

**Uchwała Nr 29/II/21  
Cieszyńskiej Rady Seniorów  
z dnia 06 grudnia 2021 roku**

**w sprawie przyjęcia Sprawozdania z działalności Cieszyńskiej Rady Seniorów  
za kadencję 2018-2021**

Na podstawie §12 ust.1i 2 Statutu Cieszyńskiej Rady Seniorów, przyjętego Uchwałą XXXVI/353/17 Rady Miejskiej Cieszyna z dnia 31 sierpnia 2017 r., w sprawie zmiany uchwały Nr XV/130/15 Rady Miejskiej Cieszyna z dnia 29 października 2015 r., w sprawie powołania Cieszyńskiej Rady Seniorów oraz nadania jej Statutu

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

**§ 1.**

Przyjąć Sprawozdanie z działalności Cieszyńskiej Rady Seniorów za kadencję 2018-2021, w brzmieniu zgodnym z załącznikiem do niniejszej uchwały.

**§ 2.**

Sprawozdanie podlega przekazaniu Burmistrzowi Miasta Cieszyna.

**§ 3.**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

PRZEWODNICZĄCY  
Cieszyńskiej Rady Seniorów  
*Andrzej Mieszko*  
Andrzej Mieszko



## SPRAWOZDANIE

### z działalności Cieszyńskiej Rady Seniorów II kadencji w latach 2018-2021

Cieszyńska Rada Seniorów kadencji 2018 – 2021 powołana została, na podstawie art.5c ust.2 i 5 ustawy z dnia 8 marca 1990r. o samorządzie gminnym, Uchwałą Rady Miejskiej Cieszyna Nr XV/130/15 Rady Miejskiej Cieszyna z dnia 20 października 2015 r .

Skład Cieszyńskiej Rady Seniorów kadencji 2018-2021 :

<b>Ewa Adamska</b>	Przedstawiciel mieszkańców	Członek Rady
<b>Lucyna Bałandziuk</b>	Przedstawiciel Stowarzyszenie Uniwersytet III Wieku	Członek Rady
<b>Halina Budzińska</b>	Przedstawiciel Polskiego Związku Emerytów,Rencistów i Inwalidów Odz.Rejonowy Cieszyn	Członek Rady
<b>Janina Cichomska</b>	Przedstawiciel mieszkańców	<b>Wiceprzewodnicząca Rady</b>
<b>Janina Kamińska</b>	Przedstawiciel mieszkańców	<b>Sekretarz Rady</b>
<b>Andrzej Mleczo</b>	Przedstawiciel mieszkańców	<b>Przewodniczący Rady</b>
<b>Małgorzata Ryszkowska</b>	Przedstawiciel mieszkańców	Członek Rady
<b>Danuta Waligóra</b>	Przedstawiciel mieszkańców	Członek Rady
<b>Teresa Wałga</b>	Przedstawiciel mieszkańców	Członek Rady

W okresie sprawozdawczym Rada wykonywała swoje obowiązki w oparciu o Statut Cieszyńskiej Rady Seniorów nadany Uchwałą Nr XV/130/15 Rady Miejskiej Cieszyna z dnia 20 października 2015 r . Aktem wykonawczym był, przyjęty Uchwałą nr 4/II/ 2019 REGULAMIN CIESZYŃSKIEJ RADY SENIORÓW, w którym Rada określiła szczegółowo cele, zadania oraz zasady działania Rady .

Rada jako przesłanie i cel główny swojej działalności przyjęła **sukcesywną poprawę jakości życia , pobudzanie aktywności obywatelskiej osób starszych oraz konsekwentne budowanie lokalnego systemu oparcia, umożliwiającego „starzenie się w miejscu zamieszkania”**.

Cel ten Rada starała się osiągnąć poprzez :

1. Reprezentowanie praw i potrzeb osób starszych i ich środowisk wobec władz samorządowych.
2. Współpracę z organami Miasta w zakresie realizacji i planowania polityki senioralnej, jako perspektywicznego wyzwania Strategii Rozwoju Miasta i Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych.

3. Podejmowanie inicjatyw ukierunkowanych na wypracowanie spójnego i kompleksowego systemu wsparcia osób starszych i ich rodzin , z uwzględnieniem zastosowania nowych niedostępnych w mieście form oparcia środowiskowego.
4. Budowanie pozytywnego wizerunku osób starszych i reaktywację ich potencjału społecznego

Rada pracowała zgodnie z przyjętymi półrocznymi PLANAMI PRACY, w trybie comiesięcznych posiedzeń, które były tematyczne i przebiegały według porządków obrad obejmujących zarówno zaplanowane zagadnienia jak i te wynikające z aktualnych problemów i potrzeb osób starszych.

Posiedzenia Rady miały charakter otwarty dla mieszkańców miasta. W posiedzeniach Rady uczestniczył I Zastępca Burmistrza Miasta Cieszyna lub jego przedstawiciel , Inspektor ds. osób starszych i organizacji pozarządowych, przedstawiciele jednostek organizacyjnych miasta(MOPS, ZBM , DSS )oraz innych instytucji tematycznie związanych z polityką senioralną lub działalnością na rzecz osób starszych . W związku z omawianą problematyką na posiedzeniach gościli również przedstawiciele Komendy Powiatowej Policji, Sanepidu oraz służby zdrowia - Ordynator Oddziału Geriatrycznego Szpitala Śląskiego w Cieszynie.

Na działalność Rady w latach 2020 -2021 niekorzystny wpływ miała pandemia Covid 19, konieczność zachowania dystansu społecznego , co skutkowało ograniczeniem tradycyjnych form działania. Sytuacja wymusiła ograniczenie liczby posiedzeń Rady, zmianę modelu współpracy Rady, między innymi przejście na zdalny tryb obradowania. W czasie pandemii Rada, poprzez powołane Zespoły Rady , podejmowała aktywności wspierające osoby starsze . Członkowie zespołu ds. wsparcia społecznego i współpracy z organizacjami seniorskimi uczestniczyli w akcjach rozprowadzania, wśród mieszkańców Cieszyna, maseczek wielokrotnego użytku, szytych przez Harcerzy i Zamek Cieszyn . Natomiast w miesiącu grudniu 2020 i 2021 roku w ramach współpracy ze Stowarzyszeniem” Pomocna Dłoń Blisko Ciebie” rozprowadzane były paczki mikołajowo- świąteczne.

Od samego początku kadencji, Rada mocno akcentowała konieczność przygotowania miasta na wiele społecznych i ekonomicznych konsekwencji jakie niesie ze sobą zwiększenie udziału osób starszych w populacji. Rada zwracała uwagę na zasadność budowania szerokiego oparcia środowiskowego, aby osoby starsze jak najdłużej mogły funkcjonować w miejscu swojego zamieszkania . Dlatego też proponowała dokonanie zinwentaryzowania obowiązujących do 2020 programów strategicznych tj. Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych , Strategii Rozwoju Miasta i zaprojektowanie działań adekwatnych do potrzeb starzejącego się społeczeństwa i faktycznej ich realizacji .Rada nie chciała akceptować sytuacji, w której większość przedsięwzięć wpisanych w miejskie programy i strategie istniała jedynie na papierze.W Cieszynie nie ma rodzinnych domów opieki nad osobami starszymi , mieszkań chronionych i dozorowanych dla osób starszych , które są zdecydowanie tańszymi formami pomocy od typowych DSS . Wciąż brakuje dziennych ośrodków pobytu , brak również rozwiązań pozwalających osobom w wieku 50+ na godzenie życia zawodowego z rodzinnym. W Cieszynie praktycznie nie funkcjonuje wolontariat seniorów i sąsiedzka usługa opiekuńcza , brakuje interdyscyplinarnego systemu wsparcia opiekunów nieformalnych osób niesamodzielnych, a „opieka wytchnieniowa”, o której wprowadzenie Rada zabiegła , wciąż raczkuje.

Dlatego też , przez całą kadencję , Rada konsekwentnie wskazywała , że starzenie się mieszkańców postrzegać należy jako wyzwanie strategiczne dla rozwoju miasta, a obszar

związany ze starzeniem się społeczeństwa i funkcjonowaniem osób starszych powinien być traktowany priorytetowo. Powyższe znajduje odzwierciedlenie w większości z 44 wystąpień (rekomendacje, wnioski, apele, uwagi, opinie) Rady kierowanych do Burmistrza, Rady Miejskiej, Komisji Spraw Społecznych i Rady Miejskiej Cieszyna.

Działalność Rady w latach 2019-2021, to nie tylko liczne wystąpienia ale również uczestnictwo w inicjatywach, wydarzeniach i przedsięwzięciach związanych tematycznie z polityką senioralną i starzeniem się społeczeństwa.

Niektóre z przedsięwzięć, w których Rada brała udział :

- I Wojewódzka Konferencja Senioralna SILVER SILESIA w Gliwicach
- spotkanie z Marszałkiem Województwa Śląskiego
- Debaty „Porozmawiajmy o bezpieczeństwie – możesz mieć na nie wpływ”, których organizatorem była Komenda Powiatowa Policji
- Konferencje organizowane przez UTW, między innymi „Jak mądrze dbać o zdrowie w wieku dojrzałym”
- III Nadolziańskie Senioralia, których była współorganizatorem
- prace Zespołów ds. budżetu obywatelskiego
- spotkania okolicznościowe, wykłady organizowanych przez Uniwersytet III Wieku
- Obchody Jubileuszu 15-lecia Cieszyńskiego Uniwersytetu III wieku
- Posiedzenia Komisji Spraw Społecznych Rady Miejskiej Cieszyna
- Posiedzenia Komisji Skarg, Wniosków i Petycji Rady Miejskiej Cieszyna
- przeprowadzenie dwóch postępowań konkursowych na „Miejsce Przyjazne Seniorom”
- Indywidualne spotkania z osobami starszymi
- spotkaniu z przedstawicielami stowarzyszenia „BATUT” z Mikołowa
- odwiedziny w Domu Spokojnej Starości i Dziennym Ośrodku Wsparcia „Więź”
- wizyta w nowopowstałym Klubie Seniora w Wiśle

Odwiedziny miejsc wskazanych w dwóch ostatnich pozycjach zaowocowały wypracowaniem stanowiska Rady w przedmiocie tworzenia dziennych domów opieki senioralnej. Pozwoliły również na doprecyzowanie innych działań istotnych dla starzejącej się społeczności miasta, co znalazło swoje odzwierciedlenie we wniosku, w którym Rada zgłosiła 19 przedsięwzięć do Programu „Rozwój Lokalny”.

Ważną inicjatywą Rady, podjętą w 2020 rok, było przystąpienie, wspólnie z Panią Burmistrz, do organizacji Konkursu „Miejsce Przyjazne Seniorom. W ramach współpracy Rada opracowała zasady przeprowadzania konkursu, opracowała Regulamin konkursowy, formularze zgłoszeń. Na kolejnym etapie Rada dokonała weryfikacji formalnej i merytorycznej zgłoszeń, a także wyboru laureatów konkursu w dwóch kategoriach.

W 2020 roku Certyfikat Miejsca Przyjaznego Seniorom Rada przyznała :

- Osiedlowemu Centrum Kultury i Rekreacji przy Spółdzielni Mieszkaniowej Cieszynianka  
(kategoria: Podmioty tworzące i kreujące miejsca odpowiadające potrzebom i przyjazne osobom starszym)
- MINI KEMP z basenem zdrowotnym (kategoria : Miejsca, w których osoby starsze czują się miło i swobodnie, są godnie traktowane i obsługiwane).

W 2021 roku Certyfikatem Miejsca Przyjaznego Seniorom nagrodzono :

- Salon optyczny GOLDOPTYK Krzysztof Wandzel.

Rada ma nadzieję, że Konkurs jako działanie z kategorii dobrych praktyk, będzie kontynuowany w kolejnych latach .

W czerwcu 2021 roku, Cieszyńska Rada Seniorów wzbogaciła się o własny znak identyfikacji wizualnej – logo Rady, podejmując uchwałę w przedmiocie jego ustanowienia. Logo Rady składa się z części graficznej, którą stanowi drzewo zawierające w swej koronie uproszczone logo miasta, składające się z sekwencji pięciu pięciokątów, w pięciu kolorach i nazwy Cieszyn. Logotyp to czarny napis : Cieszyńska Rada Seniorów. Logo Rada wybrała w trybie ogłoszonego przez Panią Burmistrz konkursu, w którym uczestniczyli uczniowie cieszyńskich szkół podstawowych. Rada wybrała je spośród 29 zgłoszonych prac postanawiając jednocześnie o przyznaniu II i III miejsca oraz dwóch wyróżnień.

W okresie sprawozdawczym odbyły się **33 posiedzenia Rady Seniorów** i **21 posiedzeń** trzech powołanych przez Radę **zespołów roboczych**. Rada podjęła **29 uchwał** i **wypracowała 45 wystąpień Rady** (wnioski, rekomendacje, opinie, uwagi i apele).

**Najważniejsze wystąpienia CRS w latach 2018-2021, w ujęciu tabelarycznym :**

Wystąpienie	Treść wystąpienia
<p><u>APEL</u></p> <p>w sprawie: tworzenia Rad Seniorów we wszystkich gminach Powiatu Cieszyńskiego (2019 rok)</p>	<p>Cieszyńska Rada Seniorów, wystąpiła z apelem do władz samorządowych gmin Powiatu cieszyńskiego <u>o powoływanie Rad Seniorów zarówno na wniosek zainteresowanych środowisk jak i z własnej inicjatywy władz samorządowych</u> .</p> <p>W ocenie Rady starzenie się ludności staje się wyzwaniem strategicznym dla rozwoju , zarówno poszczególnych Gmin jak i całego Powiatu Cieszyńskiego. Dlatego tak <u>bardzo istotny staje się ponadgminny dyskurs dotyczący wielowymiarowego podejścia do wsparcia ludzi starszych oraz wykorzystania ich niedocenianego potencjału. Dyskurs, którego rzeczywistym przesłaniem będzie stworzenia spójnej i wspólnej, dla Ziemi Cieszyńskiej, polityki senioralnej.</u></p> <p>W apelu Rada zadeklarowała wolę wielopłaszczyznowej współpracy i wzajemnego wspierania się w tworzeniu adekwatnej do potrzeb osób starszych polityki społecznej . Polityki , która w niektórych obszarach wymaga ponadgminnej troski i wspólnej realizacji zadań.</p>
<p><u>OPINIA i WNIOSKI</u></p> <p>w sprawie : biletu elektronicznego komunikacji miejskiej (2019 rok)</p>	<p>Rada Seniorów potwierdziła , że w dzisiejszych czasach bilet elektroniczny staje się standardem komunikacyjnym. E- bilet jest rozwiązaniem stosowanym w komunikacji wielu aglomeracji i różnych przewoźników , jednakże jego zastosowanie winno poprawić standard obsługi pasażerów , przyciągać nowych użytkowników komunikacji zbiorowej i w żaden sposób nie może ograniczać mobilności osób starszych. Dlatego wnioskowano o: zniesienie obowiązku rejestracji przejazdu dla osób, które z racji wieku nabyły uprawnienie do bezpłatnych przejazdów,</p>

	<p><u>Wprowadzenie rocznego biletu seniora , dedykowanego osobom uprawnionym do zniżek , maksymalizację uproszczeń w obsłudze kart elektronicznych (e-karta, karta miejska), przyjęcie systemowych rozwiązań dla osób spoza Cieszyna, wydłużenie czasu na przesiadkę dla korzystających z biletu przesiadkowego.</u></p>
<p><u>WNIOSEK</u></p> <p>w sprawie : uruchomienia transgranicznej linii komunikacyjnej (2019 rok)</p>	<p>Wykorzystując fakt, że Cieszyn uczestniczy w Partnerskiej Inicjatywie Miast zajmujących się tematyką mobilności Miejskiej, Cieszyńska Rada Seniorów wystąpiła o połączenie linią komunikacyjną polskiego i czeskiego Cieszyna, czym są zainteresowane środowiska osób starszych obydwu miast. Takie połączenie niewątpliwie może odciążyć zatłoczone drogi i parkingi w centrum, a także ułatwić korzystanie mieszkańcom miasta z ważnego węzła kolejowego, którym jest dworzec kolejowy w Czeskim Cieszynie.</p>
<p><u>WNIOSEK</u></p> <p>w sprawie : programów strategicznych wraz z deklaracją woli współpracy przy ich tworzeniu (2020 rok)</p>	<p>We wniosku, Rada wskazuje, że starzenie się mieszkańców postrzegać należy jako wyzwanie strategiczne dla rozwoju miasta, a obszar związany ze starzeniem się społeczeństwa i funkcjonowaniem osób starszych powinien być traktowany priorytetowo. Dodatkowo, zaprojektowane działania powinny uwzględniać kierunki rozwoju polityki społecznej wobec osób starszych zdefiniowane w programie „ Polityka społeczna wobec osób starszych 2030.Bezpieczeństwo- Uczestnictwo –Solidarność”, przyjętym przez Radę Ministrów w dniu 26 października 2018 roku.</p> <p><u>Rada Seniorów wyraziła wolę aktywnego włączenia się , poprzez swoich przedstawicieli w prace zarówno nad Strategią Rozwoju Miasta oraz Gminną Strategią Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Cieszyna. Wskazując jednocześnie , że proces formułowania strategii odbywać się będzie w modelu partycypacyjnym przy zaangażowaniu różnych podmiotów i środowisk .</u></p>
<p><u>STANOWISKO</u></p> <p>w sprawie: tworzenia dziennych domów opieki senioralnej (2020 rok)</p>	<p>Cieszyńska Rada Seniorów, konsekwentnie, rekomenduje przystąpienie do realizacji działania: <b><u>Tworzenie domów dziennej opieki senioralnej</u></b> , które jest działaniem zaprojektowanym w ramach realizacji celu szczegółowego Polityki senioralnej w zakresie rozwiązań medyczno- opiekuńczych : <u>Aktywizacja osób starszych i niepełnosprawnych w miejscu zamieszkania . Przez trzy lata realizacji programu : Polityka Senioralna Gminy Cieszyn na lata 2018-2022 nie podjęto działań w tym kierunku i nie zaplanowano ich również na 2021 rok, chociaż Rada Seniorów rekomendowała</u></p>

	<p>przystąpienie do realizacji zadania - tworzenie domów dziennej opieki senioralnej (pkt. 6 Rekomendacje z dnia 06.07.2020, BRM.0033/W/27/2020).</p> <p><u>Rada apeluje o przystąpienie do tworzenia domów dziennej opieki senioralnej oraz wspierania tych prowadzonych przez inne podmioty, jako najbardziej pożądaną formę wsparcia osób starszych i ich rodzin.</u></p> <p>Rada uznała, za optymalne rozwiązanie <u>wsparcie działalności istniejących klubów seniora i przeznaczenie środków, które miałyby zostać wydatkowane na utworzenie od podstaw Klubu „Senior +” na pierwszy w Cieszynie Dzienny Dom Opieki Senioralnej</u></p>
<p><u>WNIOSEK</u></p> <p>w sprawie: zgłoszenia propozycji przedsięwzięć do Programu „Rozwój Lokalny” (2020 rok)</p>	<p><u>Propozycje Rady do ujęcia w Programie „Rozwój Lokalny” :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizacja i prowadzenie Dziennego Domu Opieki Senioralnej,</li> <li>2. Utworzenie i prowadzenie Centrum Inicjatyw Senioralnych,</li> <li>3. Centrum Usług społecznościowych,</li> <li>4. Mieszkania z serwisem,</li> <li>5. Rodzinne domy opieki senioralnej,</li> <li>6. Kompleksowe wsparcie istniejących lub tworzonych Klubów Seniora,</li> <li>7. Pomoc sąsiedzka – sąsiedzka usługa opiekuńcza,</li> <li>8. Bank czasu,</li> <li>9. Telefon życzliwości,</li> <li>10. System teleopieki,</li> <li>11. Zwiększenie dostępności osób starszych do świadczeń z zakresu rehabilitacji i profilaktyki zdrowotnej,</li> <li>12. Rozwój usług wolontariackich, w tym świadczonych przez seniorów (Wolontariat 60+),</li> <li>13. Wolontariat kompetencji ,</li> <li>14. Wprowadzenie rocznego biletu seniora( E-bilet senior),</li> <li>15. Poprawa dostępności do infrastruktury sanitarnej ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb,</li> <li>16. Budowa tężni solankowej.</li> </ol>
<p><u>APEL</u></p> <p>do Rady Miejskiej Cieszyna i Burmistrza Miasta Cieszyna o uwzględnienie, w opracowywanych programach strategicznych tj. w Strategii Rozwoju Miasta i Strategii</p>	<p><u>Rada zaproponowała ujęcie w Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych następujących przedsięwzięć :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizacja i prowadzenie dziennych domów opieki senioralnej (dziennych ośrodków wsparcia dla osób starszych).</li> <li>2. Realizacja Centrum Usług społecznościowych .</li> <li>3. Rodzinne domy opieki senioralnej – wieloaspektowe wsparcie ich Tworzenia.</li> <li>4. Kompleksowe wsparcie istniejących lub tworzonych Klubów Seniora.</li> <li>5. Zwiększenie dostępności osób starszych do świadczeń z zakresu rehabilitacji i profilaktyki zdrowotnej/Opracowanie i wdrożenie nowych programów zdrowotnych/.</li> </ol>

<p>Rozwiązywania Problemów Społecznych, przedsięwzięć ukierunkowanych na świadome przystosowanie miasta do potrzeb starzejącego się społeczeństwa. (2021rok )</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Poszerzenie oferty usług społecznych.</li> <li>7. Stworzenie systemu dowozu osób starszych lub programu przewozu osób starszych.</li> <li>8. Pomoc sąiedzka – sąiedzka usługa opiekuńcza, teleopieka, telefon życzliwości.</li> <li>9. Rozwój usług wolontariackich, w tym świadczonych przez seniorów (Wolontariat 60+) Wolontariat kompetencji .</li> <li>10. Poprawa dostępności do infrastruktury sanitarnej ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb osób starszych i niepełnosprawnych.</li> <li>11. Utworzenie i prowadzenie Centrum Inicjatyw Senioralnych.</li> <li>12. Wprowadzenie rocznego biletu seniora( E-bilet senior).</li> <li>13. Budowa tężni solankowej.</li> <li>14. „Miasto mądrzejsze niż do tej pory” .</li> </ol>
<p><u>UWAGI</u></p> <p>do projektu Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Cieszyna na lata 2021-2024 , w obszarze dotyczącym funkcjonowania osób starszych (2021 rok)</p>	<p>Rada Seniorów mając świadomość, że wskazane w Strategii cele i działania, staną się w przyszłości wyznacznikiem decyzji merytorycznych, mając na uwadze dynamikę starzenia się społeczności miasta zaproponowała poszerzenie katalogu celów i działań do realizacji. Zaproponowano wpisanie do Strategii 5 dodatkowych celów i 24 działania. Zaproponowano dodanie celów szczegółowych :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podnoszenie świadomości społecznej na temat problemat związane z demograficznym starzeniem i wynikającymi z tego problemami i potrzebami .</li> <li>2. Wsparcie osób starszych i rodzin w środowisku domowym.</li> <li>3. Poprawa warunków do utrzymania i rozwoju aktywności własne Seniorów.</li> <li>4. Monitorowanie sytuacji osób starszych i tworzenie rozwiązań organizacyjnych i prawnych ułatwiających realizację praw osób Starszych.</li> <li>5. Wzmacnianie roli i miejsca osób starszych w środowisku lokalnym.</li> </ol> <p>W obrębie każdego z celów zaprojektowano bogaty katalog działań.</p>
<p><u>WNIOSEK</u></p> <p>w sprawie: zaplanowania poprawy dostępności i dostosowania do potrzeb seniorów miejskiego zasobu mieszkaniowego, z uwzględnieniem organizacji mieszkań wspomaganych i chronionych ( 2021 rok)</p>	<p>We wniosku Rada wskazała, że w Polityce Senioralnej Gminy Cieszyn na lata 2018-2022, w Rozdziale 3.3 Przestrzeń i miejsce zamieszkania, wskazano Zakład Budynków Miejskich jako realizatora działań związanych z dostosowaniem komunalnych lokali mieszkalnych i części wspólnych nieruchomości budynkowych do potrzeb seniorów oraz likwidacją barier architektonicznych. Dlatego <u>uzasadnione jest przeprowadzenie analizy potrzeb remontowych we wskazanym zakresie, zdefiniowanie zadań oraz zaplanowanie ich realizacji w ujęciu wieloletnim.</u></p> <p>Wnioskowano również o rozszerzenie zadania : <i>możliwość budowy nowego budynku z mieszkaniami na wynajem, z wykorzystaniem terenu przy ul. Mickiewicza</i> wpisanego w Dział B , Rozdział 2. Inwestycje i uwzględnienie w nowym budynku również mieszkań</p>



	<p>wspomaganych i chronionych. Usytuowanie mieszkań wspomaganych i chronionych w pełni przystosowanych do potrzeb osób starszych ,w jednej lub bliskiej lokalizacji, ułatwi ich wspieranie w codziennym funkcjonowaniu oraz znacząco wpłynie na koszty ponoszone z tym wsparciem.</p> <p>Rada zaproponowała, aby w związku z niekorzystną prognozą demograficzną w zakresie dynamiki starzenia się społeczności miasta rozważyć podjęcie nowych działań i ujęcie ich w opracowywanym programie. Chodzi o działania uwzględniające w wieloletniej perspektywie tworzenie systemu mieszkań wspomaganych i chronionych. System ten może powstać w oparciu o nowo wybudowane obiekty łączące kilka funkcji lub w oparciu o istniejący już zasób mieszkaniowy ale w obydwu przypadkach wymaga planowania.</p>
<p><u>WNIOSEK</u></p> <p>w sprawie: udziału w Programie wieloletnim na rzecz osób starszych „AKTYWNI +” na lata 2021-2025 ( 2021 rok)</p>	<p>Rada wnioskuje o dołożenie wszelkich możliwych starań aby skutecznie zaważać o środki na działania prosenioralne. Rada zaproponowała kompleksowe merytoryczne wsparcie stowarzyszenia lub innego podmiotu działającego na rzecz osób starszych w pozyskaniu konkretnych środków na działalność aktywizującą osoby starsze lub inne działania wpisujące się w określone w rządowym programie cztery priorytety.</p>
<p><u>REKOMENDACJE</u></p> <p>do Planów Działania w ramach polityki senioralnej na 2020, 2021 i 2022 rok (3 dokumenty)</p> <p>( lata: 2019, 2020, 2021 )</p>	<p><u>Najważniejsze zadania rekomendowane do realizacji w ramach polityki senioralnej miasta :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przystąpienie do realizacji działania "Tworzenie domów dziennej opieki senioralnej .</li> <li>2. Opracowanie i wdrożenie programu zdrowotnego adresowanego do osób starszych, ukierunkowanego na rehabilitację medyczną, zwiększenie dostępności do świadczeń gwarantowanych z zakresu rehabilitacji , poprawę sprawności ruchowej osób starszych.</li> <li>3. Przystąpienie do realizacji rządowego Programu Opieka 75+edycja 2022, co pozwoli na uzyskanie finansowego wsparcia do 50% przewidywanych kosztów realizacji zadania w zakresie realizacji usług opiekuńczych.</li> <li>4. Realizacja teleopieki w miejscu zamieszkania, usługi dającej seniorom możliwość całodobowego wezwania pomocy w przypadku zagrożenia życia, zdrowia lub bezpieczeństwa.</li> <li>5. Stworzenie systemu dowozu osób starszych (przynajmniej) do poradni lekarskich lub programu przewozu osób starszych.</li> <li>6. Wspieranie działalności klubów seniora .</li> <li>7. Budowanie oparcia środowiskowego poprzez opracowanie i wdrożenie programu pomocy sąsiedzkiej, praktykowanie „opieki wytchnieniowej”.</li> <li>8. Poprawa dostępności przestrzeni publicznej dla osób starszych</li> </ol>

	<p>poprzez sukcesywną likwidację barier architektonicznych, poprawę dostępności do infrastruktury sanitarnej, budowę systemu ławek.</p> <p>9. Organizacja Centrum Inicjatyw Senioralnych jako miejsca koordynowania nowych form pomocy dedykowanych osobom starszym (bank czasu, wolontariat senioralny, telefon życzliwości) i miejsca kontaktowego z osobami starszymi.</p>
<p><u>WNIOSEK</u></p> <p>w sprawie : utworzenia mieszkania chronionego dla osób starszych (2021 rok)</p>	<p>Uruchomienie przynajmniej jednego mieszkania chronionego w danym roku budżetowym, co w perspektywie wieloletniej pozwoli na zbudowanie zaplanowanego systemu mieszkań chronionych, tak jak założono w Polityce Senioralnej Gminy Cieszyn.</p> <p>Warto rozważyć uzupełnienie tego systemu o mieszkania wspomagane przeznaczone dla osób starszych, które nie wymagają całodobowej opieki i wsparcia, a jedynie pomocy, którą można świadczyć zależnie od indywidualnych potrzeb w niewielkim wymiarze godzin. Dlatego koszty mieszkań wspomaganych są najmniej obciążającymi dla budżetu miasta.</p>
<p><u>WNIOSEK</u></p> <p>w sprawie: opracowania i wdrożenia nowego programu zdrowotnego dla osób starszych (2021 rok)</p>	<p>Na ostatnim posiedzeniu kończącym kadencję 2018-2021 Cieszyńska Rada Seniorów wniosowała o opracowanie i wdrożenie <u>programu zdrowotnego adresowanego do osób starszych, ukierunkowanego na rehabilitację medyczną, zwiększenie dostępności do gwarantowanych świadczeń z zakresu rehabilitacji, poprawy sprawności ruchowej osób starszych.</u> Opracowanie akurat takiego tego programu jest szczególnie istotne z punktu widzenia podtrzymania sprawności bardzo licznej grupy osób starszych, które zmagają się z problemami zdrowotnymi zanim zupełnie utracą sprawność. Trzeba wiedzieć, że czas oczekiwania na rehabilitację w trybie doraźnym, to nawet ponad dwa, a nawet trzy lata. Dodatkowo za wprowadzeniem takiego programu przemawia fakt, że w 40 % może on być dofinansowany przez NFZ.</p>

Mając na uwadze zapewnienie kontynuacji, istotnych dla środowiska osób starszych i rozpoczętych już działań, Rada skierowała do Cieszyńskiej Rady Seniorów nowej kadencji rekomendacje w sprawie :

- **utworzenia Dziennego Domu Opieki Senioralnej**, jako że, 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 pożądanego formy wsparcia osób starszych i ich rodzin .

- **opracowania i wdrożenie 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 zmagają 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? Realizacja 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 sprawę budowy tężni przy tworzeniu Strategii Rozwoju Miasta.