

Podobnie jak jesień może być najpiękniejszą porą roku,  
tak i starość może być najpiękniejszym okresem życia,  
w którym osiąga się życiową mądrość i czuje prawdziwy smak życia,  
a to, co się w ciągu życia przeżyło, daje poczucie rzetelnego dzieła.

Ks. Jan Twardowski



Program Wsparcia i Aktywności Osób Starszych  
w Gminie Zbąszynek na lata 2021-2025

Jan Mikuła - RSGZ  
Wanda Heppel- ZUTW  
.....  
*Konsultacja*

Katarzyna Rucioch - OPS  
.....  
*Współautor Programu*

Krzysztof Krzywak - UM  
.....  
*Autor Program*

Zbąszynek 2021

## Spis treści:

<b>Wstęp</b> .....	3
Skróty.....	4
<b>Rozdział I: Kontekst i diagnoza programu</b> .....	4
I.1. Kontekst.....	4
I.2. Dane podstawowe.....	5
I.3. Osoby starsze w Polsce.....	5
I.4. Osoby starsze w Gminie Zbąszynek.....	6
<b>Rozdział II: Formy pomocy dla seniorów</b> .....	6
II.1. Usługi opiekuńcze.....	6
II.2. Dzienny Dom „Senior Wigor”.....	7
II.3. Organizacje seniorskie Gminy Zbąszynek.....	8
II.4. Programy i inicjatywy profilaktyki zdrowotnej i społecznej.....	8
II.5. Usługi mieszkalnictwa wspomaganego.....	9
II.6. Place rekreacji ruchowej.....	12
II.7. Strefa Chillout w Parku ZOK.....	13
II.8. Bezpłatny lokal dla NGO.....	13
II.9. Dofinansowanie imprez na rzecz seniorów.....	13
II.10. Rada Seniorów Gminy Zbąszynek.....	14
<b>Rozdział III: Cel strategiczny</b> .....	14
<b>Rozdział IV: Cele operacyjne</b> .....	14
<b>Rozdział V: Wykaz zadań służących realizacji celu operacyjnego</b> .....	15
1. Zdrowie i profilaktyka zdrowotna.....	15
2. System wsparcia – infrastruktura i usługi socjalne.....	16
3. Aktywność i udział w życiu społecznym.....	17
4. Integracja międzypoleniowa.....	17
<b>Rozdział VI: Wskaźniki realizacji zadań/ zakładane rezultaty</b> .....	18
<b>Rozdział VII: Monitoring i ewaluacja</b> .....	19
<b>Rozdział VIII: Podsumowanie</b> .....	19
<b>Załączniki - zdjęcia</b> .....	20

## Wstęp

Niniejszy program jest gminnym programem rozwoju w rozumieniu ustawy z dnia 6 grudnia 2006 r. o zasadach prowadzenia polityki rozwoju, ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie gminnym oraz uchwały Nr XXXVII/6/2014 Rady Miejskiej w Zbąszynku z dnia 30 stycznia 2014 r. w sprawie strategii rozwiązywania problemów społecznych Gminy Zbąszynek na lata 2014-2023.

Program ma na celu tworzenie warunków do działań promujących aktywność seniorów, zapewniających poczucie bezpieczeństwa oraz określa zadania mające na celu przystosowanie infrastruktury do potrzeb i możliwości osób starszych. Ma również na celu zmianę sposobu postrzegania seniorów przez społeczeństwo, w szczególności dzieci i młodzież.

Program jest odpowiedzią na wyzwania współczesności, w tym zmieniającą się sytuację demograficzną. W XIX wieku starość niechybnie zaczynała się po czterdziestce. Nic w tym dziwnego – średnia długość życia nie przekraczała czterdziestu lat. Dziś statystyczny Polak żyje 74 lata, a Polka 82.

Jeszcze kilkanaście lat temu za próg starości uznawało się ukończenie 60. – 65. roku życia. To był moment, kiedy znaczna część ludzi przechodziła na emeryturę. Choć w Polsce nadal ten wiekowy próg obowiązuje, w większości społeczeństw krajów rozwiniętych czas czynnego zawodowego życia został wydłużony. Jeśli więc starość połączymy z zawodową aktywnością to za jej początek możemy wskazać 70 urodziny.

W literaturze starość określa się jako fazę życia oraz pewien etap w życiu człowieka. Ludzie starzy są złożoną, niejednorodną grupą nie tylko pod względem stanu zdrowia, ale także sytuacji społeczno-ekonomicznej i życiowej, sprawności fizycznej bądź psychicznej. Światowa Organizacja Zdrowia za początek starości uznaje 60. rok życia. Dzieli jednak ten okres życia na trzy etapy: wyróżniając starość wczesną (zwaną wiekiem podeszłym, od 60. do 74. roku życia), późną (75-89 lat) oraz bardzo późną (zwaną długowiecznością, powyżej 90. roku życia).

Bez względu na fakt, który punkt w życiu człowieka uznamy za początek starości, okres eufemistycznie nazywany późną dojrzałością trwa dziś bardzo długo i wciąż się wydłuża. Dlatego gerontolodzy – specjaliści zajmujący się różnymi aspektami starzenia się (medycznym, społecznym, ekonomicznym, psychologicznym itp.) mówią już nie tylko o „trzecim wieku”, ale również o „czwartym”. Tym ostatnim terminem określają osoby po 75.–80. roku życia. To wtedy najczęściej ujawniają się przewlekłe schorzenia czy niepełnosprawności wynikające z przemijających lat.

Odmienne uwarunkowania zdrowotne i pozazdrowotne przekładają się na różną jakość życia seniorów w tych jakże zróżnicowanych podokresach wieku starszego. Zamierzeniem Programu jest skierowanie oferty działań i usług do wszystkich wymienionych grup wiekowych.

Program Wsparcia i Aktywności Osób Starszych w Gminie Zbąszynek na lata 2021-2025 jest zmodyfikowaną kontynuacją Programu z lat 2017-2020 i wpisuje się w założenia strategii oraz wyznacza szczegółowe cele polityki senioralnej. Program powstał we współpracy Ośrodka Pomocy Społecznej i Urzędu Miejskiego w Zbąszynku z innymi jednostkami organizacyjnymi Gminy oraz organizacjami pozarządowymi realizującymi działania na rzecz środowiska senioralnego.

Warto zauważyć, że żyjemy w nowoczesnym świecie, w którym podmiotowe i równoprawne traktowanie wszystkich grup społecznych uznane jest za standard, dlatego też konieczna jest dbałość o to, by utrwać znaczenie społeczne starszych mieszkańców Gminy Zbąszynek i ich miejsce w hierarchii społecznej poprzez stworzenie systemu wzajemnie powiązanych działań instytucji organizacji służących seniorom i ich rodzinom oraz promowanie idei integracji międzypokoleniowej.

Przy konstruowaniu programu, przyjęto podejście partycypacyjne i eksperckie.

Należy pamiętać, że rozwiązania zawarte w programie zostaną zrealizowane, o ile w jego działania włączą się organizacje obywatelskie działające na obszarze Gminy oraz Rada Seniorów Gminy Zbąszynek.

## **Skróty**

Zastosowane w programie skróty oznaczają:

PWiA lub PROGRAM – Program Wsparcia i Aktywności Osób Starszych w Gminie Zbąszynek na lata 2021-2025

OPS – Ośrodek Pomocy Społecznej

NGO – Organizacja pozarządowa

RSGZ – Rada Seniorów Gminy Zbąszynek

ZOK – Zbąszynecki Ośrodek Kultury

UM – Urząd Miejski

OSiR – Ośrodek Sportu i Rekreacji

GZ – Gmina Zbąszynek

GKRPA – Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

OŚWIATA – Szkoły Podstawowe i Średnie

DD „S-W” – Dzienny Dom „Senior – Wigor”

PCPR – Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie

ZUTW – Zbąszynecki Uniwersytet Trzeciego Wieku

## **Rozdział I**

### **Kontekst i diagnoza programu**

#### **I.1. Kontekst**

Należy zauważyć, że struktura społeczeństwa Unii Europejskiej (UE) zmienia się – stale przybywa osób starszych. W dniu 1 stycznia 2010 r. w państwach członkowskich UE żyło nieco ponad 87 mln osób w wieku 65 lat i starszych, co stanowi około 17,4% ludności UE. Te dane można porównać z danymi z dnia 1 stycznia 1985 r., kiedy w państwach członkowskich UE osób w wieku 65 lat i starszych było 59,3 mln (12,8% ludności UE). W ciągu ostatniego stulecia następował stały wzrost średniego trwania życia, zaś w ostatnich dziesięcioleciach – począwszy od lat 70. XX wieku – odnotowano również spadek współczynnika dzietności. Powszechnie uważa się, że w następnej połowie stulecia proces ten pogłębi się. W celu rozwiązania problemów związanych ze starzeniem się społeczeństwa konieczna wydaje się analiza sytuacji w perspektywie długoterminowej.

Dzięki polityce dotyczącej aktywnego starzenia się oraz postępowi technologii związanych ze zdrowiem oraz poprawie warunków życia średnie trwanie życia wśród osób starszych w UE uległo wydłużeniu. Według prognoz GUS, w roku 2030 osoby w wieku 65 lat i starsze stanowią będą 23,8% społeczeństwa, zaś w roku 2060 już 36,2%. Prognozy te są związane z faktem, iż średnia długość życia ludzkiego systematycznie wzrasta. W rezultacie rośnie liczba osób najstarszych (w wieku 60 lat i starszych) i spada liczba osób młodych, które mogłyby opiekować się osobami starszymi (członków rodziny lub pracowników służby zdrowia). Dane statystyczne GUS podają, że żyjemy prawie dwa razy dłużej niż nasi przodkowie sprzed stu lat, a w okresie ostatnich 50 lat odsetek ludzi dożywających starości wzrósł ponad dwukrotnie i będzie rósł dalej (wg GUS- Prognoza demograficzna Polski na lata 2014-2050).

W przypadku Polski i Zbąszynka dane te potwierdzają się. Dlatego tak ważne jest inicjowanie i realizowanie usług wspierających osoby starsze.

Niektórzy z ekspertów uważają jednak, że potrzeby osób w wieku senioralnym nie są właściwie zaspokajane. W ich opinii seniorzy stanowią bowiem coraz większą grupę osób, która korzysta ze wsparcia instytucji niosących pomoc społeczną. Problemy tych osób związane są przede wszystkim z brakiem odpowiednich środków finansowych na zapewnienie im właściwych warunków bytowych -

brak funduszy na np. wyjazdy do sanatorium czy zakup leków. Ponadto ciężka sytuacja tych osób wynika ze sposobu ich postrzegania przez resztę społeczeństwa.

Wszechobecny w naszej kulturze kult młodości sprawia, iż obecnie funkcjonuje negatywny stereotyp człowieka starego - niepotrzebnego, nienadążającego za tempem życia codziennego, bezradnego, niedołęznego i schorowanego. Sytuacja ta powoduje, że obecnie osoby w wieku senioralnym z jednej strony traktowane są jako nieodłączny element społeczeństwa, a z drugiej są z niego wykluczane. Dlatego też edukacja do starości obok zapewnienia odpowiednich warunków bytowych i środków finansowych powinna stanowić swoiste wyzwanie dla władz miasta i mieszkańców.

Uświadamianie zwłaszcza ludziom młodym specyfiki wieku senioralnego pozwoli zmienić negatywne podejście do tego etapu życia oraz zmotywuje seniorów do podejmowania coraz to nowych wyzwań. Bowiem zdaniem ekspertów osoby w wieku senioralnym są ludźmi o dużym potencjale. Dlatego też, w dużej mierze powinni sami się organizować - tworzyć kluby seniorów, czy bardziej aktywnie angażować się w działania różnych organizacji społecznych.

Analizując potrzeby osób starszych warto poznać opinie pracowników socjalnych, którzy bezpośrednio współpracują z omawianą grupą społeczną. Pracownik socjalny jako osoba bezpośrednio zaangażowana w pomoc osobom starym postrzega je przynajmniej z kilku perspektyw. Po pierwsze jako osoba bezpośrednio wspierająca i pomagająca bezpośrednim użytkownikom często przekraczająca wyłącznie zawodowe zainteresowania. Po drugie jako diagnosta i obserwator środowiska lokalnego posiada wiedzę często przekraczającą wyłącznie zawodowe zainteresowania.

## **I.2. Dane podstawowe**

Gmina Zbąszynek jest jedną z 6 gmin powiatu świebodzińskiego. Leży w środkowo-wschodniej części województwa lubuskiego. Swoim zasięgiem administracyjnym obejmuje teren pięciu sołectw: Chlastawa, Dąbrówka Wlkp., Kosieczyn, Kręcisko, Rogoziniec i miasto Zbąszynek. Powierzchnia ogólna gminy wynosi 94 km<sup>2</sup>, powierzchnia miasta 2,75 km<sup>2</sup>.

W gminie aktualnie zamieszkuje ogółem 8 020 mieszkańców.

Atutem Gminy Zbąszynek jest jej położenie geograficzne. Przez miasto przebiega międzynarodowa trasa kolejowa Warszawa – Berlin, ponadto bliskie usytuowanie trasy A2 stwarza dogodne połączenia drogowe z południowo-północną i wschodnią Polską. Ważna jest też bliskość instytucji użyteczności publicznych i dostęp do leczenia specjalistycznego oraz całodobowa opieka pogotowia ratunkowego. Duże obszary leśne, czyste i nieskażone środowisko, daje sposobność do wypoczynku na łonie natury i uprawiania turystyki rowerowej. Atutem gminy jest też bogata i żywa tradycja i kultura ludowa, gospodarność, gościnność i życzliwość mieszkańców, spokój i bezpieczeństwo publiczne.

Gmina ma charakter rolniczy, użytki rolne zajmują 4783 ha powierzchni, co stanowi 50,7% ogólnej powierzchni gminy, a lasy 3 647 ha, tj. 38,6 % ogółu.

Ze względu na korzystne położenie, dobrze rozwiniętą infrastrukturę oraz przychylność władz samorządowych, gmina jest atrakcyjnym miejscem dla inwestorów gospodarczych. Zbąszynek posiada dobrze rozwiniętą infrastrukturę miejską, rozwinięte szkolnictwo - w gminie funkcjonują dwie stacjonarne szkoły średnie: Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Zbąszynku oraz Zespół Szkół Leśnych w Rogozińcu, a także wieczorowa szkoła średnia dla pracujących, trzy szkoły podstawowe: w Zbąszynku, Dąbrówce Wlkp. i Kosieczynie. Wszystkie przedszkola posiadają status podmiotów niepublicznych, korzystając z obiektów gminnych.

## **I.3. Osoby starsze w Polsce**

Proces demograficzny związany ze starzeniem się ludności cechuje się coraz większą dynamiką.

W ostatnich latach wskaźnik starzenia się w Polsce z roku na rok wzrasta. Obecne procesy ludnościowe charakteryzują się również spadkiem przyrostu naturalnego. Według przewidywań GUS liczba osób

w wieku powyżej 65 roku życia zwiększy się w roku 2035 do 8,35 mln, co stanowić będzie 23% ogólnej populacji kraju. Tak duży wzrost liczby osób w wieku emerytalnym będzie miała wpływ na relacje osób pracujących do niepracujących. W 2035 r. na 1000 osób w wieku produkcyjnym będzie przypadać średnio 736 osób w wieku nieprodukcyjnym, a w 2060 roku już 1070. Aż tak znaczne obniżenie proporcji będzie miało także poważne skutki dla wzrostu gospodarczego.

Poniższa tabela obrazuje prognozę ludności Polski do 2035 r. według płci w wieku poprodukcyjnym.

Tabela 1: Prognoza ludności Polski w wieku poprodukcyjnym do 2035 r. (w tys.)

Rok	Ogółem	Mężczyźni 65+	Kobiety 60+
2025	8 996,7	3 170,6	5 826,1
2030	9 289,1	3 333,8	5 955,3
2035	9 621,7	3 419,8	6 201,9

Źródło: Opracowania własne na podstawie: Prognoza ludności na lata 2008 - 2035. GUS,

Większość osób w podeszłym wieku zamieszkuje obszary miejskie (60%). Również w miastach, w większym niż na wsiach tempie, wzrasta udział ludzi starszych wśród ogółu ich mieszkańców.

Przyczyną tego zjawiska jest w głównej mierze migracja osób ze wsi do miast. Wśród osób starszych ponad 50% stanowi ludność z wykształceniem podstawowym. Wykształceniem średnim legitymuje się obecnie ok. 7% osób starszych. Wskaźnik ten będzie wzrastał, gdyż przez ostatnie 20 lat znacznie wzrósł odsetek młodych osób z wykształceniem średnim i wyższym.

W kolejnych latach wśród osób w wieku poprodukcyjnym dominować będą kobiety. W 2035 roku stanowić będą prawie 64,5% ludności w wieku emerytalnym. Na wsi kobiety stanowią ok. 61,3% osób w wieku 60 lat i więcej, a w mieście 62,7%.

#### **I.4 Osoby starsze w Gminie Zbąszynek**

Dane statystyczne GUS podają, że żyjemy prawie dwa razy dłużej niż nasi przodkowie sprzed stu lat. W przypadku Polski i Zbąszynka dane te potwierdzają się. Dlatego tak ważne jest inicjowanie i realizowanie zadań wspierających.

W Gminie Zbąszynek osoby w wieku 60+ stanowią 24,54 % ogółu mieszkańców gminy (Gmina Zbąszynek – 8020 osób. W wieku 60 lat i więcej – 1960 osób). Liczba osób w wieku poprodukcyjnym – 1615 co stanowi 19,4% mieszkańców Gminy, wg GUS – stan na 31.12.2018 r).

Według opinii zdecydowanej większości ankietowanych osób, Zbąszynek jest miastem przyjaznym seniorom. Ich zdaniem zarówno instytucje samorządowe, jak i organizacje pozarządowe stworzyły w mieście bogatą ofertę skierowaną do osób w wieku senioralnym. Osoby starsze mają ułatwiony dostęp do różnych form spędzania czasu wolnego - uczestnictwa w kulturze, korzystania z miejskiej bazy sportowej i rekreacyjnej oraz edukacyjnej. Ponadto zapewnia się im opiekę medyczną i dba o bezpieczeństwo.

## **Rozdział II**

### **Formy pomocy dla seniorów**

#### **II.1 Usługi opiekuńcze**

Jedną z podstawowych form opieki nad osobami starszymi jest świadczenie usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania. Usługi świadczone w miejscu zamieszkania oprócz czynności pielęgnacyjno-opiekuńczych obejmują również czynności polegające na zaspokojeniu codziennych potrzeb życiowych (zakupy, przygotowanie posiłków, kontakt z lekarzem, utrzymanie w porządku i czystości pomieszczenia, w którym przebywa osoba chora).

Liczba osób objętych świadczeniami w poszczególnych latach jest stabilna i przedstawia się następująco:

2017 – 29 osób, w tym 23 kobiety, 6 mężczyzn

2018 – 25 osób, w tym 20 kobiet, 5 mężczyzn

2019 – 26 osób, w tym 21 kobiet, 5 mężczyzn

2020 r./epidemia SARS CoV-2/ - 24 osoby, w tym 16 kobiet, 8 mężczyzn

## **II.2. Dzienny Dom „Senior Wigor”**

Dzienny Dom „Senior-Wigor” w Zbąszynku powołany został Uchwałą Nr X/52/2015 Rady Miejskiej w Zbąszynku z dnia 27 sierpnia 2015 roku. Od grudnia 2015 roku DD „S-W” świadczy usługi na rzecz seniorów.

Z dniem 1 sierpnia 2019 r., na mocy Uchwały Rady Miejskiej w Zbąszynku nr VI/15/2019 z dnia 25 marca 2019 roku, nastąpiło połączenie Ośrodka Pomocy Społecznej w Zbąszynku oraz Dziennego Domu „Senior-Wigor” w Zbąszynku. Od tego dnia Dzienny Dom „Senior-Wigor” funkcjonuje w strukturach Ośrodka jako samodzielna sekcja. Siedziba mieści się w budynku przy ulicy Kosieczynskiej 4 w Zbąszynku, obejmuje pomieszczenia znajdujące się w przyziemiu i na piętrze budynku.

DD „S-W” działa w oparciu o ustawę o pomocy społecznej oraz Program Wieloletni „Senior+” na lata 2021-2025. Ponadto DD „S-W” działa w oparciu o program oraz roczny plan pracy, który powstaje w konsultacji z seniorami, a dokładnie z trzyosobową Radą Seniorów Dziennego Domu „Senior-Wigor” wybraną przez uczestników zajęć z własnego grona w demokratycznych wyborach.

DD „S-W” funkcjonuje pięć dni w tygodniu od poniedziałku do piątku w godzinach 7,30 – 15,30. Liczba miejsc dla seniorów - 30, rzeczywista liczba uczestników zajęć – 30.

Dzienny Dom „Senior-Wigor” w Zbąszynku zapewnia wsparcie seniorom w wieku 60+, zamieszkującym na terenie Gminy Zbąszynek, w szczególności samotnym i niesamodzielnym, poprzez umożliwienie im korzystania z oferty na rzecz społecznej aktywizacji, w tym oferty prozdrowotnej, obejmującej także usługi w zakresie aktywności ruchowej i kinezyterapii, edukacyjnej, kulturalnej, rekreacyjnej i opiekuńczej. Udostępnia się seniorom infrastrukturę pozwalającą na aktywne spędzanie czasu wolnego, a także zaktywizowanie i zaangażowanie seniorów w działania samopomocowe i na rzecz środowiska lokalnego.

Do prowadzenia zajęć z seniorami w Dziennym Domu „Senior-Wigor” w Zbąszynku zatrudnione są następujące osoby: koordynator, dwóch opiekunów medycznych, fizjoterapeuta, instruktor muzyki, krawcowa, fryzjer, pielęgniarka.

Dzienny Dom „Senior-Wigor” w Zbąszynku prowadzi na bieżąco stronę internetową i posiada swój profil na Facebooku, na których można znaleźć wszystkie informacje na temat swojej działalności, w tym zdjęcia i relacje uczestników z zajęć; [www.zbaszynek.pl/zakladka/DD „S-W”](http://www.zbaszynek.pl/zakladka/DD_S-W).

Dzienny Dom „Senior-Wigor” w Zbąszynku dysponuje dziesięcioma pomieszczeniami, w których prowadzone są zajęcia z seniorami. Pomieszczenia są jasne, przestronne, w bardzo dobrym stanie technicznym, wyposażone w odpowiednie meble i niezbędny sprzęt, w tym audiowizualny.

Do dyspozycji seniorów pozostaje również plac z ogrodem. Budynek jest dostosowany do osób z różnym rodzajem i stopniem niepełnosprawności, posiada podjazd oraz windę.

Uczestnicy zajęć w DD „S-W” za pobyt ponoszą odpłatność, na podstawie Uchwały nr XVI/14/2016 Rady Miejskiej w Zbąszynku z dnia 25 lutego 2016 r. w sprawie ustalenia szczegółowych zasad ponoszenia odpłatności za pobyt uczestników w Dziennym Domu „Senior-Wigor” w Zbąszynku oraz Zarządzenia Burmistrza Zbąszynka Nr 27/2016 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ustalenia dziennego kosztu usług, posiłków i transportu świadczonych przez Dzienny Dom „Senior-Wigor” w Zbąszynku. Odpłatność ustalona została odrębnie za: usługi świadczone przez Dom w wysokości 1 zł dziennie, posiłki – 5 zł dziennie, transport – 1 zł dziennie.

Powstanie i działalność Dziennego Domu „Senior-Wigor” w Zbąszynku przyczyniło się do zwiększenia oferty pomocowej dla osób starszych oraz poprawiło jakość świadczonych usług. Wpłynęło na zapewnienie seniorom wsparcia oraz pomocy adekwatnej do potrzeb i możliwości wynikających z wieku i stanu zdrowia, poprawy jakości życia seniorów oraz poprawy funkcjonowania osób starszych w społeczności Gminy Zbąszynek, jest odpowiedzią na potrzeby i oczekiwania zbąszyneckich seniorów. Funkcjonowanie DD „S-W” wpisało się na stałe w ramy prowadzonej przez samorząd polityki senioralnej.

Plan finansowy Dziennego Domu „Senior-Wigor”; 2016 r. - 259 048,19 zł / w tym 70 160,00 zł z Ministerstwa RPiPS/ 2019 r. - 523 226,82 zł / w tym 107 326,00 zł z Ministerstwa RPiPS /, 2020 r.- 363 005,61 zł /w tym 97 752,27 zł z Ministerstwa RPiPS.

### **II.3. Organizacje seniorskie Gminy Zbąszynek**

Głównymi celami organizacji seniorskich jest rozwój intelektualny, społeczny, aktywność fizyczna osób starszych, wspieranie poszerzania wiedzy i umiejętności seniorów, ułatwianie kontaktów z instytucjami, takimi jak: służba zdrowia, ośrodki kultury, ośrodki rehabilitacyjne, angażowanie swoich członków w aktywność sportową i turystyczną oraz w aktywność na rzecz otaczającego ich środowiska. Ponadto pełnią istotną rolę na rzecz podtrzymywania więzi społecznych i komunikacji międzyludzkiej wśród seniorów.

#### **1) Zbąszynecki Uniwersytet Trzeciego Wieku**

ZUTW powstał z inicjatywy Gminy w 2012 r. i działał do 2016 roku jako sekcja OPS w Zbąszynku. Od 2017 r. uniwersytet zmienił formę organizacyjno-prawną na stowarzyszenie.

Głównym celem stowarzyszenia jest edukacja osób starszych. Jest to formuła działalności edukacyjnej, która przyczynia się do zaspokajania takich potrzeb seniorów, jak: samokształcenie, poznawanie środowiska, poszerzanie wiedzy i umiejętności, wykonywanie społecznie użytecznych działań, wypełnienie wolnego czasu, utrzymywanie więzi towarzyskich, stymulacja psychiczna i fizyczna, a czasem nawet możliwość realizacji młodzieńczych marzeń.

Innymi celami ZUTW są: rozwój intelektualny, społeczny, aktywność fizyczna osób starszych, wspieranie poszerzania wiedzy i umiejętności seniorów, ułatwianie kontaktów z instytucjami, takimi jak: służba zdrowia, ośrodki kultury, ośrodki rehabilitacyjne, angażowanie słuchaczy w aktywność sportową i turystyczną oraz w aktywność na rzecz otaczającego ich środowiska. Ponadto pełnią istotną rolę na rzecz podtrzymywania więzi społecznych i komunikacji międzyludzkiej wśród seniorów.

Łącznie w zajęciach uczestniczy ok. 90 słuchaczy. ZUTW proponuje swoim słuchaczom następujące formy zajęć: zajęcia taneczne, plastyczne, nauka języka angielskiego, niemieckiego, zajęcia komputerowe, rowerowe, wokalne, nordic walking, gimnastyka rehabilitacyjna, wykłady z literatury, zdrowia, muzyki, rekreacji. Ponadto słuchacze oprócz zajęć uczestniczą w wielu imprezach kulturalnych. Organizowane są wyjscia do teatru, filharmonii, atrakcyjne wycieczki. ZUTW urządza tradycyjne spotkania oplatkowe i wielkanocne.

#### **2) Świebodziński Związek Kresowian Koło Terenowe Kosieczyn – Zbąszynek**

Związek liczy 133 członków – 103 zwyczajnych, 17 zasłużonych, 7 wspierających i 2 honorowych. Organizacja spotyka się w pomieszczeniach ZOK oraz Sali wiejskiej w Kosieczynie. Prowadzi szeroką działalność społeczną i edukacyjną podtrzymującą tradycje patriotyczne.

#### **3) Stowarzyszenie Klub Seniora „Pogodna Jesień”**

Stowarzyszenie liczy 51 członków. Siedziba organizacji znajduje się w ZOK przy ul. Wojska Polskiego 18. Obszarami działania stowarzyszenia są: sport, turystyka, rekreacja, hobby, krajoznawstwo, wypoczynek, kultura, sztuka, tradycja, edukacja dorosłych, ochrona zdrowia.

#### **4) Terenowa Organizacja Emerytów i Rencistów Kolejowych**



Organizacja liczy 70 członków. Zajmuje się przede wszystkim wsparciem osób starszych w różnych aspektach życia społecznego. Organizuje wycieczki, spotkania kulturalne, promuje wszelkie działania w zakresie profilaktyki zdrowotnej. Siedziba w ZOK w Zbąszynku.

5) **Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Lubuski Oddział Rejonowy w Zielonej Górze Koło Terenowe Zbąszynek**

Stowarzyszenie liczy 70 osób i zajmuje się bezpośrednią pracą z diabetykami i ich rodzinami oraz opiekunami w zakresie udzielania im szeroko pojętej pomocy (a przede wszystkim edukacji diabetologicznej) oraz reprezentacją diabetyków przed władzami samorządowymi i zabieganiem o jak najlepsze warunki i dostępność do leczenia. Z racji faktu, iż cukrzyca stanowi oraz bardziej poważny problem w społeczeństwie, Stowarzyszenie podejmuje coraz więcej działań na rzecz szerzenia świadomości zagrożenia chorobą wśród osób zdrowych.

Organizuje szereg wydarzeń edukacyjnych, informacyjnych, spotkań, pogadanek. Przekazywane są członkom organizacji materiały edukacyjne. Organizowane są wyjazdy rehabilitacyjne i edukacyjne. Wszystko to nie tylko dla samych chorych, ale także ich opiekunów, którzy nierzadko bez odpowiedniego nakierowania i edukacji nie są w stanie prawidłowo opiekować się swoim chorym. Siedziba organizacji znajduje się w pomieszczeniach OPS w Zbąszynku.

#### **II.4. Programy i inicjatywy profilaktyki zdrowotnej i społecznej**

Inicjatywy oddolne są ważnym elementem w rozwoju działalności społecznej w Gminie Zbąszynek. Aktywizacja mieszkańców i ich włączanie w życie społeczności lokalnej sprawia, że zacieśniają się istniejące oraz powstają nowe więzi społeczne. Sprzyja to rozwojowi społeczeństwa obywatelskiego oraz umacnianiu pozycji działających organizacji i podmiotów pozarządowych.

Z inicjatywy OPS przy udziale DD „S-W” oraz NGO osób starszych wspieranych jest wiele różnorodnych inicjatyw społecznych. Do nich zaliczyć możemy między innymi:

1. **Tydzień Seniora.** To cykl wielu działań artystycznych, prozdrowotnych, edukacyjnych, promocyjnych i innych, skierowanych szczególnie do osób 60+;
2. **„Nieśmiertelniki dla mieszkańców Gminy Zbąszynek”.** Program realizowany jest w celu podniesienia poziomu bezpieczeństwa w społeczności lokalnej oraz usprawnienia pracy służb ratowniczych w sytuacjach kryzysowych. Skierowany jest do wszystkich mieszkańców Gminy Zbąszynek, w szczególności do osób starszych, niepełnosprawnych, długotrwale chorych. Nieśmiertelniki mają formę opaski z imieniem i nazwiskiem oraz numerem telefonu kontaktowego;
3. **„Koperta Życia”.** Inicjatywa umożliwia służbom medycznym i ratowniczym szybkie dotarcie do niezbędnych informacji o pacjencie w krytycznej sytuacji zagrożenia życia i zdrowia, ułatwia im właściwą diagnozę i szybką pomoc a tym samym zwiększa szanse na uratowanie jego zdrowia i życia. Propozycja skierowana przede wszystkim do osób starszych, przewlekle chorych i samotnych;
4. **„Zbąszyńska Karta Seniora”.** Program skierowany jest do osób starszych w wieku 65+ zamieszkałych na terenie Gminy Zbąszynek. Do końca grudnia 2020 roku wydano 701 kart, 22 partnerów z terenu naszej gminy oferuje zniżki na towary i usługi w ramach w/w programu;
5. **Program „Domowe S.O.S”.** To działanie polegające na pomocy w usuwaniu drobnych usterek domowych. Program skierowany jest do osób w wieku 70+, zwłaszcza samotnych, którzy nie potrafią poradzić sobie z wykonaniem podstawowych czynności technicznych tj. wymiana żarówki, klamki, wbicie gwoździ, naprawa ciekącego kranu, spłuczki itp. drobne naprawy niewymagające specjalistycznej wiedzy oraz specjalistycznych uprawnień;
6. **ABC zdrowia.** Inicjatywa polegająca na działaniach profilaktyki i promocji zdrowia osób 60+. W 2016 r. można było skorzystać z bezpłatnych szczepień przeciw grypie. W 2017 r. w badaniach densytometrycznych w kierunku osteoporozy wzięło udział 80 osób, w 2019 r. 72 osoby. W 2018 r. wykonano 96 badań cholesterolu i 40 antygenu prostaty PSA. Natomiast

w 2019 r. z badań densytometrycznych w kierunku osteoporozy skorzystały 72 osoby, badania słuchu wykonało 80 osób, TSH 90 osób, a 48 mężczyzn wykonało badanie PSA. Rok 2020 był czasem kiedy wystąpiło wiele ograniczeń związanych z zagrożeniem COVID-19. Wykonano lipidogram dla 64 osób i 36 badań antygenu PSA.

Gmina wspiera organizacyjnie program profilaktyki raka piersi - badania mammograficzne w mammobusie. Od 2017 roku realizuje także program Rehabilitacji i Wspierania Aktywności Ruchowej Starszych Mieszkańców Gminy Zbąszynek.

## **II.5. Usługi mieszkalnictwa wspomaganego**

Pomimo bogatej oferty działań pomocowych na rzecz seniorów planuje się kolejne przedsięwzięcie wychodzące naprzeciw potrzebom i oczekiwaniom tej grupy społecznej. Podczas licznych rozmów i spotkań władarzy gminy z mieszkańcami podjęty został temat rozwoju usług mieszkalnictwa wspomaganego dla osób starszych, w szczególności samotnych i niepełnosprawnych. Pracownicy socjalni OPS w Zbąszynku oraz pracownicy DD „S-W” w swojej codziennej pracy z seniorami podjęli działania / rozmowy, ankiety/ zmierzające do diagnozy zgłaszanych problemów.

Z przeprowadzonej analizy uzyskanych informacji wynika, że ok. 20 seniorów z terenu gminy Zbąszynek, mieszka samotnie, jest mało samodzielnych w czynnościach dnia codziennego, nieaktywnych w swoim środowisku społecznym, zagrożonych wykluczeniem społecznym, izoluje się od społeczeństwa, często potrzebuje pomocy OPS, a w przyszłości korzystania z pomocy instytucjonalnej. W większości są to osoby o niskich dochodach, nie utrzymujące z różnych przyczyn kontaktów z rodziną i znajomymi, niepełnosprawne, potrzebujące wsparcia socjalno-usługowego, które najtrudniej jest zachęcić, pobudzić i skłonić do działania poza domem. Cechuje ich brak motywacji do działania, niska samoocena, niechęć do zmian, bezradność, mała aktywność życiowa. Dla tej grupy osób wskazane jest utworzenie mieszkań wspomaganych z pełnym zakresem usług wspierających i aktywizujących pobyt osoby w mieszkaniu.

Usługi wspierające pobyt osoby w mieszkaniu mogą obejmować w szczególności:

- pracę socjalną – usługa skierowana na wzmocnienie lub odzyskiwanie zdolności do funkcjonowania osoby w społeczeństwie,
- poradnictwo specjalistyczne, w szczególności psychologiczne i prawne. Poradnictwo powinno być nakierowane na umożliwienie samodzielnego rozwiązania problemu lub wskazanie konkretnego rozwiązania i wytycznych do jego zrealizowania,
- usługi opiekuńcze,
- usługi asystenckie.

Usługi wspierające aktywność osoby w mieszkaniu dotyczą nauki lub podtrzymania maksymalnego osiągalnego dla danej osoby/lub powstrzymania regresu poziomu sprawności w zakresie samoobsługi, samodzielności życiowej, utrzymania lub rozwijania kontaktów społecznych oraz pełnienia ról społecznych, pomoc w wykonywaniu czynności niezbędnych w życiu codziennym, realizacji kontaktów społecznych, zagospodarowania czasu wolnego, z wykorzystaniem usług dostępnych w środowisku lokalnym, które mogą być realizowane poprzez:

- trening umiejętności praktycznych, którego celem jest nabywanie, rozwijanie lub wzmocnienie samodzielności w zakresie doskonalenia podstawowych czynności dnia codziennego (np. pranie, suszenie odzieży, sprzątanie, korzystanie z urządzeń elektrycznych);
- trening higieny, którego celem jest nabywanie, rozwijanie lub wzmocnienie działań w zakresie utrzymania higieny ciała oraz estetycznego wyglądu zewnętrznego;
- trening kulinarny, którego celem jest nabywanie, rozwijanie lub wzmocnienie umiejętności niezbędnych do życia, jak nauka gotowania, przechowywania żywności itp.;

- trening umiejętności spędzania czasu wolnego realizowany poprzez rozwijanie zainteresowań literaturą, audycjami radiowymi, telewizyjnymi, Internetem, udział w spotkaniach towarzyskich i kulturalnych, wspólne wyjścia do kina i teatru, sport;
- trening interpersonalny, którego celem jest nauka rozwiązywania konfliktów i problemów osobistych, ćwiczenie i nauka zachowań w określonych sytuacjach, rozwój umiejętności społecznych;
- trening umiejętności społecznych umożliwiający kształtowanie umiejętności komunikacyjnych, współpracy w grupie, rozwiązywania konfliktów, radzenia sobie z emocjami oraz modyfikowania zachowań na bardziej aprobowane społecznie;
- rozwijanie umiejętności integracji ze społecznością lokalną;
- trening i pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.

Rodzaj oraz zakres usług świadczonych w mieszkaniu wspomaganym powinien być dostosowany do indywidualnych potrzeb mieszkańców.

Osobą odpowiedzialną za prowadzenie usługi w mieszkaniu wspomaganym będzie opiekun mieszkania. Działalność opiekuna powinna mieć charakter koordynujący, a do jego zadań będzie należało w szczególności:

- koordynacja działań o charakterze administracyjnym związanych z bezpośrednim zarządzaniem mieszkaniem, w tym także sprawowanie opieki nad właściwym użytkowaniem mieszkania przez jego mieszkańców;
- bieżące monitorowanie poziomu funkcjonowania społecznego i stanu zdrowia mieszkańców i reagowanie w sytuacji pogorszenia się stanu zdrowia czy zaprzestania zażywania leków (kryzys społeczny);
- współpraca i wspieranie mieszkańców w rozwiązywaniu ich problemów, w szczególności udzielanie pomocy i wskazywanie sposobów załatwiania bieżących spraw codziennych, osobistych i urzędowych;
- uczestnictwo i koordynacja w realizacji usług świadczonych w mieszkaniu wspomaganym;
- współpraca z rodzinami mieszkańców;
- pomoc w rozwiązywaniu konfliktów pomiędzy mieszkańcami – rola mediatora.

Gmina Zbąszynek dysponuje bazą lokalową do zaadoptowania na potrzeby mieszkań wspomaganych. Budynek w Zbąszynku przy ul. Kosieczyńskiej 4 powstał w 1926 r. Następnie został rozbudowany o nową część w 1973 r. Pełnił funkcję kolejowego ośrodka zdrowia.

W 2005 r. po zakończeniu działalności PKP przekazało kompleks budynków Gminie Zbąszynek. Stan przekazanych pomieszczeń wymagał generalnego remontu. Gmina Zbąszynek jako nowy właściciel obiektu podjęła starania uruchomienia działalności użytkowej pod usługi medyczne. Od 2011 r. rozszerzając działalność o usługi społeczne.

Budynek składa się z trzech części:

- A. Budynek czterokondygnacyjny, w tym podpiwniczenie i poddasze użytkowe. Wykonany w technologii tradycyjnej, ławy fundamentowe betonowe, ściany murowane z cegły pełnej, strop nad piwnicą żelbetowy, pozostałe drewniane. Dach konstrukcja drewniana, czterospadowy, kryty dachówką karpiówką. Stolarka okienna typowa, okna dwuskrzydłowe, drzwi drewniane. Budynek powstał w 1926 r.
- B. Budynek powstał w 1973 r. Konstrukcja ścian murowana z pustaków gazobetonu, ławy fundamentowe betonowe, stropy żelbetowe, stropodach wentylowany kryty papą. Budynek trzykondygnacyjny. Na niskim parterze oraz na piętrze zlokalizowany jest Dzienny Dom „Senior –Wigor”. Na parterze budynku działalność usługową prowadzi Centrum Rehabilitacyjne.
- C. Budynek, który powstał w 2013 r. – jako część komunikacyjna łącząca dwa wyżej wymienione obiekty. W obiekcie znajduje się winda i zjazd dla osób niepełnosprawnych. Dach płaski kryty

papą. Okna z profili PCV, drzwi zewnętrzne z PCV otwierane automatycznie. Na pierwszym piętrze wykonany podjazd dla osób niepełnosprawnych umożliwiający przemieszczanie się pomiędzy budynkami. Budynek posiada połączenie z częścią starą i nową.

Gmina Zbąszynek w budynku A wynajmuje pomieszczenia na piętrze pod działalność medyczną dla Medycznego Centrum Zdrowia /10 poradni specjalistycznych, laboratorium diagnostyczne, pracownia RTG/ z siedzibą w Nowym Tomysłu.

Piętro i poddasze tej części budynku jest niezagospodarowane, wymaga generalnego remontu z adaptacją na mieszkania dla osób starszych.

Niezagospodarowaną część budynku A planuje się przeznaczyć na usługi mieszkalnictwa wspomaganego. Powstanie tam 10-11 mieszkań jedno - dwuosobowych oraz świetlica i zaplecze administracyjno - obsługowe.

Standard lokalu mieszkalnego będzie spełniał następujące warunki:

- powierzchnia użytkowa wynosić będzie minimum 11 m<sup>2</sup>;
- oprócz pomieszczeń mieszkalnych będzie wyposażony w kuchnię lub wnękę kuchenną, łazienkę z umywalką, miskę ustępową i przestrzeń komunikacji wewnętrznej;
- będzie posiadał bezpośrednie oświetlenie światłem dziennym i klimatyzację.

Część B budynku jest w całości zagospodarowana. W części niskiego parteru i na piętrze zlokalizowano Dzienny Dom „Senior-Wigor” natomiast na parterze działalność usługową prowadzi Centrum Rehabilitacyjne.

Powierzchnia zabudowy budynku 698 m<sup>2</sup>. Kubatura 7614 m<sup>3</sup>. Działka 21/11A na której znajduje się budynek leży we wschodniej części Zbąszynka, na wzniesieniu w okolicy trakcji kolejowych. Teren nie jest wpisany do rejestru zabytków.

Budynek spełnia warunki ochrony atmosfery – nie emituje zanieczyszczeń. Użytkowanie obiektu nie powoduje powstawania szczególnych ilości odpadów i zanieczyszczeń stałych. Wywóz odpadów następuje za pośrednictwem kontenerów.

Budynek wyposażony jest w instalację wodną zasilana przyłączem z sieci miejskiej, kanalizacją sanitarną przyłączoną do miejskiej sieci kanalizacyjnej. Budynek, ze względu na funkcję i wyposażenie, nie wprowadza szczególnej emisji hałasu i wibracji.

Wokół obiektu znajduje się teren rekreacyjno-wypoczynkowy.

Budynek jest dostosowany do osób z różnym rodzajem i stopniem niepełnosprawności, posiada podjazd oraz windę.

## **II.6. Place rekreacji ruchowej**

Jednym z najważniejszych czynników umożliwiających tzw. „pomyślne starzenie się” jest regularna aktywność ruchowa. Głównym korzystnym oddziaływaniem aktywności ruchowej u osób starszych jest wydłużenie okresu fizycznej sprawności i niezależności – poprawa jakości życia. Trening fizyczny zwiększa wydolność fizyczną u aktywnych fizycznie w porównaniu do prowadzących siedzący tryb życia osób.

Uruchomiono place rekreacji dla seniorów z urządzeniami outdoor-fitness. Powyższe place powstały:

- na terenie OSiR w Zbąszynku
- w parku na placu Wolności,
- na jeziorze koźlarskim w Chlastawie
- w sołectwach: Rogoziniec, Kosieczyn, Kręcko

Place rekreacji ruchowej cieszą się dużą popularnością. Zamontowane na świeżym powietrzu umożliwiają aktywne formy spędzania czasu. Już pierwsze dni ich działania pokazały, że zewnętrzne siłownie były bardzo potrzebne mieszkańcom naszej Gminy. Zewnętrzne siłownie to znakomite miejsca spotkań dla seniorów, rodziców wychodzących z dzieckiem na spacer i dla młodzieży.

## II.7. Strefa Chillout w Parku ZOK

Celem tej inicjatywy ZOK jest organizowanie strefy do wypoczynku i relaksu na świeżym powietrzu. Wartością dodaną jest upowszechnianie czytelnictwa oraz integracja mieszkańców. Osoby starsze w integracji międzypokoleniowej mogą w strefie wypić kawę lub herbatę, uczestniczyć w koncertach i imprezach tanecznych, poczytać bieżącą prasę, miło i kulturalnie spędzić czas.

## II.8. Bezpłatny lokal dla NGO

Organizacje pozarządowe prowadzące działalność non-profit na rzecz mieszkańców Gminy mają możliwość skorzystania z bezpłatnego lokalu w siedzibie Zbąszyneckiego Ośrodka Kultury przy ul. Wojska Polskiego 18. Z pomieszczeń w ramach działań statutowych korzystają, Stowarzyszenie Klub Seniora „Pogodna Jesień” oraz Terenowa Organizacja Emerytów i Rencistów Kolejowych. Organizacje nie ponoszą żadnych kosztów z tytułu korzystania z salki. W Budynku domu kultury „Kolejarz” odbywają się bezpłatnie: zajęcia taneczne zespołu Tęcza (seniorki z Klubu Pogodna Jesień, wykłady lub inne wydarzenia organizowane przez Zbąszynecki Uniwersytet Trzeciego Wieku, wydarzenia i spotkania uczestników DD „S-W”. ZOK finansuje wynagrodzenie instruktorów, Chóru „Millenium” oraz Zespołu Śpiewaczego „Dąbrowszczanka”. Taka sytuacja jest bardzo korzystna dla organizacji. Zbąszynecki Uniwersytet Trzeciego Wieku korzysta z pomieszczeń Dziennego Domu „Senior-Wigor” przy ul. Kosieczyskiej 4. Natomiast Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Koło Zbąszynek, korzysta z bezpłatnego lokalu w siedzibie OPS w Zbąszynku przy ul. Długiej 1.

## II.9. Dofinansowanie imprez na rzecz seniorów

W ramach otwartych konkursów ofert Burmistrz Zbąszynka udziela organizacjom pozarządowym zszerzającym osoby starsze dotacji na realizację zadań publicznych z zakresu kultury i wspierania inicjatyw lokalnych. Celem tego zadania jest integracja społeczna i przeciwdziałanie marginalizacji osób starszych. Dofinansowano m.in. następujące zadania:

- imprezy integracyjne dla zbąszyneckich seniorów;
- przeciwdziałanie marginalizacji osób starszych;
- warsztaty edukacyjne;
- promowanie zdrowia.

Wykaz organizacji pożytku publicznego i przyznanych kwot na realizację zadań publicznych.

<b>Zdrowie</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>
<i>Polskie Stowarzyszenie Diabetyków</i>	4 000,00 zł	4 000,00 zł
<i>Sulechowskie Stowarzyszenie "Amazonek"</i>	1 000,00 zł	1 000,00 zł
<b>Razem:</b>	<b>5 000,00 zł</b>	<b>5 000,00 zł</b>

<b>Kultura</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>
Świebodziński Związek Kresowian Koło Kosieczyn	4 000,00 zł	5 000,00 zł
<b>Organizacje seniorskie</b>		
Stowarzyszenie Klub Seniora "Pogodna Jesień"	3 000,00 zł	3 000,00 zł
Zbąszynecki Uniwersytet Trzeciego Wieku	23 900,00 zł	29 500,00 zł
Polski Komitet Pomocy Społecznej	4 800,00 zł	5 000,00 zł
<b>Razem:</b>	<b>35 700,00 zł</b>	<b>42 500,00 zł</b>

## II.10. Rada Seniorów Gminy Zbąszynek

Wspólne działania organizacji pozarządowych z terenu Gminy Zbąszynek skupiających w swych szeregach seniorów i działających na rzecz poprawy jakości życia osób w wieku 60+, wzmocnienie

integracji międzypokoleniowej oraz kształtowanie w społeczeństwie pozytywnego obrazu seniorów to postanowienia Partnerstwa społecznego podpisanego 15 maja 2017 r. w Zbąszyńskim Ośrodku Kultury w Zbąszynku.

Dziesięciu Partnerów z Gminy w obecności Burmistrza Zbąszynka podpisało Akt Założycielski Rady Seniorów Gminy Zbąszynek. Głównym celem RSGZ jest służenie seniorom poprzez m.in. reprezentowanie ich interesów wobec władz Gminy. RSGZ ma charakter opiniodawczy, doradczy i inicjatywny dla władz Gminy i działa w następujących obszarach:

- 1) zapobieganie i przełamywanie marginalizacji seniorów,
- 2) wspieranie aktywności ludzi starszych,
- 3) profilaktyka i promocja zdrowia seniorów,
- 4) przełamywanie stereotypów na temat seniorów i starości oraz budowanie ich autorytetu,
- 5) rozwój form wypoczynku, dostępu do edukacji i kultury,
- 6) mieszkalnictwo dla seniorów.

Do zadań Rady należy:

- 1) ścisła współpraca z władzami Gminy przy rozstrzyganiu o istotnych oczekiwaniach i potrzebach ludzi starszych;
- 2) przedstawianie propozycji w zakresie ustalania priorytetowych zadań w perspektywie krótko i długookresowej oraz inicjowanie działań na rzecz seniorów;
- 3) monitorowanie potrzeb seniorów również w zakresie ochrony zdrowia dla seniorów;
- 4) wydawanie opinii i formułowanie wniosków, służących rozwojowi działalności na rzecz seniorów;
- 5) zgłaszanie uwag do aktów prawa miejscowego dotyczące seniorów;
- 6) inicjowanie działań mających na celu upowszechnianie współpracy Gminy ze środowiskiem osób starszych;
- 7) informowanie społeczności miasta o szczególnych kierunkach działalności podejmowanych przez służby gminne i partnerów pozarządowych na rzecz środowiska seniorów;
- 8) upowszechnianie wiedzy o możliwościach osób starszych, potrzebach i oczekiwaniach, a więc konieczności realnego wpływu na decyzje podejmowane przez władze lokalne, w tym w szczególności na jakość wszelkich usług, oferowanych z myślą o seniorach.

Siedziba Rady znajduje się Dziennym Domu „Senior-Wigor” przy ul. Kosieczynskiej 4. Obsługę organizacyjną zabezpiecza OPS w Zbąszynku.

### **Rozdział III**

#### **Cel strategiczny**

Celem strategicznym Programu jest zwiększenie liczby lat przeżytych w zdrowiu i aktywności poprzez kształtowanie pozytywnego obrazu seniorów oraz tworzenie warunków dla rozwoju form wsparcia i aktywności starszych mieszkańców Gminy Zbąszynek.

### **Rozdział IV**

#### **Cele operacyjne**

Cele operacyjne i zadania służące realizacji celów operacyjnych określone w PWiA muszą wspólnie przyczyniać się do ograniczania społecznych nierówności, a także powinny być realizowane w sposób powiązany, przeciwdziałając więcej niż jednemu zagrożeniu jednocześnie, w szczególności w obszarach, w których istnieją naukowe dowody zależności między zagrożeniami lub czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi.

Cele będą realizowane z uwzględnieniem konieczności zapewnienia dostępności, zgodnie z koncepcją projektowania uniwersalnego, określoną w art. 2 Konwencji o prawach osób niepełnosprawnych,

sporządzonej w Nowym Jorku dnia 13 grudnia 2006 r. (Dz. U. z 2018 r. poz. 1217), oraz potrzebami osób z różnymi niepełnosprawnościami i osób ze szczególnymi potrzebami, zgodnie z przepisami ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz. U. z 2020 r. poz. 1062).

Cele operacyjne obejmują:

1. Zdrowie i profilaktykę zdrowotną
2. System wsparcia – infrastrukturę i usługi socjalne
3. Aktywność i udział w życiu społecznym seniorów
4. Integrację międzypokoleniową

W ramach powyższych celów operacyjnych realizowane są zadania we współpracy z właściwymi podmiotami samorządowymi i społecznymi.

## Rozdział V

### Wykaz zadań służących realizacji celu operacyjnego

#### 1. Zdrowie i profilaktyka zdrowotna

**Tworzenie optymalnych warunków ukierunkowanych na utrzymanie i poprawę zdrowia seniorów**, w tym szczególnie: *podnoszenie jakości i dostępności do usług medycznych i rehabilitacyjnych oraz utrzymanie sprawności fizycznej, psychicznej i zdrowotnej seniorów.*

Lp.	Nazwa zadania	Okres realizacji	Realizator	Uwagi
1	Wspieranie aktywności społecznej seniorów oraz poprawa związanej ze zdrowiem jakości życia osób starszych	2021–2025	ZOK, NGO, OPS	
2	Rozwój usług wspierających zdrowie i jakość życia związaną ze zdrowiem u osób starszych i ich opiekunów nieformalnych, w szczególności przez rozwój dziennych, całodobowych form wsparcia i pomocy psychologicznej	2021–2025	OPS, GKRPA	
3	Działania na rzecz koordynacji opieki nad osobami starszymi dostępnej w ramach systemów ochrony zdrowia i pomocy społecznej	2021–2025	OPS	
4	Edukacja i promocja w zakresie potrzeb zdrowotnych osób starszych	2021–2025	OPS, NGO	
5	Edukacja zdrowotna osób starszych, w szczególności w zakresie profilaktyki urazów i prewencji upadków oraz zasad unikania skutków polipragmazji	2021–2025	OPS, NGO	
6	Edukacja opiekunów nieformalnych osób starszych na temat chorób związanych z wiekiem oraz zasad właściwej opieki nad tymi osobami	2021–2025	OPS	
7	Informowanie i edukacja przedstawicieli służb publicznych i zawodów	2021–2025	OPS, PCPR	

	niemedycznych mających częsty kontakt z osobami starszymi na temat chorób związanych z wiekiem oraz zasad postępowania w kontakcie z tymi osobami			
8	Edukacja w zakresie zarządzania zdrowiem starzejących się pracowników oraz opracowanie i upowszechnienie instrumentów promujących zdrowie i zach. prozdrowotne w środowisku pracy	2021–2025	UM, POZ	
10	Badania ankietowe dotyczące stanu zdrowia osób starszych	2021,2023, 2025	UM, OPS	
11	Wspieranie badań profilaktycznych i programów zdrowotnych	2021-2025	GZ	
12	Podjęcie działań nakierowanych na zwiększenie aktywności ruchowej seniorów	2021-2025	OPS, NGO, OSiR	

## 2. System wsparcia – infrastruktura i usługi socjalne

**Zapewnienie bezpieczeństwa socjalnego, przeciwdziałanie wykluczeniu, w tym szczególnie:** *wsparcie osób starszych w swoim środowisku, rozwój systemu opieki nad osobami starszymi niemogącymi samodzielnie funkcjonować w swoim środowisku, rozwój systemu informacji i poradnictwa oraz zwiększenie roli organizacji pozarządowych w realizacji usług świadczonych na rzecz osób starszych.*

Lp.	Nazwa zadania	Okres realizacji	Realizator	Uwagi
1	Podnoszenie dostępności do usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych	2021–2025	OPS	
2	Wspieranie placówek wspomagających osoby starsze (dienne domy pobytu, kluby seniora, i inne	2021–2025	OPS, GKRPA, UM	
3	Udzielanie pomocy finansowej i rzeczowej osobom starszym będącym w trudnej sytuacji materialnej	2021-2025	OPS, PCPR, PEFRON	
4	Wspieranie tworzenia rodzinnych domów pomocy i mieszkań wspomaganych	2021-2025	OPS, UM	
5	Podnoszenie kwalifikacji pracowników pomocy społecznej w zakresie potrzeb seniorów	2021–2025	OPS	
6	Wspieranie rodzin opiekujących się osobami niesamodzielnymi.	2021–2025	NGO, OPS	
7	Koordinacja działań podejmowanych przez podmioty na rzecz seniorów poprzez działania Rady Seniorów Gminy Zbąszynek	2021–2025	RSGZ	
8	Rozpowszechnianie informacji o dostępności do usług świadczonych na rzecz osób starszych przez instytucje i organizacje	2021–2025	OPS	
9	Zlecanie organizacjom pozarządowym	2021-2025	GZ, OPS	



	usług publicznych z zakresu pomocy społecznej w obszarze wsparcia zbąszyneckich seniorów			
--	--	--	--	--

### 3. Aktywność i udział w życiu społecznym

#### Rozwój aktywności społecznej, kulturalnej i zawodowej osób starszych,

w tym szczególnie: wzrost aktywności osób starszych w życiu społecznym, wzrost aktywności osób starszych w życiu kulturalnym, promocja aktywności osób starszych.

Lp.	Nazwa zadania	Okres realizacji	Realizator	Uwagi
1	Rozwój wolontariatu wśród osób starszych, w tym pomocy sąsiedzkiej	2021–2025	OPS, NGO	
2	Wspieranie istniejących i nowo powstających form aktywizacji osób starszych	2021-2025	OPS, NGO	
3	Promowanie w środowisku seniorów form aktywnego spędzania czasu wolnego	2021-2025	OPS, RSGZ	
4	Rozwój usług edukacyjnych adresowanych do osób starszych	2021-2025		
5	Wprowadzanie różnorodnych ofert usług rekreacyjnych, mających na celu rozwój zainteresowań seniorów	2021-2025	NGO, ZOK, OSiR	
6	Kontynuacja działań na rzecz funkcjonowania Obywatelskiej Rady Seniorów	2021-2025	OPS, UM	
7	Zwiększenie dostępności do oferty kulturalnej	2021-2025	ZOK, NGO	
8	Promowanie twórczości artystycznej seniorów (festiwale, przeglądy, strony internetowe)	2021-2025	ZOK, NGO	
9	Prezentacja dobrych praktyk w dziedzinie aktywności osób starszych	2021-2025	OPS, NGO	

### 4. Integracja międzypokoleniowa

#### Podkreślenie ważności integracji międzypokoleniowej,

w tym szczególnie: promowanie i wzmocnienie solidarności między pokoleniami.

Lp.	Nazwa zadania	Okres realizacji	Realizator	Uwagi
1	Organizacja międzypokoleniowych spotkań integracyjnych, kulturalnych, edukacyjnych, okolicznościowych itd.	2021-2025	ZOK, NGO, OPS, UM, OŚWIATA, OSiR, RSGZ	
2	Realizacja projektów i inicjatyw międzypokoleniowych	2021-2025	ZOK, NGO, OPS, OSiR, OŚWIATA	
3	Wspieranie inicjatyw mających na celu promowanie relacji międzypokoleniowych	2021-2025	ZOK, NGO, OPS, OSiR, OŚWIATA	
4	Promowanie pozytywnego wizerunku osoby starszej – wybór SENIORA ROKU	2021-2025	ZOK, NGO, OPS, UM,	Wygląd, wzór, marzenia, kontakt

			OŚWIATA, OSiR, RSGZ	społeczny
--	--	--	------------------------	-----------

## Rozdział VI

### Wskaźniki realizacji zadań/ zakładane rezultaty

Wskaźniki i rezultaty służą monitorowaniu stanu realizacji celów Programu oraz ocenie efektów jego wdrażania w poszczególnych latach realizacji.

Cel	Wskaźniki	Źródło informacji o wskaźnikach
<b>Tworzenie optymalnych warunków ukierunkowanych na utrzymanie i poprawę zdrowia seniorów</b>		
Podnoszenie jakości i dostępności do usług medycznych i rehabilitacyjnych	- liczba miejsc geriatrycznych na terenie Gminy, Powiatu - ilość przeprowadzonych programów zdrowotnych	Placówki służby Zdrowia, UM
Utrzymanie sprawności fizycznej i psychicznej seniorów	- ilość inicjatyw aktywności fizycznej - ilość placów rekreacji ruchowej dla seniorów	NGO, OPS
Wsparcie osób starszych w swoim środowisku	- ilość osób korzystających z usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych - liczba podmiotów świadczących usługi opiekuńcze - ilość placówek wspomagających osoby starsze (dienne domy pobytu, kluby seniora i inne) - wysokość środków przeznaczonych na pomoc finansową i rzeczową osobom starszym	OPS, NGO
Wspieranie systemu opieki nad osobami starszymi niemogącymi samodzielnie funkcjonować	- liczba osób z terenu Gminy umieszczonych w domach pomocy społecznej - liczba pracowników pomocy społecznej przeszkolona w zakresie potrzeb seniorów	OPS
Rozwój systemu informacji i poradnictwa	- ilość punktów informujących o usługach świadczonych na rzecz osób starszych przez instytucje i organizacje	NGO, OPS
<b>Rozwój aktywności społecznej, kulturalnej i zawodowej osób starszych</b>		
Wzrost aktywności osób starszych w życiu społecznym	- wysokość środków z budżetu Gminy przeznaczonych na dofinansowanie realizacji organizacje pozarządowe zadań w obszarze wsparcia zbąszyneckich seniorów - ilość podmiotów współpracujących z DD „S-W” - ilość inicjatyw edukacyjnych adresowanych do osób starszych - ilość projektów rekreacyjnych skierowanych do seniorów	UM, DD „S-W”, ZOK, OSiR, NGO
Wzrost aktywności osób starszych w życiu kulturalnym	- ilość projektów zwiększających dostępności do oferty kulturalnej	Biblioteka Publiczna

		ZOK, NGO, DD „S-W”
Promocja aktywności osób starszych	- ilość projektów promujących twórczość artystyczną seniorów (festiwale, przeglądy, strony internetowe) - ilość przeprowadzonych konkursów promujących aktywność osób starszych, - ilość zorganizowanych konferencji, spotkań i innych wydarzeń prezentujących i promujących aktywność osób starszych	ZOK, NGO, DD „S-W”
<b>Promowanie i wzmocnienie solidarności między pokoleniami</b>		
Promowanie i wzmocnienie solidarności między pokoleniami	- ilość zorganizowanych międzypokoleniowych spotkań integracyjnych, kulturalnych, edukacyjnych, okolicznościowych, itd. - ilość podjętych inicjatyw samopomocowych – pomoc sąsiedzka	DD „S-W”, NGO, Oświata, ZOK

Zakładane rezultaty Programu:

- 1) uzyskanie co najmniej wyniku 50% osób 60+ korzystających z aktywnych form wypoczynku - badanie ankietowe;
- 2) zwiększenie o 10% liczby osób żyjących w wieku 60+;
- 3) zwiększenie o 10% udziału osób 60 + w działalności społecznej ( organizacje, itp.);
- 4) zwiększenie o co najmniej 10% form wsparcia osób starszych;
- 5) udział seniorów w podejmowanych decyzjach władz samorządowych.

## **Rozdział VII: Monitoring i ewaluacja**

Monitoring będzie polegał na gromadzeniu informacji i sprawozdań od Realizatorów uczestniczących w Programie i kontrolowaniu efektów jego realizacji.

W celu oceny realizacji Programu i efektywności zamierzonych rezultatów, zostaną poddane okresowej ocenie działania, podjęte dla uzyskania poszczególnych celów.

Trafność, efektywność i celowość przyjętych działań zostanie oceniona na podstawie analizy rocznych sprawozdań i analiz porównawczych danych statystycznych.

Podmiotami realizującymi program są m.in.:

- Urząd Miejski w Zbąszynku
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Zbąszynku, w tym Dzienny Dom „Senior-Wigor”
- Zbąszyński Uniwersytet Trzeciego Wieku
- Jednostki edukacyjne i instytucje kulturalne
- Zakłady Opieki Zdrowotnej w Zbąszynku
- Zakład Opiekuńczo-Leczniczy w Świebodzinie
- Organizacje pozarządowe, Kościoły i związki wyznaniowe.

Koordynatorem realizacji PWiA będzie OPS w Zbąszynku.

## **Rozdział VI**

### **Podsumowanie**

Analizując sytuację demograficzną Gminy Zbąszynek, bardzo widoczne jest zjawisko starzejącego się społeczeństwa, w sposób analogiczny do pozostałych terenów Polski.

Wychodząc naprzeciw nowym wyzwaniom w dziedzinie wspierania osób w wieku senioralnym, Gmina Zbąszynek wdraża wiele rozwiązań wpływających na podnoszenie jakości życia osób starszych. Program Wsparcia i Aktywności Osób Starszych na lata 2021-2025 ma na celu tworzenie dobrych warunków życia i aktywności społecznej starszych mieszkańców Gminy Zbąszynek. Gminy jeszcze bardziej przyjaznej osobom w wieku senioralnym.

Zawarte w Programie cele i działania realizowane będą w zależności od posiadanych i pozyskanych przez Gminę Zbąszynek i Realizatorów Programu, środków finansowych.

Założenia zawarte w niniejszym Programie są odpowiedzią na informację, że w roku 2060r. już 36,2% społeczeństwa osiągnie wiek 60+.

Odpowiadając na takie zapotrzebowanie, będące kolejnym etapem ewolucji należy uznać, że już dziś niezbędne jest podejmowanie działań, począwszy od najniższych szczebli samorządowych.

### **Załączniki – Zdjęcia**

1. Pomieszczenia zagospodarowane przez Dzienny Dom „Senior-Wigor”
2. Pomieszczenia do zagospodarowania w Centrum Usług Medycznych i Społecznych

1. Pomieszczenia zagospodarowane przez DD „S-W”



## 2. Pomieszczenia do zagospodarowania w Centrum Usług Medycznych i Społecznych

