

Protokół z realizacji projektu pn. „Seniorzy bliżej Europy” w ramach programu ERASMUS PLUS.

Project: 2023-2-PL01-KA210-ADU-000175037



Głównym celem projektu była aktywizacja osób starszych oraz promowanie społecznego zaangażowania członków europejskich organizacji Seniorów, a także działanie na rzecz bezpieczeństwa i dobrostanu osób starszych na poziomie Unii Europejskiej, poprzez dzielenie się wiedzą i metodami pracy organizacji skupiających seniorów z różnych krajów europejskich.

2024/2025

Spis treści

Wstęp	3
1. Prezentacja organizacji uczestniczących w projekcie „ Seniorzy bliżej Europy ” ERASMUS +....	4
1.1. Obywatelski Parlament Seniorów – Polska	4
1.2. FEDERAZIONE NAZIONALE DELLE ASSOCIAZIONI PER I DIRITTI DEGLI ANZIANI (ADA) DI VOLONTARIATO – ODV – Włochy	9
1.3. Confederación Estatal de Mayores Activos – Hiszpania	13
2. Wizyty studyjne.....	17
3. Dobre praktyki.....	19
4. Wnioski ogólne.....	21

Wstęp.

Proces starzenia się społeczeństwa, polegający na wzroście liczby osób w starszym wieku i ich udziału w ogólnej liczbie ludności, przy jednoczesnym spadku liczby i udziału dzieci i młodzieży, jest jedną z najważniejszych determinant działań uprzedzających, jakie obserwujemy w Europie w ostatnich latach w sferze społeczno-gospodarczej (np. podwyższanie wieku emerytalnego, promowanie aktywnego starzenia i solidarności międzygeneracyjnej). Jest konsekwencją zadań organizujących cele i kierunki działania polityk krajowych i wspólnotowych w perspektywie długookresowej.

Świadomość bezsprzeczności procesu starzenia, staje się jednym z najistotniejszych uwarunkowań polityki społecznej i gospodarczej w krajach europejskich.

Polityka wobec osób starszych jest skierowana na interesy i potrzeby osób starszych i ich rodzin, żyjących w danym czasie i na danym obszarze. Opiera się na rozpoznaniu potrzeb i zaplanowaniu konkretnych działań, by umożliwić tym osobom przede wszystkim w miarę samodzielne życie i zapewnić im poczucie przynależności do społeczeństwa¹.

Mówiąc o zadaniach polityki społecznej wobec ludzi starszych, odnosimy się do obszarów, które można uznać za najbardziej istotne z punktu widzenia realizacji następujących celów²:

- umożliwienia osobom starszym samodzielnego życia, poprzez indywidualizację i dostosowanie świadczeń do ich potrzeb,
- podniesienia ich standardu życia, dzięki udoskonaleniu systemów świadczeń materialnych i usługowych,
- zapewnienia im stabilnej pozycji w strukturze społecznej, poprzez działania sprzyjające integracji, partycypacji, upodmiotowieniu i samodzielności oraz,
- przygotowania jednostek i społeczeństw, w tym społeczności lokalnych do starości.

Powyższe cele dają możliwość identyfikacji obszarów działania, istotnych w procesie zaspokajania potrzeb seniorów. W literaturze przedmiotu³ wskazuje się, iż do najistotniejszych obszarów należą: usługi w zakresie zdrowia (w tym kwestia rehabilitacji), pomoc w prowadzeniu gospodarstwa domowego, utrzymaniu samodzielności i kontaktów społecznych, działania dotyczące stylu życia (czas

¹ Szatur-Jaworska B., Zasady polityk..., s. 9-10; Błędowski P., Polityka wobec ..., s. 205-206.

² Błędowski P., Lokalna polityka społeczna wobec ludzi starych, SGH Monografie i Opracowania nr 510, Warszawa 2002, s. 219.

³ Między innymi: Szukalski P. (red.), Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się, ISP, Warszawa 2009; Błędowski P., Lokalna polityka społeczna wobec ludzi starych, SGH Monografie i Opracowania nr 510, Warszawa 2002; Kałuża D., Szukalski P. (red.), Jakość życia seniorów w XXI wieku z perspektywy polityki społecznej, Wydawnictwo Biblioteka, Łódź 2010.

wolny, aktywność społeczna, edukacyjna i kulturalna), aktywność zawodowa, usługi opiekuńcze oraz poradnictwo dotyczące różnych aspektów funkcjonowania osób starszych w społeczeństwie.

Jednym z głównych zadań polityki społecznej staje się zatem stworzenie warunków do aktywnego starzenia się, które wg definicji OECD z 1998 roku jest identyfikowane jako „zdolność ludzi do tego, by mimo upływu lat prowadzić produktywne życie w sferze społecznej i gospodarczej. Oznacza to, że ludzie potrafią dokonywać elastycznych wyborów w zarządzaniu swoim czasem na przestrzeni życia – czasem poświęcanym na naukę, pracę, odpoczynek i zapewnienie opieki innym”⁴. Ludzie starzy napotykają jednak przeszkody utrudniające im prowadzenie aktywnego życia (stan zdrowia, nieelastyczne rynki pracy, bariery edukacyjne, stereotypy społeczne). Polityka aktywnego starzenia się powinna przede wszystkim pomagać w przezwyciężaniu tych przeszkód⁵ w zidentyfikowanych, kluczowych obszarach.

⁴ Za: Perek-Białas J., Worek B., Aktywne starzenie się. Aktywna starość-określenie pojęć, w: Perek-Białas J. (red.), Aktywne starzenie się. Aktywna starość, Wyd. Aureus, Kraków 2005, s. 13.
Tamże, s. 13.

1. Prezentacja organizacji uczestniczących w projekcie „Seniorzy bliżej Europy”.

1.1. Obywatelski Parlament Seniorów – Polska.

1 października 2015 r. (Międzynarodowy Dzień Osób Starszych) w Sali Posiedzeń Sejmu RP zainaugurowano pierwszą sesję **Obywatelskiego Parlamentu Seniorów**, wypełniając tym samym rekomendację Parlamentu Europejskiego, która zaleca powołanie w każdym państwie członkowskim UE Parlamentu Seniorów mającego wpływ na politykę państwa wobec osób starszych. Parlament zorganizowały trzy środowiska inicjatywne: Uniwersytety Trzeciego Wieku, Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów oraz gminne rady seniorów. Zaproszono do współpracy także inne organizacje senioralne, związkowe, reprezentujące służby mundurowe, organizacje pacjenckie, konsumenckie, a także ekumeniczne i kościelne, które zgłosiły swoich delegatów.

Priorytetowe działania OPS to:

- reprezentacja seniorów wobec władz publicznych,
- monitorowanie i ocena rządowych programów senioralnych,
- formułowanie stanowisk i opinii w sprawach dotyczących osób starszych,
- inicjowanie i wspieranie rozwiązań prawnych, organizacyjnych i finansowych poprawiających sytuację życiową tych osób, jak również
- podejmowanie działań przeciwko wszelkim przejawom dyskryminacji ze względu na wiek

Ważnym obszarem działań OPS jest promowanie aktywności społecznej i obywatelskiej seniorów, wolontariatu osób starszych i współpracy międzypokoleniowej. W 2015 roku wybrano 460 delegatów na jednoroczną kadencję oraz ukształtowano organy OPS.

Kolejne kadencje są trzyletnie. Obecna 2023-2025 kończy się w dniu sesji 1 października 2025 r. Obywatelski Parlament Seniorów powołał struktury w postaci **Delegatur Regionalnych OPS** w czternastu województwach: dolnośląskim, pomorskim, lubuskim, kujawsko-pomorskim, warmińsko-mazurskim, śląskim, świętokrzyskim, mazowieckim, zachodniopomorskim, wielkopolskim, podlaskim, śląskim, małopolskim i łódzkim. Praktyka pokazała, że delegatury odgrywają nieocenioną rolę w pobudzaniu aktywności obywatelskiej, pozyskiwaniu wiedzy i integracji różnych środowisk senioralnych toteż priorytetowym kierunkiem działania jest organizacja struktur regionalnych w pozostałych województwach.

Podstawową formą działania jest prowadzenie stałego dialogu z władzami publicznymi, między różnymi środowiskami seniorów oraz dialogu międzypokoleniowego, zaś dewizą działania - apolityczność i neutralność światopoglądowa.

Celami OPS są:

- integracja oraz rzecznictwo interesów środowiska senioralnego,
- systematyczne monitorowanie sytuacji osób starszych we wszystkich obszarach ich funkcjonowania,
- społeczny dialog, a także prezentowanie stanowisk dotyczących polityki senioralnej.

„Seniorzy i przyszłość Polski” – to symboliczne motto działania Obywatelskiego Parlamentu Seniorów. Polska stoi bowiem w obliczu poważnych wyzwań demograficznych związanych z realną perspektywą dużego spadku ogólnej liczby mieszkańców, a zarazem systematycznym wzrostem liczby i udziału populacji osób starszych, tj. poważnym naruszeniem równowagi międzypokoleniowej, jak również różnorodnych perturbacji na rynku pracy, finansowania ochrony zdrowia, zapewnienia opieki nad osobami niesamodzielnymi itp.

Sytuacja ta wymaga aktywnej i kompleksowej polityki społecznej, w tym senioralnej, opartej na długofalowych działaniach władz publicznych przy aprobachie, zaufaniu i uczestnictwie całego społeczeństwa, w tym organizacji przedstawicielskich osób starszych.

Ważnym elementem działalności OPS są rekomendacje Obywatelskiego Parlamentu Seniorów skierowane do urzędów centralnych i władz samorządowych wszystkich szczebli oraz dla własnych działań programowych. Poczucie bezpieczeństwa zdrowotnego i społecznego seniorów wymaga od Rządu różnorodnych działań wspierających, uwzględniających narastające koszty utrzymania. Nadrzędnym celem społeczeństwa obywatelskiego powinno być równe traktowanie seniorów, w tym uwzględnienie solidarności międzypokoleniowej.

Obywatelski Parlament Seniorów w swoich działaniach występował i nadal będzie występował o realizację następujących postulatów zgłaszanych przez środowiska senioralne.

I tak:

1. Do **Ministra Zdrowia** wnosimy o poprawę dostępu osób starszych do świadczeń medycznych, w szczególności do lekarzy specjalistów, w tym geriatrów, oraz do usług rehabilitacyjnych. Apelujemy o uwzględnienie ochrony zdrowia psychicznego seniorów w polityce zdrowia publicznego oraz opracowanie Polskiego Planu Alzheimerowskiego, obejmującego badania naukowe, nowoczesne standardy leczenia i opieki oraz niezbędne wsparcie dla chorych i ich opiekunów.

2. Do **władz samorządowych** o utworzenie w każdej gminie punktów informacji o przepisach dot. różnych form wsparcia seniorów i możliwościach uzyskania pomocy.
3. Do **władz rządowych** o podjęcie rozwiązań mających na celu wsparcie najsłabszych grup seniorów – osób niesamodzielných, z niepełnosprawnościami, mieszkających samotnie, niemających opieki ze strony dzieci lub rodziny, tak aby osoby te mogły jak najdłużej mieszkać we własnym domu.
4. Do **władz rządowych** apelujemy o zorganizowanie Centrum Informacji dla Seniora, utworzenie Ogólnopolskiego Telefonu Zaufania dla Seniora, a także o cykliczne programy o seniorach i dla seniorów w publicznych mediach – w prasie, radiu i telewizji.
5. Apelujemy do **władz rządowych i samorządowych** o walkę z wykluczeniem komunikacyjnym małych miejscowości, bardzo uciążliwym dla osób starszych.
6. Rekomendujemy **Rozbudowę przyjaznych** dla osób starszych domów opieki społecznej (DPS), zarówno opieki dziennej, jak i całodobowej, która powinna być jednym z priorytetów polityki senioralnej.
7. Apelujemy do **instytucji rządowych, organów władzy samorządowej** wszystkich szczebli, do instytutów organizujących konkursy celowe, do spółek Skarbu Państwa i do firm prywatnych o finansowe wspieranie – poprzez Stowarzyszenie „Obywatelski Parlament Seniorów” – wszelkich przedsięwzięć Obywatelskiego Parlamentu Seniorów i jego delegatur regionalnych, mających na celu aktywizację, poprawę bezpieczeństwa, warunków życia i zdrowia osób starszych.
8. Apelujemy do **Ministerstwa Infrastruktury** o likwidowanie barier architektonicznych w budownictwie w blokach powyżej drugiego piętra, a także o projektowanie mieszkań na parterze przeznaczanych dla seniorów i dla osób z niepełnosprawnościami.
9. Rząd, władze samorządowe oraz media powinny prowadzić **częste kampanie informacyjne** dla osób starszych o zagrożeniach wynikających z dezinformacji podawanej przez Internet, nie wyłączając zagadnień związanych z zagrożeniami terrorystycznymi, bezpieczeństwem powszechnym i zagrożeniem przestępczością pospolitą.
10. Apelujemy do władz rządowych i samorządowych o podejmowanie działań w ochronie praw osób starszych, w tym o likwidację dyskryminacji ze względu na wiek, która negatywnie wpływa na ich uczestnictwo w każdym aspekcie życia społecznego.
11. W nadchodzących dziesięcioleciach wzrosną odsetek i liczba osób starszych w społeczeństwie. Zmiany w strukturze wiekowej populacji wymuszą zmiany struktury zatrudnienia.

Dlatego wnosimy o:

- tworzenie uregulowań prawnych stanowiących zachętę biznesową dla pracodawcy z tytułu zatrudniania w mniejszym wymiarze godzin osób posiadających uprawnienia emerytalne,
- tworzenie instrumentów na doszkalanie/przekwalifikowanie do poszukiwanych specjalności.

1. Najpilniejszą sprawą z zakresu ustawodawstwa jest potrzeba nowelizacji ustawy o osobach starszych m.in. w zakresie:

- umocowania prawnego dla funkcjonowania ogólnopolskiej reprezentacji seniorów będącej partnerem rządu i parlamentu w kreowaniu polityki senioralnej, jaką statutowo jest OPS, z określeniem zasad jej finansowania,
- rozszerzenia ustawy o obszar przeciwdziałania przemocy wobec osób starszych,
- zweryfikowania definicji osoby starszej, a także wprowadzenia definicji organizacji senioralnej,
- nadania raportowi o sytuacji osób starszych formy wartościującej, tj. wyrażającej opinię o zaspokojeniu potrzeb w analizowanych obszarach, a nie jedynie przedstawienia zbioru informacji statystycznych,
- wykorzystania w tworzeniu ww. raportu potencjału organizacji pozarządowych.

Obywatelski Parlament Seniorów (OPS) od momentu swojego powstania stał się ważnym głosem środowiska senioralnego w Polsce. W obliczu dynamicznych zmian demograficznych i społecznych, organizacja ta stoi przed kluczowymi wyborami, które zadecydują o jej przyszłej skuteczności i roli w społeczeństwie. Przed OPS rysuje się paleta wyzwań, obiecujących szans oraz potencjalnych zagrożeń, które wymagają strategicznego podejścia i konsekwentnych działań⁶.

Szanse: Wykorzystać potencjał starzejącego się społeczeństwa	Zagrożenia: Jak nie stracić zaufania i skuteczności?
1. Rosnąca świadomość starzejącego się społeczeństwa naturalnie wzmacnia potrzebę istnienia i aktywnego działania organizacji reprezentujących seniorów. Ich	1. Marginalizacja głosu seniorów w natłoku innych problemów społecznych i politycznych jest realnym ryzykiem, z którym OPS musi aktywnie walczyć, nieustannie przypominając o swoich postulatach.

⁶ dr Czesław Ochenduska (cochenduska@gmail.com), <https://parlamentsseniorow.pl/obywatelski-parlament-seniorow-jak-sprostac-wyzwaniom-wykorzystac-szanse-i-uniknac-pulapek/>

głos staje się coraz bardziej istotny w debacie publicznej. 2. Ogromny potencjał tkwiący w samych seniorach – ich wiedza, doświadczenie i chęć do działania – to niewyczerpane źródło energii dla OPS. Umiejętne zaangażowanie tego kapitału może prowadzić do innowacyjnych rozwiązań i skutecznego rozwiązywania problemów. 3. Wykorzystanie nowoczesnych technologii i narzędzi komunikacji stwarza nowe możliwości dotarcia do szerszego grona seniorów, zwiększenia ich zaangażowania i budowania świadomości społecznej na temat ich spraw.	2. Utrata apolitycznego charakteru. Uleganie pokusie politycznego zaangażowania mogłoby nieodwracalnie podważyć zaufanie środowiska senioralnego i ograniczyć zdolność OPS do reprezentowania wszystkich seniorów bez wyjątku. Konsekwentne trzymanie się zasad neutralności politycznej jest fundamentem wiarygodności organizacji. 3. Niewystarczające wsparcie ze strony państwa i samorządów w zakresie finansowania i współpracy może znacząco ograniczyć możliwości rozwoju i realizacji celów OPS. 4. Zmęczenie społeczne i trudności w utrzymaniu zaangażowania wolontariuszy stanowią ciągłe wyzwanie, które wymaga kreatywnych strategii motywacyjnych i budowania poczucia wspólnot.
--	--

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych <https://parlamensenirow.pl>

Obecnie wiele działań OPS opiera się na wolontariacie i zaangażowaniu samych seniorów. To ogromna siła i dowód na ich aktywność obywatelską. Jednak, aby OPS mógł skutecznie realizować coraz bardziej złożone zadania i zwiększać swój wpływ, niezbędna jest pewna doza profesjonalizacji poprzez:

- Wzmocnienie administracji i zarządzania;
- Profesjonalną strategię komunikacji i public relations;
- Pozyskiwanie funduszy (fundraising);
- Wsparcie prawne i doradztwo.

1.2. FEDERAZIONE NAZIONALE DELLE ASSOCIAZIONI PER I DIRITTI DEGLI ANZIANI (ADA) DI VOLONTARIATO – ODV – Włochy.

Ada, Stowarzyszenie na Rzecz Praw Osób Starszych, utworzone w 1990 r., promowane przez Uil Pensionati, jako stowarzyszenie na rzecz ochrony praw osób starszych. Jest członkiem Krajowego Forum Trzeciego Sektora od kwietnia 2005 r.

Ada jest apolitycznym, bezpartyjnym i non-profitowym stowarzyszeniem, działającym na szczeblu krajowym, posiadającym oddziały regionalne i prowincjonalne, zjednoczonym tymi samymi zasadami i scentralizowaną koordynacją.

Stowarzyszenie zajmuje się wieloma problemami i zagadnieniami, które dotyczą wszystkich obywateli, ale głównie osób starszych. Problemy i zagadnienia związane ze zdrowiem; zagadnienia społeczne; relacje rodzinne i interpersonalne; życie codzienne; reintegracja społeczna; polityka mieszkaniowa; relacje z administracją publiczną.

W działalności i celach stowarzyszenia szczególną wagę przywiązujemy do relacji międzypokoleniowych, wychodząc z założenia, że wymiana doświadczeń między osobami starszymi i młodymi jest podstawą solidarnego społeczeństwa, a osoby starsze stanowią podstawowe źródło życia obywatelskiego.

Ponadto Ada jest silnie zaangażowana we wspieranie edukacji dorosłych przez całe życie, jest przekonana, że wśród podstawowych praw osób starszych jest również prawo do edukacji i kultury przez całe życie. Zachęcanie osób starszych do zdobywania nowej wiedzy i umiejętności oznacza również walkę z wykluczeniem społecznym i poprawę jakości życia indywidualnego, społecznego i zawodowego.

Aby zachęcić osoby starsze do socjalizacji, a także do wymiany kulturalnej i spotkań osób w różnym wieku, Ada promuje liczne wydarzenia kulturalne związane z turystyką, sportem, rekreacją i szkoleniami.

ADA promuje dialog międzypokoleniowy, który jest podstawowym narzędziem budowania spójnego i wspierającego społeczeństwa opartego na wymianie doświadczeń między młodymi i starszymi.

Jedną z najważniejszych inicjatyw kulturalnych była wystawa „Lontane America” poświęcona włoskiej emigracji zamorskiej na początku XX wieku.

ADA podpisała memorandum o porozumieniu z ANASTE, akronimem zrzeszającym prywatne placówki działające w sektorze opieki mieszkaniowej dla seniorów, zarówno samodzielnych, jak i niesamodzielnych, w celu promowania kultury animacji geriatrycznej.

W ramach solidarności skierowanej do najsłabszych, wdrożony został projekt dotyczący wielofunkcyjnego ośrodka solidarności, który ma służyć mieszkańcom Camerino, w prowincji Macerata – jednego z obszarów najbardziej dotkniętych trzęsieniem ziemi, które w 2016 r. dramatycznie nawiedziło środkowe Włochy – ze szczególnym uwzględnieniem osób starszych.

W ostatnich czasach, naznaczonych problematyczną sytuacją spowodowaną pandemią, która rozprzestrzeniła się w 2020 r., ADA skoncentrowała swoje wysiłki na **zapewnianiu wsparcia domowego osobom starszym** za pośrednictwem swojej sieci stowarzyszeń, a także, w ramach projektu „Siamo in ascolto”, na zapewnieniu zdalnej usługi pomocy społecznej i psychologicznej osobom znajdującym się w trudnej sytuacji w tym okresie.

Narodowa Federacja ADA od 2024 r. w pełni wkracza w erę wielkich zmian w społeczeństwie. Zmiany klimatyczne, rosnące nierówności, większe zapotrzebowanie na solidarność społeczną, centralne miejsce osób starszych, przekazywanie wiedzy nowym pokoleniom, walka z ubóstwem edukacyjnym, zrównoważony rozwój, miasta gotowe na długowieczność, międzypokoleniowość, zdrowie i kruchość.

Ale także równość płci, walka z przemocą wobec kobiet, akceptacja i integracja w odniesieniu do imigracji, nowe i krytyczne technologie, nowe prawa człowieka i prawa socjalne, integralny rozwój człowieka – wszystkie te kwestie stanowią nowe wyzwania, którym muszą stawić czoła „transformatorzy społeczni”, aktywiści zmian.

Krajowa Federacja ADA jest członkiem NARODOWEGO FORUM TRZECIEGO SEKTORA, w szczególności zasiada w Krajowej Radzie Gwarancyjnej; ponadto jest obecna wraz ze swoimi delegatami w konsultacjach krajowych i organizacjach regionalnych promowanych przez samo Forum.

Reprezentując Krajowe Forum Trzeciego Sektora, Krajowa Federacja ADA zasiada jako członek „Podkomisji Strategii Inteligentnej Specjalizacji” (Dekret nr 289 z dnia 10 października 2024 r., Prezydium Rady Ministrów – Departament Polityki Spójności). Na mocy Dekretu Ministerialnego nr 201 z dnia 19.12.2024 r. Krajowa Federacja ADA zostaje mianowana, za pośrednictwem Prezydium, członkiem Krajowej Rady Trzeciego Sektora, ustanowionej zgodnie z art. 58 ust. 1 Kodeksu Trzeciego Sektora, w Ministerstwie Pracy i Polityki Społecznej.

ADA realizuje między innymi następujące projekty:

„Sieć Pomocy” – nowa inicjatywa dedykowaną osobom powyżej 65. roku życia, której celem jest walka z samotnością i oferowanie konkretnego wsparcia osobom starszym i ich rodzinom.

Projekt jest promowany przez ADA Umbria przy wsparciu Fundacji Perugia i współpracy Gminy i Associazione Professione Psicologo. Centralnym punktem jest **aktywne biurko słuchania**, otwarte trzy dni w tygodniu, aby odbierać raporty, dostarczać informacje i przechwytywać sytuacje kruchości. Zaplanowano również spotkania informacyjne dla obywateli i bezpłatny sześciomiesięczny kurs dla 15-20 asystentów rodzinnych we współpracy z Uniwersytetem La Sapienza. Projekt obejmuje platformę cyfrową do utrzymywania kontaktu z użytkownikami. Podczas spotkania prezentacyjnego radna Costanza Spera podkreśliła znaczenie sieci w integracji usług socjalnych, podczas gdy prezes ADA

Umbria ODV, Luciano Taborchi, zwrócił uwagę na rosnącą liczbę samotnych osób starszych, podkreślając fundamentalną rolę wolontariatu. **Sieć Pomocy** jest częścią szerszego kontekstu regionalnych i krajowych inicjatyw na rzecz osób starszych, promujących pomoc bliskości jako alternatywę dla instytucjonalizacji.

„Ocalmy żywność” – celem projektu jest **ograniczenie marnowania żywności i wsparcie osób żyjących w ubóstwie lub w trudnej sytuacji społecznej**, wzmacniając rolę Trzeciego Sektora. Poprzez odzyskiwanie nadwyżek żywności z handlu detalicznego na dużą skalę (GDO), restauracji, targowisk i małych przedsiębiorców, zostanie utworzony obieg redystrybucji odzyskanej żywności w formie posiłków socjalnych lub paczek żywnościowych.

Działania są zintegrowane z kampaniami edukacyjnymi i uświadamiającymi na temat kwestii zrównoważonego rozwoju żywności i świadomych zakupów, skierowanymi do szkół, stowarzyszeń i firm, z warsztatami i wydarzeniami lokalnymi. Projekt przewiduje również skuteczną koordynację monitorowania i oceny, a także może obejmować środki wsparcia społecznego, takie jak porady dotyczące zarządzania budżetem rodzinnym lub wsparcie medyczne, promujące włączenie społeczne.

Celem jest stworzenie zrównoważonego modelu, który pozwoli ograniczyć marnotrawstwo i promować solidarność i integrację.

„Aktywna integracja na rzecz jakości życia” – główny cel projektu to odpowiedź na potrzebę zagwarantowania konkretnej pomocy osobom starszym w stanie kruchości, które mieszkają w zaniedbanych dzielnicach miejskich i małych społecznościach, i które po izolacji i porzuceniu terytoriów przez rodziny i młodzież ryzykują wczesną hospitalizację z powodu depresji i poczucia porzucenia. Jednocześnie uważa się za niezbędne zwiększenie u młodych ludzi poczucia współodpowiedzialności obywatelskiej, opieki i troski, również opartej na kulturze wolontariatu, niezbędnej do wzmocnienia tkanki łącznej tych rzeczywistości. Szczególne znaczenie w działalności i celach stowarzyszenia przywiązuje się do relacji międzypokoleniowych, w przekonaniu, że wymiana doświadczeń między osobami starszymi a młodymi jest podstawą wspierającego społeczeństwa, a osoby starsze stanowią podstawowe źródło życia obywatelskiego. ADA jest ponadto silnie zaangażowane we wspieranie edukacji dorosłych przez całe życie, przekonane, że wśród podstawowych praw osób starszych znajduje się również prawo do edukacji i kultury przez całe życie. Projekt ma na celu przeprowadzenie szeregu działań mających na celu promowanie międzypokoleniowości i zmniejszenie zjawisk trudności i marginalizacji społecznej wobec osób starszych, a także ma na celu rozwijanie kultury wolontariatu, zwłaszcza wśród ludzi młodych, oraz rozwijanie i wzmacnianie aktywnego obywatelstwa, począwszy od szkół, poprzez zaangażowanie osób powyżej 65. roku życia, zwłaszcza w celu ochrony i zwiększenia dóbr wspólnych. Kontekst terytorialny, w którym zostanie opracowany wniosek, nieśmiało dojrzewał

przez lata w działaniach na rzecz ochrony osób powyżej 65. roku życia, ale nadal jest daleko od skutecznego przywrócenia relacji i solidarności między pokoleniami. Starzenie się demograficzne jest szybko rozwijającym się zjawiskiem społecznym, osoby starsze stanowią kategorię zwiększonego ryzyka izolacji społecznej, ze względu na problemy zdrowotne, obniżony nastrój i trudności w komunikacji, które negatywnie wpływają na samopoczucie jednostki. Starzenie się jest zjawiskiem fizjologicznym, naturalnym, na które wpływają różne czynniki, w tym społeczne i kulturowe.

„Zapewniamy transport publiczny on-line” – projekt zakłada przeprowadzenie szeregu działań mających na celu promowanie solidarności społecznej, równości, międzypokoleniowości i ograniczanie zjawisk trudności i marginalizacji społecznej osób starszych, a także rozwijanie kultury wolontariatu, zwłaszcza wśród ludzi młodych. Starzenie się demograficzne jest szybko rozwijającym się zjawiskiem społecznym, osoby starsze stanowią kategorię zwiększonego ryzyka izolacji społecznej z powodu problemów zdrowotnych, obniżonego nastroju i trudności w komunikacji, które negatywnie wpływają na dobrostan jednostki. Projekt ma na celu zaoferowanie beneficjentom interwencji (osobom starszym, młodym i całej społeczności) usług transportu socjalnego w sieci, integrując i wspierając, usługi punktu obsługi klienta i warsztaty międzypokoleniowe, wykorzystując dostępne zasoby i możliwości współpracy w celu promowania bardziej inkluzywnego i wspierającego społeczeństwa.

1.3. Confederación Estatal de Mayores Activos – Hiszpania.

"Wolontariat przynosi korzyści nie tylko tym, którzy otrzymują pomoc, ale także tym, którzy ją oferują" - powiedziała dyrektor CONFEMAC, Maria Jose Sanchez, która podkreśliła, że bycie aktywnym i zaangażowanym w społeczeństwo znacząco przyczynia się do dobrobytu osób starszych.

CONFEMAC oficjalnie stał się państwowym podmiotem asocjacyjnym z największego sektora w dniu 19 grudnia 2003 r. Swoją działalność rozpoczął w 2004 roku od Majors Solidarios, programu gwiazdnej jednostki, który działa nieprzerwanie od czasu jego powstania, jako przedstawiciel, że osoby starsze mogą nadal być aktywne i produktywne dla społeczeństwa.

W ciągu tych lat prowadzone były programy we wszystkich Wspólnotach Autonomicznych, głównie programy szkoleniowe, które pomagają ludziom, po zakończeniu etapu pracy, nadal rosnąć, jednocześnie dążąc do pełni życiowej. W tym okresie przeprowadzonych zostało kilka spotkań, z których niektóre zakończyły się publikacjami książkowymi lub artykułami, które przyczyniają się do poprawy starości.

Misją CONFEMAC jest promowanie rozwoju i dobrobytu osób starszych poprzez działania badawcze, szkoleniowe i solidarnościowe, które prowadzą do aktywnego starzenia się, które pomogą im osiągnąć pełne życie i pozostać użytecznym dla społeczeństwa.

Z kolei **wizją CONFEMAC** jest bycie odniesieniem jakościowym w dobrowolnym działaniu i w uczestnictwie osób starszych, tak aby ich doświadczenie było dla dobra samego siebie i społeczeństwa.

Prezes CONFEMAC Pani Gloria Veiga powiedziała, że „głównym celem naszego bytu, od momentu jego powstania w 2004 r., było wykazanie społeczeństwu, że dojrzałość może stać się procesem wzbogacającym. Inteligentne starzenie się jest zadaniem na całe życie, ale zwłaszcza po przejściu na emeryturę ludzie mogą i muszą pozostać w pełni zintegrowani ze społeczeństwem, jako elementy dynamizujące, a nie jak już zamortyzowane tematy, które nie mają nic wspólnego”.

Cele strategiczne CONFEMAC.

Przede wszystkim być podmiotem referencyjnym w obserwowaniu zmian zachodzących u osób, które uzyskują dostęp do etapu emerytalnego. Zapewnić nowe formy i modele życia starości, zgodnego z rzeczywistością każdej chwili. Przeprowadzić działania mające na celu umożliwienie osobom starszym pomaganie im w realizacji ich roli w społeczeństwie i rozwijanie ich potencjału jako pełnych obywateli.

Cel strategiczny	Cel operacyjny
1. Wzmocnić bazę partnerską CONFEMAC i regularne funkcjonowanie jej działalności.	• Zwiększenie liczby podmiotów członkowskich CONFEMAC; • Systematyczne zwykłe relacje z podmiotami członkowskimi; • Poszukiwać specjalizacji członków Rady Zarządzającej w obszarach zainteresowania; • Przeanalizuj obowiązki pracowników i przystąpić do procesów pracy; • Zainicjuj podmiot z certyfikatami jakości; • Bądź wierny realizacji naszych procesów wewnętrznych, a także realizacji programów.
2. Podejmij działania, które promują osobisty rozwój osób starszych, a które przekładają się na fakty, wartość doświadczenia dla społeczeństwa.	• Utrzymanie kierunków solidarnościowych jako programu referencyjnego dla CONFEMAC; • Promowanie aktywnego starzenia się EMISOR jako własnej idei CONFEMAC; • Opracowanie programu szkoleń;

	• Kontynuowanie odkrywania nowych potrzeb i generowanie nowych reakcji szkoleniowych; • Zwiększenie działań w zakresie obrony praw osób starszych.
3. Współpraca z instytucjami publicznymi i prywatnymi.	• Utrzymuj stały kontakt z instytucjami, z którymi regularnie pracujemy; • Zawsze być otwartym na publikowanie nowych podmiotów w celach podobnych do tych, które mają miejsce w CONFEMAC, oraz inicjowanie nowych form współpracy poprzez tworzenie sieci; • Aby usprawnić szkolenia i aktualizację profesjonalistów; • Utrzymanie otwartej ścieżki badań i programów dotyczących zagadnień geologicznych; • Rozpowszechnianie wobec innych podmiotów filozofii i działalności CONFEMAC.
4. Utrzymanie wystarczalności gospodarczej poprzez dywersyfikację źródeł finansowania.	• Otwórz linię współpracy z podmiotami innymi niż Administracja, które chcą wspierać nasze programy; • Zwiększenie finansowania programów poprzez alternatywę dla dotacji; • Dostosowanie działalności każdego momentu do realnych możliwości finansowania; • Wygeneruj zasoby własne.
5. Zachowanie wsparcia Rady Doradczej jako zewnętrznego elementu stymulowania naszych celów instytucjonalnych.	• Przegląd i usprawnienie funkcjonowania Rady Doradczej; • Zoptymalizuj procedurę komunikacji.

Źródło: opracowanie własne na podstawie planu strategicznego CONFEMAC 2022-2025.

Strategia dobrego traktowania osób starszych.



Źródło: opracowanie własne na podstawie danych CONFEMAC, <https://www.confemac.net/hacia-el-buen-trato>

2. Wizyty studyjne.

1 czerwca 2024 roku rozpoczęliśmy realizację projektu partnerstwa europejskiego Erasmus +

pt.: „Seniorzy bliżej Europy”, którego celem była aktywizacja osób starszych oraz promowanie społecznego zaangażowania. Projekt przygotowany został przez Obywatelski Parlament Seniorów OPS oraz organizacje senioralne z Hiszpanii (Confederación Estatal de Mayores Activos) i Włoch (FEDERAZIONE NAZIONALE DELLE ASSOCIAZIONI PER I DIRITTI DEGLI ANZIANI (ADA) DI VOLONTARIATO), i przy współpracy Polskim Stowarzyszeniem Pomocy Osobom z Chorobą Alzheimera.

Pierwsza wizyta studyjna odbyła się w Warszawie, w której uczestniczyli przedstawiciele reprezentujący organizacje uczestniczące w projekcie. W pierwszym dniu wizyty uczestnicy programu Erasmus+ odwiedzili Ośrodek Wsparcia dla Seniorów nr 2 na Bielanach w Warszawie oraz Centrum Alzheimera również w Warszawie.

Podczas kolejnego dnia nasi partnerzy uczestniczyli w Konferencji Warszawsko Mazowieckiej Delegatury OPS, pod honorowym patronatem Marszałka Województwa Mazowieckiego Pana Adama Struzika. W Konferencji uczestniczyli: Wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski, przedstawiciele miasta stołecznego Warszawy, urzędów Marszałka i Wojewody. Przewodnicząca Delegatury warszawsko-mazowieckiej Elżbieta Wiśniewska dokonała podsumowania dotychczasowej działalności oraz przedstawiła plan pracy na kolejny rok. W kolejnym dniu podsumowaliśmy wizytę projektu Erasmus+. Uczestnicy programu byli pod wrażeniem aktywności polskich seniorów i pomocy jaką otrzymują ze strony jednostek samorządu i państwa polskiego.

W dniu 30 listopada 2024 r. rozpoczęta została kolejna wizyta studyjna. Tym razem odwiedziliśmy Rzym i FEDERAZIONE NAZIONALE DELLE ASSOCIAZIONI PER I DIRITTI DEGLI ANZIANI (ADA) DI VOLONTARIATO. Wizytę w Rzymie rozpoczęliśmy od spotkania w siedzibie organizacji ADA Nazionale by wspólnie z grupą przybyłą z Hiszpanii uczestniczyć w spotkaniu z przedstawicielami wyższego szczebla Federazione Nazionale ADA Associazione Per I Diritti Degli Anziani – ODV. Uczestnicy spotkania mieli zapewnione tłumaczenie z języka włoskiego na polski oraz hiszpański. Otrzymane materiały drukowane, zostały przygotowane w języku angielskim. W toku wystąpienia przedstawiciel ADA posłużył się prezentacją, w której zaprezentował m.in. porównanie pewnych istotnych aspektów różniących Włochy, Polskę i Hiszpanię, a dotyczące np. historycznych początków powstania organizacji działających na rzecz Seniorów, głównych sektorów działania, wkładu państwa, roli religii oraz najważniejszych wyzwań. Kolejna wizyta w Rzymie została zaplanowana w prywatnym ośrodku dla Seniorów, gdzie dyrektor placówki przedstawił zasady jej działania. Przedstawiciele Hiszpanii i Polski byli bardzo zainteresowani funkcjonowaniem takiej placówki, dlatego było sporo pytań dotyczących

między innymi sposobów finansowania opieki nad seniorami, realizacji praw człowieka wobec osób niesprawnych fizycznie i intelektualnie w stopniu znacznym wynikłym np. z wieku, przygotowania kadr do pracy z Seniorami. Pobyt w ośrodku zakończyło zwiedzanie placówki. Udział w pierwszej wizycie zagranicznej projektu i zebrane w toku spotkań i rozmów doświadczenia procentować będą w przyszłej pracy społecznej, tak w Hiszpanii jak i w Polsce.

Następną wizytę studyjną przedstawiciele organizacji włoskiej i polskiej odbyli w Sewilli w Hiszpanii.

Celem wizyty było promowanie uczenia się przez całe życie, aktywizacja zawodowa, wolontariat, a także wymiana międzypokoleniowa. Uczestnicy z Polski i Włoch mieli okazję zapoznać się z systemem edukacji nieformalnej dla Seniorów, hiszpańską kulturą oraz brać udział w zajęciach integracyjnych i warsztatowych.

Partnerem projektu przyjmującym była organizacja Confederación Estatal de Mayores Activos - z Seville w Hiszpanii. Organizacja ta działa na rzecz dorosłych i Seniorów promując wolontariat i wymianę międzypokoleniową.

Seniorzy mieli okazję uczestniczyć w organizowanym co roku spotkaniu ze wszystkimi wolontariuszami CONFEMAC. Była to okazja do zaprezentowania przez przedstawicieli - uczestników programu ERASMUS+ działalności wolontariackiej na terenie krajów uczestniczących w projekcie. Podczas spotkania były podziękowania i nagrody dla osób najbardziej zaangażowanych w wolontariat regionalny. Kolejne spotkanie Seniorów było efektem współpracy CONFEMAC z Uniwersytetem Pablo de Olavide, a które dotyczyło współpracy międzypokoleniowej ze studentami. Tematem spotkania były "Doświadczenia i promocja przedsiębiorczości wśród młodzieży". Seniorzy opowiadali o tym jak sobie radzili 40 i więcej lat temu. Było dużo pytań ze strony studentów do Seniorów opowiadających swoje historie. Aktywnie uczestniczyli w spotkaniu również Seniorzy z Polski.

Wizyta studyjna w Sewilli obejmowała zajęcia edukacyjne, wymianę doświadczeń, udział w wydarzeniu kulturalnym - występ flamenco, integrację uczestników i poznawanie lokalnej kuchni.

Wizyta w Sewilli była inspirująca i pozwoliła nie tylko poszerzyć wiedzę na temat wolontariatu, czy aktywizacji zawodowej, ale także poznać kulturę hiszpańską. Szczególnie cenna była możliwość kontaktu z lokalną społecznością senioralną, wymiana doświadczeń edukacyjnych.

Podczas ostatniego dnia wizyty studyjnej w Sewilli dokonano podsumowania projektu „Seniorzy bliżej Europy” realizowanego w ramach programu ERASMUS+. CONFEMAC przybliżył uczestnikom swoją działalność i zaangażowanie w pracach na rzecz osób starszych. Stowarzyszenie ADA podsumowało swoje działania dotyczące wolontariatu, a przedstawiciel z OPS - swoje zaangażowanie w pomoc Seniorom i rekomendowanie problemów na wyższe szczeble urzędnicze.

3. Dobre praktyki.

Wykaz dobrych praktyk stosowanych przez organizacje działające na rzecz osób starszych, w ramach poszczególnych działań.

Działanie	Dobre praktyki
Obrona praw osób starszych: - walka z dyskryminacją, -ochrona praw socjalnych i zdrowotnych, - godne traktowanie osób starszych w instytucjach publicznych.	1.Rzecznictwo społeczne i polityczne; zwiększanie świadomości o prawach seniorów. 2.Budowanie społeczeństwa przyjaznego starzeniu się, walka z dyskryminacją.
Wolontariat i uczestnictwo obywatelskie. -lokalne projekty wsparcia rówieśniczego, -międzypokoleniowe działania społeczne, -zaangażowanie w lokalne rady obywatelskie.	1.Wzmacnianie aktywności społecznej i poczucia przynależności seniorów. 2.Aktywizacja osób starszych, wzmacnianie ich poczucia wartości i sprawczości.
Programy edukacyjne i aktywizujące. -kursy komputerowe i smartfonowe (przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu), -warsztaty na temat zdrowego stylu życia, -działania kulturalne i rekreacyjne (np. wycieczki, teatry, kluby seniora).	1.Poprawa jakości życia, przeciwdziałanie izolacji i pasywności. 2.Wzmacnianie kompetencji i samodzielności osób starszych, przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu. 3. Wzmacnianie kompetencji społecznych i politycznych seniorów.
Partnerstwa z samorządami i instytucjami na poziomie krajowym. -tworzenie polityk senioralnych, -współorganizowanie wydarzeń i kampanii społecznych, -lokalne planowanie usług opiekuńczych, - dialog społeczny – reprezentowanie środowiska senioralnego wobec instytucji rządowych i parlamentu.	1.Współzarządzanie polityką społeczną, budowanie systemów przyjaznych seniorom. 2.Włączanie głosu osób starszych w procesy decyzyjne, tworzenie polityk publicznych zgodnych z ich potrzebami. 3.Umożliwienie realnego wpływu seniorów na polityki publiczne.
Wsparcie socjalne i informacyjne. -pomoc w sprawach administracyjnych i prawnych, -informacje o dostępnych świadczeniach społecznych i zdrowotnych, -wsparcie w sprawach mieszkaniowych i opiekuńczych, - reprezentacja Seniorów całego kraju	1.Kompleksowa pomoc blisko potrzebujących, eliminowanie barier biurokratycznych. 2. Przejrzystość, włączenie społeczne, budowa poczucia wspólnoty.
Promowanie solidarności międzypokoleniowej. -wspólne działania edukacyjne i społeczne, -wymiany doświadczeń i umiejętności (np. mentoring, wspólne warsztaty).	1.Wzmacnianie więzi społecznych, przeciwdziałanie stereotypom wiekowym. 2.Wzmacnianie kompetencji społecznych i politycznych seniorów.
Telefon wsparcia emocjonalnego dla seniorów.	

	Szybki i darmowy dostęp do pomocy psychologicznej, przeciwdziałanie izolacji społecznej.
Monitoring polityki senioralnej	Kontrola społeczna i aktywny udział w procesie stanowienia prawa.

Źródło: opracowanie własne.

Podsumowanie dobrych praktyk

Obszar działań	CONFEMAC (Hiszpania)	ADA (Włochy)	OPS (Polska)
Wsparcie psychiczne i emocjonalne	Telefon wsparcia emocjonalnego dla seniorów (czynny całą dobę)	Pomoc rówieśnicza, działania integrujące	Monitorowanie potrzeb, działania profilaktyczne
Edukacja i aktywizacja seniorów	Kursy cyfrowe, zdrowy styl życia, warsztaty	Kursy komputerowe, działania kulturalne i rekreacyjne	Edukacja obywatelska, sesje plenarne, szkolenia dla liderów
Wolontariat seniorów	Zachęcanie do wolontariatu rówieśniczego	Wolontariat w lokalnych projektach społecznych	Angażowanie w lokalne struktury (rady, organizacje)
Rzecznictwo i prawa seniorów	Kampanie społeczne przeciw ageizmowi	Ochrona praw socjalnych i zdrowotnych	Stanowiska i postulaty wobec rządu i parlamentu
Współpraca z instytucjami	Koordinacja z ministerstwami i władzami lokalnymi	Partnerstwo z gminami i regionami	Dialog z Sejmem RP, ministerstwami, samorządami
Inkluzywność cyfrowa	Szkolenia i warsztaty cyfrowe	Edukacja cyfrowa dla seniorów	Rekomendacje dot. przeciwdziałania wykluczeniu cyfrowemu
Międzypokoleniowość	Wspólne działania międzypokoleniowe	Projekty łączące młodzież i seniorów	Dialog międzypokoleniowy w działaniach lokalnych
Struktura i reprezentacja	Sieć regionalnych delegatur	Federacja lokalnych stowarzyszeń	Demokratyczna reprezentacja środowisk senioralnych z całej Polski
Neutralność polityczna	Tak – działania społeczne	Tak – niezależność od partii	Tak – bezpartyjna reprezentacja interesów seniorów

Źródło: opracowanie własne

4. Wnioski ogólne.

- Wszystkie trzy organizacje wspierają **aktywne i godne starzenie się**, choć każda z nich działa w nieco innym kontekście (społeczno-kulturowym i instytucjonalnym).
- **CONFEMAC** wyróżnia się szczególnie silnym naciskiem na **wsparcie psychiczne i emocjonalne**.
- **ADA** realizuje model oparty na **wolontariacie i wsparciu lokalnym** w ścisłym partnerstwie z instytucjami.
- **OPS** koncentruje się na **reprezentacji i rzecznictwie seniorów na poziomie krajowym**, z akcentem na edukację obywatelską i dialog społeczny.