

**Uchwała Nr 27/II/21  
Cieszyńskiej Rady Seniorów  
z dnia 06 grudnia 2021 roku**

**w sprawie skierowania do Cieszyńskiej Rady Seniorów kadencji 2022 - 2024  
Rekomendacji**

Na podstawie § 9ust.1 , w związku z § 9 ust.1 i §4 ust.2 Regulaminu Rady przyjętego Uchwałą 4/II/19 z dnia 4 marca 2019 roku

**Cieszyńska Rada Seniorów  
postanawia, co następuje:**

**§ 1.**

Skierować do Cieszyńskiej Rady Seniorów kadencji 2022-2024 rekomendacje w brzmieniu zgodnym z załącznikiem do niniejszej uchwały.

**§ 2.**

Wykonanie uchwały powierzyć Przewodniczącemu Cieszyńskiej Rady Seniorów.

**§ 3.**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

PRZEWODNICZĄCY  
Cieszyńskiej Rady Seniorów

*Andrzej Mieczko*  
Andrzej Mieczko

## REKOMENDACJE

Cieszyńska Rada Seniorów kadencji 2018-2021, świadoma postępującego starzenia społeczeństwa, dostrzegając konieczność przygotowania miasta na wyzwania jakie ze sobą niesie zwiększenie udziału osób starszych w populacji, podejmowała szereg inicjatyw w zakresie projektowania działań adekwatnych do potrzeb starzejącego się społeczeństwa i faktycznej ich realizacji. Niestety realizacja, z różnych przyczyn, okazuje się bardzo trudna i nader czasochłonna. Tymczasem w Cieszynie nadal nie ma prężnie działających klubów seniora, dziennych domów opieki senioralnej, rodzinnych domów seniora, nie funkcjonuje wolontariat seniora i sąsiedzka usługa opiekuńcza, brakuje interdyscyplinarnego systemu wsparcia opiekunów osób niesamodzielnych, a „opieka wytchnieniowa” wciąż raczkuje.

Dane statystyczne (9492 osoby powyżej 60 roku życia, 29 % współczynnik starzenia) dowodzą, że miasto musi się przygotować na wiele społecznych i ekonomicznych konsekwencji postępującego starzenia społeczeństwa. W ocenie Rady Seniorów, co Rada konsekwentnie podkreślała, należy postawić na budowanie szerokiego oparcia środowiskowego, aby osoby starsze jak najdłużej funkcjonowały w miejscu swojego zamieszkania. Należy postawić na rozwój nowych form pomocy dedykowanych osobom starszym oraz podtrzymanie sprawności osób starszych zmagających się z problemami zdrowotnymi zanim zupełnie utracą sprawność.

W związku z powyższym Rada kadencji 2018 - 2021, rekomenduje Radzie nowej kadencji kontynuację, istotnych dla środowiska osób starszych i rozpoczętych działań w zakresie :

- **utworzenia Dziennego Domu Opieki Senioralnej**, ponieważ domy dziennej opieki senioralnej stanowią duże wsparcie dla rodzin i osób, którym często przychodzi godzić opiekę nad seniorem z pracą zawodową. De facto dzienne domy opieki senioralnej są rozwiązaniem korzystnym dla dwóch stron. Seniorom pozwalają dłużej funkcjonować w dotychczasowym środowisku, nawet jeśli nie są już w pełni samodzielni. Opóźnia to potrzebę korzystania z pomocy instytucjonalnej, czyli pobytu w placówce całodobowej opieki, jaką jest dom pomocy społecznej. Taka pomoc jest więc korzystniejsza również dla miasta, bo o wiele tańsza od opieki całodobowej. Rada wielokrotnie apelowała do Burmistrza i Rady Miejskiej o przystąpienie do tworzenia domów dziennej opieki senioralnej oraz wspierania tych prowadzonych przez inne podmioty, jako najbardziej pożądanej formy wsparcia osób starszych i ich rodzin.
  
- **opracowania i wdrożenia programu zdrowotnego adresowanego do osób starszych, ukierunkowanego na rehabilitację medyczną, zwiększenie dostępności do gwarantowanych świadczeń z zakresu rehabilitacji, poprawy sprawności ruchowej osób starszych** - opracowanie akurat takiego tego programu jest szczególnie istotne z punktu widzenia podtrzymania sprawności grupy osób starszych, która zмага się już z problemami zdrowotnymi zanim zupełnie utraci sprawność. Trzeba wiedzieć, że czas oczekiwania na rehabilitację w trybie doraźnym to nawet ponad dwa lata. Dodatkowo za wprowadzeniem takiego programu przemawia fakt, że w 40 % może on być dofinansowany przez NFZ.

- **realizacji konkursu Miejsce Przyjazne Seniorom** – przeprowadzono już dwie edycje konkursu, trzy podmioty, w różnych kategoriach, uzyskały status miejsca przyjaznego seniorom. Ideą konkursu wyróżnianie oraz promowanie miejsc w Cieszynie, które są otwarte na potrzeby osób starszych. Konkurs jest przeznaczony dla instytucji i organizacji, które poprzez odpowiednie stosowanie rozwiązań architektonicznych oraz oferowanie odpowiednich produktów, usług i zniżek, przyczyniają się do godnego traktowania osób seniorów. Rada opracowała Regulamin konkursu oraz formularze zgłoszeniowe, konkurs jest realizowany wspólnie z Burmistrzem Miasta Cieszyna. Konkurs jest postrzegany w kategorii „dobrych praktyk”, szkoda byłoby zaniechać jego kontynuacji.
  
- **budowy tężni solankowej** - tężnia solankowa jest rozwiązaniem pożądanym i oczekiwanym przez mieszkańców miasta, doskonale wpisującym się w podstawowe potrzeby osób starszych, profilaktykę zdrowotną oraz szeroko pojętą politykę społeczną miasta. Inhalacje solankowe poprawiają stan dróg oddechowych, co jest szczególnie istotne w sytuacji nieustającego zagrożenia coraz to nowymi Covid 19 oraz zagrożeniem wirusem RSV, powodującym ostre choroby układu oddechowego zwłaszcza u osób starszych. Tężnie solankowe stały się już niemalże standardem, powoli wszystkie okoliczne miejscowości będą je posiadać, dlaczego więc nie Cieszyn? Realizację tężni w Cieszynie znajduje uzasadnienie również z powodu ograniczenia mobilności osób starszych. Rada popierała wnioski i petycje mieszkańców w tej sprawie, a Rada Miejska zadeklarowała rozważenie sprawy budowy tężni przy tworzeniu Strategii Rozwoju Miasta.

PRZEWODNICZĄCY  
Cieszyńskiej Rady Seniorów  
*Andrzej Mleczko*