

Załącznik Nr 1

do zarządzenia Nr 92/2025 Wójta Gminy Michałowice

z dnia 16.04.2025r. w sprawie przeprowadzenia

konsultacji społecznych projektu

„Programu Polityki Senioralnej na lata 2025 – 2030”



Program Polityki Senioralnej Gminy Michałowice na lata 2025–2030

Opracowanie:
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
i Urząd Gminy Michałowice



SPIS TREŚCI

Spis treści	2
I. Wprowadzenie.....	3
II. Podstawa prawna Programu i działań Gminy w zakresie polityki senioralnej	5
III. Sytuacja demograficzna w Gminie Michałowice i województwie mazowieckim.....	7
IV. Samorząd Gminy Michałowice – działania na rzecz seniorów	12
1. Strategia Rozwoju Gminy Michałowice na lata 2023–2040.....	12
2. Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych dla Gminy Michałowice na lata 2021–2026 ...	12
3. Program Polityki Senioralnej w latach 2021–2024	14
4. Działalność organizacji pozarządowych	21
5. Pozostała działalność na rzecz seniorów	22
6. Wnioski.....	24
V. Opis programu.....	25
VI. Kierunki działań i sposoby realizacji celów	26
1. Obszar – Zdrowie.....	26
2. Obszar – Społeczny	27
3. Obszar – Sport i Rekreacja.....	28
4. Obszar – Kultura	28
5. Obszar – Edukacja	29
6. Obszar – Ekologia.....	30
7. Obszar – Mieszkalnictwo	30
8. Obszar – Transport.....	31
VII. Zasady wdrażania Programu	32
VIII. Ewaluacja i monitoring Programu.....	33
IX. Podsumowanie.....	34



I. WPROWADZENIE

Gmina Michałowice, położona w powiecie pruszkowskim, stanowi rozwijającą się jednostkę samorządową, której celem jest zapewnienie wszystkim mieszkańcom, bez względu na wiek, jak najlepszych warunków do życia, aktywności i integracji społecznej. W obliczu starzejącego się społeczeństwa oraz wydłużającej się średniej długości życia Gmina dostrzega rosnącą rolę seniorów w tworzeniu wspólnoty lokalnej, a także ich istotny wkład w życie społeczne i kulturowe. Uwzględniając ten fakt, w trosce o poprawę jakości życia osób starszych opracowano **„Program Polityki Senioralnej Gminy Michałowice na lata 2025–2030”** (zwany dalej Programem).

Program ten jest odpowiedzią na potrzeby dynamicznie rosnącej grupy osób w wieku senioralnym, której liczba zarówno w Polsce, jak i w Gminie Michałowice systematycznie wzrasta. Zgodnie z danymi demograficznymi GUS 2023 średnia długość życia kobiet i mężczyzn wynosi odpowiednio 82 i 74,7 lat, a liczba osób powyżej 90. roku życia – tzw. stulatków – stale rośnie. Obecność coraz większej liczby seniorów w Gminie stawia przed lokalnymi władzami nowe wyzwania, związane z zapewnieniem im odpowiednich warunków życia, wsparcia oraz aktywnego uczestnictwa w życiu wspólnoty.

Program ma na celu stworzenie kompleksowego systemu wsparcia seniorów, obejmującego zarówno działania o charakterze społecznym, jak i infrastrukturalnym. Program zakłada szereg inicjatyw, które umożliwią osobom starszym pełniejsze uczestnictwo w życiu Gminy po zakończeniu aktywności zawodowej. Jednym z priorytetów jest budowanie przestrzeni sprzyjającej aktywności obywatelskiej seniorów, umożliwiającej im realizowanie własnych pasji, zainteresowań oraz angażowanie się w życie społeczne. W szczególności chodzi o aktywizację poprzez organizowanie wydarzeń kulturalnych, edukacyjnych oraz międzypokoleniowych. Inicjatywy te mają umożliwić integrację seniorów z młodszymi pokoleniami i zacieśnić więzi międzypokoleniowe w Gminie.

Kolejnym ważnym aspektem Programu jest dostosowanie infrastruktury gminnej do specyficznych potrzeb osób starszych, w tym poprawa dostępności budynków użyteczności publicznej, przestrzeni rekreacyjnych oraz transportu publicznego. Ważne jest także rozwijanie usług społecznych odpowiadających na potrzeby zdrowotne, opiekuńcze i doradcze seniorów, a także wspieranie ich w codziennym życiu poprzez programy pomocy w zakresie opieki, rehabilitacji czy transportu.

Gmina Michałowice jako odpowiedzialny samorząd zdaje sobie sprawę, że rozwój polityki senioralnej jest procesem długofalowym, wymagającym nie tylko zaangażowania lokalnych władz, ale także współpracy z organizacjami pozarządowymi, instytucjami zdrowotnymi oraz samymi seniorami.

Program zawiera konkretne i niezbędne do podjęcia działania wspierające osoby starsze w Gminie. Jego celem jest budowanie przestrzeni do godnego starzenia się poprzez zaspokojenie potrzeb seniorów. Program wskazuje również możliwości wykorzystania ich potencjału i aktywności.

Założenia Programu wpisują się w cel strategiczny 1 określony w „Strategii Rozwoju Gminy Michałowice na lata 2023–2040” (zwanej dalej Strategią Rozwoju Gminy), tj. „Zintegrowani i zadowoleni mieszkańcy”.

Program jest dokumentem:



- przygotowanym do pobudzenia aktywności obywatelskiej określonej grupy społecznej – seniorów
- wykraczającym swoimi działaniami poza określone w „Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Gminy Michałowice na lata 2021–2026” (zwanej dalej Strategią)
- o charakterze wielosektorowym, międzypokoleniowym, mającym zwiększyć spójność społeczną dla zaspokojenia zbiorowych potrzeb wspólnoty.

Program ma charakter wieloletni i zawiera kalkulację kosztów niezbędnych na budowanie i realizację szerokiej oferty usług i przedsięwzięć umożliwiających osobom starszym aktywne życie w gminnej wspólnocie, tak aby zabezpieczyć środki w dokumentach finansowych Gminy Michałowice. Pozwoli to na zapewnienie ciągłości realizacji poszczególnych celów, jak również na pozyskiwanie środków zewnętrznych wymagających zabezpieczenia tzw. wkładu własnego.



II. PODSTAWA PRAWNA PROGRAMU I DZIAŁAŃ GMINY W ZAKRESIE POLITYKI SENIORALNEJ

USTAWA O SAMORZĄDZIE GMINNYM Z DNIA 8 MARCA 1990 ROKU

Bezpośrednią delegację do przyjęcia **Programu** jako zadania własnego Gminy znajdujemy w ustawie o samorządzie gminnym¹:

- na potrzebę szczególnego postrzegania problemów osób starszych ustawa wskazuje zapisy dotyczące reprezentacji seniorów w działaniach Gminy określone w art. 5c: „Gmina sprzyja solidarności międzypokoleniowej oraz tworzy warunki do pobudzenia aktywności obywatelskiej osób starszych w społeczności lokalnej”
- w art. 7 powyższej ustawy znajduje się także zapis ust. 1: „Zaspokojenie zbiorowych potrzeb wspólnoty należy do zadań własnych Gminy. W szczególności zadania własne obejmują sprawy: punkt 16a) polityki senioralnej oraz punkt 17) wspierania i upowszechniania idei samorządowej, w tym tworzenia warunków do działania i rozwoju jednostek pomocniczych i wdrażania programów pobudzania aktywności obywatelskiej”.

USTAWA Z DNIA 11 WRZEŚNIA 2015 ROKU O OSOBACH STARSZYCH²

W ustawie tej w art. 4:

- w punkcie 1 zawarta jest definicja osoby starszej: „osoba starsza – osoba, która ukończyła 60. rok życia”
- w punkcie 2 ustawodawca zawarł definicję polityki senioralnej: „polityka senioralna – ogół działań organów administracji publicznej oraz innych organizacji i instytucji, które realizują zadania i inicjatywy kształtujące warunki godnego i zdrowego starzenia”.

UCHWAŁA RADY MINISTRÓW NR 161 Z DNIA 26 PAŹDZIERNIKA 2018 ROKU W SPRAWIE PRZYJĘCIA DOKUMENTU „POLITYKA SPOŁECZNA WOBEC OSÓB STARSZYCH 2030. BEZPIECZEŃSTWO – UCZESTNICTWO – SOLIDARNOŚĆ”³

Rozwój polityki senioralnej wymaga zmiany sposobu planowania z działań doraźnych jednorocznych na działania wieloletnie, m.in. ze względu na specyficzną grupę odbiorców. Wg opracowania GUS pt. *Trwanie życia 2023*, po osiągnięciu 60 roku życia kobiety będą żyły niespełna 25 lat, a mężczyźni niespełna 20 lat. Wymogi dla działań polityki senioralnej określone są w dokumentach strategicznych Unii Europejskiej, których zadaniem jest m.in. wspieranie włączenia społecznego w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. W ramach konkursów samorządy, organizacje pozarządowe, podmioty ekonomii społecznej i inne podmioty mogą starać się o środki finansowe na działania rozwojowe.

W przyjętym przez rząd dokumencie znalazły się opisy trzech istotnych elementów polityki senioralnej.

¹ Dz. U. z 2024 r., poz. 1465, 1572, 1907, 1940.

² Dz. U. z 2015 r., poz. 1705 zm. z 2024 r. poz. 834

³ Monitor Polski z 30 listopada 2018 r., poz. 1169.



Tabela 1. Opis elementów polityki senioralnej

BEZPIECZEŃSTWO	„Stan i sytuacja, w której ludzie mają ugruntowane przekonanie, że potrzeby materialne, bytowe, psychiczne i duchowe są oraz mogą być zaspokojone dzięki dostosowaniu warunków materialnych, instytucji i organizacji środowiska społecznego do zmieniających się potrzeb osób w starszym wieku”
UCZESTNICTWO	„Udział osób w starszym wieku w różnych formach aktywności rodzinnej, społecznej, sportowej, zdrowotnej i obywatelskiej, dostosowanej do zmieniającej się wraz z wiekiem kondycji fizycznej, psychicznej oraz możliwości i zainteresowań”
SOLIDARNOŚĆ	„Uwzględnianie przez społeczeństwo w swoich działaniach opinii i interesów innych generacji, odzwierciedlających siłę więzi międzypokoleniowej (tj. poczucie łączności z osobami w innym wieku) oraz poczucia odpowiedzialności za osoby reprezentujące inne grupy pokoleniowe”

Dokument wskazuje na potrzebę rozwoju usług społecznych dla seniorów i podejmowania w środowiskach lokalnych działań profilaktycznych wspierających aktywność i samodzielność osób starszych z uwzględnieniem pogłębiających się ograniczeń charakterystycznych dla tej grupy wiekowej wynikających także z utraty samodzielności.



III. SYTUACJA DEMOGRAFICZNA W GMINIE MICHAŁOWICE I WOJEWÓDZTWIE MAZOWIECKIM

Opracowano na podstawie danych Głównego Urzędu Statystycznego na koniec 2023 roku. publikacji „Sytuacja demograficzna województwa mazowieckiego w 2023 r.” data publikacji 14.08.2024,, „Region warszawski stołeczny w 2023 roku” data publikacji 23.12.2024,

Definicje:

a/ indeks starości – liczba osób w wieku 65 lat i więcej przypadająca na 100 osób w wieku 0–14 lat (relacja pokoleniowa dziadków i wnuczków).

b/ Mediana wieku (wiek środkowy) ludności – parametr wyznaczający granicę wieku, którą połowa ludności już przekroczyła, a druga połowa jeszcze nie osiągnęła.

c/ Współczynnik obciążenia demograficznego – liczba osób w wieku nieprodukcyjnym przypadająca na 100 osób w wieku produkcyjnym.

d/ wiek poprodukcyjny – mężczyźni w wieku 65 lat i więcej oraz kobiety – 60 lat i więcej.

e/ Ekonomiczne grupy wieku:

- wiek przedprodukcyjny – mężczyźni i kobiety w wieku 0–17 lat,
- wiek produkcyjny – mężczyźni w wieku 18–64 lata, kobiety w wieku 18–59 lat,
- wiek poprodukcyjny – mężczyźni w wieku 65 lat i więcej oraz kobiety – 60 lat i więcej.

Przez ludność w wieku nieprodukcyjnym rozumie się ludność w wieku przedprodukcyjnym oraz ludność w wieku poprodukcyjnym.

f/ wskaźnik starości demograficznej - Wskaźnik starości demograficznej – udział osób w wieku 65 lat i więcej w ogólnej liczbie ludności.

g/ osoba starsza – zgodnie z ustawą o osobach starszych z 1 lipca 2024 - osoba, która ukończyła 60. rok życia

Mazowieckie jest największym obszarowo i najbardziej zaludnionym województwem w kraju. Głównym czynnikiem powodującym zmianę liczby mieszkańców jest najwyższy w kraju napływ ludności do województwa (dodatni współczynnik salda migracji wewnętrznych i zagranicznych na pobyt stały). Spadł natomiast współczynnik przyrostu naturalnego (z -2,24‰ do -2,35‰). Przybywało mieszkańców w obszarze metropolitalnym Warszawy i strefach podmiejskich dużych miast, a ubywało w miastach subregionalnych i powiatach usytuowanych na krańcach województwa. Niepokojącym zjawiskiem jest powiększanie się obszarów wyludniających się. Zgodnie z klasyfikacją Webba w 2023 r. z ogólnej liczby 42 powiatów 9 było aktywnych demograficznie (tj. zaludniało się), z czego w 2 nastąpił wzrost zaludnienia w wyniku zarówno dodatniego przyrostu naturalnego, jak i dodatniego salda migracji. W pozostałych 33 powiatach zmiany miały charakter regresywne.



W województwie mazowieckim struktura ludności według płci od lat charakteryzuje się liczebną przewagą kobiet. Ich udział w ogólnej liczbie ludności stanowi ponad 52%. W 2023 r. wskaźnik feminizacji określający liczbę kobiet przypadającą na 100 mężczyzn wyniósł 109, przy czym w miastach był wyższy (114) niż na wsi (101). Kobiety dłużej żyją, przy czym wcześniej osiągają wiek emerytalny.

Z każdym rokiem ludność województwa mazowieckiego nieznacznie się starzeje. Zwiększa się wartość mediany wieku ludności, ponadto pogarsza się relacja między liczbą dziadków a liczbą wnuków (**indeks starości**^a). Zarówno w skali województwa, Regionu Stołecznego Warszawskiego (RSW), jak i Warszawy (WOF) grupa osób starszych jest liczniejsza (na 100 dzieci przypada odpowiednio 119 osób starszych w województwie mazowieckim i 117 w Warszawskim Obszarze Funkcyjnym, 115 w Regionie Warszawskim Stołecznym i aż 133 w Warszawie). Tylko w gminie Lesznówola na 100 dzieci przypada mniej niż 50 osób w wieku 65 lat i więcej.

W 2023 r. wiek środkowy ludności (**mediana wieku**^b) wyniósł 41,7 roku (wobec 38,1 roku w 2010 r.), a wskaźnik starości (tj. udział osób w wieku 65 lat i więcej w ogólnej liczbie ludności) – 19,2% (wobec 14,4%). Na 100 osób w wieku 0–14 lat przypadało 119 osób w wieku powyżej 64 lat, tj. o 25 więcej niż w 2010 r. Przewaga liczby osób starszych nad liczbą dzieci utrzymuje się od 2014 r. W 2023 r. w województwie mazowieckim zawarto 22,3 tys. małżeństw, tj. o 4,8% mniej niż rok wcześniej.

Rok 2023 był kolejnym, w którym odnotowano spadek liczby urodzeń. O ile w 2022 r. zarejestrowano 50,2 tys. urodzeń żywych, to w 2023 r. – 44,9 tys. (o 10,6% mniej).

W 2023 r. zmarło 57,9 tys. osób, tj. o 7,6% mniej niż przed rokiem. Współczynnik umieralności wyniósł 10,50 (wobec 11,36 w 2022 r.); w miastach – 10,53, a na wsi – 10,45. Połowę zmarłych osób stanowili mężczyźni. Mediana wieku osób zmarłych wyniosła 77 lat (w kraju tyle samo), dla mężczyzn było to 73 lata, natomiast dla kobiet 83 lata. Głównymi przyczynami zgonów (tak samo jak w kraju) są choroby układu krążenia i choroby nowotworowe, powodujące ponad połowę wszystkich zgonów.

Pomimo dodatniego salda migracji wewnętrznych i zagranicznych, liczba ludności województwa zmniejszyła się w porównaniu z 2022 r. w wyniku ujemnego przyrostu naturalnego. Poszczególne składniki przyrostu rzeczywistego ludności tak samo (co do znaku) kształtowały się w miastach i na wsi, jednak na wsi natężenie ogólnego salda migracji było większe.

Syntetyczny obraz zmian struktury płci i wieku w województwie mazowieckim można odczytać z porównania tzw. piramid wieku, których kształt – na skutek spadku częstości urodzeń – charakteryzuje się wąską podstawą. Od wielu lat poziom dzietności w województwie (podobnie jak w kraju) nie gwarantuje prostej zastępowalności pokoleń.

Z każdym rokiem ludność województwa mazowieckiego nieznacznie się starzeje. Stan zaawansowania starości demograficznej ludności najprościej wyraża tzw. wiek środkowy ludności (mediana wieku). Jeśli wartość mediany rośnie, oznacza to, że dana populacja się starzeje i odwrotnie. W latach 2000–2023 w województwie mazowieckim wartość mediany wzrosła z 36,8 do 41,7 roku.



O nasilającym się procesie starzenia się ludności świadczy stopniowe zwiększanie się udziału osób starszych oraz zmniejszanie się udziału dzieci. Porównując bieżące dane dotyczące struktury ludności według biologicznych grup wieku w województwie mazowieckim z danymi spisu powszechnego przeprowadzonego w 1970 r. zauważa się postępujące w kolejnych latach zmiany typu struktury ludności z progresywnego w regresywny. O ile w 1970 r. osoby w wieku 0–14 lat stanowiły blisko 1/4 (24,0%) społeczeństwa, a osoby w wieku 65 lat i więcej – 9,5%, to w 2010 r. udział dzieci i osób starszych w populacji ogółem był już zbliżony (wynosił odpowiednio 15,4% i 14,4%), a w 2023 r. był mniejszy niż osób starszych (16,1% wobec 19,2%). Obserwowane od wielu lat stopniowe zwiększanie się wartości wskaźnika starości demograficznej spowodowane jest m.in. trwającą od lat 90. XX wieku głęboką depresją urodzeniową, a także zasilaniem w kolejnych latach grupy wieku 65 lat i więcej przez liczne roczniki osób urodzonych w wyżym demograficznym lat 50. XX wieku.

W latach 2010–2023 liczba osób w wieku 65 lat i więcej w województwie mazowieckim zwiększyła się z 759,9 tys. do 1057,5 tys., tj. o 297,6 tys. (o 39,2%);

W latach 2010–2023 we wszystkich powiatach województwa mazowieckiego odnotowano wzrost udziału osób starszych. W 2023 r. wartość **wskaźnika starości demograficznej** w gminach zawierała się w przedziale od 10,5% w gminie miejskiej Ząbki (powiat wołomiński) do 27,1% w gminie miejskiej Podkowa Leśna (powiat grodziski). Wartość ta dla Gminy Michałowice wynosi: 20,2%

O postępującym procesie starzenia demograficznego mieszkańców województwa świadczy również stopniowy wzrost wartości indeksu starości, który ilustruje liczbowe relacje międzypokoleniowe między dziadkami i wnukami. O ile w 2000 r. na 100 dzieci w wieku 0–14 lat przypadało średnio 78 osób w wieku powyżej 64 lat, to w 2023 r. było to już 119 osób.

Ze względów gospodarczych istotny jest także poziom **współczynnika obciążenia demograficznego**^c, czyli liczby osób w wieku nieprodukcyjnym na 100 osób w wieku produkcyjnym. W 2023 roku kształtował się on następująco: województwo mazowieckie 71, RWS i WOF po 69 oraz m.st. Warszawa – 67. Najniższy (najlepsze dla sytuacji gospodarczej wartości wskaźnika) zanotowano w gminie miejskiej Ząbki (58) i Marki (62) oraz w gminie wiejskiej Jabłonna (64). Z drugiej strony w 50 gminach RWS jego wartość przekroczyła 70. Najwyższe wartości zanotowano w Podkowie Leśnej (92) i Józefowie (81). Współczynnik obciążenia demograficznego w Gminie Michałowice jest wysoki i wynosi w 2023 roku – 78,2.

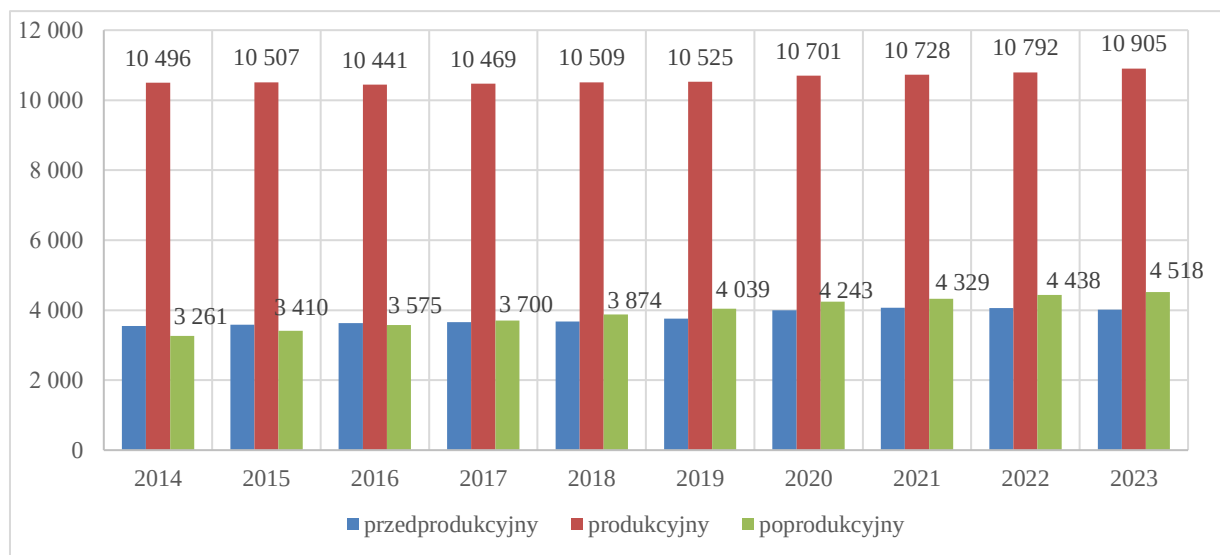
W powiecie pruskowskim 57,5% mieszkańców jest w wieku produkcyjnym, 20,9% w wieku przedprodukcyjnym, a 21,5% mieszkańców jest w wieku poprodukcyjnym. W gminie Michałowice 56,1% mieszkańców jest w wieku produkcyjnym, 20,6% w wieku przedprodukcyjnym, a 23,2% mieszkańców jest w wieku poprodukcyjnym. Te dane również świadczą o przesuwaniu się populacji gminy Michałowice w kierunku „starzenia się”.

Na koniec 2023 roku w Gminie Michałowice zamieszkiwało **19 436** osób, w tym 4 518 osób w **wieku poprodukcyjnym**^d (tj. mężczyźni w wieku 65 lat i więcej oraz kobiety – 60 lat i więcej). Z danych statystycznych GUS wynika, że w Gminie stale wzrasta liczba mieszkańców, w tym także



osób w wieku poprodukcyjnym. Wzrost w tej grupie jest znacznie szybszy niż wzrost liczby mieszkańców w wieku produkcyjnym. Liczba osób w wieku poprodukcyjnym (ogółem **4 518**, w tym **1 731 mężczyzn i 2 787 kobiet**) i jest wyższa niż liczba osób w wieku przedprodukcyjnym (4 013) – o około 12,6%. Fakt ten stawia poważne wyzwania dla zapewnienia zrównoważonego rozwoju Gminy.

Wykres 1. *Ludność wg ekonomicznych kategorii wiekowych w Gminie Michałowice w latach 2014–2023*



Źródło: Bank Danych Lokalnych GUS.

Wskaźnik starości demograficznej⁴, czyli relacja liczby ludności w wieku 65+ do ogółu ludności (w %), w Gminie Michałowice w ostatnich latach wykazuje znaczną tendencję rosnącą. W 2014 roku wynosił 14,8%, a w 2023 – 20,2.

Zarówno dynamika zmian indeksu starości demograficznej, jak i wskaźnik starości demograficznej potwierdzają trend starzenia demograficznego ludności Gminy w ostatnich latach.

W 2023 roku w województwie mazowieckim udział ludności w wieku poprodukcyjnym w ogólnej liczbie ludności wyniósł 22,1%. Analiza zmian w strukturze ludności według ekonomicznych grup wieku w latach 2014 – 2024 wskazuje na sukcesywny spadek odsetka ludności w wieku produkcyjnym (z 62% w 2014 do 58,6% w 2023 roku) oraz wzrost odsetka osób w wieku poprodukcyjnym (z 19,5% w 2014 do 22,1% w 2023 roku). Wzrost odsetka ludności w wieku 65 lat i więcej w populacji ogółem, wzrost wartości mediany wieku, a także spadek liczby osób w wieku 0 – 14 lat na 100 osób w wieku 65 lat i więcej świadczą o nasilającym się procesie starzenia się ludności⁴.

⁴ Stan i ruch naturalny ludności w województwie mazowieckim w 2023 r., Urząd Statystyczny w Warszawie, <https://warszawa.stat.gov.pl/opracowania-biezace/opracowania-sygnalne/ludnosc/stan-i-ruch-naturalny-ludnosc-w-wojewodztwie-mazowieckim-w-2023-r-1,18.html>.



Tabela 2. *Udział ludności w wieku poprodukcyjnym i niektóre wskaźniki obciążenia demograficznego dla kraju, województwa, powiatu i Gminy*

Wskaźniki	Gmina Michałowice	Powiat pruszkowski	Województwo mazowieckie	Polska
Udział ludności w wieku poprodukcyjnym	23,20%	21,60%	22,10%	23,30%
Współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi	32,00%	29,40%	29,60%	30,90%
Odsetek osób w wieku 65 lat i więcej w populacji ogółem	20,20%	18,70%	19,20%	20,10%

Źródło: Bank Danych Lokalnych GUS.

Zgodnie z definicją osoby starszej przyjętej w ustawie o osobach starszych w roku 2023 na terenie Gminy mieszkały 5 064 osoby spełniające tę definicję. Osoby, które ukończyły 60. rok życia, stanowiły 26,05% ogółu mieszkańców (w powiecie pruszkowskim osoby powyżej 60. roku życia stanowiły 24,02% ogółu mieszkańców).

Tabela 3. *Ludność w wieku 60+ w stosunku do ogólnej populacji w wybranych obszarach terytorialnych w 2023 roku*

Obszar	Ludność ogółem	60–69	% ogółu	70–79	% ogółu	80 i więcej	% ogółu
Polska	37 636 508	4 836 417	12,85%	3 429 085	9,18%	1 601 219	4,25%
Województwo mazowieckie	5 510 527	649 867	11,79%	472 476	8,57%	237 187	4,30%
Powiat pruszkowski	179 667	20 187	11,24%	15 608	8,69%	7 347	4,09%
Gmina Michałowice	19 436	2 436	12,53%	1 823	9,38%	805	4,14%

Źródło: Bank Danych Lokalnych GUS.

Sytuacja demograficzna w Gminie Michałowice jest odzwierciedleniem zjawiska zachodzącego w całym kraju – zgodnie z prognozą GUS „starzenie populacji jest zjawiskiem powszechnym i nieodwracalnym”. Proces starzenia się ludności Polski, będący wynikiem korzystnego zjawiska, czyli wydłużania się trwania życia, pogłębiany jest niskim poziomem dzietności. Według prognoz starzenie się ludności będzie się nadal nasilało, a wydłużenie przeciętnego trwania życia spowoduje, że udział osób starszych w ogólnej liczbie ludności wzrośnie aż do poziomu 40% populacji.



IV. SAMORZĄD GMINY MICHAŁOWICE – DZIAŁANIA NA RZECZ SENIORÓW

1. STRATEGIA ROZWOJU GMINY MICHAŁOWICE NA LATA 2023–2040⁵

Podstawowym dokumentem strategicznym dla Gminy Michałowice jest „**Strategia Rozwoju Gminy Michałowice na lata 2023–2040**”, w której zawarte są wizja rozwoju, cele strategiczne i operacyjne oraz kierunki działań. W wyzwaniach dla Gminy Michałowice sformułowanych na podstawie diagnozy sytuacji społeczno-gospodarczej w wymiarze społecznym Strategia Rozwoju Gminy wymienia: Wzmacnianie integracji i aktywności społecznej mieszkańców, dalszą poprawę dostępności i jakości usług społecznych oraz konsekwentne rozszerzanie oferty usług czasu wolnego i dostosowanie ich do potrzeb zróżnicowanych odbiorców (w tym osób starszych).

W sformułowanych w tym dokumencie celach strategicznych określono:

cel strategiczny 1 – „zintegrowani i zadowoleni mieszkańcy”, a także cele operacyjne – „cel operacyjny 1.1 – wysokiej jakości usługi publiczne, cel operacyjny 1.2 – aktywni mieszkańcy, cel operacyjny 1.3 – dostępna gmina”.

Program Polityki Senioralnej wpisuje się w kierunki działań określone dla realizacji tych celów, takie jak poprawa dostępu do usług publicznych; rozwój programów profilaktyki zdrowotnej; poprawa bezpieczeństwa mieszkańców; rozwój oferty spędzania czasu wolnego i oferty sportowej; wzmacnianie integracji społecznej, włączania społecznego oraz cyfrowego; rozwój programów związanych z integracją różnych środowisk, w tym seniorów; rozwój kompetencji cyfrowych.

2. STRATEGIA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW SPOŁECZNYCH DLA GMINY MICHAŁOWICE NA LATA 2021–2026⁶

Najważniejszym opracowaniem programowym w zakresie problemów społecznych Gminy Michałowice jest „**Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Gminy Michałowice na lata 2021–2026**”. To dokument wieloletni, uwzględniający działania w różnych obszarach i różnych podmiotów w zakresie polityki społecznej w Gminie. W Strategii określono cele strategiczne, operacyjne i kierunki działań. Cel strategiczny 2 koncentruje się na realizacji działań ważnych dla wsparcia osób starszych w Gminie:

Cel strategiczny 2: Funkcjonalny system wsparcia osób starszych, niesamodzielnych oraz osób z niepełnosprawnościami

Zaspokojenie potrzeb seniorów oraz osób z niepełnosprawnościami w wymiarze zarówno społecznym, jak i zdrowotnym stanowi jedno z największych wyzwań dla władz krajowych, jednostek samorządu terytorialnego oraz organizacji pozarządowych. Starzenie się społeczeństwa niesie ze sobą skutki i wyzwania nie tylko w obszarze społeczno-kulturowym, ale i gospodarczym, a zatem przy zmieniającej się diametralnie strukturze demograficznej

⁵ <https://www.michalowice.pl/strategia-rozwoju-gminy>.

⁶ https://gops.michalowice.pl/files/1583800615/file/Strategia_rozwi%C4%85zywania_problemov_spo%C5%82ecznych_na_lata_2021-20261.pdf.



system wsparcia w tym obszarze powinien ulec przemodelowaniu. Ponadto wejście w życie Ustawy z dnia 19 lipca 2019 roku o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami dodatkowo obliguje Gminę Michałowice do podjęcia działań zarówno w postaci likwidacji barier architektonicznych, jak i podnoszenia poziomu dostępności cyfrowej czy informacyjno-komunikacyjnej.

Realizując drugi z celów strategicznych, Gmina Michałowice planuje osiągnąć poprawę warunków funkcjonowania tej grupy społecznej w oparciu o intensyfikację działań dostosowanych do potrzeb osób z niepełnosprawnościami oraz osób starszych, a także rozwój inicjatyw aktywizujących społecznie. Cel ten zostanie osiągnięty nie tylko przy wsparciu jednostek samorządu terytorialnego oraz organizacji pozarządowych, lecz także poprzez kształtowanie prawidłowych postaw obywatelskich. Niezwykle pomocne będzie tutaj wysokie zaangażowanie społeczne mieszkańców Gminy Michałowice, dodatkowo wzmocnione poprzez podejmowanie działań takich jak inicjowanie i wspieranie pomocy sąsiedzkiej, wolontariatu czy grup samopomocowych. Wzmocnienie działań opartych na zasobach społeczności lokalnej przyczyni się do budowania relacji społecznych, w tym międzypokoleniowych, oraz zapobiegnie wykluczeniu społecznemu i zawodowemu wskazanej grupy społecznej.

Cele operacyjne:

- 2.1 Wsparcie osób starszych, niesamodzielnych oraz osób z niepełnosprawnościami pozostających w domu i ich rodzin
- 2.2 Aktywizacja społeczna osób starszych i osób z niepełnosprawnością
- 2.3 Zapewnienie dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami

Kierunki działań:

- 1) Poradnictwo psychologiczne, medyczne, prawne dla rodzin i faktycznych opiekunów sprawujących opiekę nad osobami starszymi i niesamodzielnymi
- 2) Wsparcie opiekunów osób z niepełnosprawnościami w zakresie opieki wytchnieniowej – kontynuacja działań
- 3) Upowszechnianie informacji dotyczących wsparcia
- 4) Wspieranie powstawania grup samopomocowych
- 5) Rozwój kadry opiekuńczej
- 6) Rozwój i wsparcie wolontariatu
- 7) Rozwój środowiskowych systemów wsparcia (kręgi wsparcia, pomoc sąsiedzka, wolontariat)
- 8) Rozwój dziennych i całodobowych miejsc wsparcia
- 9) Realizacja działań określonych w Programie Polityki Senioralnej
- 10) Kształtowanie zdrowego trybu życia seniorów
- 11) Kontynuacja działań Dziennego Domu Senior+ (DDS+)
- 12) Dostosowanie liczby miejsc opieki dla osób starszych do zapotrzebowania
- 13) Rozwój współpracy z NGO
- 14) Wsparcie osób starszych w zakresie nowoczesnych technik komunikacji, m.in. poprzez organizację szkoleń w zakresie kształtowania umiejętności poruszania się w świecie cybernetycznym
- 15) Rozwój inicjatyw wspierających integrację międzypokoleniową
- 16) Rozwój pasji i zainteresowań osób starszych
- 17) Rozwój pasji i zainteresowań osób z niepełnosprawnością
- 18) Inicjowanie i wspieranie pomocy sąsiedzkiej



- 19) Doradztwo zawodowe dla osób ze szczególnymi potrzebami, w szczególności dla osób z niepełnosprawnością
- 20) Promowanie wśród społeczności lokalnej, w tym osób starszych i niesamodzielnych, aktywnych postaw, w tym samopomocy
- 21) Usuwanie barier architektonicznych
- 22) Podnoszenie poziomu dostępności cyfrowej
- 23) Przeprowadzenie akcji informacyjnych, spotkań, warsztatów na temat funkcjonowania społecznego osób ze szczególnymi potrzebami
- 24) Stworzenie lokalnej platformy umożliwiającej zgłaszanie potrzeb mieszkańców Gminy, w tym zwłaszcza osób ze szczególnymi potrzebami
- 25) Diagnozowanie potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami

3. PROGRAM POLITYKI SENIORALNEJ W LATACH 2021–2024

Uchwałą nr XXV/303/2020 z dnia 25 listopada 2020 roku Rada Gminy Michałowice przyjęła „Program Polityki Senioralnej Gminy Michałowice na lata 2021–2024”, który był dokumentem programowym opisującym realizację misji i wizji polityki senioralnej w Gminie Michałowice, wyznaczającym priorytety i cele szczegółowe oraz przedstawiającym działania, które powinny być podejmowane przez podmioty takie jak samorząd, a także instytucje pozarządowe i sektor prywatny, by poprawić sytuację osób starszych i ich otoczenia. Program powstał z myślą o starszych mieszkańcach Gminy – by zwiększyć komfort ich życia i umożliwić aktywne uczestniczenie w życiu wspólnoty gminnej po zakończeniu aktywności zawodowej.

Działania w ramach Programu zostały ujęte w ośmiu obszarach, co pozwoliło na zrealizowanie w latach 2021–2024 różnych aktywności i form wsparcia:

- 1) **W ramach obszaru „zdrowie”:** Seniorzy korzystali z profilaktycznych szczepień przeciwko grypie w czterech przychodniach na terenie Gminy. Zapewniono dostępność do usług usprawniających ruchowo w formie bonów na zabiegi rehabilitacyjne i na pływanie rekreacyjne oraz zajęć aquaerobiku na pływalni Kapry w Pruszkowie. Uruchomiono bezpłatną wypożyczalnię sprzętu pielęgnacyjno-wspomagającego. Urząd Gminy współpracował z podmiotami medycznymi w przeprowadzeniu szczepień przeciwko pneumokokom oraz badań mammograficznych.
- 2) **W ramach obszaru „społecznego”:** Prowadzono Dzienny Dom Seniora DDS+, w którym dostępnych jest 30 miejsc. Organizowano usługi opieki wytchnieniowej i utworzono mieszkania wspomagane na terenie Gminy z uwzględnieniem funkcji wytchnieniowej oraz możliwości pobytu całodobowego dla wsparcia opiekunów. Rozwijano różne formy wolontariatu i pomocy sąsiedzkiej, m.in. poprzez przystępowanie do programów rządowych w obszarze wsparcia seniorów. Raz w miesiącu (poza lipcem i sierpniem) seniorzy mogą korzystać z bezpłatnych porad prawnych.
- 3) **W ramach obszaru „sport i rekreacja”:** Zapewniano warunki do wypoczynku oraz uprawiania sportu przez osoby starsze i z niepełnosprawnościami, w tym we współpracy międzypokoleniowej poprzez udostępnienie sal gimnastycznych w szkołach, świetlicach, siłowniach i boiskach zewnętrznych na prowadzenie zajęć sportowych dla osób starszych przez instruktorów. Rozwijano małą architekturę dostosowaną do potrzeb seniorów. Prowadzono działania edukacyjne. Organizowano zajęcia skierowane do seniorów, w tym



zawody sportowe z bilarda holenderskiego. Prowadzono m.in. zajęcia body art, na zdrowy kręgosłup, nordic walking, aquaerobik.

- 4) **W ramach obszaru „kultura”:** Wspierano organizacje pozarządowe w działaniach na rzecz kultury i działalności artystycznej osób starszych poprzez ogłaszanie konkursów dla organizacji pozarządowych. Na stronie internetowej Gminy została założona podstrona dotycząca oferty dla seniorów. Ponadto utworzono grupę mailingową obejmującą koła seniorów, koła gospodyń wiejskich, stowarzyszenia i fundacje, których członkami są również seniorzy. Lista wynosi ponad 70 adresów. Gmina rozsyła także newsletter gminny, dzięki któremu seniorzy otrzymują informacje o działaniach kulturalnych. Oprócz tego oferta prezentowana jest w formie tradycyjnej – na 120 tablicach ogłoszeniowych. Udostępniano pomieszczenia na spotkania mieszkańców, np. w restauracjach, gdzie organizowane były „Michałowickie Fajfy”.
- 5) **W ramach obszaru „edukacja”:** Zapewniono system szkoleń dla seniorów z różnych dziedzin. Odbyły się cykle szkoleń oraz pojedyncze warsztaty wzmacniające samodzielność seniorów, tj. trening pamięci, „polub się ze smartfonem”, drukowanie 3D. Organizowano spotkania z ciekawymi ludźmi i specjalistami z różnych dziedzin, a także warsztaty nowych technologii. Budowano więzi międzypokoleniowe m.in. poprzez spotkania z dziećmi i młodzieżą czy prezentację nowych technologii. Zrealizowano warsztaty animacji dla seniorów i uczniów SP w Michałowicach (powstał film animowany poklatkowo), warsztaty świąteczne międzypokoleniowe (wykonano ozdoby florystyczne i świąteczne), a także spotkania z okazji Dnia Babci i Dziadka. Oprócz tego zorganizowano spotkania instruktażowe przybliżające bilard holenderski i turniej, w którym wzięły udział 3 pokolenia. Gmina kupiła i przekazała do świetlic stoły do bilarda holenderskiego, by umożliwić stałe z nich korzystanie.
- 6) **W ramach obszaru „ekologia”:** Stworzono warunki do włączenia osób starszych w proces ochrony zasobów przyrodniczych i monitorowania ich stanu. Realizowano inicjatywy służące zwiększeniu oferty edukacyjnej dla mieszkańców z zakresu ochrony środowiska naturalnego oraz angażowano osoby starsze do działań wspólnotowych. Zrealizowano koncepcję ścieżki przyrodniczej wzdłuż Raszynki, a także zamontowano tablice drewniane przy wejściach do lasu, celem informowania o działaniach proekologicznych – przede wszystkim seniorów, którzy nie korzystają z Internetu. Podjęto działania mające na celu ochronę systemów korzeniowych przed uszkodzeniem, umożliwienie swobodnego dopływu wody do gruntu, utrzymanie zieleni w chodnikach. Wykonano nasadzenia bylin i krzewów przy kapliczce w Pęcicach, angażując osoby starsze do działań wspólnotowych (cele: podniesienie estetyki przestrzeni, podtrzymywanie tradycji – nabożeństwa, redukcja smogu).
- 7) **W ramach obszaru „mieszkalnictwo”:** Zwiększono zakres i formę wsparcia w formie programów osłonowych oferujących usługi lub dopłaty. Realizowano dwie inicjatywy:
 - a) Gminny program osłonowy – pozwalający na obniżenie zobowiązań związanych z kosztami mieszkaniowymi na lata 2021–2024. Zgodnie z Uchwałą nr XXXI/353/2021 Rady Gminy Michałowice z dnia 27 kwietnia 2021 roku program wspierał dwie kategorie odbiorców, tj. osoby z niepełnosprawnością i osoby starsze.
 - b) „Złota rączka dla Seniora” – program realizowany na podstawie Uchwały nr XLIII/469/2022 Rady Gminy Michałowice z dnia 31 maja 2022 roku.



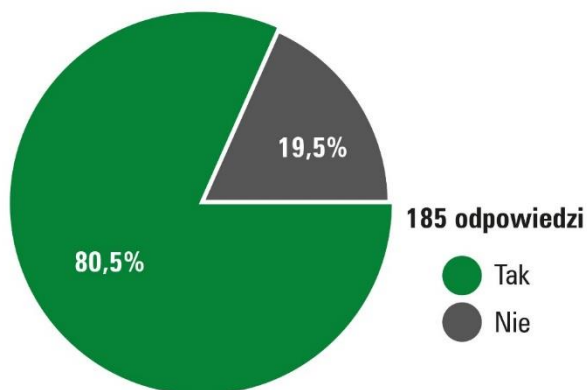
Prowadzono działania informacyjne dla mieszkańców w zakresie ulg i dopłat, warunków, jakie należy spełnić (promocje w biuletynie, na stronach i w prasie, plakaty). Zwiększono dostęp do poradnictwa prawnego.

- 8) **W ramach obszaru „transport”:** Seniorzy z Gminy Michałowice mogą zakupić jednorazowe bilety WKD w niższych cenach. Rozszerzono wsparcie wolontariuszy w zakresie dowozu w celu zaspokojenia potrzeb związanych z leczeniem.

W grudniu 2024 roku Program Polityki Senioralnej poddano ewaluacji – zostały przeprowadzone badania ankietowe. Ankieta była dostępna w dwóch formach: papierowej oraz formularza internetowego. W ankiecie wzięło udział 185 osób.

Na pytanie „Czy korzystał Pan/Pani z oferty kierowanej do seniorów?” 80,5% (149 osób) odpowiedziało „tak”. Z oferty nie korzystało 19,5% badanych (36 osób).

Wykres 2. Procentowy udział respondentów w ofercie kierowanej do seniorów



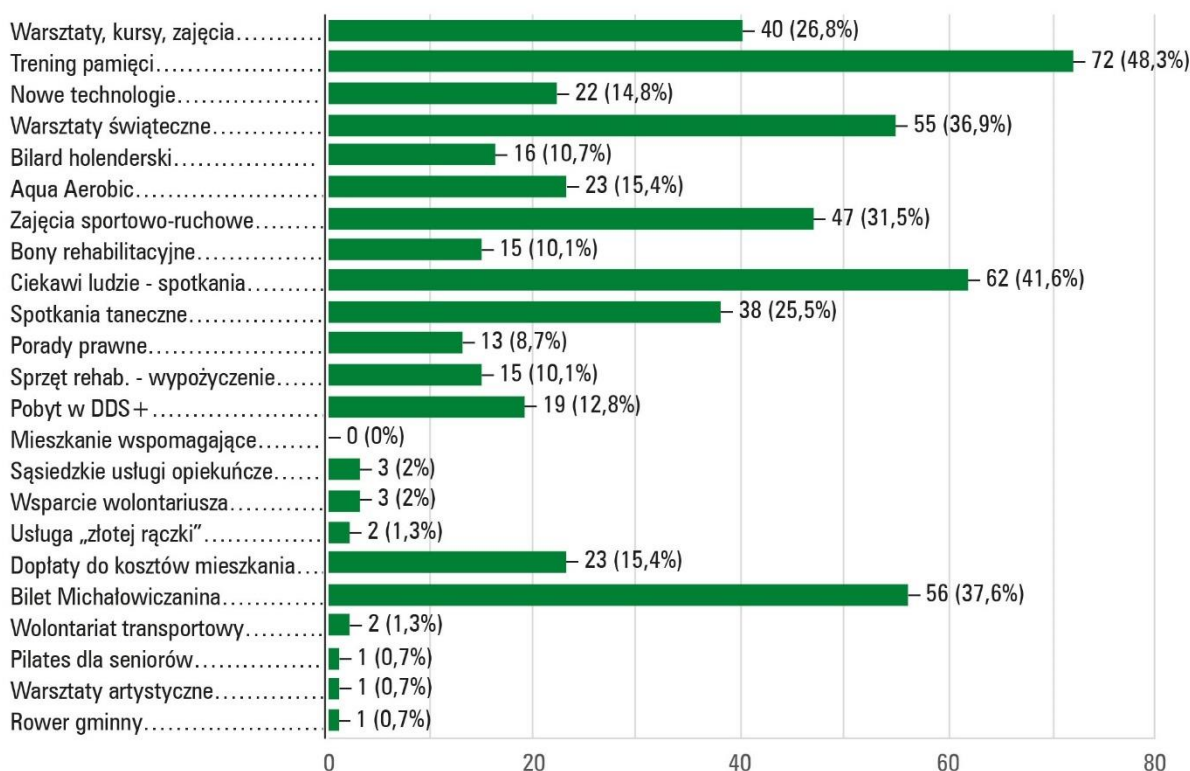
Po udzieleniu twierdzącej odpowiedzi na powyższe pytanie ankietowani zostali poproszeni o odpowiedź na kilka szczegółowych pytań:

- *Proszę zaznaczyć działanie, z którego Pan/Pani korzystał/a lub w którym Pan/Pani uczestniczył/a? (można wybrać kilka odpowiedzi)*

72 osoby korzystały z treningu pamięci, 62 osoby brały udział w wykładach i spotkaniach z ciekawymi ludźmi, 56 osób korzysta z usługi „Bilet Michałowiczana”, 55 osób wzięło udział w warsztatach świątecznych, 47 osób uczestniczyło w zajęciach sportowo-ruchowych, 40 osób uczestniczyło w warsztatach, kursach, zajęciach, 38 wzięło udział w spotkaniach tanecznych, 23 otrzymały dopłaty do mieszkania, 19 korzystało z pobytu w DDS+, 15 wypożyczyło sprzęt, 13 skorzystało z porad prawnych, 15 z bonów rehabilitacyjnych, 23 z aquaerobiku, 16 grało w bilard holenderski, 22 uczyło się obsługi smartfona.



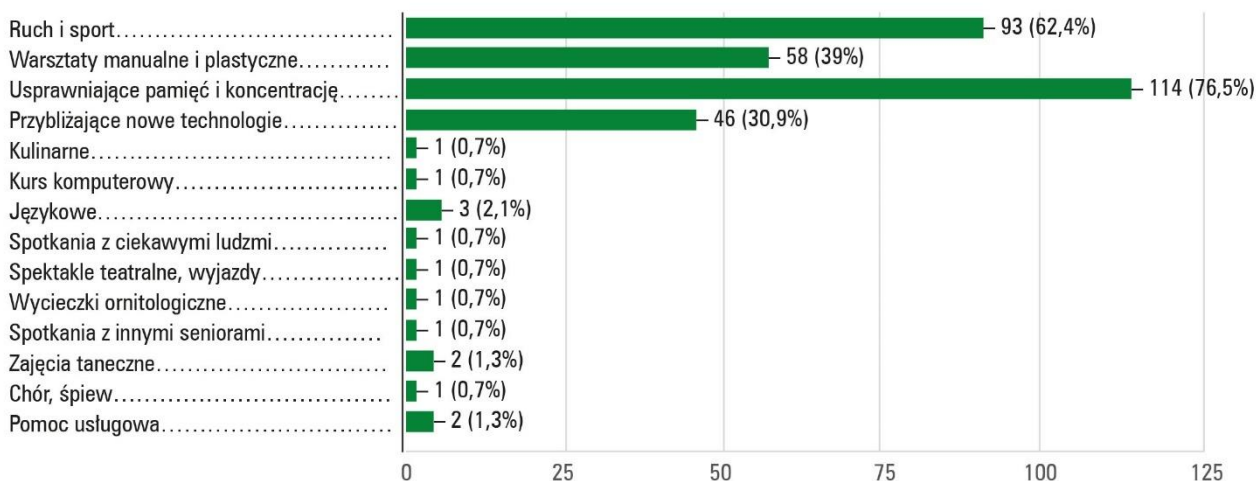
Wykres 3. Oferta kierowana do seniorów, z której korzystali respondenci



- Jaki rodzaj aktywności Pana/Pani zdaniem jest najbardziej potrzebny seniorom?

Najwięcej osób (114, czyli 76,5%) wskazało aktywności usprawniające pamięć i koncentrację, nieco mniej (93 – 62,4%) – ruch i sport. Na trzecim miejscu znalazły się warsztaty manualne i plastyczne (58 osób – 39%), a na czwartym – przybliżające nowe technologie (46 osób – 30,9%). Pozostałe aktywności wymieniali nieliczni ankietowani (około 1–2%).

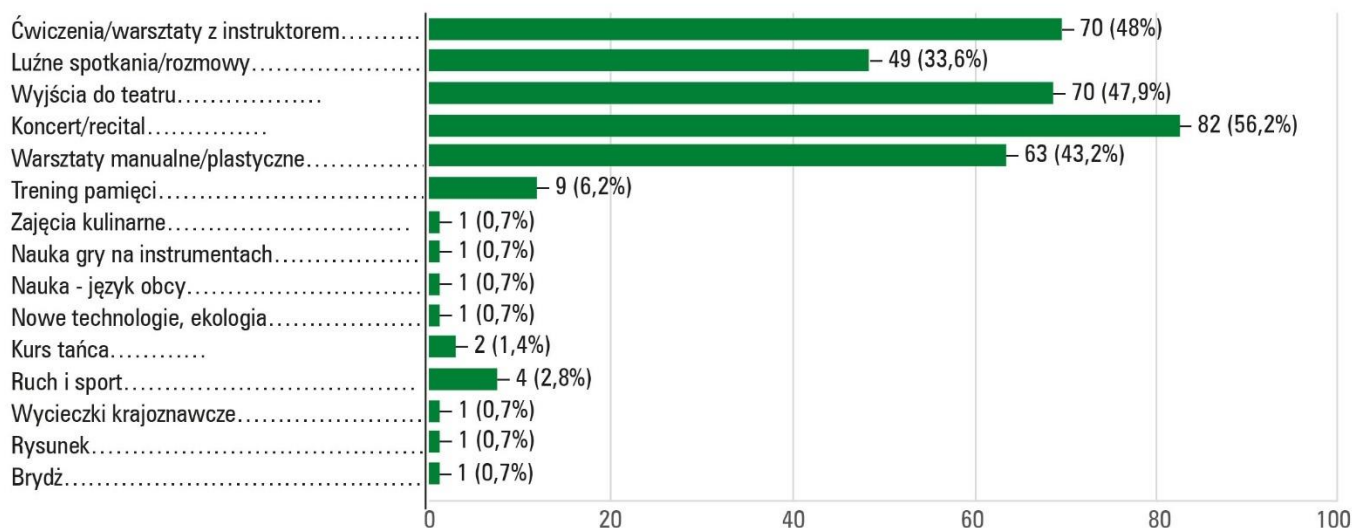
Wykres 4. Rodzaj aktywności preferowany przez seniorów korzystających z gminnej oferty





- *W jakich zajęciach/wydarzeniach/spotkaniach wzięłby Pan/wzięłaby Pani udział?*

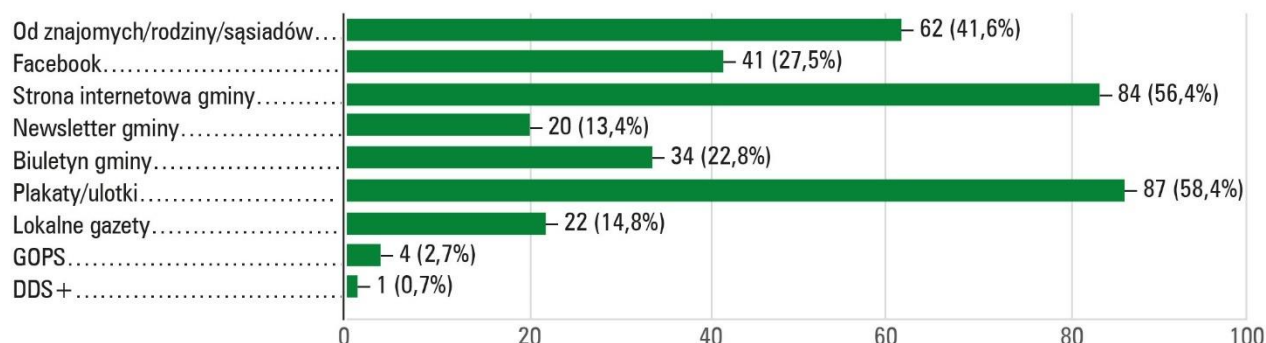
Wykres 5. Rodzaje wydarzeń, w których chcą uczestniczyć seniorzy korzystający z oferty gminnej



- *Skąd czerpie Pan/Pani informacje o ofercie gminnej?*

Respondenci bazują głównie na: plakatach i ulotkach (87 osób – 58,4%), stronie internetowej Gminy Michałowice (84 osoby – 56,4%), marketingu szeptanym (informacje od znajomych/rodziny/sąsiadów; 62 osoby – 41,6%), Facebooku (41 – 27,5%), biuletynie gminnym (34 – 22,8%) i lokalnych gazetach (22 – 14,8%).

Wykres 6. Źródła informacji o ofercie senioralnej dla osób korzystających z tej oferty





- Miejsce zamieszkania respondentów

Tabela 4. *Miejsce zamieszkania seniorów korzystających i niekorzystających z oferty gminnej*

	Korzystający z oferty	Dotychczas niekorzystający
Granica	14	4
Komorów	26	9
Komorów-Wieś	1	0
Michałowice	34	9
Michałowice-Osiedle	14	0
Nowa Wieś	17	5
Opacz	3	0
Opacz-Kolonia	18	3
Pęcice	1	1
Pęcice Małe	4	1
Reguły	12	4
Suchy Las	2	0

3 osoby nie określiły miejscowości.

Spośród przebadanych osób **19,5% nie korzystało z oferty kierowanej do seniorów**, co odpowiada grupie 36 osób ze 185 przebadanych.

Respondenci podawali różne powody braku aktywizacji:

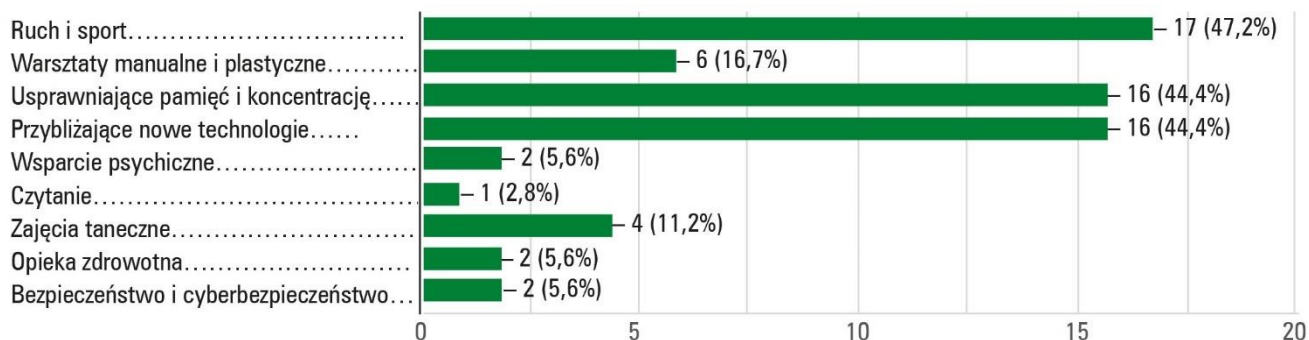
- 14 osób oceniło, że oferta nie była dopasowana do ich potrzeb
- 10 osób nie wiedziało, że istnieje oferta gminna dla seniorów
- 4 osoby wskazały brak czasu jako przyczynę niekorzystania
- 1 osoba korzystała ze wsparcia najbliższej rodziny
- 1 osoba nie korzystała z uwagi na kolizje terminów
- 3 osoby od niedawna są seniorami, korzystają z oferty dedykowanej dorosłym
- 1 osoba oceniła propozycje jako „zbyt przesiąknięte religijnością”
- 1 osoba nie była zainteresowana korzystaniem z oferty



Osoby, które dotychczas **nie korzystały z oferty**, odpowiadały na pytania dotyczące potrzeb i oczekiwań.

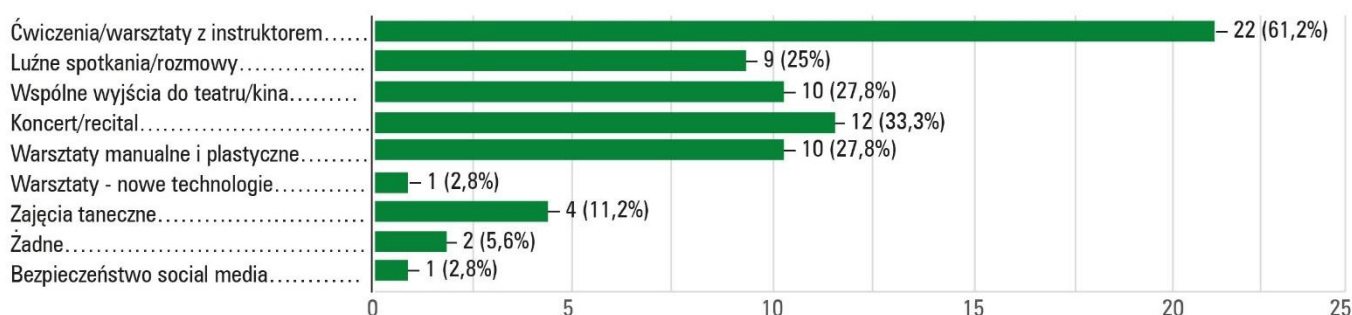
- *Jaki rodzaj aktywności Pana/Pani zdaniem jest najbardziej potrzebny seniorom?*

Wykres 7. Rodzaj aktywności preferowany przez seniorów, którzy nie korzystali dotąd z gminnej oferty



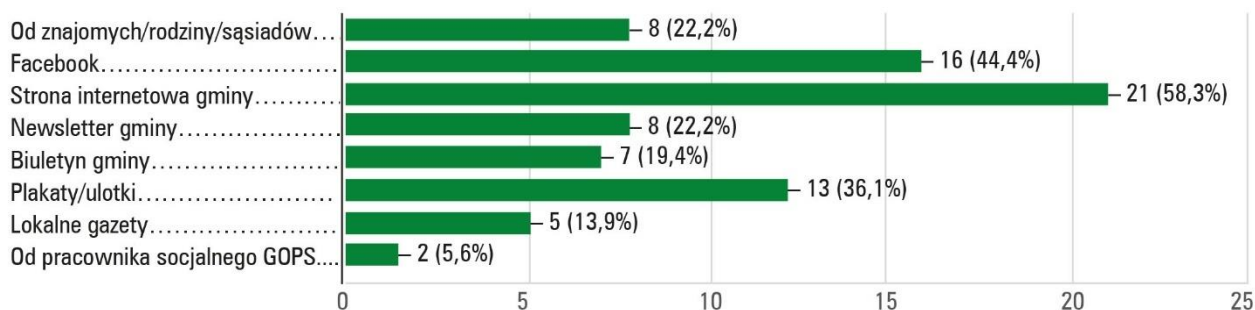
- *W jakich zajęciach/wydarzeniach/spotkaniach chciałby Pan/wzięłaby Pani udział?*

Wykres 8. Rodzaje wydarzeń, w których chcą uczestniczyć seniorzy niekorzystający dotąd z oferty gminnej



- *Skąd czerpią Państwo informacje o ofercie? (36 odpowiedzi)*

Wykres 9. Źródła informacji o ofercie senioralnej dla osób dotąd niekorzystających z tej oferty





Podsumowanie ewaluacji

Gmina Michałowice realizuje program polityki senioralnej od 2021 roku. Ankieta pokazała, że duża część seniorów mieszkających w Gminie jest zainteresowana i korzysta z oferty/usług proponowanych w ramach Programu. Seniorzy są chętni do podnoszenia swojej sprawności (umysłowej – trening pamięci, kursy; fizycznej – zajęcia sportowo-ruchowe, aquaerobik), z zainteresowaniem biorą udział w różnego rodzaju warsztatach (zarówno dotyczących nowych technologii, jak i artystyczno-manualnych).

Deklaracje osób, które dotychczas nie korzystały z oferty, dotyczące zakresu zainteresowań pokrywają się z już zaoferowanym Programem, co oznacza, że ważne jest dotarcie z informacją do szerszego grona, natomiast zakres podejmowanych działań w dużym stopniu koresponduje z oczekiwaniami.

Z danych pozaankietowych (wywiady bezpośrednie) wynika, że seniorzy bardzo podkreślają funkcję integracyjną wszystkich działań, cieszy ich możliwość poznawania nowych osób i budowania nowych relacji. Jest to bardzo ważne zadanie, które wypełniliśmy realizując Program Polityki Senioralnej 2021 - 2024.

4. DZIAŁALNOŚĆ ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH

W ramach polityki senioralnej Gmina udzieliła dotacji na zadania skierowane do seniorów z zakresu „Kultury i ochrony dziedzictwa narodowego”, z zadania: Działalność na rzecz kultury i działalności artystycznej osób starszych, mieszkańców Gminy Michałowice w ramach Programu współpracy Gminy Michałowice z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego na lata 2022–2024. Przeznaczone zostały dotacje na:

- warsztaty teatralne dla seniorów, których efektem były spektakle teatralne w ramach projektu „Teatralnia K40” wystawiane na terenie Gminy i powiatu,
- prowadzenie chórów „Michalowiczanka” (Michałowice) i „Czerwone Korale” (Opacz-Kolonia),
- warsztaty rękodzieła organizowane przez Komorowskie Stowarzyszenie Aktywnych Seniorów i Osób Dotkniętych Chorobą Parkinsona,
- zespół teatralno-kabaretowy „Humor przy okazji” działający przy kole nr 9 PZERiI w Pęcicach Małych, który zrealizował pięć spektakli wystawianych na terenie Gminy.

Oprócz dotacji przeznaczonych bezpośrednio na zadania związane z opieką i wsparciem osób starszych organizacje pozarządowe aktywnie uczestniczą w ogólnodostępnych konkursach ofert. Dzięki temu realizowane są liczne inicjatywy, które wzbogacają życie seniorów. Przykładem mogą być programy prowadzone przez Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów oraz Stowarzyszenie Osób Dotkniętych Chorobą Parkinsona. Takie organizacje oferują szeroką gamę zajęć i spotkań, które pomagają seniorom dbać o zdrowie, rozwijać umiejętności i utrzymywać aktywność intelektualną.

Ponadto inne organizacje pozarządowe działające w Gminie Michałowice przygotowują ciekawe propozycje, ciesząc się ogromnym zainteresowaniem wśród seniorów. Często są to wydarzenia



związane z kulturą, sztuką, zdrowiem oraz warsztaty rozwijające umiejętności manualne i intelektualne. Przykładami mogą być m.in. prowadzenie i koncerty chóru Komorowskiego Towarzystwa Śpiewaczego, a także cykl ciekawych spotkań organizowanych od 2019 roku przez Stowarzyszenie Przyjazne Jutro w ramach Michałowickiego Uniwersytetu Wszelkiego Wieku.

5. POZOSTAŁA DZIAŁALNOŚĆ NA RZECZ SENIORÓW

Oprócz działań na rzecz seniorów realizowanych w ramach polityki senioralnej miały miejsce również inicjatywy w ramach oferty z funduszy sołeckich i osiedlowych, budżetu obywatelskiego, budżetu Gminy oraz działalności statutowej Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej Gminy Michałowice (GOPS), w których uczestniczyli seniorzy.

Wydarzenia kulturalne i sportowo-rekreacyjne

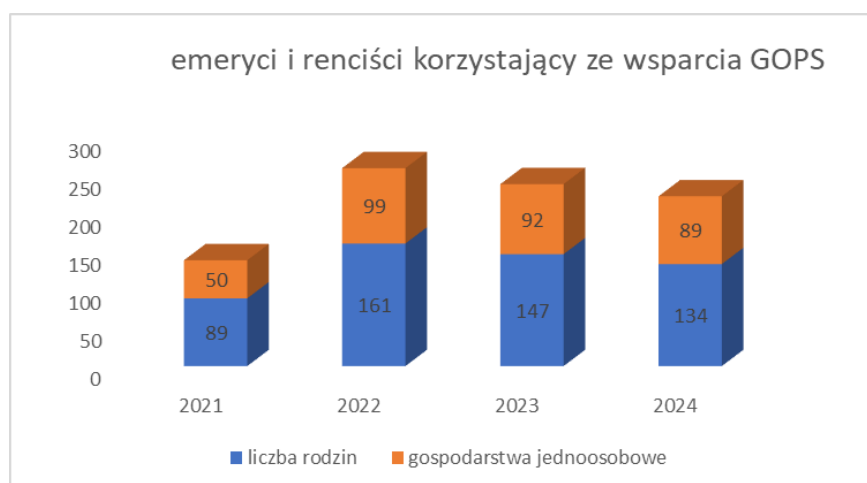
Poza Programem organizowane były sportowo-rekreacyjne zajęcia skierowane bezpośrednio do seniorów. Są to np. inicjatywy poprawiające kondycję fizyczną oraz samopoczucie osób starszych. Należą do nich m.in. zajęcia pilates, organizowane z funduszu osiedla Michałowice, które pomagają seniorom utrzymać dobrą formę i elastyczność, oraz zajęcia w ramach programu „Aktywny Senior” w Granicy, angażujące seniorów w różnorodne formy aktywności.

Gmina Michałowice nie ogranicza się jedynie do działań skierowanych bezpośrednio do seniorów. Oferuje również bogaty katalog wydarzeń dostępnych dla wszystkich mieszkańców, niezależnie od wieku. Wśród nich znajdują się koncerty, warsztaty, spotkania kulturalne, pikniki, spotkania autorskie, zajęcia sportowe, taneczne i edukacyjne, realizowane dzięki funduszom sołeckim, osiedlowym, z budżetu obywatelskiego oraz działań promocyjnych Gminy. Seniorzy aktywnie uczestniczą w tych wydarzeniach, co sprzyja integracji z młodszymi mieszkańcami Gminy.

Działalność statutowa GOPS

Rodziny emerytów i rencistów to najliczniejszy typ rodzin, którym GOPS udziela wsparcia. Zdecydowaną większość w tych rodzinach stanowią gospodarstwa jednoosobowe.

Wykres 10. Liczba gospodarstw emerytów i rencistów korzystających z pomocy GOPS Michałowice w latach 2021–2024





Najczęstszymi powodami trudnej sytuacji życiowej, w której osoby zgłaszają się do GOPS, jest niepełnosprawność oraz długotrwała lub ciężka choroba.

Tabela 5. Liczba rodzin korzystających z pomocy GOPS z uwagi na niepełnosprawność lub chorobę

Powód trudnej sytuacji życiowej	Liczba rodzin			
	2021	2022	2023	2024
Niepełnosprawność	133	139	128	107
Długotrwała lub ciężka choroba	181	242	212	194

Z danych wynika, że głównym odbiorcą świadczeń pomocy społecznej w Gminie Michałowice są osoby w wieku senioralnym oraz z niepełnosprawnością. Grupa ta może korzystać z szerokiego spektrum wsparcia, np. w trudnej sytuacji ekonomicznej uzyskać pomoc finansową, skorzystać z posiłków dowożonych do miejsca zamieszkania (niemożność samodzielnego ich przygotowywania), z usług opiekuńczych (trudności w samodzielnym funkcjonowaniu), z pracy socjalnej (trudności w społecznym funkcjonowaniu) czy też liczyć na pobyt w Domu Pomocy Społecznej (DPS) (osoby wymagające całodobowej pomocy, w sytuacji braku możliwości jej zapewnienia ze strony rodziny). Pracownicy socjalni utrzymują kontakt osobisty i telefoniczny z seniorami, budując relacje i oferując pomoc w rozwiązywaniu bieżących problemów. Ponadto do grupy osób starszych trafia coraz szerzej oferowana w GOPS pomoc psychologiczna.

Tabela 6. Liczba osób korzystających z niektórych świadczeń pomocy społecznej w latach 2021–2024

Rodzaj wsparcia	Liczba osób			
	2021	2022	2023	2024
Usługi opiekuńcze	10	13	28	45
Pobyt w DPS	15	13	15	16
Posiłki wraz z dowozem	12	11	18	21
Teleopaska	6	13	17	13

Działania ośrodka mają na celu zaspokojenie podstawowych potrzeb, zmniejszenie poczucia osamotnienia i bezradności oraz umożliwienie jak najdłuższego pozostania w miejscu zamieszkania. Uwaga ośrodka skupia się na grupie seniorów o obniżonej samodzielności z uwagi na wiek i stan zdrowia, jak również na ich opiekunach. GOPS w 2024 roku zatrudnił 5 opiekunów w wymiarze pełnego etatu, realizujących usługi w miejscu zamieszkania, wspierających osoby o obniżonej samodzielności i ich rodziny. W roku 2024 zrealizowano cykl 4 spotkań edukacyjnych dla opiekunów osób zależnych. Omawiano, jak opiekować się osobami



z chorobami neurodegeneracyjnymi – Alzheimera, Parkinsona i innymi. Poruszano tematy związane z higieną i pielęgnacją ciała. Przedstawiono praktyczne porady i wskazówki. Pokazano pomocne narzędzia i sprzęty, które ułatwią życie seniorom w domu. Podczas spotkań podpowiadano, jak radzić sobie z trudnościami seniora w chodzeniu i innymi ograniczeniami ruchowymi. Na zakończenie poruszono kwestie związane z samymi opiekunami, omówiono, jak mogą zadbać o siebie oraz jak uniknąć wyczerpania, jak dbać o dobre samopoczucie i skąd otrzymać wsparcie. W spotkaniach wzięli udział mieszkańcy oraz pracownicy socjalni i opiekunowie zatrudnieni w GOPS. Łącznie w 5 spotkaniach uczestniczyły 64 osoby.

6. WNIOSKI

Podsumowując realizację Programu w latach 2021–2024, jak również działania dostępne dla tej grupy mieszkańców, należy zwrócić uwagę na różnorodność oferowanych form wsparcia. Gmina oferuje szeroki wachlarz działań skierowanych do seniorów, uwzględniający różne potrzeby i stan psychofizyczny. W związku z powyższym zasadna jest kontynuacja Programu z uwzględnieniem dotychczasowych obszarów i celów strategicznych wraz z ujęciem działań skierowanych do grupy seniorów o obniżonej samodzielności.



V. OPIS PROGRAMU

MISJA PROGRAMU: Gmina Michałowice dobrym miejscem dla seniora.

CEL STRATEGICZNY: Zapewnienie optymalnych warunków do życia i dla aktywności obywatelskiej seniorom i ich opiekunom poprzez wielosektorowe działania profilaktyczne i międzypokoleniowe.

Działania opisane w Programie odnoszą się do 8 zidentyfikowanych kluczowych obszarów, dla których określono cele operacyjne.

Tabela 7.

Zdrowie	Zapewnienie warunków ukierunkowanych na utrzymanie zdrowia i poprawę kondycji zdrowotnej osób starszych
Społeczny	Zapewnienie uczestnictwa w życiu społecznym, rozwój usług społecznych dla poprawy bezpieczeństwa i ochrony w trudnych sytuacjach życiowych oraz wsparcia w codziennym funkcjonowaniu
Sport i rekreacja	Wzmocnienie aktywności fizycznej, rozwój turystyki, sportu i różnych form rywalizacji
Kultura	Zapewnienie osobom starszym uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych i rozwój aktywności w różnorodnych formach działalności artystycznej
Edukacja	Stworzenie warunków do uczenia się przez całe życie, poznawania nowych technologii i uczestnictwo w edukacji międzypokoleniowej
Ekologia	Prowadzenie działań proekologicznych i ochrony środowiska naturalnego oraz edukacji ekologicznej
Mieszkalnictwo	Przeciwdziałanie wykluczeniu mieszkaniowemu, uruchomienie programów osłonowych, wsparcia infrastruktury mieszkaniowej osób starszych, o niskich dochodach, samotnych, z niepełnosprawnościami
Transport	Wsparcie osób starszych w realizacji lokalnych potrzeb transportowych



VI. KIERUNKI DZIAŁAŃ I SPOSOBY REALIZACJI CELÓW

1. OBSZAR – ZDROWIE

CEL OPERACYJNY: Zapewnienie warunków ukierunkowanych na utrzymanie zdrowia i poprawę kondycji zdrowotnej osób starszych.

Tabela 8.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Rozwój specjalistycznych usług opiekuńczych	Usługi świadczone w miejscu zamieszkania	Realizacja ciągła	GOPS	Rodzaj dostępnych usług – 1
2	Zapewnienie dostępu do wsparcia psychologicznego	Indywidualne i grupowe formy wsparcia	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba osób objętych wsparciem – 60
3	Zapewnienie dostępu do sprzętu pielęgnacyjno-wspomagającego	Prowadzenie wypożyczalni	Realizacja ciągła	GOPS	Funkcjonowanie wypożyczalni – 1
4	Zapewnienie dostępności do aktywności i usług usprawniających ruchowo	Organizacja zajęć na pływalni, dostęp do zabiegów usprawniających – realizacja w formie bonów	Realizacja ciągła	Urząd Gminy (UG)	Liczba uczestników w danym roku – 100
5	Usługi prozdrowotne, szczepienia ochronne, profilaktyka, badania przesiewowe	Badania	Raz w roku	UG	Rodzaj dostępnych usług – 2



2. OBSZAR – SPOŁECZNY

CEL OPERACYJNY: Zapewnienie uczestnictwa w życiu społecznym, rozwój usług społecznych dla poprawy bezpieczeństwa i ochrony w trudnych sytuacjach życiowych oraz wsparcia w codziennym funkcjonowaniu.

Tabela 9.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Tworzenie warunków i rozwój infrastruktury dla dziennych form wsparcia	Prowadzenie DDS+	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba miejsc w DDS+ – 30
		Uruchomienie Klubu seniora	od 2029	GOPS	Liczba klubów – 1
2	Udzielanie wsparcia w realizacji indywidualnych potrzeb seniorów przy wsparciu specjalistów i wolontariuszy	Realizacja programu „Wspieraj Seniora”	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba osób objętych wsparciem w roku – 20
3	Rozwój usług sąsiedzkich	Przystąpienie do programu „Korpus Wsparcia Seniorów”	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba osób objętych wsparciem w roku – 5
4	Prowadzenie mieszkań wspomaganych	Utrzymanie wsparcia w 2 mieszkaniach	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba mieszkań wspomaganych – 2
5	Świadczenie usług opieki na odległość	Przyjęcie programu i przystąpienie do „Korpusu Wsparcia Seniorów”	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba osób korzystających z usługi w roku – 15
6	Inicjowanie działań na rzecz wsparcia opiekunów osób starszych	Działania o charakterze edukacyjnym i wsparciowym	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba wydarzeń w roku – 1
7	Podejmowanie inicjatyw nakierowanych na integrację międzypokoleniową dzieci, młodzieży i osób starszych oraz uwrażliwianie na potrzeby osób starszych	Wydarzenia, działania o charakterze integracyjnym i edukacyjnym	Realizacja ciągła	GOPS, szkoły, przedszkola, NGO, Młodzieżowa Rada Gminy (MRG)	Liczba wydarzeń w roku – 6
8	Dostęp do literatury	Dowóz książek do miejsca zamieszkania, zdalny zapis do biblioteki („Komorowski Książkowóz”)	Realizacja ciągła	Biblioteka Komorów	Dostępność usługi



3. OBSZAR – SPORT I REKREACJA

CEL OPERACYJNY: Wzmocnienie aktywności fizycznej, rozwój turystyki, sportu i różnych form rywalizacji.

Tabela 10.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Organizacja międzypokoleniowych zajęć sportowo-rekreacyjnych	Organizacja zajęć skierowanych do seniorów, w tym zawodów sportowych i turniejów	Realizacja cykliczna	MRG, NGO, szkoły	Liczba wydarzeń w roku – 1
2	Organizacja zajęć sportowo-rekreacyjnych	Różne aktywności dla seniorów, m.in. gimnastyka, nordic walking, body art, pilates, aquaerobik, bilard holenderski	Realizacja ciągła	UG, NGO	Liczba rodzajów aktywności w roku – 6

4. OBSZAR – KULTURA

CEL OPERACYJNY: Zapewnienie osobom starszym uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych i rozwój aktywności w różnych formach działalności artystycznej.

Tabela 11.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Inicjowanie wydarzeń kulturalnych sprzyjających integracji międzypokoleniowej	Spotkania, warsztaty, wspólne projekty	Realizacja ciągła	MRG, szkoły	Liczba wydarzeń w roku 3
2	Rozwój oferty gminnych bibliotek dedykowanej osobom starszym	Spotkania autorskie, warsztaty, biblioterapia dla uczestników DDS+	Realizacja ciągła	Biblioteki	Liczba wydarzeń w roku 6
3	Organizacja wydarzeń z okazji Dnia Seniora	Spotkania artystyczne i okolicznościowe	Cykl raz w roku	UG	Liczba uczestników – 400
4	Wsparcie organizacji pozarządowych w działaniach na rzecz kultury i działalności artystycznej osób starszych	Konkursy dla NGO	Raz w roku	UG, NGO	Liczba inicjatyw – minimum 2



5. OBSZAR – EDUKACJA

CEL OPERACYJNY: Stworzenie warunków do uczenia się przez całe życie, poznawanie nowych technologii i uczestnictwo w edukacji międzypokoleniowej.

Tabela 12.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Akademia Samodzielnych Seniorów	Szkolenia i warsztaty, np. trening pamięci, warsztaty artystyczne, nowe technologie, bezpieczeństwo cyfrowe	Realizacja ciągła	UG	Liczba kursów oraz pojedynczych warsztatów w roku – minimum 5
2	Edukacja międzypokoleniowa	Budowanie więzi międzypokoleniowych poprzez gry i zabawy z dziećmi i młodzieżą oraz warsztaty nowych technologii	Realizacja ciągła	Szkoły, przedszkola, MRG	Liczba wydarzeń w roku – 6
3	Michałowicki Uniwersytet Otwarty Wszelkiego Wiek	Wykłady i spotkania tematyczne prowadzone przez specjalistów różnych dziedzin	Realizacja ciągła	UG	Liczba spotkań w roku minimum 10



6. OBSZAR – EKOLOGIA

CEL OPERACYJNY: Prowadzenie działań proekologicznych i ochrony środowiska naturalnego oraz edukacji ekologicznej.

Tabela 13.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Ekologiczna Akademia Seniora	Wykłady i spotkania tematyczne prowadzone przez specjalistów w zakresie ekologii	Realizacja cykliczna – raz w kwartale	UG, NGO	Liczba spotkań w roku – 4

7. OBSZAR – MIESZKALNICTWO

CEL OPERACYJNY: Przeciwdziałanie wykluczeniu mieszkaniowemu, uruchomienie programów osłonowych, wsparcia utrzymania infrastruktury mieszkaniowej osób starszych, o niskich dochodach, samotnych, z niepełnosprawnościami.

Tabela 14.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Kontynuacja programów osłonowych pozwalających na obniżenie obciążeń finansowych wynikających z konieczności ponoszenia kosztów mieszkaniowych	Kontynuacja i aktualizacja programów osłonowych „Złota rączka” oraz programu pomocy finansowej do kosztów mieszkaniowych	Realizacja cykliczna	GOPS	Liczba programów osłonowych – 2
2	Zapewnienie wsparcia prawnego osobom starszym pozwalającego na uregulowanie sytuacji prawnych zasobów mieszkaniowych i ich ochrony przed nieuczciwymi praktykami kredytowymi, pożyczkowymi, odwróconej hipoteki	Organizowanie dyżuru prawnika	Realizacja ciągła	UG	Liczba oferowanego wsparcia rocznie – 20 godzin



8. OBSZAR – TRANSPORT

CEL OPERACYJNY: Wsparcie osób starszych w realizacji lokalnych potrzeb transportowych.

Tabela 15.

Lp.	Działania	Możliwe formy realizacji	Termin realizacji	Podmiot realizujący	Wskaźnik monitorujący
1	Zapewnienie usługi transportu indywidualnego dla osób o obniżonej sprawności ruchowej zagrożonych wykluczeniem komunikacyjnym	Opracowanie i przyjęcie programu pozwalającego na realizację usługi typu <i>door to door</i>	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba programów – 1
2	Rozwój wolontariatu w zakresie działań transportowych	Realizacja programu wolontariackiego uwzględniającego zwrot za paliwo dla wolontariuszy	Realizacja ciągła	GOPS	Liczba wolontariuszy w roku – 2
3	Utrzymanie dostępności transportu zbiorowego	Kontynuacja dopłat do biletów WKD	Realizacja ciągła	UG	Liczba sprzedanych biletów w ciągu roku



VII. ZASADY WDRAŻANIA PROGRAMU

„Program Polityki Senioralnej Gminy Michałowice na lata 2025–2030” wymaga zabezpieczenia środków finansowych na realizację działań w poszczególnych latach.

Tabela 16. *Tabela kosztów*

Obszar	2025	2026	2027	2028	2029	2030	Razem
Zdrowie	185 000	229 000	234 500	242 000	247 500	253 000	1 391 000
Społeczny	1 207 940	1 278 000	1 375 500	1 382 000	1 433 500	1 485 000	8 161 940
Sport i rekreacja	106 500	106 500	111 500	111 500	113 500	113 500	663 000
Kultura	165 500	165 500	165 500	170 500	170 500	170 500	1 008 000
Edukacja	111 000	112 000	117 000	120 000	120 000	120 000	700 000
Ekologia	12 000	12 000	12 000	12 000	12 000	12 000	72 000
Mieszkalnictwo	24 000	89 000	90 000	90 000	90 000	90 000	473 000
Transport	50 000	52 500	55 125	57 900	60 700	63 800	340 025
Razem	1 861 940	2 044 500	2 161 125	2 185 900	2 247 700	2 307 800	12 808 965



VIII. EWALUACJA I MONITORING PROGRAMU

Monitoring traktowany jest jako narzędzie badawcze, które pozwoli na sprawdzenie, czy Program jest realizowany zgodnie z określonym sposobem realizacji poszczególnych celów. Dla potrzeb monitoringu będą wykorzystane wskaźniki monitorujące wskazane w Programie. Monitoring będzie przeprowadzony po każdym roku realizacji. Ewaluacja Programu powinna być przeprowadzona w ostatnim roku jego realizacji.



IX. PODSUMOWANIE

W Polsce coraz więcej samorządów zajmuje się problemami osób starszych w sposób systemowy. Do takich działań zobowiązują je przepisy prawa przyjęte zarówno na poziomie regionalnym, krajowym, jak i europejskim. Przytoczone w pierwszej części Programu dokumenty strategiczne samorządu województwa zawierają cenne wskazówki dla gmin i powiatów, jakie działania są konieczne do podjęcia dla zapewnienia godnych warunków życia dla starzejących się wspólnot lokalnych.

„Program Polityki Senioralnej Gminy Michałowice na lata 2025–2030” jest dokumentem kompleksowo przedstawiającym sytuację osób starszych w Gminie. Zaplanowane w Programie działania zostały poprzedzone szczegółową diagnozą i analizą czynników mających istotny wpływ na zaspokojenie potrzeb osób starszych charakterystycznych dla Gminy oraz pozwoliły na określenie celu strategicznego, jak również celów operacyjnych. Cele operacyjne zostały sformułowane dla 8 obszarów, które mają szczególny wpływ na dobrą jakość życia seniorów w tej małej, ale bardzo zróżnicowanej społeczności.

Program określa działania, jakie powinny zostać podjęte dla realizacji poszczególnych celów szczegółowych, oraz określa wysokość niezbędnych kosztów do poniesienia w poszczególnych latach. Środki finansowe zaplanowane na realizację Programu powinny być uzupełniane poprzez pozyskiwanie środków zewnętrznych w ramach programów rządowych, Europejskiego Funduszu Społecznego oraz w dużej mierze poprzez zwiększenie aktywności organizacji pozarządowych w pozyskiwaniu środków zewnętrznych.

Zaplanowany w Programie system monitoringu oraz ewaluacji pozwala na jego modyfikację w trakcie realizacji w przypadku zdefiniowania takiej potrzeby. Program jest kierowany do dużej grupy starszych mieszkańców, którzy w coraz większej liczbie będą nieaktywni zawodowo, a wskazane działania powinny pozwolić na przygotowanie się Gminy do systematycznie zwiększającej się liczby odbiorców poszczególnych działań.

Program będzie wymagał kontynuacji, w formie uzależnionej od wielu czynników zewnętrznych, których na obecnym etapie nie można przewidzieć, a jego forma, opis poszczególnych działań mają charakter uniwersalny, co stanowi dobrą bazę dla takiego Programu na kolejne lata.