

**Piotr Gierek\***

*Uniwersytet Ignatianum w Krakowie*

<https://orcid.org/0000-0003-1431-795X>

## **AKTYWIZACJA OSÓB STARSZYCH NA PRZYKŁADZIE WYBRANYCH PROGRAMÓW SPOŁECZNYCH MINISTERSTWA RODZINY I POLITYKI SPOŁECZNEJ**

### **Streszczenie**

Współczesne podejście do starości, w obliczu dokonujących się procesów demograficznych i zminimalizowania roli rodziny w udzielaniu seniorom wsparcia i pomocy, dostrzega potrzebę aktywizowania osób starszych w ramach różnego rodzaju przedsięwzięć w tym realizowania programów społecznych nastawionych na aktywizację. Aktywizacja jest ściśle powiązana z aktywnością, jako że oznacza zachęcanie, inspirowanie i pobudzanie do działania. Aktywność nabiera szczególnego znaczenia w wieku senioralnym. Podejmowanie jej jest istotne w utrzymaniu sprawności fizycznej i psychicznej, a także w podtrzymywaniu samodzielności osoby starszej, ma wpływ na ogólny dobrostan i przyczynia się do zmniejszenia skutków wykluczenia społecznego seniorów.

Celem prezentowanego artykułu jest przedstawienie głównych założeń wybranych programów społecznych Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej nastawionych na aktywizację, rozwój i wzmacnianie aktywności u osób starszych. Metodą badawczą, która została wykorzystana w niniejszym artykule jest analiza danych zastanych (*desk research*), która opiera się na korzystaniu z danych wtórnych. Na potrzeby artykułu analizie poddano opracowania, prognozy dot. starzenia się ludności Głównego Urzędu Statystycznego oraz sprawozdania z realizacji programu: „Senior+”, „Aktywni+” oraz „Korpus Wsparcia Seniorów”. Przeprowadzone badania pokazują, że realizacja

---

\* Piotr Gierek – doktor nauk społecznych w zakresie socjologii, adiunkt badawczo-dydaktyczny w Katedrze Edukacji Zdrowotnej, Gerontologii i Geriatrii, Instytutu Nauk o Wychowaniu Uniwersytetu Ignatianum w Krakowie.

tego typu programów, w obliczu postępującego procesu starzenia się społeczeństwa, jest niezmiernie ważna. Działania podejmowane w ramach omówionych programów przyczyniają się do realnych rozwiązań w zakresie sposobów udzielania wsparcia oraz aktywizowania seniorów, a także przynoszą wymierne korzyści dla tej grupy społecznej.

**Słowa kluczowe:** *aktywizacja seniorów, osoby starsze, senior w rodzinie, starość, aktywność*

## ACTIVATION OF ELDERLY PEOPLE ON THE EXAMPLE OF SELECTED SOCIAL PROGRAMS MINISTRY OF FAMILY AND SOCIAL POLICY

### Abstract

The modern approach to old age, in the face of ongoing demographic processes and minimizing the role of the family in providing support and assistance to seniors, sees the need to activate the elderly through various types of projects, including the implementation of social programs aimed at activation. Activation is closely related to activity, as it means encouraging, inspiring and stimulating to action. Activity becomes particularly important in the elderly age. Undertaking it is important in maintaining physical and mental fitness, as well as in maintaining the independence of an elderly person, it affects the general well-being and contributes to reducing the effects of social exclusion of seniors.

The aim of the presented article is to present the main assumptions of selected social programs of the Ministry of Family and Social Policy aimed at activation, development and strengthening the activity of the elderly. The research method used in this article is desk research, which is based on the use of secondary data. For the purpose of the article, studies, forecasts of the aging of the population of the Central Statistical Office and reports on the implementation of the programs: "Senior+", "Active+" and "Senior Support Corps" were analyzed. The conducted research shows that the implementation of such programs is extremely important in the face of the progressive aging of the population. Actions undertaken within the framework of the discussed programs contribute to real solutions in terms of ways of providing support and activating seniors, and also bring measurable benefits for this social group.

**Key words:** *activation of seniors, elderly people, senior in the family, old age, activity*

~ • ~

*Starzenie nie jest złem, któremu trzeba się podporządkować,  
jest powołaniem, na które trzeba umieć odpowiedzieć.*

(Jan Paweł II)

## Wprowadzenie

Ludność świata się starzeje, a wraz z tym jakość życia osób starszych ulega pogorszeniu, co ma wpływ na aktywność tej grupy społecznej. Starzenie się populacji to proces „dziejowy dostrzegany jedynie w perspektywie długookresowej, wielopokoleniowej”<sup>1</sup>. Natomiast starość jest „procesem niehomogenicznym, a jej charakter zależy od wielu czynników i zjawisk”<sup>2</sup>. Starość jako okres życia człowieka dzieli się na trzy etapy: 60–75 lat - wiek podeszły (tzw. wczesna starość); 75–90 lat - wiek starczy (tzw. późna starość); 90 lat i więcej - wiek sędziwy (tzw. długowieczność). Zgodnie z art. 4 ustawy z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych<sup>3</sup>, starość rozpoczyna się wraz z ukończeniem przez osobę sześćdziesiątego roku życia. Według A. Mielczarka „starość w społeczeństwie nie uchodzi za atrakcyjną fazę życia. Wynika to m.in. z faktu, że pociąga za sobą liczne konsekwencje z medycznego, psychologicznego i socjologicznego punktu widzenia. Sprawia, że coraz więcej ludzi w podeszłym wieku wymaga specjalistycznej pomocy, pielęgnacji i rehabilitacji”<sup>4</sup> ale także aktywizacji.

Według prognoz Głównego Urzędu Statystycznego, w 2050 r. odsetek osób w wieku 65 lat i więcej wyniesie prawie 33 procent. Obserwowalne będzie także zjawisko tzw. podwójnego starzenia demograficznego polegającego na zwiększeniu liczby i odsetka osób najstarszych to jest w wieku 80 lat i więcej. Kolejnymi zjawiskami społecznymi będzie pogłębiająca się feminizacja starości, która skutkuje przewagą liczebną kobiet w populacji seniorów oraz singularyzacja starości polegająca na wzroście odsetka osób starszych prowadzących jednoosobowe gospodarstwa domowe. Opisane zjawiska i utrzymujące się zmiany w strukturze demograficznej ludności oraz procesy związane z wydłużającym się systematycznie czasem trwania życia w perspektywie wielopokoleniowej będą wymagać zwiększenia działań mających na celu aktywizację osób w wieku senioralnym. Ponadto zachodzące procesy stawiają także przed społeczeństwem nowe wyzwania społeczne. Jednym z nich jest odpowiedzialne i kompleksowe podejście do polityki senioralnej przez rządzących poprzez wdrażanie programów społecznych,

<sup>1</sup> M. Okólski, *Wyzwania demograficzne Europy i Polski*, „Studia Socjologiczne” 2010, nr 4, s. 38.

<sup>2</sup> J. K. Wawrzyniak, *Starość i starzenie się*, w: *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, red. A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, Warszawa 2014, s. 25.

<sup>3</sup> Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych (Dz. U. 2015 poz. 1705).

<sup>4</sup> A. Mielczarek, *Poczucie samotności mieszkańców domów pomocy społecznej dla osób w podeszłym wieku*, „Fides, Ratio et Patria. Studia Toruńskie” 2021, nr 14, s. 87.

mających na celu promocję aktywnego starzenia się, zapobieganie wykluczeniu i izolacji społecznej, a przez to poprawę jakości życia<sup>5</sup> osób starszych.

Celem artykułu jest ukazanie problematyki aktywizacji osób starszych w świetle wybranej literatury przedmiotu na przykładzie wybranych programów Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej. W ramach niniejszego artykułu dokonano analizy dostępnych źródeł statystycznych dotyczących realizowanych programów społecznych nastawionych na aktywizację seniorów. Analiza danych zastanych (oprócz analizy treści i analizy historyczno-porównawczej) należy do badań niereaktywnych, które według E. Babbie są metodą badań zachowań społecznych, która nie wiąże się z bezpośrednim na nie oddziaływaniem<sup>6</sup>. Analiza danych zastanych (inaczej *desk research*) nazywana „badaniem zza biurka” opiera się na „korzystaniu z danych wtórnych i wykonywana jest już właściwie podczas przeglądu literatury”<sup>7</sup>. Wobec powyższego na potrzeby niniejszego artykułu zostały przeanalizowane wybrane programy Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej tj.: Program wieloletni „Senior+” na lata 2021–2025, Program wieloletni na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025 oraz Program „Korpus Wsparcia Seniorów” – edycja 2023, sprawozdania związane z ich realizacją oraz dane Głównego Urzędu Statystycznego dot. prognozy starzenia się ludności, a także akty prawne i literatura przedmiotu z zakresu aktywizacji osób starszych.

## Aktywizacja osób starszych w literaturze przedmiotu

Aktywizacja jest pojęciem współwystępującym z aktywnością, gdyż oznacza pobudzanie do aktywności. Według A. Chabior aktywizacja to „czynienie aktywnym, pobudzanie do działania, może też być określana przez użycie następujących pojęć: inicjowanie, motywowanie, zachęcanie, pobudzanie, inspirowanie, wskazywanie możliwości do działania i zmian. Jest podstawowym przejawem społeczeństwa obywatelskiego. Aktywizacja społeczna to złożony proces społeczny, której celem jest włączenie osób wykluczonych i zagrożonych wykluczeniem w struktury społeczne, poprzez podejmowaną aktywność. [...] Jest to również

<sup>5</sup> Jakość życia jest pojęciem złożonym i trudnym do zdefiniowania, może być rozpatrywana w aspekcie medycznym, społecznym, psychicznym czy duchowym. Jakość życia utożsamiana jest najczęściej z satysfakcją, spełnieniem i szczęściem, a to zależy od systemu wartości i indywidualnych aspiracji. W odniesieniu do osób starszych najistotniejszym czynnikiem, który determinuje jakość życia jest zdrowie, a dobrostan psychofizyczny pozwala na podejmowanie różnorodnej aktywności, która pozytywnie wpływa na obraz starości osób w wieku senioralnym. Zob. N. Pikuła, *Zdrowie i aktywność społeczna jako determinanty jakości życia osób starszych*, w: *Poznać, zrozumieć i zaakceptować starość*, red. A.A. Zych, Łask 2012, s. 324.

<sup>6</sup> E. Babbie, *Podstawy badań społecznych*, Warszawa 2013, s. 545.

<sup>7</sup> Z. Bednarowska, *Desk research - wykorzystanie potencjału danych zastanych w prowadzeniu badań marketingowych i społecznych*, „Marketing i Rynek” 2015, nr 7, s. 18.

proces tworzenia społecznych inicjatyw na rzecz aktywności osób w okresie późnej dorosłości”<sup>8</sup>.

Podjęcie aktywności szczególnie w wieku senioralnym wpływa na ogólny dobrostan seniora i może spełniać wielorakie funkcje<sup>9</sup>:

1. Adaptacyjną – pomaga w przystosowaniu się osób starszych do życia w nowej sytuacji społecznej i rodzinnej.
2. Integracyjną – prowadzi do lepszego przystosowania się w grupie.
3. Kompensacyjną – wyrównuje braki w innych zakresach.
4. Kształcącą – wspomaga rozwój i doskonalenie cech oraz dyspozycji osobowościowych.
5. Rekreacyjno-rozrywkową – przywraca chęć do życia, wypełnia czas wolny, a także likwiduje stres.
6. Psychospołeczną – wpływa na poprawę jakości życia i pozwala na odczuwanie satysfakcji z życia.

Aktywność człowieka w wieku senioralnym jest bardzo istotna w podtrzymaniu jego samodzielności, a także, w utrzymaniu jego sprawności, co jest związane z czynnikami socjo-środowiskowymi w ramach koncepcji pomyślnego starzenia się. Koncepcja ta rozumiana jest jako swoista „kompetencja dotycząca starzenia się lub też zdolność sprostania wyzwaniom wynikającym ze zmian we własnym ciele, umyśle i środowisku”<sup>10</sup>. Do kryteriów pomyślnego starzenia można zaliczyć: osobisty rozwój, poczucie celu, pozytywne interakcje z innymi, autonomia, samoakceptacja i przystosowanie środowiskowe.

Aktywność warunkuje także zaspokajanie potrzeb człowieka nie tylko biologicznych i społecznych, ale również kulturalnych. Jest także warunkiem odgrywania ról społecznych i funkcjonowania w społeczeństwie. W odniesieniu do osób w wieku senioralnym aktywność dotyczy wielu pól zainteresowań m. in. jest to: aktywność domowo-rodzinna, czyli wykonywanie różnych czynności związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego; aktywność kulturalna - związana z miejskim stylem życia (np. korzystanie z instytucji kulturalnych np. teatr, opera; oglądanie telewizji; słuchanie radia,); aktywność edukacyjna, która pomaga człowiekowi starszemu na ciągłe doskonalenie siebie, ćwiczenie umysłu i pamięci (np. uniwersytety trzeciego wieku<sup>11</sup>); aktywność religijna (np. udział

<sup>8</sup> A. Chabior, *Aktywność i aktywizacja społeczna osób starszych*, w: *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, red. A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, Warszawa 2014, s. 81.

<sup>9</sup> A. Mielczarek, *Człowiek stary w domu pomocy społecznej*, Toruń 2010, s. 148.

<sup>10</sup> C. D. Ryff, *Paradoksy kondycji ludzkiej: dobrostan i zdrowie na drodze ku śmierci*, w: *Psychologia pozytywna*, red. J. Czapiński, Warszawa 2004, s. 157.

<sup>11</sup> Uniwersytety trzeciego wieku, służą: rozwojowi intelektualnemu i edukacji seniorów, aktywizacji społecznej i intelektualnej, realizacji własnych marzeń i planów osób starszych, a także budowaniu pozycji seniora w społeczeństwie. UTW to dla seniorów możliwość zdobywania

w nabożeństwach i w spotkaniach wspólnot parafialnych, pielgrzymki oraz akcje kościelne); aktywność rekreacyjna związaną z ruchem fizycznym, wypoczynkiem i wykonywaniem ulubionych zajęć dla przyjemności (np. spacer, wycieczki); aktywność wolontarystyczna, w której ludzie starsi pracują pomagając i działając na rzecz innych spoza kręgu przyjaciół czy rodziny<sup>12</sup>.

Aktywność człowieka jest sposobem na porozumiewanie się z otoczeniem, a także nabiera szczególnego znaczenia wraz z upływem życia. Coraz częściej jednak paradygmat aktywności poddawany jest krytyce. Jest to związane z wyborem konkretnego stylu życia przez osoby starsze. O. Czerniawska wyróżnia kilka rodzajów stylów realizowanych przez seniorów wśród nich<sup>13</sup>:

1. Styl całkowicie bierny - związany ze stanem zdrowia, który czasem całkowicie uniemożliwia podjęcie jakiegokolwiek aktywności, lub ze strukturą osobowości, zawsze wycofanej i biernej, a z wiekiem jeszcze bardziej malejącej, prowadzącej do stanu stagnacji.
2. Styl rodzinny – całkowite poświęcenie się rodzinie, wnukom, co może wynikać np. z braku wiary we własne możliwości bądź od poczucia bycia zależnym.
3. Styl ogrodnika – działkowca – gdzie praca na działce staje się sposobem na życie. Osoby wybierający ten styl najczęściej charakteryzują się ogromną potrzebą aktywności, a praca na działce wypełnia im czas wolny, dając jednocześnie szansę na zawieranie nowych znajomości.
4. Styl oparty na pracy w stowarzyszeniach – osoby wybierają pracę w charakterze wolontariusza, lub na rzecz lokalnego środowiska, aż po pracę w spółdzielniach. Osoby wybierające ten styl często łączą pracę społeczną z własną potrzebą działania dla siebie i innych.
5. Styl domocentryczny – styl na styku biernego i rodzinnego. To seniorzy niechętnie wychodzący z domu, zajmujący się często uprawą kwiatków na balkonie, rozwiązujący krzyżówki lub czasem zajmujący się wnukami.
6. Styl pobożny – życie seniorów skoncentrowane jest wokół kościoła i spraw z nim związanych. Codzienne uczestnictwo w nabożeństwach i spotkaniach wspólnot przy parafiach, pielgrzymkach, procesjach daje seniorom możliwość zaspokojenia aktywności.

---

nowych kompetencji i kształcenia. Funkcjonują w modelu francuskim i angielskim. Zob. T. Schimanek, Z. Wejcman, *Aktywni seniorzy. Inspirator dla organizacji*, Warszawa 2013, s. 26-28.

<sup>12</sup> Zob. G. Orzechowska, *Aktualne problemy gerontologii społecznej*, Olsztyn 1999, s. 28-29; B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, Warszawa 2006, s. 162-163, a także: A. Grudziński, *Zasadnicze wymiary starzenia się i starości - biologiczny, psychiczny i społeczny*, w: *Poznać, zrozumieć i zaakceptować starość*, red. A. A. Zych, Łask 2012, s. 55.

<sup>13</sup> Zob. O. Czerniawska, *Style życia ludzi starszych*, w: *Style życia w starości*, red. O. Czerniawska, Łódź 1998.

Starość może być okresem aktywności i twórczej działalności osoby starszej, jeśli zapewni się jej maksymalnie dobrą, troskliwą pomoc i opiekę. Zdaniem D. Rynkowskiej „aktywni seniorzy mają mniej odczuwalne deficyty zdrowia i większą sprawność psychofizyczną, a tym samym obniżają się koszty opieki zdrowotnej. Regularna aktywność przyczynia się do opóźnienia demencji, choroby Alzheimera i wielu innych chorób o charakterze przewlekłym. Ponadto aktywni seniorzy to osoby posiadające większą zdolność i chęć do pracy, wnoszące istotny wkład w rozwój społeczeństwa”<sup>14</sup>. Zatem aktywność i aktywizacja są warunkiem, elementem i efektem udanego starzenia się, a tym samym podstawową kategorią opisującą zjawisko i proces starzenia się<sup>15</sup>. Do popularnych form aktywizacji seniorów należą m.in. kluby seniora<sup>16</sup>, uniwersytety trzeciego wieku<sup>17</sup>, organizacje samopomocowe w ramach, których inicjowany jest wolontariat oraz wspólnoty seniorów tworzone przy parafiach. Zdaniem A. Walkera przy podejmowaniu działań aktywizujących seniorów należy wziąć pod uwagę następujące wskazówki<sup>18</sup>:

1. Poruszając zagadnienie aktywności seniora powinno się mieć na uwadze nie tylko pracę zawodową, ale wszelkie przejawy aktywności wpływające na dobrostan seniora, jego rodziny, wspólnoty lokalnej oraz całego społeczeństwa.
2. Strategia aktywności powinna stwarzać możliwość podjęcia aktywności przez wszystkich seniorów pamiętając o silnej zależności pomiędzy zdrowiem, a poziomem aktywności człowieka.
3. Podejmowane działania profilaktyczne powinny być skierowane do osób w różnym wieku, mając na celu zapobieganie chorobom, niepełnosprawnościom czy utracie kwalifikacji.
4. Problematyka aktywnego starzenia się winna być poruszana we wszystkich pokoleniach, a realizacja oparta na zasadzie międzypokoleniowej solidarności.
5. Prawo ludzi starzejących się do ochrony socjalnej, ustawicznego kształcenia powinno być równoważne z zobowiązaniem ich do wysiłku, jakiego wymaga aktywność. Ludzi starszych powinno zachęcać się do podejmowania aktywności, a nie wywierać presję np. wydłużając okres zatrudnienia.
6. Zasada uczestnictwa i poszanowania autonomii człowieka musi obowiązywać w każdym działaniu aktywizujących.

<sup>14</sup> D. Rynkowska, *Rola i znaczenie aktywności społecznej seniorów*, „Annales I – Philosophy and Sociology” 2016, vol. XLI, 2, s. 91.

<sup>15</sup> A. Chabior, *Aktywność i aktywizacja społeczna*, s. 81.

<sup>16</sup> Zob. E. Zdebska, *Kulturalno-oświatowa funkcja klubu seniora*, w: *Edukacyjna przestrzeń starości*, red. E. Dubas, A. Wąsiński, Katowice 2012; P. Gierek, *Aktywizacja seniorów w ramach programu Senior+ na przykładzie Klubu Senior+ w Chorzowie*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych” 2022, nr 2, s. 125-135.

<sup>17</sup> Zob. B. Ziębińska, *Uniwersytety Trzeciego Wieku jako instytucje przeciwdziałające marginalizacji osób starszych*, Katowice 2010.

<sup>18</sup> Za: B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii*, s. 181.

7. Programy aktywizacji muszą uwzględniać różnice kulturowe i narodowe.

Konkludując współczesne podejście do starości powoduje dostrzeżenie potrzeby jak największej aktywności i aktywizacji ludzi starszych poprzez zaspokajanie potrzeb samorozwoju i samorealizacji, kształcenie się i zdobywanie nowych umiejętności oraz umożliwienie seniorom kontaktów z rówieśnikami m.in. w ramach różnego rodzaju programów społecznych nastawionych na ich aktywizację. W ramach działań na rzecz zwiększenia aktywizacji seniorów Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej realizuje m.in. Program wieloletni „Senior+”, Program wieloletni na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” oraz Program „Korpus Wsparcia Seniorów”.

### **Program wieloletni „Senior+” na lata 2021–2025**

Program Senior+ wpisuje się w założenia dokumentu strategicznego pt. *Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. Bezpieczeństwo - Uczestnictwo - Solidarność*<sup>19</sup>. Celem strategicznym programu jest zwiększenie aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym seniorów poprzez dofinansowanie rozbudowy infrastruktury ośrodków wsparcia w środowisku lokalnym oraz zwiększenie miejsc w placówkach Senior+, przy wsparciu działań jednostek samorządu terytorialnego w rozwoju na ich terenie sieci Dziennych Domów Senior+ i Klubów Senior+<sup>20</sup>. Celem operacyjnym programu jest zapewnienie wsparcia seniorom (osobom nieaktywnym zawodowo w wieku sześćdziesiąt lat i więcej) poprzez umożliwienie im korzystania z oferty na rzecz społeczności lokalnej, a także obejmującej usługi, w zakresie aktywności ruchowej lub kinezyterapii, oferty edukacyjnej, kulturalnej, rekreacyjnej i opiekuńczej, w zależności od potrzeb stwierdzonych w środowisku lokalnym. Program nastawiony jest na aktywizowanie i angażowanie seniorów w działania samopomocowe na rzecz społeczności lokalnej, a także na aktywne spędzanie czasu wolnego w udostępnionej seniorom infrastrukturze<sup>21</sup>.

W ramach programu jednostki samorządu, w trybie otwartego konkursu ofert, mogą ubiegać się o uzyskanie środków finansowych przeznaczonych na<sup>22</sup>:

<sup>19</sup> Dokument przyjęty Uchwałą nr 161 Rady Ministrów z dnia 26 października 2018 r. w sprawie przyjęcia dokumentu *Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. BEZPIECZEŃSTWO – UCZESTNICTWO – SOLIDARNOŚĆ*, M.P. 2018 poz. 1169.

<sup>20</sup> Dzielne Domy Senior+ i Kluby Senior+ są ośrodkami wsparcia, o których mowa w art. 51 ust. 4 ustawy o pomocy społecznej (Dz. U. 2004 Nr 64 poz. 593 z późn. zm.). Dzienny Dom Senior+ jest dziennym domem pomocy, natomiast Klub Senior+ jest klubem samopomocy. Program wieloletni „Senior+” na lata 2021-2025, s. 5. Załącznik do uchwały nr 191 Rady Ministrów z dnia 21 grudnia 2020 r. (poz. 10).

<sup>21</sup> Program wieloletni „Senior+” na lata 2021-2025, s. 4-5. Załącznik do uchwały nr 191 Rady Ministrów z dnia 21 grudnia 2020 r. (poz. 10).

<sup>22</sup> Tamże, s. 9-10.

Moduł 1 - jednorazowe wsparcie finansowe na utworzenie i/lub wyposażenie ośrodka wsparcia do osiemdziesięciu procent całkowitego kosztu realizacji zadania. Dofinansowanie nie może być wyższe niż 400 tysięcy zł w przypadku Dziennego Domu Senior+ oraz 200 tysięcy zł w przypadku Klubu Senior+.

Moduł 2 - zapewnienie funkcjonowania już istniejących ośrodków wsparcia, utworzonych w ramach modułu 1. Dofinansowaniu z budżetu państwa w każdym roku budżetowym, w trybie konkursowym, mogą podlegać działania związane z całorocznym bieżącym utrzymaniem ośrodka wsparcia.

Zgodnie z programem placówka działająca w formie Dziennego Domu Senior+ powinna zapewnić co najmniej 8-godzinną ofertę usług w dniach od poniedziałku do piątku (czterdzieści godzin tygodniowo). Głównym zadaniem działalności Dziennego Domu Senior+ jest świadczenie usług mających na celu udzielanie pomocy w czynnościach dnia codziennego oraz innych usług wspomagających, dostosowanych do potrzeb seniorów. Podstawowym zakresem usług świadczonych przez placówkę są usługi: socjalnej (w tym gorący posiłek), edukacyjne, kulturalno-oświatowe, sportowo-rekreacyjne, aktywności ruchowej lub kinezyterapii, terapii zajęciowej i aktywizujące społecznie (w tym wolontariat międzypokoleniowy). Minimalny standard zatrudnienia w Dziennym Domu Senior+ to co najmniej jeden pracownik na piętnastu seniorów oraz fizjoterapeuta lub terapeuta zajęciowy, lub instruktor terapii, lub pielęgniarka w wymiarze czasu odpowiednim do potrzeb ośrodka<sup>23</sup>.

Natomiast placówka działająca w formie Klubu Senior+, zgodnie z programem, powinna zapewnić tygodniowo co najmniej 20-godzinną ofertę usług. Placówka we współpracy z innymi instytucjami i organizacjami może rozszerzyć ofertę na usługi świadczone poza swoją siedzibą. Głównym celem działalności Klubu Senior+ jest motywowanie seniorów do działań na rzecz samopomocy i działań wolontarystycznych na rzecz innych. Minimalny standard zatrudnienia w Klubie Senior+ to jeden pracownik oraz specjalista w pożądanym zakresie zatrudniony w wymiarze czasu odpowiednim do potrzeb placówki. Dodatkowo, w zależności od potrzeb, ośrodek może zatrudniać innych specjalistów<sup>24</sup>.

W ramach dotychczasowej realizacji programu samorządy na terenie całego kraju utworzyły do końca 2022 r. łącznie 1.179 ośrodków wsparcia Senior+, w tym 87 ośrodków w 2022 r. (16 dziennych domów oraz 71 klubów seniora). W ośrodkach wsparcia udostępniono razem 27.745 miejsc dla seniorów. Poniższa tabela przedstawia szczegółową liczbę ośrodków wsparcia z podziałem na województwa.

<sup>23</sup> Tamże, s. 11-13.

<sup>24</sup> Tamże, s. 12-14.

**Tabela 1.** Liczba ośrodków wsparcia Senior+ w podziale na województwa

	Dzienne Domy	Kluby	Razem	Liczba miejsc
Województwo dolnośląskie	28	70	98	2 472
Województwo kujawsko-pomorskie	28	46	74	1 834
Województwo lubelskie	20	33	53	1 186
Województwo lubuskie	18	31	49	1 090
Województwo łódzkie	13	24	37	818
Województwo małopolskie	24	80	104	2 504
Województwo mazowieckie	38	112	150	3 647
Województwo opolskie	7	24	31	778
Województwo podkarpackie	35	44	79	1 748
Województwo podlaskie	5	55	60	1 166
Województwo pomorskie	17	45	62	1 299
Województwo śląskie	38	57	95	2 484
Województwo świętokrzyskie	17	48	65	1 366
Województwo warmińsko-mazurskie	16	51	67	1 424
Województwo wielkopolskie	36	66	102	2 610
Województwo zachodniopomorskie	13	40	53	1 319
<b>POLSKA</b>	<b>353</b>	<b>826</b>	<b>1 179</b>	<b>27 745</b>

Źródło: opracowanie własne na podstawie sprawozdań z realizacji Programu Senior+.

Z oferty ośrodków wsparcia Dziennych Domów lub Klubów Senior+ w latach 2015–2021 skorzystało 91.335 seniorów<sup>25</sup>.

## Program wieloletni na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025

Program Aktywni+, podobnie jak program Senior+ jest zgodny z przyjętą przez Radę Ministrów *Polityką społeczną wobec osób starszych 2030. Bezpieczeństwo – Uczestnictwo – Solidarność*. Celem głównym programu jest zwiększenie uczestnictwa seniorów we wszystkich dziedzinach życia społecznego poprzez wspieranie aktywności organizacji pozarządowych na rzecz osób starszych<sup>26</sup>. W programie zawarte są cztery cele szczegółowe<sup>27</sup>: wzrost zaangażowania osób

<sup>25</sup> Dane z pominięciem roku 2016 w którym nie prowadzono ewidencji w tym zakresie.

<sup>26</sup> Program wieloletni na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025, s. 18-19. Załącznik do uchwały nr 167 Rady Ministrów z dnia 16 listopada 2020 r. (poz. 1125).

<sup>27</sup> Tamże, s. 18-19.

starszych w kontakty społeczne poprzez wzbogacenie oferty zagospodarowania ich czasu wolnego; zwiększenie zaangażowania osób starszych w procesy partycypacyjne zachodzące w życiu publicznym; podnoszenie kompetencji cyfrowych seniorów oraz kształtowanie postaw sprzyjających wykorzystaniu nowych technologii w życiu codziennym; budowanie pozytywnego wizerunku starości i starzenia się oraz rozwijanie kompetencji społecznych (wiedzy, umiejętności, postaw) wobec starości u osób w każdym wieku.

Organizacje pozarządowe i inne uprawnione podmioty działające na rzecz osób starszych mogą ubiegać się o dofinansowanie projektów kwotą od 25 do 250 tysięcy zł. Bezpośrednimi beneficjentami dofinansowanych projektów w ramach programu są: osoby starsze w wieku sześćdziesiąt lat i więcej; opiekunowie osób starszych; rodziny osób starszych jako najbardziej naturalne środowisko seniorów, nawet jeśli nie pełnią roli ich opiekunów; młodsze grupy wiekowe, które będą zaangażowane w projekty wzmacniające integrację międzypokoleniową. Beneficjentami pośrednimi są: organizacje pozarządowe działające na rzecz seniorów, w tym organizacje pożytku publicznego; administracja państwowa; instytucje kultury oraz inne podmioty prowadzące działalność kulturalną; osoby działające w imieniu administracji rządowej oraz podmioty ekonomii społecznej<sup>28</sup>.

W czterech priorytetach działań, w ramach programu zawarte są następujące obszary wsparcia:

1. „Aktywność społeczna (zwiększenie udziału osób starszych w aktywnych formach spędzania czasu wolnego; wspieranie seniorów mniej samodzielnych i ich otoczenia w miejscu zamieszkania; rozwijanie wolontariatu osób starszych w środowisku lokalnym; wzrost zainteresowania i zaangażowania osób starszych w obszarze rynku pracy).
2. Partycypacja społeczna (wzmocnienie samoorganizacji środowiska osób starszych; zwiększenie wpływu osób starszych na decyzje dotyczące warunków życia obywateli).
3. Włączenie cyfrowe (zwiększanie umiejętności posługiwania się nowoczesnymi technologiami i korzystania z nowych mediów przez osoby starsze; upowszechnianie i wdrażanie rozwiązań technologicznych sprzyjających włączaniu społecznemu i bezpiecznemu funkcjonowaniu osób starszych).
4. Przygotowanie do starości (wzmocnianie trwałych relacji międzypokoleniowych; kształtowanie empatycznych postaw wobec osób starszych oraz upowszechnianie pozytywnego wizerunku starości; zwiększenie bezpieczeństwa osób starszych)<sup>29</sup>.

<sup>28</sup> Tamże, s. 19-20.

<sup>29</sup> Tamże, s. 21-22.

Z uzyskanych danych z Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej wynika, że w roku 2022 dofinansowano 313 projektów złożonych przez organizacje pozarządowe działające na rzecz seniorów. Z oferty działań w ramach programu Aktywni+ skorzystało 131.785 osób starszych.

## Program „Korpus Wsparcia Seniorów” – edycja 2023

Ostatnim programem, który został poddany analizie, w niniejszym artykule, jest program ogłaszany co roku przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej począwszy od roku 2020 pn. „Korpus Wsparcia Seniorów” (w latach poprzednich program funkcjonował pn. „Wspieraj Seniora”). W każdym roku aktualizowane są cele i kryteria naboru osób do programu oraz sposoby jego finansowania. Program w mniejszym stopniu nastawiony jest na aktywizację seniorów, jednak nie sposób go pominąć, gdyż wskazuje na różnorakie formy pomocy udzielanej osobom starszym. Celami strategicznymi programu jest wsparcie finansowe gmin w zakresie zapewnienia usługi wsparcia na rzecz seniorów w wieku 65 lat i więcej przez świadczenie usług wynikających z rozeznaczonych potrzeb na terenie danej gminy, wpisujących się we wskazane w programie obszary, a także wsparcie finansowe gmin w realizacji usług opiekuńczych poprzez dostęp do tzw. „opieki na odległość” mającej na celu poprawę bezpieczeństwa oraz możliwość samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób starszych<sup>30</sup>.

Program ma na celu zapewnienie bezpiecznego funkcjonowania seniorów w ich miejscu zamieszkania, poprzez nawiązanie współpracy pomiędzy jednostkami samorządu terytorialnego, organizacjami pozarządowymi skupiającymi środowiska młodzieżowe, a także wolontariuszami, tworząc partnerstwa lokalne<sup>31</sup>. Program składa się z dwóch modułów<sup>32</sup>:

1. Moduł I – angażujący wolontariuszy, w tym również działaczy środowisk młodzieżowych i obywatelskich, świadczących codzienną pomoc osobom potrzebującym wsparcia.
2. Moduł II – mający na celu poprawę bezpieczeństwa oraz możliwości samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób starszych przez dostęp do tzw. „opieki na odległość”.

Usługa wsparcia, świadczona przez wolontariuszy w ramach programu, obejmuje swoim zakresem: wsparcie społeczne (np. spacer, rozmowy, wspólne sporządzanie posiłków, zakupy, informowanie o dostępie do ogólnopolskich „telefonów zaufania” dla seniorów itp.); wsparcie w czynnościach dnia codziennego

<sup>30</sup> Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej. *Program „Korpus Wsparcia Seniorów” na rok 2023*. Warszawa, grudzień 2022, s. 5-6.

<sup>31</sup> Tamże, s. 3.

<sup>32</sup> Tamże, s. 4.

(np. pomoc w sprawach związanych z utrzymaniem porządku w domu, pomoc w dostarczaniu produktów żywnościowych, zakup i dostarczenie seniorom zakupów, wsparcie/pomoc w umawianiu wizyt lekarskich, pomoc w zakresie realizacji recept, pomoc w załatwieniu prostych spraw urzędowych itp.). Program opiera się także na dostępie do nowych narzędzi wspomagających opiekę nad seniorami (tzw. „opasek lub innych urządzeń bezpieczeństwa<sup>33</sup>”), które dają możliwość m.in. monitorowania samopoczucia osób starszych przez ich bliskich, nawet jeśli przebywają oni w odległym miejscu. Rozwiązania te pozwalają osobom starszym czuć się bezpieczniej oraz być bardziej samodzielnymi, a w razie potrzeby szybko powiadomić bliską osobę czy też służby ratunkowe o kryzysowej sytuacji, w jakiej obecnie się znaleźli<sup>34</sup>.

Bezpośrednimi adresatami obydwu modułów są gminy (miejskie, wiejskie, miejsko-wiejskie). Natomiast pośrednimi adresatami są seniorzy w wieku 65 lat i więcej, którzy mają problemy z samodzielnym funkcjonowaniem ze względu na stan zdrowia, prowadzący samodzielne gospodarstwa domowe lub mieszkający z osobami bliskimi, które nie są w stanie zapewnić im wystarczającego wsparcia<sup>35</sup>. Podstawą prawną programu są przepisy zawarte w art. 17 ust. 2 pkt 4 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej<sup>36</sup>, tj. podejmowanie przez gminę innych zadań własnych z zakresu pomocy społecznej wynikających z rozeznaczonych potrzeb gminy, w tym tworzenie i realizacja programów osłonowych. W ramach realizacji programu (moduł I), gminy mogą zlecić realizację wsparcia organizacjom pozarządowym na podstawie art. 25 ust. 1 ustawy o pomocy społecznej, zgodnie z przepisami ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i wolontariacie<sup>37</sup>. Gminy mogą otrzymać dotację na realizację działań przewidzianych programem, jeżeli udział środków własnych gminy wynosi nie mniej niż 20 procent przewidzianych kosztów całkowitych realizacji zadania<sup>38</sup>.

Z uzyskanych danych z Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej wynika, że na terenie kraju w 2022 r. w programie uczestniczyło ogółem 909 gmin ze wszystkich województw, z czego 188 gmin w obu modułach, 175 gmin tylko w module I oraz 546 gmin tylko w module II. Rzeczywista liczba osób objętych wsparciem

<sup>33</sup> „Opaski bezpieczeństwa” połączone są z usługą operatora pomocy - w przypadku trudnej sytuacji lub nagłego zagrożenia wciśnięcie guzika alarmowego, znajdującego się na urządzeniu, umożliwia połączenie się ze stale gotową do interwencji centralą. Opaska bezpieczeństwa oparta jest na najnowszych rozwiązaniach cyfrowych w zakresie „teleopieki”.

<sup>34</sup> Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej. *Program „Korpus Wsparcia Seniorów”*, s. 4.

<sup>35</sup> Tamże, s. 8-9.

<sup>36</sup> Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. 2004 Nr 64 poz. 593 z późn. zm.).

<sup>37</sup> Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i wolontariacie (Dz.U. 2003 nr 96 poz. 873 z późn. zm.).

<sup>38</sup> Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej. *Program „Korpus Wsparcia Seniorów”*, s. 8-13.

w ramach obu modułów programu wyniosła 56.956 osób, w tym 20.468 seniorów w ramach modułu I oraz 36.488 osób starszych w ramach modułu II. Wolontariuszy zaangażowanych w świadczenie wsparcia w ramach modułu I było 1.637.

## Podsumowanie

Istotnym elementem trwałej poprawy jakości życia osób starszych oraz ich kondycji psychofizycznej jest szeroko rozumiana aktywność i aktywizacja gwarantująca poczucie akceptacji i bezpieczeństwa w życiu codziennym oraz bycia potrzebnym w społeczności lokalnej. Udział seniorów w regularnej aktywności czy zajęciach aktywizacyjnych wspiera rozwój, wzmacnia zdrowie i kondycję osób w jesieni życia, umożliwia rozwijanie zainteresowań i pasji, a także niweluje skutki wykluczenia społecznego osób starszych<sup>39</sup>.

Od wielu lat obserwowany jest proces wydłużania się przeciętnego trwania życia i spadku dzietności, co wiąże się ze zmianami w strukturze demograficznej Polski. Zgodnie z prognozami<sup>40</sup> Głównego Urzędu Statystycznego w nadchodzących latach w Polsce nastąpi znaczne zmniejszenie liczby dzieci (w wieku 0–14 lat) i osób dorosłych (w wieku 15–59 lat), natomiast zwiększy się liczba i udział w strukturze demograficznej osób w wieku co najmniej 60 lat. Biorąc powyższe pod uwagę rośnie znaczenie działań o charakterze aktywizującym, skierowanych do seniorów. W takie działania wpisują się realizowane programy społeczne Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej. Celami omawianych programów w niniejszym artykule jest stworzenie warunków do aktywnego starzenia się, tak aby zapewnić seniorom pełny udział w życiu społecznym w tym rozwój różnorodnych środowiskowych form opieki dziennej dla osób starszych i sieci placówek dziennego pobytu jak w przypadku programu Senior+. Badania prowadzone wśród seniorów pokazują, że brak aktywności i kontaktów społecznych oraz poczucie braku przydatności może prowadzić do izolacji, pustki społecznej i osamotnienia<sup>41</sup>. Osoby starsze powinny czuć się bezpieczne oraz mieć możliwość aktywnego uczestniczenia w życiu swojej społeczności i odczuwać solidarność z innymi osobami. Realizowane działania w ramach analizowanych programów ukierunkowane są także na: integrację społeczną środowiska seniorów, w tym rozwój działań samopomocowych; wsparcie seniorów w środowisku zamieszkania; zwiększenie zaangażowania seniorów w życie rodzinne i społeczności lokalnych; poprawę jakości życia seniorów w środowisku rodzinnym i lokalnym; wsparcie działań na rzecz solidarności międzypokoleniowej i wewnątrzpokoleniowej senio-

<sup>39</sup> Zob. P. Gierek, *Rola aktywności w przeciwdziałaniu ekskluzji społecznej osób starszych*, „Społeczeństwo i Polityka” 2021, nr 2(67), s. 29-42.

<sup>40</sup> Główny Urząd Statystyczny, *Prognoza ludności na lata 2014-2050 - aneks*, Warszawa 2015.

<sup>41</sup> D. Rynkowska, *Rola i znaczenie aktywności*, s. 93.

rów oraz stworzenie warunków do aktywnego starzenia się społeczeństwa. Wobec tego realizacja tego typu programów niewątpliwie jest bardzo potrzebna, gdyż staje się odpowiedzią na nieuchronnie zachodzące procesy społeczne i demograficzne oraz narastające potrzeby tej coraz to liczniejszej grupy społecznej – seniorów.

## References

### Bibliografia

- Babbie E., *Podstawy badań społecznych*, Warszawa 2013.
- Bednarowska Z., *Desk research - wykorzystanie potencjału danych zastanych w prowadzeniu badań marketingowych i społecznych*, „Marketing i Rynek” 2015, nr 7.
- Chabior A., *Aktywność i aktywizacja społeczna osób starszych*, w: *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, red. A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, Warszawa 2014.
- Czerniawska O., *Style życia ludzi starszych*, w: *Style życia w starości*, red. O. Czerniawska, Łódź 1998.
- Gierek P., *Aktywizacja seniorów w ramach programu Senior+ na przykładzie Klubu Senior+ w Chorzowie*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych” 2022, nr 2.
- Gierek P., *Rola aktywności w przeciwdziałaniu ekskluzji społecznej osób starszych*, „Społeczeństwo i Polityka” 2021, nr 2(67).
- Główny Urząd Statystyczny, *Prognoza ludności na lata 2014–2050 - aneks*, Warszawa 2015.
- Grudziński A., *Zasadnicze wymiary starzenia się i starości - biologiczny, psychiczny i społeczny*, w: *Poznać, zrozumieć i zaakceptować starość*, red. A. A. Zych, Łask 2012.
- Mielczarek A., *Człowiek stary w domu pomocy społecznej*, Toruń 2010.
- Mielczarek A., *Poczucie samotności mieszkańców domów pomocy społecznej dla osób w podeszłym wieku*, „Fides, Ratio et Patria. Studia Toruńskie” 2021, nr 14.
- Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej. *Program „Korpus Wsparcia Seniorów” na rok 2023*. Warszawa, grudzień 2022.
- Okólski M., *Wyzwania demograficzne Europy i Polski*, „Studia Socjologiczne” 2010, nr 4.
- Orzechowska G., *Aktualne problemy gerontologii społecznej*, Olsztyn 1999.
- Pikuła N., *Zdrowie i aktywność społeczna jako determinanty jakości życia osób starszych*, w: *Poznać, zrozumieć i zaakceptować starość*, red. A. A. Zych, Łask 2012.
- Program wieloletni na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025. Załącznik do uchwały nr 167 Rady Ministrów z dnia 16 listopada 2020 r. (poz. 1125).
- Program wieloletni „Senior+” na lata 2021–2025. Załącznik do uchwały nr 191 Rady Ministrów z dnia 21 grudnia 2020 r. (poz. 10).
- Ryff C.D., *Paradoksy kondycji ludzkiej: dobrostan i zdrowie na drodze ku śmierci*, w: *Psychologia pozytywna*, red. J. Czapiński, Warszawa 2004.
- Rynkowska D., *Rola i znaczenie aktywności społecznej seniorów*, „Annales I – Philosophy and Sociology” 2016, vol. XLI, 2.
- Schimanek T., Wejcman Z., *Aktywni seniorzy. Inspirator dla organizacji*, Warszawa 2013.
- Szatur-Jaworska B., Błędowski P., Dziegielewska M., *Podstawy gerontologii społecznej*, Warszawa 2006.
- Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych (Dz. U. 2015 poz. 1705).
- Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i wolontariacie (Dz.U. 2003 nr 96 poz. 873 z późn. zm.)

Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. 2004 Nr 64 poz. 593 z późn. zm.).

Uchwała nr 161 Rady Ministrów z dnia 26 października 2018 r. w sprawie przyjęcia dokumentu  
Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. BEZPIECZEŃSTWO - UCZESTNICTWO -  
SOLIDARNOŚĆ, M.P. 2018 poz. 1169.

Zdebska E., *Kulturalno-oświatowa funkcja klubu seniora*, w: *Edukacyjna przestrzeń starości*, red. E. Dubas, A. Wąsiński, Katowice 2012.

Ziębińska B., *Uniwersytety Trzeciego Wieku jako instytucje przeciwdziałające marginalizacji osób starszych*, Katowice 2010.

Wawrzyniak J. K., *Starość i starzenie się*, w: *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, red. A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, Warszawa 2014.