorów brak wiedzy na temat możliwości włączenia się w działania obywatelskie w środowisku lokalnym postrzeganie organizacji pozarządowych jako realizatorów usług, a nie miejsca na współdziałanie niedostateczna wiedza na temat reprezentantów (politycy, Rada Seniorów, Rada Miasta, Gminna Rada Działalności Pożytku Publicznego) niedostateczna wiedza o: ankietach, konsultacjach społecznych, inicjatywach lokalnych itd.

b. niechęć do aktywności obywatelskiej, problemy adaptacyjne wynikające z gwałtownego zaniechania aktywności zawodowej i/lub opuszczenia przez rodzinę (śmierć/odejście współmałżonka/ki, wyprowadzenie się dzieci, wnuków, brak wiary w możliwość skutecznego wpływu na sprawy publiczne, poczucie braku akceptacji przez otoczenie ze względu na wiek, obawa przed krytyką ze strony otoczenia (rodziny, sąsiadów, znajomych) w przypadku podjęcia aktywności obywatelskiej, bariery architektoniczne w przestrzeni miejskiej utrudniające mobilność seniorów

(niedostateczna liczba ławek, toalet publicznych, niedostateczna komunikacja miejska, nieczytelne oznakowanie ulic itp.)

c. marginalizowanie możliwości działań seniorów w sferze obywatelskiej, niedocenianie potencjału osobowego i doświadczenia seniorów przez społeczeństwo, instytucje i organizacje, brak dedykowanej informacji dla seniorów (zły układ graficzny: nieodpowiednie litery, wielkość wydruku, kolorystyka itp., nieodpowiedni format plakatów informacyjnych, informacje umieszczone na złej wysokości, trudny język, niejasna informacja, niewystarczające/nieskuteczne kanały dystrybucji informacji kierowanych do seniorów, e- wykluczenie informacyjne seniorów, wymagający poprawy i rozpropagowania wśród seniorów miejski system sms, brak zarządzania informacjami dla seniorów (koordynacja informacji płynących z różnych źródeł) i scentralizowanego źródła informacji dla seniorów, niewykorzystanie potencjału istniejących kanałów informacji (apteki, instytucje, NGO, sklepy, kościoły, spółdzielnie mieszkaniowe, poczta, przystanki, lokalne media itp.), brak kanałów informacji wśród mieszkańców domków jednorodzinnych, niewystarczająca oferta aktywizująca seniorów do działań obywatelskich: niewystarczająca informacja ze strony lokalnych organizacji pozarządowych i administracji na temat możliwości udziału seniorów w różnych formach aktywności obywatelskiej, niska partycypacyjność działań Legionowskiej Rady Seniorów, Rady Miasta, polityków (seniorzy nie wiedzą, że te ciała ich reprezentują, że mogą się do nich zwracać, albo uważają, że są zwolnieni z aktywności obywatelskiej, skoro mają reprezentantów).

3) **w sferze edukacji i kultury** - niska aktywność edukacyjna i kulturalna legionowskich seniorów.

a. postrzegania kultury jako bierne korzystanie z twórczości innych niewystarczająca (niezrozumienie) znajomość pojęcia – kultury roszczeniowość (oczekiwanie na ofertę), niewystarczająca informacja na temat oferty dedykowanej dla legionowskich seniorów.

b. niski udział w kulturze legionowskich seniorów niewystarczająca oferta kulturalna (kino/teatr) brak czasu (wnuki/dorabianie), brak wiary w możliwości

czynnego uczestnictwa, centralizacja wydarzeń (większość rzeczy dzieje się w Ratuszu lub w centrum, utrudnianie dostępu, chorym, niepełnosprawnym, dalej mieszkającym)

brak sztuki w przestrzeni miejskiej, brak stałej oferty (oferta okazjonalna/ sezonowa).



c. brak dostępu do szerokiej i zróżnicowanej oferty edukacyjnej brak oferty krótkich kursów, dających konkretne umiejętności, brak zróżnicowanej oferty warsztatowej (np.: ogrodnictwo, nowoczesne technologie) brak oferty dla seniorów pracujących, brak oferty bezpłatnej, ograniczony zakres tematyczny oferowanych zajęć edukacyjnych.

d. niska partycypacyjność seniorów w kształtowaniu oferty edukacyjnej i kulturalnej niski wpływ na tematykę i organizację zajęć, niedocenienie potencjału osobowego i zasobów seniorów, brak dedykowanej informacji dla seniorów niewystarczające kanały dystrybucji informacji.

7. Określenie celów

Identyfikacja problemów społeczności legionowskich seniorów pozwoliła na sformułowanie celów, do których osiągnięcia powinna prowadzić współpraca lokalnego samorządu, organizacji pozarządowych i samych zainteresowanych, czyli

starszych mieszkańców miasta. Trudno bowiem zmieniać i poprawiać, jeśli nie wiadomo, co wymaga zmian i poprawek.

Cele strategiczne, których osiągnięcie pozwoli na rozwiązanie wielu bolączek starszych mieszkańców Legionowa, a tym samym na poprawę jakości ich życia i lepszą integrację z resztą społeczności lokalnej, zostały opracowane jako odpowiedź na każdy z głównych problemów. Problemy, jak to opisano w rozdziale poprzednim, zostały zdiagnozowane i rozpoznane w trakcie prac nad strategią w poszczególnych zespołach tematycznych. Jako baza do rozważań posłużyły, poza osobistym doświadczeniem i obserwacją członków zespołów tematycznych, również badania socjologiczne, przeprowadzone w ramach projektu – ankietowe, spacerowe diagnostyczne i kawiarenki konsultacyjne.

7.1 Poprawa i rozszerzenie i działań skierowanych na utrzymanie zdrowia i rozwój aktywności fizycznej legionowskich seniorów

Sfera szeroko pojętej ochrony zdrowia, obejmującej wiedzę na temat zdrowego stylu życia, możliwości uprawiania sportu, zdrowego żywienia, ale także kwestie organizacji pracy lokalnych placówek służby zdrowia i dostępu do lekarzy specjalistów, to dla starszych mieszkańców Legionowa tematy, które, jak wskazują przeprowadzone badania ilościowe i jakościowe, cieszą się największym zainteresowaniem. Jest to bezsprzecznie jedna z najważniejszych dla seniorów sfer życia. Trudności, na jakie napotykają osoby starsze w tej kwestii są po części systemowe i trudne do rozwiązania lokalnie (jak na przykład dostęp do lekarzy specjalistów). Częściowo jednak wynikają z uwarunkowań organizacyjnych czy nieświadomości w lokalnej społeczności odnośnie potrzeb starszych mieszkańców miasta, jak również barier wynikających z ich sytuacji rodzinnej i ekonomicznej.

Diagnoza problemów z zakresu zdrowia i rekreacji doprowadziła do sformułowania celu strategicznego „Poprawa i rozszerzenie i działań skierowanych na utrzymanie

zdrowia i rozwój aktywności fizycznej legionowskich seniorów”. Jego osiągnięcie umożliwić ma realizacja celów technicznych, przedstawionych poniżej.

1. Zwiększenie dostępności świadczeń zdrowotnych i badań dla seniorów poprzez współpracę z placówkami medycznymi w celu lepszej organizacji przyjęć. Miejskie programy profilaktyki zdrowotnej. Usprawnienie systemu informacji o dostępnych świadczeniach i zasadach ich udzielania.

2. Poprawa aktywności fizycznej legionowskich seniorów poprzez zwiększanie świadomości znaczenia ruchu dla zdrowia oraz stworzenie infrastruktury, pozwalającej osobom starszym na aktywność przy minimalnych nakładach finansowych, z uwzględnieniem preferowanej przez nich formy ruchu na świeżym powietrzu oraz ograniczeń ekonomicznych (system zniżek dla osób 60+).

3. Stworzenie w miejskich placówkach sportowych i kulturalnych oferty spędzania czasu wolnego dedykowanej seniorom, uwzględniającej ich preferencje i możliwości oraz zapewnienie sprawnego systemu informowania ich o takich wydarzeniach.



4. Poprawa zakresu i jakości usług opiekuńczych w Legionowie poprzez zwiększenie liczby miejsc w domach dziennego pobytu, wspieranie inicjatyw mających na celu opiekę nad seniorami, w tym klubów seniora, klubów osiedlowych, rodzinnych domów pomocy społecznej, inicjowanie działań z zakresu wolontariatu i pomocy

sąsiedzkiej oraz poprawę dostępności informacji na temat usług opiekuńczych dla osób starszych w mieście.

7.2 Zwiększenie aktywności obywatelskiej mieszkańców Legionowa w wieku 60+

Zarówno badanie przeprowadzone przez SPP „Nadzieja” wśród legionowskich seniorów w 2010 roku, jak i ankieta, stanowiąca część projektu „Legionowianie 60+” wskazują na niską aktywność obywatelską seniorów. W badaniu z 2010 roku zaledwie 30% seniorów wykazała chęć zaangażowania się w życie publiczne, na przykład poprzez wolontariat i współpracę z organizacjami pozarządowymi pomimo, że zdecydowana większość z respondentów badania wskazywała wśród najważniejszych potrzeb osób starszych chęć czucia się potrzebnym i niesienia pomocy innym. W tym samym badaniu aż 72% pytanych uważało, że ludzie starsi mogą mieć wpływ na życie lokalnej społeczności. Zbliżone wnioski płyną z badania ankietowego, przeprowadzonego w ramach projektu „Legionowianie 60+”, przeprowadzonego cztery lata później. Zdecydowana większość spośród 500 ankietowanych legionowskich seniorów wykazała chęć aktywności obywatelskiej poprzez uczestnictwo w spotkaniach z władzami miasta (45%), politykami (15%) i działaczami organizacji pozarządowych (29%). Jednak już na pytanie o chęć i preferowane formy działalności obywatelskiej aż 21% respondentów nie wybrało żadnej odpowiedzi, co może wskazywać, że nie są zainteresowani żadną aktywnością w tej sferze. Jako przyczyny wskazywano brak sił i chęci, wynikające z wieku. To wszystko może prowadzić do wniosku, że choć seniorzy postrzegają sferę obywatelską za ważny aspekt życia i chcieliby mieć wpływ na decyzje dotyczące lokalnej społeczności, nie przekłada się to na ich aktywność w tym kierunku. Bariery są tu najczęściej stan zdrowia (niedołężność, niepełnosprawność) i niski dochód.



Na bazie takiej diagnozy sformułowany został cel strategiczny „Zwiększenie aktywności obywatelskiej mieszkańców Legionowa w wieku 60+”. Sposobem jego osiągnięcia jest realizacja szeregu celów technicznych, które zespół tematyczny określił następująco:

1. Zwiększenie zainteresowania ze strony seniorów sprawami publicznymi

- a) nabycie nawyku brania w swoje ręce, zmniejszenie postaw biernych i roszczeniowych seniorów
- b) zwiększenie wiedzy na temat możliwości włączenia się w działania obywatelskie w środowisku lokalnym
- c) zmiana postrzegania organizacji pozarządowych: „ja – działacz organizacji pozarządowej, a nie „ja – klient organizacji pozarządowej”
- d) wzrost wiedzy na temat reprezentantów (politycy, Rada Seniorów, Rada Miasta)
- e) wzrost wiedzy o: ankietach, konsultacjach społecznych, inicjatywach lokalnych itd.

2. Przelamanie/zminimalizowanie niechęci do aktywności obywatelskiej

- a) zminimalizowanie problemów adaptacyjnych seniorów wynikających z gwałtownego zaniechania aktywności zawodowej i/lub opuszczenia przez rodzinę

- b) wzmocnienie poczucia sprawstwa, skutecznego wpływu na sprawy publiczne – „moje zdanie się liczy”
- c) podniesienie poziomu samooceny seniorów (wskazanie mocnych stron, potencjału)
- d) wzmocnienie postaw liderek seniorów
- e) dostosowanie przestrzeni miejskiej do potrzeb seniorów.

3. Umożliwienie seniorom działań w sferze obywatelskiej

- a) wzmocnienie wizerunku seniora w społeczeństwie jako osoby kompetentnej i doświadczonej
- b) kierowanie do seniorów informacji dedykowanej: odpowiedni układ graficzny odpowiedni format plakatów informacyjnych informacje umieszczone na dobrej wysokości prosty język - jasne informacje
- c) zwiększenie skuteczności kanałów dystrybucji informacji kierowanych do seniorów zmniejszenie poziomu e-wykluczenia informacyjnego seniorów, poprawa i rozpropagowanie wśród seniorów miejskiego systemu sms scentralizowanie i skuteczne zarządzanie informacjami dla seniorów, usprawnienie systemu informacji – pełne wykorzystanie istniejących i opracowanie nowych kanałów informacji, zmniejszenie wykluczenia informacyjnego seniorów - mieszkańców domków jednorodzinnych.
- d) **udostępnienie oferty aktywizującej seniorów do działań obywatelskich**
wzmocnienie działań informacyjnych na temat możliwości udziału seniorów w różnych formach aktywności obywatelskiej i skierowanie ich bezpośrednio do seniorów przez lokalne organizacje pozarządowe i administrację wzmocnienie lokalnych organizacji pozarządowych w zakresie standardów zarządzania, pozyskiwania środków na działania, zasad skutecznych działań informacyjno-promocyjnych, włączania szerokiej rzeszy obywateli, w tym seniorów w swoje

działania wzrost partycypacyjności działań Legionowskiej Rady Seniorów, Rady Miasta, polityków.

7.3 Zwiększenie aktywności edukacyjnej i kulturalnej legionowskich seniorów

Z badań przeprowadzonych wśród legionowskich seniorów zarówno w 2010 roku, jak i w 2014 wynika, że starsi mieszkańcy legionowa są zainteresowani poszerzaniem wiedzy. Wyniki ankiety sprzed czterech lat pokazały, że ponad połowa respondentów chciała uczestniczyć w zajęciach wspomagających ich rozwój osobisty. Tematy, na jakie wskazywali ankietowani to wykłady na różne tematy, turystyka, koła zainteresowań związane z różnymi dziedzinami sztuki, ale także zajęcia pozwalające nabyć umiejętności praktyczne jak obsługa komputera czy telefonu komórkowego. W ankiecie przeprowadzonej w ramach projektu „Legionowianie 60+” potwierdza się zdiagnozowana wówczas chęć samodoskonalenia i poszerzania wiedzy. Niemniej jednak wydaje się, że akcenty odnośnie treści potencjalnych zajęć edukacyjnych zostały nieco inaczej rozłożone. Wyniki ankiety z 2014 roku wskazują, że prawie połowa legionowskich seniorów chciałaby pogłębić swoją wiedzę na temat zdrowia (47%). Inne dziedziny, wskazywane przez ankietowanych, potwierdzają preferencje odczytane

4 lata wcześniej. W obydwu badaniach dość duży nacisk respondenci kładą na chęć nauki obsługi komputera, telefonu komórkowego i innych urządzeń elektronicznych nowej generacji. To może wskazywać na ich poczucie wykluczenia, które jednak chcą niwelować.

W przypadku kultury seniorzy deklarują chęć uczestnictwa w niej zarówno jako widzowie (koncerty, teatr), jak i czynnie, np.: udzielając się w chórze czy biorąc udział w zajęciach malarskich. Podobnie jednak, jak w przypadku aktywności obywatelskiej, za deklaracjami zainteresowania tematem i chęci uczestnictwa w wydarzeniach

o charakterze edukacyjnym i kulturalnym, często nie idzie rzeczywista aktywność starszych mieszkańców miasta.



Diagnoza istniejącej sytuacji doprowadziła w toku prac zespołu tematycznego do sformułowania celu strategicznego „Zwiększenie aktywności edukacyjnej i kulturalnej legionowskich seniorów”. Sposobem jego osiągnięcia jest realizacja szeregu celów technicznych, które zespół tematyczny określił następująco:

1. Zmiana postrzegania (percepcji) kultury: wzrost wiedzy na temat uczestnictwa w kulturze wzmocnienie lokalnych liderów (organizacje pozarządowe, Legionowski UTW, seniorzy - osoby indywidualne), zwiększenie możliwości czynnego uczestnictwa

decentralizacja wydarzeń (położenie nacisku na lokalność – kultura w różnych częściach miasta, zwiększenie dostępu chorym, niepełnosprawnym, dalej mieszkającym), udostępnienie sztuki w przestrzeni miejskiej zwiększenie/rozwój stałej oferty kulturalnej, udostępnienie dedykowanej i selektywnej informacji dla seniorów zwiększenie i ukierunkowanie kanałów dystrybucji informacji.

2. Zwiększenie udziału w kulturze legionowskich seniorów: poszerzenie/rozwój oferty kulturalnej, zwiększenie możliwości czynnego uczestnictwa, decentralizacja wydarzeń (położenie nacisku na lokalność - wydarzenia w różnych częściach miasta, zwiększenie dostępu chorym, niepełnosprawnym, dalej mieszkającym) udostępnienie sztuki w przestrzeni miejskiej, zwiększenie/rozwój stałej oferty kulturalnej.

3. Zwiększenie dostępu do szerokiej i zróżnicowanej oferty edukacyjnej: udostępnienie oferty krótkich kursów, dających konkretne umiejętności, udostępnienie zróżnicowanej oferty warsztatowej (np.: ogrodnictwo, nowoczesne technologie), udostępnienie oferty dla seniorów pracujących, udostępnienie oferty bezpłatnej (ulgi), zwiększenie zakresu tematycznego oferowanych zajęć edukacyjnych, przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu legionowskich seniorów.

4. Wzrost partycypacyjność legionowskich seniorów w kształtowaniu oferty edukacyjnej i kulturalnej:

zwiększenie wpływu na tematykę i organizację zajęć, uświadomienie lokalnym decydom i społeczeństwu konieczności korzystania z potencjału i zasobów osób starszych, udostępnienie dedykowanej i selektywnej informacji dla seniorów, zwiększenie i ukierunkowanie kanałów dystrybucji informacji, wzmocnienie lokalnych liderów (organizacje pozarządowe, Legionowski UTW, seniorzy - osoby indywidualne).

Harmonogram działań

Do osiągnięcia wyznaczonych celów konieczne jest zaprogramowanie szeregu działań, poprzez które zostaną one zrealizowane. Również w przypadku działań zaplanowanych w ramach „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” nie może być inaczej. Sama diagnoza sytuacji i wskazanie kierunków nie poprawi sytuacji seniorów. Niezbędna jest realizacja konkretnych projektów i inicjatyw, które sprawią, że strategia senioralna miasta przyniesie wymierne efekty.

W toku prac nad strategią zarówno zespół projektowy, jak i uczestnicy zespołów tematycznych, mieli świadomość konieczności zaproponowania, przynajmniej kilku przykładowych, inicjatyw, których realizacja pozwoli osiągnąć wyznaczone cele. Poniżej przedstawione zostały efekty prac zespołów tematycznych w postaci

propozycji konkretnych działań. Zapewne nie wszystkie można podjąć od razu. Powstał jednak katalog konkretnych inicjatyw, które różne podmioty - zarówno samorząd, jak i sektor pozarządowy czy grupy aktywnych mieszkańców, mogą podjąć, by dążyć do osiągnięcia założonych celów i finalnie, poprawy jakości życia seniorów w Legionowie.



Propozycje działań, zebrane w toku prac zespołów tematycznych, zostały zebrane w trzy bloki, zgodnie z dziedzinami życia, którymi zajmowały się zespoły. Są one wskazaniem sposobów realizacji celów szczegółowych. Utworzony na tej podstawie harmonogram działań został uzupełniony w toku opracowywania materiału ze spotkań zespołów roboczych o informacje dotyczące horyzontu czasowego, podmiotu lub podmiotów odpowiedzialnych za realizację konkretnych inicjatyw, jak również proponowane wskaźniki, za pomocą których możliwa będzie ocena stopnia realizacji wyznaczonych w ten sposób celów. Podsumowując materiał wyjściowy, który posłużył do opracowania harmonogramu, warto zauważyć, że stałym postulatem, przewijającym się przy wielu celach we wszystkich trzech sferach życia omawianych w strategii, jest kwestia sposobu dotarcia z informacjami do starszych mieszkańców Legionowa. Brak skutecznych kanałów informacyjnych i w konsekwencji pozbawianie wielu seniorów możliwości uczestnictwa w szeregu inicjatyw do nich

skierowanych, to często zgłaszany przez nich problem. Przy kolejnych analizowanych dziedzinach jednym z działań do zrealizowania jest stworzenie odpowiedniego systemu przekazywania informacji o sprawach interesujących seniorów.



Warto więc rozważyć stworzenie medium w rodzaju cyklicznie ukazującej się broszury, ewentualnie nawiązanie współpracy z lokalnymi mediami, które mogłyby cyklicznie wydawać dodatki skierowane do seniorów, w których zebrane by były wszelkiego rodzaju informacje interesujące starszych mieszkańców miasta – od kwestii oferty placówek zdrowia i ich godzin przyjęć, przez ofertę kulturalną, sportową, po zaproszenia do uczestnictwa w wydarzeniach mających charakter obywatelski: konsultacjach, spotkaniach, grupach roboczych wspierających działanie lokalnego samorządu itp. Alternatywnym rozwiązaniem może być akcja społeczna, prowadzona wspólnie przez samorząd, organizacje pozarządowe i media lokalne, mająca na celu propagowanie wśród seniorów przydatnych im informacji i zachęcanie do aktywności wszelkiego rodzaju, a tym samym nie dopuszczanie do izolacji tej grupy mieszkańców. W tym wariantcie warto poszukać, do sfinansowania akcji, sponsorów wśród przedsiębiorców, którzy kierują swoją ofertą do osób starszych.

Zdrowie i rekreacja

1. Poprawa i rozszerzenie i działań skierowanych na utrzymanie zdrowia i rozwój aktywności fizycznej legionowskich seniorów, poprzez: Zwiększenie dostępności świadczeń zdrowotnych i badań dla seniorów. W tym celu: poprawienie i zacieśnienie współpracy z placówkami medycznymi w celu lepszej organizacji przyjęć. Opracowanie miejskich programów profilaktyki zdrowotnej. Usprawnienie systemu informacji o dostępnych świadczeniach i zasadach ich udzielania. Wprowadzenie bezpłatnych badań dla starszych mieszkańców Legionowa. Stworzenie opieki geriatrycznej ukierunkowanej na poprawę diagnostyki, leczenia i rehabilitacji finansowanych przez kontrakty z NFZ, programy rządowe i programy UE. Każdego roku liczba osób przebadanych ma się równać równa 30% populacji osób powyżej 70 roku życia. Planowane jest także wybudowanie, w ciągu 5 lat od wprowadzenia strategii, szpitala miejskiego w Legionowie i objęcie w każdym roku bezpłatną pomocą szpitalną co najmniej 500 seniorów.

2. Poprawa aktywności fizycznej legionowskich seniorów, poprzez: Zwiększanie świadomości znaczenia ruchu dla zdrowia oraz stworzenie infrastruktury, pozwalającej osobom starszym na aktywność przy minimalnych nakładach finansowych,

z uwzględnieniem preferowanej przez nich formy ruchu na świeżym powietrzu oraz ograniczeń ekonomicznych (system zniżek dla osób 60+).

W tym celu planowane jest: stworzenie miejsc w rodzaju placów rekreacji ruchowej lub udostępnienie istniejących (sale gimnastyczne, taneczne, siłownie, baseny) gdzie seniorzy mogliby ćwiczyć pod okiem specjalisty przy minimalnej opłacie lub za darmo.

Wprowadzenie systemu zniżek i ulg w miejskich obiektach sportowych i ewentualnie komercyjnych, które włączą się do systemu. Stworzenie systemu ścieżek rowerowych obejmującego całe miasto, połączenie istniejących odcinków, dobudowa kolejnych ścieżek. Prowadzenie działań edukacyjnych pokazujących korzyści płynące z

prowadzenia zdrowego trybu życia, w tym z aktywności fizycznej i kulturalnej, utworzenie punktów konsultacyjnych oraz przygotowanie broszur informacyjnych dla osób starszych.

3. Stworzenie w miejskich placówkach sportowych i kulturalnych oferty spędzania czasu wolnego dedykowanej seniorom, uwzględniającej ich preferencje i możliwości oraz zapewnienie sprawnego systemu informowania ich o takich wydarzeniach. W tym:

Przygotowanie oferty zajęć i wydarzeń skierowanej do starszych mieszkańców Legionowa, obejmujących ćwiczenia, wycieczki, wykłady, spotkania, z uwzględnieniem również seniorów pracujących.



Stworzenie skutecznego systemu dystrybucji informacji o ofercie spędzania wolnego czasu dla seniorów. Zagospodarowanie okolicznych terenów zalesionych i legionowskiego jeziora dla rekreacji na świeżym powietrzu w ciągu 5 lat od wejścia w życie strategii. Organizacji imprezy inauguracyjnej.



4. Poprawa zakresu i jakości usług opiekuńczych w Legionowie poprzez zwiększenie liczby miejsc w domach dziennego pobytu, poprzez zwłaszcza: Wspieranie inicjatyw mających na celu opiekę nad seniorami, w tym klubów seniora, klubów osiedlowych rodzinnych domów pomocy społecznej. Inicjowanie działań z zakresu wolontariatu i pomocy sąsiedzkiej oraz poprawę dostępności informacji na temat usług opiekuńczych dla osób starszych w mieście. Wspieranie rozwoju istniejących

i tworzenia nowych placówek obejmujących opieką osoby starsze: kluby seniora, kluby osiedlowe, domy pomocy społecznej, centra wolontariatu, domy dziennego pobytu.

Inicjowanie działań samopomocowych, pomocy sąsiedzkiej i wsparcia dla osób starszych od wolontariuszy. Poprawa dostępności informacji na temat oferty usług opiekuńczych dla osób starszych w Legionowie i ich cen.

Sfera obywatelska

1: Zwiększenie zainteresowania ze strony seniorów sprawami publicznymi, poprzez: Stworzenie sieci wzajemnych usług – np. Bank czasu (na początku moderacja, wyłonienie liderów, nadzór). Przygotowanie warsztatów dot. form

aktywności

w organizacjach pozarządowych, grupach nieformalnych i prowadzenie kampanii informacyjnej. Wprowadzenie rocznego cyklu spotkań z tzw. „VIP-ami”, Urząd Miasta Legionowo, organizacje pozarządowe, Miejski Ośrodek Kultury. Wywieszanie informacji o działaniach i inicjatywach związanych z działaniami obywatelskimi i zachęcanie do włączenia się w ich działanie. Przygotowanie, w ciągu roku od uchwalenia strategii, publikacji zawierającej ofertę dla osób potrzebujących wsparcia. Systematyczne zamieszczanie w prasie lokalnej artykułów prezentujących dobre praktyki oraz sylwetki seniorów w akcji.



Utworzenie podstrony „Ja obywatel” lub „sfera obywatelska” na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo. Prowadzenie akcji promocyjnych i kampanii informacyjnych dotyczących działań organizacji pozarządowych: lepszy opis, aktualizacja danych na www miasta, zorganizowanie legionowskiego forum inicjatyw pozarządowych (FIP), małe granty miasta na promocję, wypracowanie form finansowania udziału organizacji pozarządowych w legionowskim FIP, promocja systemu sms (zarówno wśród mieszkańców jak i organizacji pozarządowych). Promowanie aktywności obywatelskiej seniorów poprzez zakładanie organizacji pozarządowych – szkolenia z zakładania i prowadzenia takich organizacji. Stworzenie biuletynu informacyjnego – zebranie w jednym miejscu informacji na temat dni

przyjęć, spotkań, w Urzędzie Miasta, biurach poselskich, itp. Zapraszanie seniorów na sesje Rady Miasta oraz Komisji Problemowych.

Usprawnienie systemu informacji i komunikacji (sms, biuletyny, tablice informacyjne,

„strefa seniora”, zakładka na www miasta). Informowanie o terminach konsultacji społecznych oraz publikowanie wyników konsultacji.



2. Przelamanie/zminimalizowanie niechęci do aktywności obywatelskiej

Stworzenie sieci wzajemnych usług i grup wsparcia. Wzbogacenie oferty aktywizującej legionowskich seniorów. Profilaktyka „starości” – konsultacje z psychologiem. Promocyjna akcja „nie jesteś sam” – złagodzenie przejścia z aktywności zawodowej do bierności na emeryturze. Wzmocnienie działania

Rady Seniorów. Zachęcanie seniorów do współdziałania z Radą Seniorów, Radą Miasta. Usprawnienie informacji zwrotnych – wyników konsultacji społecznych. Opisywanie pozytywnych postaw obywatelskich w biuletynie i lokalnej prasie. Zajęcia i spotkania motywacyjne „Aktywny senior”. Diagnoza barier (utworzenie mapy) – np. telefon do zgłoszeń, mail, formularz, kościoły, konsultacje społeczne.

Systematyczne usuwanie barier architektonicznych, konsultacje społeczne przy nowoprojektowanych i budowanych inwestycjach.

3. Umożliwienie seniorom działań w sferze obywatelskiej

Poprzez: Angażowanie seniorów w akcje spektakularne i nagłaśnianie w nich ich udziału oraz zwiększenie liczby publikacji na ten temat. Promowanie dobrych praktyk – aktywnych seniorów (studium przypadku – radio, Internet, biuletyn, tablice „Strefa seniora”). Dbanie o odpowiednie dla seniorów formatowanie ogłoszeń i informacji: rozmiar czcionki, prosty, zrozumiały język, wywieszane na odpowiedniej wysokości. Stworzenie sieci wzajemnych usług – wzajemne uczenie się nowoczesnych technik informacyjnych (SMS, Internet). Organizowanie kursów internetowych + bezpłatna kafejka internetowa dla seniorów. Stworzenie na stronie internetowej Miasta podstrony dla seniorów. Utworzenie dedykowanych kanałów dostępu i dystrybucji, np.

- specjalne tablice pt. „strefa seniora” – spójny system wizualizacji,
- informacje przekazywane na uniwersytecie trzeciego wieku,
- lokalne ciała konstytucyjne np. Rada Seniorów,
- instytucje, w których bywają seniorzy np. apteki, sklepy osiedlowe, kościoły, spółdzielnie mieszkaniowe, poczta, przystanki autobusowe
- lokalne media: gazeta lekarska, specjalny biuletyn informacyjny; dodatek „senior”. Poprawienie i rozpropagowanie systemu SMS (szerszy katalog kategorii informacji do wyboru przez seniorów) + akcja – logujemy się do systemu SMS. Utworzenie Centrum Aktywnego Seniora. Szkolenia dla organizacji pozarządowych. Utworzenie inkubatora dla organizacji pozarządowych.

Edukacja i kultura

Zwiększenie aktywności edukacyjnej i kulturalnej legionowskich seniorów

1. Zmiana postrzegania (percepcji) kultury: wzrost wiedzy na temat uczestnictwa w kulturze, wzmocnienie lokalnych liderów (organizacje pozarządowe, Legionowski

UTW, seniorzy - osoby indywidualne), zwiększenie możliwości czynnego uczestnictwa, decentralizacja wydarzeń (położenie nacisku na lokalność – kultura w różnych częściach miasta, zwiększenie dostępu chorym, niepełnosprawnym, dalej mieszkającym), udostępnienie sztuki w przestrzeni miejskiej, zwiększenie/rozwój stałej oferty kulturalnej, udostępnienie dedykowanej i selektywnej informacji dla seniorów, zwiększenie i ukierunkowanie kanałów dystrybucji informacji, poprzez:
Zwiększenie w mediach lokalnych informacji na temat możliwości udziału seniorów w kulturze, dobre praktyki – studium przypadku (historie aktywnych seniorów). Promocja udziału w kulturze poprzez kursy, szkolenia, warsztaty, animacje – „dotknięcie” kultury. Pokazy publiczne np. próby teatralne w parku, nagłaśnianie wydarzeń kulturalnych.



Większy nacisk na kulturę w prasie, TV, aby ludzie zaczęli komentować wydarzenia kulturę. Programy/konkursy współfinansowane przez urząd; działania organizacji pozarządowych prowadzące do stworzenia alternatywnego dla miasta obiegu kulturalnego, wyłonienia lokalnych liderów i zaangażowania ich w wolontariat. Uczenie seniorów reprezentowania swojego interesu w urzędzie i zasad pozyskiwania funduszy. Zaproszenie organizacji pozarządowych nastawionych na działania grupowe i pracę ze społecznością o charakterze edukacyjnym i kulturalnym, stworzenie platformy działań dla różnych interesariuszy. Stworzenie odrębnej strony w gazecie – darmowej broszury – programu w lokalnej TV – programu w lokalnym

radio – dla seniorów. Idealem byłoby stworzenie portalu internetowego dedykowanego seniorom, prawdziwej kawiarni internetowej ze wsparciem wolontariusza komputerowego, przesyłanie newsletterów, możliwości zapisywania się na kursy przez Internet, otrzymywanie powiadomień (SMS) o wydarzeniach w mieście. Utworzenie lokalnych ośrodków kultury o charakterze trwałym oraz prowadzenie lokalnie działań animacyjnych. Utworzenie dzielnicowych lokalnych punktów działalności kulturalnej np. przy bibliotekach, szkołach – współprowadzonych przez rozpoznawalnych miejscowych seniorów. Wystawy, zajęcia plenerowe. Utworzenie kalendarza imprez cyklicznych i ich bieżąca aktualizacja. Ulotki w miejscach najczęściej odwiedzanych przez seniorów, wolontariusze rozdający ulotki przed większymi imprezami dla seniorów z dokładnym opisem czy będzie to za darmo a, jak nie, to za ile – ulgi z ulotką dla seniora.

2. Zwiększenie udziału w kulturze legionowskich seniorów: poszerzenie/rozwój oferty kulturalnej, zwiększenie możliwości czynnego uczestnictwa, decentralizacja wydarzeń (położenie nacisku na lokalność - wydarzenia w różnych częściach miasta, zwiększenie dostępu chorym, niepełnosprawnym, dalej mieszkającym), udostępnienie sztuki w przestrzeni miejskiej, zwiększenie/rozwój stałej oferty kulturalnej, poprzez: Udostępnienie bezpłatnej oferty dla seniorów, np. przy wykorzystaniu systemu parytetowego (na każdej imprezie organizator ma zapewnić określoną liczbę, odsetek biletów za darmo dla seniorów). Utworzenie lokalnych ośrodków kultury, włączenie organizacji pozarządowych w ten proces, wyłonienie lokalnych liderów, wokół których można budować trwałe działania kulturalne, połączenia komunikacyjne. Lokalne kawiarnie kulturalne z darmową prasą i bardzo niskimi cenami kawy i herbaty, jako tańsza alternatywa ośrodków kultury, która ma szansę samofinansowania przynajmniej częściowo. Obsługa i sprzątnięcie w ramach wolontariatu. Wzmocnienie organizacji pozarządowych i LUTW w celu stworzenia lokalnych ośrodków kultury - rozwój oferty kulturalnej: koła dyskusyjne, warsztaty artystyczne, zloty kulturalne, festiwal, dostępne finansowo dla szerokiej rzeszy odbiorców. Wprowadzenie oferty

kulturalnej w całym mieście, przygotowanie oferty darmowej, propagowanie wolontariatu, bezpłatne wejściówki na imprezy, nagrody. Nawiązanie współpracy z aktywnymi kulturalnie z seniorami z innych miejscowości. Wystawy, zajęcia plenerowe, animacje najlepiej tworzone przez seniorów – organizowane przez lokalne punkty kultury przy pomocy infrastruktury Urzędu.

3. Zwiększenie dostępu do szerokiej i zróżnicowanej oferty edukacyjnej, poprzez: udostępnienie oferty krótkich kursów, dających konkretne umiejętności, udostępnienie zróżnicowanej oferty warsztatowej (np.: ogrodnictwo, nowoczesne technologie), udostępnienie oferty dla seniorów pracujących, udostępnienie oferty bezpłatnej (ulgi), zwiększenie zakresu tematycznego oferowanych zajęć edukacyjnych, przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu legionowskich seniorów. A także: Przygotowanie oferty w ramach LUTW/ punktów edukacyjnych w mieście; uruchomienie wolontariatu kompetencji. Utworzenie centrum wolontariatu. Uruchomienie w ramach LUTW lub alternatywnych rozwiązań punktów edukacyjnych rozlokowanych w kilku punktach miasta, uruchomienie większej ilości kursów darmowych (rola organizacji pozarządowych i Urzędu), usprawnienie komunikacji między punktami edukacyjnymi, uruchomienie wolontariatu kompetencji w ramach działań organizacji pozarządowych czy Urzędu (np.: edukacja prowadzona w domach indywidualnych osób, w ich warsztatach przydomowych, podczas wypraw plenerowych), Urząd powinien nawiązać współpracę z lokalnym Wojskiem, które posiada ogromne zasoby, jakie można wykorzystać przy okazji tworzenia szans edukacyjnych. Utworzenie sieci usług wzajemnych. Zajęcia weekendowe, zajęcia wieczorowe, e-learning (pod warunkiem, że seniorzy potrafią obsługiwać komputer). Można pomyśleć nad systemem zlotów, jak na studiach, raz w miesiącu weekend z edukacją. Stworzenie części oferty edukacyjnej w oparciu o wolontariat, przyłączenie się Urzędu do finansowania działań poprzez bezpośrednie opłacanie kursów, rozpisywanie i sponsorowanie konkursów na darmową ofertę edukacyjną, której nie może zaoferować LUTW. Wspieranie finansowe działań LUTW. Przygotowanie seniorów do używania komputerów i szkoleń e-learningowych.

Poszerzenie oferty LUTW i innych organizacji pozarządowych oraz mających powstać punktów edukacyjnych w mieście. Przygotowanie przez Urząd miasta oferty nieustannych i darmowych kursów komputerowych

4. Wzrost partycypacyjności legionowskich seniorów w kształtowaniu oferty edukacyjnej i kulturalnej, poprzez: zwiększenie wpływu na tematykę i organizację zajęć, uświadomienie lokalnym decydom i społeczeństwu konieczności korzystania z potencjału i zasobów osób starszych, udostępnienie dedykowanej i selektywnej informacji dla seniorów, zwiększenie i ukierunkowanie kanałów dystrybucji informacji, wzmocnienie lokalnych liderów (organizacje pozarządowe, Legionowski UTW, seniorzy - osoby indywidualne). W tym: ustalanie programu działań z szeroką rzeszą seniorów. (Nic o nas bez nas.) Stworzenie odrębnej strony w gazecie – darmowej broszury – programu w lokalnej TV – programu w lokalnym radio – dla seniorów. Ideą byłoby stworzenie portalu internetowego dedykowanego seniorom, prawdziwej kawiarni internetowej ze wsparciem wolontariusza komputerowego, przesyłanie newsletterów, możliwości zapisywania się na kursy przez Internet, otrzymywanie powiadomień o wydarzeniach w mieście.

Źródła finansowania strategii

Źródłami finansowania realizacji „Strategia działań miasta Legionowo na rzecz seniorów 60+ na lata 2015-2020” będą środki, pochodzące z:

- 1) budżetu Gminy Miejskiej Legionowo,
- 2) funduszy zewnętrznych, w tym z programów Unii Europejskiej, rządowych oraz pozarządowych,
- 3) środków własnych podmiotów realizujących zadania na rzecz seniorów,
- 4) środków pozyskanych na działania związane z realizacją strategii od sponsorów.

Mazowsze.
serce Polski

 MAZOWIECKA
KADEMIA
SENIORÓW

05-120 Legionowo
ul. J. Piłsudskiego 3
e-mail – mazowieckieprs@wp.pl
tel.: 22/774-50-80