

Przewodnik dobrych praktyk wypracowanych podczas 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. Wizyty studyjne.....	5
2. Dobre praktyki.....	7
3. Wnioski ogólne.....	9

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. 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 Alzheimer.

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 Alzheimer 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 Sevilli 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.

2. 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

3. 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.