

**Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha  
na lata 2016-2020**

## Spis treści

Wprowadzenie.....	3
1. Metodologia opracowania dokumentu.....	4
2. Dane statystyczne dotyczące osób starszych w Województwie dolnośląskim i mieście Wałbrzychu.....	5
3. Wizja Programu.....	7
4. Adresaci Programu.....	8
5. Obszary, cele, działania, wskaźniki.....	8
5.1 Edukacja.....	8
5.1.1 Analiza SWOT.....	9
5.1.2 Cele, działania, wskaźniki.....	10
5.2 Aktywność społeczna.....	14
5.2.1 Analiza SWOT.....	15
5.2.2 Cele, działania, wskaźniki.....	16
5.3 Profilaktyka i promocja zdrowia.....	19
5.3.1 Analiza SWOT.....	19
5.3.2 Cele, działania, wskaźniki.....	20
5.4 Aktywność zawodowa.....	23
5.4.1 Analiza SWOT.....	24
5.4.2 Cele, działania, wskaźniki.....	25
6. Finansowanie Programu.....	27
7. Monitorowanie i ewaluacja Programu.....	27
8. Skład grupy roboczej ds. tworzenia Programu.....	28
9. Harmonogram realizacji „Polityki senioralnej Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020”.....	29
Załącznik nr 1 Opinie zebrane podczas I Wałbrzyskich Seniorialiów.....	41

## Wprowadzenie

W związku z postępującym procesem starzenia się polskiego społeczeństwa rozwiązywanie wielu problemów osób starszych zależy od polityki rządu, gdyż wiąże się to z wprowadzaniem zmian systemowych. Występuje jednak wiele obszarów, gdzie zmiany powinny być wprowadzane z inicjatywy samorządów powiatowych, gminnych, organizacji pozarządowych, czy też obywateli.

Zgodnie z *Założeniami Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020* „polityka senioralna jest to ogół celowych działań organów administracji publicznej wszystkich szczebli oraz innych organizacji i instytucji, które realizują zadania i inicjatywy kształtujące warunki godnego i zdrowego starzenia się.”

Potrzeba stworzenia dokumentu pn. „Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020” została określona przez grupę kilkunastu uczestników projektu partnerskiego Gminy Wałbrzych i stowarzyszenia Regionalne Centrum Wspierania Inicjatyw Pozarządowych (RCWIP) pn. „*Wałbrzyska Akademia Konsultacji Społecznych*”. W skład tej grupy weszli zarówno przedstawiciele Gminy Wałbrzych (Urząd Miejski, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, trzy Rady Wspólnot Samorządowych tj. Nowe Miasto, Podgórze, Stary i Nowy Glinik, Lubiechów) jak i przedstawiciele wałbrzyskich organizacji pozarządowych.

Analizując działania podejmowane na przestrzeni kilku lat w Wałbrzychu na rzecz osób starszych, (np. powołanie Rady ds. Seniorów przy Prezydencie Miasta, działanie trzech Uniwersytetów Trzeciego Wieku, realizacja projektów w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych), widoczne jest zarówno wyrównywanie szans tej grupy społecznej jak i ograniczanie zjawiska ich dyskryminacji.

Pomimo tego, w dalszym ciągu osoby starsze napotykają na wiele barier, które uniemożliwiają im aktywne uczestnictwo w życiu społecznym i zawodowym.

Rolą niniejszego dokumentu jest określenie kierunków działań zarówno na rzecz osób starszych, ich otoczenia jak i całej społeczności, które powinny być podjęte zarówno przez samorząd gminny i jego jednostki organizacyjne oraz organizacje pozarządowe.

## 1. Metodologia opracowania dokumentu

Z inicjatywą stworzenia dokumentu „*Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020*” wystąpiła grupa robocza utworzona w ramach partnerskiego projektu Gminy Wałbrzych i stowarzyszenia Regionalne Centrum Wspierania Inicjatyw Pozarządowych pn. „*Wałbrzyska Akademia Konsultacji Społecznych*”. Na podstawie opinii wyrażanych podczas spotkań przez członków ww. grupy, określono cztery główne obszary tematyczne tj. edukacja, profilaktyka i promocja zdrowia, aktywność społeczna oraz aktywność zawodowa. Stanowiły one podstawę do wypracowania konkretnych celów, działań oraz wskaźników dokumentu.

Dokument tworzony był z udziałem m.in. Rady ds. Seniorów przy Prezydencie Wałbrzycha, organizacji pozarządowych, samorządu lokalnego, mieszkańców Wałbrzycha.

Od czerwca 2014 r. do lutego 2015 r. zostały zorganizowane cztery wydarzenia konsultacyjne, będące podstawą do tworzenia dokumentu „*Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020*”:

1. 13 czerwca 2014 r. odbyło się spotkanie konsultacyjne z przedstawicielami wałbrzyskich organizacji pozarządowych oraz przedstawicielami Gminy Wałbrzych. Spotkanie miało na celu analizę potrzeb i problemów seniorów w czterech obszarach tematycznych - edukacji, profilaktyki i promocji zdrowia, aktywności społecznej oraz aktywności zawodowej. Udział w spotkaniu wzięły 22 osoby i było prowadzone metodą word cafe.
2. od sierpnia do września 2014 r. przeprowadzone zostało badanie ankietowe wśród przedstawicieli wałbrzyskich instytucji, takich jak: Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Centrum Aktywności Lokalnej, Rady Wspólnot Samorządowych, Urząd Miejski, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Wałbrzychu, Sudecki Uniwersytet Trzeciego Wieku, Filharmonia Sudecka, Muzeum, Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna „Biblioteka pod Atlantami”, Wałbrzyska Galeria Sztuki Biuro Wystaw Artystycznych, Centrum Nauki i Sztuki „Stara Kopalnia”. Celem badania była diagnoza problemów wałbrzyskich seniorów oraz określenie potencjalnych działań służących ich rozwiązaniu. W badaniu wzięło udział 39 osób.
3. 12 września 2014 r. podczas I Wałbrzyskich Senioraliów badane były potrzeby osób starszych w kontekście zdrowia, aktywności społecznej i zawodowej oraz edukacji. Do każdego obszaru przyporządkowano od trzech do czterech pytań. W obszarze aktywności społecznej były to m.in. *Jak przekonać seniora do wyjścia z domu?*, *Jakie zainteresowania chciałbyś rozwinąć?* Uzyskano 32 odpowiedzi. W obszarze zdrowia były to m.in.: *Z dostępem do jakich specjalistów ma Pan/Pani największy problem?*, *Czy w każdej przychodni powinien być geriatra?* Uzyskano 29 odpowiedzi. W obszarze aktywności zawodowej było to m.in. *W jakich kursach uaktualniających kwalifikacje zawodowe lub uczących nowych zawodów chciałabyś/chciałabyś uczestniczyć?* Uzyskano 32 odpowiedzi. W obszarze edukacji były to m.in. *Z jakimi ciekawymi osobistościami chciałabyś/chciałbyś się spotkać?*, *Jakie urządzenia elektroniczne umiesz obsługiwać?* Uzyskano 27 odpowiedzi.

4. 10 lutego 2015 r. spotkanie konsultacyjne z Radą ds. Seniorów miało na celu zebranie opinii na temat celów, zadań oraz wskaźników dokumentu. W spotkaniu wzięło udział 15 osób.

## 2. Dane statystyczne dotyczące osób starszych w Województwie dolnośląskim i mieście Wałbrzychu

Poniższe dane przedstawiają porównanie liczby ludności oraz udział osób w wieku 60+ w ogólnej populacji województwa dolnośląskiego i miasta Wałbrzycha.

Tabela 1. Ludność Województwa Dolnośląskiego i Miasta Wałbrzycha w podziale na kobiety i mężczyzn (stan na 31.12.2013 r.).

	Ludność		
	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
<b>Województwo dolnośląskie</b>	2909997	1399490	1510507
<b>Miasto Wałbrzych</b>	117926	55642	62284

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych Urzędu Statystycznego we Wrocławiu „Województwo dolnośląskie - podregiony, powiaty, gminy”, 2014 r.

Według danych Urzędu Statystycznego we Wrocławiu ludność Wałbrzycha stanowi 4,05% województwa dolnośląskiego, na 100 kobiet w województwie przypada 92 mężczyzn, w Wałbrzychu ten współczynnik jest jeszcze mniej korzystny: na 100 kobiet przypada 89 mężczyzn.

Tabela 2. Udział osób w poszczególnych grupach wiekowych Województwa Dolnośląskiego i Miasta Wałbrzycha (w %) (stan na 31.12.2013 r.).

	0-14 lat	15-64 lat	60-64 lat	60+	65+
<b>Województwo dolnośląskie</b>	13,95%	71,20%	7,68%	22,53%	14,85%
<b>Miasto Wałbrzych</b>	12,11%	70,60%	8,41%	<b>25,70%</b>	17,29%

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych Urzędu Statystycznego we Wrocławiu „Województwo dolnośląskie - podregiony, powiaty, gminy”, 2014 r.

Wałbrzych wypada w powyższym zestawieniu bardzo niekorzystnie - to miasto, które przekroczyło barierę 25% osób w wieku 60 i więcej lat. Oznacza to wyjątkowo niekorzystną

strukturę mieszkańców ze względu na wiek. Mamy mniej dzieci i zdecydowanie więcej seniorów, niż to jest w województwie dolnośląskim.

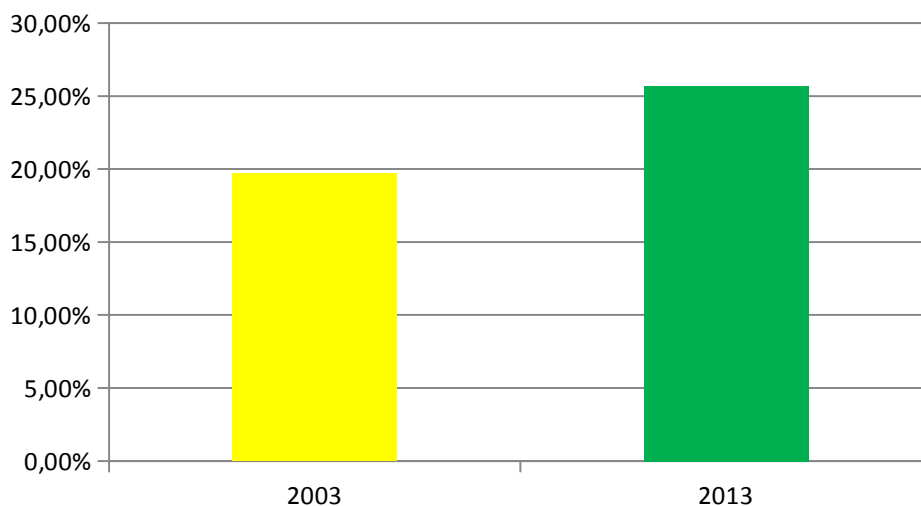
Tabela 3. Ludność Województwa Dolnośląskiego i Miasta Wałbrzycha w podziale na wiek przedprodukcyjny, produkcyjny, poprodukcyjny. (stan na 31.12.2013 r.).

	Ludność					
	w wieku					
	przedprodukcyjnym		Produkcyjnym		Poprodukcyjnym	
	Ogółem	W tym kobiety	Ogółem	W tym kobiety	Ogółem	W tym kobiety
<b>Województwo dolnośląskie</b>	490561	238996	1867285	881310	552151	390201
<b>Miasto Wałbrzych</b>	17381	8493	74748	35397	25797	18394

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych Urzędu Statystycznego we Wrocławiu „Województwo dolnośląskie - podregiony, powiaty, gminy”, 2014 r.

Stosunek liczby osób w wieku poprodukcyjnym do liczby osób w wieku przed- i produkcyjnym wynosi w Wałbrzychu 28% a w województwie dolnośląskim 23%. Różnica 5 punktów procentowych oznacza, że Wałbrzych to miasto głównie emerytów.

Wykres 1. Udział osób starszych (60+) w populacji Wałbrzycha w 2003 r. i 2013 r.



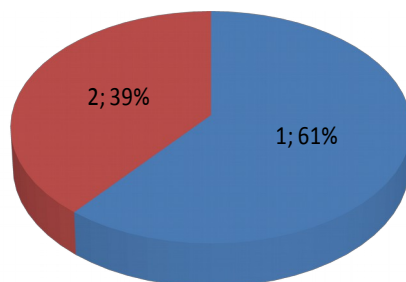
Źródło: opracowanie własne na podstawie Banku Danych Lokalnych Urzędu Statystycznego we Wrocławiu

W 2003r. w Wałbrzychu osób po 60 roku życia było 25627 co daje 19,72% liczby mieszkańców.

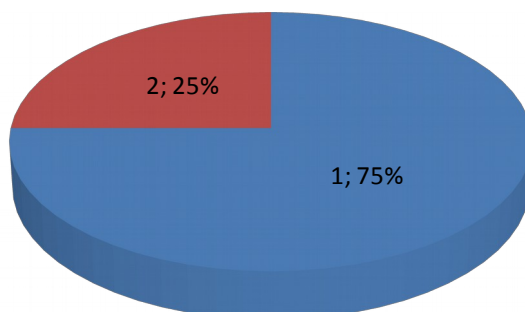
W 2013r. w Wałbrzychu liczba osób po 60 roku życia wzrosła już do 30309 co daje 25,70% liczby mieszkańców. Wynika z tego, iż liczba osób po 60 roku życia w powyższym okresie zwiększyła się o 5,98%.

Wykres 2. Kobiety i mężczyźni w wieku 60+

### Kobiety i mężczyźni w wieku 60-64



### Kobiety i mężczyźni w wieku 85+



Źródło: opracowanie własne na podstawie Banku Danych Lokalnych Urzędu Statystycznego we Wrocławiu

Generalnie utrzymuje się dysproporcja liczby kobiet w stosunku do liczby mężczyzn. Wśród seniorów w przedziale wiekowym 60 – 64 lata mężczyźni stanowią blisko 40% całej populacji (22 punkty procentowe mniej od kobiet). Natomiast w przedziale wiekowym 85 i więcej lat mężczyźni stanowią już tylko 25% całej populacji (50 punktów procentowych mniej od kobiet).

### 3. Wizja Programu

Wałbrzych miastem dbającym o przyszłych i obecnych seniorów poprzez:

- zapewnienie odpowiednich warunków do rozwoju, aktywności społecznej, zawodowej, edukacyjnej,
- wyrównywanie szans w dostępie do usług zdrowotnych; ofert uniwersytetów trzeciego wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych; bazy sportowo-rekreacyjnej,
- zapewnienie możliwości spędzania aktywnie i zdrowo czasu wolnego,
- rozwój platformy wymiany wiedzy i doświadczenia osób starszych oraz ich otoczenia.

## 4. Adresaci Programu

„Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020” adresowana jest do:

1. osób w wieku od 50 r., które zbliżają się do okresu senioralnego,
2. osób w wieku 60 i więcej lat., jako bezpośrednich odbiorców zaproponowanych w nim działań,
3. otoczenia osób starszych, czyli do całego społeczeństwa – jako pośrednich i bezpośrednich odbiorców niniejszego Programu.

Ponadto na potrzeby niniejszego Programu przyjmuje się, że osoba starsza (zamiennie stosowane „senior”) to osoba, która ukończyła 60 rok życia.

## 5. Obszary, cele, działania, wskaźniki

Członkowie grupy roboczej ds. tworzenia Polityki Senioralnej miasta Wałbrzycha, na podstawie własnych doświadczeń, dyskusji oraz dostępnych danych określili cztery główne obszary tematyczne tj. edukację, profilaktykę i promocję zdrowia, aktywność społeczną oraz aktywność zawodową, które mają kluczowy wpływ na funkcjonowanie i aktywność osób starszych w Wałbrzychu. Stanowiły one podstawę do wypracowania konkretnych celów, działań oraz wskaźników dokumentu.

### 5.1 Edukacja

W pierwszym obszarze skoncentrowano się na czterech aspektach:

1. zwiększeniu udziału osób starszych w edukacji, w tym podniesienie ich kompetencji interpersonalnych, obywatelskich, cyfrowych, itp.
2. zwiększeniu dostępu do ofert Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej,
3. rozwoju współpracy pomiędzy instytucjami działającymi w obszarze edukacji,
4. upowszechnianiu stylu życia pod hasłem „Edukacja przez całe życie”, w tym promowanie pozytywnego wizerunku osób starszych, podnoszenie kompetencji w zakresie przygotowania do bycia osobą starszą.

Na terenie Wałbrzycha działalność edukacyjną skierowaną do seniorów prowadzą trzy Uniwersytety Trzeciego Wieku (UTW):

1. Sudecki Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wałbrzyskim Towarzystwie Oświatowym,
2. Wałbrzyski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej im. Angelusa Silesiusa w Wałbrzychu,
3. Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Wałbrzyskiej Wyższej Szkole Zarządzania i Przedsiębiorczości.

UTW skupiają łącznie ok. 300 osób, co daje 1% osób w wieku 60+ mieszkających w Wałbrzychu.



Poza wspomnianymi uniwersytetami działalność edukacyjna prowadzona jest również przez organizacje pozarządowe m.in. w ramach realizacji projektów np. Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych, Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich.

### 5.1.1 Analiza SWOT

<b>Mocne strony</b>	<b>Słabe strony</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ dużo wolnego czasu na podejmowanie aktywności edukacyjnej</li> <li>✓ doświadczenie życiowe (kapitał wiedzy)</li> <li>✓ duża liczba seniorów uczestnicząca w Uniwersytetach Trzeciego Wieku</li> <li>✓ wzrost zainteresowań seniorów technologiami informatycznymi, językami obcymi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ niski poziom kompetencji seniorów dot. wykorzystania technologii informatycznych,</li> <li>✓ niski poziom wiedzy konsumenckiej, prawnej</li> <li>✓ ograniczony dostęp do korzystania z komputerów, Internetu,</li> <li>✓ ograniczone środki finansowe na edukację oraz rozwój zainteresowań (w tym utrudnienia w dojeździe na zajęcia)</li> <li>✓ ograniczone zdolności poznawcze związane z wiekiem i ograniczenia zdrowotne seniorów</li> <li>✓ niski poziom motywacji do podejmowania aktywności edukacyjnej</li> <li>✓ zbyt duża ufność osób starszych w stosunku do obcych („metoda na wnuczka”)</li> <li>✓ poczucie izolacji społecznej wśród seniorów</li> <li>✓ niski poziom integracji środowisk senioralnych</li> <li>✓ ograniczony czas na edukację ze względu na konieczność opieki nad wnukami</li> <li>✓ lęk przed kontaktami społecznymi (lęk przed wyjściem z domu, nieufność)</li> </ul>
<b>Szanse</b>	<b>Zagrożenie</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ funkcjonowanie trzech UTW</li> <li>✓ działanie Wałbrzyskiej Rady ds. Seniorów przy Urzędzie Miasta w Wałbrzychu</li> <li>✓ funkcjonowanie organizacji zajmujących się edukacją seniorów (np. stowarzyszenie „Radość Życia”, Związek Emerytów i Rencistów)</li> <li>✓ wzrastająca liczba nowych organizacji zajmujących się edukacją seniorów np. klubu seniora na dzielnicach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ mało różnorodna oferta zajęć edukacyjnych Uniwersytetach Trzeciego Wieku</li> <li>✓ niewystarczająca liczba miejsc spotkań dla seniorów</li> <li>✓ niewystarczająca oferta edukacyjna instytucji zajmujących się seniorami</li> <li>✓ brak oferty sportowej wyłącznie dla seniorów w AQUA ZDROJU</li> <li>✓ niewystarczająca współpraca pomiędzy</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ możliwość korzystania ze środków finansowych na działania edukacyjne seniorów w ramach programów rządowych i innych źródeł ( np. ASOS)</li> <li>✓ ogólnopolskie trendy wspierania osób w wieku 50+</li> <li>✓ wydłużenie życia mieszkańców jako czynnik wpływający na potrzebę edukacji</li> </ul>	<p>podmiotami zajmujących się seniorami</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ dyskryminacja seniorów</li> <li>✓ niewystarczające środki finansowe skierowane na edukację seniorów z budżetu Gminy/ Powiatu</li> <li>✓ szybko starzejące się społeczeństwo</li> </ul>
---	---

### 5.1.2 Cele, działania, wskaźniki.

Poniższe działania powinny być realizowane przez Gminę Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne, organizacje pozarządowe.

#### **Cel strategiczny 1: Zwiększenie aktywnego udziału osób starszych w edukacji**

Cel szczegółowy 1.1: Podniesienie kompetencji: prawnych, konsumenckich, językowych, obywatelskich, cyfrowych i innych wśród osób starszych.

##### Działanie 1.1.1

Organizowanie warsztatów, szkoleń z zakresu m.in: prawa, w tym ochrony praw konsumenckich, podnoszenia kompetencji cyfrowych i językowych, podnoszenia kompetencji ekonomicznych w skali gospodarstwa domowego, podnoszenie kompetencji obywatelskich w tym zakładanie organizacji pozarządowych.

##### Działanie 1.1.2

Organizowanie raz w roku przedsięwzięcia pn. „Miesiąca Edukacji Wałbrzyskiego Seniora”.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych warsztatów, szkoleń z zakresu m.in: prawa, w tym ochrony praw konsumenckich, podnoszenia kompetencji cyfrowych i językowych, podnoszenia kompetencji ekonomicznych w skali gospodarstwa domowego, podnoszenie kompetencji obywatelskich w tym zakładanie organizacji pozarządowych.

- liczba zorganizowanych przedsięwzięć pn. „Miesiąc Edukacji Wałbrzyskiego Seniora”.

Cel szczegółowy 1.2: Rozwój kompetencji interpersonalnych osób starszych

##### Działanie 1.2.1

Organizowanie warsztatów rozwijających kompetencje interpersonalne osób starszych np. treningi asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność i poprawiające jakość życia.

#### **Wskaźniki:**

- liczba warsztatów rozwijających kompetencje interpersonalne osób starszych np. treningi asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność i poprawiające jakość życia

#### Cel szczegółowy 1.3: Integracja środowiska osób starszych

Działanie 1.3.1.

Stworzenie Wałbrzyskiego Centrum Aktywności Seniora jako miejsca, gdzie będzie można uzyskać kompleksową informację potrzebną osobie starszej w Wałbrzychu

Działanie 1.3.2

Organizowanie corocznych Senioraliów, podczas których zaprezentować się mogą artystycznie i sportowo seniorzy z różnych środowisk oraz dokonana zostanie ewaluacja dokumentu pn. „Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020”.

#### **Wskaźniki:**

- funkcjonowanie Wałbrzyskiego Centrum Aktywności Seniora
- liczba zorganizowanych Senioraliów

#### Cel szczegółowy 1.4 Zwiększenie dostępu do bezpłatnego korzystania z Internetu przez osoby starsze w różnych publicznych miejscach na terenie Gminy Wałbrzych

Działanie 1.4.1

Stworzenie sieci miejsc, w których będzie dostępny bezpłatnie Internet np. siedziba organizacji pozarządowych, jednostek organizacyjnych Miasta w tym Rad Wspólnot Samorządowych, Centrum Nauki i Sztuki „Stara Kopalnia” itp.

#### **Wskaźniki:**

- liczba sieci miejsc, w których będzie dostępny bezpłatnie Internet

### **Cel strategiczny 2: Zwiększenie dostępu do ofert Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej.**

#### Cel szczegółowy 2.1: Poszerzanie ofert na realizację zadań publicznych w sferze polityki senioralnej adresowanych do organizacji pozarządowych

Działanie 2.1.1

Upowszechnianie oferty Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej, w instytucjach np. w jednostkach organizacyjnych Gminy Wałbrzych, na stronie www Urzędu Miejskiego.

Działanie 2.1.2

Stworzenie miejskiego portalu dla seniorów – jako platformy wymiany informacji.

Działanie 2.1.2

Organizowanie dni otwartych w Uniwersytetach Trzeciego Wieku.

### Działanie 2.1.3

Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do seniorów z zakresu edukacji.

#### **Wskaźniki:**

- liczba upowszechnianych ofert Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej, w instytucjach np. w jednostkach organizacyjnych Gminy Wałbrzych, na stronie www Urzędu Miejskiego.
- utworzenie miejskiego portalu dla seniorów
- liczba zorganizowanych dni otwartych w Uniwersytetach Trzeciego Wieku
- liczba zleczanych zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do seniorów z zakresu edukacji

### Cel szczegółowy 2.2: Zwiększenie nakładów finansowych na rozwój bazy edukacyjnej dla seniorów

#### Działanie 2.2.1

Zagwarantowanie środków finansowych na zakup sprzętu/wyposażenia potrzebnego do podnoszenia umiejętności np. językowych, cyfrowych, manualnych seniorów.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zleczanych zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym związanych z zakupem sprzętu/wyposażenia potrzebnego do podnoszenia umiejętności np. językowych, cyfrowych, manualnych seniorów.
- liczba realizowanych projektów obejmujących m.in. zakup sprzętu/wyposażenia potrzebnego do podnoszenia umiejętności np. językowych, cyfrowych, manualnych seniorów.

### **Cel strategiczny 3: Rozwój współpracy pomiędzy instytucjami działającymi w obszarze edukacji.**

### Cel szczegółowy 3.1: Konsolidacja międzyinstytucjonalna na rzecz rozwoju edukacji seniorów.

#### Działanie 3.1.1

Organizacja cyklicznych spotkań w celu nawiązania współpracy i wymiany informacji między Uniwersytetami Trzeciego Wieku, organizacjami pozarządowymi, jednostkami organizacyjnymi Gminy Wałbrzych (np. Biblioteka, szkoły, Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia", Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o..)

#### **Wskaźniki:**

- liczba spotkań zorganizowanych w celu nawiązania współpracy i wymiany informacji między Uniwersytetami Trzeciego Wieku, organizacjami pozarządowymi, jednostkami organizacyjnymi Gminy Wałbrzych,

- liczba podpisanych porozumień o współpracy między Uniwersytetami Trzeciego Wieku, organizacjami pozarządowymi, jednostkami organizacyjnymi Gminy Wałbrzych.

Cel szczegółowy 3.2: Rozwój współpracy międzyinstytucjonalnej w oparciu o istniejące zasoby materialne, infrastrukturalne na terenie Gminy Wałbrzych.

Działanie 3.2.1

Stworzenie bazy zasobów materialnych, infrastrukturalnych zlokalizowanych na terenie Gminy Wałbrzych.

**Wskaźniki:**

- liczba utworzonych baz zasobów materialnych, infrastrukturalnych zlokalizowanych na terenie Gminy Wałbrzych.

**Cel strategiczny 4: Upowszechnianie stylu życia pod hasłem „Edukacja przez całe życie”**

Cel szczegółowy 4.1: Promowanie pozytywnego wizerunku osób starszych, ich potencjału

Działanie 4.1.1

Organizacja plebiscytu "Wałbrzyska osobowość trzeciego wieku".

Działanie 4.1.2

Przeprowadzanie edukacyjnych kampanii społecznych kreujących pozytywny wizerunek osób starszych - propagowanie w lokalnych mediach.

Działanie 4.1.3

Organizowanie warsztatów ze stylistami wizerunku.

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych plebiscytów pn. "Wałbrzyska osobowość trzeciego wieku".

- liczba zorganizowanych edukacyjnych kampanii społecznych kreujących pozytywny wizerunek osób starszych - propagowanie w lokalnych mediach.

- liczba zorganizowanych warsztatów ze stylistami wizerunku.

Cel szczegółowy 4.2: Podniesienie kompetencji w zakresie przygotowania do bycia osoba starszą

Działanie 4.2.1

Przeprowadzanie edukacyjnych kampanii społecznych w zakresie przygotowania do bycia osoba starszą

Działanie 4.2.2

Organizowanie warsztatów, szkoleń, spotkań, konkursów, happeningów, itp. z zakresu przygotowania się do starości.

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych edukacyjnych kampanii społecznych w zakresie przygotowania do bycia osoba starszą,

- liczba zorganizowanych warsztatów, szkoleń, spotkań, konkursów, happeningów, itp. z zakresu przygotowania się do starości.

Cel szczegółowy 4.3: Podniesienie świadomości społeczeństwa na temat etapów życia człowieka i szacunku wobec osoby starszej.

Działanie 4.3.1

Organizacja kampanii społecznych, spotkań, konkursów dotyczących procesów starzenia się i szacunku wobec osoby starszej.

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych kampanii społecznych, spotkań, konkursów dotyczących procesów starzenia się i szacunku wobec osoby starszej.

## 5.2 Aktywność społeczna

W obszarze aktywności społecznej skoncentrowano się na takich aspektach jak:

1. zwiększenie udziału osób starszych w życiu społecznym, w tym promocja i rozwój wolontariatu na rzecz osób starszych i dla osób starszych, zwiększenie poziomu integracji międzypokoleniowej i wewnątrzpokoleniowej,
2. zwiększenie dostępu do ofert organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej, „miejsc przyjaznych osobom starszym”, w tym wprowadzenie „Karty seniora”.

Na terenie Wałbrzycha działa 176 organizacji (dane: Urząd Miejski w Wałbrzychu, mapa aktywności organizacji pozarządowych, stan na 19 września 2014 r.), w tym kilkanaście działających na rzecz osób starszych m.in. – Stowarzyszenie „Radość życia”, Polski Związek Emerytów, Rencistów, Inwalidów Zarząd Okręgowy, Fundacja Wspierania Seniorów MELA im. Melanii Dobiega, Polskie Towarzystwo Opieki Paliatywnej Oddział w Wałbrzychu, Regionalne Stowarzyszenie Osób z Chorobą Parkinsona, Stowarzyszenie na Rzecz Osób i Rodzin z Chorobą Alzheimer, Wałbrzyskie Towarzystwo Oświatowe, Związek Kombatanów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych Koło Śródmieście i Piaskowa Góra, Związek Sybiraków Oddział w Wałbrzychu, Stowarzyszenie Gwarków KWK „Victoria” i Kopalń Wałbrzyskich.

Wałbrzyscy seniorzy mogą korzystać z oferty następujących instytucji:

- Teatru Dramatycznego im. Jerzego Szaniawskiego,
- Filharmonii Sudeckiej,
- Muzeum,
- Powiatowej i Miejskiej Biblioteki Publicznej „Biblioteka pod Atlantami”,
- kina Apollo i Cinema City
- Klubu Seniora „Złota jesień”, przy Wałbrzyskim Ośrodku Kultury
- Klub „Familia,” przy Polskim Związku Emerytów, Rencistów, Inwalidów Zarząd Okręgowy,
- Klub Seniora w Centrum Aktywności Lokalnej,
- Klubu Seniora "Retro" przy Wałbrzyskim Ośrodku Kultury.

W dniu 24 października 2012 r. w Wałbrzychu została powołana Rada do spraw Seniorów. Rada jest organem doradczym i inicjatywnym Prezydenta Miasta Wałbrzycha w sprawach

tworzenia warunków do zdrowego i aktywnego życia osób starszych. Przedmiotem działania Rady jest w szczególności:

- 1) opiniowanie spraw dotyczących sytuacji osób starszych,
- 2) zgłaszanie uwag i wniosków do projektów aktów prawa miejscowego,
- 3) przedstawianie kompleksowych rozwiązań i głównych kierunków działań na rzecz osób starszych.

### 5.2.1 Analiza SWOT

<b>Mocne strony</b>	<b>Słabe strony</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ dużo wolnego czasu na podejmowanie aktywności społecznej</li> <li>✓ doświadczenie życiowe (kapitał wiedzy)</li> <li>✓ duża liczba seniorów uczestnicząca w UTW, klubach seniora itp.</li> <li>✓ wzrost zainteresowań seniorów udziałem w życiu społecznym</li> <li>✓ poszukiwanie nowych form aktywności przez seniorów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ niski poziom integracji międzypokoleniowej i środowiskowej</li> <li>✓ ograniczone środki finansowe na korzystanie z ofert instytucji kulturalnych (kino, teatry, filharmonia)</li> <li>✓ niski poziom motywacji osób starszych do aktywności,</li> <li>✓ brak poczucia własnej wartości, poczucie samotności</li> <li>✓ ograniczony czas na aktywność społeczną ze względu na konieczność opieki nad wnukami</li> <li>✓ lęk przed kontaktami społecznymi (lęk przed wyjściem z domu, nieufność)</li> <li>✓ niewystarczające kompetencje w zakresie realizacji Inicjatywy Lokalnej i Budżetu Partycypacyjnego.</li> <li>✓ brak poczucia sprawczości działań</li> </ul>
<b>Szanse</b>	<b>Zagrożenie</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ powstanie biblioteki multimedialnej – bezpłatna oferta (dzielnica Podzamcze)</li> <li>✓ funkcjonowanie trzech UTW</li> <li>✓ działanie Wałbrzyskiej Rady Seniorów przy UM Wałbrzych</li> <li>✓ funkcjonowanie organizacji/podmiotów zajmujących się aktywnością społeczną seniorów (np. Centrum Aktywności Lokalnej, Centrum Integracji Rodziny)</li> <li>✓ wzrastająca liczba nowych organizacji/podmiotów zajmujących się aktywnością społeczną np. klubu seniora na dzielnicach</li> <li>✓ możliwość korzystania ze środków finansowych na działania aktywizujące seniorów w ramach programów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ niewystarczające promowanie pozytywnego wizerunku seniora przez lokalne podmioty ( np. media)</li> <li>✓ marginalizacja społeczności seniorów, eliminacja ich z życia rodzinnego i zawodowego,</li> <li>✓ niewystarczająca promocja Inicjatywy Lokalnej i Budżetu Partycypacyjnego – Obywatelskiego w środowisku seniorów</li> </ul>

rządowych i innych źródeł ( np. ASOS, PO FIO, fundacje bankowe)	
---	--

### 5.2.2 Cele, działania, wskaźniki.

Poniższe działania powinny być realizowane przez Gminę Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne, organizacje pozarządowe.

#### **Cel strategiczny 1 Zwiększenie udziału osób starszych w życiu społecznym.**

##### Cel szczegółowy 1.1 Promocja i rozwój wolontariatu na rzecz osób starszych i dla osób starszych

###### Działanie 1.1.1

Przeprowadzanie kampanii społecznych, spotkań propagujących wolontariat osób starszych (np. „Pomagać można w każdym wieku”), w tym wolontariat kompetencji, czyli nieodpłatne dzielenie się wiedzą, doświadczeniami, umiejętnościami z innymi osobami.

###### Działanie 1.1.2

Przeprowadzanie kampanii informacyjnych, prelekcji, pogadanek itp. wśród młodzieży, studentów propagujących wolontariat na rzecz osób starszych.

###### Działanie 1.1.3

Organizowanie szkoleń, spotkań, doradztwa itp. z zakresu organizowania wolontariatu dla osób starszych i na ich rzecz np. tworzenie grup/klubów wolontariusza przy organizacjach pozarządowych

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych kampanii społecznych, spotkań propagujących wolontariat osób starszych (np. „Pomagać można w każdym wieku”), w tym wolontariat kompetencji
- liczba zorganizowanych kampanii informacyjnych, prelekcji, pogadanek itp. wśród młodzieży, studentów propagujących wolontariat na rzecz osób starszych.
- liczba zorganizowanych szkoleń, spotkań, doradztwa itp. z zakresu organizowania wolontariatu dla osób starszych i na ich rzecz
- liczba utworzonych grup/klubów wolontariusza przy organizacjach pozarządowych,

##### Cel szczegółowy 1.2 Zwiększenie poziomu integracji międzypokoleniowej i wewnątrzpokoleniowej

###### Działanie 1.2.1

Stworzenie Wałbrzyskiego Centrum Aktywności Seniora jako miejsca wszechstronnej aktywizacji społecznej seniorów. (Przykładowe formy pracy Centrum: warsztaty/zajęcia



rozwojowe, artystyczne, kulturalne, wystawy prac artystycznych, zajęcia ruchowe zarówno na sali jak i w przestrzeni miejskiej, punkt informacyjny dla Seniorów.

#### Działanie 1.2.2

Organizowanie corocznych Senioraliów, podczas których zaprezentować mogą np. twórczość artystyczną, sportowe umiejętności seniorzy z różnych środowisk.

#### Działanie 1.2.3

Organizacja aktywnych plenerowych imprez dla grup międzypokoleniowych np. pikniki, „inwazje w przestrzeni”, spartakiady, Międzynarodowy Festiwal Teatrów Tańca.

#### Działanie 1.2.4

Organizowanie międzypokoleniowych spotkań, warsztatów, wycieczek, obchodów świąt itp.

#### Działanie 1.2.5

Organizowanie warsztatów, szkoleń dla osób starszych, osób pracujących na rzecz społeczności lokalnej oraz liderów z zakresu metody organizowania społeczności lokalnej.

#### **Wskaźniki:**

- powstanie Wałbrzyskiego Centrum Aktywności Seniora

liczba zorganizowanych Senioraliów,

- liczba zorganizowanych plenerowych imprez dla grup międzypokoleniowych np. pikniki, „inwazje w przestrzeni”, spartakiady, Międzynarodowy Festiwal Teatrów Tańca.

- liczba zorganizowanych międzypokoleniowych spotkań, warsztatów, wycieczek, obchodów świąt itp.

- liczba zorganizowanych warsztatów, szkoleń dla osób starszych, osób pracujących na rzecz społeczności lokalnej oraz liderów z zakresu metody organizowania społeczności lokalnej.

#### Cel szczegółowy 1.3 Zwiększenie kompetencji interpersonalnych osób starszych.

##### Działanie 1.3

Organizowanie warsztatów rozwijających kompetencje interpersonalne osób starszych np. treningi asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność i umiejętność zarządzania swoim czasem.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych warsztatów rozwijających kompetencje interpersonalne osób starszych np. treningi asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność i umiejętność zarządzania swoim czasem.

#### Cel szczegółowy 1.4. Zwiększenie kompetencji organizacji pozarządowych skupiających osoby starsze w zakresie pozyskiwania środków na działania lokalne.

##### Działanie 1.4.1

Organizowanie warsztatów, szkoleń itp. na temat pozyskiwania środków zewnętrznych (np. środki ministerialne).

#### Działanie 1.4.2

Organizowanie szkoleń, doradztwa, warsztatów itp. z zakresu zakładania i zarządzania organizacjami pozarządowymi.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych warsztatów, szkoleń itp. na temat pozyskiwania środków zewnętrznych (np. środki ministerialne).
- liczba zorganizowanych szkoleń, doradztwa, warsztatów itp. z zakresu zakładania i zarządzania organizacjami pozarządowymi

### **Cel strategiczny 2. Zwiększenie dostępu do ofert organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej, „miejsc przyjaznych osobom starszym”.**

#### Cel szczegółowy 2.1 Poszerzanie ofert na realizację zadań publicznych w sferze aktywności społecznej seniorów.

##### Działanie 2.1.1

Upowszechnianie oferty Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej, w różnych środowiskach, instytucjach np. siedziby jednostek organizacyjnych Gminy Wałbrzych, [www.um.walbrzych.pl](http://www.um.walbrzych.pl)

##### Działanie 2.1.2

Zlecanie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych tylko do seniorów z zakresu aktywności społecznej osób starszych, w tym Senioraliów.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zleczanych zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do seniorów z zakresu aktywności społecznej osób starszych, w tym Senioraliów.

#### Cel szczegółowy 2.2 Wyrównywanie szans „życiowych” osób starszych

##### Działanie 2.2.1

Wprowadzenie w Gminie Wałbrzych „Karty Seniora”- karty zniżkowe dla Seniorów w popularnych miejscach miasta: ośrodkach sportowych, rekreacyjnych i kulturalnych

##### Działanie 2.2.2

Organizowanie plebiscytów pn. „Miejsce przyjazne seniorom” oraz promowanie tych miejsc w lokalnych mediach.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych plebiscytów pn. „Miejsce przyjazne seniorom”
- liczba wprowadzonych „Kart Seniora”

## 5.3 Profilaktyka i promocja zdrowia

W trzecim obszarze tematycznym skoncentrowano się na takich aspektach jak:

1. poprawa i utrzymanie dobrej kondycji psychicznej i fizycznej wśród osób starszych, w tym podniesienie poziomu wiedzy na temat problemów natury psychicznej wśród osób starszych oraz ich rodzin.
2. wzrost świadomości nt. profilaktyki zdrowotnej wśród mieszkańców, w tym zwiększenie dostępu do programów profilaktycznych i prozdrowotnych, wzrost wiedzy nt. zdrowego stylu życia wśród mieszkańców,
3. rozwój instytucji i organizacji pozarządowych działających w obszarze opieki nad osobami starszymi, w tym wzrost kompetencji pracowników tych podmiotów, rozwój współpracy pomiędzy instytucjami i organizacjami pozarządowymi działających w obszarze opieki nad osobami starszymi.

Na terenie Wałbrzycha działa 50 aptek, 37 przychodni i 15 praktyk lekarskich (dane GUS „Województwo dolnośląskie - podregiony, powiaty, gminy”, 2014 r.), 2 Domy Pomocy Społecznej (DPS) z 97 miejscami. Na dzień 31.12.2014 r. w DPS przebywało 126 osób (dane: MOPS). W Wałbrzychu jest 2 lekarzy posiadających specjalizację w geriatricznym, a w całym województwie dolnośląskim takich lekarzy pracuje 17.

### 5.3.1 Analiza SWOT

Mocne strony	Słaba strony
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ wzrost wiedzy nt. zdrowego odżywiania,</li> <li>✓ wzrost świadomości zdrowego stylu życia (np. nording walking, zajęcia ruchowe)</li> <li>✓ uświadomiona potrzeba udziału w zajęciach prozdrowotnych (edukacja prozdrowotna)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ograniczone środki finansowe: na prywatną służbę zdrowia, na zakup leków, urządzenia rehabilitacyjne (chodziki itp.)</li> <li>✓ problemy zdrowotne osób starszych, depresja, obniżenie sprawności fizycznej</li> <li>✓ lęk osób starszych, po 80 r.ż. przed wizytą u lekarza</li> <li>✓ poczucie samotności seniorów w środowisku</li> <li>✓ niska świadomość seniorów dot. profilaktyki zdrowia</li> <li>✓ niski poziom aktywności fizycznej wśród seniorów</li> <li>✓ niska świadomość wśród seniorów nt. uzależnień (np. alkohol, lekomania)</li> </ul>
Szanse	Zagrożenie
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ powstanie dziennego domu pomocy dla seniora (dzielnica Podzamcze)</li> <li>✓ funkcjonowanie placówek zajmującymi się problemami zdrowotnymi (np. Stowarzyszenie Pomocy na Rzecz Rodzin i Osób z chorobą Alzheimera i</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ trudności w dostępie do placówek służby zdrowia, lekarzy (w tym specjalistów) z powodu m.in. długich terminów oczekiwania</li> <li>✓ ograniczony dostęp do badań</li> </ul>

<p>Parkinsona)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ funkcjonowanie Domu Seniora „Rusinowa” (dzielnica Rusinowa)</li> <li>✓ funkcjonowanie bezpłatnych profilaktycznych programów zdrowotnych np. badanie słuchu, badanie kości, mammografia.</li> </ul>	<p>specjalistycznych</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ograniczony dostęp do rehabilitacji</li> <li>✓ lekceważący stosunek lekarzy do seniorów</li> <li>✓ brak lekarzy specjalizujących się w geriatricii</li> <li>✓ brak oddziału geriatricznego w wałbrzyskich szpitalach,</li> <li>✓ niewystarczające poświęcania czasu przez rodziny seniorom</li> <li>✓ występowanie barier architektonicznych</li> <li>✓ zbyt mała liczba programów profilaktycznych, w tym finansowanych ze środków publicznych</li> <li>✓ niewystarczająca opieka pielęgniariska dla seniorów</li> <li>✓ niewystarczająca liczba wypożyczalni sprzętu rehabilitacyjnego</li> <li>✓ uleganie reklamie leków i suplementów diety</li> <li>✓ ograniczenia ze względu na wiek w dostępie do badań i leczenia specjalistycznego</li> </ul>
---	--

### 5.3.2 Cele, działania, wskaźniki.

Poniższe działania powinny być realizowane przez Gminę Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne, organizacje pozarządowe.

#### **Cel strategiczny 1**

#### **Poprawa i utrzymanie dobrej kondycji psychicznej i fizycznej wśród osób starszych.**

Cel szczegółowy 1.1 Podniesienie kompetencji w zakresie poprawy i utrzymania kondycji osób starszych.

##### Działanie 1.1.1

Organizacja szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów itp. w zakresie aktywnego i zdrowego stylu życia.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów itp. w zakresie aktywnego i zdrowego stylu życia

Cel szczegółowy 1.2 Podniesienie poziomu wiedzy nt. problemów natury psychicznej wśród osób starszych oraz ich rodzin.

#### Działanie 1.2.1

Organizacja szkoleń, warsztatów, spotkań, doradztw ze specjalistami itp. z zakresu m.in. radzenia sobie ze stresem, depresją, lękiem, niską samoocena, uzależnienia.

#### Działanie 1.2.2

Organizacja szkoleń, warsztatów, wykładów, spotkań, doradztw ze specjalistami dla rodzin osób starszych z zakresu opieki nad nimi.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, warsztatów, spotkań, doradztw ze specjalistami itp. z zakresu m.in. radzenia sobie ze stresem, depresją, lękiem, niską samoocena, uzależnienia.
- liczba zorganizowanych szkoleń, warsztatów, wykładów, spotkań, doradztw ze specjalistami dla rodzin osób starszych z zakresu opieki nad nimi.

#### Cel szczegółowy 1.3 Podniesienie poziomu aktywności fizycznej osób starszych.

##### Działanie 1.3.1

Organizowanie letnich aktywności w plenerze np. joga, tai-chi, nordic walking, gimnastyka.

##### Działanie 1.3.2

Organizowanie cyklicznych zajęć, zawodów sportowych, zawodów zręcznościowych.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych cyklicznych zajęć, zawodów sportowych, zawodów zręcznościowych.
- liczba zorganizowanych letnich aktywności w plenerze np. joga, tai-chi, nordic walking, gimnastyka.

#### Cel szczegółowy 1.4 Zwiększenie osobom starszym dostępu do opieki medycznej i usług społecznych

##### Działanie 1.4.1

Organizowanie usług opiekuńczych, specjalistycznych usług opiekuńczych,

##### Działanie 1.4.2

Organizowanie kampanii społecznych na rzecz promocji opieki geriatrycznej, Działanie 1.4.3

Organizowanie kampanii informacyjnych, happeningów na rzecz wprowadzenia w Gminie Wałbrzych akcji pn. „Koperta Życia” – w kopercie, umieszczonej np. w lodówce, znajdują się najważniejsze informacje danej osoby dotyczące jej zdrowia (przyjmowane leki, rodzaje uczuleń, telefony do najbliższych, itp.)

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych usług opiekuńczych, specjalistycznych usług opiekuńczych,
- liczba zorganizowanych kampanii społecznych na rzecz promocji opieki geriatrycznej
- liczba zorganizowanych kampanii informacyjnych, happeningów na rzecz wprowadzenia w Gminie Wałbrzych akcji pn. „Koperta Życia”

## **Cel strategiczny 2 Wzrost świadomości nt. profilaktyki zdrowotnej wśród mieszkańców.**

### Cel szczegółowy 2.1 Zwiększenie dostępu mieszkańcom ze szczególnym uwzględnieniem osób starszych do programów profilaktycznych i prozdrowotnych.

#### Działanie 2.1.1

Organizowanie programów profilaktycznych i prozdrowotnych

#### Działanie 2.1.2

Organizowanie kampanii społecznych pod hasłem „Profilaktyka dla wszystkich bez względu na wiek”

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych programów profilaktycznych i prozdrowotnych
- liczba zorganizowanych kampanii społecznych pod hasłem „Profilaktyka dla wszystkich bez względu na wiek”

### Cel szczegółowy 2.2 Wzrost wiedzy nt. zdrowego stylu życia wśród mieszkańców

#### Działanie 2.2.1

Organizowanie szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów itp. z zakresu profilaktyki i ochrony zdrowia

#### Działanie 2.2.2

Organizowanie kampanii społecznych, kampanii informacyjno-edukacyjnych w mediach regionalnych na temat profilaktyki i ochrony zdrowia.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów itp. z zakresu profilaktyki i ochrony zdrowia,
- liczba zorganizowanych kampanii społecznych, kampanii informacyjno-edukacyjnych w mediach regionalnych na temat profilaktyki i ochrony zdrowia

## **Cel strategiczny 3 Rozwój instytucji i organizacji pozarządowych działających w obszarze opieki nad osobami starszymi.**

### Cel szczegółowy 3.1 Wzrost kompetencji pracowników instytucji i organizacji pozarządowych działających w obszarze opieki nad osobami starszymi.

#### Działanie 3.1.1

Organizowanie szkoleń, warsztatów, spotkań itp. w zakresie opieki nad osobami starszymi.

#### Działanie 3.1.2

Organizowanie szkoleń, warsztatów, spotkań itp. w zakresie potrzeb osób starszych.

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, warsztatów, spotkań itp. w zakresie opieki nad osobami starszymi.

- liczba zorganizowanych szkoleń, warsztatów, spotkań itp. w zakresie potrzeb osób starszych.

Cel szczegółowy 3.2 Rozwój współpracy instytucji i organizacji pozarządowych działających w obszarze opieki nad osobami starszymi.

Działanie 3.2.1

Organizowanie kampanii społecznych, spotkań, seminariów, poradnictwa, itp. w zakresie przeciwdziałania przemocy wobec osób starszych, opieki nad samotnymi osobami starszymi, opieki sąsiedzkiej.

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych kampanii społecznych, spotkań, seminariów, poradnictwa, itp. w zakresie przeciwdziałania przemocy wobec osób starszych, opieki nad samotnymi osobami starszymi, opieki sąsiedzkiej.

## 5.4 Aktywność zawodowa

W obszarze aktywności zawodowej skoncentrowano się na dwóch aspektach:

1. zwiększeniu aktywności zawodowej osób w wieku 50+, w tym nabycie lub podnoszenie kwalifikacji zawodowych adekwatnych do potrzeb rynku pracy oraz możliwości osób w wieku 50+, zwiększenie liczby podmiotów ekonomii społecznej (PES) tworzonych przez osoby w wieku 50+ i działających na ich rzecz,
2. zwiększeniu skuteczności działań promujących zatrudnienie i aktywność zawodową osób w wieku 50+ i 60+, w tym zwiększenie świadomości pracodawców w zakresie korzyści zatrudniania osób w wieku 50+.

Z danych Powiatowego Urzędu Pracy (PUP) w Wałbrzychu wynika, że liczba osób bezrobotnych powyżej 50 roku życia zarejestrowanych z PUP Wałbrzych w listopadzie 2014 r. wzrosła w stosunku do tego samego miesiąca roku poprzedniego. Zmalała jednak liczba rejestrujących się kobiet. Na koniec miesiąca listopada 2014 r. odnotowano spadek ogólnej liczby osób bezrobotnych powyżej 50 roku życia zarejestrowanych w PUP Wałbrzych w porównaniu z tym samym miesiącem roku poprzedniego.

Tabela 1. Osoby bezrobotne powyżej 50 roku życia zarejestrowane w PUP Wałbrzych w XI 2013 r. i XII 2014 r. (stan na 30.11.2013 r. oraz 30.11.2014 r.)

	Bezrobotni powyżej 50 roku życia zarejestrowani w miesiącu sprawozdawczym		Bezrobotni powyżej 50 roku życia zarejestrowani w końcu miesiąca sprawozdawczego	
	Ogółem	Kobiety	Ogółem	Kobiety
<b>XI 2014</b>	198	88	1895	808
<b>XI 2013</b>	183	94	2216	975

Źródło: opracowanie własne na podstawie Sprawozdania o rynku pracy, PUP Wałbrzych, XI 2013 r. i XI 2014 r.

Na koniec 2014 roku największą liczbę bezrobotnych stanowią osoby w wieku 45-54 lat. W każdej z niżej wymienionych grup wiekowych największy odsetek stanowią osoby pozostające bez pracy przez okres powyżej 24 miesięcy.

Tabela 2. Osoby bezrobotne według czasu pozostawania bez pracy (stan koniec IV kwartału 2014 r.)

	Liczba bezrobotnych	z tego wg. czasu pozostawania bez pracy w miesiącach					
		do 1	1-3	3-6	6-12	12-24	pow. 24
<b>45-54 lat</b>	1239	101	255	172	197	244	<b>270</b>
<b>55-59 lat</b>	877	69	151	108	150	168	<b>231</b>
<b>60 lat i więcej</b>	308	11	33	39	66	54	<b>105</b>

Źródło: opracowanie własne na podstawie załącznika 1 do Sprawozdania o rynku pracy, PUP Wałbrzych, XII.2014 r.

#### 5.4.1 Analiza SWOT

Mocne strony	Słaba strony
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ doświadczenie zawodowe seniorów</li> <li>✓ dyspozycyjność i mobilność seniorów</li> <li>✓ potrzeba zdobycia dodatkowego dochodu</li> <li>✓ potrzeba samorealizacji, wykazania się</li> <li>✓ wzrost zainteresowań nabyciem kompetencji informatycznych (np. kurs komputerowy)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ brak, lub dezaktualizacja kwalifikacji zawodowych</li> <li>✓ wycofywanie się seniorów z różnych form aktywności zawodowej i brak zastępowania ich innymi formami</li> <li>✓ problemy zdrowotne ograniczające aktywność zawodową</li> <li>✓ lęk przed podjęciem pracy</li> <li>✓ ograniczony czas na aktywność zawodową ze względu na konieczność opieki nad wnukami</li> <li>✓ niska motywacja do podnoszenia lub nabywania kwalifikacji zawodowych</li> </ul>
Szanse	Zagrożenie
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ elastyczne formy zatrudnienia, promocja poprzez kampanie społeczne i inne</li> <li>✓ „płynne” przejście do nowych form aktywności zawodowej po 67 roku życia</li> <li>✓ możliwość korzystania ze środków finansowych na działania aktywizujące zawodowo seniorów w ramach programów rządowych i innych źródeł</li> <li>✓ możliwość stworzenia banku czasu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ niechęć pracodawców do zatrudniania seniorów</li> <li>✓ brak miejsc pracy dla osób starszych</li> <li>✓ zanikanie zawodów, które wykonywali seniorzy,</li> <li>✓ brak mentoringu w zakresie przekazywania umiejętności zawodowych młodemu pokoleniom, przekazywanie tzw. „dobrych praktyk”</li> <li>✓ słaba kondycja instytucji wolontariatu seniorów</li> <li>✓ nieodpowiednia promocja wykorzystania potencjału seniorów</li> <li>✓ społeczna tendencja do wykluczania seniorów z edukacji zawodowej (brak</li> </ul>



	<p>uzasadnienia ekonomicznego w edukację seniorów)</p> <p>✓ ograniczenia ze względu na wiek w dostępie do projektów edukacyjnych – zawodowych (np. unijne - do 64 roku życia)</p>
--	---

#### 5.4.2 Cele, działania, wskaźniki.

Poniższe działania powinny być realizowane przez Gminę Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne, organizacje pozarządowe.

#### **Cel strategiczny 1 Zwiększenie aktywności zawodowej osób 50 +**

Cel szczegółowy 1.1 Nabycie lub podnoszenie kwalifikacji zawodowych adekwatnych do potrzeb rynku pracy oraz możliwości osób 50+

Działanie 1.1.1

Organizowanie szkoleń, kursów, staży dostosowanych pod względem treści, metodyki kształcenia do potrzeb osób starszych.

Działanie 1.1.2

Prowadzenie doradztwa zawodowego

Działanie 1.1.3

Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50 + z zakresu aktywności zawodowej

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, kursów, staży dostosowanych pod względem treści, metodyki kształcenia do potrzeb osób starszych,
- liczba przeprowadzonych doradztw zawodowych,
- liczba zleczanych zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50 + z zakresu aktywności zawodowej

Cel szczegółowy 1.2 Rozwój kompetencji interpersonalnych osób starszych

Działanie 1.2.1

Organizowanie szkoleń, kursów z zakresu aktywnego poszukiwania pracy

Działanie 1.2.2

Prowadzenie treningów asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność.

Działanie 1.2.3

Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50 + z zakresu aktywności zawodowej

#### **Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, kursów z zakresu aktywnego poszukiwania pracy,
- liczba przeprowadzonych treningów asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące

samoocenę, rozwijające kreatywność.

- liczba zleczanych zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50 + z zakresu aktywności zawodowej

Cel szczegółowy 1.3 Zwiększenie liczby podmiotów ekonomii społecznej (PES) tworzonych przez osoby 50+ i działających na ich rzecz

Działanie 1.3.1

Organizowanie szkoleń, doradztwa, udzielanie informacji itp. z zakresu tworzenia i zarządzania PES przez osoby 50+

Działanie 1.3.2.

Prowadzenie kampanii społecznych, kampanii edukacyjnych dotyczących PES tworzonych przez osoby 50+ i działających na ich rzecz

Działanie 1.3.3

Zlecanie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50 + z zakresu integracji i reintegracji zawodowej

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, doradztwa, itp. z zakresu tworzenia i zarządzania PES przez osoby 50+
- liczba zorganizowanych kampanii społecznych, kampanii edukacyjnych dotyczących podmiotów ekonomii społecznej tworzonych przez osoby 50+ i działających na ich rzecz.
- liczba zleczanych zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50 + z zakresu aktywności zawodowej

**Cel strategiczny 2. Zwiększenie skuteczności działań promujących zatrudnienie i aktywność zawodową osób 50+ i 60+**

Cel szczegółowy 2.1 Zwiększenie świadomości pracodawców w zakresie korzyści zatrudniania osób 50+

Działanie 2.1.1

Organizowanie kampanii informacyjno-edukacyjnych, spotkań informacyjnych dotyczących korzyści zatrudniania osób 50+

Działanie 2.1.2

Organizowanie spotkań, kampanii informacyjno-edukacyjnych upowszechniających metody mentoringu osób starszych – opieka starszego pracownika nad młodszym.

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych kampanii informacyjno-edukacyjnych, spotkań informacyjnych dotyczących korzyści zatrudniania osób 50+
- liczba zorganizowanych spotkań, kampanii informacyjno-edukacyjnych upowszechniających metody mentoringu osób starszych

Cel szczegółowy 2.2 Upowszechnianie elastycznych form zatrudniania osób 50+ i 60+

Działanie 2.2.1

Organizowanie kampanii informacyjno-edukacyjnych, spotkań informacyjnych dotyczących elastycznych form zatrudniania osób 50+ i 60+

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych kampanii informacyjno-edukacyjnych, spotkań informacyjnych dotyczących elastycznych form zatrudniania osób 50+ i 60+

Cel szczegółowy 2.3 Zwiększenie wiedzy pracodawców w zakresie „zarządzania wiekiem”

Działanie 2.3.1

Organizowanie szkoleń, doradztwa, warsztatów itp. z zakresu skutecznego „zarządzania wiekiem”.

**Wskaźniki:**

- liczba zorganizowanych szkoleń, doradztwa, warsztatów itp. z zakresu skutecznego „zarządzania wiekiem”.

## 6. Finansowanie Programu

Realizowanie działań ujętych w „Polityce senioralnej Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020”, będzie w głównej mierze zależne od wielkości środków finansowych Gminy Wałbrzych, ale również od środków będących w zasobach organizacji pozarządowych i innych podmiotów prowadzących działalność na rzecz osób starszych.

Potencjalne źródła finansowania Polityki to m.in.:

- Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020,
- Program Fundusz Inicjatyw Obywatelskich na lata 2014-2020,
- Regionalny Program Operacyjny Województwa Dolnośląskiego 2014-2020 w ramach Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego i Europejskiego Funduszu Społecznego,
- Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego,
- Program Operacyjny Polska Cyfrowa w ramach Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego,
- Fundusz Pracy.

## 7. Monitorowanie i ewaluacja Programu

Do przeprowadzania monitoringu i ewaluacji powołany zostanie, na mocy zarządzenia Prezydenta Miasta, Zespół ds. monitorowania i ewaluacji Programu „Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020”. W skład zespołu wejdą członkowie Rady ds. Seniorów, Rady Działalności Pożytku Publicznego, przedstawiciele Prezydenta Wałbrzycha, przedstawiciele Rady Miejskiej Wałbrzycha, liderzy organizacji pozarządowych działających na rzecz osób starszych.

Monitorowanie wdrażania Programu będzie odbywać się systematycznie, nie rzadziej niż raz na rok. Ewaluacja (ocena efektywności) Programu będzie odbywać się nie rzadziej niż co dwa lata.

Raporty z monitoringu i ewaluacji będą:

- tworzone na podstawie m.in: danych zebranych podczas Wałbrzyskich Senioraliów, rozmów z organizacjami pozarządowymi i instytucjami działającymi na rzecz osób starszych, analizy ogłaszanych ofert na realizację zadań publicznych, itp.
- przedstawiane Prezydentowi Miasta, Radzie Miejskiej, Radzie ds. Seniorów,
- zamieszczane na stronie Urzędu Miejskiego.

Spotkania Zespołu będą odbywać się raz na pół roku celem określenia planu pracy, zasady i trybu przeprowadzania monitoringu i ewaluacji.

Za monitorowanie Programu odpowiedzialny będzie Urząd Miejski w Wałbrzychu, Biuro Kultury, Sportu, Turystyki i Spraw Społecznych.

## 8. Skład grupy roboczej ds. tworzenia Programu

Lp.	Nazwisko i Imię	Instytucja
1	Czupryn Bogusława	Urząd Miejski w Wałbrzychu
2	Gołosz Krzysztof	Urząd Miejski w Wałbrzychu – Rada Wspólnoty Samorządowej „Podgórze, Stary i Nowy Glinik”
3	Jędrasik Jan	Urząd Miejski w Wałbrzychu
4	Jonek Piotr	Stowarzyszenie Na Rzecz Działań Artystycznych i Społecznych O!KULTURA
5	Kwiatkowska-Wyrwisz Elżbieta	Fundacja Museion
6	Małąg Karolina	Regionalne Centrum Wspierania Inicjatyw Pozarządowych
7	Matuszko Sylwia	Regionalne Centrum Wspierania Inicjatyw Pozarządowych
8	Mazurek Małgorzata	Fundacja Wspierania Seniorów MELA im. Melanii Dobiega
9	Mizgalska Ewa	Fundacja Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych "Feniks"
10	Mosiewicz Krystyna	Stowarzyszenie Pomocy Społecznej „Sudety”
11	Mrozicki Dariusz	Urząd Miejski w Wałbrzychu – Rada Wspólnoty Samorządowej „Nowe Miasto”
12	Nawrocki Piotr	Fundacja Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych "Feniks"
13	Radłowska Wanda	Stowarzyszenie „Radość życia”
14	Romańska Maria Anna	Urząd Miejski w Wałbrzychu
15	Solarek Leszek	Stowarzyszenie Współpracy Polska-Wschód, Oddział w Wałbrzychu
16	Stefańska Magdalena	Placówka Wsparcia Dziennego w Wałbrzychu
17	Ziegler Teresa	Wałbrzyskie Towarzystwo Oświatowe

## 9. Harmonogram realizacji „Polityki senioralnej Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020”.

Działanie	Od kiedy	Do kiedy	Realizatorzy
<b>I OBSZAR EDUKACJA</b>			
<b>Cel szczegółowy 1.1: Podniesienie kompetencji: prawnych, konsumenckich, językowych, obywatelskich, cyfrowych i innych wśród osób starszych.</b>			
Działanie 1.1.1 Organizowanie warsztatów, szkoleń z zakresu m.in: prawa, w tym ochrony praw konsumenckich, podnoszenia kompetencji cyfrowych i językowych, podnoszenia kompetencji ekonomicznych w skali gospodarstwa domowego, podnoszenie kompetencji obywatelskich w tym zakładanie organizacji pozarządowych.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jednostki organizacyjne, - organizacje pozarządowe - Uniwersytety Trzeciego Wieku
Działanie 1.1.2 Organizowanie raz w roku przedsięwzięcia pn. „Miesiąca Edukacji Wałbrzyskiego Seniora”.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej jednostki organizacyjne, - organizacje pozarządowe - Uniwersytety Trzeciego Wieku
<b>Cel szczegółowy 1.2: Rozwój kompetencji interpersonalnych osób starszych</b>			
Działanie 1.2.1 Organizowanie warsztatów rozwijających kompetencje interpersonalne osób starszych np. treningi asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność i poprawiające jakość życia.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej jednostki organizacyjne, - organizacje pozarządowe - Uniwersytety Trzeciego Wieku
<b>Cel szczegółowy 1.3: Integracja środowiska osób starszych</b>			
Działanie 1.3.1. Stworzenie Wałbrzyskiego Centrum Aktywności Seniora jako miejsca, gdzie będzie można uzyskać kompleksową informację	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej jednostki organizacyjne, - organizacje pozarządowe

potrzebną osobie starszej w Wałbrzychu			- Uniwersytety Trzeciego Wieku
Działanie 1.3.2 Organizowanie corocznych Senioraliów , podczas których zaprezentować się mogą artystycznie i sportowo seniorzy z różnych środowisk oraz dokonana zostanie ewaluacja dokumentu pn. „Polityka senioralna Miasta Wałbrzycha na lata 2016-2020”.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej jednostki organizacyjne, - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 1.4 Zwiększenie dostępu do bezpłatnego korzystania z Internetu przez osoby starsze w różnych publicznych miejscach na terenie Gminy Wałbrzych</b>			
Działanie 1.4.1 Stworzenie sieci miejsc, w których będzie dostępny bezpłatnie Internet np. siedziba organizacji pozarządowych, jednostek organizacyjnych Miasta w tym Rad Wspólnot Samorządowych, Centrum Nauki i Sztuki „Stara Kopalnia” itp.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej jednostki organizacyjne, - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 2.1: Poszerzanie ofert na realizację zadań publicznych w sferze polityki senioralnej adresowanych do organizacji pozarządowych</b>			
Działanie 2.1.1 Upowszechnianie oferty Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej, w instytucjach np. w jednostkach organizacyjnych Gminy Wałbrzych, na stronie www Urzędu Miejskiego.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej jednostki organizacyjne (np. Instytucje kultury, szkoły - organizacje pozarządowe - lokalne media -uniwersytety trzeciego wieku
Działanie 2.1.2 Stworzenie miejskiego portalu dla seniorów – jako platformy wymiany informacji.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej jednostki organizacyjne - organizacje pozarządowe
Działanie 2.1.3 Organizowanie dni otwartych w Uniwersytetach Trzeciego Wieku.	2016	2020	- uniwersytety trzeciego wieku

Działanie 2.1.4 Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do seniorów z zakresu edukacji.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych
<b>Cel szczegółowy 2.2: Zwiększenie nakładów finansowych na rozwój bazy edukacyjnej dla seniorów</b>			
Działanie 2.2.1 Zagwarantowanie środków finansowych na zakup sprzętu/wyposażenia potrzebnego do podnoszenia umiejętności np. językowych, cyfrowych, manualnych seniorów.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych
<b>Cel szczegółowy 3.1: Konsolidacja międzyinstytucjonalna na rzecz rozwoju edukacji seniorów.</b>			
Działanie 3.1.1 Organizacja cyklicznych spotkań w celu nawiązania współpracy i wymiany informacji między Uniwersytetami Trzeciego Wieku, organizacjami pozarządowymi, jednostkami organizacyjnymi Gminy Wałbrzych (np. Biblioteka, szkoły, Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia", Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o..)	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jednostki organizacyjne (np. szkoły, Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia", Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o.), - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
<b>Cel szczegółowy 3.2: Rozwój współpracy międzyinstytucjonalnej w oparciu o istniejące zasoby materialne, infrastrukturalne na terenie Gminy Wałbrzych.</b>			
Działanie 3.2.1 Stworzenie bazy zasobów materialnych, infrastrukturalnych zlokalizowanych na terenie Gminy Wałbrzych.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jednostki organizacyjne (np. szkoły, Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia", Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o.), - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 4.1: Promowanie pozytywnego wizerunku osób starszych, ich potencjału</b>			
Działanie 4.1.1	2016	2020	- Gmina Wałbrzych,

Organizacja plebiscytu "Wałbrzyska osobowość trzeciego wieku".			- organizacje pozarządowe
Działanie 4.1.2 Przeprowadzanie edukacyjnych kampanii społecznych kreujących pozytywny wizerunek osób starszych - propagowanie w lokalnych mediach.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jednostki organizacyjne (np. szkoły, Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia", Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o.), - organizacje pozarządowe - lokalne media
Działanie 4.1.3 Organizowanie warsztatów ze stylistami wizerunku.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 4.2: Podniesienie kompetencji w zakresie przygotowania do bycia osoba starszą</b>			
Działanie 4.2.1 Przeprowadzanie edukacyjnych kampanii społecznych w zakresie przygotowania do bycia osoba starszą	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jednostki organizacyjne (np. szkoły, Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia", Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o.), - organizacje pozarządowe - lokalne media
Działanie 4.2.2 Organizowanie warsztatów, szkoleń, spotkań, konkursów, happeningów, itp. z zakresu przygotowania się do starości	2016	2020	- Gmina Wałbrzych - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
<b>Cel szczegółowy 4.3: Podniesienie świadomości społeczeństwa na temat etapów życia człowieka i szacunku wobec osoby starszej.</b>			
Działanie 4.3.1	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym



Organizacja kampanii społecznych, spotkań, konkursów dotyczących procesów starzenia się i szacunku wobec osoby starszej.			jednostki organizacyjne (np. szkoły, Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia", Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o.), - organizacje pozarządowe - lokalne media - uniwersytety trzeciego wieku
<b>II. Zdrowie profilaktyka i promocja zdrowia</b>			
<b>Cel szczegółowy 1.1 Podniesienie kompetencji w zakresie poprawy i utrzymania kondycji osób starszych.</b>			
Działanie 1.1.1 Organizacja szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów itp. w zakresie aktywnego i zdrowego stylu życia.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
<b>Cel szczegółowy 1.2 Podniesienie poziomu wiedzy nt. problemów natury psychicznej wśród osób starszych oraz ich rodzin.</b>			
Działanie 1.2.1 Organizacja szkoleń, warsztatów, spotkań, doradztw ze specjalistami itp. z zakresu m.in. radzenia sobie ze stresem, depresją, lękiem, niską samoocena, uzależnienia.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS) - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
Działanie 1.2.2 Organizacja szkoleń, warsztatów, wykładów, spotkań, doradztw ze specjalistami dla rodzin osób starszych z zakresu opieki nad nimi.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS) - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 1.3 Podniesienie poziomu aktywności fizycznej osób starszych.</b>			
Działanie 1.3.1 Organizowanie letnich aktywności w plenerze np. joga, tai-chi, nordic walking, gimnastyka.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o., WOK)

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- organizacje pozarządowe</li> <li>- uniwersytety trzeciego wieku</li> </ul>
Działanie 1.3.2 Organizowanie cyklicznych zajęć, zawodów sportowych, zawodów zręcznościowych.	2016	2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. Wałbrzyskie Centrum Sportowo – Rekreacyjnego „AQUA – ZDRÓJ” Spółka z o.o., WOK)</li> <li>- organizacje pozarządowe</li> <li>- uniwersytety trzeciego wieku</li> </ul>
<b>Cel szczegółowy 1.4 Zwiększenie osobom starszym dostępu do opieki medycznej i usług socjalnych</b>			
Działanie 1.4.1 Organizowanie usług opiekuńczych, specjalistycznych usług opiekuńczych.	2016	2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS)</li> <li>- organizacje pozarządowe</li> </ul>
Działanie 1.4.2 Organizowanie kampanii społecznych na rzecz promocji opieki geriatrycznej.	2016	2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS)</li> <li>- organizacje pozarządowe</li> <li>- uniwersytety trzeciego wieku</li> <li>- lokalne media</li> </ul>
Działanie 1.4.3 Organizowanie kampanii informacyjnych, happeningów na rzecz wprowadzenia w Gminie Wałbrzych akcji pn. „Koperta Życia”.	2016	2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS)</li> <li>- organizacje pozarządowe</li> <li>- uniwersytety trzeciego wieku</li> <li>- lokalne media</li> </ul>
<b>Cel szczegółowy 2.1 Zwiększenie dostępu mieszkańcom ze szczególnym uwzględnieniem osób starszych do programów profilaktycznych i prozdrowotnych.</b>			
Działanie 2.1.1 Organizowanie programów profilaktycznych i prozdrowotnych.	2016	2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS)</li> <li>- organizacje pozarządowe</li> <li>- lokalne media</li> </ul>

Działanie 2.1.2 Organizowanie kampanii społecznych pod hasłem „Profilaktyka dla wszystkich bez względu na wiek”.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS) - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku - lokalne media
<b>Cel szczegółowy 2.2 Wzrost wiedzy nt. zdrowego stylu życia wśród mieszkańców</b>			
Działanie 2.2.1 Organizowanie szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów itp. z zakresu profilaktyki i ochrony zdrowia	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS) - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
Działanie 2.2.2 Organizowanie kampanii społecznych, kampanii informacyjno-edukacyjnych w mediach regionalnych na temat profilaktyki i ochrony zdrowia.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku - lokalne media
<b>Cel szczegółowy 3.1 Wzrost kompetencji pracowników instytucji i organizacji pozarządowych działających w obszarze opieki nad osobami starszymi.</b>			
Działanie 3.1.1 Organizowanie szkoleń, warsztatów, spotkań itp. w zakresie opieki nad osobami starszymi.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS, DPS) - organizacje pozarządowe
Działanie 3.1.2 Organizowanie szkoleń, warsztatów, spotkań itp. w zakresie potrzeb osób starszych.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS) - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 3.2 Rozwój współpracy instytucji i organizacji pozarządowych działających w obszarze opieki nad osobami starszymi.</b>			
Działanie 3.2.1 Organizowanie kampanii społecznych, spotkań, seminariów, poradnictwa, itp. w zakresie przeciwdziałania przemocy wobec osób starszych, opieki nad samotnymi osobami starszymi, opieki sąsiedzkiej.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS, DPS) - organizacje pozarządowe
<b>III. Aktywność społeczna</b>			
<b>Cel szczegółowy 1.1 Promocja i rozwój wolontariatu na rzecz osób starszych i dla osób starszych</b>			

Działanie 1.1.1 Przeprowadzanie kampanii społecznych, spotkań propagujących wolontariat osób starszych (np. „Pomagać można w każdym wieku”), w tym wolontariat kompetencji, czyli nieodpłatne dzielenie się wiedzą, doświadczeniami, umiejętnościami z innymi osobami.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, - organizacje pozarządowe - Uniwersytety Trzeciego Wieku - lokalne media
Działanie 1.1.2 Przeprowadzanie kampanii informacyjnych, prelekcji, pogadanek itp. wśród młodzieży, studentów propagujących wolontariat na rzecz osób starszych.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. szkoły) - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku - lokalne media
Działanie 1.1.3 Organizowanie szkoleń, spotkań, doradztwa itp. z zakresu organizowania wolontariatu dla osób starszych i na ich rzecz np. tworzenie grup/klubów wolontariusza przy organizacjach pozarządowych	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. szkoły) - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
<b>Cel szczegółowy 1.2 Zwiększenie poziomu integracji międzypokoleniowej i wewnątrzpokoleniowej</b>			
Działanie 1.2.1 Stworzenie Wałbrzyskiego Centrum Aktywności Seniora jako miejsca wszechstronnej aktywizacji społecznej seniorów. (Przykładowe formy pracy Centrum: warsztaty/zajęcia rozwojowe, artystyczne, kulturalne, wystawy prac artystycznych, zajęcia ruchowe zarówno na sali jak i w przestrzeni miejskiej, punkt informacyjny dla seniorów	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, - organizacje pozarządowe
Działanie 1.2.2 Organizowanie corocznych Senioraliów, podczas których zaprezentować mogą np. twórczość artystyczną, sportowe umiejętności seniorzy z różnych środowisk.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, - organizacje pozarządowe
Działanie 1.2.3 Organizacja aktywnych plenerowych imprez dla grup	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, - organizacje pozarządowe

międzypokoleniowych np. pikniki, „inwazje w przestrzeni”, spartakiady, Międzynarodowy Festiwal Teatrów Tańca.			- uniwersytety trzeciego wieku
Działanie 1.2.4 Organizowanie międzypokoleniowych spotkań, warsztatów, wycieczek, obchodów świąt itp.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
Działanie 1.2.5 Organizowanie warsztatów, szkoleń dla osób starszych, osób pracujących na rzecz społeczności lokalnej oraz liderów z zakresu metody organizowania społeczności lokalnej.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS) - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 1.3 Zwiększenie kompetencji interpersonalnych osób starszych.</b>			
Działanie 1.3.1 Organizowanie warsztatów rozwijających kompetencje interpersonalne osób starszych np. treningi asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność i umiejętność zarządzania swoim czasem.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, - organizacje pozarządowe - uniwersytety trzeciego wieku
<b>Cel szczegółowy 1.4. Zwiększenie kompetencji organizacji pozarządowych skupiających osoby starsze w zakresie pozyskiwania środków na działania lokalne.</b>			
Działanie 1.4.1 Organizowanie warsztatów, szkoleń itp. na temat pozyskiwania środków zewnętrznych (np. środki ministerialne).	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. Centrum NGO przy Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia") - organizacje pozarządowe
Działanie 1.4.2 Organizowanie szkoleń, doradztwa, warsztatów itp. z zakresu zakładania i zarządzania organizacjami pozarządowymi.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. Centrum NGO przy Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia") - organizacje pozarządowe
<b>Cel szczegółowy 2.1 Poszerzanie ofert na realizację zadań publicznych w sferze aktywności społecznej seniorów.</b>			
Działanie 2.1.1	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, w tym jej

Upowszechnianie oferty Uniwersytetów Trzeciego Wieku, organizacji pozarządowych, instytucji kulturalno-oświatowych, bazy sportowo-rekreacyjnej, w różnych środowiskach, instytucjach np. siedziby jednostek organizacyjnych Gminy Wałbrzych, <a href="http://www.um.walbrzych.pl">www.um.walbrzych.pl</a>			jednostki organizacyjne (np. instytucje kultury, szkoły - organizacje pozarządowe - lokalne media
<b>Działanie 2.1.2</b> Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych tylko do seniorów z zakresu aktywności społecznej osób starszych, w tym Senioraliów.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych
<b>Cel szczegółowy 2.2 Wyrównywanie szans „życiowych” osób starszych</b>			
<b>Działanie 2.2.1</b> Wprowadzenie w Gminie Wałbrzych „Karty Seniora”	2016	2020	- Gmina Wałbrzych
<b>Działanie 2.2.2</b> Organizowanie plebiscytów pn. „Miejsce przyjazne seniorom” oraz promowanie tych miejsc w lokalnych mediach.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych - organizacje pozarządowe - lokalne media
<b>IV. Aktywność zawodowa</b>			
<b>Cel szczegółowy 1.1 Nabycie lub podnoszenie kwalifikacji zawodowych adekwatnych do potrzeb rynku pracy oraz możliwości osób 50+</b>			
<b>Działanie 1.1.1</b> Organizowanie szkoleń, kursów, staży dostosowanych pod względem treści, metodyki kształcenia do potrzeb osób starszych.	2016	2020	- organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP
<b>Działanie 1.1.2</b> Prowadzenie doradztwa zawodowego	2016	2020	- organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP
<b>Działanie 1.1.3</b> Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50 + z zakresu aktywności zawodowej	2016	2020	- Gmina Wałbrzych
<b>Cel szczegółowy 1.2 Rozwój kompetencji interpersonalnych osób starszych</b>			

Działanie 1.2.1 Organizowanie szkoleń, kursów z zakresu aktywnego poszukiwania pracy	2016	2020	- organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP
Działanie 1.2.2 Prowadzenie treningów asertywności, radzenia sobie ze stresem, podnoszące samoocenę, rozwijające kreatywność.	2016	2020	- organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP - Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. MOPS)
Działanie 1.2.3 Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50+ z zakresu aktywności zawodowej	2016	2020	- Gmina Wałbrzych
<b>Cel szczegółowy 1.3 Zwiększenie liczby podmiotów ekonomii społecznej (PES) tworzonych przez osoby 50+ i działających na ich rzecz</b>			
Działanie 1.3.1 Organizowanie szkoleń, doradztwa, udzielanie informacji itp. z zakresu tworzenia i zarządzania PES przez osoby 50+.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. Centrum NGO przy Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia") - organizacje pozarządowe
Działanie 1.3.2. Prowadzenie kampanii społecznych, kampanii edukacyjnych dotyczących PES tworzonych przez osoby 50+ i działających na ich rzecz.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych, jej jednostki organizacyjne (np. Centrum NGO przy Centrum Nauki i Sztuki "Stara Kopalnia") - organizacje pozarządowe
Działanie 1.3.3 Zlecenie zadań publicznych (w tym wieloletnich) organizacjom pozarządowym skierowanych do osób 50+ z zakresu integracji i reintegracji zawodowej.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych
<b>Cel szczegółowy 2.1 Zwiększenie świadomości pracodawców w zakresie korzyści zatrudniania osób 50+</b>			
Działanie 2.1.1	2016	2020	- Gmina Wałbrzych

Organizowanie kampanii informacyjno-edukacyjnych, spotkań informacyjnych dotyczących korzyści zatrudniania osób 50+			- organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP
Działanie 2.1.2 Organizowanie spotkań, kampanii informacyjno-edukacyjnych upowszechniających metody mentoringu osób starszych – opieka starszego pracownika nad młodszym.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych - organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP - lokalne media
<b>Cel szczegółowy 2.2 Upowszechnianie elastycznych form zatrudniania osób 50+ i 60+</b>			
Działanie 2.2.1 Organizowanie kampanii informacyjno-edukacyjnych, spotkań informacyjnych dotyczących elastycznych form zatrudniania osób 50+ i 60+	2016	2020	- Gmina Wałbrzych - organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP
<b>Cel szczegółowy 2.3 Zwiększenie wiedzy pracodawców w zakresie „zarządzania wiekiem”</b>			
Działanie 2.3.1 Organizowanie szkoleń, doradztwa, warsztatów itp. z zakresu skutecznego „zarządzania wiekiem”.	2016	2020	- Gmina Wałbrzych - organizacje pozarządowe - instytucje rynku pracy - PUP



## **Załącznik nr 1 Opinie zebrane podczas I Wałbrzyskich Senioraliów**

Podczas I Wałbrzyskich Senioraliów (12.09.2014 r.) zbierane były opinie dotyczące potrzeb osób starszych w kontekście edukacji, aktywności społecznej, aktywności zawodowej, profilaktyki i promocji zdrowia.

W ramach obszaru „Edukacja” zostały zadane cztery pytania, tj.:

1. czego chciałabyś/łbyś się nauczyć?
2. z jakimi ciekawymi osobistościami chciałabyś/chciałbyś się spotkać?
3. jakiego języka obcego chciałabyś/łbyś się nauczyć?
4. jakie urządzenia elektroniczne umiesz obsługiwać?

Z analizy odpowiedzi uzyskanych przez badanych na powyższe pytania wynika, iż:

- ok. 90% odpowiedziało, iż chce nauczyć się obsługi komputera,
- ok. 50% odpowiedziało, iż najchętniej spotkałoby się ze znanymi aktorami oraz ok 25% z politykami,
- ok. 40% odpowiedziało, iż chciałoby się nauczyć języka angielskiego, a ok. 25% języka niemieckiego,
- ok. 85 % odpowiedziało, iż potrafi obsługiwać telefon.

W sumie w badaniu wzięło udział 27 osób (w tym 24 kobiety), 50% ankietowanych to osoby w wieku 66-80 lat.

W ramach obszaru „Aktywność społeczna” zostały zadane cztery pytania, tj.:

1. jak przekonać seniora do wyjścia z domu ?
2. co lubisz robić w wolnym czasie?
3. w jakich wydarzeniach lokalnych chciałabyś/łbyś uczestniczyć? -
4. jakie zainteresowania chciałabyś/łbyś rozwinąć?

Z analizy odpowiedzi uzyskanych przez badanych na powyższe pytania wynika, iż:

- ok. 80 % odpowiedziało, iż aby przekonać seniora do wyjścia z domu należy zaproponować mu ciekawą formę spędzenia czasu wolnego.
- ok. 50% odpowiedziało, iż czas wolny lubi spędzać w ogrodzie, oraz spacerować
- ok. 55% odpowiedziało, iż najchętniej chciałoby uczestniczyć w spotkaniach integracyjnych dla seniorów,
- ok. 30% odpowiedziało, iż chciałoby rozwijać swoje zainteresowania w zakresie rękodzieła

W sumie w badaniu wzięło udział 32 osób (w tym 26 kobiety), ok. 44% ankietowanych to osoby w wieku 66-80 lat.

W ramach obszaru „Profilaktyka i promocja zdrowia” zostały zadane cztery pytania, tj.:

1. co lubisz jeść?
2. czy Pana/i zdaniem w każdej przychodni powinien być geriatra?
3. z dostępem do jakich specjalistów masz największy problem? Według Pana/i geriatra zajmuje się?
4. Według Pana/i geriatra zajmuje się?

Z analizy odpowiedzi uzyskanych przez badanych na powyższe pytania wynika, iż:

- ok. 65 % odpowiedziało, iż lubi jeść warzywa i owoce,
- ok. 85 % odpowiedziało, iż w każdej przychodni powinien być geriatra
- ok. 45% odpowiedziało, iż ma największy problem z dostępem do specjalisty ortopedy, a ok 30% do okulisty,
- ok. 60% odpowiedziało, iż geriatra zajmuje się chorobami osób starszych

W sumie w badaniu wzięło udział 29 osób (w tym 23 kobiety), ok. 50% ankietowanych to osoby w wieku 51-65 lat.

W ramach obszaru „Aktywność zawodowa” zostały zadane cztery pytania, tj.:

1. czy chciałabyś/chciałbyś jeszcze pracować? jeśli tak to co chciałabyś/chciałbyś robić?
2. według Pani/a wolontariat to: ... ?
3. W jakich kursach uaktualniających kwalifikacje zawodowe lub uczących nowych zawodów chciałabyś/łbyś uczestniczyć? - chciałabym uczestniczyć w kursie obsługi komputera

Z analizy odpowiedzi uzyskanych przez badanych na powyższe pytania wynika, iż:

- ok. 45 % odpowiedziało, iż chciałoby pracować, m.in. jako opiekunowie dzieci i osób starszych,
- ok. 90% odpowiedziało, iż wolontariat to bezinteresowna pomoc innym,
- ok. 35 % odpowiedziało, iż w kursach komputerowych chciałoby uczestniczyć

W sumie w badaniu wzięło udział 32 osób (w tym 28 kobiety), ok. 55% ankietowanych to osoby w wieku 51-65 lat.