

**Dokument powstał w ramach projektu:  
„Aktywny Senior Gminy Bychawa”.  
Projekt dofinansowany z Rządowego  
programu na Rzecz Aktywności  
Społecznej Osób Starszych**

**Autorzy : Gminna Rada Seniorów w Bychawie II kadencji**

**Współpraca :**

**Bychawskie Stowarzyszenie Kobiet Aktywnych**

**Redakcja merytoryczna :**

**Małgorzata Czarnecka**

## Spis treści :

<b>Wprowadzenie .....</b>	<b>str. 5</b>
<b>Rozdział I. Sytuacja Seniorów w Gminie Bychawa .....</b>	<b>str. 6</b>
<b>Rozdział II. Cel główny Lokalnego Programu Wsparcia Seniorów.....</b>	<b>str. 23</b>
<b>Rozdział III. Działania wynikające z celów ogólnych Lokalnego Programu Wsparcia Seniorów.....</b>	<b>str. 24</b>
<b>Rozdział IV. Finansowanie Strategii.....</b>	<b>str. 27</b>
<b>Podsumowanie .....</b>	<b>str. 28</b>

# LOKALNY PROGRAM WSPARCIA SENIORÓW

**ASOS** 2014-2020

Regionalny Program na rzecz Aktywności Społecznej  
Osób Starszych na lata 2014-2020

# PROGRAM WSPARCIA SENIORÓW GMINY BYCHAWA POWSTAŁ NA LATA 2020-2024

Dokument powstał w ramach realizacji projektu: „Aktywny Senior Gminy Bychawa”. Projekt dofinansowany z Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020. Projekt realizowany był przez Stowarzyszenie „Razem dla Kultury”.

Do prac nad Lokalnym Programem Wsparcia Seniorów włączyli się : Bychawskie Stowarzyszenie Kobiet Aktywnych i Gminna Rada Seniorów w Bychawie.

## Wprowadzenie :

### **Krótką informacją o projekcie:**

Projekt Aktywny Senior Gminy Bychawa był projektem skierowanym do mieszkańców gminy Bychawa w wieku 60+. Zarówno do tych osób, które wykazują aktywność społeczną (będąc członkami np. Gminnej Rady Seniorów) jak i do tych, którzy nie włączają się w życie społeczności lokalnej, ale chcieliby to zmienić.

Projekt był odpowiedzią na potrzeby mieszkańców gminy. Z jednej strony zaspokajał potrzeby rozwoju i profesjonalizacji Gminnej Rady Seniorów poprzez weekendowe wyjazdowe szkolenie oraz wizyty studyjne będące uzupełnieniem zdobytej wiedzy z warsztatów i zobaczeniem w praktyce różnych rozwiązań partycypacji osób starszych w życiu publicznym.

Działania te zakończyły się wypracowaniem Lokalnego Programu Wsparcia Seniorów zawierającego szereg rekomendacji (trzy z nich zostały wprowadzone w czasie realizacji projektu, a pozostałe będą w kolejnych latach).

Z drugiej strony projekt wychodził naprzeciw potrzebom osób 60+ dotyczącym wzmocnienia i podniesienia poczucia własnej wartości, chęci bycia kimś ważnym i potrzebnym. Stąd w ramach projektu powstał wolontariat seniorów gminy Bychawa poprzedzony cyklem warsztatów, które miały na celu wyposażenie przyszłych wolontariuszy w kompetencje niezbędne do pełnienia tej funkcji. W czasie realizacji projektu uczestnicy mieli możliwość przy wsparciu animatorki zrealizować dwie inicjatywy.

Na zakończenie projektu zostało zorganizowane spotkanie podsumowujące, na którym były prezentowane rezultaty projektu oraz planowane dalsze działania.

Działania w ramach projektu były realizowane w Bychawskim Centrum Kultury w Bychawie. Projekt został zrealizowany od 01.03.2019r. do 31.12.2019r.

## I. SYTUACJA SENIORÓW W GMINIE BYCHAWA

Starzejące się społeczeństwo to aktualnie poważne wyzwanie dla państw europejskich. Polska również musi zmierzyć się z tym wyzwaniem. Regularnie zmienia się struktura naszego społeczeństwa. Dane pokazują, że na dzień 30.06.2017 roku (źródło: „Ludność. Stan i struktura w przekroju terytorialnym. Stan w dniu 30 IV 2017” GUS, Warszawa 2017) liczba mieszkańców woj.lubelskiego wyniosła 2 129 260 osób, z czego aż 365 029 osób to ludzie w wieku poprodukcyjnym. Na podstawie danych statystycznych (źródło: [lublin.stat.gov.pl/vademecum/vademecum\\_lubelskie/portrety\\_gmin/powiat\\_lubelski](http://lublin.stat.gov.pl/vademecum/vademecum_lubelskie/portrety_gmin/powiat_lubelski)) wynika, że gminę Bychawa zamieszkuje 11832 mieszkańców w tym 7301 osób w wieku produkcyjnym i 2432 w wieku poprodukcyjnym, osoby w wieku poprodukcyjnym stanowią 20,6 % ludności gminy.

Obserwując minione lata, można śmiało stwierdzić, że postępuje dynamiczny wzrost ludności w wieku poprodukcyjnym. W Polsce odsetek ludności w wieku co najmniej 60 lat, który obecnie wynosi 22,2%, wzrośnie do 2060 r. do 34,5%. Większość osób po 60 roku życia stanowią kobiety(K). Dane GUS pokazują, że udział ludności w wieku poprodukcyjnym w liczbie ludności w wieku produkcyjnym regularnie wzrasta.

W województwie lubelskim wskaźnik ten, w roku 2018 wynosił 17,6%, co sytuuje region w grupie woj. o największym udziale osób w wieku poprodukcyjnym w liczbie ludności w wieku produkcyjnym. W gminie Bychawa wskaźnik dotyczący osób w wieku poprodukcyjnym wynosi 20,6%. Lubelszczyzna jest w czołówce regionów o największym zamieszkaniu osób starszych. Proces starzenia się ludności naszego regionu wiąże się z różnymi konsekwencjami związanymi ze sferą socjalną, ekonomiczną, medyczną, kulturalną. Na terenach wiejskich i wiejsko - miejskich jest dużo problemów, które rozwiązuje się trudniej niż w miastach. Dotyczą one również mieszkańców w wieku 60+. Po wejściu w wiek poprodukcyjny zmniejsza i pogarsza się aktywność, jakość życia, a rola seniorów przestaje być istotna w życiu społecznym. Wszystko to powoduje, że ludzie stają się samotni, spada im poczucie własnej wartości, przestają mieć satysfakcję z życia, popadają w depresje, a skutki tych czynników negatywnie wpływają na całe rodziny, a także przekładają się na całociowy brak rozwoju środowiska lokalnego.

Przez ostatnie lata społeczna rola seniorów przeszła znaczącą przemianę. Seniorzy, którzy znaleźli bądź też otrzymali możliwość realizacji siebie na wielu płaszczyznach społecznych, m. in. w klubach seniora, gminnych radach seniorów, stowarzyszeniach i innych zaczęli często zmieniać swój lokalny świat.

Sytuację seniorów w gminie Bychawa opisali uczestnicy stacjonarnych warsztatów

organizowanych w ramach projektu. W tej grupie znaleźli się przedstawiciele gminnej rady seniorów, przedstawiciele organizacji pozarządowych i grup nieformalnych działających na terenie gminy Bychawa na rzecz seniorów. Wyszczególnili oni poniższe zagadnienia.

W ramach opracowania niniejszego dokumentu uczestnicy warsztatów wskazali następujące źródła informacji o sytuacji seniorów gminy Bychawa:

### **ŹRÓDŁO INFORMACJI O SENIORACH GMINY BYCHAWA**

- Lokalne dokumenty strategiczne Urzędu Miejskiego w Bychawie
- Klub Seniora
- Ośrodek Pomocy Społecznej
- Lokalne gazety
- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów
- Stowarzyszenia działające na terenie gminy
- Urząd Miejski
- Spotkania integracyjne
- Ankiety
- Kawiarnia
- Biblioteka
- KGW
- Internet
- Urząd Statystyczny
- „poczta pantoflowa”/ rozmowy

Następnie uczestnicy warsztatów wyszczególnili instytucje, organizacje pozarządowe, grupy nieformalne działające na rzecz seniorów w gminie Bychawa:

### **KTO DZIAŁA NA RZECZ SENIORÓW:**

- Urząd Miejski w Bychawie – pomoc finansowa, dofinansowanie inicjatyw, użyczenie bezpłatne lokalu, przekazywanie gadżetów promocyjnych, środki transportu,
- Ośrodek Pomocy Społecznej – obsługa techniczna Rady Seniorów, programy żywnościowe, projekty na rzecz seniorów – Aktywny Senior, usługi opiekuńcze
- Lokalna Grupa Działania "Kraina Wokół Lublina" – promocja i środki na realizację projektów,
- Bychawskie Centrum Kultury – udostępnianie bezpłatne lokalu i sprzętu dla grup realizujących działania kulturalne, przy BCK działa klub seniora, męski zespół

wokalny i chór SIMUL CANTARE,

- Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów – wyjazdy do teatru, wycieczki krajoznawcze, dzień (inwalidy) seniora – I-wsza niedziela po Wielkanocy,
- Bychawskie Stowarzyszenie Kobiet Aktywnych – imprezy okolicznościowe, projekty skierowane dla seniorów, pozyskiwanie funduszy gminnych, rządowych i europejskich,
- Stowarzyszenie Razem dla Kultury – imprezy okolicznościowe, projekty skierowane dla seniorów pozyskiwane z funduszy gminnych, rządowych i europejskich
- Klub Seniora – oprawa wokalna imprez okolicznościowych, cotygodniowe spotkania, spotkania noworoczne,
- KGW – imprezy okolicznościowe, projekty skierowane dla seniorów pozyskiwane z funduszy gminnych, rządowych i europejskich,
- Grupy parafialne/religijne/chór parafialny – zrzeszanie seniorów,
- Bychawski Uniwersytet Trzeciego Wieku – przez 2 lata UTW utrzymywany był z dotacji (pozyskiwane dotacje ze źródeł zewnętrznych) – w ramach UTW – warsztaty, wykłady, wyjazdy, spotkania tematyczne,
- Bychawskie Towarzystwo Regionalne – spotkania regionalne, występy artystyczne, artykuły pisane przez seniorów w prasie lokalnej,
- Biblioteka – imprezy okolicznościowe,
- Przedszkola – oprawa występów artystycznych dla Seniorów na Dzień Babci i Dziadka,
- Zakład Opieki Zdrowotnej – programy zdrowotne skierowane do Seniorów.

Uczestnicy warsztatów wskazali również jakie działania na terenie gminy Bychawa są podejmowane na rzecz seniorów (w tym jakie są podejmowane działania cykliczne na rzecz seniorów i jakie były realizowane projekty ze środków zewnętrznych na rzecz seniorów):

#### **GŁÓWNE DZIAŁANIA PODEJMOWANE NA RZECZ SENIORÓW:**

- Imprezy okolicznościowe m.in. dzień babci, dzień dziadka, dzień kobiet, wigilia dla seniorów,
- Wycieczki – krajoznawcze organizowane m.in. przez Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów i Bychawskie Stowarzyszenie Kobiet Aktywnych,
- Spotkania integracyjne m.in. andrzejki, tłusty czwartek, sylwester, potańcówki,
- Seniorzy biorą udział w imprezach organizowanych dla mieszkańców Gminy Bychawa m. in. Pierogi Bychawskie, dożynki, Dzień Niepodległości, noc świętojańska, piknik rodzinny, Forum Kół Gospodyń Wiejskich, przegląd zespołów



ludowych, Forum Organizacji Pozarządowych, Forum Kobiet Aktywnych.

▪ Projekty skierowane do seniorów:

- Aktywny Senior
- Dzień babci i dziadka
- Międzypokoleniowy Klub Kobiet Aktywnych 60+
- Bychawska Akademia Aktywnego Seniora
- Bychawski Uniwersytet III-go wieku
- Aktywny i patriotyczny senior dla Niepodległej
- Zakup strojów estradowych dla Klubu Seniora (LGD)
- Aktywny Senior Gminy Bychawa
- Światowy Dzień Inwalidów
- Międzynarodowy Dzień Seniora
- Udział w projekcie Klub Kobiet Aktywnych
- X.2019 projekt OPS dla bychawskich seniorów - Klub Seniora "Aktywny Senior".
- Senior - Student

## Analiza SWOT – funkcjonowanie Seniorów w gminie Bychawa

<b>Mocne strony</b>	<b>Szanse</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- dyspozycyjność osób starszych</li> <li>- chęć rozwoju i zdobywania wiedzy</li> <li>- potrzeba integracji</li> <li>- znajomość swoich mocnych stron i ograniczeń</li> <li>- analityczne spojrzenie</li> <li>- optymistyczne nastawienie</li> <li>- chęć „czerpania życia pełnymi garściami”</li> <li>- chęć dzielenia się swoją wiedzą i doświadczeniem z innymi</li> <li>- gotowość do nauki nowych rzeczy</li> <li>- otwartość na nowe inicjatywy</li> <li>- chęć działania na rzecz środowiska lokalnego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozwój pasji i zainteresowań poprzez stworzenie seniorom możliwości dalszego rozwoju</li> <li>- wzrost aktywności i partycypacji seniorów w życiu publicznym</li> <li>- możliwość realizacji nowych, ciekawych inicjatyw</li> <li>- jest to wciąż mało „zagospodarowana grupa” którą można wiele zdziałać na rzecz dobra wspólnego</li> </ul>
<b>Słabe strony</b>	<b>Zagrożenia</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- problemy zdrowotne, choroby</li> <li>- uzależnienie od pomocy innych</li> <li>- słaba komunikacja – transport</li> <li>- apatia, niechęć wyjścia z domu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- apatia</li> <li>- samotność</li> <li>- wycofanie</li> <li>- brak realizacji swoich pasji</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- brak możliwości rozwoju swoich pasji i zainteresowań</li> <li>- brak/słaby bodziec do podejmowania działania</li> <li>- brak wsparcia ze strony najbliższych</li> <li>- słaba asertywność, łatwość rezygnowania z siebie na rzecz innych osób – najbliższych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>i zainteresowań</li> <li>- przedmiotowe traktowanie ze strony najbliższych</li> <li>- przygnębienie, depresja</li> <li>- uzależnienie od rodziny (wnuków)</li> </ul>
--	---

**Ponadto uczestnicy warsztatów wyszczególnili następujące problemy seniorów:**

**PROBLEM/OGRANICZENIE: I. Izolacja społeczna osób starszych, znacząca samotność, brak poczucia mocy sprawczej**

**PRZYCZYNY:** liczne ograniczenia m. in. kwestie związane ze zdrowiem i finansami, brak wsparcia w rozwiązywaniu problemów, samotne prowadzenie gospodarstwa domowych, małe dochody, negatywne doświadczenia związane z aktywnością, niski poziom kompetencji, brak świadomości swoich mocnych stron,

**SKUTKI:** nie podejmowanie się szukania pomocy, akceptacja sytuacji trudnych, brak działań interwencyjnych, brak narzędzi pomocowych i wiedzy na ich temat wśród seniorów, nałogi, rozpady rodzin.

**PROBLEM/OGRANICZENIE II. Bierność i marazm w sposobach spędzania wolnego czasu, słaba oferta kulturalna lub jej całkowity brak**

**PRZYCZYNY:** ograniczenia związane ze zdrowiem, słaba komunikacja transportowa, brak oferty działań rozwojowych i kulturalnych dla osób starszych, problemy finansowe, brak systemu wsparcia, nieumiejętność zwracania się o pomoc. Brak świadomości co do możliwości rozwoju i znaczenia rozwoju seniorów, brak wzorców godnych naśladowania.

**SKUTKI:** pogarszający się stan zdrowia, ograniczenia ruchowe, depresja, osamotnienie, izolacja społecznego, brak motywacji do rozwoju, izolacja środowiska wiejskiego co powoduje pogłębianie się wykluczenia społecznego z uwagi na pochodzenie.

**PROBLEM/OGRANICZENIE III. Niewystarczająca wiedza na temat możliwości partycypacji seniorów w życiu publicznym. Niska wiedza na temat możliwości utworzenia i działalności wolontariatu seniorów**

**PRZYCZYNY:** niska wiedza, brak wzorców, niewystarczające umiejętności liderские, mała/niewystarczająca (seniorzy chcą się angażować, ale brak im wzorców i narzędzi) wiedza i umiejętności.

**SKUTKI:** spadek motywacji do działania, bierność, poczucie, że nic się nie da zrobić, spadek aktywności.

#### **PROBLEM/OGRANICZENIE IV. Brak poczucia własnej wartości**

**PRZYCZYNY:** negatywne wzorce społeczne dotyczące kondycji i funkcjonowania osób starszych, brak systemu wsparcia i pomocy, wstyd i niepewność w wyrażaniu swoich potrzeb zwłaszcza niezgodnych ze stereotypowym postrzeganiem osób starszych, utwierdzenie przez otoczenia negatywnego obrazu własnej osoby, brak wsparcia bliskich.

**SKUTKI:** stany depresyjne, bezsilność, bezradność, poczucie bycia niepotrzebnym i bezużytecznym społecznie, samotność, koncentracja swoich myśli wśród tematu śmierci.

#### **PROBLEM/OGRANICZENIE V. Duża zależność od otoczenia i rodziny**

**PRZYCZYNY:** ograniczenia zdrowotne, choroby oraz schorzenia związane z wiekiem, problemy finansowe, słaby dostęp do komunikacji publicznej

**SKUTKI:** rezygnacja z aktywności, z poszukiwania pomocy, zniechęcenie związane z ograniczeniami, pogarszanie się stanu zdrowia, popadanie w marazm, pogłębiająca się izolacja społeczna.

#### **PROBLEM/OGRANICZENIE VI. Ograniczona oferta działań dla osób starszych**

**PRZYCZYNY:** brak lub znikoma oferta dla seniorów w środowisku lokalnym (szczególnie na wsiach), brak bezpłatnej pomocy i brak możliwości realizacji własnych pasji i działań, ubóstwo, ograniczenia w dostępie do komunikacji publicznej.

**SKUTKI:** rezygnacja z szukania pomocy, akceptacja swojej sytuacji, nie podejmowanie żadnych działań, wyobcowanie i wykluczenie społeczne seniorów.

#### **PROBLEM/OGRANICZENIE VII. Stereotypy dotyczące aktywności seniorów na terenach wiejskich i małych miast**

**PRZYCZYNY:** utrwalone przekonania dotyczące ograniczonej aktywności osób w wieku starszym ograniczone do aktywności domowych i ewentualnych zobowiązań wobec bliskich.

**SKUTKI:** brak podejmowania aktywności, depresja, frustracja, wyobcowanie w środowisku lokalnym, samotność.

#### **PROBLEM/OGROANICZENIE VIII. Uzależnienie od pomocy innych**

**PRZYCZYNY:** brak własnego środka transportu, konieczność proszenia o pomoc innych w sytuacji konieczności dostania się do większej miejscowości, mała dyspozycyjność najbliższych.

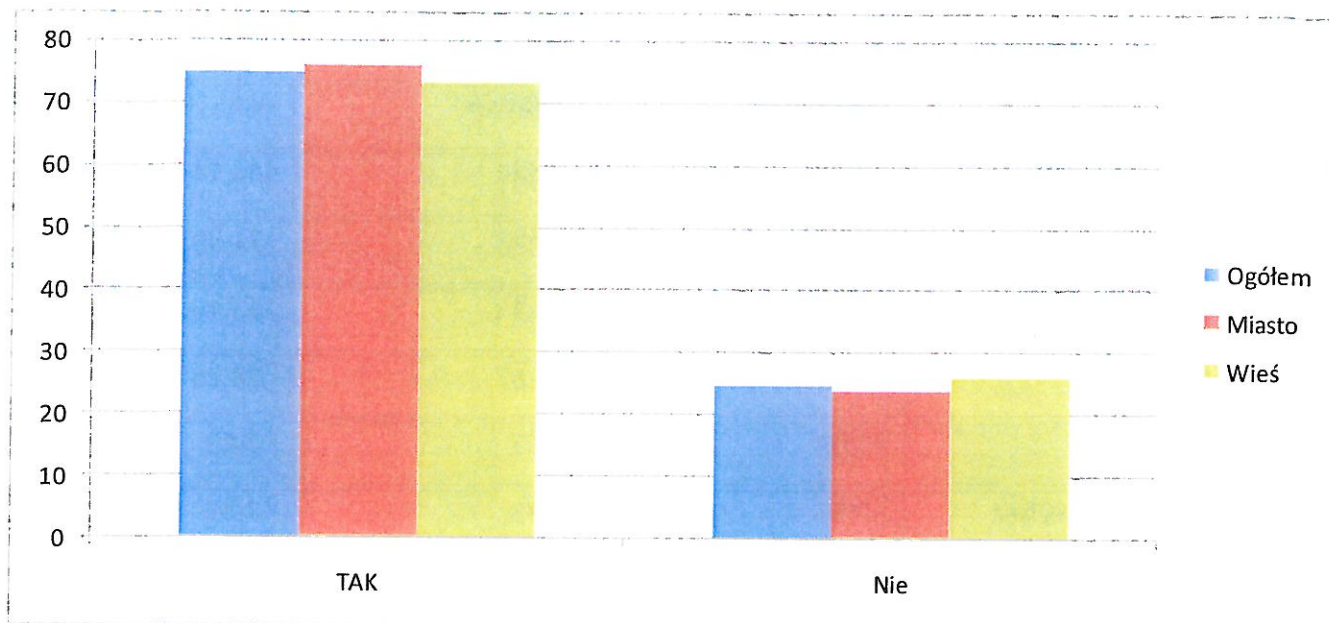
**SKUTKI:** wycofanie się z życia społecznego, zamknięcie i samotność w domu, frustracja, złość.

Dodatkowo w celu zbadania potrzeb seniorów gminy Bychawa w ramach realizacji projektu uczestnicy warsztatów opracowali i przeprowadzili ankietę badającą potrzeby rozwojowe seniorów. Ankieta została skierowana do seniorów – mieszkańców gminy Bychawa mieszkających w Bychawie i na wsiach -*według grup wiekowych, płci i miejsca zamieszkania*. Odpowiedzi udzieliło 113 osób w wieku od 50-ciu do 80-ciu i więcej lat (z czego 75 osób z terenu miasta oraz 38 osób z terenów wiejskich).

Wyniki ankiet prezentują się następująco:

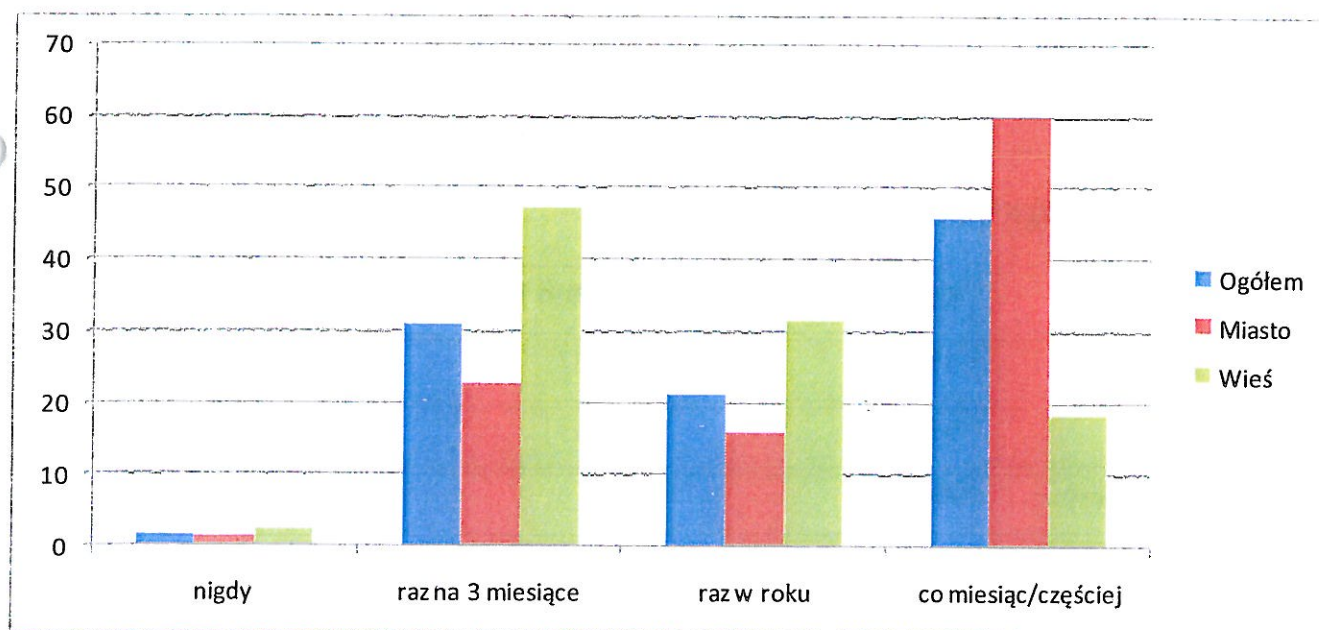
**Czy brałeś/-aś udział w działaniach skierowanych do seniorów w Gminie Bychawa?**

Udział w działaniach	Ogółem %	Miasto %	Wieś%
TAK	75,22	76	73,68
NIE	24,78	24	26,32



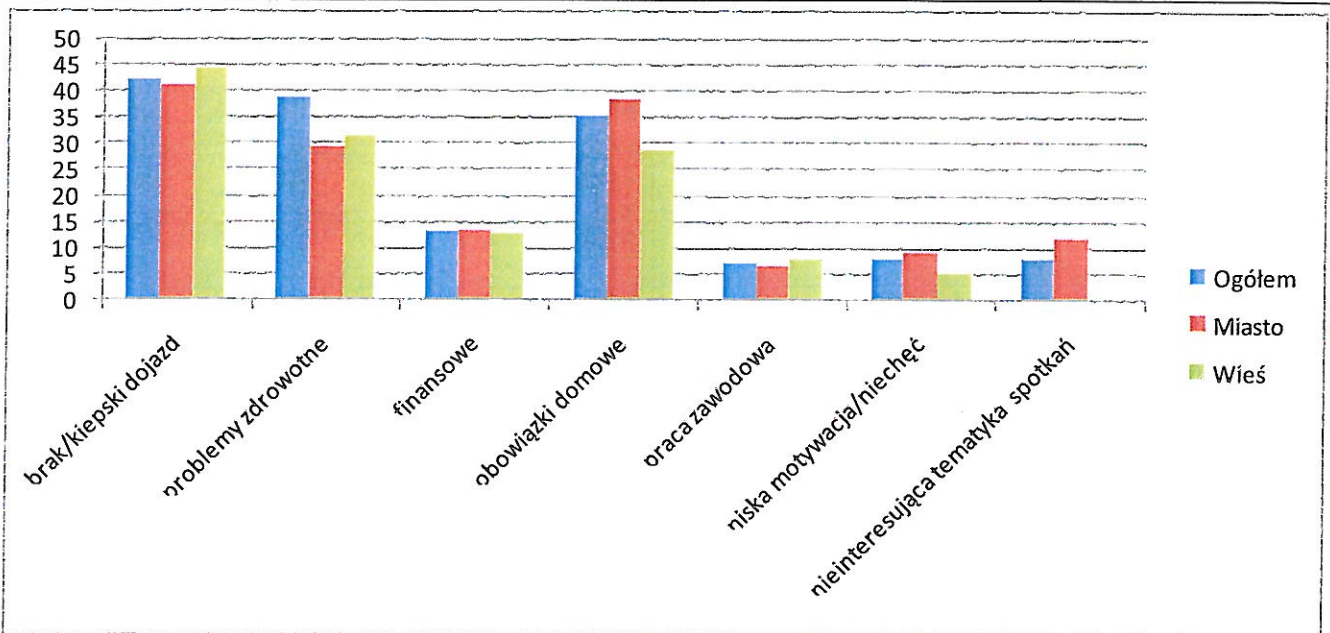
### 1. Jak często korzystasz z oferty kulturalnej organizowanej na terenie gminy Bychawa?

Częstotliwość udziału	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
nigdy	1,77	1,33	2,63
raz na 3 miesiące	30,97	22,67	47,37
raz w roku	21,24	16	31,58
co miesiąc/częściej	46,02	60	18,42



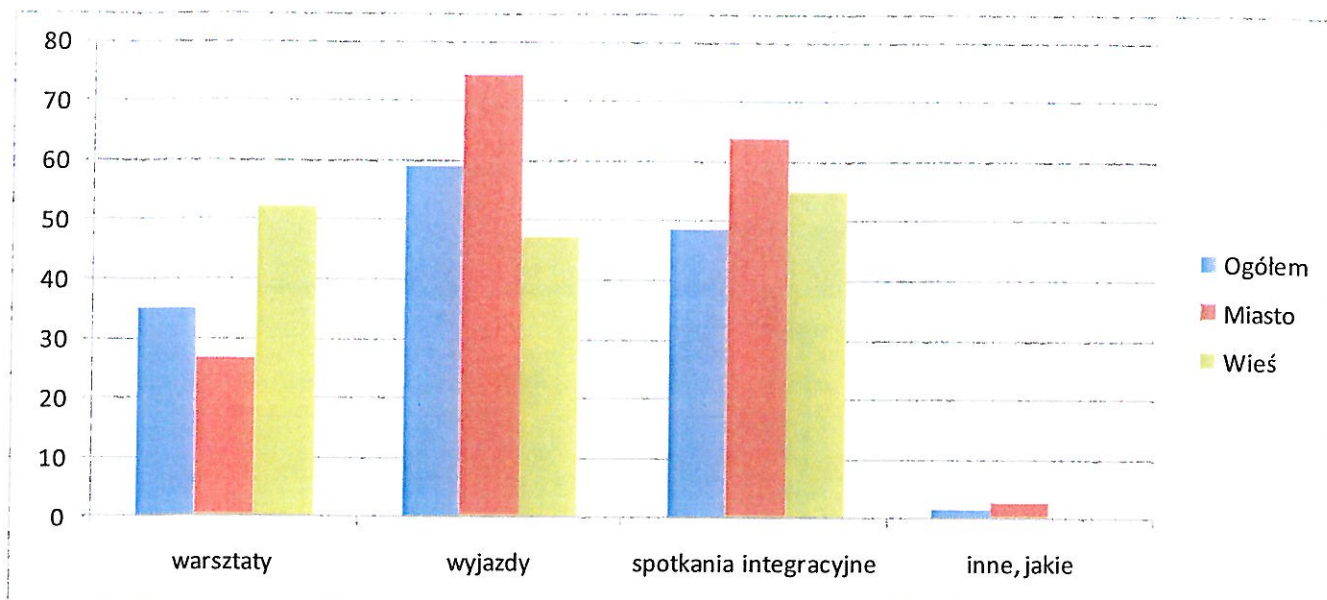
## 2. Bariery utrudniające Pani/Panu dostęp do wydarzeń kulturalnych

Bariera	Ogółem %	Miasto%	Wieś %
brak/kiepski dojazd	42,48	41,33	44,74
problemy zdrowotne	38,94	29,33	31,58
finansowe	13,27	13,33	13,16
obowiązki domowe	35,4	38,67	28,95
praca zawodowa	7,08	6,67	7,89
niska motywacja/niechęć	7,96	9,33	7,89
nieinteresująca tematyka spotkań	7,96	12	0



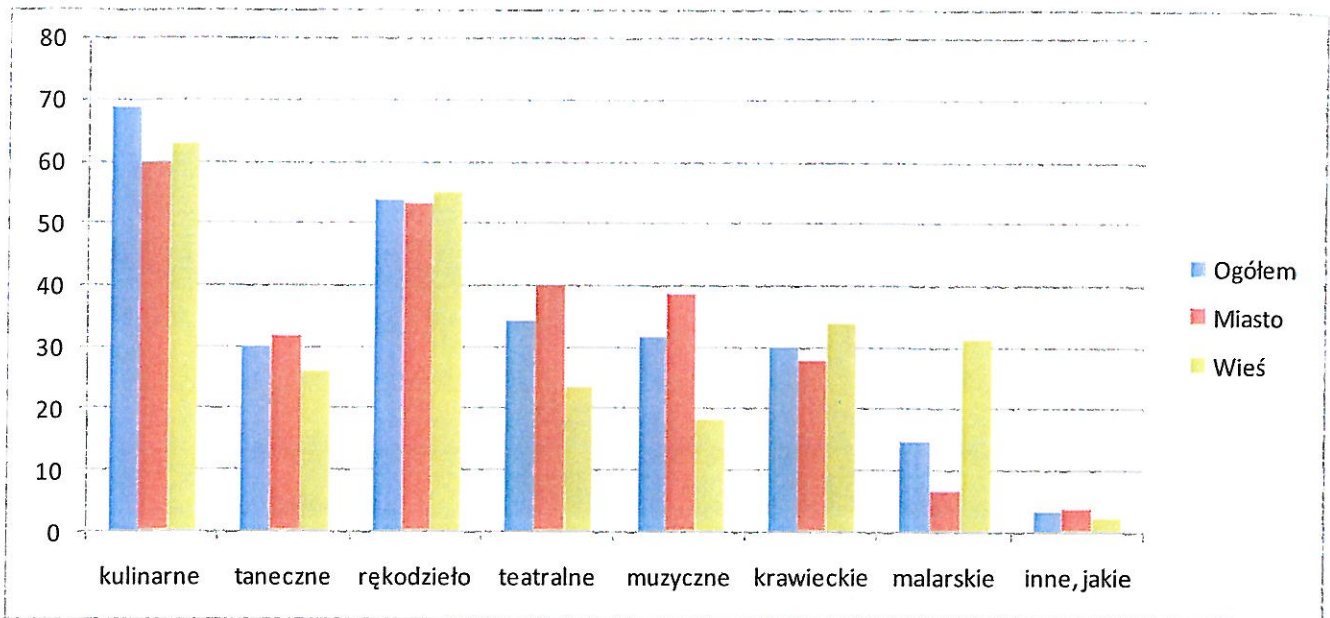
## 3. Jakie formy działań interesują Panią/Pana?

Formy działań	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
warsztaty	35,4	26,67	52,63
wyjazdy	59,29	74,67	47,37
spotkania integracyjne	48,67	64	55,26
inne, jakie	1,77	2,67	0



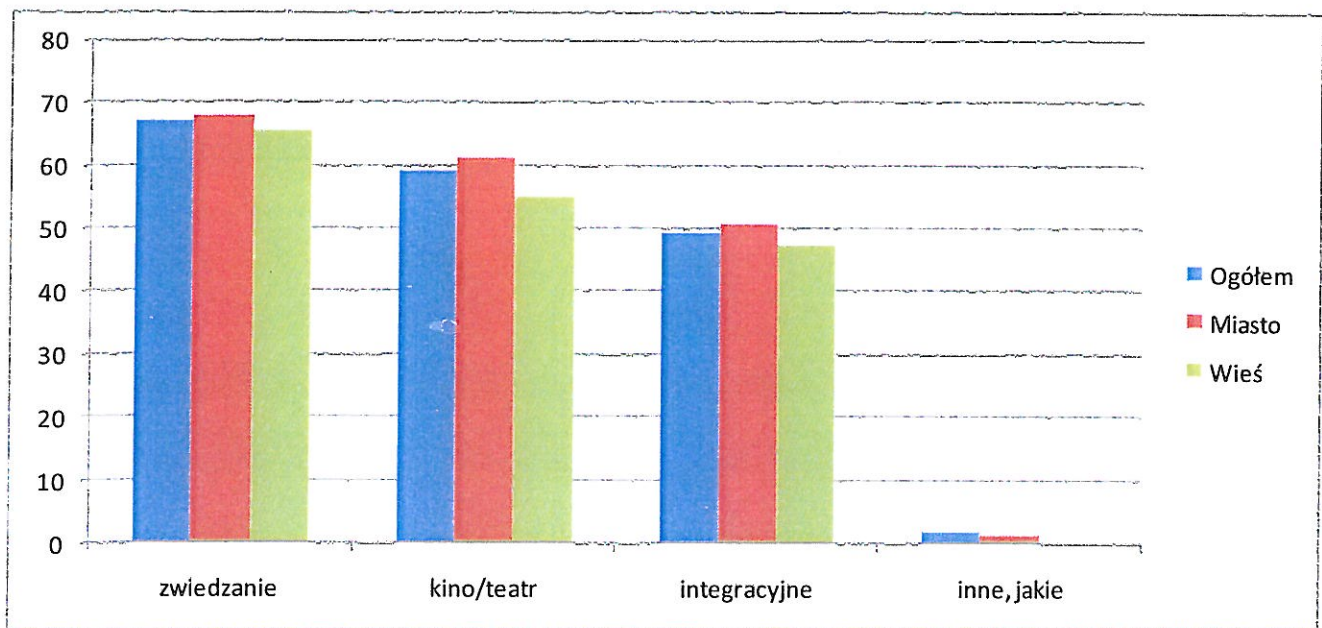
#### 4. Jaka tematyka warsztatów Panią/Pana interesuje? (wybierz maksymalnie 3 odpowiedzi)

Tematyka warsztatów	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
kulinarne	61,05	60	63,16
taneczne	30,09	32	26,32
rękodzieło	53,98	40	55,26
teatralne	34,51	38,67	23,68
muzyczne	31,86	28	34,21
krawieckie	30,09	6,67	18,42
malarskie	15,04	6,67	31,58
inne, jakie	3,54	4	2,63



### 5. Jakie rodzaje wyjazdów Panią/Pana interesują?

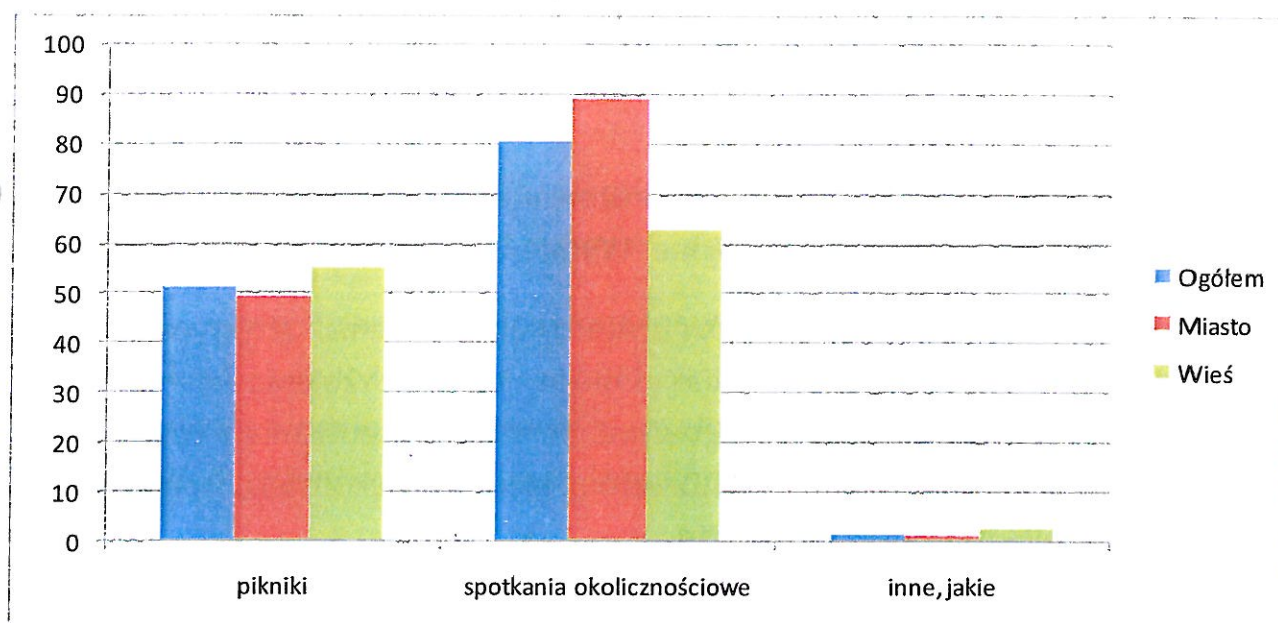
Rodzaje wyjazdów	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
zwiedzanie	67,26	68	65,79
kino/teatr	59,29	61,33	55,26
integracyjne	49,56	50,67	47,3
inne, jakie	1,77	1,33	0





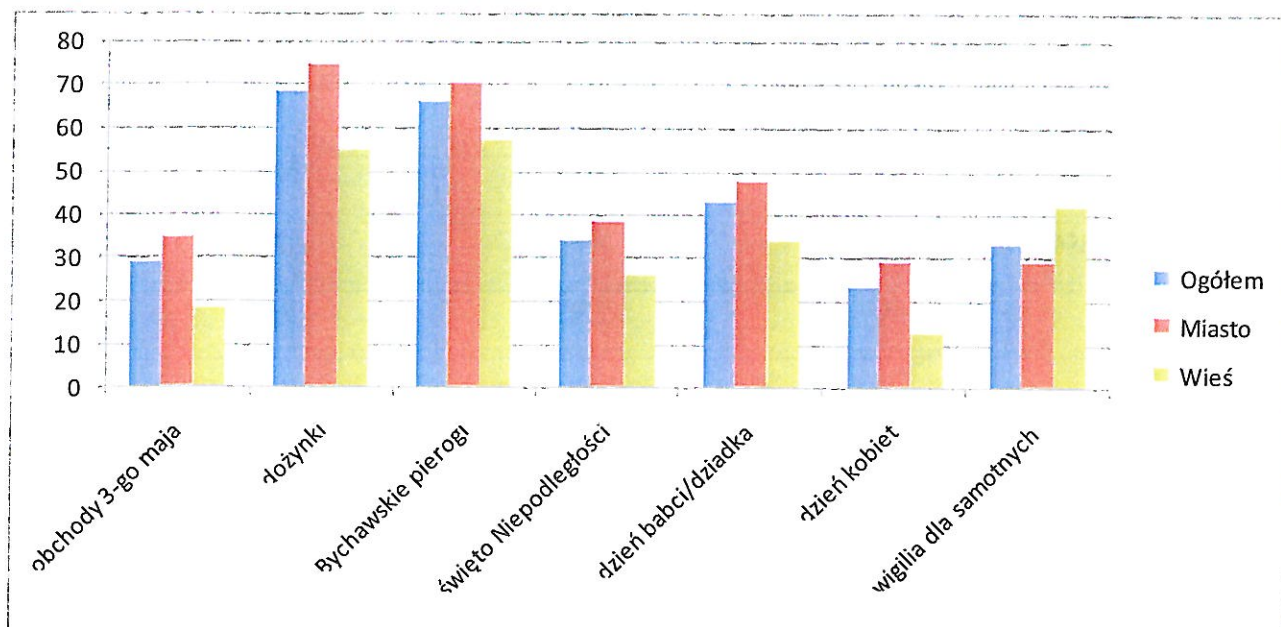
## 6. Jakie formy spotkań integracyjnych Panią/Pana interesują?

Formy spotkań	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
pikniki	51,33	49,33	55,26
spotkania okolicznościowe	80,53	89,33	63,16
inne, jakie	1,77	1,33	2,63



## 7. Które z organizowanych na terenie Gminy Bychawa wydarzeń interesują Panią/Pana najbardziej? (zaznacz 2 odpowiedzi)

Wydarzenia	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
obchody 3-maja	29,2	34,67	18,42
dożynki	69,03	75	55,26
Bychawskie pierogi	66,37	70,67	57,89
święto Niepodległości	34,51	38,67	26,32
dzień babci/dziadka	43,36	48	34,21
dzień kobiet	23,89	29,33	13,16
wigilia dla samotnych	33,63	29,33	42,11

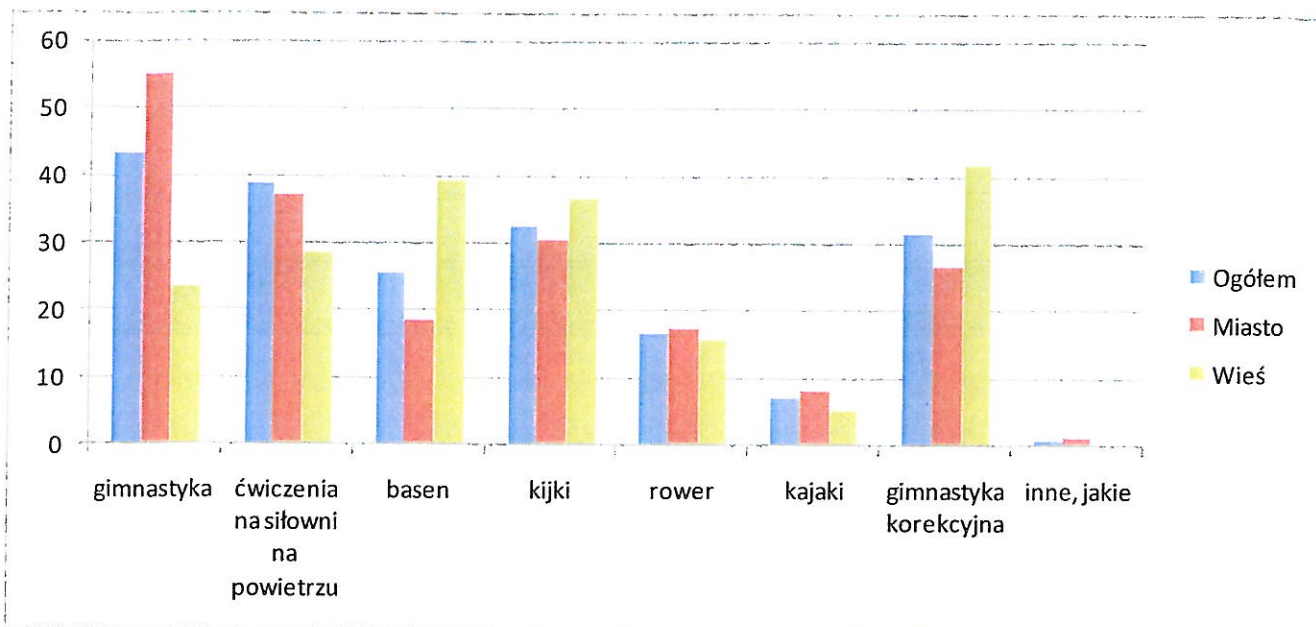


### 8. Jakie działania na rzecz seniorów (nieorganizowane przez Gminę Bychawa) chciałaby Pani/Pan aby były zorganizowane. Wymień minimum 1 działanie

Wśród działań na rzecz seniorów ankietowani wymieniali głównie wyjazdy do teatru, kina, filharmonii, wycieczki, kursy tańca, tańce, szkolenia dla kierowców z przepisów ustawy Prawo o ruchu drogowym, gimnastyka, spotkania z psychologiem, spotkania z dietetykiem, warsztaty historyczne, kiermasz rękodzieła, spotkania przy kawie, spotkania integracyjne, Kartę Seniora.

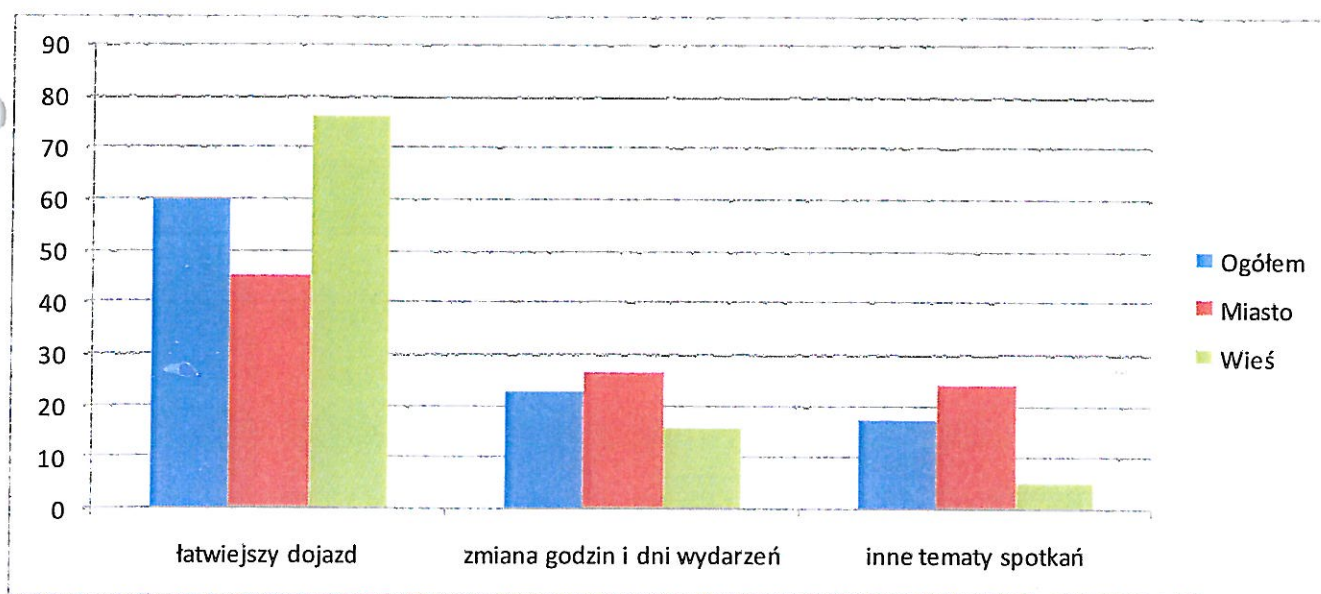
### 9. Jakie dyscypliny sportu Panią/Pana interesują. W jakich zajęciach sportowych chciałaby/chciałby Pani/Pan uczestniczyć?

Uczestnictwo w zajęciach sportowych	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
gimnastyka	43,36	53,33	23,68
ćwiczenia na siłowni na powietrzu	38,94	37,33	28,95
basen	25,66	18,67	39,47
kijki	32,74	30,67	36,84
rower	16,81	17,33	15,79
kajaki	7,08	8	5,26
gimnastyka korekcyjna	31,86	26,67	42,11
inne, jakie	0,88	1,33	0



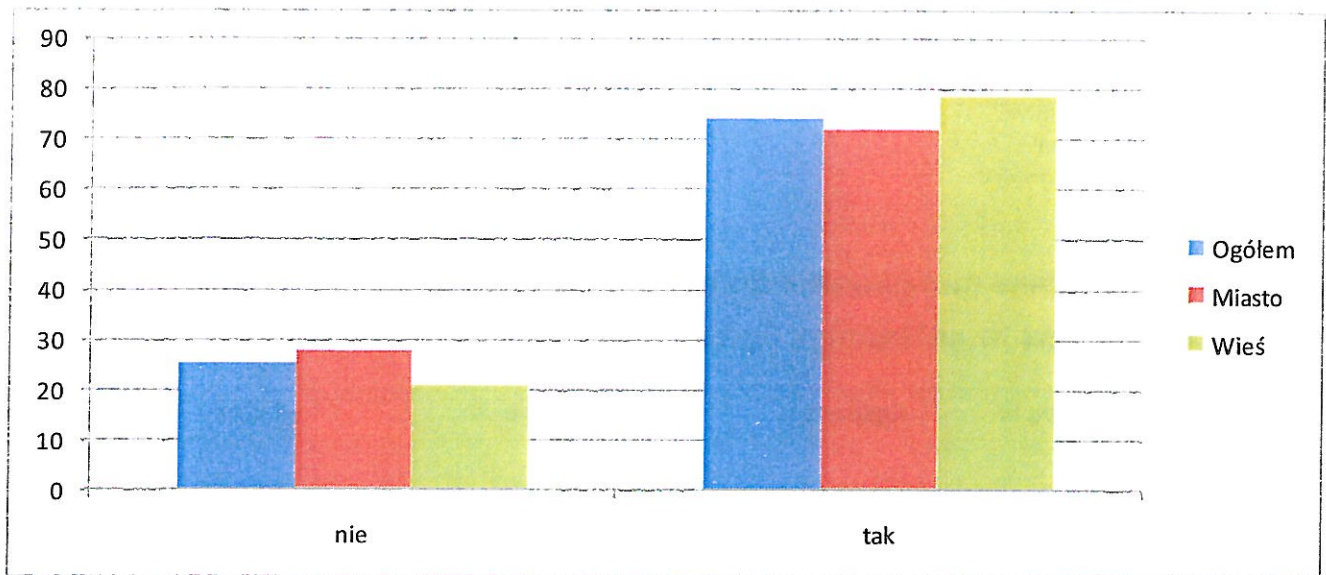
**10. Co by Panią/Pana motywowało do udziału w wydarzeniach kulturalnych organizowanych na terenie Gminy Bychawa?**

Motywacja do udziału w wydarzeniach	Ogółem %	Miasto %	Wieś
łatwiejszy dojazd	60,18	45,33	76,32
zmiana godzin i dni wydarzeń	23,01	26,67	15,79
inne tematy spotkań	17,7	24	5,26



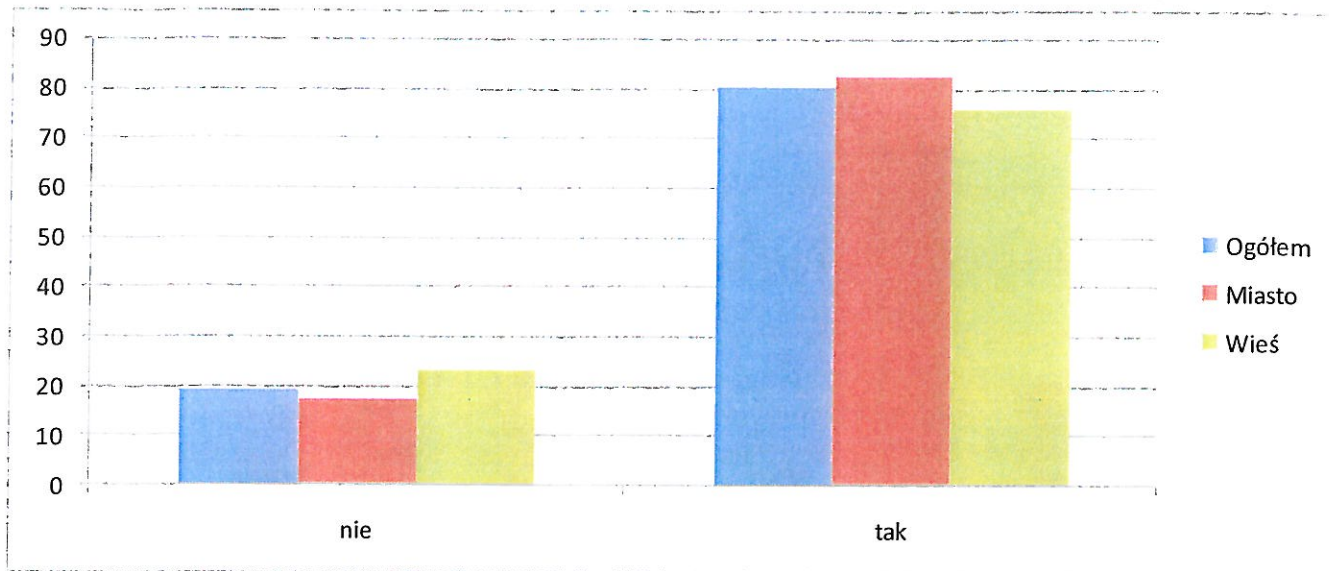
### 11. Czy jest Pani/Pan zainteresowana stworzeniem Karty Seniora?

Zainteresowanie stworzeniem Karty Seniora	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
nie	25,66	28	21,05
tak	74,34	72	78,95



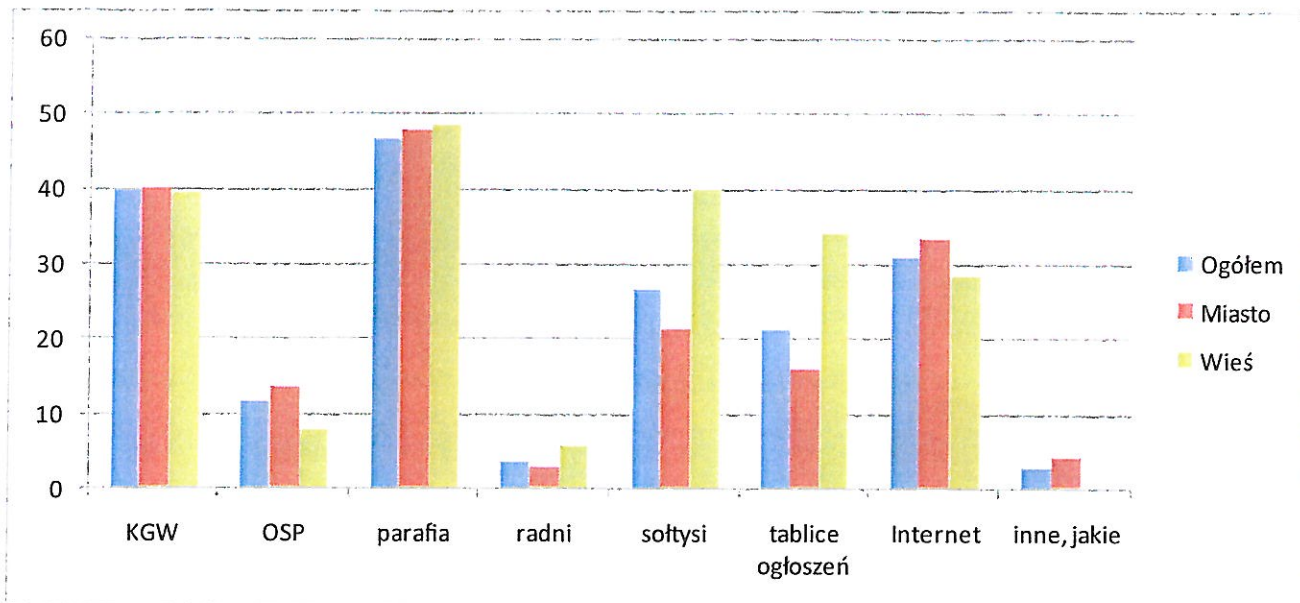
### 12. Czy jest Pani/Pan zainteresowana włączeniem się w działania organizacji działających na rzecz seniorów?

Zainteresowanie włączeniem się w działania	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
nie	19,47	17,33	23,68
tak	80,53	82,67	76,32



### 13. Jakie źródło informacji o wydarzeniach kulturalnych preferuje Pani/Pan?

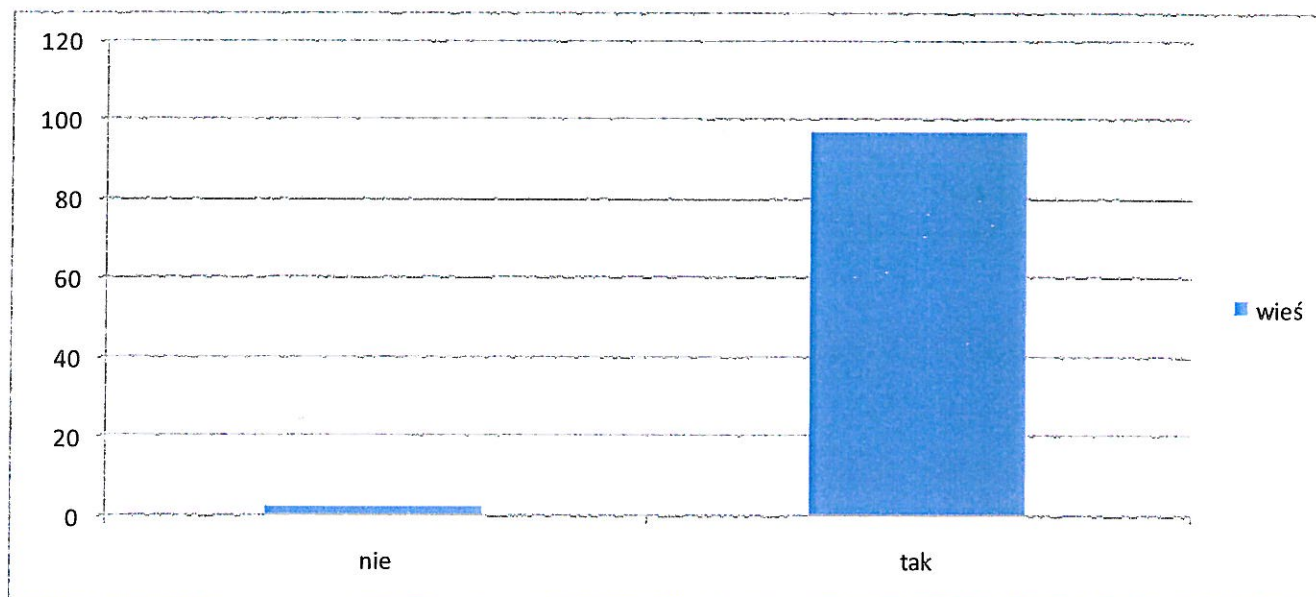
Źródła informacji	Ogółem %	Miasto %	Wieś %
KGW	39,82	40	39,47
OSP	11,5	13,33	7,89
parafia	46,9	48	48
radni	3,54	2,67	5,71
sołtysi	26,55	21,33	40
tablice ogłoszeń	21,24	16	34,29
Internet	30,97	33,33	28,57
inne, jakie	2,65	4	0



Pytanie skierowane do mieszkańców obszarów wiejskich:

**14. Czy jest Pani/Pan zainteresowana organizacją warsztatów/działań kulturalnych na terenie miejscowości, w której Pani/Pan mieszka?**

Zainteresowanie organizacją warsztatów	Wieś %
nie	2,63
tak	97,37



## **II. CEL GŁÓWNY LOKALNEGO PROGRAMU WSPARCIA SENIORÓW.**

Wpływ na politykę lokalną w celu zapewnienia starszym mieszkańcom gminy Bychawa możliwości starzenia się w zdrowiu oraz prowadzenia samodzielnego, niezależnego i satysfakcjonującego życia.

### **CELE OGÓLNE LOKALNEGO PROGRAMU WSPARCIA SENIORÓW.**

#### **I. Rozwijanie działań wspierających aktywność fizyczną seniorów.**

1. Zróżnicowana oferta spędzania czasu wolnego na sportowo, dla seniorów o różnej sprawności.
2. Zwiększenie dostępności do obiektów sportowych dla seniorów.

#### **II. Rozszerzenie działań związanych z profilaktyką i ochroną zdrowia seniorów.**

1. Organizowanie i koordynowanie na terenie gminy badań profilaktycznych i szczepień dla seniorów.
2. Działania informacyjne i edukacyjne dotyczące profilaktyki zdrowia, pierwszej pomocy, promowanie zdrowego trybu życia.

#### **III. Rozwój oferty edukacyjnej i kulturalnej**

1. Rozszerzenie oferty edukacyjnej w Bychawskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku.
2. Rozwój działań międzypokoleniowych.
3. Wyjście z ofertą edukacyjną Bychawskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku do mniej aktywnych seniorów.
4. Udział różnych grup seniorów, w tym mniej aktywnych w wydarzeniach kulturalnych i turystycznych.

#### **IV. Rozwijanie pomocy i wolontariatu dla seniorów**

1. Działania wolontariatu rówieśniczego (seniorzy- seniorom).
2. Rozwijania wolontariatu międzypokoleniowego.

#### **V. Zapewnienie mobilności seniorom**

1. Organizacja pomocy transportowej.
2. Promocja pomocy sąsiedzkiej.
3. Rozwijanie wiedzy z zakresu bezpieczeństwa seniorów.

#### **VI. Wzmocnienie współpracy Gminnej Rady Seniorów z mieszkańcami i samorządem**

1. Aktywny kontakt mieszkańców z członkami Gminnej Rady Seniorów,
2. Aktywny kontakt z sołtysami i radnymi, parafią i organizacjami pozarządowymi.
3. Wzmocnienie współpracy z Urzędem Miejskim.

### **III. Działania wynikające z celów ogólnych - Lokalnego Programu Wsparcia Seniorów**

#### **I. Rozwijanie i wspieranie działań związanych z aktywnością fizyczną seniorów poprzez:**

1. Dofinansowanie zajęć dla seniorów, ćwiczenia gimnastyczne, aerobik, choreoterapia, taniec, kijki, rowery, kajaki.
2. Dofinansowanie biletów na basen.



## **II. Rozszerzenie działań związanych z profilaktyką i ochroną zdrowia seniorów poprzez:**

1. Coroczne bezpłatne szczepienia przeciwko grypie dla seniorów 60+ z terenu Gminy Bychawa.
2. Profilaktykę i dostępność do badań przesiewowych dla grupy seniorów nieobjętych programami.
3. Upowszechnienie, zakup i wdrożenie „kopert życia” oraz „karty pierwszej pomocy”.
4. Praktyczną naukę udzielania pierwszej pomocy.
5. Działania informacyjne i edukacyjne dotyczące profilaktyki zdrowia.
6. Promowanie zdrowego trybu życia, poprzez uprawianie sportu i odpowiednią dietę.
7. Prowadzenie działań w celu pozyskiwania środków na zakup „opaski ratującej życie”.

## **III. Rozwój oferty edukacyjnej i kulturalnej poprzez:**

1. Organizację wspólnych wyjazdów na imprezy kulturalne (kino, teatr, koncerty itp.).
2. Organizowanie lokalnych spotkań okolicznościowych.
3. Organizowanie imprez integracyjnych.
4. Organizowanie wycieczek edukacyjnych (muzea itp.).
5. Organizację działań dla seniorów w świetlicach wiejskich.
6. Współpracę z Kołami Gospodyń Wiejskich a przez to aktywizowanie lokalnych społeczności senioralnych.
7. Otwieranie się na nowe grupy, np. współpracę z dziećmi z Domu Dziecka.
8. Dostosowanie oferty kulturalnej do oczekiwań seniorów.
9. Szkolenia dla Gminnej Rady Seniorów z aktywizacji społeczności lokalnych.
10. Dalszy rozwój, wymianę doświadczeń z innymi radami seniorów.
11. Współpracę z innymi organizacjami – Samorządem Gminnym, Policją, Strażą, ZOZ itp.

#### **IV. Rozwijanie pomocy i wolontariatu na rzecz seniorów poprzez:**

1. Działania rozwijające pomoc międzypokoleniową np. „złota rączka”, transport sąsiedzki, pomoc w zakupach.
2. Utworzenie domu dziennego pobytu dla seniorów.
3. Podjęcie prac nad utworzeniem i wydaniem „Bychawskiej Karty Seniora” dla seniorów 60+ z gminy Bychawa.
4. Likwidację barier architektonicznych dla osób niepełnosprawnych.
5. Wyłanianie i nagradzanie najbardziej aktywnych wolontariuszy.
6. Realizację różnych inicjatyw przez wolontariat.
7. Wchodzenie Gminnej Rady Seniorów w partnerstwa przy realizacji inicjatyw i projektów.

#### **V. Zapewnienie mobilności seniorom poprzez :**

1. Organizację pomocy transportowej w celu dojazdu na wspólne spotkania senioralne.
2. Promocję pomocy sąsiedzkiej w zakresie podwożenia seniorów w celu zaspokojenia niezbędnych potrzeb życiowych (lekarz, apteka, zakupy itp.).
3. Rozwijanie wiedzy z zakresu bezpieczeństwa seniorów/ spotkania z policjantem, strażakiem, lekarzem , ratownikiem itp./.

#### **VI. Wzmocnienie współpracy Gminnej Rady Seniorów z mieszkańcami i samorządem poprzez :**

1. Aktywny kontakt mieszkańców z członkami Gminnej Rady Seniorów, poprzez pełnienie dyżurów przez członków Gminnej Rady Seniorów raz w miesiącu.
2. Stały kontakt z sołtysami i radnymi, realizowany poprzez uczestnictwo przedstawicieli Gminnej Rady Seniorów podczas obrad Rady Miejskiej i sołeckich zebrań.
3. Aktywny kontakt z parafią, organizacjami pozarządowymi poprzez zapraszanie ich na obrady Gminnej Rady Seniorów oraz na spotkania.
4. Utworzenie i prowadzenie strony internetowej i Facebooka Gminnej Rady Seniorów w Bychawie.

5. Wnioskowanie do Burmistrza Bychawy aby corocznie zostały zapewnione w budżecie gminy, środki na działania Bychawskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i Gminnej Rady Seniorów.

#### **IV. FINANSOWANIE STRATEGII.**

Część działań opisanych w niniejszym dokumencie może być realizowanych w ramach budżetu Gminy Bychawa, wynikają one bowiem z innych strategicznych dokumentów gminnych.

Ponadto dla tych szeroko zakreślonych działań, władze samorządowe Gminy Bychawa oraz środowisko senioralne mogą szukać partnerów zewnętrznych wraz z finansowaniem lub innym wsparciem.

Źródłem finansowania Lokalnego Programu Wsparcia Seniorów w gminie Bychawa mogą być:

- 1/ środki własne gminy zaplanowane w budżecie na dany rok,
- 2/ dotacje z budżetu państwa,
- 3/ środki pozabudżetowe,
- 4/ programy grantowe,
- 5/ środki unijne.

## PODSUMOWANIE

Dokument został opracowany przez przedstawicieli Gminnej Rady Seniorów z Bychawy i jest poświęcony seniorom z gminy Bychawa, którzy mają już za sobą sześćdziesiątą rocznicę urodzin i znaleźli się w gronie osób 60+.

My członkowie Gminnej Rady Seniorów w Bychawie, pragniemy aby seniorzy Ci zostali otoczeni wsparciem, opieką oraz by żyło się im dobrze i godnie w naszej "małej ojczyźnie".

Gminna Rada Seniorów w Bychawie, efektywnie współpracuje zarówno ze stowarzyszeniami jak i samorządem, inicjując, konsultując i realizując wiele projektów i działań na rzecz seniorów. Dzięki tym działaniom seniorzy bardzo się uaktywnili w ostatnich latach.

Polityka senioralna kreowana w gminie Bychawa a przyjęta pod nazwą Lokalnego Programu Wsparcia Seniorów przyczyni się do rozwoju i integracji środowiska senioralnego oraz tworzenia miejsca o którym można śmiało powiedzieć że jest "przyjazne seniorom".

Niniejszy dokument został przyjęty przez Gminną Radę Seniorów w Bychawie na posiedzeniu w dniu 20 sierpnia 2020 r.

## Załącznik

### ANKIETA SKIEROWANA DO SENIORÓW GMINY BYCHAWA

Ankieta została stworzona w ramach projektu „Aktywny Senior Gminy Bychawa” dofinansowanego ze środków Rządowego Programu na rzecz Osób Starszych, w celu stworzenia Lokalnego Programu Wsparcia Seniorów.

Ankieta jest anonimowa. Prosimy o przemyślane odpowiedzi.

<b>WIEK:</b> <input type="checkbox"/> 50-60 lat <input type="checkbox"/> 60-70 lat <input type="checkbox"/> 70-80 lat <input type="checkbox"/> 80- i więcej lat	Czy brałeś/-aś udział w działaniach skierowanych do seniorów w Gminie Bychawa? <input type="checkbox"/> TAK <input type="checkbox"/> NIE (jeżeli odpowiedziałś/-eś TAK, zaznacz formę działania, w której brałeś/-aś udział. Można zaznaczyć kilka odpowiedzi)
<b>PŁEĆ:</b> <input type="checkbox"/> Kobieta <input type="checkbox"/> Mężczyzna	
<b>OBSZAR ZAMIESZKANIA</b> <input type="checkbox"/> Bychawa <input type="checkbox"/> Obszar wiejski	<input type="checkbox"/> spotkania integracyjne <input type="checkbox"/> warsztaty <input type="checkbox"/> wycieczki/wyjazdy <input type="checkbox"/> imprezy gminne <input type="checkbox"/> inne, jakie.....

1. Jak często korzystasz z oferty kulturalnej organizowanej na terenie gminy Bychawa?

nigdy  raz na 3 miesiące  raz w roku  co miesiąc/częściej

2. Bariery utrudniające Pani/Panu dostęp do wydarzeń kulturalnych

brak/kiepski dojazd  problemy zdrowotne  finansowe  obowiązki domowe  
 praca zawodowa  niska motywacja/niechęć  nieinteresujące tematyka spotkań

3. Jakie formy działań interesują Panią/Pana?

warsztaty  wyjazdy  spotkania integracyjne  inne, jakie .....

4. Jaka tematyka warsztatów Panią/Pana interesuje?

kulinarne  taneczne  rękodzieło  teatralne  muzyczne  krawieckie  malarskie  
 inne, jakie.....

5. Jakie rodzaje wyjazdów Panią/Pana interesują?

zwiedzanie  kino/teatr  integracyjne  inne, jakie.....

6. Jakie formy spotkań integracyjnych Panią/Pana interesują?

pikniki  spotkania okolicznościowe  inne, jakie.....

7. Które z organizowanych przez Gminę Bychawa wydarzeń interesują Panią/Pana najbardziej?  
(zaznacz 2 odpowiedzi)

- obchody 3-go maja  dożynki  Bychawskie pierogi  święto Niepodległości
- dzień babci/dziadka  dzień kobiet  wigilia dla samotnych

8. Jakie działanie na rzecz seniorów (nieorganizowane przez Gminę Bychawa) chciałaby Pani/Pan, aby były zorganizowane. Wymień minimum 1 działanie

.....  
.....

9. Jakie dyscypliny sportu Panią/Pana interesują. W jakich zajęciach sportowych chciałaby/chciałby Pani/Pan uczestniczyć?

- gimnastyka  ćwiczenia na siłowni na powietrzu  basen  kijki  rower
- kajaki  gimnastyka korekcyjna  inne, jakie.....

10. Co by Panią/Pana motywowało do udziału w wydarzeniach kulturalnych organizowanych w Gminie Bychawa

- łatwiejszy dojazd  zmiana godzin i dni wydarzeń  inne tematy spotkań, jakie.....

11. Czy jest Pani/Pan zainteresowana stworzeniem Karty Seniora?

- nie  tak

jeżeli tak to w jakich obszarach .....

12. Czy jest Pani/Pan zainteresowana włączeniem się w działania organizacji działających na rzecz seniorów?

- nie  tak

jeżeli tak to w jakich organizacjach.....

13. Jakie źródło informacji o wydarzeniach kulturalnych preferuje Pani/Pan?

- KGW  OSP  parafia  radni  sołtysi  tablice ogłoszeń
- Internet  inne, jakie.....

**Pytanie skierowane do mieszkańców obszarów wiejskich:**

14. Czy jest Pani/Pan zainteresowana organizacją warsztatów/działań kulturalnych na terenie miejscowości, w której Pani/Pan mieszka?

- nie  tak

**DZIĘKUJĘ ZA WYPEŁNIENIE ANKIETY!**