****

**Raport diagnostyczny
dotyczący opieki
i wsparcia osób 60+
w Przasnyszu**

Warszawa 2025

# **Sytuacja demograficzna Przasnysza**

Według danych na dzień 30 czerwca 2024 r., liczba ludności Gminy Miasta Przasnysz wyniosła **16 184 osoby**. W strukturze płci przeważały kobiety – **52,60%** (co odpowiada ok. 8 515 osobom), natomiast mężczyźni stanowili **47,40%** (czyli ok. 7 669 osób).

Ludność Gminy Miasta Przasnysz stanowiła:

* 33,15% ogółu mieszkańców powiatu przasnyskiego,
* 0,30% całkowitej liczby ludności województwa mazowieckiego.

**Struktura wiekowa ludności**

Pod względem wieku, populacja miasta charakteryzowała się następującym rozkładem:

* wiek przedprodukcyjny (0–17 lat): 18,34%, co stanowi ok. 2 970 osób,
* wiek produkcyjny (18–59/64 lata): 55,86%, czyli ok. 9 042 osoby,
* wiek poprodukcyjny (kobiety 60+/mężczyźni 65+): 25,80%, czyli ok. 4 172 osoby.

**Udział seniorów**

Osoby powyżej 60. roku życia, uznawane za populację senioralną, stanowiły 25,80% ogółu mieszkańców, co oznacza, że w Gminie Miasta Przasnysz mieszkało ok. 4 172 seniorów.

W ramach tej grupy:

* kobiety powyżej 80. roku życia tworzyły 9,9% populacji seniorów, co przekłada się na ok. 413 kobiet,
* mężczyźni powyżej 80. roku życia stanowili 2% populacji seniorów, czyli ok. 83 mężczyzn.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Przasnyszu organizuje usługi i realizuje programy skierowane do osób starszych i niepełnosprawnych wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu. Zgodnie z ustawą o pomocy społecznej
z dnia 24 marca 2004 r. usługi opiekuńcze to świadczenia przysługujące osobom, które z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymagają pomocy innych osób, a są jej pozbawione, i nie mogą tej pomocy otrzymać od rodziny. Art. 50 ust. 3 ustawy mówi o **zwykłych usługach opiekuńczych**, które obejmują m.in.:

* + pomoc w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych (np. przygotowywanie posiłków, zakupy),
	+ opiekę higieniczną,
	+ zapewnienie kontaktów z otoczeniem,
	+ pomoc w prowadzeniu gospodarstwa domowego,

oraz **o specjalistycznych usługach opiekuńczych**, które są dostosowane do:

* + szczególnych potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności, np. rehabilitacja, czynności pielęgnacyjne, wsparcie psychologa, logopedy, terapeuty.

Na terenie Przasnysza realizowane są zwykłe usługi opiekuńcze i w 2024 r. wsparciem w formie usług opiekuńczych zostało objętych 57 osób w wieku powyżej 60. roku życia. Odpłatność za usługi opiekuńcze świadczone w miejscu zamieszkania osoby starszej określona została w uchwale nr LXXVI/567/2023 Rady Miejskiej
w Przasnyszu z dnia 18 grudnia 2023 r. Większość osób korzystających ze wspar-
cia w formie usług opiekuńczych to osoby samotnie zamieszkujące, wymagające wsparcia w zakresie codziennego funkcjonowania. Dzięki możliwości korzystania
z usług opiekuńczych nadal mogą one funkcjonować w dotychczasowym miejscu zamieszkania.

W 2024 r. z pomocy społecznej skorzystało łącznie 112 osób w wieku powyżej 60. rokużycia. Osoby, które ubiegały się o pomoc z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, otrzymały wsparcie w różnych formach, tj, usługi opiekuńcze, zakup żywności, udzielenie schronienia w formie skierowania do placówki zapewniającej całodobowo opiekę, stały zasiłek. Ponadto tutejszy ośrodek wypłaca świadczenia pielęgnacyjne i z tej formy wsparcia skorzystało 194 osoby w wieku powyżej 60. roku życia.

Kolejną grupą osób objętych wsparciem Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, które wymagają wsparcia w zakresie codziennego funkcjonowania i wykonywania podstawowych czynności życiowych, są osoby z niepełnosprawnościami.
Z danych ośrodka wynika, że z pomocy społecznej w 2024 r. skorzystało 171 osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności, w tym osoby będące członkami rodziny. Niepełnosprawność była jednym z dominujących powodów przyznania pomocy społecznej.Z powodu niepełnosprawności przyznano 3 898 świadczeń z pomocy społecznej. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej realizuje również wypłatę świadczeń pielęgnacyjnych.W 2024 r. wypłacono 146 świadczeń pielęgnacyjnych z tytułu opieki nad osobami z niepełnosprawnościami, 152 zasiłków pielęgnacyjnych dla dzieci
do 16. roku życia, 267 zasiłków pielęgnacyjnych dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności, 7 zasiłków dla osób powyżej 75. roku życia oraz 222 zasiłków pielęgnacyjnych dla osób z orzeczeniem o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności. Łączna liczba świadczeń przyznanych osobom z powodu niepełnosprawności wynosi 648.

Z roku na rok Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej odnotowuje wzrost zapotrzebowania na różne formy wsparcia dla osób w wieku powyżej 60. roku życia.
Obserwuje się również powiększenie liczby osób w wieku poprodukcyjnym, co jest jednoznaczne z koniecznością rozwijania sieci usług społecznych skierowanych do osób starszych i niesamodzielnych. Wychodząc naprzeciw potrzebom, podejmowane są różne inicjatywy oraz działania mające na celu pozyskanie środków finansowych na wsparcie osób starszych.

1. **Programy realizowane w 2024 r. skierowane do osób
w wieku powyżej 60. roku życia**

W 2024 r. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznejrealizował następujące programy skierowane do osób w wieku powyżej 60. roku życia:

1. **Program „Opieka 75+”**

Strategicznym celem programu jest poprawa dostępności do usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych, dla osób w wieku 75 lat
i więcej, które są osobami samotnymi (zgodnie z art. 6 pkt 9 ustawy o pomocy społecznej) lub osobami samotnie gospodarującymi (zgodnie z art. 6 pkt 10 ustawy o pomocy społecznej), a także tymi, które pozostają w rodzinie.

Program jest elementem polityki społecznej państwa w zakresie:

* zapewnienia osobom w wieku 75 lat i więcej wsparcia i pomocy adekwatnej do potrzeb i możliwości wynikających z wieku i stanu zdrowia,
w ramach usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych,
* poprawy jakości życia osób w wieku 75 lat i więcej,
* umożliwienia gminom rozszerzenia oferty usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób w wieku 75 lat i więcej,
* wsparcia finansowego gmin w wypełnianiu zadań własnych o charakterze obowiązkowym.

W ramach programu „Opieka 75+” w roku 2024 objęto wsparciem w formie usług opiekuńczych: 6 osób w wieku 60+.

Całkowity koszt realizacji: 54 216 zł, w tym dotacja – 23 443 zł.

1. **„Opieka wytchnieniowa” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego – edycja 2024**

Opieka wytchnieniowa ma za zadanie odciążenie członków rodzin lub opiekunów osób z niepełnosprawnościami poprzez wsparcie ich w codziennych obowiązkach przez zapewnienie czasowego zastępstwa. Dzięki temu wsparciu osoby zaangażowane na co dzień w sprawowanie opieki dysponować będą czasem, który mogą przeznaczyć na odpoczynek i regenerację, jak również na załatwienie niezbędnych spraw życiowych. Program jest finansowany z Funduszu Solidarnościowego.

Programem objęto: 10 rodzin, w tym 4 osoby z niepełnosprawnością w wieku 60+ i 5 opiekunów w wieku 60+ sprawujących opiekę nad osobami z niepełnosprawnością, którym przyznane zostały usługi z projektu.

Całkowity koszt: 85 037,40 zł (wykorzystano: 84 579,95 zł).

1. **„Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego – edycja 2024**

Celem usług asystencji osobistej jest zwiększenie szans osób z niepełnosprawnościami na prowadzenie bardziej niezależnego/samodzielnego i aktywnego życia. Nadrzędnym zadaniem usług asystencji osobistej jest dążenie do poprawy funkcjonowania osoby z niepełnosprawnością w jej środowisku, zwiększenia możliwości zaspokajania jej potrzeb oraz włączenia jej w życie społeczne. Program został sfinansowany z Funduszu Solidarnościowego.

Programem objęto:50 osób, w tym 45 osób w wieku 60+.

Całkowity koszt: 822 169,98 zł (wykorzystano: 818 278,94 zł).

1. **„Korpus Wsparcia Seniorów”**

Zadaniem przyjętym w programie jest poprawa bezpieczeństwa oraz możliwość samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób starszych przez zwiększanie dostępu do tzw. opieki na odległość. Przasnysz realizuje Moduł II programu, który koncentruje się na poprawie bezpieczeństwa oraz samodzielności seniorów. W ramach tego modułu seniorom udostępniane są opaski bezpieczeństwa połączone z usługą teleopieki, dostępną 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Program zapewnia seniorom poczucie bezpieczeństwa, zwłaszcza w sytuacjach kryzysowych, umożliwiając im szybki dostęp do pomocy w razie potrzeby.

Programem objęto: 40 osób w wieku 60+.

Całkowity koszt: 14 400 zł, w tym z dotacji 9 434 zł.

1. **Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania**

Pomoc ta jest realizowana zgodnie z art. 50 ustawy o pomocy społecznej
z dnia 12 marca 2024 r. ( Dz.U. 1283). Wsparciem w ramach usług opiekuńczych objętych było do 31 grudnia 2024 r. 57 osób w wieku 60+. Odpłatność za usługi opiekuńcze określona została w uchwale nr LXXVI/567/2023 Rady Miejskiej w Przasnyszu z dnia 18 grudnia 2023 r.

Podstawowy zakres usług opiekuńczychświadczonych osobom w miejscu ich zamieszkania obejmuje m.in.:

**Pomoc w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych:**

* przygotowywaniu lub dostarczaniu posiłków,
* robieniu zakupów,
* przynoszeniu opału, wody,
* załatwianiu spraw urzędowych i osobistych (np. poczta, przychodnia lekarska, apteka),
* towarzyszeniu na wizytach lekarskich,
* organizowaniu czasu wolnego (czytanie, rozmowa, gry).

**Pomoc w prowadzeniu gospodarstwa domowego:**

* sprzątaniu, odkurzaniu, myciu podłóg i okien,
* praniu, prasowaniu,
* zmywaniu naczyń,
* utrzymaniu ładu i czystości wokół osoby wymagającej pomocy.

**Pomoc w utrzymaniu higieny osobistej:**

* przy myciu, kąpieli, czesaniu,
* przy ubieraniu,
* zmianie bielizny osobistej i pościelowej,
* przy korzystaniu z toalety.

**Zapewnienie kontaktu z otoczeniem:**

* utrzymywanie kontaktów społecznych,
* pomoc w podtrzymywaniu relacji rodzinnych,
* aktywizacja osoby do udziału w życiu lokalnej społeczności.
1. **Projekt „Radość, Kreatywność, Zdrowie: SeniorArt na Wysokich Obrotach”**

Program byłinicjatywą przasnyskiej Rady Seniorów na rzecz poprawy jakości życia osób starszych. Jej celem były aktywności społeczna, kulturalna i prozdrowotna. Projekt koncentrował się na wzmacnianiu potencjału i integracji środowiska senioralnego w Przasnyszu oraz promowaniu aktywnego i twórczego starzenia się.

**Główne cele projektu:**

* zwiększenie aktywności społecznej i kulturalnej seniorów,
* wzmacnianie więzi międzyludzkich i przeciwdziałanie izolacji społecz-
nej,
* promocja zdrowego stylu życia i profilaktyki zdrowotnej,
* rozwijanie kreatywności i talentów osób starszych.

W projekcie uczestniczyło: 30 osób w wieku powyżej 60. roku życia w prowadzonych warsztatach (przewidywano 20 osób w wieku 60+).

Projekt jest finansowany z budżetu województwa mazowieckiego w ramach Samorządowego Instrumentu Wsparcia Inicjatyw Rad Seniorów „Mazowsze dla Seniorów 2024”.

1. **Partnerstwo w realizacji projektu pt. „Zwiększenie samodzielności seniorów w miejscu ich zamieszkana (RMR)”**

Przasnysz w lipcu 2024 r. podpisał umowę partnerstwa pomiędzy województwem mazowieckim, w którego imieniu działa Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej w Warszawie w zakresie realizacji tego projektu, który jest współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021–2027.

Projekt będzie realizowany w okresie 2024–2027 r. Zadanie polega na realizacji usług społecznych dostosowanych do indywidualnych potrzeb, potencjału
i osobistych preferencji odbiorców tych usług w zakresie m.in. usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania dla łącznie 54 niesamodzielnych osób w wieku 60+. Projekt realizowany będzie w ramach Priorytetu nr VIII Fundusze Europejskie dla aktywnej integracji oraz rozwoju usług społecznych i zdrowotnych na Mazowszu, Działania nr 8.5 Usługi społeczne i zdrowotne.

Na powyższy cel Przasnysz pozyskał kwotę: 1 469 369,16 zł.

1. **Środowiskowy Dom Samopomocy w Przasnyszu**

Placówka rozpoczęła działalność 15 listopada 1997 r. Jej celem jest zapewnienie osobom dorosłym niepełnosprawnym intelektualnie wielostronnej pomocy, niezbędnej do życia w środowiskach rodzinnym i społecznym.

Dom ma charakter placówki dziennej, funkcjonuje pięć dni w tygodniu od poniedziałku do piątku w godzinach od 7.30 do 15.30. Taka forma istnienia tej
instytucji sprzyja zarówno osobom niepełnosprawnym (nie pozbawia więzi
rodzinnej), pozwala spędzać efektywnie czas na prawidłowej rehabilitacji społecznej, jak i opiekunom, których nie pozbawia kontaktu z osobą niepełnosprawną, a daje im jednocześnie możliwość podjęcia pracy oraz włączenia się w życie społeczne.

Obejmuje wsparciem 20 osób z niepełnosprawnością intelektualną z Przasnysza i jego najbliższego rejonu na podstawie porozumień.

1. **Specjalistyczne usługi opiekuńcze (SUO)**

Opieka w ramach specjalistycznych usług jest adresowana do osób:

* + z zaburzeniami psychicznymi, w rozumieniu art. 3 ust. 1 ustawy o ochronie zdrowia psychicznego, tj. osób: chorych psychicznie (w tym z rozpoznaniem schizofrenii, zaburzeń afektywnych, psychoz),
	+ upośledzonych umysłowo, wykazujących inne zaburzenia czynności psychicznych (np. demencja, Alzheimer), które z powodu tych zaburzeń wymagają pomocy w funkcjonowaniu społecznym i codziennym życiu, a ich rodzina lub opiekunowie nie są w stanie zapewnić takiej pomocy w wystarczającym zakresie.

SUO obejmują następujące obszary wsparcia:

* **uczenie i rozwijanie u podopiecznego umiejętności niezbędnych
do samodzielnego życia,** m.in.: kształtowanie umiejętności: zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych i funkcjonowania w społeczeństwie; motywowanie podopiecznego do aktywności, leczenia i rehabilitacji; prowadzenie treningów umiejętności samoobsługi, treningów społecznych (np. utrzymywania relacji z domownikami, w miejscu nauki, z sąsiadami, organizacji czasu wolnego); wspieranie i asystowanie w codziennych czynnościach życiowych; pomoc w załatwianiu spraw urzędowych (np. w uzyskaniu świadczeń społecznych, w wypełnieniu i dostarczeniu dokumentów); pomoc w gospodarowaniu pieniędzmi (np. nauka planowania budżetu, asystowanie przy zakupach i dokonywaniu opłat, pomoc w uzyskaniu ulg w opłatach),
* **pielęgnację podopiecznego**, jako element procesu leczenia, m.in. uzyskanie dostępu do świadczeń zdrowotnych; uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt lekarskich, badań diagnostycznych i zabiegów medycznych,
* r**ehabilitację fizyczną i usprawnianie zaburzonych funkcji organizmu** podopiecznego zgodnie z zaleceniami lekarza, specjalisty rehabilitacji
ruchowej lub fizjoterapii, jak również współpracę ze specjalistami w psychologiczno-pedagogicznym i edukacyjno-terapeutycznym wsparciu podopiecznego.

**10. „Koperty Życia”**

W ramach projektu finansowanego z budżetu województwa mazowieckiego,
w roku 2023 Przasnysz wspólnie z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej przystąpił do akcji „Koperta Życia”.Inicjatywa, która kierowana jest do osób samotnych, starszych, przewlekle chorych i niepełnosprawnych, jest realizowana nieprzerwanie.Polega na umieszczeniu w specjalnie przygotowanych kopertach – karty z najważniejszymi informacjami o stanie zdrowia, przyjmowanych lekach, alergiach, kontaktach do osób najbliższych. Dzięki „Koper-
cie Życia” ratownicy medyczni, lekarze lub służby ratunkowe mogą szybko uzyskać dostęp do kluczowych danych, co ma uratować zdrowie lub życie
w nagłych przypadkach.

Wszystkie działania i inicjatywy skierowane do osób starszych podejmowane przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Przasnyszu w 2024 r. cieszyły się ogromnym zainteresowaniem społecznym. Zaplanowane środki finansowe na realizacje poszczególnych programów zostały w pełni wydatkowane. W trakcie realizacji projektów sukcesywnie zgłaszały się kolejne osoby wymagające wsparcia w codziennym funkcjonowaniu w związku z utratą samodzielności i pogorszeniu w zakresie codziennego funkcjonowania.

Analizując sytuację osób starszych zamieszkujących Przasnysz, wnioskować można, że większość osób w wieku powyżej 75. roku życia funkcjonuje samodzielnie, a najbliższa rodzina ze względu na obowiązki zawodowe lub odległe miejsce zamieszkania nie jest w stanie wspierać ich w codziennej aktywności. Rozwój polityki senioralnej na terenie miasta jest istotnym elementem wsparcia społecznego osób starszych. Biorąc pod uwagę sytuację osób starszych w 2025 r., utrzymano kierunek rozwoju systemu wsparcia społecznego skierowanego do seniorów.

1. **Programy i projekty na rzecz osób 60+ w 2025 r.**
2. **Program „Opieka 75+”** – **kontynuacja programu w roku 2025**

Udzielono wsparcia w ramach programu 4 osobom w wieku powyżej 60. roku życia.

1. **„Korpus Wsparcia Seniorów”**

Celem programu jest poprawa bezpieczeństwa oraz możliwości samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób starszych przez zwiększanie dostępu do tzw. opieki na odległość.

Programem objęto: 40 osób w wieku 60+.

1. **Mazowsze dla Seniorów „Aktywni i Kreatywni 60+. Sztuka Życia”**

Działania zaplanowane w projekcie zapewniają seniorom uczestnictwo w różnorodnych formach aktywności jako kluczowym elemencie umożliwiającym im udział w życiu społecznym. Zaproponowane przez radę seniorów formy spędzania wolnego czasu pomagają w przezwyciężeniu stresów, dostarczają
nowych wrażeń estetycznych, dają motywację do wspólnych działań, a tak-
że satysfakcję. Zapewniają seniorom udział w życiu społeczno-kulturalnym.
Aktywność w życiu osób starszych sprzyja zaspokajaniu potrzeb biopsychospołecznych. Jest warunkiem odgrywania ról społecznych, funkcjonowania
w grupie i społeczeństwie. Jej brak natomiast może powodować samotność, izolację społeczną, postępującą niesprawność, a nawet przedwczesną umieralność.

Wsparciem w ramach programu zostanie objętych 40 osób w wieku powyżej 60. roku życia.

1. **Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania**

Zgodnie z art. 50 ustawy o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2024 r. ( Dz.U. 1283) realizowane są również usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania. Według danych 1 stycznia 2025 r. wsparciem w ramach usług opiekuńczych objętych było 50 osób w wieku 60+.

Odpłatność za usługi opiekuńcze określona została w uchwale nr LXXVI/ 567/2023.

Rady Miejskiej w Przasnyszu z dnia 18 grudnia 2023 r. i wynosi 27 zł/h.

Uchwała określa zasady częściowego i całkowitego zwolnienia z odpłatności za usługi opiekuńcze.

1. **„Opieka wytchnieniowa” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego – edycja 2025**

Wsparcie ma za zadanie odciążenie członków rodzin lub opiekunów osób z niepełnosprawnościami poprzez zapewnienie czasowego zastępstwa. Dzięki temu osoby zaangażowane na co dzień w sprawowanie opieki będą dysponować czasem, który mogą przeznaczyć na odpoczynek, jak również załatwienie niezbędnych spraw życiowych.

W programie uczestniczy 6 rodzin, w tym 3 osoby z niepełnosprawnością w wieku 60+ i 3 opiekunów w wieku 60+ sprawujących opiekę nad osobami z niepełnosprawnością, którym przyznane zostały usługi z projektu.

Program jest finansowany z Funduszu Solidarnościowego.

Całkowity koszt to: 61 689 zł.

1. **„Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego – edycja 2025**

Celem usług asystencji osobistej jest zwiększenie szans osób z niepełnosprawnościami na prowadzenie bardziej niezależnego/samodzielnego i aktywnego życia. Nadrzędnym celem usług asystencji osobistej jest więc dążenie do poprawy funkcjonowania osoby z niepełnosprawnością w jej środowisku, zwiększenie możliwości zaspokajania jej potrzeb oraz włączenie w życie społeczne.

Program jest finansowany z Funduszu Solidarnościowego.

Uczestniczy: 69 osób, w tym 42 osób w wieku 60+.

Całkowity koszt to: 1 194 415,92 zł.

1. **„Zwiększenie samodzielności seniorów w miejscu ich zamieszkana (RMR)”**

Miasto rozpoczęło realizację usług opiekuńczych w projekcie współfinansowanym z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w programie regionalnym „Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021–2027”. W ramach projektu w latach 2025–2027 wsparciem w formie usług opiekuńczych objęte zostaną
54 osoby w wieku powyżej 60. roku życia. Przasnysz oczekuje na informację z Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej odnośnie możliwości rozpoczęcia procesu rekrutacji do projektu.

Miasto Przasnysz pozyskało na ten cel kwotę: 1 469 369,16 zł.

1. **„Wsparcie 60+. Innowacyjny model spersonalizowanych usług skierowanych do osób niesamodzielnych**”

Projekt jest realizowany w ramach programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego. Ma na celu wypracowanie i wdrożenie interdyscyplinarnych rozwiązań w zakresie podniesienia jakości życia niesamodzielnych osób 60+ w ich miejscu zamieszkania przez jak największe ich usamodzielnienie. Program realizowany będzie przy współpracy z Instytutem Pracy i Spraw Socjalnych, Uniwersytetem Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie oraz podmiotem zagranicznym – stowarzyszeniem Wspólnota Miłosierdzia Bożego z Litwy.

Wsparciem objętych zostanie 20 osób z terenu Przasnysza w wieku 60+ potrzebujących wsparcia w codziennym funkcjonowaniu, w tym z orzeczoną niepełnosprawnością i/lub niezdolnością do samodzielnej egzystencji i/lub
potrzebą wsparcia, które ze względu na wiek, stan zdrowia, niski stopień samodzielności wymagają opieki lub wsparcia w miejscu zamieszkania i nie są w stanie wykonać co najmniej jednej z podstawowych czynności dnia codziennego. W ramach testowania na terenie Przasnysza świadczone będą w miejscu zamieszkania spersonalizowane usługi dostosowane do zdiagnozowanych potrzeb osób niesamodzielnych, tj. wsparcie terapeuty zajęciowego, fizjoterapeuty, psychologa, logopedy.

1. **Centrum Opiekuńczo-Mieszkalne**

Budowa obiektu ma zakończyć się w roku 2025. Uruchomienie COM planowane jest na początek roku 2026.

Centrum Opiekuńczo-Mieszkalne w Przasnyszu będzie dysponować:

* 9 miejscami całodobowego pobytu – pokoje jednoosobowe z łazienkami, przeznaczone dla osób z niepełnosprawnościami,
* 11 miejscami dziennymi – dla osób wymagających wsparcia w ciągu dnia, zajęciami rehabilitacyjnymi, fizjoterapeutycznymi oraz terapią zajęciową i manualną – mającymi na celu rozwój i wsparcie umiejętności mieszkańców.

Do głównych celów Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego należy:

* zapewnienie wsparcia osobom z niepełnosprawnościami – umożliwienie samodzielnego, godnego życia w komfortowych warunkach, dostosowanych do indywidualnych potrzeb,
* oferowanie całodobowej oraz dziennej opieki – zapewnienie opieki w sytuacjach, gdy rodzina lub opiekunowie nie mogą się tym zająć (opieka wytchnieniowa),
* rehabilitacja i terapia zajęciowa – rozwój funkcji fizycznych, psychicznych i społecznych mieszkańców poprzez różnorodne formy terapii i zajęć aktywizujących,
* integracja społeczna i przeciwdziałanie wykluczeniu – wspieranie kontaktów międzyludzkich, aktywizacja osób niepełnosprawnych oraz przeciwdziałanie izolacji społecznej,
* wsparcie rodzin i opiekunów – odciążenie rodzin w opiece nad osobami wymagającymi pomocy oraz udzielanie informacji i porad,
* zapewnienie bezpiecznego środowiska – stworzenie miejsca, które jest bezpieczne, przyjazne i dostosowane do potrzeb osób z różnymi ograniczeniami.

**IV. Rekomendacje i wnioski
w zakresie polityki senioralnej**

Według danych na dzień 30 czerwca 2024 r. liczba ludności Przasnysza wynosiła 16 184 osoby, z czego 52,60% stanowiły kobiety, a 47,40% mężczyźni. Na uwagę zasługuje struktura wiekowa mieszkańców – osoby w wieku poprodukcyjnym stanowiły aż 25,80% populacji, co wskazuje na istotne procesy starzenia się społeczności lokalnej.

Tendencja ta idzie w parze z obserwowanym wyludnianiem się miasta, spowodowanym m.in. migracjami młodych ludzi do większych ośrodków miejskich oraz spadkiem liczby urodzeń. Udział ludności Przasnysza w populacji powiatu wynosi 33,15%, a w ludności województwa jedynie 0,30%.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Przasnyszu staje przed wyzwaniami
w zakresie polityki senioralnej, takimi jak:

**1. Starzenie się społeczeństwa i wyludnianie miasta**

Proces starzenia się społeczeństwa prowadzi do wielu wyzwań społecznych
i organizacyjnych:

* zwiększone zapotrzebowanie na usługi opiekuńcze, zdrowotne i wspierające codzienne funkcjonowanie osób starszych,
* rosnąca liczba osób niesamodzielnych i samotnych, zwłaszcza wśród kobiet powyżej 80. roku życia (9,9% populacji seniorów),
* zmniejszająca się liczba mieszkańców w wieku produkcyjnym, co skutkuje ograniczonym potencjałem opiekuńczym rodzin oraz mniejszymi wpływami do budżetu miasta.

**2. Ograniczony dostęp do usług dla seniorów**

Z roku na rok obserwuje się wzrost liczby osób starszych wymagających kompleksowego wsparcia w codziennym życiu. Pomimo podejmowanych działań przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w zakresie rozwoju usług społecznych skierowanych do osób starszych już dziś obserwuje się, że:

* liczba pracowników świadczących usługi opiekuńcze w środowisku domowym jest niewystarczająca względem potrzeb,
* usługi specjalistyczne (w tym opieka psychiatryczna, geriatryczna czy rehabilitacyjna) są trudnodostępne lokalnie,
* infrastruktura miejska wciąż zawiera bariery architektoniczne i komunikacyjne, utrudniające samodzielne funkcjonowanie osób starszych.

**3. Niewystarczająca oferta aktywizacji społecznej i integracji**

Chociaż w mieście działają inicjatywy, takie jak Przasnyska Rada Seniorów czy projekty aktywizujące (np. „SeniorArt na Wysokich Obrotach”), wciąż zauważalne są:

* zbyt mała liczba działań międzypokoleniowych i integracyjnych,
* niedostateczne wykorzystanie potencjału seniorów jako wolontariuszy, mentorów czy liderów lokalnych,
* potrzeba rozwijania edukacji cyfrowej oraz wsparcia w korzystaniu z nowoczesnych technologii.

Rozwój oferty z zakresu aktywizacji społecznej i integracyjnej jest dość istotny z punktu widzenia poprawy jakości życia osób starszych i idącym za tym zachowaniem dłuższej sprawności psychofizycznej.

**4. Potrzeba rozwoju systemu informacyjnego i profilaktyki zdrowotnej**

Brakuje spójnych systemów informowania seniorów o przysługujących im prawach, świadczeniach i dostępnych formach pomocy. Potrzebne są również działania z zakresu:

* promocji zdrowia i profilaktyki chorób cywilizacyjnych,
* zwiększania świadomości dotyczącej bezpieczeństwa (np. „Koperta życia”, „Bezpieczny senior”).

Podejmowanie działań profilaktycznych skierowanych do osób starszych
jest istotnym elementem mającym wpływ na poprawę i komfort codziennego funk-
cjonowania i dłuższego utrzymania sprawności w zakresie codziennego funkcjo-
nowania.

Istotne jest, aby kierunek rozwoju polityki senioralnej realizowanej na terenie Przasnysza był w dalszym ciągu utrzymany. Liczne inicjatywy podejmowane na rzecz osób starszych wpływają pozytywnie na utrzymanie dłuższej sprawności psycho-
fizycznej tych osób. Angażowanie seniorów w liczne inicjatywy, motywowanie do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym w znaczącym i pozytywnym znaczeniu wpływają na podniesienie jakości ich życia.

Należy podejmować działania, które są **c**elowe, systemowe i oparte na realnych potrzebach tej grupy społecznej. Ważne jest, aby podejmowane przez samorząd działania stanowiły odpowiedź na realne potrzeby i problemy osób starszych.
Z perspektywy ośrodka pomocy społecznej oraz problemów zgłaszanych przez osoby starsze istotne jest, aby podejmowane działania w sposób realny wpływały na
poprawienie codziennego funkcjonowania seniorów. Do takich postulowanych kierunków działania należy kilka wskazanych obszarów:

* 1. **Wzmacnianie samodzielności i niezależności w miejscu zamieszkania oraz w środowisku lokalnym**

**Wspieranie niezależności i utrwalanie samowystarczalności może odbywać się dzięki różnym działaniom, mi.in.** poprzez rozwój usług opiekuńczych i asystenckich w miejscu zamieszkania, co pozwoli osobom starszych, chorym, niepełnosprawnym na w miarę samodzielne życie. Zapewnienie odpowiedniej opieki i wsparcia w miejscu zamieszkania oraz w najbliższym otoczeniu przeciwdziała izolacji społecznej i pozwala cieszyć się dłuższym samodzielnym życiem bez konieczności przeprowadzki do placówek opiekuńczych. Z roku na rok obserwuje się wzrost liczby osób objętych wsparciem w ramach usług opiekuńczych oraz asystenckich, dlatego rozwój tego rodzaju usług jest istotny z punktu widzenia starzejącego się społeczeństwa.

Uzupełnieniem rozwiązań jest rozszerzenie oferty usług dla osób starszych w miejscu zamieszkania wzmacniających samodzielność i niezależność. Usługi powinny być dostosowane do indywidualnych potrzeb osób starszych i/lub niesamodzielnych. Zapewnienie dostępności do usług rehabilitanta, logopedy czy psychologa wzmocni samodzielność tej grupy społecznej i w znaczący sposób wpłynie na poprawę jakości życia.

* 1. **Przeciwdziałanie samotności i izolacji społecznej**

Ograniczanie poczucia osamotnienia i alienacji można osiągnąć dzięki rozwojowi różnych form aktywizacji i integracji seniorów, organizowanie wydarzeń tematycznych i spotkań międzypokoleniowych. Stymulacja i integracja seniorów w znaczący sposób wpływa na poprawę samopoczucia, zwiększenie kontaktów społecznych i aktywności.

**3. Poprawa zdrowia fizycznego i psychicznego**

Polepszanie dobrostanu somatycznego i mentalnegomoże odbywać się poprzezrozwój usług społecznych ukierunkowanych na poprawę zdrowia, organizowanie spotkań informacyjnych dotyczących zdrowia fizycznego i aktywności fizycznych dostosowanych do wieku (nordic walking, gimnastyka) oraz zdrowia psychicznego (organizowanie grup wsparcia, konsultacji indywidualnych z psychologiem). Rozwój działań ukierunkowany na zdrowie fizyczne
i psychiczne w znaczący sposób może wpłynąć na lepszy stan zdrowia, mniej hospitalizacji, mniejsze ryzyko depresji czy demencji.

**4. Zwiększanie bezpieczeństwa oraz rozwijanie kompetencji cyfrowych**

Zapewnianie ochrony i podnoszenie umiejętności cyfrowych wpływa na wzrost poczucia bezpieczeństwa, jednocześnie wspierając samodzielność i sprawczość. Może być realizowane przez rozwój usług społecznych skierowanych na zwiększenie świadomości seniorów w zakresie zagrożeń cyfrowych i manipulacji mających na celu wyłudzenie pieniędzy, co bezpośrednio wpłynie na poprawę bezpieczeństwa seniorów i lepsze samopoczucie psychiczne. Rozwijanie kompetencji cyfrowych (szkolenia z obsługi komputerów i smartfonów, pomoc w korzystaniu z internetu, e-recepty, ePUAP) pozwoli na przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu i umożliwi rozwój kompetencji w zakresie komunikacji cyfrowej. Kompetencje te w znaczący sposób wpływają na poczucie bezpieczeństwa w domu i w przestrzeni publicznej oraz dają poczucie sprawczości i samodzielności.

**5. Promowanie pozytywnego wizerunku starości**

Istotne jest, aby Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej podejmował działania zmierzające do pozytywnego postrzegania starości oraz promocji wolontaria-
tu międzypokoleniowego. Z jednej strony w sposób pozytywny wpłynie to na zmianę odbioru starości przez środowisko, a z drugiej strony będzie przeciwdziałało wykluczeniu społecznemu osób starszych. Rozwój kampanii społecznych, organizowanie pikników wielopokoleniowych, powstanie teatru międzypokoleniowego, tworzenie wolontariatu intergeneracyjnego, otwarcie warsztatów transpokoleniowych pozwolą pokazać aktywnych, zaangażowanych seniorów w mediach lokalnych. Mamy nadzieje, że rozwój tego rodzaju usług umożliwi zmianę stereotypów oraz wzrost szacunku wobec osób starszych.

W perspektywie rozwoju polityki senioralnej ważne jest podejmowanie nowych kierunków, ale również utrzymanie oraz rozwój działań już organizowanych i podejmowanych przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Przasnyszu. Już dziś obserwujemy wzrost liczby seniorów, którzy w perspektywie najbliższych lat będą stanowić coraz większy odsetek mieszkańców – i będą potrzebować zróżnicowanego wsparcia społecznego, zdrowotnego i infrastrukturalnego. Rozwój usług społecznych ukierunkowanych na wzmocnienie i poprawę jakości życia osób starszych pozwoli stworzyć bezpieczną przestrzeń dla tej grupy społecznej. Rosnąca liczba mieszkańców w wieku 60+ wymaga długofalowej i zintegrowanej polityki senioralnej. Jest to nie tylko kwestia opieki, ale także aktywizacji, integracji i zapewnienia godnych warunków życia.