

STRATEGIA POLITYKI SENIORALNEJ W CIECHANOWIE NA LATA 2024-2028

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

SPIS TREŚCI

WSTĘP.....	3
ZAŁOŻENIA PROGRAMU I PROGNOZA ZMIAN W ZAKRESIE OBJĘTYM POLITYKĄ SENIORALNĄ	4
ADRESACI PROGRAMU	5
PODSTAWA PRAWNA	5
STRUKTURA DEMOGRAFICZNA SENIORÓW	6
JEDNOSTKI ORGANIZACYJNE W GMINIE MIEJSKIEJ CIECHANÓW	8
POMOC SPOŁECZNA.....	8
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ciechanowie	8
Dzienny Dom „Senior+”	9
Programu Wieloletniego „Senior+”	10
Program Opieka 75+ - edycja 2022.....	10
Program „Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej” - edycja 2022.....	10
Domy pomocy społecznej	11
Usługi opiekuńcze	11
Kontynuacja świadczenia usług teleopiekuńczych.....	11
Wolontariat	11
SPORT	12
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ciechanowie.....	12
KULTURA.....	12
Ciechanowski Ośrodek Edukacji Kulturalnej STUDIO	12
Park Nauki Torus.....	12
Pracownia Dokumentowania Dziejów Miasta.....	13
Miejska Biblioteka Publiczna	13
Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki im. Marii Konopnickiej	13
OPIEKA ZDROWOTNA.....	13
DZIAŁANIA GMINY MIEJSKIEJ CIECHANÓW NA RZECZ OSÓB STARSZYCH.....	15
Karta Seniora	15
Organizacja Ciechanowskich Senioraliów	15
Bezpłatne przejazdy komunikacją miejską.....	15
Wspieranie NGO działających na rzecz osób starszych z budżetu Gminy Miejskiej Ciechanów	16
Ciechanowska Rada Seniorów	16

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku	18
KLUBY SENIORA I ORGANIZACJE DZIAŁAJĄCE NA RZECZ OSÓB STARSZYCH	18
OKREŚLENIE POTRZEB W ZAKRESIE POLITYKI SENIORALNEJ BADANIE ANKIETOWE .	20
ANALIZA BADANIA ANKIETOWEGO	21
WNIOSKI Z ANALIZY SYTUACJI SENIORÓW W CIECHANOWIE NA PODSTAWIE ANKIET	34
MISJA I CELE STRATEGII SENIORALNEJ.....	35
FINANSOWANIE STRATEGII.....	37
MONITORING I EWALUACJA STRATEGII	38

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

WSTĘP

Gmina Miejska Ciechanów od lat realizuje zadania wynikające z prowadzenia polityki senioralnej. Realizując te założenia Miasto Ciechanów wspiera i promuje inicjatywy, które mają na celu poprawę komfortu życia, rozwój pasji i zainteresowań osób starszych. Starzenie się społeczeństwa, rosnąca przeciętna długość życia to większe zapotrzebowanie na świadczenia opieki zdrowotnej i usługi opiekuńcze. Odpowiedzią na zjawiska jest polityka senioralna definiowana jako „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”. Zadania te realizowane są przy współpracy różnych instytucji i organizacji pozarządowych, które sprzyjają integracji seniorów z różnych środowisk. Niewątpliwie na chęć i potrzebę rozszerzenia tych działań wpływa świadomość nieustannych zmian w demografii społeczeństwa i wynikające z tego wyzwania stawiane przed samorządem. Efektem tego jest niniejsza *Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028*, która powstała w celu określenia warunków bytowych i potrzeb osób starszych powyżej 60 roku życia oraz podejmowania działań, które w sposób planowy i celowy wpłyną na poprawę jakości ich życia w Ciechanowie. Założeniem projektu było stworzenie dokumentu, w którym zostaną wyznaczone kierunki długofalowych działań na rzecz poprawy życia starszych mieszkańców miasta. Przedstawione zostały w niej cele oraz kierunki interwencji dla poszczególnych obszarów polityki senioralnej.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028, to polityka lokalna realizowana przez Gminę Miejską Ciechanów we współpracy z podmiotami samorządowymi i obywatelskimi, której celem będzie zapewnienie pomyślnego starzenia się jej mieszkańców, zaspokojenie zróżnicowanych potrzeb osób starszych oraz tworzenie optymalnych warunków do ich uczestnictwa w życiu społecznym. Jest również pierwszym tego typu dokumentem adresowanym do seniorów Gminy Miejskiej Ciechanów. Miasto przyjęło partycypacyjny model opracowania strategii, polegający na zaangażowaniu w prace nad jej tworzeniem ciechanowskich seniorów. Uznano, że ich opinia najlepiej wskaże samorządowi i społeczności Ciechanowa, w jaki sposób można pomóc osobom starszym prowadzić samodzielne życie, być niezależnym i zdrowym. Z inicjatywą stworzenia lokalnego programu działań na rzecz osób starszych wystąpiła Ciechanowska Rada Seniorów.

Ciechanowski samorząd zgodnie z przyjętymi założeniami ogólnopolskimi podejmuje działania mające na celu wieloaspektowe wsparcie seniorów oraz podtrzymywanie

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

ich aktywności społecznej, a tym samym przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu tej grupy wiekowej. Główne kierunki działań na rzecz osób starszych w Ciechanowie zostały określone w dwóch kluczowych dokumentach: „Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Gminy Miejskiej Ciechanów na lata 2024-2028” oraz w „Strategii Rozwoju Społeczno-Gospodarczego Miasta Ciechanów do 2035 r.”. W założeniu Ciechanów ma być miastem poprawiającym komfort życia mieszkańców, również osób starszych, zaspokajającym ich potrzeby i stwarzającym im możliwości rozwoju.

Odpowiedzialnym za przygotowanie projektu Strategii i moderatorem procesu jego tworzenia był Wydział Kontaktów Społecznych Urzędu Miasta Ciechanów. Głosem doradczym służył powołany przez Prezydenta Miasta Ciechanów *Zespół do Spraw Opracowania Strategii Senioralnej w Ciechanowie*. W jego składzie znaleźli się samorządowcy, osoby odpowiedzialne za realizację zadań na rzecz seniorów w Ciechanowie oraz reprezentanci środowisk senioralnych w mieście. Dokument powstał przy udziale mieszkańców Ciechanowa, którzy zaangażowali się w pracę poprzez wypełnienie ankiety dotyczącej oceny życia seniorów w mieście. Szczegółowo wyniki badania ankietowego zostały przedstawione w niniejszym opracowaniu.

ZAŁOŻENIA PROGRAMU I PROGNOZA ZMIAN W ZAKRESIE OBJĘTYM POLITYKĄ SENIORALNĄ

Gmina Miejska Ciechanów widzi konieczność zmierzenia się z rosnącym udziałem osób starszych w życiu społeczności lokalnej, a co za tym idzie - z problemami wynikającymi z procesu starzenia się ludzi. W ślad za tym *Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028* zakłada:

- stworzenie warunków do rozwoju i życia seniorów;
- wzmocnienie potencjału osób starszych oraz wykorzystanie ich doświadczenia;
- kształtowanie pozytywnego wizerunku starości w świadomości społecznej;
- partycypację społeczną seniorów;
- integrację międzypokoleniową;
- podejmowanie współpracy z uczelniami wyższymi, sektorem prywatnym i organizacjami pozarządowymi oraz wykorzystywanie ich potencjału przy tworzeniu i realizacji projektów, zmierzających do poprawy jakości życia seniorów.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Strategia zakłada również diagnozowanie potrzeb seniorów w celu ewaluacji realizowanych działań, planowania efektywnych rozwiązań i wyznaczania kierunków dla dalszych działań samorządu. Wdrożenie *Strategii Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028* powinno przynieść trzy główne rezultaty:

1. Poprawę jakości życia seniorów;
2. Zwiększenie współpracy i udziału seniorów w życiu lokalnym;
3. Wsparcie w codziennej opiece nad osobami starszymi.

ADRESACI PROGRAMU

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028 adresowana jest do wszystkich mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechanów, ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb seniorów i ich rodzin, jak również organizacji skupiających seniorów oraz osób, instytucji i podmiotów zajmujących się profesjonalnie udzielaniem wsparcia społecznego.

PODSTAWA PRAWNA

Zapisy zawarte w *Strategii Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028* są zgodne z następującymi dokumentami:

- Ustawą o pomocy społecznej;
- Ustawą o zdrowiu publicznym;
- Ustawą o ochronie zdrowia psychicznego;
- Ustawą o osobach starszych;
- Ustawą o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie;
- Programem Polityki Senioralnej Województwa Mazowieckiego na lata 2022-2026;
- Strategią Polityki Społecznej Województwa Mazowieckiego na lata 2021–2030;
- Strategią Rozwiązywania Problemów Społecznych Gminy Miejskiej Ciechanów na lata 2024-2027;
- Strategią Rozwoju Społeczno-Gospodarczego Miasta Ciechanów do 2035 r.

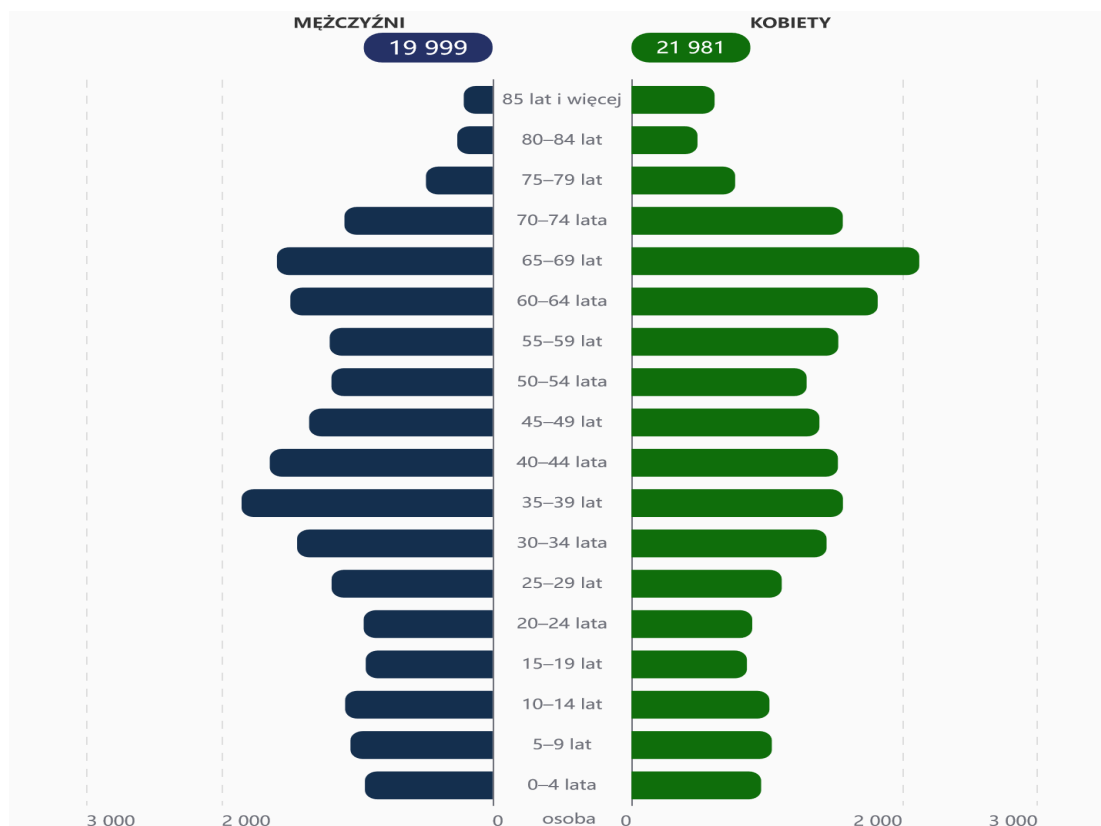
Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

STRUKTURA DEMOGRAFICZNA SENIORÓW

Od lat obserwujemy proces zmiany w strukturze demograficznej ludności kraju charakteryzujący się rosnącym udziałem osób starszych w populacji ogółem. W całej Polsce widoczny jest postępujący proces starzenia się społeczeństwa. Przyczyną tego jest m.in. wzrost przeciętnej długości życia, który niesie za sobą wiele wyzwań w sferze polityki społecznej państwa i poszczególnych samorządów. Przyjęło się, że za metrykalny próg starości uznaje się najczęściej 60 lat (według definicji WHO) lub 65 lat (ONZ i Eurostat). Szacuje się, że w 2035 r. liczba mieszkańców kraju spadnie do 36 mln, a odsetek kobiet powyżej 60 roku życia i mężczyzn powyżej 65 roku życia wzrośnie do 27%.

Według podziału na wiek najliczniejszą grupę na koniec 2022 roku stanowiły osoby w wieku osoby w wieku 60-64, 65-69, 70-74 oraz 35-39 lat. Osoby w wieku powyżej 60 lat stanowiły blisko 30% wszystkich mieszkańców.

Wykres 1. Podział mieszkańców ze względu na wiek i płeć



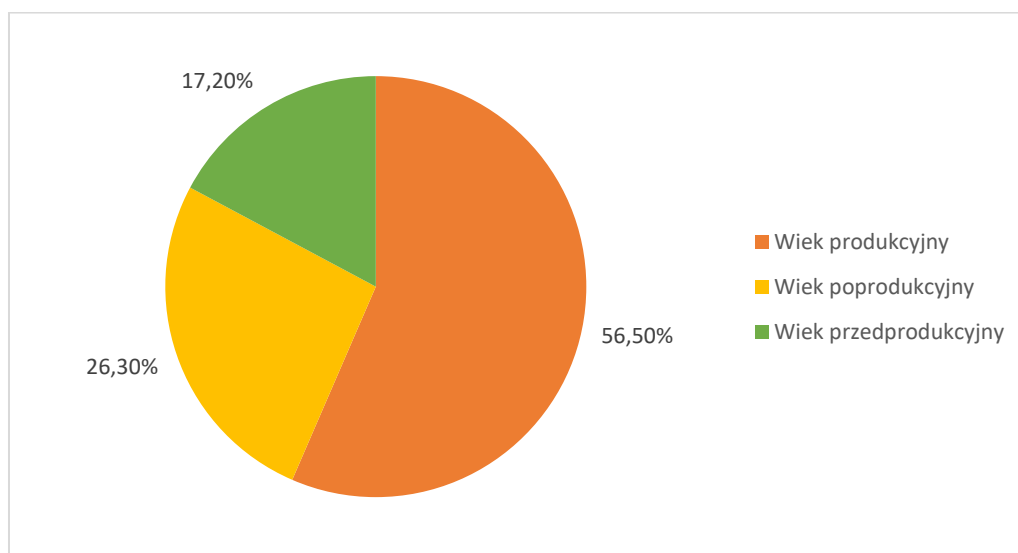
Źródło: statystyki GUS na koniec 2022 roku.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Zgodnie z danymi GUS na dzień 31 grudnia 2022 r. Miasto Ciechanów liczyło 41 980 mieszkańców z czego 52,36% stanowiły kobiety (21 981), a 47,64% mężczyźni (19 999). Współczynnik feminizacji dla Miasta Ciechanów wynosił 110 (na 100 mężczyzn przypada 110 kobiet). Na przestrzeni lat 2018-2022 liczba mieszkańców zmalała o 5,04% na co wpływ miała malejąca liczba urodzeń oraz wzrost liczby zgonów z uwagi na pandemię COVID-19. Analogiczne tendencje obserwuje się w całej Polsce.

Dane statystyczne GUS na koniec 2022 roku wskazują, że 56,5% mieszkańców z terenu Miasta Ciechanów jest w wieku produkcyjnym, 17,2% w wieku przedprodukcyjnym, a pozostałe 26,3% w wieku poprodukcyjnym.

Wykres 2. Produkcyjne grupy wieku w Gminie Miejskiej Ciechanów - statystyki GUS na 2022 rok.

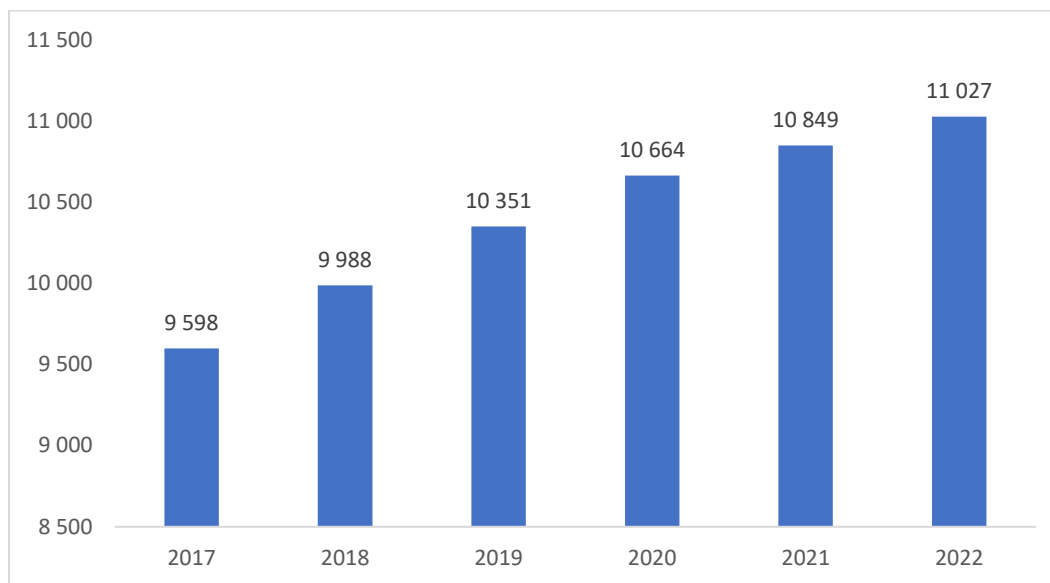


Źródło: opracowanie własne na podstawie danych GUS

Analizując sytuację w kraju i w naszym mieście widać, że zwiększa się liczba osób w wieku poprodukcyjnym (wg. metodologii GUS są to mężczyźni w wieku 65 lat i więcej oraz kobiety w wieku 60 lat i więcej). Badania demograficzne wskazują, że tendencja przyrostu osób starszych w Gminie Miejskiej Ciechanów, podobnie jak w całym kraju, będzie systematycznie rosła.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Wykres 3. Ludność w wieku poprodukcyjnym w Gminie Miejskiej Ciechanów.



Źródło: opracowanie własne na podstawie danych GUS.

JEDNOSTKI ORGANIZACYJNE W GMINIE MIEJSKIEJ CIECHANÓW

W realizacji zadań mających na celu poprawę sytuacji życiowej ciechanowskich seniorów kluczową rolę odgrywają posiadane przez Gminę Miejską Ciechanów zasoby. Będą one w dalszym ciągu wykorzystane przy realizacji działań na rzecz osób starszych, jak też posłużą do wdrożenia nowych działań. Należy tu wymienić jednostki organizacyjne Gminy Miejskiej Ciechanów, inne instytucje i organizacje pozarządowe działające na terenie miasta, jak też projekty i programy realizowane na rzecz mieszkańców Ciechanowa.

POMOC SPOŁECZNA

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ciechanowie jest jednostką organizacyjną Gminy Miejskiej Ciechanów realizującą zadania gminy z zakresu pomocy społecznej, ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie, świadczeń rodzinnych oraz ustawy o pomocy osobom uprawnionym do alimentów.

MOPS jest istotnym podmiotem polityki społecznej w mieście niosącym pomoc ciechanowskim seniorom. Oferowany zakres pomocy jest bardzo szeroki, począwszy od pomocy finansowej osobom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej, przez usługi

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

opiekuńcze, kierowanie do domów pomocy społecznej, zapewnienie świadczeń opiekuńczych i wsparcia ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Jak wiadomo osoby starsze są bardziej narażone na choroby, co często prowadzi także do niepełnosprawności. Starość wiąże się z niższą aktywnością i sprawnością fizyczną, a w konsekwencji często z marginalizacją osób starszych jako zbiorowości. W związku z tym postępujący proces starzenia się społeczeństwa wymusza na władzach samorządowych podejmowanie działań zmierzających do redukcji jego skutków. Częstotliwość występowania ciężkich i długotrwałych chorób oraz niepełnosprawności, w tym m.in. w związku ze starzeniem się społeczeństwa, pozwala przypuszczać, że w okresie objętym Strategią liczba osób wymagających wsparcia z tytułu chorób i niepełnosprawności będzie wzrastać.

Działania prowadzone na rzecz seniorów oraz osób z niepełnosprawnościami na terenie Miasta Ciechanów: Dzienny Dom „Senior+”

W strukturach Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej mieści się dzienny dom pobytu tj.: Dzienny Dom „Senior+”. Jego działalność skierowana jest do 30 seniorów w wieku 60+ nieaktywnych zawodowo emerytów i rencistów o zmniejszonej sprawności psychofizycznej spowodowanej wiekiem lub z niepełnosprawnością, zamieszkujących na terenie Gminy Miejskiej Ciechanów. Zasadniczym celem działalności Dziennego Domu „Senior+” jest zaspakajanie potrzeb opiekuńczych, bytowych oraz wspomagających swoim podopiecznym. W ramach pobytu udostępniana jest Seniorom infrastruktura pozwalająca na aktywne spędzenie wolnego czasu, a także zaktywizowanie i zaangażowanie seniorów w działania samopomocowe i na rzecz środowiska lokalnego. Placówka zapewnia wsparcie seniorom poprzez różnego rodzaju formy aktywności i terapii zajęciowej. Swoimi działaniami przyczynia się do podtrzymywania kontaktów społecznych oraz wydłuża okres samodzielnego funkcjonowania zwłaszcza osób samotnych. Zapewnia pomoc w formie podstawowych świadczeń uwzględniających zakres i potrzeby podopiecznych oraz prowadzi działania zmierzające do ich aktywizacji, organizacji czasu wolnego w placówce i poza nią, służy utrzymaniu osób starszych i niepełnosprawnych jak najdłużej w ich miejscu zamieszkania, co stanowi istotne wsparcie w ich codziennym funkcjonowaniu. W roku 2022 wydano 38 decyzji administracyjnych kierujących do DDS+. Uczestnicy DDS+ stanowią zróżnicowaną grupę społeczną pod względem płci, wieku, sprawności ruchowej. Niespełna połowa (48%) ogółu uczestników w 2022 roku to osoby powyżej 80 roku życia. Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności w roku 2022 posiadało 26 uczestników.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

W trybie konkursowym w ramach **Programu Wieloletniego „Senior+”** na lata 2021-2025, Moduł II zapewnienie funkcjonowania Dziennego Domu Senior+ , Edycja 2021 i 2022 pozyskano dofinansowanie ze środków Budżetu Państwa na działania związane z bieżącym utrzymaniem placówki w tym: zakup obiadów, art. żywnościowych na organizację spotkań okolicznościowych, zakup prasy, materiałów do terapii zajęciowej i usługi kulturalno-oświatowe, pokrycie kosztów wynagrodzenia pracowników.

Program Opieka 75+ - edycja 2022

Strategicznym celem programu jest poprawa dostępności do usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych zarówno dla osób samotnych, samotnie gospodarujących, jak również pozostających w rodzinach będących w wieku 75 lat i więcej. W 2022 roku z pomocy skorzystały 63 osoby.

Program „Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej” - edycja 2022

Głównym celem Programu jest wprowadzenie usługi asystenta osobistego osoby niepełnosprawnej jako formy ogólnodostępnego wsparcia dla uczestników Programu. Dodatkowe cele stanowią:

- poprawę jakości życia osób niepełnosprawnych, w szczególności poprzez umożliwienie im jak najbardziej niezależnego życia,
- wsparcie osób niepełnosprawnych oraz zapewnienie pomocy adekwatnej do potrzeb,
- uczestnictwo osób niepełnosprawnych w wydarzeniach społecznych, kulturalnych, rozrywkowych lub sportowych itp.,
- dofinansowanie jednostek samorządu terytorialnego w ramach realizowanych zadań mających na celu wsparcie społeczne osób niepełnosprawnych,
- zwiększenie wsparcia asystenckiego dla niepełnosprawnych uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, także w innych wymiarach życia i funkcjonowania społecznego.

W 2022 roku z tej formy pomocy skorzystało łącznie 28 osób.

Domy pomocy społecznej

Zgodnie z ustawą o pomocy społecznej osoby wymagające całodobowej opieki z powodu wieku, choroby, niepełnosprawności, które nie są w stanie samodzielnie funkcjonować

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

w codziennym życiu mają prawo do pobytu w domu pomocy społecznej. W 2022 roku w domach pomocy społecznej przebywało 59 osób, którym wydano decyzje kierującą i decyzję o odpłatności. Należy zauważyć, że koszt utrzymania mieszkańca w domu pomocy społecznej znacznie wzrósł w porównaniu do lat ubiegłych.

Usługi opiekuńcze

Zgodnie z artykułem 51 ustawy o pomocy społecznej, osobom, które ze względu na wiek, chorobę lub niepełnosprawność wymagają częściowej opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych, mogą być przyznane usługi opiekuńcze, specjalistyczne usługi opiekuńcze lub posiłek, świadczone w ośrodku wsparcia. W 2022 roku z usług opiekuńczych skorzystały 133 osoby. Ponadto w 2022 roku Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ciechanowie świadczył również specjalistyczne usługi opiekuńcze dla 3 dorosłych osób z zaburzeniami psychicznymi (1 osoba niepełnosprawna intelektualnie oraz 2 osoby z chorobą psychiczną) zamieszkałych na terenie Miasta Ciechanów. Zrealizowano 86 godzin specjalistycznych usług opiekuńczych. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ciechanowie w 2022 roku zatrudniał 3 osoby świadczące specjalistyczne usługi opiekuńcze (2 pracowników socjalnych, 1 terapeuta zajęciowy).

Kontynuacja świadczenia usług teleopiekuńczych

W 2020 r. Gmina Miejska Ciechanów przystąpiła do realizacji pilotażowego programu wdrożenia usług opiekuńczych w formie teleopieki w gminach w województwie mazowieckim. W 2022 r. utrzymano trwałość realizacji zadania poprzez dokonywanie opłat abonamentowych związanych z realizacją usług teleopiekuńczych. W 2022 roku świadczenie objęło 30 osób.

Wolontariat jest kolejną formą wspierania mieszkańców w potrzebie. Bez większych ograniczeń wolontariuszem może zostać każda osoba, która ukończyła 18 rok życia i ma możliwość do bezinteresownej pomocy osobom potrzebującym. W przypadku osób nieletnich potrzebna jest zgoda rodzica bądź opiekuna. Wolontariusze mogą pomagać osobom starszym, dzieciom i młodzieży uczącej się oraz mniejszościom narodowym. Wolontariusze skupiani są przez poszczególne instytucje bądź też przez Urząd Miasta.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

SPORT

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ciechanowie

Jego misją jest stworzenie jak najlepszych warunków mieszkańcom Ciechanowa do uprawiania sportu i rekreacji. Ośrodek dysponuje szeregiem obiektów, z których mogą korzystać seniorzy. Są to: kompleks sportowy, kryta pływalnia, basen odkryty oraz hala sportowa, obiekt hotelowo-gastronomiczny „Olimpijski”, hala widowiskowo-sportowa i sezonowe lodowisko oraz kąpielisko „Krubin”.

Miasto udostępnia również inne obiekty umożliwiające prowadzenie aktywności fizycznej. Wyróżnić należy kompleks rekreacyjny za kościołem św. Piotra na Kargoszynie (m.in. pumptrack i skatepark), kompleks sportowo-rekreacyjny przy hali im. I. Palińskiego, kompleks sportowy przy Szkole Podstawowej nr 7, kompleks sportowy przy Szkole Podstawowej nr 6, kompleks przy Szkole Podstawowej nr 3, boiska do piłki plażowej oraz 25 placów zabaw wraz z siłowniami zewnętrznymi na terenie miasta.

W sezonie letnim istnieje możliwość spływu kajakowego po Łydyni, a także korzystania z rowerów wodnych i kajaków na kąpielisku „Krubin”. Rowerzyści mogą całorocznie korzystać ze ścieżek rowerowych przy miejskiej pętli oraz wzdłuż wybranych ulic.

KULTURA

Ciechanowski Ośrodek Edukacji Kulturalnej STUDIO

Głównym zadaniem COEK STUDIO jest popularyzacja wśród mieszkańców Ciechanowa szeroko rozumianej działalności kulturalnej. W ofercie znajdują się: zajęcia artystyczne, edukacyjne i rekreacyjne oraz przeglądy, konkursy, wystawy i wiele innych wydarzeń kulturalnych, które umożliwiają intelektualne spędzenie wolnego czasu. Ponadto, w strukturach COEK STUDIO działa Kamienica W-18, jako miejsce edukacyjno-kulturalne. Organizowane są tam wystawy, warsztaty, spotkania, działa Klub Młodego Odkrywcy, Klub Seniora, a także Klubokawiarnia W18. Jest też siedzibą Ciechanowskiej Rady Seniorów.

Park Nauki Torus oferuje zajęcia edukacyjne i różnorodne sposoby spędzania wolnego czasu. Celem działalności jest rozbudzenie wśród ludzi w każdym wieku chęci uczenia się przez całe życie poprzez łączenie edukacji i zabawy. Park Nauki Torus zajmuje znaczące miejsce w edukacji lokalnego społeczeństwa, m.in. wspierając system edukacji formalnej.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

W ramach Wydziału Kontaktów Społecznych funkcjonuje **Pracownia Dokumentowania Dziejów Miasta**, której jednym z głównych zadań w 2022 roku było gromadzenie informacji i wspomnień mieszkańców oraz osób związanych z miastem i regionem.

Miejska Biblioteka Publiczna to miejsce służące edukacji i integracji społeczności lokalnej. Placówka wspiera rozwój lokalnej społeczności udostępniając swoje zbiory oraz podejmuje zadania z zakresu edukacji i kultury. Ważnym zadaniem, jakie stawia sobie Biblioteka jest upowszechnianie czytelnictwa oraz kształtowanie właściwych nawyków i zachowań czytelniczych, a także pozytywnych postaw wobec książki i czytania. Równie ważnym zadaniem Biblioteki jest zaspokajanie i rozwijanie potrzeb czytelników w różnym wieku, wspomaganie systemu edukacji oraz upowszechnianie wiedzy na temat nauki i kultury. Biblioteka swoją ofertą stara się objąć osoby z niepełnosprawnościami oraz niemogące z ważnych powodów przychodzić do placówki, przejawia się to poprzez współpracę m.in. ze Środowiskowym Domem Samopomocy w Ciechanowie, MOPS Ciechanów czy TPD.

Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki im. Marii Konopnickiej upowszechnia kulturę w zakresie filmu, teatru, sztuk plastycznych, śpiewu, tańca współczesnego i ludowego, muzyki i śpiewu chóralnego. W budynku mieści się kino "Łydynia". Ważną dziedziną działalności jest opieka nad amatorskim ruchem artystycznym i twórczym dająca możliwość pierwszej prezentacji i rozwoju. Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie odpowiada także za funkcjonowanie Powiatowego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

OPIEKA ZDROWOTNA

Podstawowa opiekę zdrowotną w Ciechanowie zapewniają:

- Specjalistyczny Szpital Wojewódzki w Ciechanowie,
- Centrum Medyczne „ESCULAP”
- Centrum Medyczne „ARNICA”
- Przychodnia Elbit Med Ciechanów
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MEDICUS”,
- Przychodnia Lekarska „VITA-MED”,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „RODZINA”,
- Poradnia Rodzinna „PLUS”,
- Poliklinika MSWiA w Ciechanowie,

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Specjalistyczny Szpital Wojewódzki w Ciechanowie jest największą placówką medyczną na terenie Północnego Mazowsza. Do podstawowych zadań placówki należy udzielanie stacjonarnych i ambulatoryjnych świadczeń zdrowotnych, służących utrzymaniu, przywracaniu i poprawie zdrowia mieszkańców miasta i regionu. W szpitalu funkcjonuje 20 oddziałów i aż 40 poradni specjalistycznych, których usługi są dostępne w ramach kontraktu z Narodowym Funduszem Zdrowia.

Promocja zdrowego stylu życia prowadzona jest przez Mazowieckie Centrum Zdrowia Publicznego oddział w Ciechanowie. Dla nieuleczalnie chorych stworzono opiekę paliatywną w oparciu o hospicjum działające przy Szpitalu Wojewódzkim.

Na terenie Ciechanowa działa również Narodowy Fundusz Ochrony Zdrowia Komitet Oddziału w Ciechanowie, który realizuje zadania z zakresu niesienia pomocy humanitarnej, a w szczególności wspomaganie bazy materialnej, zadań leczenia i ratownictwa medycznego, profilaktyki zdrowotnej, ochrony zdrowia oraz pomocy społecznej.

W mieście funkcjonuje również Centrum Zdrowia Szansa. Centrum jest placówką, która świadczy kompleksowe nieodpłatne usługi pomocy psychologicznej i psychiatrycznej z nastawieniem na dzieci i młodzież do 18 roku życia z jednoczesnym uwzględnieniem współpracy z rodzicami. Centrum ma również możliwość zorganizowania wsparcia logopedycznego. Pracownicy Centrum pomagają pacjentom borykającym się zarówno z rozchwianiem emocjonalnym, problemami w nauce, nerwicami jak i poważniejszymi chorobami psychicznymi.

Według danych GUS na terenie miasta w 2022 roku działało 17 ogólnodostępnych aptek. Na jedną ogólnodostępną aptekę przypada 2 469 osób, a co za tym idzie mieszkańcy mają dobry dostęp do leków.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

DZIAŁANIA GMINY MIEJSKIEJ CIECHANÓW NA RZECZ OSÓB STARSZYCH

Karta Seniora

Ciechanowska Karta Seniora wydawana jest od 2016 roku. Korzysta z niej już ponad 3200 mieszkańców po 60 roku życia. Swoją imienną kartę senior bezpłatnie otrzymuje w ratuszu przy pl. Jana Pawła II, na parterze, w pokoju nr 4. Karta upoważnia do korzystania ze zniżek, darmowych wejść, promocji oferowanych przez partnerów programu w całej Polsce. Partnerzy to m.in. przychodnie, gabinety medyczne i stomatologiczne, kina, teatry, uzdrowiska, sanatoria, restauracje, kawiarnie, hotele, gabinety kosmetyczne, salony fryzjerskie, salony optyczne z terenu całej Polski. Honoruje ją ponad 250 firm partnerskich w całym kraju. W całym kraju karty posiada już 35 tys. seniorów.

Organizacja Ciechanowskich Senioraliów

Miasto Ciechanów we współpracy z Ciechanowską Radą Seniorów, organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób starszych, ciechanowskimi ośrodkami medycznymi i szkołą wyższą co roku organizuje w październiku Ciechanowskie Senioralia. Dla mieszkańców z tej okazji odbywają się występy artystyczne, prezentacje, prowadzone są badania i konsultacje. To okazja dla lokalnych klubów seniora i organizacji działających na rzecz osób starszych do zaprezentowania swojego dorobku i oferty dla mieszkańców. Wstęp na miejskie Senioralia jest bezpłatny.

Wydarzenie rozpoczyna część medyczno-edukacyjną, podczas której seniorzy mogą wykonać badania, skorzystać z porad medycznych i dotyczących zdrowia. W partnerstwie z miastem stoiska przygotowują: Specjalistyczny Szpital Wojewódzki w Ciechanowie, PSSE w Ciechanowie, Narodowy Fundusz Zdrowia, Grupa Arnica, Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. I. Mościckiego w Ciechanowie, Stowarzyszenie Manko, Alab Laboratoria, Fundacja Medycyny Prenatalnej im. Ernesta Wójcickiego oraz firma Audiofon. Podczas części artystycznej na scenie prezentują się lokalni artyści dojrzałego pokolenia oraz gwiazda wieczoru.

Bezpłatne przejazdy komunikacją miejską

Od 1 stycznia 2018 roku osoby, które ukończyły 70 rok życia są uprawnione do bezpłatnych przejazdów na wszystkich liniach ciechanowskiej komunikacji miejskiej. Osoby te muszą jedynie przedstawić dokument potwierdzający wiek uprawnionego.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Wspieranie NGO działających na rzecz osób starszych z budżetu Gminy Miejskiej Ciechanów

Miasto zgodnie z obserwowanymi potrzebami osób starszych stale poszerza zakres usług i form pomocy udzielanych na rzecz tej grupy mieszkańców Ciechanowa. Nieustannie wspiera działalność organizacji pozarządowych i podmiotów prowadzących działalność pożytku publicznego na rzecz osób w wieku emerytalnym oraz przedsięwzięć międzypokoleniowych (zgodnie z ustawą o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie). W ciągu ostatnich lat systematycznie rośnie liczba zadań publicznych zleczanych organizacjom pozarządowym realizowanych w zakresie polityki społecznej i działalności na rzecz emerytów. Wzrosła też wysokość dotacji udzielanych na realizację tych zadań z budżetu Gminy Miejskiej Ciechanów.

Ciechanowska Rada Seniorów

Ciechanowska Rada Seniorów reprezentuje środowiska senioralne i jest głosem doradczym, opiniującym i inicjatywnym dla samorządu w sprawach dotyczących osób dojrzałych. Jej kadencja trwa 3 lata. Członkowie wchodzący w skład Rady są wybierani podczas głosowania przez mieszkańców Ciechanowa.

W lutym 2016 roku Rada Miasta przyjęła uchwałę przygotowaną przez prezydenta dotyczącą powołania Rady Seniorów w Ciechanowie. Pierwsze wybory do Rady Seniorów odbyły się w kwietniu 2016 roku. Kandydatów mogły zgłaszać środowiska zrzeszające seniorów (związki, stowarzyszenia, kluby) lub osoby fizyczne. W karcie zgłoszeniowej należało podać dane kandydata wraz z jego krótką biografią oraz informacją o jego doświadczeniu w działaniach na rzecz seniorów. W przypadku, gdy kandydat nie jest reprezentantem żadnej organizacji pozarządowej, działającej na rzecz seniorów, do karty należało dołączyć listę poparcia 15 osób zamieszkałych na terenie Ciechanowa.

W pierwszej Radzie Seniorów, której kadencja trwała od 2016 do 2019 roku, zasiadało 11 osób reprezentujących środowiska senioralne. Podczas pierwszego posiedzenia zwołanego przez prezydenta Rada Seniorów ze swojego grona wybrała przewodniczącego, wiceprzewodniczącego oraz sekretarza. W skład CRS weszli przedstawiciele klubów seniora, Związku Nauczycielstwa Polskiego, lokalni działacze na rzecz środowisk senioralnych, Domu Pomocy Społecznej, Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków czy studenci Stowarzyszenia Uniwersytet III Wieku.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Członkowie Rady Seniorów regularnie spotykali się w ratuszu na posiedzeniach, dyżurach podczas których spotykali się z mieszkańcami. Radni zgłaszali miastu swoje postulaty, działali na rzecz inicjatyw dla osób starszych. Na wniosek Rady Seniorów I kadencji między innymi:

- wprowadzona została Ciechanowska Karta Seniora, do której stale starają się pozyskać kolejne firmy przyjazne seniorom;
- obniżona została granica wieku (z 75 na 70 rok życia), uprawniająca do darmowych przejazdów komunikacją miejską;
- „Ciechanowskie Senioralia”
- wydanie przez miasto Poradnika Seniora.

Ponadto Rada wnioskowała do urzędu w sprawach zgłaszanych przez ciechanowskich seniorów m.in. o montaż nowych wiat przystankowych, uporządkowanie przestrzeni miejskiej, nowe przejścia dla pieszych czy ustawianie kolejnych ławek.

Kolejne wybory do CRS odbyły się 15 kwietnia 2019 roku. Do Rady Seniorów zostało zgłoszonych 11 kandydatów. Pracę Ciechanowskiej Rady Seniorów przerwała pandemia, na czas której Rada zawiesiła swoją działalność. Po przerwie Ciechanowska Rada Seniorów wróciła do pracy, a w maju 2022 roku w hali sportowo-widowiskowej przy ul. Kraszewskiego 8 odbyły się wybory nowego, trzeciego składu Ciechanowskiej Rady Seniorów. Do ratusza wpłynęło 19 kandydatur. Spośród nich wybranych zostało 11 osób, które przez kolejne 3 lata będą reprezentowały ciechanowskich seniorów.

Rada aktywnie angażuje się w życie ciechanowskich seniorów. Na comiesięczne posiedzenia zaprasza przedstawicieli środowisk senioralnych, przewodniczących zarządów osiedli, przedstawicieli placówek, w których seniorzy mogą uzyskać pomoc i wsparcie. Radni spotykają się również z przedstawicielami innych rad seniorów działającymi w kraju w celu wymiany doświadczeń, uwag i poznania dobrych praktyk. Aktywnie włączają się w miejskie inicjatywy.

Dzięki ich zaangażowaniu w mieście już pięciokrotnie odbywały się Senioralia – całodniowe wydarzenie skierowana do seniorów z naszego miasta. Podczas porannej części medyczno-edukacyjnej seniorzy mogą skorzystać z badań diagnostycznych, porozmawiać z dietetykiem. W programie każdej z imprez znajdują się występy lokalnych artystów i samych seniorów. Swój dorobek prezentują także lokalne organizacje działające na rzecz osób starszych oraz zrzeszające je w swoich szeregach. Seniorzy mają możliwość zasięgnąć informacji dotyczących

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Ogólnopolskiej Karty Seniora, obowiązującej także w Ciechanowie, wydawanej w Urzędzie Miasta. Każde z wydarzeń kończy koncert. Gwiazdą Senioraliów była m. in. Stanisława Celińska, Robert Janowski, Alicja Majewska.

Wśród pomysłów Rady Seniorów obecnej kadencji, który został pozytywnie przyjęty przez Prezydenta Miasta Ciechanów jest m.in.: opracowanie Strategii Polityki Senioralnej w Ciechanowie w celu rozpoznania potrzeb i oczekiwań tego środowiska. Dokument strategiczny opracowany wspólnie ze środowiskiem seniorów pozwoli na zaplanowanie przez miasto długofalowych działań na rzecz poprawy życia osób starszych w Ciechanowie.

Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku

Aktywni seniorzy z Ciechanowa mogą rozwijać swoje zainteresowania i pasje. Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku, którego funkcjonowanie wspomaga ratusz, działa przy COEK Studio. Wspierany przez miasto uniwersytet oferuje blisko 300 mieszkańcom w wieku dojrzałym zajęcia edukacyjne, rozwijające talenty i zainteresowania, aktywizujące i sportowe. Studentki i studenci tworzą m.in. chór, koło taneczne, sekcję teatralną, plastyczną, zajmują się działaniami ekologicznymi, współpracą z dziećmi i młodzieżą. Mają też możliwość nauki języków obcych, własną sekcję turystyczną oraz plastyczną.

Poza czternastoma sekcjami tematycznymi UTW to również miejsce integracji i spotkań. Pozwala seniorom spędzać czas z rówieśnikami, budować relacje międzypokoleniowe i odważnie realizować zamierzenia, których wcześniej nie mogli się podjąć. Program zajęć obejmuje: wykłady i lektoraty (jęz. angielski na 3 poziomach i jęz. rosyjski), sekcje ruchowe (pilates, Zumba, taniec terapeutyczny, gimnastyka w basenie, ćwiczenia usprawniające kręgosłup), trzy sekcje artystyczne (Chór Nowe Legato, Teatr Scena Trzeciego Wieku, koło taneczne, Zakręcone Seniorki) oraz sekcję turystyczną, odpowiedzialną za organizację wycieczek krajoznawczych i rajdów rowerowych. Ponadto współpracuje z Państwową Akademią Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie.

KLUBY SENIORA I ORGANIZACJE DZIAŁAJĄCE NA RZECZ OSÓB STARSZYCH

- Ciechanowska Rada Seniorów
- Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku
- Koło Seniorów Kamienicy W18
- Klub Seniora STUDIO
- Klub Seniora „Spotkania z młodością”

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

- Klub Seniora „Promyk”
- Dzienny Dom Seniora „Senior+”
- Osiedlowy Klub Seniora „Błoki”
- Polski Czerwony Krzyż
- Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów
- DPS „Kombatant”
- DPS „Krubin”
- Związek Nauczycielstwa Polskiego
- Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów Policyjnych
- Związek Sybiraków
- Towarzystwo Walki z Kalectwem
- Polskie Stowarzyszenie Diabetyków
- Stowarzyszenie Sport i Profilaktyka "Bapmej"
- Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

OKREŚLENIE POTRZEB W ZAKRESIE POLITYKI SENIORALNEJ BADANIE ANKIETOWE

Seniorzy zamieszkujący Gminę Miejską Ciechanów oczekują działań, które będą miały bezpośredni wpływ na polepszenie ich jakości życia. Z tego powodu jednym z głównych celów Strategii jest dopasowanie przedsięwzięć polityki senioralnej w taki sposób, aby mieszkańcy w pozytywny sposób odczuwali skutki ich realizacji. Punktem wyjścia do przygotowania założeń *Strategii Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028* była diagnoza sytuacji i potrzeb osób starszych w Ciechanowie. Urząd Miasta Ciechanów w celu lepszego poznania środowiska seniorów, ich warunków życia, problemów z jakimi borykają się na co dzień, a także sprecyzowania ich potrzeb i oczekiwań, zdecydował o konieczności przeprowadzenia badania ankietowego, którego zamierzeniem było uzyskanie odpowiedzi, które ze wskazanych przez mieszkańców problemów są dla nich najbardziej odczuwalne, jaka forma wsparcia jest najbardziej potrzebna, co robią w wolnym czasie. W ramach tego badania rozdano 600 wcześniej przygotowanych ankiet. Na podstawie 330 zwróconych formularzy dokonano analizy, której wybrane obszary zostały zaprezentowane poniżej.

Respondenci odpowiadali na 17 pytań otwartych i zamkniętych, jednokrotnego i wielokrotnego wyboru. Badanie zostało przeprowadzane za pośrednictwem ciechanowskich klubów seniora, Ciechanowskiej Rady Seniora, Stowarzyszenia Uniwersytet Trzeciego Wieku, a także za pośrednictwem strony Internetowej Urzędu Miasta Ciechanów. Ankiety zostały również wręczone seniorom uczestniczącym w V Ciechanowskich Senioraliach.

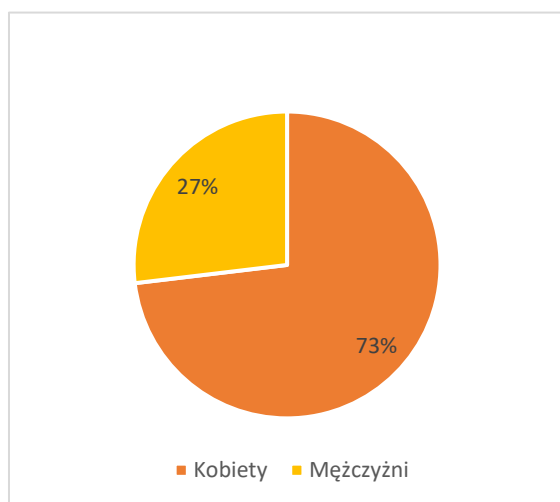
Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

ANALIZA BADANIA ANKIETOWEGO

Poniżej przedstawiono wyniki badań najważniejszych obszarów życia ciechanowskich seniorów. W pierwszej części ankiety respondenci zostali zapytani o płeć, wiek, stan cywilny, sytuację rodzinną oraz o ich aktywność zawodową. W dalszej części badania zostali zapytani m.in. o ocenę swego stanu zdrowia, codzienne problemy, formy spędzania wolnego czasu, potrzeby w zakresie usług bezpłatnych lub ulgowych dedykowanych seniorom. W ostatnim pytaniu ankiety seniorzy zostali poproszeni o swobodne wyrażenie opinii, jak można poprawić jakość życia osób starszych w Ciechanowie.

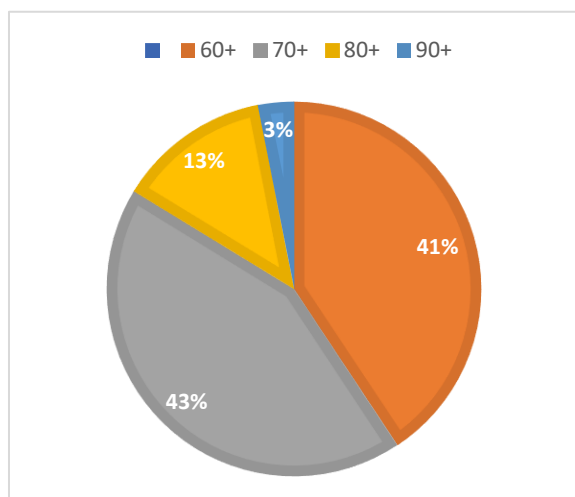
Poniżej na wykresach zostały przedstawione odpowiedzi udzielane przez seniorów na poszczególne pytania.

PLEĆ RESPONDENTÓW



Wśród ankietowanych seniorów kobiety stanowiły 73 %, a mężczyźni 27 %.

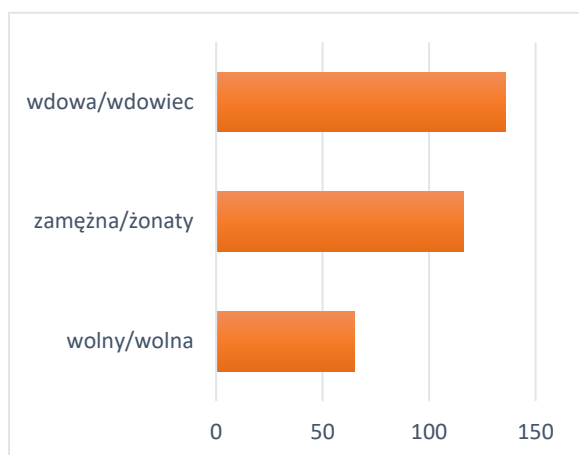
WIEK RESPONDENTÓW



Seniorzy zostali podzieleni na cztery grupy wiekowe. Wśród respondentów dominowała grupa seniorów 70+, następną ilościowo była grupa 60+. Najmniejszy procent ankietowanych stanowili seniorzy w wieku 80+ i 90+. Najstarszy senior biorący udział w badaniu ankietowym miał 97 lat.

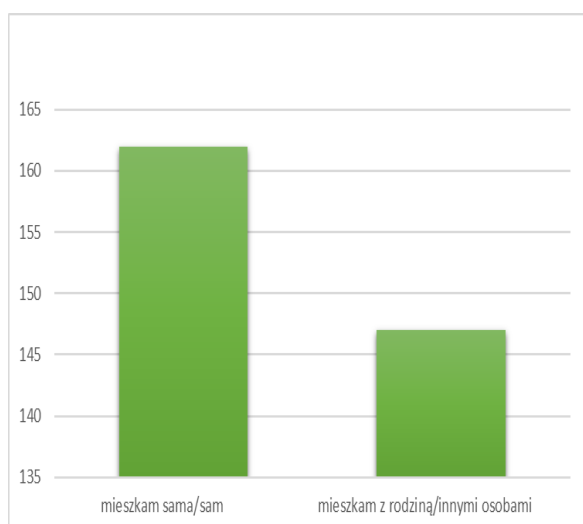
Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

STAN CYWILNY



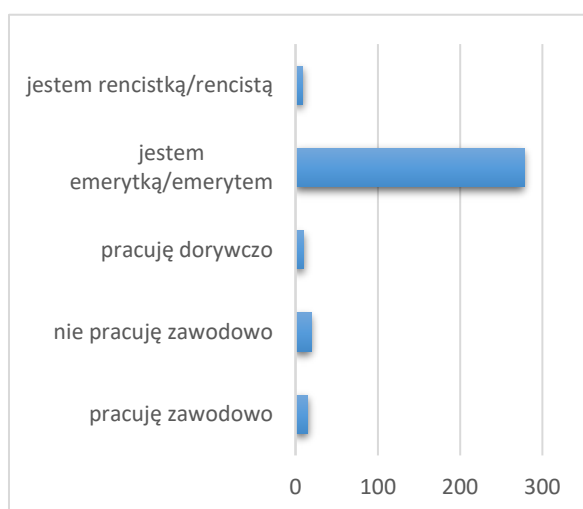
Blisko 43 % ankietowanych to wdowcy. 36,5% ankietowanych jest w związku małżeńskim. 20,5 % ankietowanych jest stanu wolnego.

SYTUACJA RODZINNA



52,4 % ankietowanych mieszka samotnie, a 47,5 % to osoby mieszkające z rodziną bądź z innymi osobami.

AKTYWNOŚĆ ZAWODOWA



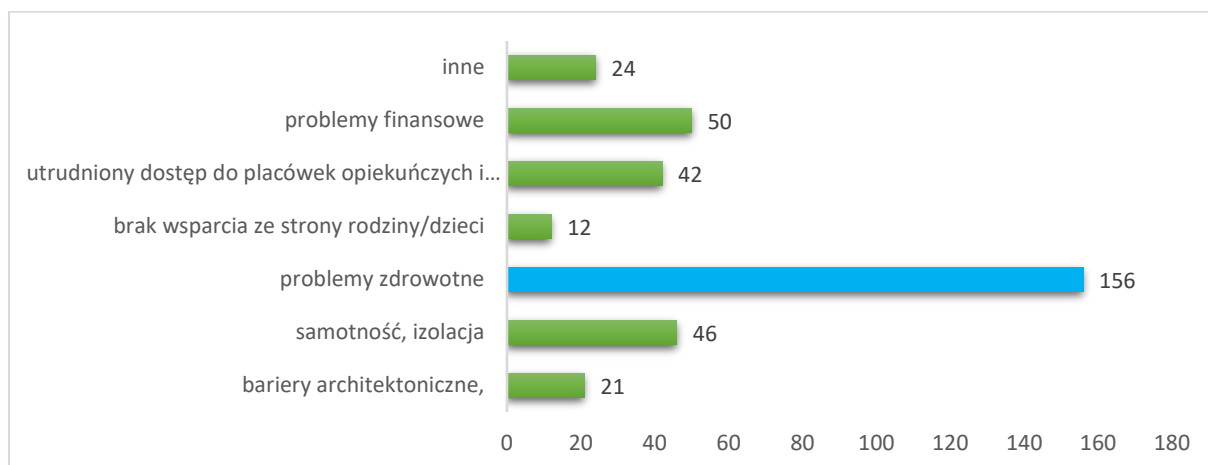
Przeważająca liczba seniorów utrzymuje się z emerytury. Znacznie mniej pracuje zawodowo lub dorywczo. Mała grupa respondentów utrzymuje się z renty.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Druga część ankiety to pytania o problemy i potrzeby seniorów w Ciechanowie. Seniorzy zostali również poproszeni o udzielenie informacji, jak spędzają swój wolny czas, z jakich usług najchętniej chcieliby skorzystać, czego ich zdaniem brak w mieście dla seniorów.

PYTANIE 1

Z jakimi problemami musi Pani/Pan mierzyć się najczęściej (proszę zaznaczyć jedną odpowiedź)?

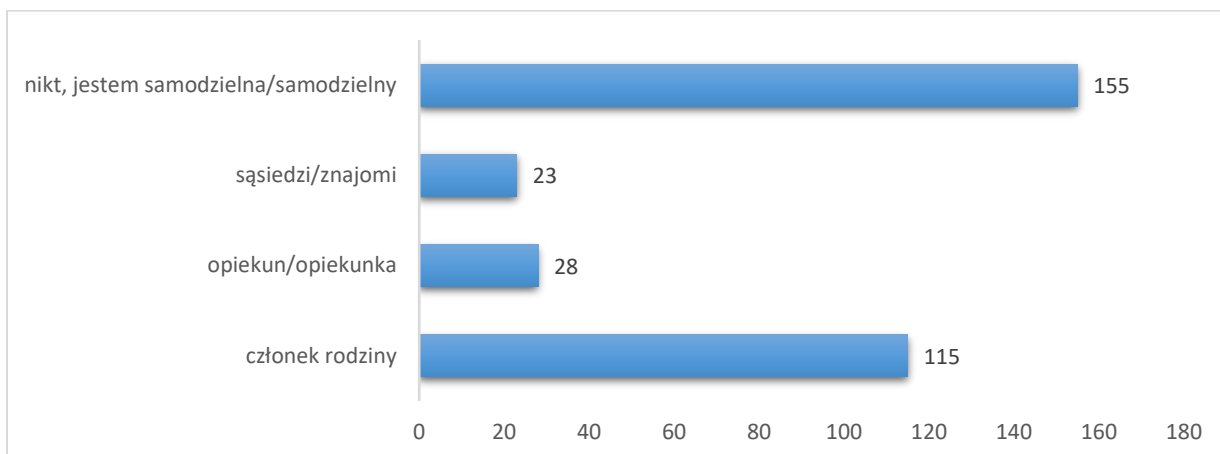


Ankieterzy zapytani o problemy z jakimi najczęściej się zmagają w przeważającej liczbie wskazywali na problemy zdrowotne. Dużym utrudnieniem są również problemy finansowe, samotność, brak wsparcia ze strony rodziny oraz utrudniony dostęp do placówek opiekuńczych i wspierających. W mniejszym stopniu wskazywano bariery architektoniczne. Wymieniono tu brak wind w budynkach, wysokie krawężniki i brak podjazdów. Wśród odpowiedzi pojawiały się również informacje o utrudnionym dostępie do opieki zdrowotnej, w tym rehabilitacji, problemy komunikacyjne oraz małą częstotliwość kursowania autobusów ZKM. Sporadycznie seniorzy wpisywali informację o braku problemów.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 2

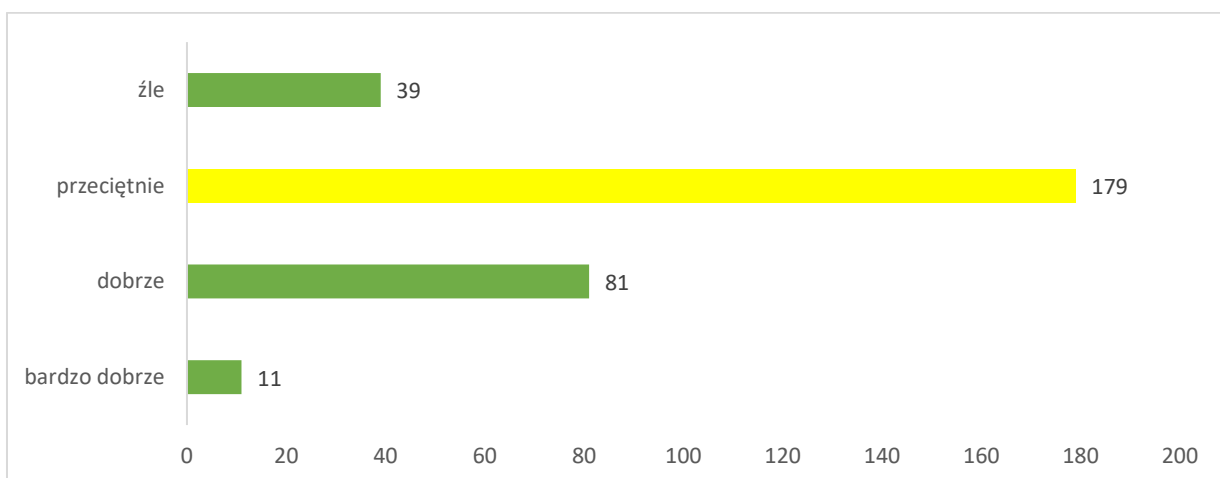
Kto najczęściej udziela Pani/Panu pomocy w codziennych czynnościach(proszę zaznaczyć jedną odpowiedź)?



Ankietowani w większości są osobami samodzielnymi.

PYTANIE 3

Jak ocenia Pani/Pan swój stan zdrowia?

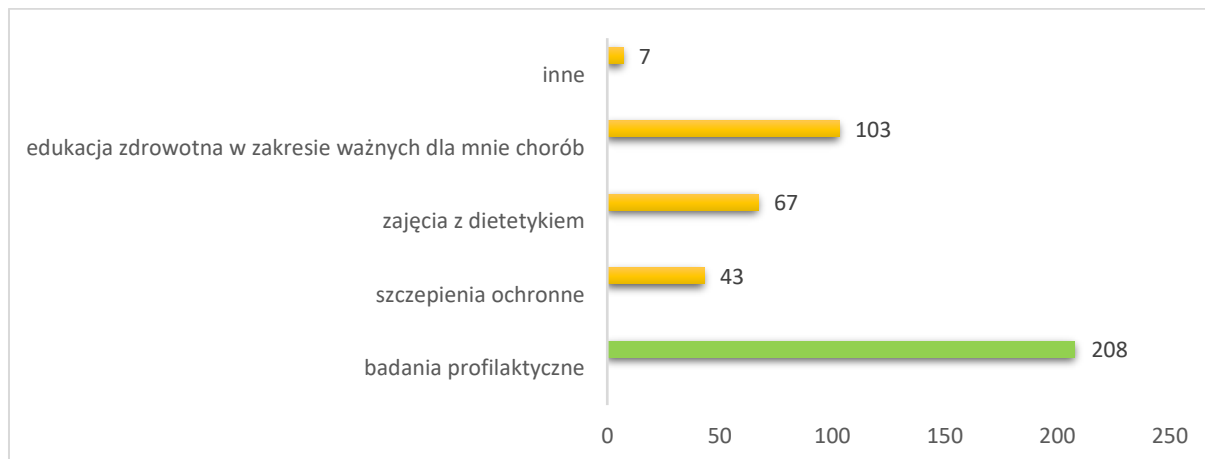


Blisko 58% ankietowanych oceniło swój stan zdrowia jako przeciętny. 26% respondentów stwierdziło, że ich stan zdrowia jest dobry. 12,5% oceniło go jako zły. Tylko 3,5% ankietowanych określiło go jako bardzo dobry.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 4

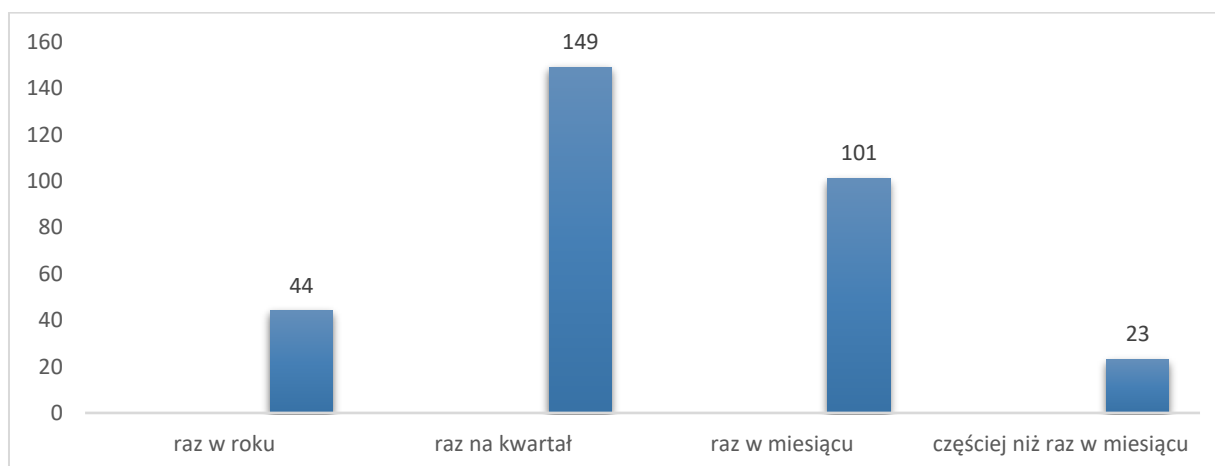
Proszę zaznaczyć dodatkowe świadczenia oraz elementy sfery profilaktycznej, z których Pani/Pan chciałaby/chciałby skorzystać w przyszłości:



Zdecydowana większość seniorów biorących udział w ankiecie przyznała, że najchętniej skorzystaliby z badań profilaktycznych oraz z edukacji zdrowotnej. Chętnie wzięliby również udział w zajęciach z dietetykiem oraz skorzystali ze szczepień ochronnych. W opcji „inne” najczęściej wskazywali zajęcia rehabilitacyjne, bezpłatne leki oraz zajęcia z ćwiczenia pamięci.

PYTANIE 5

Jak często korzysta Pani/Pan z porad lekarza?

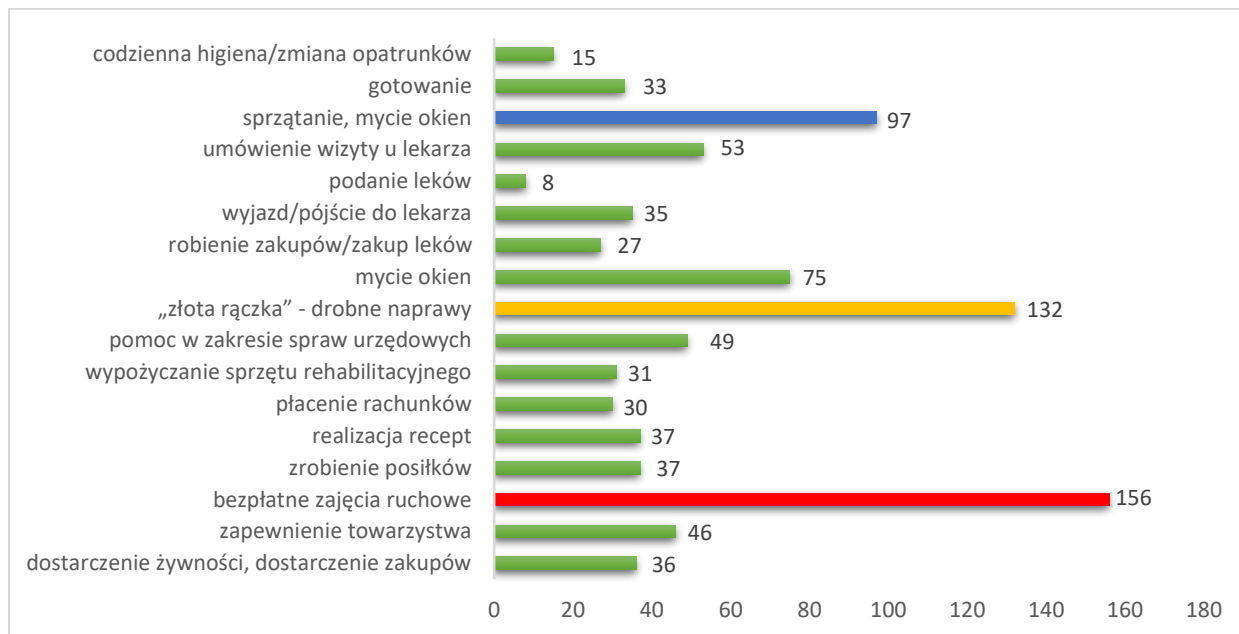


149 respondentów przyznało, że korzysta z porad lekarza raz na kwartał. 101 z nich do lekarza chodzi raz w miesiącu. Mniejsza grupa ankietowanych z porad lekarza korzysta raz w roku lub raz w miesiącu.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 6

Proszę zaznaczyć zakres usług bezpłatnych lub ulgowych, w których najczęściej potrzebuje lub potrzebowałaby Pani/Pan wsparcia (można zaznaczyć kilka odpowiedzi).

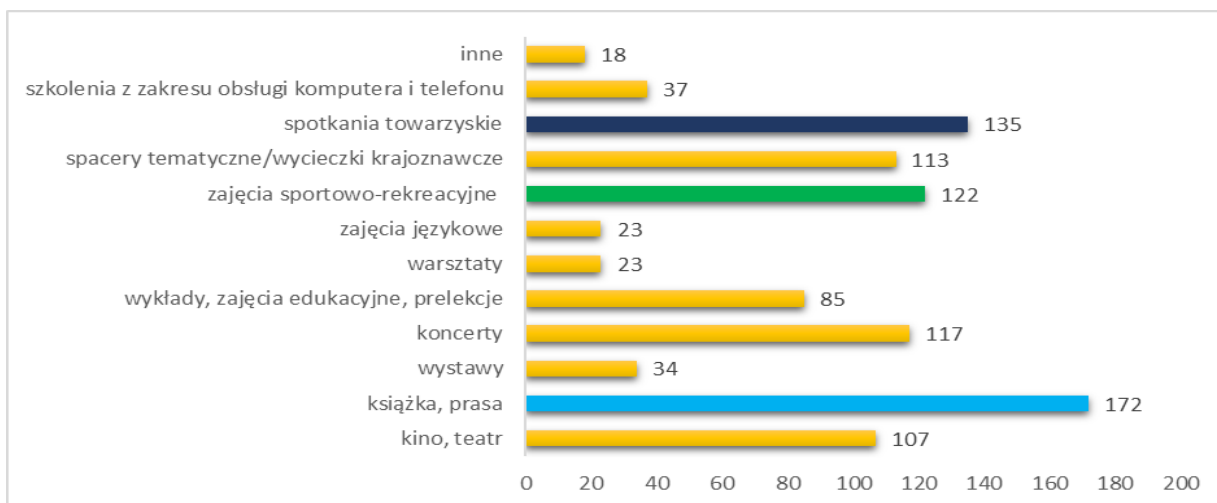


Z powyższego wykresu wynika, że największym zainteresowaniem seniorów cieszyłyby się bezpłatne zajęcia ruchowe. Ankietowani wskazali na chęć skorzystania z usług „złotej rączki”, pomocy przy codziennych czynnościach: sprzątaniu i myciu okien. Popularne było również wsparcie przy umawianiu wizyt u lekarza czy też pomoc w zakresie spraw urzędowych. Ankieterzy mogli również sami zaproponować, z jakiej oferty chcieliby skorzystać. W tym miejscu najczęściej wpisywano: zwiększenie dostępnych ofert dla osób niepełnosprawnych, bezpłatne szkolenia w różnych zakresach, zwiększenie ilości gabinetów świadczących usługi w ramach NFZ i zmniejszenie czasu oczekiwania na rehabilitację, zajęcia rehabilitacyjne, pomoc informatyczną. Zaproponowano też zajęcia z dietetykiem, naukę gry na instrumencie i bezpłatne zajęcia taneczne.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 7

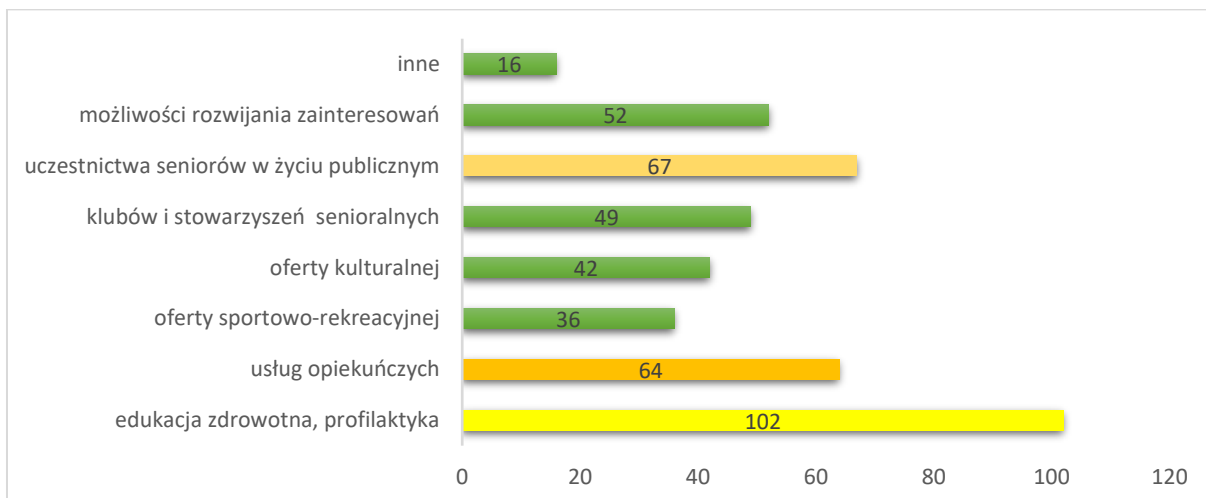
Jak Pani/Pan spędza czas wolny (można zaznaczyć kilka odpowiedzi)?



W pytaniu o ulubiony sposób spędzania wolnego czasu seniorzy najczęściej wymieniali lekturę książki lub prasy, spotkania towarzyskie oraz udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych. Ciechanowscy seniorzy chętnie uczestniczą w koncertach, chodzą do kina oraz uczestniczą w wykładach i prelekcjach. Dodatkowo seniorzy często dopisywali oglądanie telewizji i samotne siedzenie w domu. Pojawiły się też aktywności związane z wolontariatem, udzielanie się w sekcjach kulturowych, spacery, praca na działce i wyjazdy na ryby.

PYTANIE 8

Jakich usług skierowanych do osób starszych brakuje Pani/Pana zdaniem w mieście (można zaznaczyć kilka odpowiedzi i proszę uzasadnić wybór)?

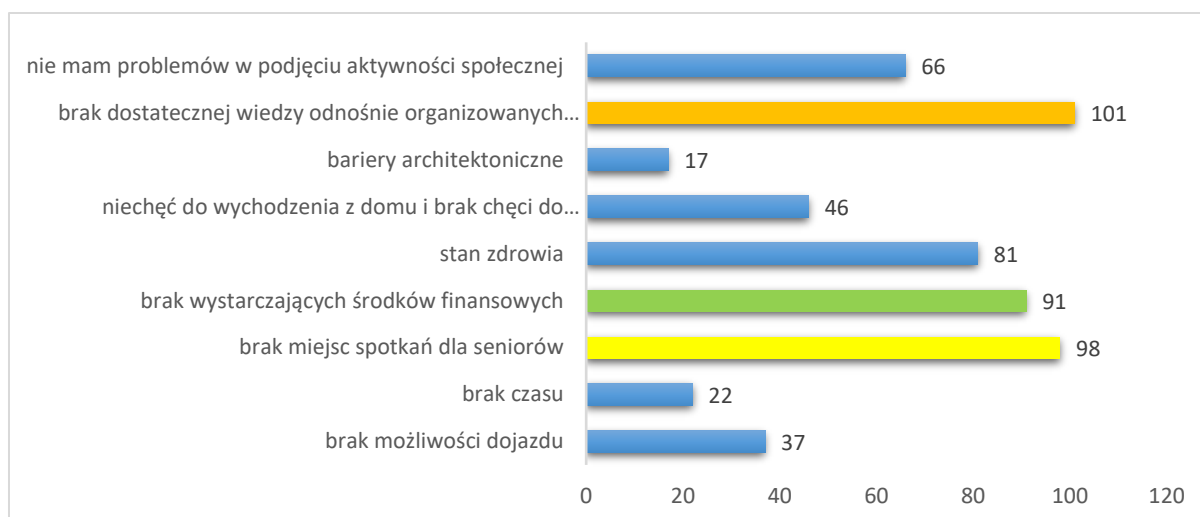


Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Kolejne pytanie dotyczyło usług dla seniorów, których zdaniem ankietowanych brakuje w Ciechanowie. Na pierwszym miejscu wskazywano zajęcia z edukacji zdrowotnej i profilaktyki. Jako kolejne wymieniano usługi zwiększające uczestnictwo seniorów w życiu publicznym oraz usługi opiekuńcze. W opcji "inne" wpisywano najczęściej usługi "złotej rączki", opiekę geriatryczną, kursy z obsługi urządzeń elektronicznych, potrzebę zwiększenie liczby opiekunek z instytucji pomocowych, brak lokali do spotkań towarzyskich, brak ośrodka kulturalno-sportowego z całodziennym dostępem dla seniora, zajęć z różnych dziedzin zainteresowań, tj. florystyki, kulinariów, itp. Pojawiła się też chęć nauki języków obcych. Seniorzy zaznaczyli, że duża część zajęć odbywa się w tym samym czasie. Zainteresowaniem cieszyłyby się też porady prawne i pomoc notariusza.

PYTANIE 9

Co Pani/Panu najbardziej utrudnia dostęp do oferty kulturalnej, sportowo-rekreacyjnej na terenie Ciechanowa (można zaznaczyć kilka odpowiedzi)?

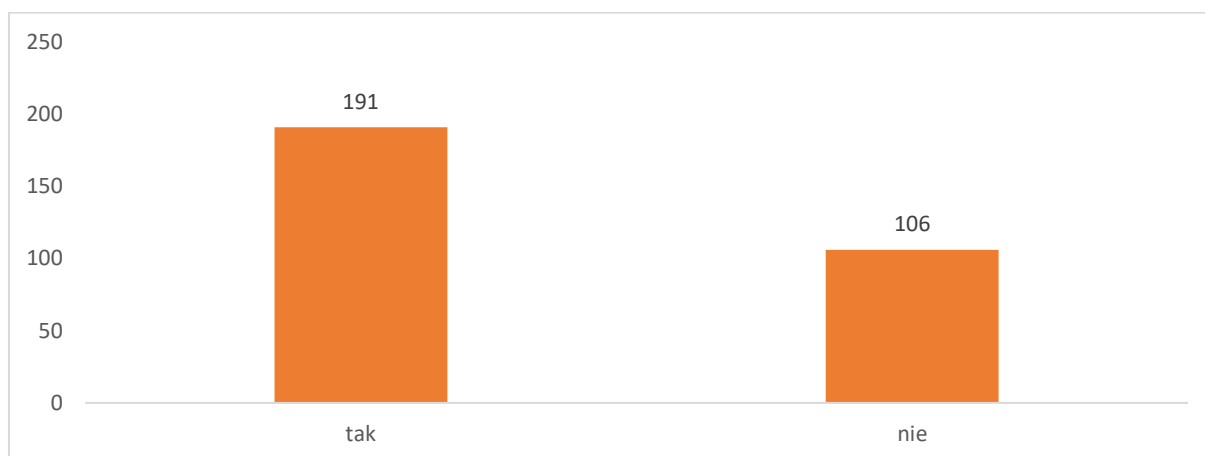


Największy problem sprawia ankietowanym brak wiedzy o wydarzeniach organizowanych w mieście. Wskazali również problem braku miejsc spotkań dla seniorów oraz brak wystarczających środków finansowych. Duża grupa seniorów wymieniła też zły stan zdrowia i brak możliwości dojazdu. W tym punkcie ankietownicy dopisali też brak integracji międzypokoleniowej oraz drogie bilety.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 10

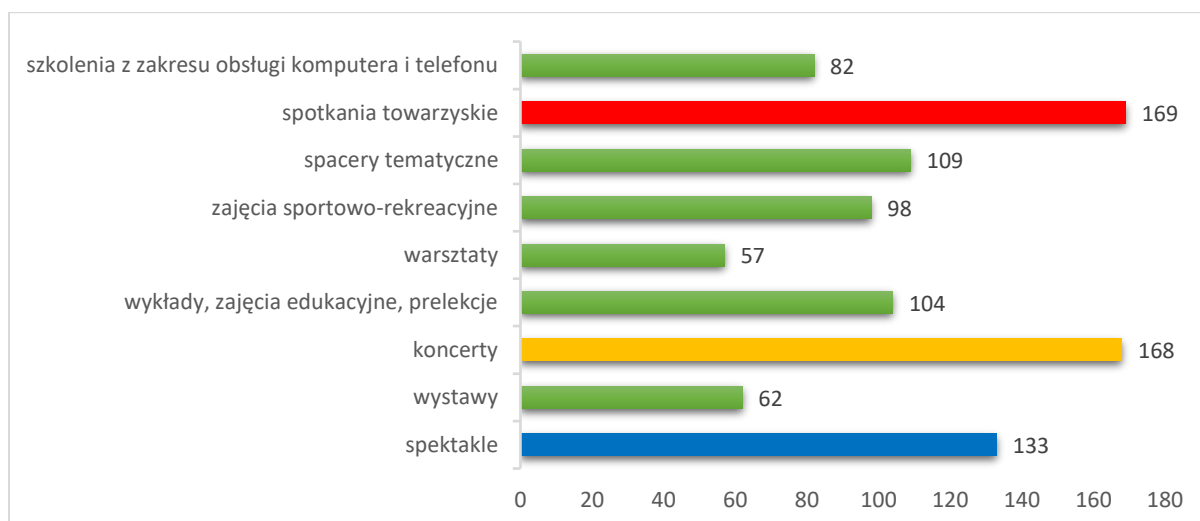
Czy posiada Pani/Pan wiedzę, jakie instytucje działają w Ciechanowie na rzecz seniorów?



Z odpowiedzi na to pytanie wynika, że przeważająca grupa seniorów biorących udział w ankiecie ma wiedzę o instytucjach działających na rzecz seniorów w Ciechanowie.

PYTANIE 11

Chciałabym/chciałbym uczestniczyć w (można zaznaczyć kilka odpowiedzi):



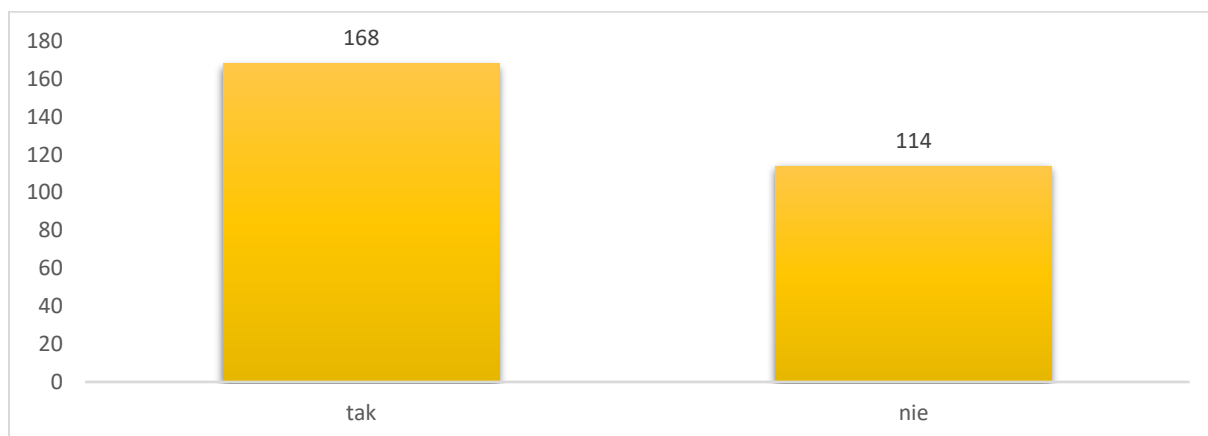
Respondenci zostali poproszeni o wskazanie, w jakich wydarzeniach chcieliby najchętniej uczestniczyć. Dwie najpopularniejsze odpowiedzi to spotkania towarzyskie i koncerty. Mniej głosów oddano na spektakle, spacer tematyczne i wykłady oraz szkolenia z zakresu obsługi komputera i telefonu. Odpowiadając na to pytanie respondenci mogli zaznaczyć kilka

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

propozycji. Dość liczna grupa ankietowanych zaznaczała wszystkie odpowiedzi. Dopisywano również wyjazdy integracyjne i wycieczki, turnusy rehabilitacyjne, seanse kinowe, ogniska i grzybobranie.

PYTANIE 12

Czy korzysta Pani/Pan z usług tych instytucji, stowarzyszeń i organizacji, które działają na terenie Ciechanowa i oferują wsparcie mieszkańcom?



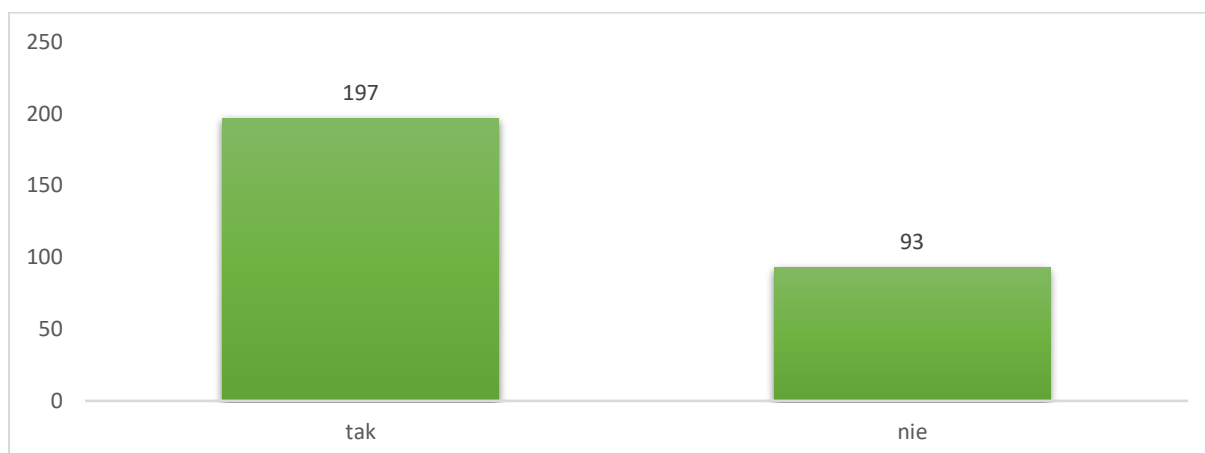
Znacząca grupa respondentów przyznała, iż korzysta z usług działających w Ciechanowie organizacji i instytucji. Najczęściej wymieniano tu Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku, Urząd Miasta Ciechanów, Kluby Seniora, COEK Studio, Powiatowy Uniwersytet Trzeciego Wieku, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej i działający w nim Dzienny Dom Seniora. Wymieniano również biblioteki, kino, muzeum, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, klub fotograficzny, SAP-Art, stowarzyszenie „Victoria”, Polski Związek Wędkarski, Polski Związek Brydża Sportowego, wolontariat, Polski Związek Emerytów i Rencistów.

Osoby nie korzystające z usług organizacji działających na rzecz seniorów najczęściej jako powód podawały problemy z dotarciem, problemy zdrowotne lub niepełnosprawność, ograniczoną ilość miejsc na zajęciach, brak czasu, brak wiedzy o tych instytucjach bądź też niezajomość oferty tych instytucji. Wpisywano również problemy rodzinne, finansowe oraz bariery architektoniczne.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 13

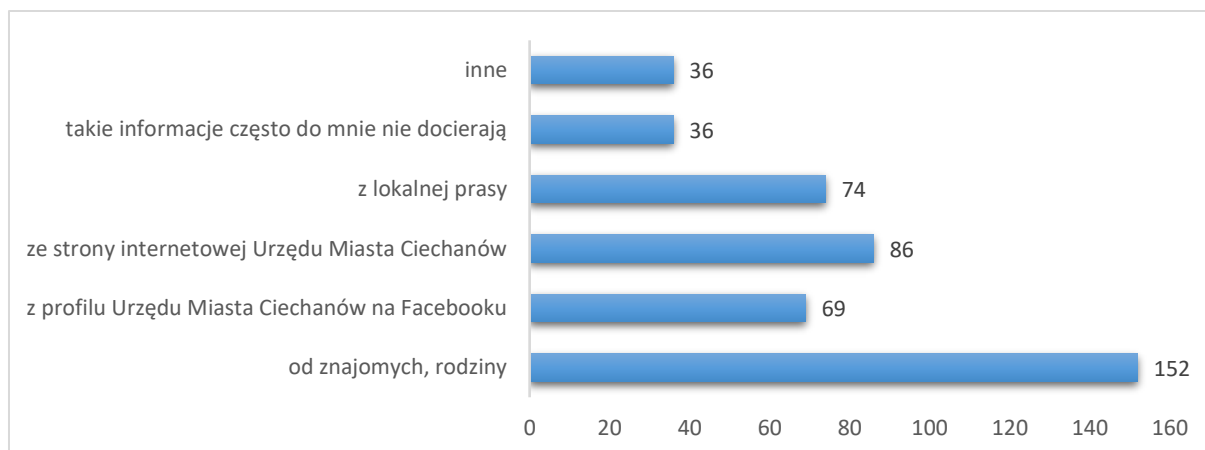
Czy korzysta Pani/Pan z Internetu i komputera?



Blisko 68% respondentów przyznała, że korzysta z Internetu i komputera.

PYTANIE 14

W jaki sposób najczęściej dowiaduje się Pani/Pan o wydarzeniach, które odbywają się w Ciechanowie? (proszę zaznaczyć jedną odpowiedź)

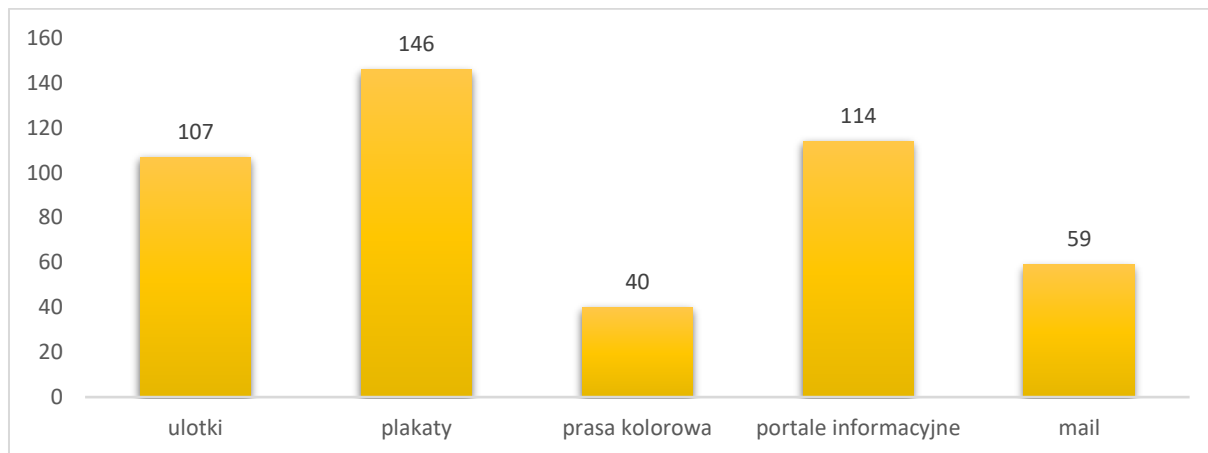


W tym miejscu najczęściej podawano odpowiedź "od znajomych, rodziny" oraz ze stron i portali Internetowych. Dodatkowo seniorzy podali informacje podawane w radio, media lokalne oraz ogłoszenia zamieszczane w przestrzeni miejskiej.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 15

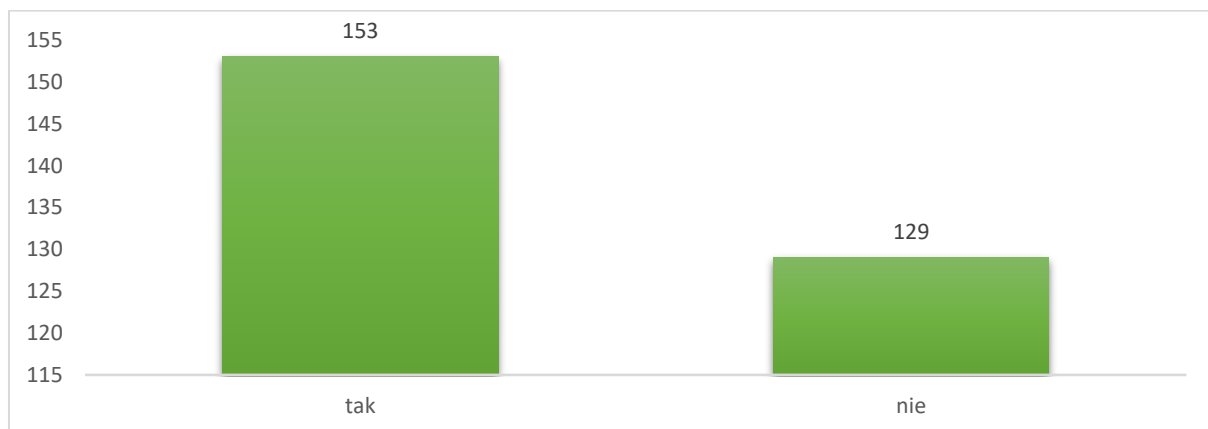
W jaki sposób chciałaby/chciałby Pani/Pan być informowanym o wydarzeniach w mieście?



Seniorzy w większości chcą być informowani za pomocą plakatów, portali Internetowych oraz ulotek. Pojawiły się często propozycje dotyczące komunikatów SMS, informatora dla seniorów, kalendarze imprez na stronie Urzędu Miasta Ciechanów.

PYTANIE 16

Czy chciałaby Pani / chciałby Pan działać na rzecz innych osób (wolontariat, pomoc sąiedzka, itp.)



Zdecydowana większość ankietowanych wyraża chęć zaangażowania się w wolontariat.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

PYTANIE 17

Jak Pani/Pana zdaniem można poprawić jakość życia osób starszych w Ciechanowie?

W tym punkcie seniorzy mogli wpisać swoje spostrzeżenia, pomysły i propozycje. Seniorzy najczęściej wpisywali:

- konieczność upowszechnienia informacji o już istniejących formach pomocy;
- potrzebę stworzenia w mieście toalety dostosowanej dla osób starszych oraz niepełnosprawnych;
- większą dostępność oferty bezpłatnej lub ulgowej dla seniorów ograniczonych ruchowo;
- szeroki pakiet usług kulturalnych;
- problem z bardzo długim okresem oczekiwania w kolejkach do lekarzy;
- częstszy kontakt urzędu z osobami starszymi;
- potrzeba ogólnej opieki zdrowotnej i pomocy społecznej w różnych czynnościach, tj. pomoc w robieniu zakupów, umówienie wizyty do lekarza, pomoc w sprawach urzędowych;
- utworzenie przez miasto domu opieki seniora typu „złota jesień” dla mieszkańców, założenie domu spokojnej starości;
- brak dużej sali oraz biur wyposażonych w zaplecza, brak stałego lokalu spotkań seniorów;
- telefon zaufania i życzliwości;
- informacje o działalności Ciechanowskiej Radzie Seniora;
- kalendarz imprez wszystkich organizacji pozarządowych, instytucji kultury oraz Urzędu Miasta w jednym miejscu z możliwością wyboru terminu i godzin imprez by czas i terminy się nie nakładały;
- poprawa jakości dróg;
- wprowadzenie dodatkowych kursów autobusów;
- pomoc sąsiedzka;
- więcej ławek przy ulicach, przy których znajdują się placówki handlowe i usługowe;
- zwiększanie patroli policyjnych na osiedlach ze względu na zwiększające się kradzieże, złe zachowanie młodzieży i kierowców;
- wycieczki dla seniorów;
- rozszerzenie usług Ciechanowskiej Karty Seniora;

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

- aby więcej osób mogło korzystać z domu seniora, całodobowo;
- więcej podjazdów do sklepów;

Bardzo często pojawiały się wpisy wyrażające zadowolenie z oferty miejskiej kierowanej do seniorów.

WNIOSKI Z ANALIZY SYTUACJI SENIORÓW W CIECHANOWIE NA PODSTAWIE ANKIET

W badaniu ankietowym przeważającą większość stanowiły panie. Najliczniejszą grupą respondentów byli seniorzy w wieku 60+ i 70+. Ankiety wypełnione przez seniorki stanowiły 73% wszystkich formularzy. Rośnie liczba seniorów mieszkających samodzielnie lub samotnie. Blisko 43% ankietowanych to wdowcy. 36,5% ankietowanych jest w związku małżeńskim, 20,5 % ankietowanych zadeklarowało, że jest stanu wolnego.

Nasi ankietowani to w większości osoby samodzielne bądź korzystające z pomocy rodziny, nieaktywne zawodowo, w większości emeryci. Są członkami organizacji senioralnych. Wolny czas spędzają przy książce, spotykając się ze znajomymi bądź też biorąc udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych. Chcą być aktywni, spędzać swój czas na zajęciach sportowych i kulturalnych. Interesuje ich każda forma aktywności. Korzystają z Internetu i komputera. Wiedzę o wydarzeniach w mieście najczęściej czerpią z informacji od rodziny i znajomych oraz komunikatów zamieszczanych na stronie Internetowej i Facebooku Urzędu Miasta Ciechanów. Mimo to zadeklarowali, że o wydarzeniach w mieście chcą być informowani w pierwszej kolejności poprzez plakaty zamieszczone w przestrzeni publicznej. Seniorzy wyrażają chęć zaangażowania się w działalność na rzecz innych osób.

Badanie ankietowe wyłoniło problemy, którymi jest samotność i problemy ze zdrowiem oraz problemy finansowe. Ankietowani w większości ocenili swój stan zdrowia jako przeciętny lub dobry, z wizyt u lekarza korzystają raz na kwartał lub raz w miesiącu. Ankietowane osoby zadeklarowały w największym stopniu chęć skorzystania z badań profilaktycznych i edukacji zdrowotnej w zakresie ważnych dla nich chorób, spotkań z dietetykiem. Wnioskują o zwiększenie usług opiekuńczych.

Największą trudność w dostępie do ofert kulturalnych i sportowych w mieście sprawia im brak dostatecznej wiedzy o ofercie. Seniorzy przyznali również, że w mieście brakuje miejsc dla spotkań seniorów. Aktywność utrudnia im też stan zdrowia i sytuacja finansowa. Ważnym zgłaszanym w ankiecie problemem była kwestia barier architektonicznych.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

Spośród oferty usług darmowych lub objętych ulgą największym zainteresowaniem cieszyłyby się bezpłatne zajęcia ruchowe, usługi „złotej rączki” oraz pomoc przy sprzątanii i myciu okien. Z chęcią uczestniczyliby w spotkaniach towarzyskich, koncertach i spektaklach. Z badania wynika, że seniorzy w większym stopniu chcieliby również rozwijać swoje zainteresowania, korzystać z oferty klubów seniorów i stowarzyszeń senioralnych oraz z oferty kulturalnej w mieście. Potrzebne jest również szkolenie z zakresu obsługi komputera i telefonu (niskie kompetencje cyfrowe seniorów powodują ich wykluczenie i problemy z dostępem do informacji). Chcą być aktywni, czuć się potrzebni i zgłaszają potrzebę zwiększenia ich uczestnictwa w życiu publicznym.

MISJA I CELE STRATEGII SENIORALNEJ

Ciechanów to miasto przyjazne seniorom. Seniosem prędzej czy później stanie się każdy mieszkaniec miasta tak więc praca na rzecz najstarszej grupy społecznej oznacza jednocześnie pracę na rzecz wszystkich mieszkańców. Głównym celem polityki senioralnej jest wyrównywanie szans osób starszych na godne i zdrowe życie. Kluczowym zadaniem władz Gminy Miejskiej Ciechanów jest zapewnienie wysokiego poziomu życia swoim mieszkańcom, a więc stworzenie możliwości i warunków do rozwoju we wszystkich dziedzinach życia. Cel ten zostanie osiągnięty poprzez realizację działań, mających na celu przede wszystkim poprawę jakości życia i zdrowia seniorów poprzez poprawę stanu infrastruktury i bazy lokalowej instytucji działających na rzecz seniorów, poprawę dostępności komunikacyjnej, rozszerzenie działań dotyczących profilaktyki zdrowia, działania edukacyjne oraz z zakresu kultury aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia. Powyższe kierunki zostały też pośrednio nakreślone przez samych seniorów, którzy wypełnili ankietę.

Wyznaczone kierunki działań to:

1. Utrzymanie zdrowia i dobrej kondycji fizycznej seniorów.
2. Poprawa jakości życia osób starszych.
3. Wsparcie seniorów w trudnych sytuacjach życiowych.
4. Komunikacja publiczna - zwiększenie dostępności i poprawa jakości usług realizowanych na rzecz seniorów.
5. Polityka informacyjna adresowana do seniorów.
6. Zwiększenie i udostępnienie szerszej grupie seniorów bogatej oferty form spędzania wolnego czasu.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

7. Aktywizacja społeczna seniorów.
8. Zapewnienie seniorom wsparcia w życiu codziennym.
9. Wzmocnienie systemu pomocy instytucjonalnej i społecznej skierowanej do osób starszych.

Wyznaczone kierunki działań	Proponowane działania
<p>Utrzymanie zdrowia i dobrej kondycji fizycznej seniorów.</p> <p>Poprawa jakości życia osób starszych.</p>	<p>Propagowanie zdrowego stylu życia osób starszych oraz spotkania ze specjalistami.</p> <p>Zwiększenie zakresu działań w obszarze profilaktyki zdrowego trybu życia i godnego starzenia się.</p> <p>Uwzględnienie w ofercie klubów sportowych potrzeb seniorów/ stworzenie oferty skierowanej do seniorów.</p> <p>Kształtowanie przestrzeni publicznej przyjaznej seniorom/niwelowanie barier architektonicznych.</p> <p>Rozwijanie programów wsparcia dla seniorów z wykorzystaniem technik teleinformatycznych.</p> <p>Promowanie form rekreacji i wypoczynku dostosowanych do możliwości seniorów.</p>
Komunikacja publiczna.	Rozwój transportu lokalnego uwzględniającego potrzeby seniorów
Zwiększenie dostępności i poprawa jakości usług realizowanych na rzecz seniorów.	<p>Rozwijanie i zwiększanie dostępności usług wspierających aktywność (m.in. zajęcia kulturalne, edukacyjne).</p> <p>Inicjowanie i zachęcanie do tworzenia ofert zniżkowych dla seniorów.</p>
Polityka informacyjna adresowana do seniorów.	Dostosowanie sposobu informowania o miejskich wydarzeniach do potrzeb seniorów.
Zwiększenie i udostępnienie szerszej grupie seniorów bogatej oferty form spędzania wolnego czasu.	Rozwijanie różnego rodzaju form edukacji seniorów, w tym kompetencji cyfrowych.
Aktywizacja społeczna seniorów.	<p>Zwiększenie działań aktywizujących seniorów społecznie i zawodowo.</p> <p>Promocja i wspieranie rozwoju wolontariatu.</p>

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

	Zachęcanie NGO do rozszerzenia swojej działalności o sprawy dotyczące seniorów. Zwiększenie udziału seniorów w tworzeniu i realizacji polityki senioralnej.
Zapewnienie seniorom wsparcia w życiu codziennym.	Rozwijanie usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania osób niesamodzielnych: wsparcie w czynnościach życia codziennego, zakupach, przeciwdziałanie samotności. stworzenie oferty dla seniorów dotyczącej drobnych napraw / "złota rączka". Wspieranie dostosowywania infrastruktury i przestrzeni publicznej do potrzeb osób starszych.
Wzmocnienie systemu pomocy instytucjonalnej i społecznej skierowanej do osób starszych.	Zwiększenie usług zorientowanych na pomoc seniorom. Wspieranie inicjatyw lokalnych. Kreowanie i wzmacnianie pozytywnego wizerunku osób starszych.

FINANSOWANIE STRATEGII

Źródłami finansowania realizacji Strategii Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028 będą w szczególności środki pochodzące z:

- budżetu Gminy Miejskiej Ciechanów,
- budżetu województwa mazowieckiego,
- funduszy europejskich w ramach poszczególnych programów operacyjnych oraz programów krajowych,
- budżetu państwa związane z realizacją programów dotyczących polityki senioralnej,
- współpracy z organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób starszych,
- jednostek samorządu terytorialnego,
- środki będące w dyspozycji partnerów realizujących program;
- środki pozyskane na realizację Strategii od lokalnych sponsorów.

Strategia Polityki Senioralnej w Ciechanowie na lata 2024-2028

MONITORING I EWALUACJA STRATEGII

Za monitorowanie i ewaluację zadań określonych w niniejszym dokumencie będzie odpowiadał Urząd Miasta Ciechanów. Monitoring będzie stałym i ciągłym procesem obserwacji zmian mającym na celu zapewnienie informacji na temat skuteczności podejmowanych działań oraz osiągniętych rezultatów. Monitorowaniem działań zajmie się Zespół Monitorujący, złożony z przedstawicieli seniorów oraz wybranych urzędników powołanych przez Prezydenta Miasta Ciechanów do opracowania Strategii.

Zespół będzie spotykał się minimum raz w roku, by opracować Plan Działań na okres roku, ocenić poziom wdrażania poszczególnych celów i kierunków działań. Zespół swoją ocenę przedstawi Prezydentowi Miasta Ciechanów, sugerując przyjęcie proponowanych rozwiązań. Strategia będzie podlegała ewaluacji na przestrzeni kolejnych lat. Ewaluacja odbywać się będzie co dwa lata.

Po zakończeniu realizacji działań określonych w Strategii sporządzony zostanie raport końcowy, w którym zostanie dokonana ocena zrealizowanych przedsięwzięć oraz wskazane te formy działań, które powinny być kontynuowane w latach następnych, jak również te, które powinny ulec modyfikacji. Polityka senioralna realizowana będzie w stałej konsultacji z seniorami, którzy będą mieli możliwość opiniować podejmowane działania oraz przedstawiać własne propozycje przedsięwzięć.