



paRADY SENIORÓW

poradnik dla osób 60+
pragnących w gminie oraz powiecie
stworzyć zgraną i skuteczną drużynę
rad seniorów

INFORMATOR 1 / 2024

Biuro Projektu:

ul. Piłsudskiego 3 /wejście od ul. Kopernika/, 05-120 Legionowo
tel. 728 106 270

e-mail mazowieckieprs@wp.pl, www.mas.spp-nadzieja.pl

Znajdź nas na Facebooku

Biuro działa od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 – 16.00

Zespół redakcyjny:

Roman Biskupski: opracowanie Wstępu oraz artykułu „Gramy zgodnie z przepisami”

Aleksander Wąsik opracowanie artykułu „Strzelamy do jednej bramki”

Władysław Kojro opracowanie artykułu „Nabór do drużyny”

Joanna Kuczyńska opracowanie artykułu „Sparing z włodarzami”

Waldemar Siwczyński opracowanie artykułów „Początkowe treningi” i „Pierwszy gwizdek!”

Fotografie w publikacji: Freepik.com i Pixabay

Fotografia na okładce: Freepik.com

Egzemplarz bezpłatny, elektroniczny

Spis treści:

Wstęp	4
Gramy zgodnie z przepisami	5
Strzelamy do jednej bramki	9
Nabór do drużyny	13
Początkowe treningi	17
Sparing z włodarzami	20
Pierwszy gwizdek	23



Obraz Anemone123 z Pixabay

Popularność piłki nożnej, najchętniej na naszej planecie oglądanej zespołowej dyscypliny sportu, nie wzięła się znikąd. Jej stosunkowo proste zasady, w połączeniu z łatwością uprawiania, sprawiły, że futbol stał się namiętnością współczesnego świata. Moim zdaniem, zdaniem jednego z milionów kibiców, na powszechny sukces gry, której większość obowiązujących do dziś zasad spisano już w połowie XIX wieku, miało jednak wpływ coś jeszcze: jej demokratyczny charakter. Każdy, bez względu na wykształcenie, pochodzenie, czy wreszcie kondycję i warunki fizyczne, może znaleźć sobie odpowiednie miejsce na boisku. A później – w myśl zasady „jeden za wszystkich, wszyscy za jednego” – ma szansę walczyć na nim o zwycięstwo. Czemu o tym wspominam? Głównie ze względu na narzucającą się tu analogię z tworzeniem oraz funkcjonowaniem powstających w naszym kraju rad seniorów. I w grze, i we wspólnym społecznym działaniu starszych, dojrzałych mieszkańców gmin czy powiatów tak samo istotne są inicjatywa, kreatywność, przebojowość, a przede wszystkim zgodna, zespołowa praca. W pojedynku dwóch rywalizujących drużyn jej bodaj najbardziej spektakularnym zwieńczeniem są gole.

W działalności na rzecz rosnącej rzeszy osób w wieku 60+ wachlarz możliwych do osiągnięcia celów jest o wiele szerszy. Dlatego też, tworząc we własnej gminie lub powiecie radę seniorów, warto postarać się najpierw je określić, później zaś zrealizować.

Pomóc powinna w tym m.in. uważna lektura niniejszego poradnika. W możliwie przystępny sposób postaraliśmy się zawrzeć w nim wszystko to, co pozwoli zdopingowanym do społecznej aktywności senioralnym liderom sprawnie i skutecznie działać, a później wspólnie cieszyć się z rezultatów swojej pracy.

*dr Roman Biskupski,
prezes Stowarzyszenia Pomocy Potrzebującym „Nadzieja”
i przewodniczący Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie*

Zanim zacznie się coś robić, trzeba mieć wiedzę na temat obowiązujących w danej dziedzinie zasad. Muszą się z nimi zapoznać również pragnący działać seniorzy, którzy zamierzają w tworzonych przezeń radach wspólnie pracować dla siebie i rówieśników. W Polsce pierwsze ramy ich dążeniom nadała nowelizowana 11 października 2013 roku Ustawa o samorządzie gminnym, od tego momentu bardziej sprzyjająca solidarności międzypokoleniowej oraz tworząca warunki do pobudzania aktywności obywatelskiej osób starszych w społeczności lokalnej. Pozwoliła ona ludziom zacząć tworzyć w swoich miejscowościach gminne rady seniorów. Innymi słowy, dużej grupie obywateli – osobom często wciąż jeszcze dynamicznym, w sile wieku, dała realną możliwość owocnej współpracy z organami samorządu terytorialnego. **Współpracy jako członkami ciała o charakterze konsultacyjnym, inicjatywnym i doradczym.** Ciało bardzo potrzebnego, które rozproszoną dotąd i niekiedy chaotyczną aktywność rozmaitych organizacji senioralnych miało za zadanie usystematyzować oraz, mówiąc sportowym językiem, dostosować taktykę i ustawienie w gminnej strukturze do potrzeb osób w wieku 60+. Wspomniana ustawa pozwoliła im wejść z samorządowcami do akcji.

Początkowo wydawało się, że starsi mieszkańcy zrobią to powszechnie i z ochotą. Po dwóch latach od nowelizacji ustawy działało w kraju 131 rad seniorów i wciąż tworzyły się kolejne. Stopniowo jednak dynamika w tym zakresie spadła i pomimo wzrostu świadomości znaczenia i roli osób w wieku 60+ we współczesnym świecie – zaczęła zwalniać do niepokojących rozmiarów. Dość wspomnieć, że na 2477 krajowych gmin tylko w niespełna 400 utworzono dotychczas rady seniorów. Nie pora tu i nie miejsce na analizę przyczyn tego stanu rzeczy. Najistotniejszy jest bowiem fakt, że mniej więcej dekadę po zaoferowaniu seniorkom i seniorom nowych kierunków działania, ustawodawca poprawił niektóre zapisy, dając zainteresowanym jeszcze lepsze narzędzia i większe możliwości.

Zasadniczym celem nowelizacji ustawy, która weszła w życie 11 kwietnia 2023 roku, była modyfikacja obowiązujących dotąd regulacji dotyczących

gminnych rad seniorów, zmierzająca do zapewnienia większej skuteczności w ich powoływaniu oraz tworząca jednolite podstawy prawne do tworzenia rad seniorów. Tworzenia już nie tylko na podstawowym poziomie samorządu, lecz także na szczeblu powiatu i województwa. Nowelizacja wprowadziła przepis, zgodnie z którym rada gminy, rada powiatu i sejmik województwa są teraz zobowiązane do utworzenia rady seniorów, jeśli z wnioskiem wystąpi określona liczba osób.

W przypadku gmin liczących do 20 tys. mieszkańców, jeśli wystąpi o to co najmniej 50 mieszkańców tej gminy, którzy ukończyli 60 lat, zaś w gminach powyżej 20 tys. mieszkańców – co najmniej 100 mieszkańców tej gminy, którzy ukończyli 60 lat. Natomiast w powiecie do 100 tys. mieszkańców rada powstaje na wniosek co najmniej 150 jego mieszkańców powyżej 60. roku życia, a w powiatach powyżej 100 tys. osób musi go złożyć co najmniej 250 mieszkańców po sześćdziesiątce. Na rozpatrzenie takich wniosków zainteresowane samorządy mają maksimum trzy miesiące od dnia ich złożenia.

Niezależnie od inicjatywy obywatelskiej, drugą obowiązującą ścieżką prawną wiodącą do powstania lokalnej rady seniorów jest ta urzędnicza, zgodnie z którą rada gminy, powiatu lub sejmik województwa decyzję o jej powołaniu podejmują z własnej inicjatywy. I co ciekawe, jak pokazało życie, taka formuła znajdowała dotąd zastosowanie znacznie częściej. Warto przy tym pamiętać, że wniosek o powołanie rady seniorów może też zostać złożony przez podmioty działające na rzecz osób starszych, a więc np. uniwersytety trzeciego wieku lub organizacje pozarządowe. Niekoniecznie zresztą operujące wyłącznie na obszarze danej jednostki samorządu terytorialnego. Tak czy inaczej, w przeciwieństwie do grupy składającej wniosek o utworzenie rady seniorów, którą powinni tworzyć wyłącznie ludzie w wieku 60+, samo to ciało nie musi składać się tylko z ich rówieśników. Przepisy jasno pozostawiają tu możliwość uczestnictwa także osobom młodszym, reprezentującym środowiska działające dla seniorów.

Nowelizacja wskazuje, że rada gminy, powiatu lub sejmiku województwa, tworząc radę seniorów, nadaje jej statut. Ma on określić w szczególności: tryb i kryteria wyboru jej członków, zasady i tryb działania, długość kadencji, zasady wygaśnięcia mandatu i odwołania jej członków, lecz także – i tu

zaszła kluczowa dla senioralnych działaczy zmiana – zasady zwrotu kosztów poniesionych przez członków rady, w tym ich maksymalną wysokość podlegającą zwrotowi.

Przepisy przewidują bowiem, że członkowi rady seniorów za udział w posiedzeniach tej rady lub w zorganizowanym wydarzeniu, na którym reprezentuje on gminną radę seniorów, mogą na jego wniosek zostać zwrócone poniesione w związku z tym nakłady finansowe, w tym koszty przejazdu. Zwrot może być dokonany na podstawie dokumentów, w szczególności rachunków, faktur lub biletów, potwierdzających poniesione wydatki lub informacji o wysokości poniesionych kosztów przejazdu samochodem. Ponadto na urzędy gmin, powiatów oraz urząd marszałkowski nałożono obowiązek zapewnienia radom seniorów obsługi administracyjno-biurowej.

Co istotne, członkowie tych rad uzyskali też kompetencje do kierowania zapytań, na które lokalni władarze muszą już konkretnie, podejmując określone czynności, zareagować. Swoje zapytania lub wnioski seniorzy mogą kierować w formie uchwały, która powinna zawierać krótkie przedstawienie stanu faktycznego będącego jej przedmiotem oraz wynikające z tego pytania. Przyjąwszy taki dokument, wójt lub starosta, ewentualnie osoby przez nich wyznaczone, są obowiązani udzielić odpowiedzi na piśmie nie później niż w terminie 30 dni od dnia otrzymania uchwały.

Jak to w życiu bywa, nie wszędzie i co zrozumiałe, nie wszystkim znowelizowane regulacje prawne przypadły do gustu. Wątpliwości samorządowych teoretyków i praktyków budzą m.in. ofiarowane radom seniorów kompetencje kierowania do wójta, starosty lub marszałka wymagających odpowiedzi pytań, również tych wykraczających poza tematykę polityki senioralnej. Pojawyły się także zastrzeżenia wobec zapisów o obowiązku tworzenia rad seniorów na wniosek, w tym niskiego, w opinii krytyków, progu wnioskujących.

Inną kwestią jest fakt, że nowe prawa i otwierające się dzięki nim możliwości nie sprawiły, że cały kraj zalały składane przez starszych mieszkańców wnioski o utworzenie rad seniorów. Tam, gdzie działały one już wcześniej, nowelizacja ustawy tylko zdopingowała miejscowych liderów do większego wysiłku. Tam zaś, gdzie świadomość sensu pracy na rzecz senioralnej społeczności wciąż jest w powijakach, warto, a nawet trzeba zadbać o to, by jej obecni

oraz przyszli członkowie zdali sobie sprawę, że w dużej mierze toczy się właśnie decydująca gra o ich przyszłość. O to, czy przystłowiową jesień życia spędzą w przyjaznym sobie otoczeniu i przy zachowaniu społecznej aktywności, czy też – pozostając całkowicie biernymi – dobrowolnie pozbawią się wpływu na istotne dla seniorów sprawy.



Podobnie jak to bywa na piłkarskim boisku, o skuteczności akcji – i w defensywie, i w ataku – decyduje bardzo wiele czynników. W działalności każdej rady seniorów jest podobnie. Liczy się wszystko: począwszy od wiedzy, zapatu czy doświadczenia jej członków, poprzez dotychczasowe (formalne i nieformalne) kontakty z lokalnymi decydentami oraz innymi dysponentami możliwych do zdobycia funduszy, aż po zwyczajny łut szczęścia, który także w pracy społecznej bywa na wagę złota. W praktyce to, jak działa określona rada seniorów, czym się zajmuje i jakie są tego efekty, jest zatem wypadkową postawy władz i administracji samorządowej oraz potencjału samych członków rady i otoczenia, w którym ona funkcjonuje. Są gminy, gdzie realizowanie kolejnych inicjatyw idzie im gładko, w innych zaś jak po grudzie. Nie ulega jednak wątpliwości, że nawet gdy senioralny głos jest początkowo słabo słyszalny, z czasem do wójta albo starosty on dotrze. Im więcej rada seniorów zgromadzi wokół siebie potencjalnych beneficjentów swych działań, tym szybciej samorządowcy będą musieli je podjąć. Choćby nawet z czysto politycznej kalkulacji, chodzi bowiem przecież o grupę społeczną, której liczebność od lat rośnie i ta tendencja prędko się zapewne nie odwróci.

Większość wójtów, burmistrzów albo starostów – zamiast spotykać się i rozmawiać o potrzebach każdego człowieka czy organizacji z osobna – woli mieć do czynienia z ich mniej lub bardziej sformalizowaną reprezentacją, wyraźnie mówiącą głosem mieszkańców po sześćdziesiątce. W wielu samorządach stanowią ją właśnie lokalne rady seniorów, które zazwyczaj przychodzą do ratusza z gotowymi, uzgodnionymi wcześniej pomysłami lub postulatami.

Mając świadomość, że zgodnie stoją za nimi członkowie społeczności stanowiącej przeciętnie około jednej czwartej mieszkańców gminy, jej władze muszą takie inicjatywy potraktować poważnie. I zrobić wszystko, aby przy udziale inicjatorów szybko je urzeczywistnić. Co wcale nie byłoby takie pewne, gdyby o przychyłność decydentów z miejscowego samorządu interesanci starali się w pojedynkę. Generalnie rzecz biorąc, na linii seniorzy – władza warto rozmawiać. Tym bardziej, że naprawdę jest o czym.

Gdyby wypunktować główne zadania stojące przed każdą radą seniorów, ich lista wyglądać mogłaby następująco:

- 1) współtworzenie głównych kierunków lokalnej polityki senioralnej;**
- 2) proponowanie nowych rozwiązań oraz inicjowanie zmian na rzecz środowiska seniorów;**
- 3) wyrażanie opinii o projekcie strategii rozwoju gminy/powiatu w zakresie interesującym seniorów;**
- 4) podejmowanie działań zmierzających do zwiększenia ich zaangażowania obywatelskiego w życiu publicznym i społecznym;**
- 5) konsultowanie oraz opiniowanie rządowych i regionalnych projektów aktów prawnych dotyczących seniorów lub mogących mieć wpływ na ich sytuację;**
- 6) promowanie zdrowego stylu życia i podejmowanie działań służących zmianie obrazu starości i starzenia się;**
- 7) wspieranie rozwoju podmiotów działających na rzecz seniorów;**
- 8) dążenie do umocnienia międzypokoleniowych więzi społecznych.**

Jak widać, rada seniorów może i powinna być dla władz samorządowych merytorycznym partnerem wyrażającym ważne opinie w przedkładanych jej sprawach, istotnych z punktu widzenia funkcjonowania seniorów w społeczności lokalnej. Z korzyścią dla obu stron. Członkowie rad, co zrozumiałe, często mają w tych kwestiach wiele do powiedzenia. Należy jednak pamiętać, że ich oficjalne stanowisko nie ma mocy wiążącej, tak więc ostateczna decyzja zawsze należy do właściwych organów gminy. Pełniąc funkcję doradczą, rada seniorów może np. sugerować im korekty bądź formułować własne propozycje konkretnych rozwiązań. Jest to tym bardziej istotne, gdyż jak pokazuje życie, jedną z najpowszechniejszych bieżących form pracy rad seniorów są regularne dyżury ich członków, podczas których mieszkańcy gminy mają możliwość zgłaszania dostrzeżonych problemów oraz formułowania wniosków i propozycji podjęcia określonych działań. Mają możliwość i często z niej korzystają. Z nadzieją, że za pośrednictwem rady uzasadnionym postulatam zostanie nadany dalszy bieg. Taki oddolny głos może również mieć formę inicjatywy mającej na celu zainspirowanie lokalnych władz do podjęcia określonych działań z myślą o podniesieniu jakości życia osób starszych.

Istnieją samorządy, w których rady seniorów wypracowały sobie silną pozycję i udaje im się krok po kroku realizować cele, które przed sobą postawiły. Są też jednak i takie, których członków przepełniają frustracja oraz poczucie bezsilności. Przez co, mówiąc wprost, nikomu, nawet swoim rówieśnikom, czują się oni niepotrzebni. Powody takiego stanu rzeczy bywają rozmaite. Jednym z ważniejszych, a rzadko branych pod uwagę, jest niedostateczna promocja działań rady i szerzej, całej polityki senioralnej. Jasne, dobry marketing wymaga planowania oraz pracy nad treścią i formą działań czy też materiałów promocyjnych. Angażuje więc czas i środki. Taki wysiłek warto jednak poczynić, gdyż on po prostu się opłaca.

Weźmy choćby **obecność w lokalnych mediach**. Jeśli tematyka senioralna jest w nich regularnie poruszana, samorządowcy siłą rzeczy traktują reprezentację tego środowiska jako ważnego partnera do rozmów i negocjacji. Inną korzyścią jest fakt, że lokalna społeczność ma świadomość istnienia i kompetencji rady seniorów, co przekłada się na późniejsze zgłaszanie jej swoich problemów czy inicjatyw. Tak więc **w przypadku polityki senioralnej działania promocyjne są nie tyle celem, co środkiem do załatwiania dotyczących jej spraw**. Takim, który zwłaszcza w epoce błyskawicznego przepływu informacji działa zazwyczaj szybko i skutecznie.



Znając na wylot potrzeby oraz oczekiwania seniorów, ich gminna czy powiatowa rada nie może brać tego tylko na siebie. Dbając o relacje z samorządem, powinna równocześnie współpracować z podmiotami zewnętrznymi, co umożliwi jej m.in. uzyskiwanie aktualnych informacji na temat zasobów i możliwości tkwiących w środowisku lokalnym, w którym działa. Wiele dobrego może przynieść ścisła kooperacja z miejscowymi organizacjami pozarządowymi. Często-
kroć są one mocno zakorzenione na danym, z reguły niezbyt rozległym terenie, a ich członkowie dysponują dużą wiedzą praktyczną na temat pozyskiwania środków zewnętrznych i późniejszego, zgodnego z wymaganiami darczyńcy, ich wydawania. Ponadto umiejętne prowadzenie komunikacji zewnętrznej jest świetną okazją do nawiązania trwałych relacji, owocujących później wspólnym organizowaniem różnego rodzaju imprez i wydarzeń, opracowaniem kierunków i priorytetów działań na rzecz seniorów czy też wdrożeniem metod bieżącej aktualizacji informacji na temat pracy poszczególnych, funkcjonujących z myślą o nich podmiotów.

Im większą i gęstszą siecią pożytecznych kontaktów otoczą się senioralni radni, tym łatwiej im później będzie zamieniać swoje pomysły na konkrety. Dzięki stałym relacjom z lokalnymi władzami reprezentująca interesy starszych mieszkańców rada będzie pomocna w przepływie istotnych dla obu stron treści. W gminach, gdzie działają inne organizacje i instytucje zrzeszające seniorów, może ona stać się platformą współpracy dla całego środowiska senioralnego, a tam, gdzie takich podmiotów brakuje, ma szansę zainicjować ich powołanie i rozwój. Co więcej, dzięki utworzeniu w gminie czy powiecie rady seniorów samorządowcy mogą sprawniej wykonywać zadania w zakresie polityki senioralnej, sprzyjając zarazem solidarności międzypokoleniowej i tworząc warunki do pobudzania aktywności obywatelskiej osób starszych. Aktywności, która w przypadku połączenia sił oraz głośnego mówienia jednym senioralnym głosem, raczej prędzej niż później powinna całemu środowisku przynieść nieocenioną korzyść.

NABÓR DO DRUŻYNY

Jak zabrać się do tworzenia lokalnej rady seniorów? Im wcześniej, tym lepiej! Działania lobbujące na rzecz nowego gremium dobrze jest rozpocząć jeszcze przed złożeniem wniosku. Pomocne mogą tu być spotkania z przedstawicielami lokalnych władz, organizowanie publicznych debat z udziałem wóldarzy i mieszkańców, czy też składanie petycji. Dodatkowo warto prowadzić kampanię wśród mieszkańców, lokalnych organizacji oraz instytucji działających na rzecz seniorów. Budując poparcie dla pomysłu stworzenia ich rady, należy skontaktować się z lokalnymi organizacjami i instytucjami pracującymi z myślą o tym środowisku. A mieszkańcom i mieszkańcom gminy lub powiatu, zwłaszcza starszym, trzeba pokazać korzyści, jakie mogą płynąć z powstania takiego ciała doradczego. **Seniorzy powinni wiedzieć, co to jest rada seniorów, dlaczego warto ją powołać i czym będzie się ona zajmować. Te informacje zachęcą ich również do udziału w wyborach do rady, zarówno w roli wyborców, jak i kandydatów.**

Nie ma oczywiście jednej recepty na stworzenie dobrze funkcjonującej rady seniorów. Ścieżka postępowania powinna zależeć od potencjału gminy i powiatu, ich obszaru, położenia, struktury, wielkości i aktywności środowiska senioralnego, a także otwartości na istnienie takiego organu ze strony władz samorządowych. Jeśli więc to nie od nich wyjdzie propozycja powołania rady, seniorzy muszą zrobić to sami. I tu **potrzebni są zaangażowani liderzy, którzy działając razem, stworzą grupę inicjatywną.** Często zresztą związaną z jakąś organizacją pozarządową lub instytucją działającą na terenie gminy, skupioną na integrowaniu różnych środowisk oraz konstruktywnym dialogu z władzą. Jak wcześniej wspomniano, samorządowcy mogą powołać gminną radę seniorów na wniosek „zainteresowanych środowisk”, nie muszą to być jednak wyłącznie osoby, które ukończyły 60. rok życia. W grę wchodzi również przedstawicielki i przedstawiciele organizacji działających na rzecz osób starszych. A skoro już mowa o wniosku, dobrze wiedzieć, jak on powinien wyglądać.

PRZYKŁADOWY WZÓR WNIOSKU O UTWORZENIE GMINNEJ RADY SENIORÓW

WNIOSEK

o utworzenie Gminnej Rady Seniorów w Starszakowie

Działając na podstawie przepisu art. 5c ust. 2 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym, wnioskodawcy: Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Starszakowie, Klub Seniora „Aktywny Senior” w Starszakowie i Fundacja Rozwoju Starszakowa przedkładają wniosek o utworzenie Gminnej Rady Seniorów w Starszakowie.

UZASADNIENIE

(Poniżej wskazane są przykładowe elementy, jakie może zawierać uzasadnienie)

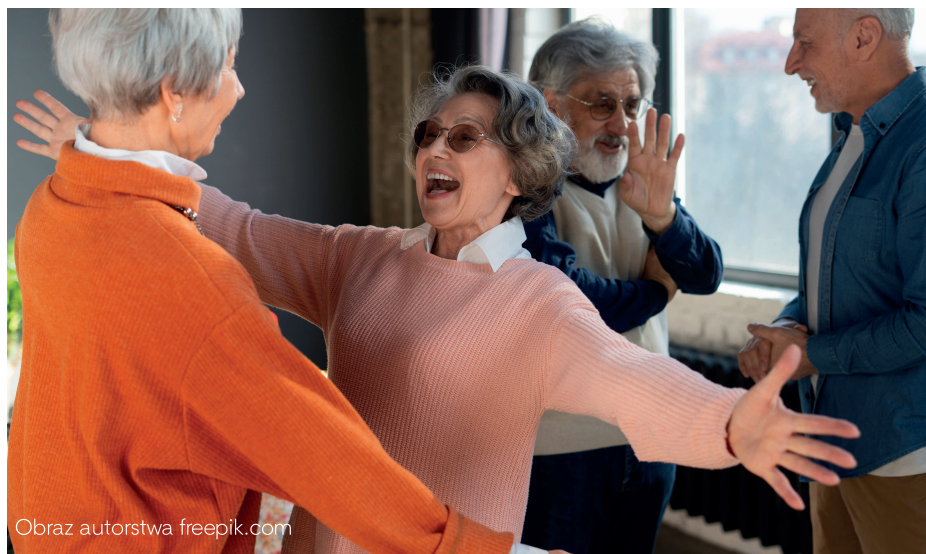
1. Wskazanie podstawy prawnej wniosku - przytoczenie treści art. 5c Ustawy o samorządzie gminnym.
 2. Opisanie sytuacji demograficznej w danej gminie (regionie/kraju).
 3. Wskazanie przykładowych elementów polityki senioralnej na szczeblu centralnym (np. przyjęcie przez Radę Ministrów tzw. Pakietu dla seniorów, Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych oraz Programu „Solidarność pokoleń - działania dla zwiększenia aktywności zawodowej osób w wieku 50+”; utworzenie i działalność Parlamentarnych Zespołów ds. Osób Starszych i ds. Uniwersytetów Trzeciego Wieku oraz Komisji ds. Polityki Senioralnej; utworzenie przez Ministra Pracy i Polityki Społecznej Rady ds. Polityki Senioralnej oraz Departamentu Polityki Senioralnej).
 4. Przedstawienie poszczególnych etapów tworzenia lokalnej rady seniorów.
 5. Podpisy wnioskodawców.
- Wykaz załączników.

Wniosek o utworzenie gminnej rady seniorów powinien być formalnie skierowany do przewodniczącego rady gminy. Praktyka wskazuje jednak, że warto równocześnie przekazać go na ręce stosownego wójta, burmistrza lub prezydenta. Niezależnie od tego, po złożeniu właściwie sporządzonego wniosku o powołanie senioralnej rady należy aktywnie śledzić jego dalsze losy, uczestnicząc w sesjach rady gminy czy powiatu oraz posiedzeniach komisji. Dzięki temu można monitorować m.in. proces tworzenia statutu i konsultować jego zawartość, zgłaszając uwagi oraz przedstawiając argumenty na rzecz konkretnych zapisów.

O ile powyższy wniosek jedynie anonsuje wejście seniorów do gry, statut nowej rady wskazuje, na jakich zasadach powinna się ona toczyć. Jego szczegółowe brzmienie opracowywane jest na ogół w dialogu między członkami grupy inicjatywnej i władzami gminy. **Statut musi być dopasowany do specyfiki danej gminy, choćby w kwestii ordynacji wyborczej, tematyki działań czy organizacji pracy. Ważne, by w konstruowaniu jego zawartości uczestniczyli nie tylko członkowie grupy inicjatywnej, lecz także inni reprezentanci i członkowie środowiska spod znaku „trzeciego wieku”.** Kształt statutu można skonsultować podczas organizowanych w tym celu spotkań, za pośrednictwem Internetu, skrzynki kontaktowej w urzędzie lub w inny sposób. Warto też (a nawet jest to zalecane) sięgnąć przy tworzeniu statutu do doświadczeń działających już rad seniorów, wykorzystując część zawartych tam zapisów, które najbardziej pasują do realiów danej gminy czy powiatu.

Przypomnijmy, statut gminnej lub powiatowej rady seniorów powinien zawierać m.in.

- 1) tryb i kryteria wyboru jej członków,**
 - 2) zasady i tryb jej działania,**
 - 3) długość jej kadencji, z tym że nie może trwać ona dłużej niż kadencja rady gminy, na terenie której funkcjonuje ta rada,**
 - 4) zasady wygaśnięcia mandatu i odwołania jej członków.**
- Powinny w nim też być opisane tak kluczowe kwestie, jak to, kim jest senior, główne oraz szczegółowe cele rady seniorów, jej sposób podejmowania decyzji, prawa i obowiązki członków tego ciała, a także model jego współpracy z organami samorządowymi.**



Przed uchwaleniem statutu powinien trafić do radcy prawnego lub do odpowiedniej komisji rady gminy czy powiatu. Pojawiają się wówczas niekiedy propozycje zmian, które trzeba znów omówić, a czasem skonsultować. Dlatego też grupa inicjująca powstanie rady seniorów musi stale monitorować postępy w pracach nad statutem. Zdarzają się bowiem przypadki, kiedy na tym etapie strona samorządowa proponuje zmiany, które dla zainteresowanych są nie do przyjęcia. A takich pozornie drobnych, acz brzemiennych w skutkach zapisów, tuż przed jej oficjalnym powołaniem w uchwale odpowiednich organów gminy lub powiatu, senioralna rada powinna unikać.

Co do jej personalnego składu, ustala się go zwykle – przynajmniej częściowo – w drodze wyborów, ale zdarza się i tak, że kilkoro członków tego ciała wskazują wójt, burmistrz, prezydent czy starosta lub czynią to bezpośrednio rady gminy albo powiatu. Zależnie od potrzeb danej społeczności, zdecydować można się na wybory powszechne wśród seniorów z danej gminy (opcjonalnie z podziałem na okręgi wyborcze), wybór delegatów z organizacji pracujących dla seniorów, wybory na organizowanych w tym celu zebraniach oraz wszelkie modele mieszane łączące któreś z powyższych. Najważniejsze jest jednak to, aby do rady weszły osoby, które naprawdę chcą, a przy tym potrafią działać dla dobra senioralnej społeczności. Bo tylko wtedy jest gwarancja, że po upływie kadencji nie zejść z tego wolontariackiego boiska pokonani.

Tuż po jej ukonstytuowaniu, nawet jeśli członkowie nowej rady seniorów dobrze się znają i przy innych okazjach współpracowali już wcześniej, praca może im się jeszcze nie kleić. To normalne. Dlatego w trakcie organizacyjnego rozruchu należy skupić się na kwestiach podstawowych: ustaleniu częstotliwości spotkań członków oraz prezydium rady, a także zasad ich dokumentowania, podziale zadań i funkcji, czy też na odpowiednim przygotowaniu zapewnionego przez gminę lokum. Ważne jest również, aby na początku współpracy członkowie rady uzgodnili wygodną dla każdego formę kontaktu. Najlepiej oprzeć ją na Internecie. Takie rozwiązanie zdecydowanie przyspiesza komunikację i sprawia, że wszyscy są regularnie informowani o tym, co dzieje się w radzie. Ci z seniorów, którzy nie mają e-maila lub nie korzystają z komputera, powinni być informowani telefonicznie, np. eśemesem. Dobrze jest też wyznaczyć osobę odpowiedzialną za przekazywanie informacji. Wszystko po to, aby później można już było skupić się na realizacji głównych, przypisanych radzie seniorów zadań.

Ich zakres, wbrew pozorom, bywa dość szeroki. Może on, przypomnijmy, obejmować np. opiniowanie aktów prawa miejscowego dotyczącego najstarszych mieszkańców, upowszechnianie i promowanie współpracy władz samorządowych z podmiotami działającymi z myślą o seniorach, inicjowanie działań na rzecz osób starszych, w tym przedsięwzięć zmierzających do ich integracji społecznej, opiniowanie i konsultowanie spraw dotyczących sytuacji seniorów, podejmowanie działań w zakresie przełamywania stereotypów na temat starości, dążenie do umacniania międzypokoleniowych więzi społecznych, wspieranie różnych form aktywności osób starszych, a także monitorowanie potrzeb seniorów zamieszkających na terenie gminy.

Rady posiadają możliwość wnioskowania o konkretne rozwiązania, najczęściej w zakresie ochrony zdrowia czy też podniesienia aktywności fizycznej i jakości życia. Aktualne dane, a także znajomość potrzeb seniorów są również przydatne przy tworzeniu dokumentów strategicznych, w rodzaju programu polityki na rzecz osób starszych czy też strategii rozwiązywania problemów

społecznych. W postawieniu właściwej diagnozy potrzeb pomogą „trzecio-wiekowym” aktywistom m.in. badanie ankietowe wśród swoich rówieśników oraz spacerzy badawcze, podczas których seniorzy wskazują na utrudniające im życie bariery infrastrukturalne. Stąd zaś wiedzie już prosta droga do przetworze-nia wynikających z tych działań wniosków w odpowiednio sformułowane petycje do władz lokalnych, mogące też przybrać postać uchwał głosowanych następnie na forum rady gminy lub powiatu.

Według Ustawy o samorządzie gminnym rady seniorów pełnią, jak wspo-mniano, trzy funkcje: konsultacyjną, opiniodawczą i inicjatywną. W praktyce ta ostatnia podejmowana jest najczęściej. Gorzej z aktywnością konsultacyjną i opiniodawczą, ponieważ seniorom z reguły trudno jest włączać się do dialogu z władzą. Wiele tu zależy od przychylności lokalnych samorządowców. Ale na-wet jeśli ich otwartość na potrzeby seniorów jest ograniczona, trzeba uparcie dopominać się o swoje. **Obok występowania z inicjatywami na rzecz senio-rów, ich rady mogą i powinny bowiem wpływać również na to, by działania gminy były planowane i przeprowadzane z uwzględnieniem oczekiwań tej grupy, podpowiadać swoje sugestie i reagować oporem, gdy zamierzenia władzy stoją w konflikcie z dobrem seniorów.**

Aby ich głos był silny, silna też – swoją jednością – powinna być senioralna rada. Od początku jej liderzy muszą więc zadbać o właściwą komunikację wewnętrzną, stanowiącą jeden z kluczowych elementów determinujących sukces każdego zespołu. Wpływa ona na zaangażowanie jego członków, motywuje do działania, a także sprawia, że ludzie czują się bardziej związani ze swoją grupą. Jeśli potrafią dobrze komunikować się ze sobą, współpraca przebiega sprawnie i nawet gdy po drodze pojawią się nieporozumienia lub konflikty, nie wpływa to znacząco na ich pracę. **Dlatego właśnie każdy z członków musi czuć się ważny, a jego głos powinien być nie tylko wysłu-chany, lecz także, w miarę możliwości, brany pod uwagę.** Warto też, aby wszyscy mieli przypisane konkretne, nawet stosunkowo niewielkie zadania, np. kontakty z lokalnymi placówkami oświatowymi lub sporządzanie spra-wozdań z działalności rady. Pomaga to bowiem w większym zaangażowaniu i poczuciu bycia ważnym ogniwem senioralnego teamu. Tyleż atrakcyjnym, co skutecznym spoiwem są też spotkania integracyjne, w trakcie któ-rych można świętować osiągnięte w społecznej pracy sukcesy. To ułatwia wyzwolenie dodatkowej energii i wzmocnienie w radzie poczucia wspólnoty.

Kiedy już jej członkowie wdrożą się w nowe obowiązki, powinni pomyśleć o wprowadzeniu swoich cyklicznych, wspólnych dyżurów, podczas których mogliby spotykać się z mieszkańcami pragnącymi zainteresować radę jakąś sprawą. Z czasem warto też zaplanować uczestnictwo w szkoleniach, konferencjach czy rozmaitych świętach, pozwalających – za jednym zamachem – poszerzać i własną wiedzę, i kontakty. A jeśli rada wystarczająco okrzepnie i dobrze poczuje się w statutowych ramach, śmiało może zacząć wzbogacać swoją aktywność o kolejne elementy, np. opracowanie planu pracy rady na rok i/lub całą kadencję, prowadzenie okresowej oceny jego wykonania, podział członków na zespoły tematyczne, czy też zapraszanie do współpracy ekspertów wspierających funkcjonowanie rady. Im większa i zasobniejsza w skutecznych działaczy będzie senioralna drużyna, tym szybciej osiągnie zamierzone cele. I tym więcej przy okazji zyska sobie w rówieśniczym gronie zwolenników.



Każda rada seniorów, choćby nie wiadomo jak była samodzielna i chętna do działania, jest niejako skazana na współpracę z lokalną władzą. I nie stanowi to bynajmniej żadnej kary czy ograniczenia, lecz usankcjonowaną prawem szansę, z której można i warto skorzystać. Jasno mówi o tym m.in. uzasadnienie do ustawy wprowadzającej w Ustawie o samorządzie gminnym przypis o tworzeniu rad seniorów: *„Rady te będą reprezentować interesy i potrzeby starszych mieszkańców wobec władz samorządowych i brać udział w formułowaniu oraz przekazywaniu opinii i stanowisk dotyczących nie tylko strategicznych, ale i bieżących planów rozwoju gminy. Będzie to praktyczna realizacja postulatu zwanego prawem do miasta, tj. prawa mieszkańców, także osób starszych, do współdecydowania o tym, jak gmina ma funkcjonować, wyglądać, czemu służyć, na jakie programy i inwestycje wydawać środki budżetowe”*.

Owa realizacja powinna opierać się na trzech wspomnianych wcześniej fundamentach funkcjonowania senioralnej rady, trzech jej głównych rolach: konsultacyjnej, inicjatywnej i doradczej. Tu właśnie jest miejsce na wyrażanie opinii dotyczących działań ważnych z punktu widzenia seniorów, realizowanych przez władze samorządowe czy przygotowywanych przez nią dokumentów, udzielanie porad w pewnych sprawach czy też wskazywanie określonych rozwiązań i sposobów postępowania, a także na występowanie z pomysłami nowych działań, mających na celu poprawę jakości życia seniorów. Aby to wszystko ich reprezentantom się udało, ścisła współpraca rady seniorów z przedstawicielami władzy uchwałodawczej i wykonawczej w samorządzie jest bezwzględną koniecznością. Inaczej zapal oraz potencjał wybranych do niej osób najprawdopodobniej stosunkowo szybko zostaną wyczerpane i zmarnowane.

Owszem, byli, są i będą lokalni włodarze, którzy takiego dodatkowego partnera mogą traktować jak piąte koło u wozu, tylko pozorując branie jego opinii pod uwagę. Albo przypominając sobie o nim dopiero przed kolejnymi wyborami. Wiele tu zależy od składu rady, a dokładniej rzecz ujmując,

od społecznej pozycji oraz osobistych kontaktów jej członków. Znajomości, wiadomo, przydają się zawsze i wszędzie. Niezależnie jednak od nich, mądry samorządowiec ceni sobie podpowiedzi senioralnych aktywistów, ponieważ zyskuje dzięki nim wiedzę o realnych potrzebach swoich starszych mieszkańców. To potencjał, który – jeżeli umiejętnie się go wykorzysta – może posłużyć zarówno mieszkańcom, którzy otrzymają to, co jest im potrzebne w codziennym życiu, jak i samej władzy, która w systemie demokratycznym musi mieć przede wszystkim mandat obywateli.

Jeżeli chodzi o szczegóły senioralno-samorządowej współpracy, **należy możliwie szybko po ukonstytuowaniu się rady nakłonić lokalnych władarzy do określenia trybu i zasad prowadzenia konsultacji z jej przedstawicielami.** Powinny być one zawarte w odpowiednich dokumentach, np. regulaminie organizacyjnym urzędu gminy czy starostwa. Bo wówczas każda ze stron będzie to miała czarno na białym, a regularne kontakty staną się dla nich codzienną praktyką. Seniorzy powinni też zadbać o łatwy dostęp do projektów uchwał danego samorządu, aby możliwie na najwcześniejszym etapie móc opiniować akty prawne dotyczące spraw istotnych dla tej grupy społecznej. Pozwoli to jej reprezentantom aktywnie współtworzyć kluczowe dla jej funkcjonowania dokumenty, dotyczące strategii, programów albo lokalnych inwestycji.



Co zrozumiałe, musi to działać również w drugą stronę, to znaczy jasno należy określić zasady pracy nad projektami uchwał, których inicjatorem będzie rada seniorów. Jej przedstawiciele powinni być włączeni w sporządzanie takich dokumentów na najważniejszych etapach, a więc w trakcie ich przygotowywania w urzędzie czy też pracy w komisjach rady gminy lub powiatu.

W wielu samorządach praktykuje się wysyłanie zaproszeń na sesje osobom, które na ich terenie pełnią ważne funkcje publiczne. Warto dopilnować, aby na takiej liście znalazł się także przewodniczący miejscowej rady seniorów. Dotyczy to również zaproszeń na posiedzenia poszczególnych komisji, zwłaszcza gdy planuje się poruszanie na nich tematów istotnych dla seniorów. No i oczywiście możliwości zabierania tam przez nich głosu. Ze swej strony rada seniorów powinna rewanżować się samorządowcom tym samym, zapraszając ich przedstawicieli na swoje cykliczne spotkania. Z reguły są one mniej od zebrań rady gminy formalne, przez co dają więcej możliwości do dogłębnego omówienia istotnych lub też spornych kwestii. Mogą seniorów odwiedzać wójt, burmistrz czy starosta, może to być też wyznaczony przez nich koordynator, będący łącznikiem pomiędzy radą seniorów a władzami.

Co do spraw stricte praktycznych, przyda się senioralnej radzie wyznaczona w urzędzie komórka odpowiedzialna za jej obsługę administracyjną. Zajmie się ona m.in. umieszczaniem informacji na stronie internetowej, rezerwacją sal oraz obsługą korespondencji. Umożliwi też członkom rady dostęp do podstawowych sprzętów usprawniających jej codzienne funkcjonowanie, takich jak telefon, kserokopiarka, drukarka i wreszcie komputer z dostępem do Internetu. Jeśli rada nie dysponuje własnym lokum, samorządowcy powinni też zapewnić jej jakieś pomieszczenie w siedzibie urzędu lub jego jednostki organizacyjnej, aby w przyzwoitych warunkach mogła realizować cele, dla jakich została powołana.

Reasumując, skuteczność rady seniorów jest ściśle związana z umiejętnością współpracy z lokalną władzą. To cenna, niosąca wymierne profity zdolność, na którą składają się przede wszystkim wiedza, doświadczenia, a także zaangażowanie liderów „trzeciowiekowej” społeczności. Podobnie jak ma to miejsce w grach zespołowych, także w senioralno-samorządowej drużynie należy dobrze zaplanować każdą akcję, a później – będąc cierpliwym i konsekwentnym – starać się skutecznie, z korzyścią dla wszystkich ją zakończyć.

Kiedy lokalna rada seniorów jest już gotowa do działania, jej członkowie powinni mieć również mniej lub bardziej sprecyzowane pomysły na przyszłe aktywności. Muszą wiedzieć, czy chcą skupić się na inicjatywach, które wpłyną na jakość życia osób starszych teraz, ewentualnie w dalszej przyszłości, takich jak np. samorządowe programy polityki senioralnej, projekty dające zniżki w punktach usługowych, projekty tworzenia domów opieki i rozwoju uniwersytetów trzeciego wieku, czy raczej wołać postawić na działania mające innego typu wpływ na jakość życia seniorów. Choćby programy współpracy z organizacjami pozarządowymi, projekty przeciwdziałania wykluczeniu cyfrowemu czy też inwestycje w małą infrastrukturę, ułatwiające osobom starszym poruszanie się po swojej miejscowości.

Niezależnie od wybranych priorytetów, senioralni radni na bieżąco powinni przekazywać miejscowym samorządowcom uwagi i sugestie dotyczące funkcjonowania gminy, a także zgłaszać im własne pomysły na działania dla osób starszych, poszerzając w ten sposób perspektywę władz o potrzeby często dotąd pomijanego pokolenia 60+. **Warto oprzeć te sygnały na dokonanej wcześniej diagnozie sytuacji w gminie, jej mocnych i słabych stronach oraz tego, co da się na jej terenie – w kontekście celów działalności rady seniorów – poprawić.** A kiedy już się to robi, trzeba po prostu wcześniejsze plany zacząć zamieniać na rzeczywistość. Pamiętając jednak o tym, że aby rada seniorów była skuteczna, musi ona ściśle opierać się na przepisach prawa i mieć w swoim składzie odpowiednich ludzi – aktywnych reprezentantów różnych kategorii osób starszych, którzy potrafią dobrze współpracować ze sobą, z władzą oraz ze środowiskiem lokalnym.

Przygotowując swój plan pracy, początkująca rada seniorów nie powinna mieć oporów przed korzystaniem z dokonań bardziej doświadczonych ciał tego typu. Wręcz przeciwnie, należy czerpać z ich pomysłów i praktyk, bo w ten sposób szybciej i w większym zakresie da się osiągnąć we własnych poczynaniach sukcesy.

Czego owe działania mogą konkretnie dotyczyć? Za cel warto sobie wziąć na przykład:

- *uwrażliwienie seniorów na sytuacje, w których mogą stać się ofiarami przestępstwa i przekazanie informacji, jak postępować w przypadku zagrożenia – czy to w ruchu drogowym, w finansach, czy też w innych sferach życia,*
- *podniesienie poziomu świadomości osób starszych w zakresie praw konsumenckich oraz sposobu ich ochrony przed oszustami i naciągaczami oferującymi „atrakcyjne” przedmioty lub usługi,*
- *uświadomienie seniorom konieczności dbania o siebie, a nie tylko o swoją rodzinę,*
- *warsztaty kulinarne, edukacyjne i rękodzielnicze,*
- *podjęcie działań na rzecz utworzenia oraz promocji gminnej Karty Seniora, umożliwiającej niezamożnym emerytom korzystanie z towarów i usług w niższych cenach, lecz także pobudzającej lokalny rynek poprzez zapewnienie przedsiębiorcom nowej grupy klientów, którzy w innym przypadku raczej nigdy nie skorzystaliby z ich usług.*



A oto przykłady projektów zrealizowanych dzięki współpracy działających w Polsce rad seniorów z lokalną władzą:

- **Koperta życia** – karta pomagająca szybciej podjąć akcję ratującą zdrowie lub życie osoby starszej, zawierająca informacje o jej stanie zdrowia i o przyjmowanych lekach.
- **Złota rączka** – finansowane z budżetu gminy drobne usługi naprawcze dla osób starszych, które nie są w stanie wykonać ich samodzielnie,
- **Taksówka dla seniora** – całkowita lub częściowa refundacja dojazdu do miejsc usług publicznych.
- **Wolontariat sąsiedzki** – współpraca międzypokoleniowa polegająca na pomaganiu przez młodych ludzi osobom starszym w prostych zadaniach domowych, które są dla nich dużym wyzwaniem.
- **Przystanki przyjazne osobom starszym** – wymiana rozkładów jazdy transportu publicznego na takie z powiększoną czcionką oraz planowanie infrastruktury przystanków tak, aby była ona przyjazna osobom starszym.
- **Telefon dla seniora** – urzędowa linia telefoniczna dedykowana dla osób starszych, ułatwiająca im kontakt z instytucjami publicznymi.
- **Mobilna biblioteka dla seniorów** – usługa polegająca na objazdowym wypożyczaniu książek po wcześniejszym kontakcie z biblioteką.
- **Koperta wysyłana zainteresowanym seniorom i seniorkom**, zawierająca informacje dla osób starszych dotyczące wielu dziedzin: od wydarzeń kulturalnych i edukacyjnych, po profilaktykę zdrowotną.

Jak zatem widać, paleta pomysłów i działań jest bardzo szeroka, ograniczona jedynie wyobraźnią senioralnych działaczy oraz, co oczywiste, finansowymi tudzież organizacyjnymi możliwościami realizacji proponowanych inicjatyw. Niezależnie jednak od tego, **stale należy mieć na uwadze obszary tematyczne, którymi rada powinna zajmować się na bieżąco.** Chodzi tu głównie o opiniowanie i konsultowanie spraw i aktów prawa miejscowego dotyczących sytuacji seniorów i siostr, przedstawianie propozycji w tym zakresie, wspieranie różnych form ich aktywności, dążenie do umacniania międzypokoleniowych więzi społecznych, monitorowanie potrzeb osób starszych zamieszkujących na terenie gminy, podejmowanie działań w zakresie przełamywania stereotypów na temat starości oraz seniorów i siostr, a także budowanie ich autorytetu i pozytywnego wizerunku.

A skoro już o nim mowa, musi o niego zadbać także każda rada seniorów. Musi, bo właściwa promocja jej działalności szybko przyniesie owoce w postaci konkretnych osiągnięć i rosnącego zainteresowania środowiska jej pracą. Z tych właśnie powodów szanująca się senioralna rada powinna posiadać własną, dobrze zaprojektowaną, prowadzoną i funkcjonalną stronę internetową i/lub fanpage na Facebooku, być obecna na lokalnych świętach oraz wydarzeniach kulturalnych, mieć stałą rubrykę bądź stały czas antenowy w mediach wydawanych przez gminę, posiadać swego rzecznika prasowego, przygotowywać i kolportować ulotki oraz plakaty promujące radę seniorów.

Krótko mówiąc, senioralni aktywiści muszą pamiętać o starej jak świat, doskonałej im znanej zasadzie mówiącej: „jak cię widzą, tak cię piszą”. A przecież to jasne, że im lepszy dana rada będzie miała w społeczeństwie wizerunek, im lepiej będzie się o niej mówiło, tym bardziej będą się z jej głosem liczyć ci, od których zależy powodzenie większości jej działań. Dlatego też, bez popadania w samouwielbienie czy przesadę, każda rada powinna konsekwentnie budować swoją markę. Bo to i jej członkom, i wszystkim seniorom bez wątpienia wyjdzie na zdrowie. Ono zaś, także dla członków walczącej o realizację własnych celów senioralnej drużyny, jest przecież najważniejsze.

Legionowo 2024 r.

25^{lat} Mazowsze

**Mazowsze >> dla organizacji
pozarządowych >**

MCPS

**MAZOWIECKIE
CENTRUM POLITYKI
SPOŁECZNEJ**

Zadanie publiczne sfinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego