

Raport o potrzebach osób w wieku 50+

we Wrocławiu

Autorzy - Uczestnicy zajęć „Wolontariat 50+. Animator społeczności lokalnych”:
Biernaczyk Krystyna, Druszkowski Józef, Konopka Irena, Kościńska Halina, Majchrzak Jadwiga,
Ogniewska Joanna, Ostrowska Danuta, Pawlaczyk Barbara, Sadłowska- Nieć Wiesława,
Stankiewicz- Latosik Nijola, Stemplewski Kadet, Żabińska- Olszak Grażyna

Grudzień 2010



KAPITAŁ LUDZKI
MAKEDONSKA STRATEGIA SPÓRNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ SPOLECZNY



Spis treści

I.	W
stęp	3
II.	C
charakterystyka grupy społecznej osób po 50 roku życia	4
III.	P
otrzeby rozważanej grupy	12
1.....	P
otrzeby opieki zdrowotnej i rehabilitacji	12
2.....	P
otrzeby rozwoju intelektualnego i kulturalnego	13
3.....	P
otrzeby rekreacyjne i aktywności fizycznej	14
4.....	P
otrzeby możliwości zatrudnienia (różne formy w tym wolontariat)	15
5.....	P
otrzeby opiekuńcze	16
6.....	P
otrzeby prawne	18
IV.	O
teczna infrastruktura służąca zaspokojeniu wyżej wymienionych potrzeb	18
1.....	I
nstytucje	18
2.....	O
rganizacje pozarządowe	26
3.....	P
rasa	28

4.....	A
dresy internetowe ciekawe dla seniorów	29
V.	C
o można jeszcze zrobić dla polepszenia jakości życia osób 50+	34
1.....	P
roblemy finansowe grupy 50+	34
2.....	Pot
rzeba stworzenia Platformy Informacyjnej dostępnej dla seniorów	34
VI.	P
odsumowanie	35

I. Wstęp

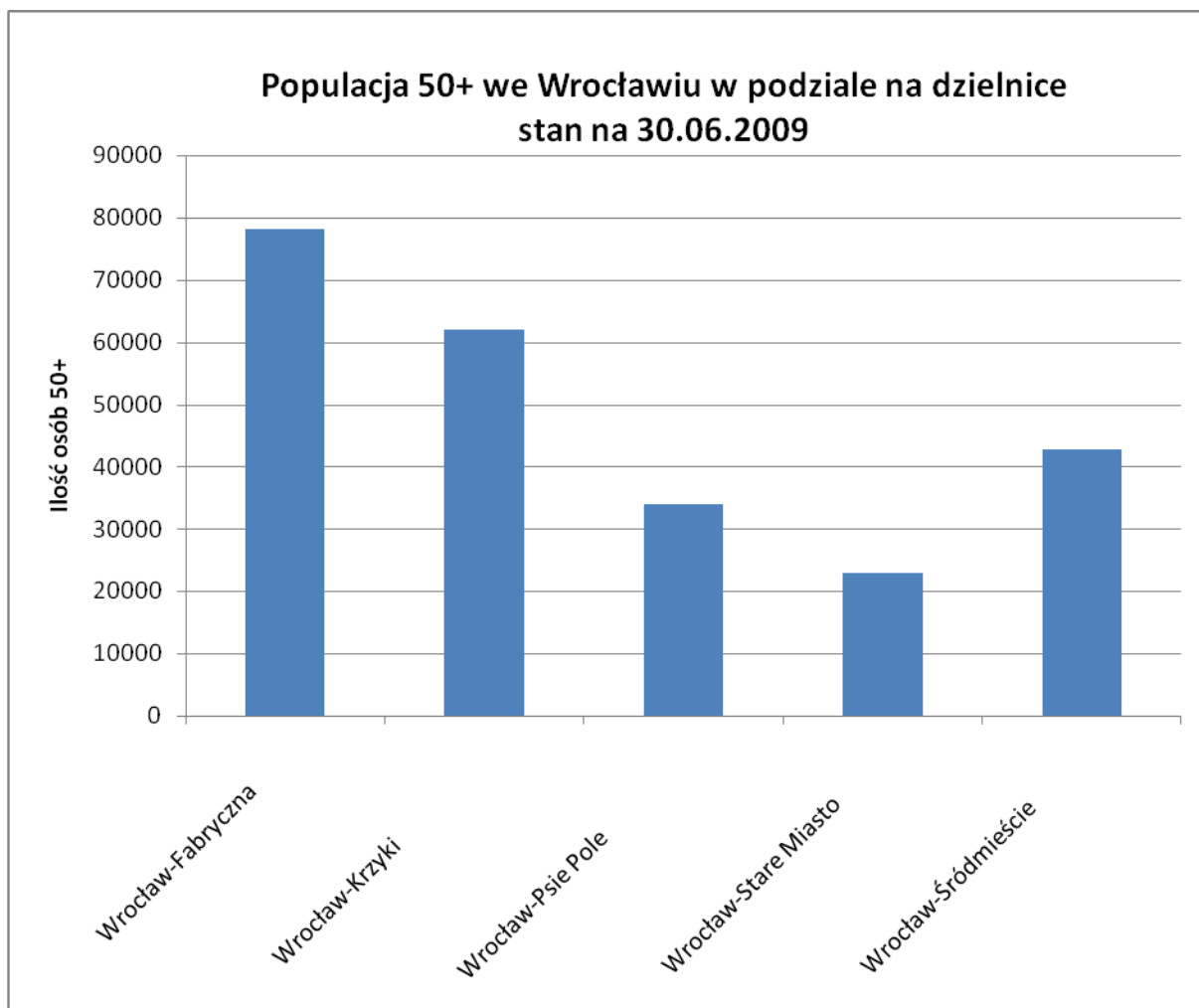
Zmienia się świat. Zmienia się struktura demograficzna. Z wzoru systemu rodzinnego o strukturze wielopokoleniowej, w którym seniorzy mieli swoje miejsce i obowiązki w rodzinie do systemu indywidualnego, w którym są poza rodziną we własnym mieszkaniu, często samotni. Stwarza to nowe warunki dla seniora, który często staje przed wyzwaniami, przerastającymi jego możliwości. Dlatego tak bardzo potrzebna jest integracja, nowe spojrzenie na problemy ludzi starszych: zdrowotne, egzystencjalne, edukacyjne, prawne itp.

Seniorzy mogą i powinni działać zarówno na rzecz społeczeństwa jak i własnego rozwoju, wnosząc duży bagaż doświadczeń. W RAPORCIE przedstawiamy problemy ludzi 50+, które naszym zdaniem, będą podstawą do rozwiązania problemów przed którymi stoją. Należy stworzyć możliwości rozwoju fizycznego. Propagować aktywność i nowe sposoby życia w gronie rówieśników i społeczeństwa.

II. Charakterystyka grupy społecznej osób po 50 roku życia

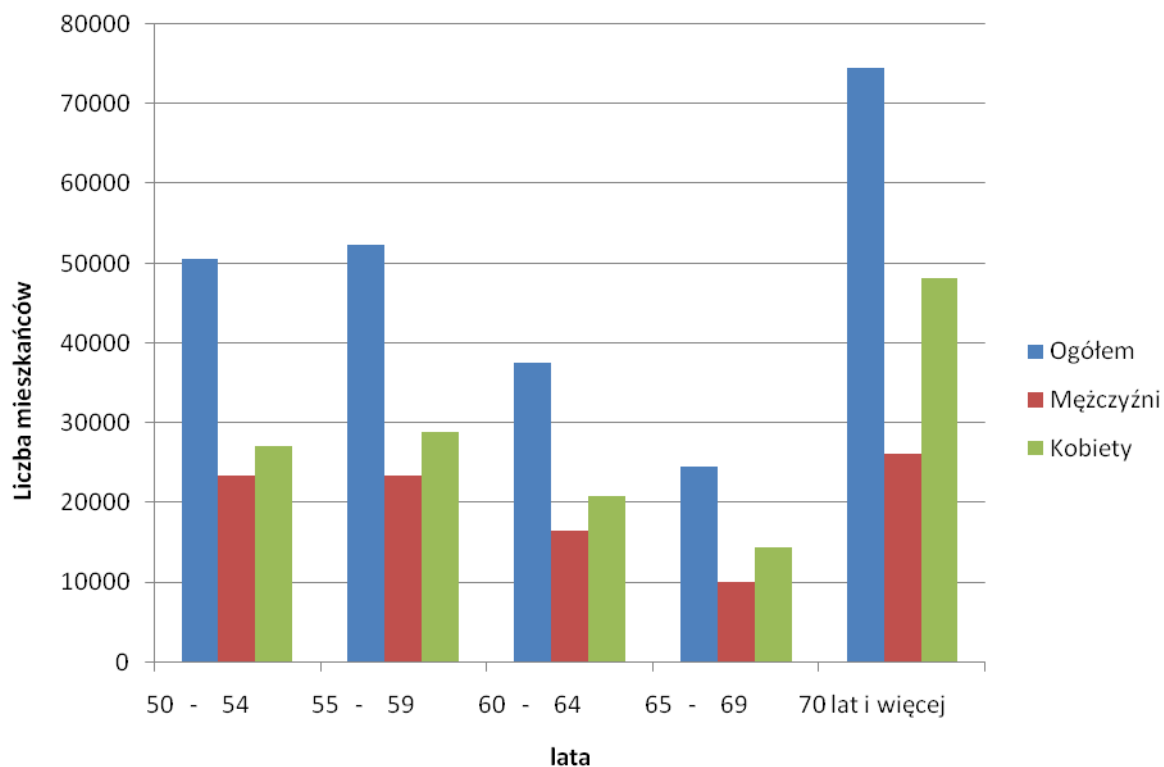
Wielkość populacji 50+ we Wrocławiu ogółem w podziale na dzielnice.

Dzielnica	Populacja 50+
Wrocław-Fabryczna	78140
Wrocław-Krzyki	61966
Wrocław-Psie Pole	33888
Wrocław-Stare Miasto	22951
Wrocław-Śródmieście	42685



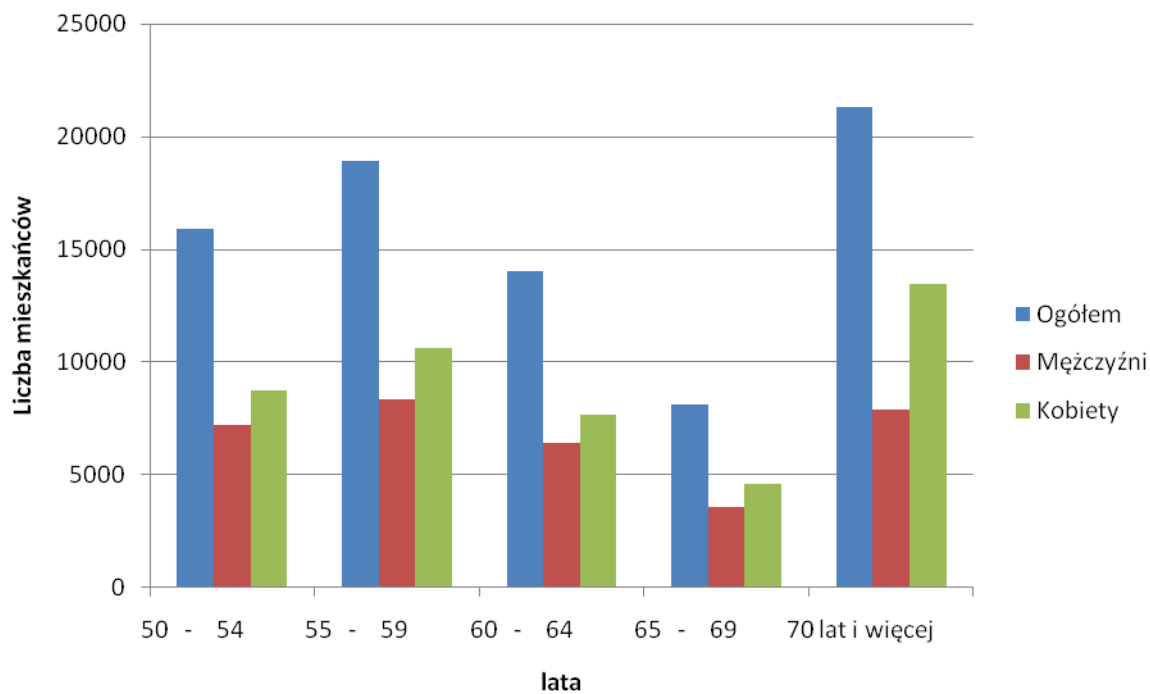
	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
M. Wrocław	632240	294949	337291
50 - 54	50651	23510	27141
55 - 59	52388	23471	28917
60 - 64	37568	16611	20957
65 - 69	24555	10047	14508
70 lat i więcej	74468	26198	48270
Razem 50+	239630	99837	139793

**Miasto Wrocław
grupy wiekowe 50+
stan na 30.06.2009**

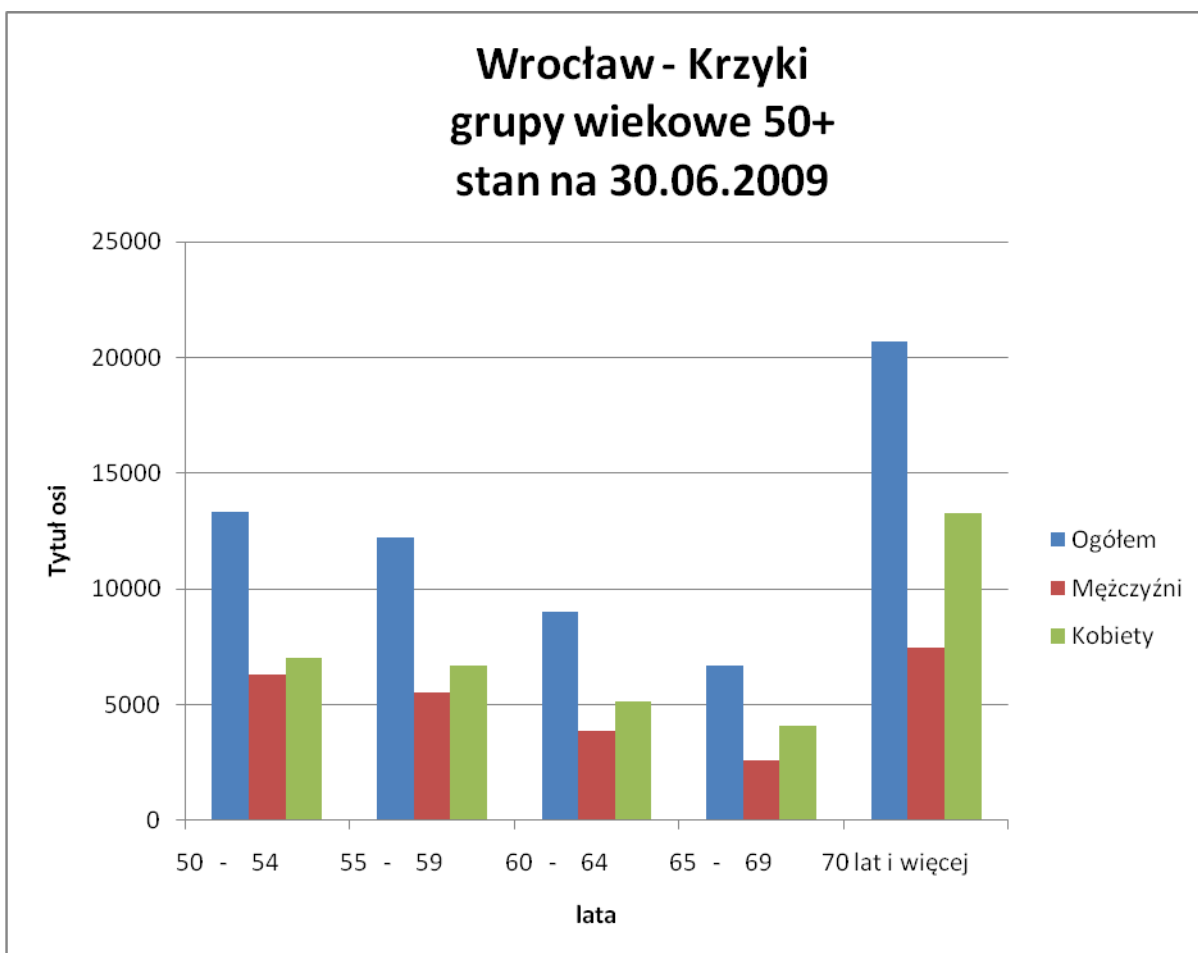


	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
Wrocław-Fabryczna	197258	92529	104729
50 - 54	15879	7147	8732
55 - 59	18887	8301	10586
60 - 64	13998	6350	7648
65 - 69	8089	3528	4561
70 lat i więcej	21287	7837	13450
Razem 50+	78140	33163	44977

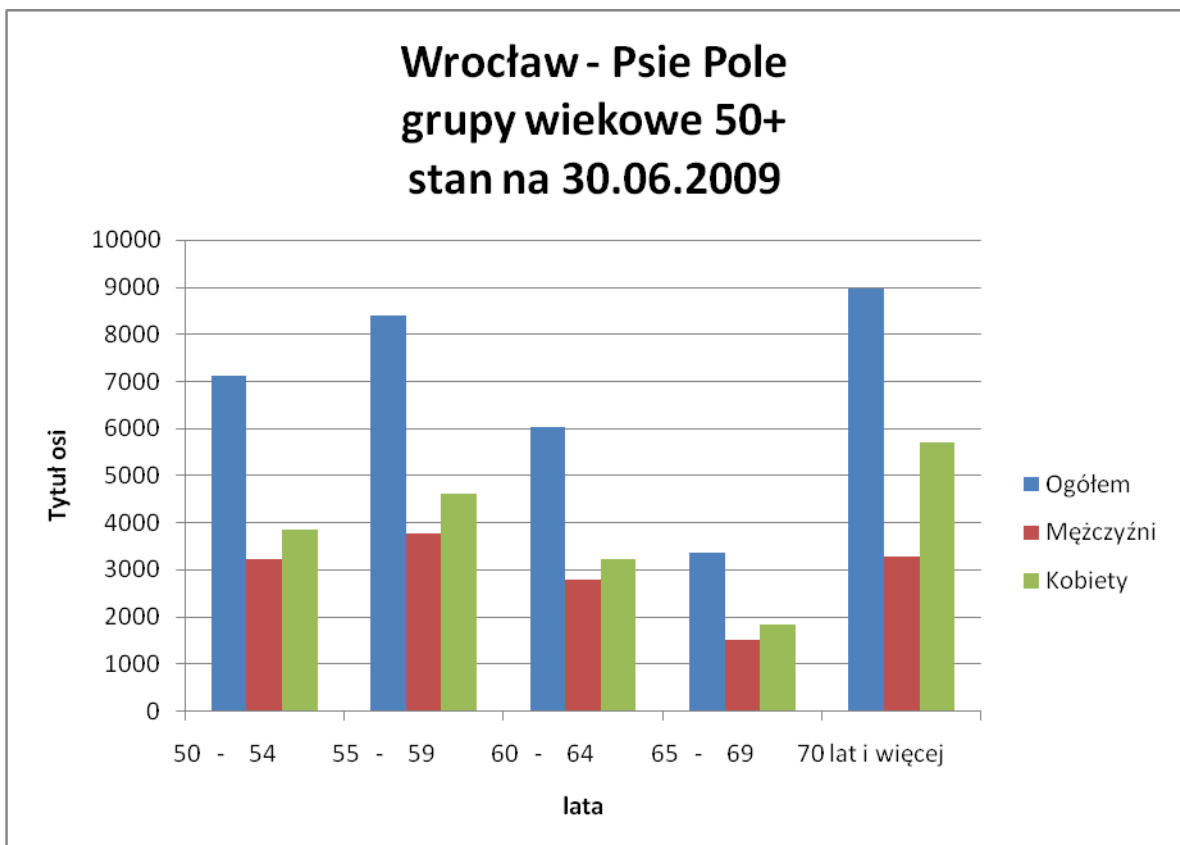
Wrocław - Fabryczna grupy wiekowe 50+ stan na 30.06.2009



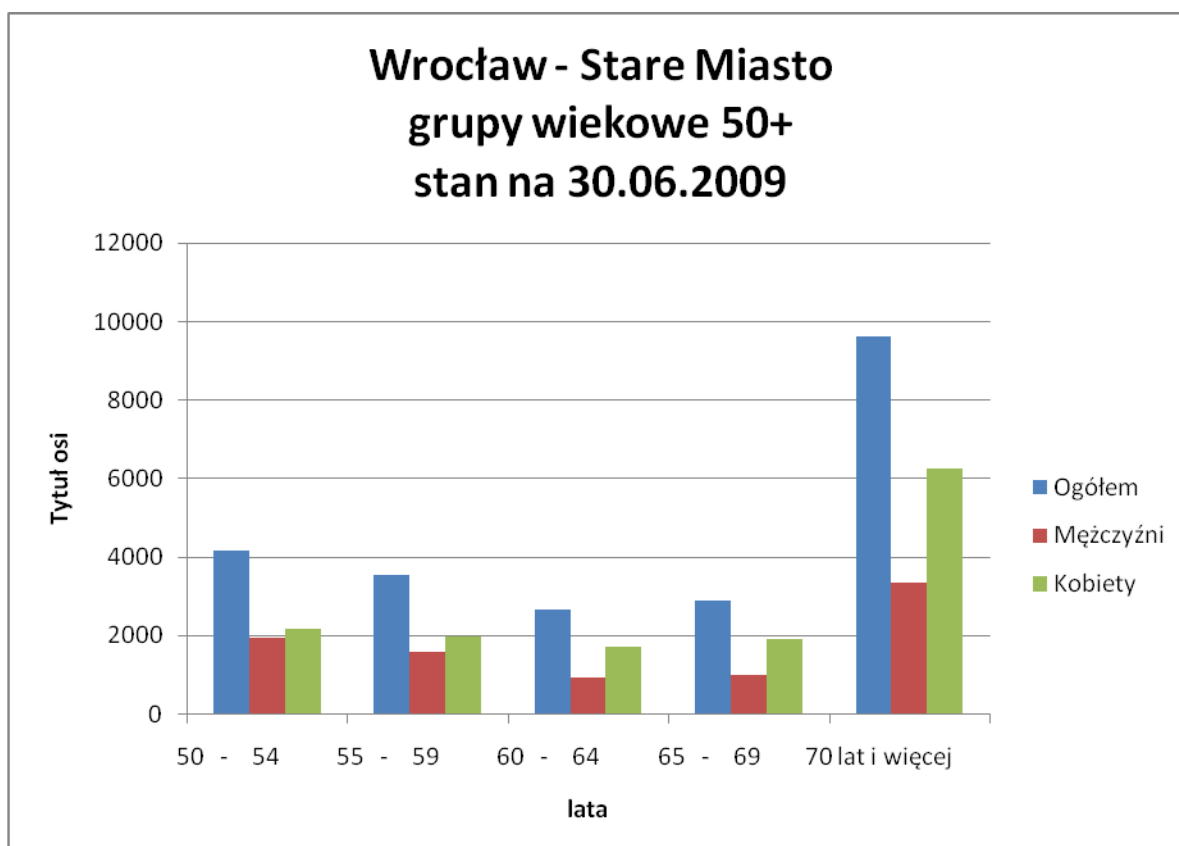
	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
Wrocław-Krzyki	165911	76775	89136
50 - 54	13326	6316	7010
55 - 59	12222	5510	6712
60 - 64	9030	3889	5141
65 - 69	6695	2613	4082
70 lat i więcej	20693	7440	13253
Razem 50+	61966	25768	36198



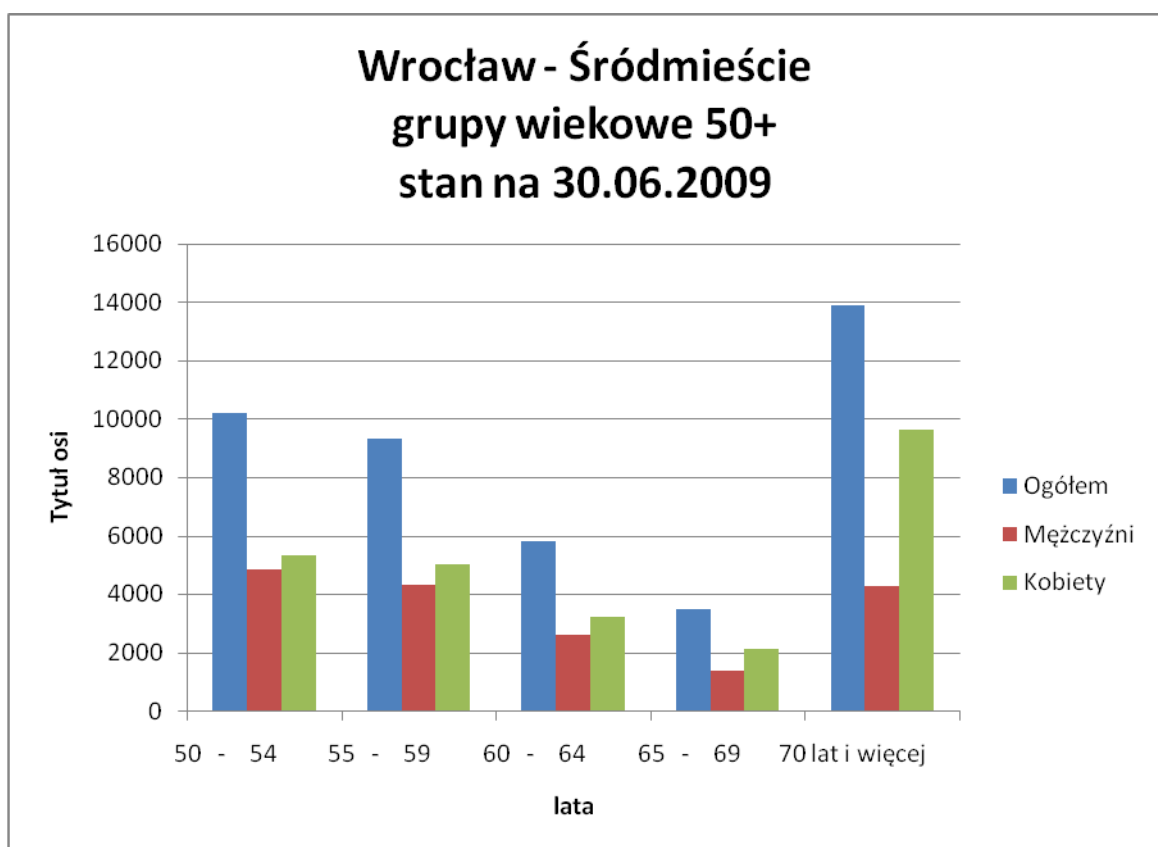
	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
Wrocław-Psie Pole	93613	44643	48970
50 - 54	7109	3242	3867
55 - 59	8393	3765	4628
60 - 64	6039	2812	3227
65 - 69	3373	1520	1853
70 lat i więcej	8974	3276	5698
Razem 50+	33888	14615	19273



	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
Wrocław-Stare Miasto	54306	24323	29983
50 - 54	4160	1963	2197
55 - 59	3567	1584	1983
60 - 64	2683	953	1730
65 - 69	2917	1004	1913
70 lat i więcej	9624	3364	6260
Razem 50+	22951	8868	14083



	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
Wrocław- Śródmieście	121152	56679	64473
50 - 54	10177	4842	5335
55 - 59	9319	4311	5008
60 - 64	5818	2607	3211
65 - 69	3481	1382	2099
70 lat i więcej	13890	4281	9609
Razem 50+	42685	17423	25262



Wrocław liczy 632 240 mieszkańców w tym 239 630 osób w wieku 50+ co stanowi 37,9% ogólnej liczby populacji (stan na 30 VI 2009). Jest to bardzo duża grupa ludzi o określonych z racji swego wieku potrzebach. Największy odsetek seniorów (liczony w stosunku do liczby mieszkańców danej dzielnicy) zamieszkuje w dzielnicy Stare Miasto – 42,2%, na drugim miejscu jest dzielnica Fabryczna z 39,6%. Natomiast najmniej seniorów (35,2%) mieszka w Śródmieściu.

W przedstawionych powyżej tabelach i wykresach wyraźnie widać liczebną przewagę kobiet w stosunku do mężczyzn. Zsumowana liczba kobiet powyżej 50 roku życia wynosi 139 793 tj. 58,3% ogółu populacji seniorów we Wrocławiu. Niestety trzeba stwierdzić, że seniorzy płci męskiej mało aktywnie uczestniczą we wszelkiego typu zajęciach organizowanych dla ludzi 50+ i należałoby przedsięwziąć środki aktywizujące tą część populacji.

Najmniej liczna jest grupa seniorów w wieku 65 – 69 lat co jest zrozumiałe, gdyż ludzie ci urodzili się podczas II Wojny Światowej. Ta smutna statystyka stanowi mocne ostrzeżenie dla całej ludzkości.

III. Potrzeby rozważanej grupy

Wymienione w naszym RAPORCIE potrzeby seniorów nie są wymyślonymi potrzebami roszczeniowymi tej grupy społecznej, doczekały się licznych naukowych opracowań. Dla przykładu przytoczmy wypowiedź współtwórcy i ordynatora Szpitala Geriatrycznego im. Jana Pawła II w Katowicach, dr Jarosława Derejczyka: „**Starzenie się jest procesem towarzyszącym nam od urodzenia.** U każdego człowieka przebiega inaczej. To jak będzie wyglądało, zależy właśnie od odziedziczonych chromosomów, środowiska w którym żyliśmy i żyjemy, trybu życia, posiadanych zasobów finansowych i przede wszystkim wiedzy”.

W grupie II turnusu po przedyskutowaniu wypracowano potrzeby dla osób w wieku 50+ omówione dalej.

III.1. Potrzeby opieki zdrowotnej i rehabilitacji

Osoby w wieku powyżej 50 lat chorują częściej niż ludzie młodszy w wieku produkcyjnym. Mają już przewlekłe schorzenia, dlatego też muszą częściej korzystać z opieki medycznej i rehabilitacji, dlatego trzeba by było:

- Utworzyć w każdej dzielnicy poradnię dla seniorów,
- Zwiększyć dostępność do badań profilaktycznych i diagnostycznych,

- Mammografia – umieścić w klubach seniora informacje o badaniach profilaktycznych,
- Diabetolog – bezpłatne badania poziomu cukru we krwi w każdej przychodni,
- Gastroenterolog – zwiększyć liczbę lekarzy, skrócić okres oczekiwania na wizytę,
- Reumatolog i ortopeda – zwiększyć dostępność do specjalistów,
- Endokrynolog – skrócić okres oczekiwania na wizytę,
- Geriatra - Utworzyć w każdej dzielnicy poradnie dla seniorów i zwiększyć dostępność do lekarzy geriatrów (obecnie we Wrocławiu jest tylko 5 geriatrów),
- Umożliwić wyjazdy do ośrodków rehabilitacji i sanatoriów raz na rok,
- Zwiększyć dostęp do rehabilitacji w ośrodkach miejscowych.

III.2. Potrzeby rozwoju intelektualnego i kulturalnego

W celu zapewnienia pokoleniu 50+ we Wrocławiu szans rozwoju intelektualnego i kulturalnego należy:

- tworzyć więcej programów aktywizujących grupę ludzi 50+ wykorzystując w znacznie większym stopniu (niż to jest obecnie) programy i fundusze unijne;
- w myśl zasady „sami wiemy, co dla nas najlepsze” zachęcać pokolenie 50+ do włączania się w dyskusje mające na celu poprawę ich jakości życia i funkcjonowania w nowoczesnym społeczeństwie;
- organizować i propagować spotkania różnych podmiotów publicznych z jak największą ilością ludzi z grupy 50+ we Wrocławiu;
- upowszechniać w świadomości pokolenia 50+ Uniwersytety Trzeciego Wieku a także rozszerzać i uatrakcyjnić ich ofertę programową;
- tworzyć i wspierać tworzenie bezpłatnych i tanich kursów dla grupy 50+ (hobbystyczne, komputerowe, językowe, kwalifikacyjne itp.);
- stworzyć Dolnośląski System Edukacji Ustawicznej dla osób 50+ pod kątem ich najpełniejszego rozwoju;
- tworzyć kolejne Kluby Seniora, a w tych, które istnieją popularyzować ich ofertę w najbliższej okolicy;
- nawiązywać współpracę międzypokoleniową poprzez organizowanie wspólnych imprez dla ludzi 50+ oraz ludzi młodych;
- organizować i popularyzować wśród pokolenia 50+ tanie wycieczki (wycieczki po Wrocławiu, popularyzujące nasz region, krajoznawcze i zagraniczne);
- organizować pokazy mody dla grupy społecznej 50+, a także doradztwo stylistów;
- udostępniać w większym zakresie niż to jest obecnie tańsze (znacząco) bilety na imprezy kulturalne (między innymi do kin, teatrów, filharmonii, opery i operetki, na koncerty, festiwale itp.);

- umożliwić zakup tańszych karnetów i biletów na baseny i do ośrodków sportowych;
- wdrożyć program: „pan i pani złota rączka” w każdym osiedlu,
- w sposób ciągły pozyskiwać darczyńców i sponsorów, którzy umożliwią poszerzenie bezpłatnej lub taniej oferty intelektualnej i kulturalnej dla pokolenia 50+ we Wrocławiu.

III.3. Potrzeby rekreacyjne i aktywności fizycznej

W celu zachowania jak najdłużej dobrego samopoczucia znaczna część grupy 50+ jest zainteresowana zdrowym i aktywnym stylem życia. Stąd ma różnorodne potrzeby rekreacyjne i chęć udziału we wszelakich formach aktywności adekwatnej do wieku a mianowicie:

- w gimnastyce leczniczej
- w gimnastyce rekreacyjnej
- w spacerach nordic walking
- w aqua aerobiku
- w pływaniu na basenie
- w korzystaniu z sauny
- w zabiegach w ośrodkach SPA Wellness
- w wycieczkach i pielgrzymkach autokarowych
- w krajoznawczych wycieczkach pieszych i rowerowych
- w wyjazdach rekreacyjnych i piknikach
- w wyjazdach na narty(zjazdowe i biegowe)
- w wyjściach na lodowisko
- w grach w szachy, brydża , boule i innych
- w graniu w tenisa ziemnego i stołowego
- w spotkaniach towarzysko-tanecznych
- w kibicowaniu na imprezach sportowych
- w innych ciekawych formach aktywności

Z uwagi na ograniczony budżet grupa ta jest zainteresowana cenami ulgowymi i promocyjnymi (np. w porze niskiego zainteresowania innych grup społecznych).



Każdy może być aktywny

III.4. Potrzeby możliwości zatrudnienia (różne formy w tym wolontariat)

Część grupy 50+ silnie odczuwa potrzebę zatrudnienia. Czasem z uwagi na sytuację finansową, a czasem z potrzeby bycia osobą czynną zawodowo. Są to niekiedy osoby pozbawione pracy wbrew własnej woli, wysłane na wcześniejsze emerytury i odczuwające wykluczenie z życia zawodowego.

Wielkim marnotrawstwem jest nie korzystanie z ogromnego doświadczenia i potencjału tych osób.

Dlatego ideałem byłoby zapewnienie możliwości podjęcia pracy zgodnie z kwalifikacjami chętnym osobom w wieku 50 +:

- a) na dotychczasowych stanowiskach (na część etatu, umowę-zlecenie lub umowę o dzieło)
- b) w innych całkiem nowych zawodach
- c) za granicą
- d) na zasadzie wolontariatu dla chętnych w różnych specjalnościach
- e) w formie działalności gospodarczej.



Seniorzy świetnie radzą sobie przy komputerach

W polskiej rzeczywistości dalsze zatrudnienie osób 50+ jest trudne do realizacji.

W innych krajach np. w Wielkiej Brytanii jest zatrudnionych wielu seniorów w charakterze opiekunek, bibliotekarzy, prezenterów telewizyjnych, obsługi sklepów itp.

U nas jest to rzadkością. Praca jest dla młodych i pięknych.

III.5. Potrzeby opiekuńcze

W grupie społecznej 50+ znajdują się także osoby o mniejszej mobilności, które nie mogą funkcjonować samodzielnie i wymagają w mniejszym lub większym stopniu usług opiekuńczych. W naszej tradycji przyjęte jest że opiekę sprawuje rodzina. Niestety obecnie rodzina nie zawsze jest w stanie podołać temu zadaniu.

Pomoc opiekuńcza może mieć również inne następujące formy:

- a) dochodząca opiekunka z MOPS lub wolontariuszka zapewniająca sprawy bytowe (zakupy, sprzątanie, przyrządzanie posiłków, pomoc w higienie osobistej i inne)
- b) w stanach ciężkich całodobowa opiekunka mieszkająca razem (z uwagi na wysokie koszty tego typu usług w Polsce nie jest to forma zbyt rozpowszechniona. W niektórych krajach jest to częściowo refundowane przez Fundusz Zdrowia lub opiekę społeczną)
- c) czasowy lub stały pobyt w Domu Opieki Społecznej:

- państwowym (bardzo długi okres oczekiwania)
 - prowadzonym przez organizacje kościelne i zakonne (wysokie opłaty)
 - prywatnym o wysokim standardzie ale bardzo kosztownym
- d) parogodzinny dzienny pobyt osoby w Ośrodku dla Seniora z zapewnieniem posiłku, transportu i programu.

Z uwagi na starzenie się społeczeństwa zapotrzebowanie na usługi opiekuńcze będzie narastało i wymaga lepszych rozwiązań systemowych.

III.6. Potrzeby prawne

W nowoczesnym, dość skomplikowanym społeczeństwie dostęp do informacji prawnych oraz pomoc w tworzeniu dokumentów prawnych ma kluczowe znaczenie.

W celu zapewnienia bezpieczeństwa prawnego grupie społecznej 50+ we Wrocławiu należy utworzyć **więcej punktów prawnych** (co najmniej po jednym w każdej dzielnicy), w których **będą udzielane bezpłatne porady prawne** dla wspomnianej wyżej grupy wiekowej w tym dla emerytów, rencistów oraz dla bezrobotnych.

Potrzeby grupy 50+ we Wrocławiu związane są z różnymi obszarami prawa, a w szczególności:

- prawa majątkowe (wszelkie sprawy związane z własnością, spadki, darowizny);
- prawa finansowe (podatki, różnego rodzaju kredyty, lokaty, umowy i kontakty z instytucjami finansowymi);
- prawa spółdzielcze (gdzie chodzi o wszystkie sprawy związane ze statusem mieszkaniowym);
- prawa konsumenckie (w szczególności ich szeroko pojęta ochrona);
- pozostałe rodzaje prawa cywilnego;
- prawo karne;
- inne związane z potrzebami indywidualnymi zakresy prawa.

IV. Obecna infrastruktura służąca zaspokojeniu wyżej wymienionych potrzeb

IV.1. Instytucje

- **Wrocławska Rada do Spraw Seniorów**

Członkowie Rady pełnią dyżury w siedzibie Wrocławskiego Centrum Seniora przy ul. Robotniczej 16 (adres tymczasowy). Na spotkania trzeba się umawiać telefonicznie: 71 772 49 13 lub mailem: rada.seniorow@um.wroc.pl lub wrs@um.wroc.pl

- **Wrocławskie Centrum Seniora**

Plac Dominikański 6 Wrocław
centrum.seniora@gmail.com
Tel. 71 344 44 44
<http://www.seniorzywroclaw.pl>

- **Uniwersytety trzeciego wieku**

- Wrocławski Uniwersytet Trzeciego Wieku
ul. Dawida 1, Wrocław
tel. +48 71 367 01 16, 367 20 01 w. 147
- Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Uniwersytecie Ekonomicznym
ul. Komandorska 118/120, Wrocław
tel. +48 71 368 09 16
- Dolnośląski Uniwersytet Trzeciego Wieku
ul. Wagonowa 9, Wrocław
+48 71 358 27 18
- Akademia Sztuki Trzeciego Wieku
ul. Robotnicza 36/38, Wrocław
tel. +48 71 792 08 51
tel. kom. +48 509 928 287
- Uniwersytet Otwarty Uniwersytet Trzeciego Wieku
ul. Chełmońskiego 37/41, Wrocław
tel. +48 71 320 57 34
- Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Papieskim Wydziale Teologicznym
ul. Katedralna 9, Wrocław
tel. kom. +48 664 083 529
- Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Akademii Wychowania Fizycznego
ul. Witelona 25a pok. 22, 51-617 Wrocław
tel. +48 71 3473193
e-mail: utw@awf.wroc.pl

- Uniwersytet Trzeciego Wieku "EDUKACJA"
ul. Krakowska 56-62, 50-425 Wrocław
tel. +48 71 377 21 28
e-mail: utw@edukacja.wroc.pl



Na wykładzie dr Marty Koszczyk z UTW przy AWF we Wrocławiu

- **Kluby seniora przy radach osiedli**

Nazwa Rady	adres rady/klubu seniora	telefon do rady osiedla	Koordynator
Gajowice	ul. Lwowska 43 53-515 Wrocław	71 361 18 49	Wiceprzewodniczący Zarządu Krzysztof Orlik 693 390 342
Gądów- Popowice Płd.	ul. Lotnicza 22 54-155 Wrocław	71 351 90 01	Przewodniczący Rady Andrzej Stupin
Grabiszyn- Grabiszynek	ul. Gen. Józefa Hallera 149 53-201 Wrocław Klub mieści się przy ul. Błacharskiej 12/1	71 360 11 17	Radna Maria Sereja 71 339 06 76 696 410 550
Kuźniki	ul. Sarbinowska 19-21 54-317 Wrocław		Przewodnicząca Zarządu Renata Sobczyńska-Baron 71 354 57 78
Kowale	ul. Kowalska 79 51-424 Wrocław	71 345 68 49	Przewodnicząca Zarządu Małgorzata Suwaj 663 514 264
Lipa Piotrowska	ul. Tymiankowa 3 51-180 Wrocław	71 346 20 80	Wiceprzewodnicząca Zarządu Aldona Lewicka

			71 346 22 37 504 651 337
Maślice	ul. Maślicka 37 54-107 Wrocław	71 354 18 09	Koordynator Irena Ćwiertnia 509 247 859
Nadodrże	ul. Rydygiera 43 50-248 Wrocław	71 796 42 21	Kierownik Klubu Joanna Dziedzic
Nowy Dwór	ul. Nowodworska 51/3 54-433 Wrocław Klub mieści się przy ul Zemska 38 A	71 784 44 48	Kierownik Klubu Jerzy Grzesiak
Oftaszyn	ul. Pszczelarska 7 52-210 Wrocław Klub mieści się przy ul. Gałczyńskiego 8 Wrocław	71 368 19 34	Przewodniczący Zarządu Ryszard Jarosławski 71 792 79 18
Oporów	ul. Wiejska 2/4 52-411 Wrocław	71 363 54 17	Przewodniczący Rady Sebastian Lorenc
Pracze Odrzańskie	ul. Stabłowicka 141 54-062 Wrocław	71 354 28 02	Skarbnik Rady Irena Kosiba 71 354 22 02
Stare Miasto	ul. Białokórnicza 17/18 50-134 Wrocław	71 343 65 39	Przewodniczący Rady Igor Wójcik 694 152 384
Świniary	ul. Pęgowska 14 51-180 Wrocław	71 346 28 10	Koordynator klubu Eugenia Mytnik

- **Kluby seniora przy parafiach**

Kluby Seniora przy Parafiach	Siedziba Klubu	Kontakt	Spotkania
KS "Integracja" przy parafii p.w. św. M. Kolbe	ul. Horbaczewskiego 20, Wrocław	502 765 302	pierwszy i ostatni wtorek m-ca: 16:00-18:00
KS przy parafii p.w. Ducha Świętego	ul. Bardzka 2/4, Wrocław	71 311 63 50, 793 93 68 11 71 785 97 88	poniedziałek, środa: 16:00
KS przy parafii p.w. Matki Bożej Pocieszenia	ul. Wittiga 10, Wrocław	71 348 07 23, 601 300 466, 71 348 20 22	środa, czwartek: 16:30-18:00, niedziela: 10:30-13:00
KS przy parafii p.w. św. Stanisława, Doroty, Wacława	pl. Wolności 3, Wrocław	71 343 27 21, 505 696 494	poniedziałek-piątek: 16:00

KS przy parafii p.w. św. Jadwigi Śląskiej	ul. Wolska 6, Wrocław - Leśnica	71 349 39 30, 71 349 38 66	środa: 19:00
KS przy parafii p.w. Jakuba i Krzysztofa	ul. B. Krzywoustego 291, Wrocław	609 061 355, 071 345 78 13	czwartek: 10:00-12:00, sobota, niedziela: 16:00-18:00
KS przy parafii p.w. św. Elżbiety	ul. Grabiszyńska 103, Wrocław	71 785 93 38, 71 783 55 44, 71 783 37 94	czwartek:16:00
KS przy parafii p.w. Matki Bożej Różańcowej	ul. Wielkopolska 3-5, Wrocław	71 349 43 69, 609 0604 75	środa: 18:30
KS przy parafii p.w. św. Andrzeja Apostoła	ul. Boguszowska 84, Wrocław	609 998 200	czwartek: 16:00-18:00
KS przy parafii p.w. Najświętszej Marii Panny Królowej Polski	ul. Jerzmanowska 85, 54-530 Wrocław	516 242 060	środa: 18:30
KS przy parafii p.w. św. Najświętszego Serca Pana Jezusa	ul. Barwinkowa 11, Wrocław/ spotkania KS: SP 39	71 330 40 99, 505 51 66 22	wtorek: 17:00
KS przy parafii p.w. św. Matki Bożej Częstochowskiej	ul. Kochanowskiego 11, Wrocław	71 348 22 24, 71 348 08 10	poniedziałek, czwartek: 16:00-18:00
Klub Pogodnego Seniora przy parafii p.w. Chrystusa Króla	ul. Zachodnia 2, Wrocław	795 538 776, 71 355 37 97, 694 924 860	wtorek: 10:00
KS przy parafii p.w. św. Kazimierza	ul Litewska 1, Wrocław	504 751 656, 71/ 330 57 40	czwartek:16:00

- **Kluby seniora prowadzone przez organizacje pozarządowe**

Nazwa klubu	Siedziba	Kontakt	Spotkania
KS przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej	ul. Dubois 11/13, Wrocław	71 328 70 73	poniedziałek, czwartek: 17:00
KS przy Demokratycznej Unii Kobiet-Klub Wrocławski	ul. Ofiar Oświęcimskich 17, Wrocław	71 341 71 43, 71 343 47 29	środa: 14:00-16:00
KS przy Fundacji "Strachota" we Wrocławiu	ul. Swojczycka 118, Wrocław	502 063 897, 601 963 827	wtorek: 17:00
KS przy Stowarzyszeniu "Życ Inaczej"	ul. Kamieńskiego 10b, Wrocław	71 327 66 64	poniedziałek, czwartek: 10:00-12:00
KS przy Unii Ewangelikalnej w RP	ul. Św. Jadwigi 12, Wrocław	71 346 99 16, 502 461 026	soboty, co dwa tygodnie
KS przy Stowarzyszeniu Greków w	ul. Ruska 46,	71 347 65 68	poniedziałek-

Polsce "Odysseas"	Wrocław		piątek: 11:00-14:00, sobota: 12:00-14:00
KS przy Dolnośląskim Związku Organizacji Pozarządowych "WROS"	ul. Rybnicka 39, Wrocław	71 341 71 43	
Klub Inteligencji Katolickiej	pl. Strzelecki 22, Wrocław	71 328 86 16	poniedziałek- piątek: 15:00-18:00
Stowarzyszenie Ludzi Wieku Senioralnego	ul. Benedyktyńska 12, Wrocław	502 705 161	wtorki, środy
KS "Księżę" przy Tow. Ziemi Książkiej	ul. Opolska 77/1, Wrocław	71 340 05 40	środa: 17;00
KS przy Fundacji "Polskie Gniazdo"	ul. Prądyńskiego 26b, Wrocław	71 341 53 91	
KS przy Fundacji "Sancta Familia"	ul. Monte Casino 68, Wrocław	71 348 20 00, 71 348 32 30	poniedziałek, piątek: 10:00
Stowarzyszenie Pomocy "Larum"	ul. Piastowska 26c, Wrocław	71 328 43 94, 71 787 85 13	sobota: 15:00-18:00
KS przy Towarzystwie Edukacji Otwartej DK Bakara	ul. Różana 4/6, Wrocław	508 205 978, 509 928 287, 71 363 24 55	poniedziałek: 16:00-17:00, wtorek:16:00-19:00 środa: 12:00-15:00
Klub Złotego Wieku przy Ośrodku Działań Twórczych „Światowid”	ul. Sempołowskiej 54a, Wrocław	71 348 30 10, 71/ 348 30 19, 71/ 348 16 99	środa:16:30-20:30
KS przy Europejskim Centrum Rozwoju i Wsparcia "Azyl"	ul. Jedności Narodowej 119/9, Wrocław	71 322 87 27	
Klub Aktywnego Seniora przy Stowarzyszeniu Promocji Sportu FAN	ul. Św. Jadwigi 12, Wrocław	508 918 428	
KS przy Stowarzyszeniu p.w. Matki Bożej Nieustającej Pomocy "Przyjaciele Seniorów"	ul. Stalowa 64, Wrocław	604 390 544, 608 783 608	poniedziałek-piątek

- **Pozostałe Kluby Seniora**

Klub	Siedziba	Kontakt	Spotkania
KS przy Ośrodku Opiekuńczo - Adaptacyjnym MOPS	ul. Ciepła 15 b, Wrocław	71/ 367 44 12	poniedziałki, środy: 14:00 oraz spotkania sekcji tematycznych
KS przy Polskim Związku Głuchoniewidomych	ul Grunwaldzka 12b, Wrocław	71 348 40 03, 71 321 32 02	pierwszy wtorek m- ca: 10:00

Klub Seniora przy Dolnośląskiej Izbie Aptekarskiej	ul. Matejki 6, Wrocław	71 338 17 40	ostatni wtorek m-ca: 12:00-14:00
Koło Emerytów i Rencistów Politechniki Wrocławskiej	ul. Wybrzeże Wyspiańskiego 27, Wrocław	71 320 38 41	codziennie:8:00-15:00
KS przy Ośrodku Działań Społeczno-Kulturalnych "Piaśt"	ul. Rękodzielnicza 1, Wrocław	604 163 579, 71 353 68 23	środa:10:00-12:00, niedziela: 16:00
KS przy Osiedlowym Klubie "Polanka"	ul. Żmigrodzka 56, Wrocław	694 333 914, 71/ 352 44 30	
KS przy Świątowym Związku Żołnierzy Armii Krajowej	pl. Solny 14a, Wrocław	71/ 344 61 61	poniedziałek-piątek: 10:00-13:00
KS przy PZERiI	ul. Podwale 14, Wrocław	71/ 359 02 38	poniedziałek-czwartek: 09:00
Sekretariat NSZZ Solidarność Emerytów i Rencistów Dolny Śląsk	pl. Solidarności 1/3/5, Wrocław	71/ 781 01 62	dyżur codziennie 10:00-13:00, spotkania II-IV środa m-ca: 10:00

• **Miejsca przyjazne seniorom**

Dzienny Dom Pomocy społecznej	ul. Kościuszki 67	71/ 341 90 32
Dzienny Dom Pomocy społecznej	ul. Skwierzyńska 23	71/ 361 23 11
Dzienny Dom Pomocy społecznej	Komuny Paryskiej 11	71/ 343 25 30
Dzienny Dom Pomocy społecznej	ul. Żeromskiego 37	71/ 321 47 48
Klub Seniora działający przy Stowarzyszeniu „Żyć Inaczej”	ul . Kamieńskiego 10B	71/ 327 66 64
Stowarzyszenie pod wezwaniem Matki Boże Nieustającej Pomocy „Przyjaciele Seniorów”	ul. Kraszewskiego 2	71/ 329 30 44

oraz:

– Filie Miejskiej Biblioteki Publicznej:

- ✓ - Filia nr 1, ul. Sztabowa 98,
- ✓ - Filia nr 6 ul. Lwowska 21,
- ✓ - Filia nr 10 ul. Jelenia 7,
- ✓ - Filia nr 23 ul. Bulwar Ikarą 29- 31,
- ✓ - Filia nr 34 ul. Wyszyńskiego 75,
- ✓ - Filia nr 17 ul. Gałczyńskiego 8,
- ✓ - Filia nr 22 -ul. Chociebuska 8-10,
- ✓ - Filia nr 57, ul Szewska

- Szkoła Podstawowa nr 34 ul. Gałczyńskiego 8,
- Sklep MegaSenior s.c. ul. Szczytnicka 40/1a
- Piekarnia "Stanisław Kibało", ul. Średzka 28
- Centrum Kultury ZAMEK, pl. Świętojański 1
- Stowarzyszenie Ludzi Wieku Senioralnego, ul. Górnickiego 37a
- Młodzieżowy Dom Kultury Fabryczna, u; Zemska 16a
- Piekarnia "Pączus" - na wniosek Stowarzyszenia Ludzi Wieku Senioralnego
- Szkoła Podstawowa nr 113 - na wniosek Klubu Seniora Nowy Dwór
- Szkoła Podstawowa nr 68 - na wniosek Koła nr 4 PZERiI
- Szkoła Podstawowa nr 23 - na wniosek Klubu Aktywnych Kobiet
- Ośrodek Działań Twórczych "Światowid"- na wniosek ODT "Światowid"
- Piekarnia "Pod Zamkiem" na wniosek Klubu Seniora Nowy Dwór
- Firma telefoniczna DIALOG - na wniosek Stowarzyszenia Ludzi Wieku Senioralnego

• **Zajęcia dodatkowe dla Seniorów przy Miejskiej Bibliotece Publicznej we Wrocławiu i Centrach Kultury**

Miejsce	Adres	Kontakt	Forma
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 1	ul. Sztabowa 98, Wrocław	71/ 364 69 69	
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 2	ul. Eluarda 51-55, Wrocław	71/ 354 72 71	kurs komputerowy - środa: 10:00-12:00
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 3	ul. Morelowskiego 43, Wrocław	71/ 347 12 78	
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 6	ul. Lwowska 21, Wrocław	71/ 364 69 65	kurs komputerowy - informacja w bibliotece
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 10	ul. Jelenia 6, Wrocław	71/ 752 16 65	
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 22	ul. Chociebuska 8-10, Wrocław	71/ 354 72 67	kurs komputerowy - informacja w bibliotece
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 23	ul. Bulwar Ikaru 29-31, Wrocław	71/ 354 72 63	
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 34	ul. Wyszyńskiego 75, Wrocław	71/ 326 60 60	kurs komputerowy, Dyskusyjny Klub Książki - informacja w bibliotece
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 44	ul. Powstańców Śl. 210, Wrocław	71/ 347 12 60	kurs komputerowy - informacja w bibliotece, Dyskusyjny Klub Książki - pierwszy i trzeci piątek m-ca
Miejska Biblioteka Publiczna Filia nr 62	ul. Sycowska 22, Wrocław	71/ 347 12 71	kurs komputerowy - informacja w bibliotece
Centrum Kultury Wrocław - Zachód	ul. Chociebuska 4-6, Wrocław	71/ 354 46 60, 71/ 353 96 94	zajęcia chóru, gimnastyka umysłu, muzykoterapia,



Seniorzy poligłoci

- **Domy pomocy społecznej**

DPS	Kaletnicza 8	71/ 346 27 23
DPS	Karmelkowa 25/27	71/ 363 46 09
DPS	Mączna 3	71/ 351 20 20
DPS	Rędzińska 66/68	71/ 354 12 24

IV.2. Organizacje pozarządowe

Poniżej prezentujemy wybrane organizacje pozarządowe we Wrocławiu działające na rzecz seniorów:

- Fundacja Punkt Widzenia
Numer KRS: 0000357566
- Fundacja Sztafeta Pokoleń
Numer KRS: 0000363517
- Fundacja Aktywny Senior - Wrocław
Numer KRS: 0000359001
- Fundacja Imago - Wrocław
Numer KRS: 0000321082

- Manufaktura Inicjatyw Obywatelskich - Wrocław
Numer KRS: 0000360603
- Ogólnopolskie Zrzeszenie Emerytów i Rencistów Służb Mundurowych
-Wrocław
Numer KRS: 0000336615
- Wrocławska Międzyuczelniana Fundacja "Pro Homine" na Rzecz Emerytów i
Osób Niepełnosprawnych – Wrocław
Numer KRS: 0000122589
- Stowarzyszenie pod wezwaniem Matki Bożej Nieustającej Pomocy "Przyjaciele
Seniorów" - Wrocław
Numer KRS: 0000038831
- Stowarzyszenie Samopomocowej Życzliwości Osób Niepełnosprawnych
i Emerytów - Wrocław
- Dolnośląskie Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów - Wrocław
Numer KRS: 0000308846
- Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Osób Niepełnosprawnych "Erion"
Wrocław
Numer KRS: 0000231574
- Stowarzyszenie Ludzi Wieku Senioralnego - Wrocław
Numer KRS: 0000168220
- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów - Koło nr 1 - Wrocław
- Stowarzyszenie Działkowców Pracowników i Emerytów Leśnictwa "Rodzina
Leśna" we Wrocławiu - Wrocław
Numer KRS: 0000052295
- Związek Emerytów i Rencistów Pożarnictwa Rzeczypospolitej Polskiej
Dolnośląski Zarząd Wojewódzki - Wrocław

Numer KRS: 0000110081

- Klub Seniora Judo we Wrocławiu - Wrocław
Numer KRS: 0000242532
- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów - Zarząd Rejonowy
Fabryczna - Wrocław
- Ogólnopolskie Stowarzyszenie Osób w Wieku Przedemerytalnym Oddział
Dolnośląski we Wrocławiu – Wrocław
- Stowarzyszenie „Nowa Rodzina”

IV.3. Prasa

Artykuły i publikacje w prasie lokalnej zajmujące się zagadnieniami seniorów można znaleźć między innymi w takich czasopismach jak: Gazeta Wyborcza, Gazeta Wrocławska (środkowy dodatek) i Kwartalniku Wrocławski Senior.

- **Gazeta Wyborcza (środkowy dodatek „Lata Lecą”)**
pl. Solny 2/3
50 – 060 Wrocław
tel. (71) 37 17 292
e-mail: listy@wroclaw.agora.pl
- **Polska Gazeta Wrocławska (codziennie strona „Nasze sprawy 50+”, środkowy dodatek „50+ tygodnik pracownika, emeryta, rencisty”)**
ul. Strzegomska 42a
53 – 611 Wrocław
tel. (71) 374 81 51
e-mail: redakcja@gazeta.wroc.pl
- **Kwartalnik Wrocławski Senior**
ul. Energetyczna 14
53 – 330 Wrocław
tel. (71) 79 11 362
e-mail: wroclawianin@wroclawianin.pl

IV.4. Adresy internetowe ciekawe dla seniorów

Na stronach **WWW** można znaleźć wiele przydatnych informacji. Wystarczy w wyszukiwarce np. Google, Onet czy Yahoo wpisać hasło „seniorzy we Wrocławiu”, a już mamy całą masę stron internetowych.

Najciekawsze i naszym zdaniem najlepiej opracowane prezentujemy poniżej.

1) www.seniorzywroclaw.pl

Po wpisaniu tego adresu znajdziemy się na stronie Wrocławskiego Centrum Seniora. WCS jest działem Centrum Informacji i Rozwoju Społecznego (CIRS).

Zaraz pod pierwszym banerem znajdują się 4 zakładki, do których można wejść bezpośrednio klikając na stronie lub podając w wyszukiwarce osobny adres internetowy (zob. podpunkty).



1.a) RADA DS. SENIORÓW – zakładka, w której znajdziemy informacje o radzie, która powstała w grudniu 2009 i o tym czym się zajmuje.

1.b) SENIOR SZTUKA – znajdziemy tu informacje o spektaklach premierowych w Operze Wrocławskiej (łącznie z cenami biletów dla seniorów) i innych aktualnych imprezach.

Po lewej stronie są takie działy jak:

- Poezja
- Proza
- Fotografika
- Malarstwo
- Cepelia

1.c) SENIOR INFO - www.infosenior.pl

Po lewej stronie znajdziemy „Main Menu” czyli główną listę tej zakładki, a w niej:

- Wiadomości
- Pogoda
- Sport
- Zdrowie
- Kultura
- Turystyka
- Technika
- Finanse
- Historia

1.d) OPIEKA INFO – www.serwisopiekunczy.pl

W zakładce tematyka związana z medycyną, porady (lekarskie, pielęgnacyjne, rehabilitacyjne, dietetyczne), pomoc społeczna, ochrona zdrowia, informacje o całodobowych dyżurach aptek, szpitali, duża baza przydatnych i ważnych telefonów.

Po prawej stronie portalu Wrocławskiego Centrum Seniora są działy:

- **O nas** (mapa dojazdu do WCS, telefony)
- **Nasze programy** (np. kursy komputerowe, Latająca Akademia Seniora itp.)
- **Vademecum Seniora** (Kluby Seniora, Uniwersytety III wieku, ważne telefony, wolontariat, poradnictwo)
- **Media**

Zatem serwis *seniorzywroclaw.pl* jest bardzo rozbudowany z dużą ilością informacji, adresów i telefonów przydatnych zwłaszcza wrocławskim seniorom.

2) www.senior.pl



W serwisie *senior.pl* oprócz działów wyszczególnionych na głównym banerze po lewej stronie znajdziemy zakładkę „**Na skróty**”, a w niej takie tematy jak:

- Choroby
- Emerytura
- eSenior
- Kosmetyki
- Kultura
- Leki
- Ludzie
- Opieka
- Pasje
- Związki

3) www.seniorzy.pl



Portal *Seniorzy.pl* pisze o „dobrych stronach życia seniora”. Na uwagę zasługuje dział „**W księgarni**” i **Kunegunda**, który jest pamiętnikiem opisującym różne aspekty z życia seniorów (np. Seks surowo wzbroniony po sześćdziesiątce:?).

4) www.starszakiplus.pl

StarszakiPlus.pl

portal dla generacji 50+

Ciesz się życiem!



Twórcy tego portalu tak opisują swój serwis:

Starszakiplus.pl jest portalem dla aktywnych internautów generacji 50+. Jest to miejsce spotkań i nawiązywania kontaktów, dzielenia się doświadczeniami i wrażeniami, przekazywania ważnych i pożytecznych informacji, inspirujących porad, wspaniałych przepisów kulinarnych i ciekawostek z kraju i ze świata.

Zapraszamy Was wszystkich do współtworzenia tego portalu, pokażcie innym Starszacom swoje albumy ze zdjęciami, opowiedzcie o swoich podróżach, o zbieraniu grzybów i łowieniu ryb. Opowiedzcie o swoim psie, gdzie jeździcie na rowerze i jak Wam się podobał ostatni wykład na Uniwersytecie Trzeciego Wieku.

W zakładkach dodatkowo pojawia się tutaj Forum, E-kartki, Książka kucharska.

5) www.bycseniorem.pl



Założyciele tego serwisu tak go opisują:

„W serwisie publikowane są najświeższe informacje o życiu, zdrowiu seniora, ubezpieczeniach, wydarzeniach i wielu innych dziedzinach życia seniora. Dzięki nam odwiedzisz ciekawe miejsca w Polsce i za granicą”

6) www.happysenior.pl



W serwisie *HappySenior.pl* są podobne działy tematyczne jak w poprzednich portalach; jako novum znalazło się tutaj Winiarstwo.

7) www.wroclaw.pl



Jest to portal informacyjny miasta Wrocławia. Zawiera odnośniki do stron i do wrocławskich instytucji poświęconych seniorom. Znajdują się one w sekcji „wrocławianie” w pozycji „seniorzy” (prawa kolumna strony głównej).

8) www.as.sektor3.wroclaw.pl

Jest to bardzo ciekawy wrocławski portal fundacji Aktywny Senior. Zawiera informacje o tym co dzieje się we Wrocławiu, jak np. Dni Seniora, Targi senioralne, Forum Klubów Seniora, spotkania we Wrocławskim Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych Sektor 3. W serwisie można też skorzystać z porad komputerowych.

Jak znaleźć więcej informacji i stron poświęconych seniorom?

Aby to zrobić trzeba w wyszukiwarce (np. Google) wpisać odpowiednie frazy, np.:

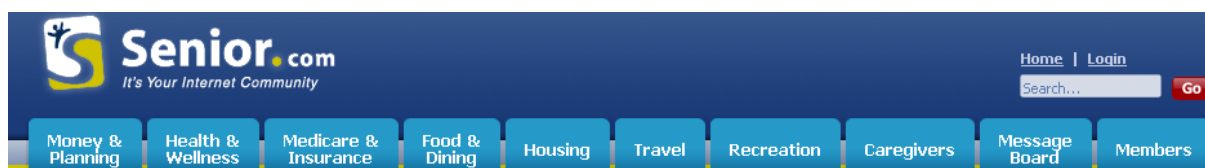
- domy opieki we Wrocławiu
- hospicja Wrocław
- 50+ lub 50 plus
- kluby seniora w Krakowie

Adresy internetowe z innych krajów

Na stronach internetowych można znaleźć również strony dotyczące seniorów w innych krajach. Większość z tych stron zawiera tłumaczenia na język polski.

Poniżej prezentujemy przykładowe, naszym zdaniem ciekawie prowadzone strony w języku angielskim z Kanady, USA i Wielkiej Brytanii.

1) www.senior.com



Strona zawiera zakładki dotyczące: planowania finansów, zdrowia i dobrego samopoczucia, opieki medycznej i ubezpieczeń, zdrowego odżywiania, prowadzenia domu, podróży, rekreacji, forum wymiany informacji oraz zarejestrowanych członków.

2) www.suddenlysenior.com

Suddenly Senior

A place for everyone who's
become senior before their time.



Jest to specjalny portal dla ludzi, którzy nagle utracili pracę przed osiągnięciem wieku emerytalnego. Zawiera między innymi zestawienie 222 linków do najlepszych miejsc dla seniora. Linki są codziennie aktualizowane. W portalu jest dużo do poczytania a nawet dział randkowy.

3) www.usa.gov/Topics/Seniors.shtml



Senior Citizens' Resources

Official information and services from the U.S. government

Portal rządu USA. Zawiera oficjalne informacje i serwisy dotyczące seniorów, szeroki wachlarz tematyczny, linki do wielu organizacji, programów, grantów etc.

4) www.seniority.co.uk



Na głównym banerze portalu *Seniority.co.uk* akcja charytatywna: „**Możesz odmienić ich życie jeśli klikniesz tutaj!**”! Tematyka podobna do innych portali. Pojawiła się zakładka „Shopping” (Zakupy).

5) www.seniorcitizensmagazine.com



W tym serwisie zakładki są o podobnej tematyce jak poprzednio.

6) www.seniors.lovetoknow.com



Obszerny dział poświęcony seniorom.

7) www.thebigproject.co.uk/links_seniors

Portal stworzony po to, aby ułatwić seniorom wyszukiwanie przydatnych i ciekawych informacji. Zawiera wyłącznie odwołania do stron internetowych.

- [Seniority.co.uk](#) Interactive community for over-fifties in the UK
- [2young2retire.com](#) Active retirement resources
- [SilverSurfers.net](#) Directory of we sites of interest to over 50's
- [Parity.uk.com](#) Campaigning for equal pension rights for UK men and women
- [AgePositive.gov.uk](#) Age Positive - UK Government site to help employers end age discrimination
- [IDF50.co.uk](#) 'I Don't Feel 50'
- [60 plus.org](#)
- [Saga.co.uk](#) Travel, health and insurance
- [Seniors-Site.com](#) For senior citizens and their caregivers
- [Mature Tymes.co.uk](#)
- [Retire Early Home Page.com](#) Online magazine with retirement planning advice
- [50Connect.co.uk](#) Portal site for the over 50s
- [Senior Net.com](#) Provides nonprofit computer and Internet education for older adults and seniors
- [ServicePals.com](#) For ex-servicemen and women from the RAF, Army and Royal Navy to find ex-colleagues
- [CAADE.net](#) Campaign Against Age Discrimination in Employment - UK organization campaigning for the rights of older workers, particularly in the area of 'age discrimination in employment'
- [EurolinkAge.org](#) Eurolink Age - network of organisations and individuals that promotes good policy and practice on ageing in the interests of older people in the European Union
- [Retirement-Matters.co.uk](#) UK site for retirement related products, services and
- [ARP050.org.uk](#) Leading social and campaigning membership organisation for seniors
- [go60.com](#) Website devoted to 'helping seniors improve with age'
- [VolWork.org.uk](#) Voluntary jobs for experienced managers and professionals
- [BBC.co.uk/england/meetagain/](#) Helping ex-service personnel to get in touch
- [TUC.org.uk/equality](#) TUC campaign against discrimination at work and in wider society, including age discrimination
- [europa.eu.int/.../](#) EU legislation on age discrimination
- [SeniorsSearch.com](#) Search directory exclusively for the over 50 age group
- [Care Homes.co.uk](#) UK Guide to nursing homes

V. Co można jeszcze zrobić dla polepszenia jakości życia osób 50+

V.1. Problemy finansowe grupy 50+

Ten problem znany jest od dawna. Postulujemy zniesienie podatku od rent i emerytur przynajmniej dla osób otrzymujących emerytury poniżej średniej krajowej. Emeryt musi utrzymać się, kupić leki, opłacić przejazdy, opłacić rachunki. Emerytura często nie pozwala na podstawową egzystencję.

Uważamy, że sprawa jest pilna i wymaga natychmiastowego rozwiązania.

V.2. Potrzeba stworzenia Platformy Informacyjnej dostępnej dla seniorów

Z powyższego raportu wynika że we Wrocławiu wiele się już dzieje. Obecna infrastruktura służąca zaspokojeniu potrzeb ludzi w wieku senioralnym jest omówiona w rozdziale IV.

- wiele organizacji pozarządowych w tym fundacji i stowarzyszeń zajmuje się sprawami seniorów. Powstały liczne kluby seniora, uniwersytety trzeciego wieku, miejsca przyjazne seniorom jak szkoły, sklepy, restauracje, piekarnie,
- wydawane są gazety dla seniorów lub specjalne dodatki senioralne do codziennej prasy,
- szereg przychodni organizuje spontaniczne akcje bezpłatnych badań i szczepień dla seniora,
- różne instytucje organizują wiele kursów różnego rodzaju (np. komputerowe), treningi (np. samorozwoju, asertywności itd.) i imprez,
- działa obecnie dużo stron internetowych poświęconych sprawom seniorów; w raporcie przytoczone zostały też adresy paru zagranicznych stron tego typu.

Nie zawsze natomiast jest dobrze z informacją na te tematy, nie zawsze dociera ona łatwo do seniora, dużo wiadomości przekazywanych jest „poczta pantoflową”, jest

duży szum informacyjny. Przydałoby się stworzenie jednej Platformy Informacyjnej, w której senior mógłby znaleźć potrzebne mu informacje.

Nie można nie wspomnieć w tym miejscu, że taką rolę zaczyna ostatnio we Wrocławiu spełniać Wrocławskie Centrum Seniora usytuowane przy Centrum Informacji i Rozwoju Społecznego. Powstał tam nawet telefon zwany Telefonem Seniora : (71) 344 44 44. Taki telefon jest bardzo potrzebny dla grupy starszych, mniej mobilnych czy wręcz chorych, samotnych seniorów. Ale jeszcze niestety nie wszystkie informacje interesujące seniorów docierają tam z całego Wrocławia.



Współpraca międzypokoleniowa

VI. Podsumowanie

W ramach II turnusu projektu *Babie Lato we Wrocławiu – Centra Aktywizacji Lokalnej* grupa seniorów na zajęciach *Wolontariat 50+*. Animator społeczności lokalnych samodzielnie opracowała raport o potrzebach osób powyżej 50 roku życia.

Światowe dane statystyczne podają, że w 2006 r. liczba osób w wieku 60+ wynosiła 650 milionów a w 2025 ma wynosić 1,2 miliarda. Ze wzrostem populacji osób starszych zwiększa się też odsetek osób w wieku sędziwym tj. powyżej 75 roku życia. Zjawisko to nazwano „siwieniem społeczeństwa”. Konsekwencją tych zmian demograficznych jest a będzie jeszcze bardziej większa częstość występowania chorób typowych dla wieku starszego o ile nie będzie się temu aktywnie przeciwdziało.

Widać z naszego raportu, że seniorzy są świadomi swego wieku, związanych z tym problemów zdrowotnych (i nie tylko zdrowotnych). Współcześni ludzie 50+, szczególnie ta ich część młodsza, bardziej mobilna chce być jak najdłużej aktywna i przydatna dla swojej rodziny i społeczeństwa. Bardziej przedsiębiorczy uczestniczą w różnego typu zajęciach (Uniwersytety III wieku, różne kursy, szkolenia, imprezy, zajęcia rekreacyjno-sportowo-turystyczne itd.) Sami seniorzy też potrafią się dobrze organizować. Jednak aby ta grupa społeczna mogła się dynamicznie dalej rozwijać i jeszcze lepiej funkcjonować niezbędna jest pomoc odpowiednich struktur władzy lokalnej i innych organizacji. W raporcie wypunktowano szereg takich potrzeb, których realizacja wymaga takiego wsparcia.

Znacznie gorsza natomiast jest sytuacja ludzi starszych mniej mobilnych, często bardzo schorowanych. Struktura rodzinna wielopokoleniowa uległa rozpadowi związku z czym ludzie ci często mieszkają teraz samotnie, szczególnie po śmierci współmałżonka (czekając np. na terenie Wrocławia ok. 2-3 lata na miejsce w Domu Opieki Społecznej). Zapewnienie im kompleksowej opieki stanowi duże wyzwanie zwłaszcza dla władz lokalnych.

Konkluzją tego podsumowania mogą być sentencje:

Nikt z nas nie jest nieśmiertelny i nikogo nie ominie proces starzenia, jeżeli dożyje określonego wieku.

Lepszy senior zdrowy niż chory, a jeszcze lepszy senior zdrowy i aktywny.



Uczestnicy II turnusu projektu Babie Lato we Wrocławiu – CAL Fabryczna