

PROGRAM SENIORALNY

„Aktywni 60+”

realizowany w Jastrzębiu-Zdroju

Spis treści

Wstęp	3
Dane statystyczne i demograficzne	3
Misja	4
Obszary działań	4
w zakresie zdrowia	4
w zakresie edukacji	7
w zakresie kultury	8
w zakresie sportu	9
w zakresie aktywności społecznej	9
w zakresie dostępu do usług	10
Finansowanie programu	11
Realizacja programu	11

W s t ę p

W całym kraju zauważalne się zjawisko starzenia się społeczeństwa oraz stały wzrost liczby osób w wieku emerytalnym. Z upływem lat przybywa osób starszych, dysponujących dużą ilością wolnego czasu i chcących ten czas spożytkować w sposób aktywny i pomysłowy. Jastrzębie - Zdrój stykające się również z tym problemem chce wesprzeć tę grupę społeczną w sposób kompleksowy, w postaci wielu ofert zawartych w niniejszym programie.

Szczególnie ważnym wyrazem nowoczesnego podejścia do problematyki osób starszych jest podmiotowe ujęcie tej kwestii społecznej. Daje to podstawy do przyjęcia zintegrowanej, kompleksowej formuły w postaci Programu, odnoszącego się do potrzeb osób starszych.

Program „Aktywni 60+” to przedsięwzięcie uwzględniające obszary i kierunki wsparcia umożliwiające osiągnięcie celu głównego, jakim jest poprawa jakości i poziomu życia osób starszych dla godnego starzenia się, zwiększenia dostępu do usług społecznych, edukacji, zapewnienie możliwości aktywnie spędzenia wolnego czasu.

Program zakłada praktyczne włączenie instytucji miejskich, środowiska przedsiębiorców oraz sektora organizacji pozarządowych do działań służących poprawie sytuacji seniorów.

Dane statystyczne i demograficzne

Miasto Jastrzębie-Zdrój liczy 86437 mieszkańców. W tym osób powyżej 60 roku życia: 21308, czyli 24,65% ogółu mieszkańców).

Dokładny podział przedstawia poniższa tabela:

Mężczyźni (M)		Kobiety (K)	
Wiek	Liczba	Wiek	Liczba
61-64	2277	61-64	3323
65-70	2887	65-70	3886
71-81	3035	71-81	3804
>80	745	>80	1351
Razem (M):	8944	Razem (K):	12364
Suma (M) + (K) osób >60 21308			
Liczba mieszkańców ogółem: 86437			

* dane na dzień 27.04.2016 r.

Dane z Głównego Urzędu Statystycznego publikują, że w Jastrzębiu-Zdroju jest około 11% osób niepełnosprawnych w stosunku do ogólnej liczby mieszkańców.

Misja

Jastrzębie -Zdrój – miasto dbające o obecnych i przyszłych seniorów poprzez:

- zapewnienie warunków do ciągłej edukacji, rozwoju zainteresowań, aktywności społecznej,
- zapewnienie możliwości spędzania czasu wolnego,
- zapewnienie dostępu do wsparcia doradczego, między innymi dostęp do prawników,
- zapewnienie dostępu do uczestnictwa w organizacjach pozarządowych,
- stały dostęp do informacji miejskich

Obszary działań

Program opiera się na pięciu głównych obszarach, wokół których realizowane będą wszystkie podejmowane działania. Jest to zdrowie, edukacja, kultura, sport i aktywność społeczna oraz dostęp do informacji.

W celu umożliwienia osobom starszym i środowiskom z nimi związanym bieżący przepływ informacji oraz sprawniejszej koordynacji wszystkich działań powołuje się Społecznego Doradcę ds. Polityki Senioralnej.

w zakresie zdrowia:

DOM POMOCY SPOŁECZNEJ

- W mieście działa Dom Pomocy Społecznej. Według stanu na kwiecień 2016 nie ma osób oczekujących na pobyt. Potrzeby w zakresie stałego pobytu osób starszych są na bieżąco monitorowane. Jeśli zajdzie taka potrzeba nastąpi zwiększenie ilości miejsc dla osób potrzebujących. Dom Pomocy Społecznej przeznaczony jest dla osób w podeszłym wieku. Na dzień 31.12.2015 r. przebywało w nim 36 mieszkańców z czego 53 % kobiet, 47% mężczyzn.

Wiek mieszkańców:

Wiek mieszkańców	kobiety	mężczyźni	ogółem
40-49	0	0	0
50-60	1	0	1
61-74	3	8	11
75-90	14	9	23
91 i powyżej	1	0	1
Razem	19	17	36

Odpowiedzialny: Dyrektor Domu Pomocy Społecznej

Termin: Proces ciągły, bieżące reagowanie na problemy.

DOM DZIENNEGO POBYTU SENIORA

- Dom Dziennego Pobytu dla Seniorów. W ramach programu Senior-Wigor będzie realizowane zadanie zapewniające seniorom pobyt w ciągu dnia w otoczeniu osób o zbliżonym wieku. Dom Dziennego Pobytu zapewni posiłek i zajęcia edukacyjne typu "zręczne ręce", kulturalne oraz rehabilitację dla osób 60+.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej

Termin: 2019 rok

KLUB SENIORA

- Utworzenie Klubu Seniora. Celem Klubu byłoby aktywizowanie i integrowanie osób 60+ z terenu Jastrzębia-Zdroju. Zajęcia będą miały charakter artystyczny, społeczny i turystyczny. Klub seniora ma na celu podniesienie jakości życia seniorów, zmianę ich osobowości i nastawienia do życia, wzrost samooceny oraz otwartość na podejmowane inicjatywy i działania aktywizujące.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej (współpraca: Miejski Zarząd Nieruchomości, Miejski Ośrodek Kultury, Miejska Biblioteka Publiczna, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji)

Termin: 2017 rok, do czasu utworzenia Domu Dziennego Pobytu Seniora

USŁUGI OPIEKUŃCZE

- Organizowanie specjalistycznych usług opiekuńczych, opieka pozainstytucjonalna (odinstytucjonalizowanie).

W ramach dostępnych programów zostanie wybrana organizacja, która realizowałaby program opieki nad osobami potrzebującymi we własnym domu. Zadanie to pozwoliłoby zapewnić osobom potrzebującym opiekę pielęgniarstwa, rehabilitacyjną i lekarską. Aktualnie w 2016 roku dostępny będzie Program Europejskiego Funduszu Społecznego dla osób starszych i niesamodzielnych. Projekt do realizacji we współpracy z Niepublicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej.

- Teleopieka – dostępne są dla osób chętnych urządzenia monitorujące stan zdrowia. Osoby samotne, chcące skorzystać z tej możliwości będą zgłaszały potrzebę zakupu urządzenia i wyrażą zgodę na rejestrację. Pilotażowy program realizowany będzie w 2016 r. Będzie prowadzona promocja realizowanego programu i zachęcanie osób do skorzystania z teleopieki.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej (współpraca z Niepublicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej)

Termin: 2017 rok

PROFILAKTYCZNE PROGRAMY ZDROWOTNE

- Miasto zwiększa dostęp mieszkańcom ze szczególnym uwzględnieniem osób starszych do programów profilaktycznych i prozdrowotnych. Organizowane będą programy profilaktyczne i prozdrowotne oraz kampanie społeczne pod hasłem „Profilaktyka dla wszystkich bez względu na wiek”.
- Wzrost wiedzy nt. zdrowego stylu życia wśród mieszkańców. Organizowanie szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów itp. z zakresu profilaktyki i ochrony zdrowia. Organizowanie kampanii społecznych, kampanii informacyjno-edukacyjnych w mediach regionalnych na temat profilaktyki i ochrony zdrowia.
- Każdorazowo realizowany będzie „Program Polityki Zdrowotnej dla Mieszkańców Miasta Jastrzębie -Zdrój na dany rok, w którym zawarty jest kompleksowy program profilaktyki zdrowotnej – zdrowy senior.
- Organizowane będą wykłady, seminaria z zakresu profilaktyki i ochrony zdrowia dwa razy w roku.
- Organizacja kampanii społecznych, kampanii informacyjno-edukacyjnych w mediach regionalnych na temat profilaktyki i ochrony zdrowia.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej

Termin: w sposób ciągły

OPIEKA GERIATRYCZNA

- Miasto wspiera Wojewódzki Szpital Specjalistyczny nr 2 w organizacji Oddziału Geriatrycznego oraz Poradni Geriatrycznej.

Odpowiedzialny: Prezydent Miasta Jastrzębie-Zdrój/ II Zastępca

Termin: w sposób ciągły

KOPERTA ŻYCIA

- Realizowanie społecznej akcji „Koperta życia” przeznaczonej dla osób samotnie zamieszkujących, mającej na celu usprawnienie udzielania pomocy, interwencji ratowników medycznych. Akcja polega na przygotowaniu przez osoby starsze plastikowej koperty-naklejki, w której umieszczona zostanie ankieta dotycząca m.in. stanu zdrowia, przyjmowanych leków, skłonności do uczuleń itd. danych kontaktowych do najbliższych członków rodziny, znajomych, których należy powiadomić w razie potrzeby. Koperta-naklejka umieszczona zostanie w wyznaczonym wcześniej, jednakowym dla wszystkich miejscu, np. lodówce. O akcji „Koperta życia” poinformowane będą służby ratunkowe jednostek medycznych działających na terenie miasta i służby mundurowe.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej (współpraca Straż Miejska, Policja, Straż Pożarna)

Termin: 2016 rok

FESTYN ZDROWIA

- Co roku jesienią miasto będzie organizować Festyn Zdrowia. Podczas festynu seniorzy będą mogli:
 - skorzystać z bezpłatnych badań lekarskich, porad medycznych,
 - zakupić zdrową żywność oraz poszerzyć wiedzę na jej temat,
 - skorzystać z porady dietetyka,
 - zapoznać się ze sprzętem rehabilitacyjnym i jego funkcjami oraz mogą dokonać jego zakupu,
 - skorzystać z zabiegów rehabilitacyjnych.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej

Termin: jesień każdego roku

w zakresie edukacji:

WARSZTATY, SZKOLENIA, SEMINARIA

Cele:

Podnoszenie kompetencji: prawnych, konsumenckich, językowych, obywatelskich, cyfrowych, społecznych, ekonomicznych i innych wśród osób starszych, spotkania odbywać się będą dwa razy do roku.

Zwiększenie udziału seniorów w edukacji, zwiększenie dostępu do ofert Uniwersytetu Trzeciego Wieku, poprzez upowszechnianie, promowanie, informowanie. (gazeta „Jastrząb”, strona www miasta) – kontakt poprzez: społeczny Doradca ds. Polityki Senioralnej.

- Warsztaty komputerowe „Senior OnLine”, zajęcia z korzystania z portali społecznościowych, z informacji publicznej, obsługi kart bankomatowych, zakupów internetowych. Zwiększenie dostępu do bezpłatnego korzystania z Internetu przez osoby starsze w różnych publicznych miejscach. (współpraca ze szkołami).
- Organizowanie warsztatów w zakresie ochrony praw konsumenckich. ABC konsumenta jak rozpoznać zagrożenia? Gdzie zwrócić się o pomoc? Kiedy przysługuje prawo reklamacji i zerwania umowy, zwrotu towaru, usługi? Zapoznanie ze stroną UOKiK oraz kompetencjami Urzędu – Rzecznik Praw Konsumentów
- Podniesienie poziomu wiedzy nt. problemów natury psychicznej wśród osób starszych oraz ich rodzin.
- Rozwój kompetencji interpersonalnych osób starszych. Treningi asertywności, poprawiające jakość życia. – Wydział Polityki Społecznej i Mieszkaniowej.
- Samoobrona przed manipulacją – nauka technik perswazji, manipulacji, skutecznej obrony itp. - Straż Miejska
- Warsztaty plastyczne (zajęcia mające na celu integrację międzypokoleniową). Wspólne wykonanie rękodzieła, między innymi w postaci kartek świątecznych i ozdób na choinkę (zajęcia mające na celu integrację międzypokoleniową). – Miejski Ośrodek Kultury.

- Podniesienie kompetencji w zakresie przygotowania do bycia osobą starszą. Podniesienie świadomości społeczeństwa na temat etapów życia człowieka i szacunku wobec osoby starszej. Organizowanie warsztatów, szkoleń, spotkań, konkursów, happeningów, itp. z zakresu przygotowania się do starości. Przeprowadzenie kampanii społecznej w zakresie przygotowania do bycia osobą starszą. - Wydział Polityki Społecznej i Mieszkaniowej.
- Wzrost kompetencji pracowników instytucji i organizacji pozarządowych działających w obszarze opieki nad osobami starszymi. Organizowanie szkoleń, warsztatów, spotkań itp. w zakresie opieki nad osobami starszymi. - Wydział Polityki Społecznej i Mieszkaniowej.

Odpowiedzialny: Wydział Polityki Społecznej i Mieszkaniowej (współpraca: Wydział Edukacji, Miejska Bibliotek Publiczna, Rzecznik Praw Konsumenta, Uniwersytet Trzeciego Wieku, Straż Miejska)

Termin: Od 2016 rok w sposób ciągły

WIZERUNEK SENIORA

- Promowanie pozytywnego wizerunku osób starszych, ich potencjału, doświadczenia, umiejętności. Organizacja plebiscytu **"Jastrzębska osobowość trzeciego wieku"**. Przeprowadzanie edukacyjnych kampanii społecznych kreujących pozytywny wizerunek osób starszych.
- Realizacja projektu **„Miasto pokoleń”** zakładającego współpracę międzypokoleniową. W programie uczestniczyć będą dzieci z przedszkoli, uczniowie szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych oraz seniorzy z jastrzębskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Projekt zawierał będzie elementy edukacyjne na temat m.in. pojmowania starości, przeciwdziałania przejawom dyskryminacji wobec seniorów, zmiany postaw młodzieży w stosunku do osób starszych itd. Organizowanie wszelkich inicjatyw podejmowanych celem podtrzymania ważnej więzi międzypokoleniowej. Współpraca ze szkołami, przedszkolami, Młodzieżową Radą Miasta.

Odpowiedzialny: Wydział Informacji, Promocji i Rozwoju, Społeczny Doradca ds. Polityki Senioralnej, Doradca Prezydenta Miasta ds. Komunikacji, Promocji i Wizerunku

Termin: 2016 rok – działania ciągłe

w zakresie kultury:

KARTA SENIORA

- „Karta Seniora”, która uprawnia do zniżek przy zakupach oraz w instytucjach kulturalnych i sportowych i innych w mieście i na terenie kraju, wpisanych na listę firm deklarujących zniżki. Lista przedsiębiorców będzie na bieżąco poszerzana. Jednostki w Jastrzębiu-Zdroju, które przystąpią do „Karty Seniora” będą oznakowane.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej

Termin: 2016 rok i ciągła realizacja

SPOTKANIA INTEGRACYJNE

- W mieście będą organizowane różnego rodzaju zajęcia i spotkania dla seniorów, takie jak: „Czwartki Seniora”, „Godzina w dobrym Towarzystwie”, „Wieczór Seniora”.
- „Czwartki Seniora” będą odbywać się w okresie od jesieni do wiosny, raz na dwa miesiące z wyłączeniem Adwentu i Wielkiego Postu.
- „Godzina w dobrym towarzystwie” – inicjatywa ta służy integracji międzypokoleniowej, rozwijaniu zainteresowań, edukacji itd.
- Organizowanie „Wieczorów Seniora” – spotkań przy muzyce, w formie dancinów we współpracy z Uniwersytetem Trzeciego Wieku z lokalnymi restauratorami.
- Organizacja cyklu „Kawa dla seniora” mających na celu aktywizację zdrowotną, kulturalną, edukacyjną. Podczas spotkań uczestnicy będą mieli okazję zapoznania się z zasadami zdrowego żywienia, zdobędą wiedzę na temat m.in. profilaktyki chorób krążenia i chorób neurologicznych oraz psychologicznych aspektów starości.

Odpowiedzialny: Wydział Polityki Społecznej i Mieszkaniowej (współpraca: Społeczny Doradca ds. Polityki Senioralnej, Dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury, Dyrektor Miejskiej Biblioteki Publicznej, inni)
Termin: Od 2016 roku

w zakresie sportu:

POPRAWA I UTRZYMANIE KONDYCJI

- Organizacja Festiwalu Seniora. Podczas Festiwalu seniorzy prezentują swoje prace artystyczne, uczestniczą w zawodach sportowych, poznawczych wycieczce oraz zabawie tanecznej.
- Podniesienie kompetencji w zakresie poprawy i utrzymania kondycji osób starszych. Organizacja szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów, konkursów itp. w zakresie aktywnego spędzania czasu.
- Podniesienie poziomu aktywności fizycznej osób starszych. Organizowanie letnich aktywności w plenerze np. nordic walking, gimnastyka itp. Organizowanie cyklicznych zajęć, zawodów sportowych, zawodów zręcznościowych.

Odpowiedzialny: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji.

Termin: co roku maj, czerwiec, wrzesień

w zakresie aktywności społecznej:

RADA SENIORÓW.

- Rada Seniorów będzie przedstawicielem osób starszych, jako organ doradczy i opiniotwórczy przy Prezydencie. Rada będzie działała na podstawie stworzonego przez siebie regulaminu.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Polityki Społecznej i Mieszkaniowej

Termin: 2016 rok

WSPIERANIE ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH

- Miasto będzie wspierać działalność Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Koła Emerytów oraz poszerzać oferty na realizację zadań publicznych w sferze polityki senioralnej, adresowanych do organizacji pozarządowych. Jednocześnie będzie upowszechniać oferty seniorów, organizacji pozarządowych na stronie internetowej Urzędu Miasta oraz w innych formach.
- Organizowanie „Dni Seniora”. Celem przedsięwzięcia jest przede wszystkim integracja mieszkańców z seniorami z różnych środowisk i grup społecznych, uwrażliwienie społeczeństwa na potrzeby ludzi starszych oraz umożliwienie im uczestnictwa w kulturze. Adresatem spotkań jest społeczność lokalna – mieszkańcy miasta, domu pomocy społecznej, uczestnicy Ośrodek Pomocy Społecznej, klubów seniorskich, koła emerytów, stowarzyszeń oraz Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Odpowiedzialny: Wydział Polityki Społecznej i Mieszkaniowej (współpraca: Naczelnik Wydziału Kultury, Sportu i Turystyki, Naczelnik Wydziału Informacji, Promocji i Rozwoju.)

Termin: 2016 rok w sposób ciągły

AKADEMIA WOLONTARIATU SENIORA

- Utworzenie na terenie miasta „Akademii Wolontariatu Seniora”. Akademia mieściłaby się w „Domu Solidarności”, który powstanie w latach 2019-2020. Projekt zakłada wewnątrzpokoleniową aktywność osób starszych, budowanie wolontariatu międzypokoleniowego. Działania w projekcie posłużą integracji pokoleń, aktywności osób starszych zaangażowanych w działania oraz przeciwdziałająby samowykluczeniu i izolacji osób starszych.

Odpowiedzialny: Ośrodek Pomocy Społecznej

Termin: 2019-2020

- Organizacja cyklicznego konkursu na „Miejsca Przyjazne Seniorom”. Z jednej strony będzie on służył wskazaniu seniorom miejsc, gdzie spodziewać się mogą przyjaznej dla siebie atmosfery, z drugiej zaś, pokaże seniorów jako osoby aktywnie korzystające z infrastruktury miejskiej. W wyniku zorganizowanego przez Miasto konkursu, Miejsca Przyjazne Seniorom otrzymają certyfikat oraz będą promowane wśród osób starszych.

Odpowiedzialny: Naczelnik Wydziału Informacji, Promocji i Rozwoju.

Termin: Od 2017 roku

w zakresie dostępu do usług:

DOSTĘP DO INFORMACJI

- Strona dla seniorów, jako zakładka miejskiej strony internetowej, która zgromadzi kompleksową informację o działaniach i usługach na rzecz seniorów w mieście. Pozwoli to osobom starszym przede wszystkim skutecznie i szybko dotrzeć do informacji niezbędnej w

rozwiązaniu problemu lub zaspokojeniu potrzeby. Potencjalnymi odbiorcami strony będą także opiekunowie i bliscy osób starszych. Serwis będzie wypromowany i na bieżąco aktualizowany. Będzie to prezentacja ze strony Miasta, co miasto ma do zaoferowania Seniorom.

- Kalendarz seniora – stworzenie rocznego programu wydarzeń i zamieszczenie na stronie dla seniorów.

Odpowiedzialny: Wydział Informacji, Promocji i Rozwoju, Doradca Prezydenta Miasta ds. Komunikacji, Promocji i Wizerunku – pełnomocnik ds. Młodych

Termin: 2016 rok

Finansowanie programu

Zadania realizowane będą z budżetu Miasta oraz środków zewnętrznych, funduszy rządowych lub unijnych, jeśli zadanie wpiszą się w wytyczne wskazane w programie.

Realizacja programu

Program realizowany będzie sukcesywnie, w miarę posiadanych środków i zasobów materialnych. Rolę nadrzędną nad realizacją programu sprawuje Prezydent Miasta Jastrzębie – Zdrój. Bezpośrednio odpowiedzialny za realizację jest II Zastępca Prezydenta odpowiedzialny za szeroko rozumianą politykę społeczną. Przy realizacji programu ściśle współpracować będą: Społeczny Doradca Prezydenta ds. polityki senioralnej, Rada Seniorów.

Wydziały biorące udział w realizacji programu: Wydział Polityki Społecznej i Mieszkaniowej, Wydział Kultury, Sportu i Turystyki, Wydział Informacji, Promocji i Rozwoju, Straż Miejska, Ośrodek Pomocy Społecznej, Miejski Zarząd Nieruchomości, Rzecznik Ochrony Praw Konsumenta, oraz inne jeśli wynika to ze specyfiki zadania.

Bieżące, strategiczne zarządzanie programem powierzone zostanie zespołowi interdyscyplinarnemu, któremu przewodniczył będzie społeczny Doradca ds. Polityki Senioralnej. Realizowane działania będą bezpośrednio powiązane z zakresem kompetencji Biur, Wydziałów, czy jednostek odpowiednio dobranych do charakteru podejmowanych zadań. Istotnym elementem tej struktury będzie Rada Seniorów, będąca ciałem doradczym i opiniotwórczym.

Program senioralny „Aktywni 60+” ma formułę otwartą, co oznacza, że będzie cyklicznie monitorowany oraz modyfikowany.

Realizacja (sprawozdanie) z Programu będzie przedstawiana na koniec marca każdego roku.