

Załącznik nr 1  
do Zarządzenia nr 4820/2023  
z dnia 21 grudnia 2023 r.

# Polityka Senioralna Miasta Płocka do 2026 roku



Płock, grudzień 2023 r.

## SPIS TREŚCI

<b>Wykaz najważniejszych skrótów i symboli.....</b>	<b>2</b>
<b>Podstawowe informacje o opracowaniu.....</b>	<b>3</b>
<b>CZĘŚĆ ANALITYCZNA.....</b>	<b>5</b>
<b>1 Diagnoza sytuacji demograficznej i zasobów Płocka służących seniorom.....</b>	<b>6</b>
1.1 Wielkość i struktura wiekowa mieszkańców Płocka.....	6
1.2 Zasoby infrastrukturalne służące seniorom.....	10
1.2.1 Placówki opieki stacjonarnej i dziennej.....	10
1.2.2 Infrastruktura opieki zdrowotnej.....	12
1.2.3 Infrastruktura komunikacyjna.....	15
1.3 Działalność na rzecz seniorów.....	16
1.3.1 Podmioty publiczne i organizacje samorządowe działające na rzecz seniorów.....	16
1.3.2 Lokalne programy dedykowane seniorom.....	19
1.3.3 Przedsięwzięcia i wydarzenia kierowane do seniorów.....	21
1.3.4 Działalność Płockiej Rady Seniorów.....	22
<b>2 Diagnoza potrzeb seniorów w Płocku.....</b>	<b>23</b>
2.1 Metodyka badania.....	23
2.2 Wyniki badania.....	23
<b>3 Analiza SWOT.....</b>	<b>37</b>
<b>CZĘŚĆ STRATEGICZNA.....</b>	<b>39</b>
<b>4 Wizja miasta Płocka w sferze polityki senioralnej.....</b>	<b>40</b>
4.1 Wizja i misja Płocka w sferze polityki senioralnej.....	40
4.2 Cele strategiczne, operacyjne i kierunki działań.....	41
4.3 Wskaźniki realizacji celów.....	43
4.4 Monitoring i ewaluacja celów.....	44
<b>5 Zgodność celów Polityki z lokalnymi i regionalnymi dokumentami strategicznymi.....</b>	<b>44</b>
<b>PODSUMOWANIE.....</b>	<b>47</b>
<b>Załączniki.....</b>	<b>50</b>

## Wykaz najważniejszych skrótów i symboli

1.	<b>Badanie</b>	–	Badanie ankietowe przeprowadzone w dniach 10.11-10.12.2022 r.
2.	<b>CATI</b>	–	computer-assisted telephone interviewing, rodzaj badań marketingowych
3.	<b>COVID-19</b>	–	choroba zakaźna wywoływana przez wirusa SARS-CoV-2
4.	<b>DPS</b>	–	Dom Pomocy Społecznej
5.	<b>Dz.U.</b>	–	Dziennik Ustaw
6.	<b>GUS</b>	–	Główny Urząd Statystyczny
7.	<b>MOPS</b>	–	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Płocku
8.	<b>NFZ</b>	–	Narodowy Fundusz Zdrowia
9.	<b>NSZOZ</b>	–	Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej
10.	<b>NZOZ</b>	–	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
11.	<b>OFBOR</b>	–	Organizacja Firm Badania Opinii i Rynku
12.	<b>POKIS</b>	–	Płocki Ośrodek Kultury i Sztuki
13.	<b>Polityka</b>	–	Polityka Senioralna Miasta Płocka do 2026 r.
14.	<b>POZ</b>	–	Podstawowa Opieka Zdrowotna
15.	<b>PRM</b>	–	Program Ratownictwa Medycznego
16.	<b>PZOZ</b>	–	Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
17.	<b>S.a.</b>	–	Spółka akcyjna
18.	<b>Sp. z o.o.</b>	–	Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością
19.	<b>SWOT</b>	–	analiza SWOT, metoda porządkowania i weryfikowania informacji
20.	<b>UTW</b>	–	Uniwersytet Trzeciego Wieku

## Podstawowe informacje o opracowaniu

### Pojęcie polityki senioralnej

Obecnie w działaniach publicznych realizowanych z myślą o zróżnicowanej społeczności osób w tzw. trzecim wieku wyraźnie obserwuje się priorytetową rolę utrzymywania samodzielności osób starszych, zapewniania warunków do aktywności własnej seniorów i wobec innych oraz kształtowania sposobu myślenia o osobach starszych, starości i relacjach międzypokoleniowych.

### Utrzymywanie samodzielności

Działania na rzecz samodzielności odnoszą się w dużym zakresie do organizacji systemu opieki zdrowotnej w postaci zapewnienia porady właściwej dla osób starszych oraz promocji zdrowego trybu życia. W szczególności ma to na celu przekazywanie informacji umożliwiających lepsze panowanie nad własnym zdrowiem, a tym samym zmniejszających prawdopodobieństwo pojawienia się problemów. Ważne jest również dostarczanie informacji o technicznych i organizacyjnych udogodnieniach umożliwiających zastąpienie utraconej sprawności oraz dostarczanie usług opiekuńczo pielęgnacyjnych pozwalających mieszkać w dotychczasowym miejscu. Ten ostatni cel można też osiągnąć, dostosowując odpowiednio przestrzeń publiczną i mieszkalną. Aby wspierać utrzymywanie samodzielności seniorów władze gminne mogą wpływać na podmioty opieki zdrowotnej, dla których są organami założycielskimi, organizować i finansować kampanie społeczne promujące zachowania prozdrowotne czy badania okresowe, prowadzić centra informacji na temat urządzania domostw seniorów oraz wprowadzać rozwiązania architektoniczne i urbanistyczne przyjazne seniorom.

### Aktywność seniorów

Aktywność własna seniorów odbywa się w 3 podstawowych obszarach: edukacyjnym, kulturalnym i rekreacyjno-sportowym. W tym przypadku władze gminne najczęściej wspierają finansowo i logistycznie podmioty realizujące takie usługi tj. organizacje pozarządowe działające na rzecz seniorów i podmioty oferujące usługi turystyczne, sportowe czy rehabilitacyjne. Natomiast aktywność wobec innych to najczęściej działania wspierające wolontariat lub samoorganizacja seniorów. Umożliwiają one pomoc wewnątrzpokoleniową, a także wsparcie międzypokoleniowe. Działania gminne powinny skupiać się przede wszystkim na ułatwianiu dostępu do informacji o celach, sposobach działania oraz możliwości uzyskania wsparcia finansowego.

### Sposób myślenia o seniorach, starości i relacjach międzypokoleniowych

Istotne z punktu widzenia funkcjonowania seniorów w życiu społecznym jest kształtowanie sposobu myślenia o seniorach, starości i relacjach międzypokoleniowych. W szczególności działania w tym obszarze skupiają się na zmniejszaniu uprzedzeń, stereotypów i zachowań dyskryminacyjnych ze względu na wiek. Może to się przejawiać w kampaniach społecznych. Działania te m.in. budują poczucie odpowiedzialności międzypokoleniowej wskazując na współzależności między osobami w różnym wieku, ułatwiają wolontariat senioralny oraz promują uczestnictwo osób starszych w podmiotach takich jak stowarzyszenia itp. Gmina w tym zakresie może wspierać przedsiębiorców komercyjnie rozwijających działalność skoncentrowaną na seniorach oraz rozwijać ekonomię społeczną.

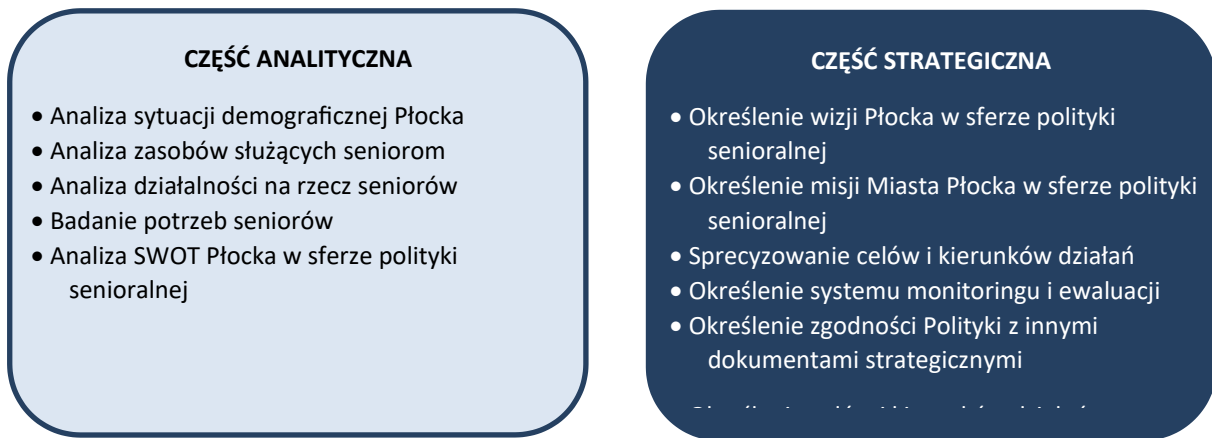
### **Cel opracowania**

Polityka Senioralna Miasta Płocka do 2026 roku ma na celu zbadanie obecnej sytuacji seniorów oraz wypracowanie celów i działań, które zniwelują zidentyfikowane problemy seniorów w Płocku. Należy podkreślić, że rolą samorządu lokalnego w zakresie polityki senioralnej jest przede wszystkim – pomijając finansowanie niektórych form polityki senioralnej dzięki środkom własnym i unijnym – dostarczanie przykładów dobrych praktyk i innowacji społecznych (działań, które umożliwiają lepsze osiągnięcie założonych celów), odpowiednie ukierunkowanie działań w jednostkach podległych samorządowi, wdrażanie programów/akcji ułatwiających codzienne funkcjonowanie seniorów w życiu Płocka oraz stymulowanie rozwoju innych podmiotów świadczących usługi na rzecz seniorów.

### **Struktura opracowania**

Przy opracowywaniu dokumentu przyjęto jego podział na część analityczną i strategiczną. W pierwszej części dokonano analizy sytuacji demograficznej Płocka ze szczególnym uwzględnieniem osób w wieku 60 lat i więcej. Następnie zaprezentowano obecne zasoby infrastrukturalne oraz działalność na rzecz seniorów prowadzoną przez podmioty publiczne i organizacje pozarządowe. Na podstawie ww. analizy i badania ankietowego przeprowadzono analizę SWOT. W części strategicznej sformułowano misję Miasta Płocka w zakresie polityki senioralnej, wizję, cele i działania na rzecz seniorów oraz przedstawiono zgodność tych zapisów z głównymi założeniami najważniejszych lokalnych dokumentów strategicznych obejmujących swoim zakresem również tematykę uczestnictwa seniorów w życiu społecznym miasta. Zaprezentowano również założenia wdrożeniowe Polityki. Poniżej graficznie przedstawiono schemat dokumentu.

Rysunek 1 Schemat dokumentu



*Źródło: opracowanie własne*

Tak przygotowany dokument obejmuje wszystkie najważniejsze elementy ułatwiające planowanie i realizację polityki senioralnej przez samorząd w przyjętej perspektywie czasowej.

## CZĘŚĆ ANALITYCZNA



## 1 Diagnoza sytuacji demograficznej i zasobów Płocka służących seniorom

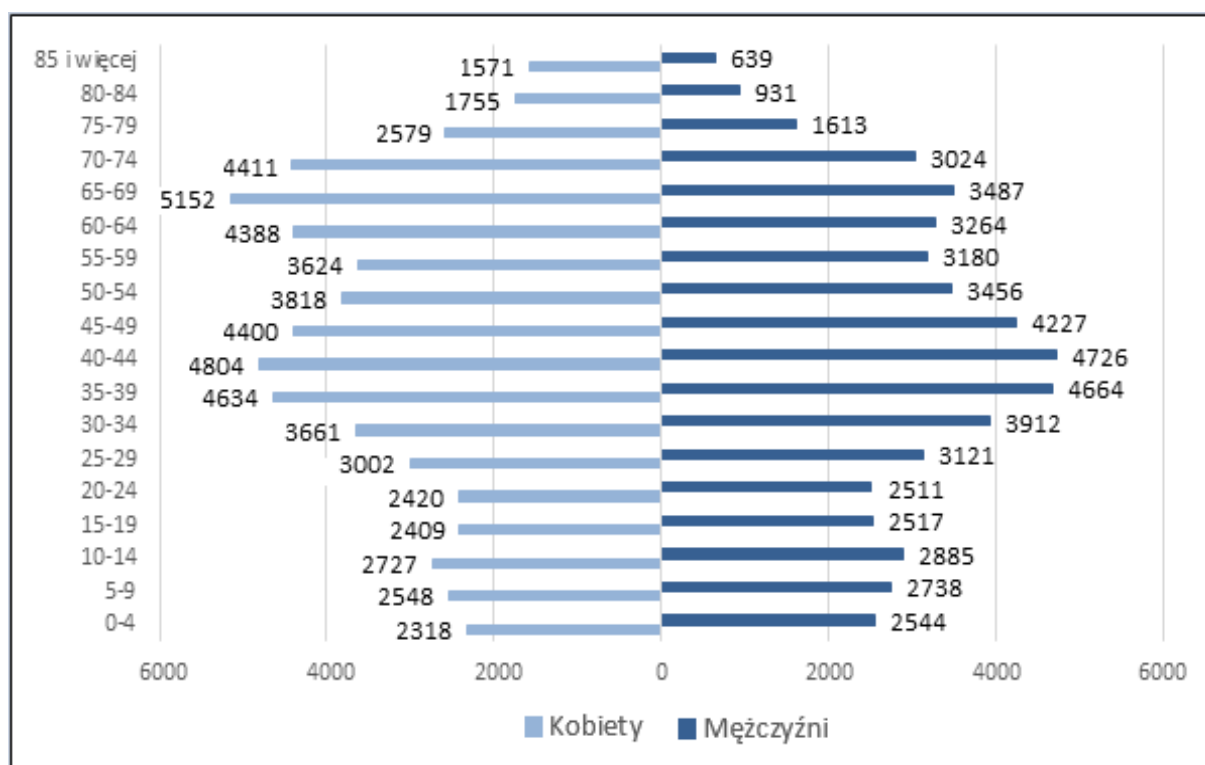
W przedmiotowym punkcie przedstawiono jak prezentuje się sytuacja demograficzna Płocka ze szczególnym podkreśleniem sytuacji osób w wieku 60 lat i więcej. Ponadto opisano zasoby infrastrukturalne służące seniorom oraz działalność instytucji publicznych i organizacji pozarządowych na rzecz seniorów.

### 1.1 Wielkość i struktura wiekowa mieszkańców Płocka

#### Sytuacja demograficzna Płocka

Poniżej przedstawiono strukturę wiekową miasta Płocka w 2021 r. zaprezentowaną w formie piramidy wieku. Piramida wieku to stosowane w demografii graficzne przedstawienie struktury płci i wieku ludności danego obszaru, polegające na zestawieniu diagramów słupkowych utworzonych dla poszczególnych roczników lub pięcioletnich grup wiekowych dla każdej płci oddzielnie.

Wykres 1 Piramida wieku miasta Płocka (2021 r.)



Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

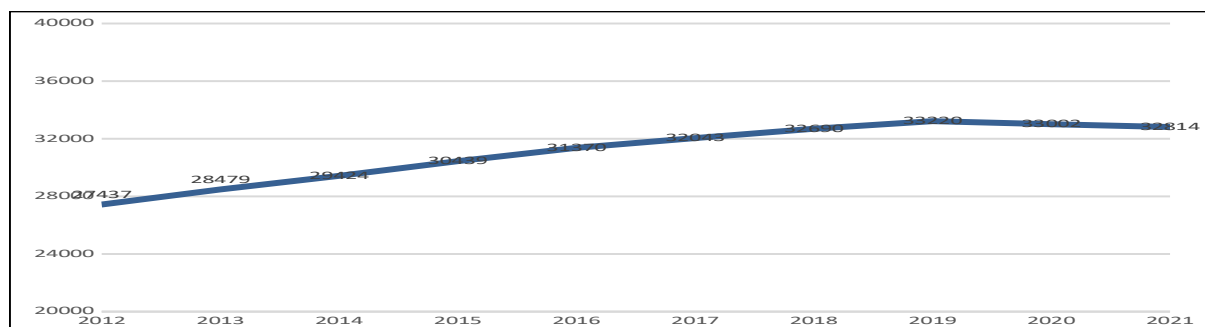
Piramida wieku pokazuje, że przewaga liczebna mężczyzn nad kobietami dotyczy wieku do 39 lat a przewaga kobiet nad mężczyznami dotyczy wieku od 40 roku życia.

Kształt piramidy wskazuje na typ struktury wiekowej społeczeństwa określanej jako regresywny – niska liczba urodzeń oraz coraz bardziej starzejący się mieszkańcy.

Poniżej przedstawiono jak kształtowała się liczba osób w wieku 60 lat i więcej w latach 2012-2021 w Płocku.



Wykres 2 Liczba osób w wieku 60 lat i więcej w latach 2012-2021 w Płocku

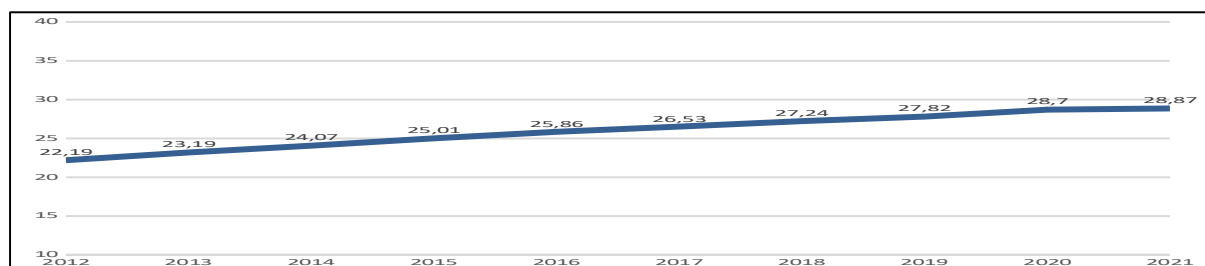


Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Wykres wskazuje, że do 2019 r. liczba osób w wieku 60 lat i więcej w Płocku nieprzerwanie rosła z roku na rok. Dopiero w latach 2020-2021 liczba malała, ale w stopniu marginalnym.

Powyższa sytuacja oraz spadek liczby mieszkańców Płocka powoduje, że udział liczby osób w wieku 60 lat i więcej w ogólnej liczbie mieszkańców Płocka w latach 2012-2021 rósł nieprzerwanie z roku na rok, co pokazano na poniższym wykresie.

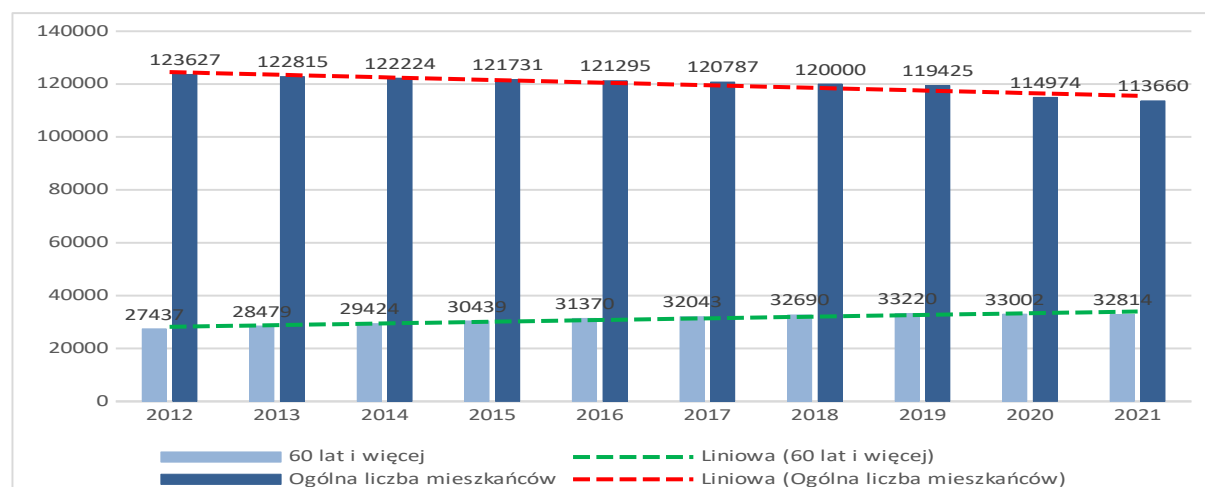
Wykres 3 Udział (%) liczby osób w wieku 60 lat i więcej w ogólnej liczbie mieszkańców Płocka w latach 2012-2021



Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Na przestrzeni analizowanych 10 lat udział wzrósł o 6,68 punktów procentowych. Na poniższym wykresie przedstawiono porównanie liczby mieszkańców Płocka ogółem i mieszkańców w wieku 60 lat i więcej w omawianym okresie 10-letnim.

Wykres 4 Liczba mieszkańców Płocka i liczba mieszkańców w wieku 60 lat i więcej w latach 2012-2021

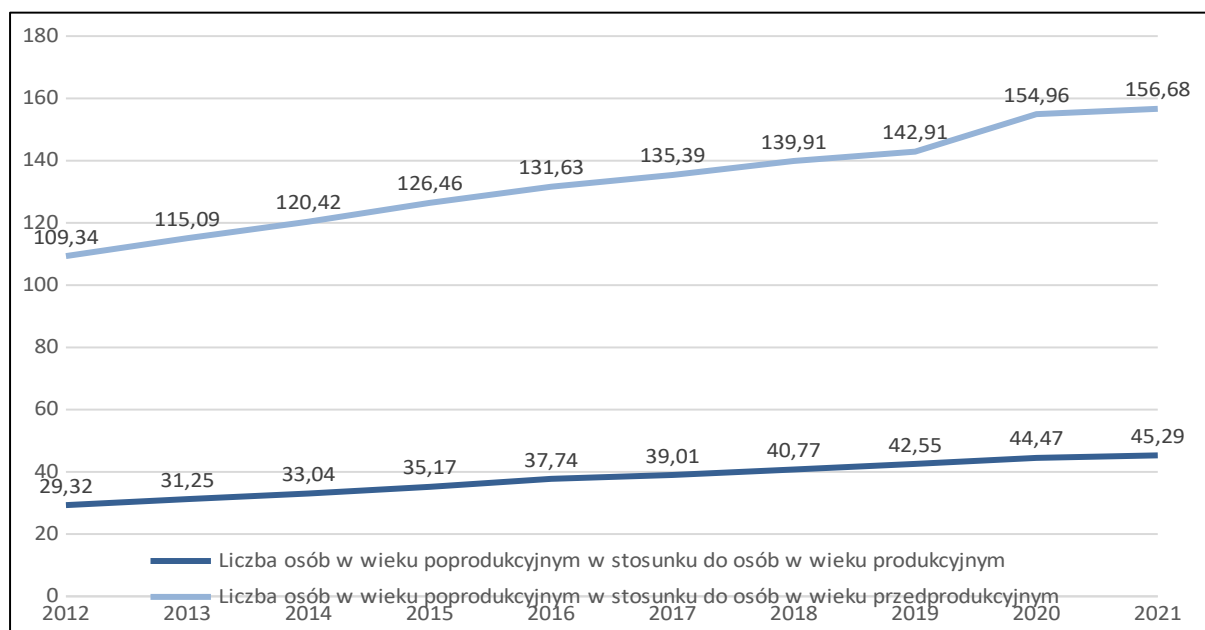


Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Zauważalny jest trend wzrostu liczby osób w wieku 60 lat i więcej oraz spadek ogólnej liczby mieszkańców.

Istotnym elementem diagnozy jest określenie poziomu wskaźnika obciążenia demograficznego, a więc stosunku liczby mieszkańców w wieku poprodukcyjnym do liczby mieszkańców w wieku produkcyjnym i liczby mieszkańców w wieku przedprodukcyjnym. Nazwa tego wskaźnika związana jest m.in. z potencjalnymi obciążeniami systemu zabezpieczenia społecznego czy wypłatą świadczeń emerytalnych i rentowych.

Wykres 5 Wskaźniki obciążenia demograficznego Płocka w latach 2012-2021 (%)

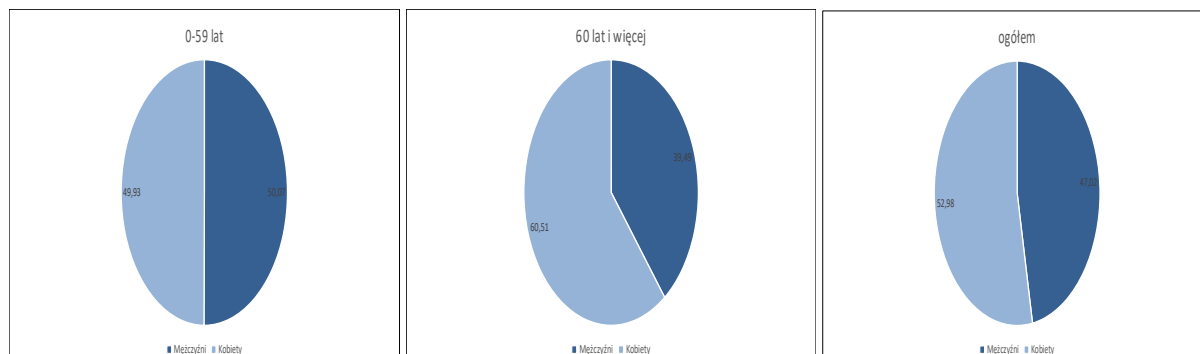


Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Wykres pokazuje, że wskaźniki obciążenia demograficznego Płocka z roku na rok znacząco wzrastają, co jest sytuacją niekorzystną.

Poniżej przedstawiono jak kształtuje się udział liczby kobiet i mężczyzn w ogólnej liczbie mieszkańców Płocka w przedziałach wiekowych 0-59 lat i 60 lat i więcej oraz w ujęciu ogólnym.

Wykres 6 Mieszkańcy Płocka w podziale na płeć w przedziałach wiekowych 0-59 lat, 60 lat i więcej oraz w ujęciu ogólnym

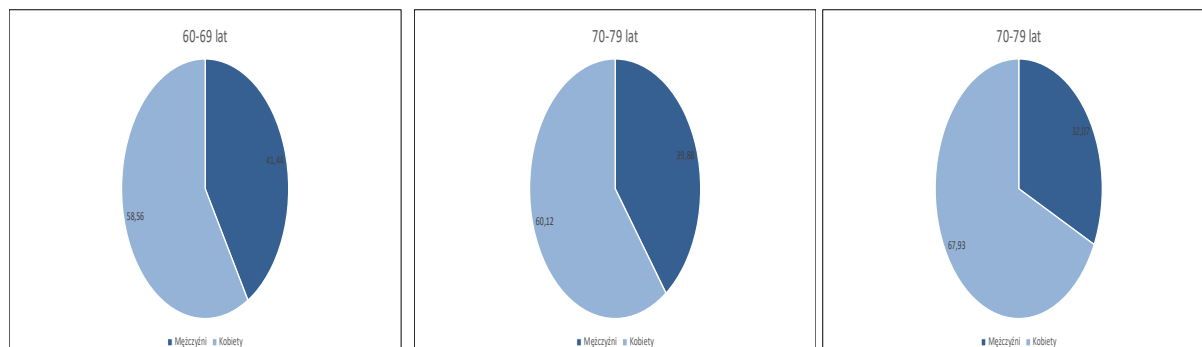


Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Wykresy wskazują, że wśród mieszkańców Płocka widocznie więcej jest kobiet niż mężczyzn (52,98% do 47,02%). Zjawisko to jest zdecydowanie bardziej widoczne wśród mieszkańców w przedziale wiekowym 60 lat i więcej, w którym stosunek liczby kobiet i mężczyzn w ogólnej liczbie mieszkańców Płocka kształtuje się na poziomie odpowiednio 60,51% do 39,49%.

Współczynnik maskulinizacji/feminizacji Płocka przedstawiono również w podziale na 60-69 lat, 70-79 oraz 80 lat i więcej.

Wykres 7 Mieszkańcy Płocka w wieku 60-69 lat, 70-79 lat oraz 80 lat i więcej w podziale na płeć



Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Na powyższych wykresach wyraźnie widać, że z biegiem lat udział kobiet w ogólnej liczbie mieszkańców w analizowanym przedziale wiekowym zdecydowanie wzrasta, co związane jest z ogólnie krótszym okresem życia mężczyzn.

Poniżej przedstawiono dane dotyczące przyrostu naturalnego w Płocku w latach 2012-2021.

Tabela 1 Przyrost naturalny w Płocku w latach 2012-2021

2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
20	-63	-74	-108	-92	-150	-265	-248	-701	-854

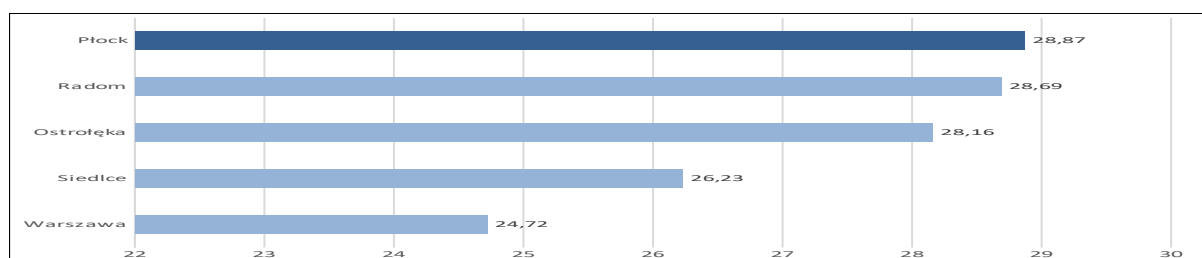
Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Powyższe dane wskazują, że od 2013 r. w Płocku przyrost naturalny w Płocku był ujemny a od 2016 r. zauważalny jest trend coraz bardziej niekorzystnego zjawiska ujemnego przyrostu naturalnego.

### Porównanie Płocka z innymi miastami powiatowymi województwa mazowieckiego

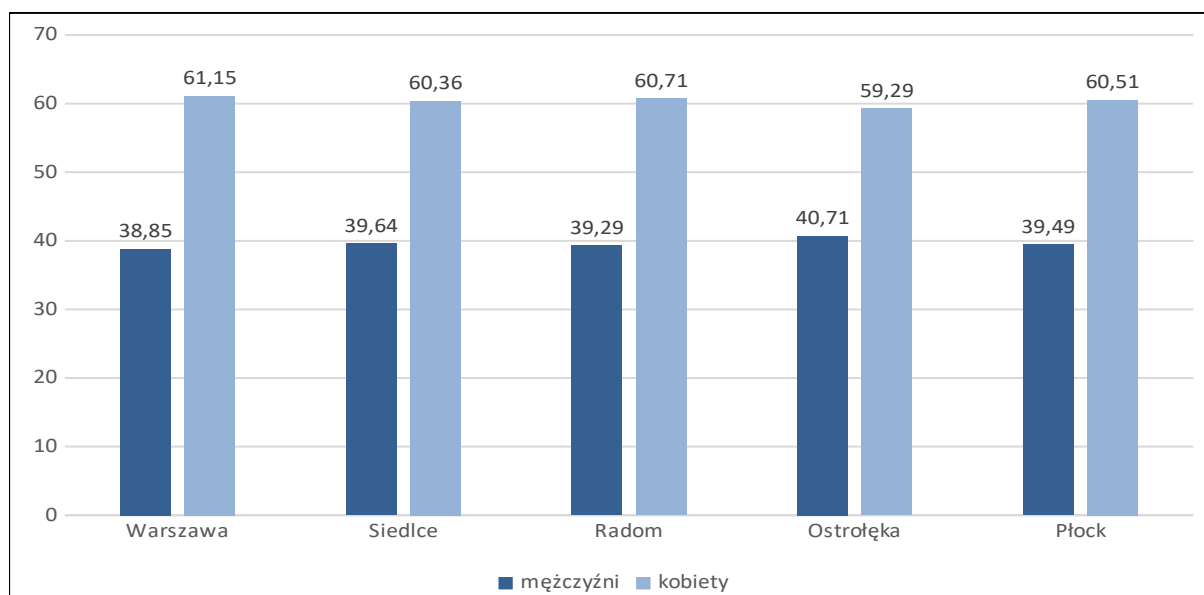
Poniżej przedstawiono porównanie Płocka z innymi miastami powiatowymi województwa mazowieckiego tj. Ostrofęką, Radomiem, Siedlcami i Warszawą. Porównanie nastąpiło pod kątem udziału liczby osób w wieku 60 lat i więcej w ogólnej liczbie mieszkańców i udziału liczby kobiet i mężczyzn w ogólnej liczbie mieszkańców w wieku 60 lat i więcej.

Wykres 8 Udział liczby osób w wieku 60 lat i więcej w ogólnej liczbie mieszkańców w miastach powiatowych województwa mazowieckiego w 2021 r. (%)



Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Wykres 9 Udział liczby kobiet i mężczyzn w ogólnej liczbie mieszkańców w wieku 60 lat i więcej w miastach powiatowych województwa mazowieckiego w 2021 r. (%)



Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Wykresy pokazują, że Płock charakteryzuje się podobnymi wskaźnikami jak dla innych miast powiatowych województwa mazowieckiego. W przypadku udziału liczby osób w wieku 60 lat i więcej w ogólnej liczbie mieszkańców, Płock charakteryzuje się znacznie wyższym wskaźnikiem niż Warszawa i Siedlce oraz podobnym do Ostrołęki i Radomia.

Analiza porównawcza wskazuje, że w Płocku nie zachodzi potrzeba podejmowania działań szczególnie odmiennych niż w innych miastach tej rangi.

## 1.2 Zasoby infrastrukturalne służące seniorom

Do analizy zasobów infrastrukturalnych służących seniorom zaliczono placówki opieki stacjonarnej i dziennej, infrastrukturę służby zdrowia (szpitale, przychodnie, poradnie) i komunikację miejską.

### 1.2.1 Placówki opieki stacjonarnej i dziennej

Poniżej opisano placówki opieki dziennej i całodobowej, które świadczą usługi skierowane w szczególności do seniorów. Opis przedstawia placówki dostępne dla wszystkich seniorów jak i te, których działalność skierowana jest do osób chorych i niepełnosprawnych intelektualnie.

#### Placówki opieki dziennej

##### Centrum Aktywności Seniora

Placówką dziennej opieki dedykowaną wszystkim seniorom z Płocka jest Centrum Aktywności Seniora działające od 2017 r. w Płocku przy ul. Otolińskiej 6. W Centrum są realizowane różnego typu zajęcia i wydarzenia rozwijające zainteresowania płockich seniorów. Prowadzone są także zajęcia integracyjne, organizowane pikniki, imprezy plenerowe, spotkania okolicznościowe, działania międzypokoleniowe. Zajęcia w Centrum Aktywnego Seniora dla Seniorów są bezpłatne. W Centrum Aktywnego Seniora prowadzone są zajęcia w:

- Szwalni Seniora,

- Pracowni Rękodzieła, gdzie seniorzy zajmują się wytwarzaniem dzieł okazjonalnych np. na Święta Bożego Narodzenia lub na Święta Wielkanocne,
- Pracowni kulinarnej, gdzie każdego dnia powstają dania,
- Kąciku rozmaitości czyli miejscu rozmów, rozrywki.

Centrum to przestrzeń do realizacji pasji, talentów seniorów. Każdego dnia w Centrum Aktywnego Seniora miejsce do realizacji swoich pasji i marzeń znajduje około 40-50 osób.

Dom Dziennego Pobytu dla osób z chorobą Alzheimera w Płocku przy ul. Otolińskiej 6 oraz w budynku dawnej Szkoły Podstawowej nr 5 w Radziwiu przy ul. Krakówka 4.

Głównym celem działalności Domu Dziennego Pobytu między innymi jest:

- odroczenie pobytu w ośrodku całodobowym,
- zwiększenie interakcji społecznych pomiędzy chorymi, pobudzenie emocjonalności,
- zmniejszenie liczby i nasilenia stanów psychopatologicznych oraz uzyskanie stabilnego stanu psychicznego chorego,
- indywidualna pomoc opiekunowi i nauczanie go jak radzić sobie w trakcie opieki nad chorym członkiem rodziny.

Pracownicy nawiązują stały kontakt z rodzinami uczestników, którym służą pomocą i radą. Wszystkie działania prowadzone w DDP ukierunkowane są na pobudzanie inicjatywy pacjentów. Osiągane jest to min. poprzez grupowe i indywidualne zajęcia terapeutyczne, treningi pamięci, zajęcia manualne, biblioterapię, muzykoterapię, zajęcia rehabilitacyjne, gry i zabawy intelektualne oraz opiekę duszpasterską.

Dom Dziennego Pobytu i Terapii dla Osób z Chorobą Alzheimera przy ul. Sienkiewicza 54 prowadzony przez Caritas Diecezji Płockiej

Głównym celem placówki jest rozwój profilaktyki niedostosowania społecznego osób z zaburzeniami otępiennymi poprzez tworzenie i umacnianie środowiskowych ofert wsparcia społecznego, rozszerzenie szeroko pojętej opieki nad chorymi oraz jak najdłuższe utrzymanie przez terapię i rehabilitację samodzielności i zaradności życiowej.

Działania prowadzone w DDP ukierunkowane są na pobudzanie inicjatywy pacjentów. Osiągane jest to min. poprzez: grupowe i indywidualne zajęcia terapeutyczne, treningi pamięci, zajęcia manualne, biblioterapię, muzykoterapię, zajęcia rehabilitacyjne, gry i zabawy intelektualne, opiekę duszpasterską.

Zapewnienie opieki chorym w trybie dziennym, umożliwia ich opiekunom dalsze funkcjonowanie zawodowe, poprawia funkcjonowanie rodzin, odciąża opiekunów co wiąże się z lepszym sprawowaniem przez nich opieki.

Środowiskowy Dom Samopomocy typu A i typu B

Środowiskowy Dom Samopomocy Typ A w Płocku jest ośrodkiem wsparcia dziennego dla 30 dorosłych osób przewlekłe psychicznie chorych. Celem działalności Ośrodka jest wspieranie uczestników i ich rodzin oraz kompensowanie skutków niepełnosprawności w sferze zdrowia psychicznego.

Dom zapewnia właściwą i fachową opiekę osobom przewlekłe chorym psychicznie w ramach prowadzonych zajęć wspierająco-aktywizujących. Działania prowadzone są w pracowni kulinarnej, plastyczno-krawieckiej, tkacko-koronczarskiej i gimnastyczno-rekreacyjnej.

Środowiskowy Dom Samopomocy Typ B w Płocku jest ośrodkiem wsparcia dziennego dla 25 dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną. Celem działalności Ośrodka jest wspieranie uczestników

i ich rodzin oraz kompensowanie skutków niepełnosprawności. Dom zapewnia właściwą i fachową opiekę osobom intelektualnie chorym w ramach prowadzonych zajęć wspierająco-aktywizujących. Działania prowadzone są w pracowni gospodarstwa domowego, wspomaganie rozwoju, ruchowo-gimnastycznej oraz rozwijania twórczości.

### Placówki opieki całodobowej

#### Dom Pomocy Społecznej „Przyjaznych Serc” w Płocku

Placówką stacjonarnej opieki całodobowej jest Dom Pomocy Społecznej „Przyjaznych Serc” w Płocku przeznaczony dla 80 osób w większości przewlekle chorych psychicznie. DPS spełnia standardy określone w Rozporządzeniu Ministra Polityki Społecznej z dnia 23.08.2012 roku w sprawie domów pomocy społecznej (Dz. U. z 27.08.2012r. poz. 964 z późn. zm.) i jest wpisany do rejestru domów pomocy społecznej województwa mazowieckiego pod pozycją nr 93. DPS posiada prestiżowy certyfikat "Opieka bez agresji", który potwierdza profesjonalne przygotowanie pracowników Domu do sprawowania opieki pozbawionej przemocy oraz wysoką jakość świadczonych usług opiekuńczych. Dom Pomocy Społecznej „Przyjaznych Serc” zapewnia całodobową opiekę oraz zaspokaja niezbędne potrzeby bytowe, zdrowotne, społeczne, religijne i edukacyjne.

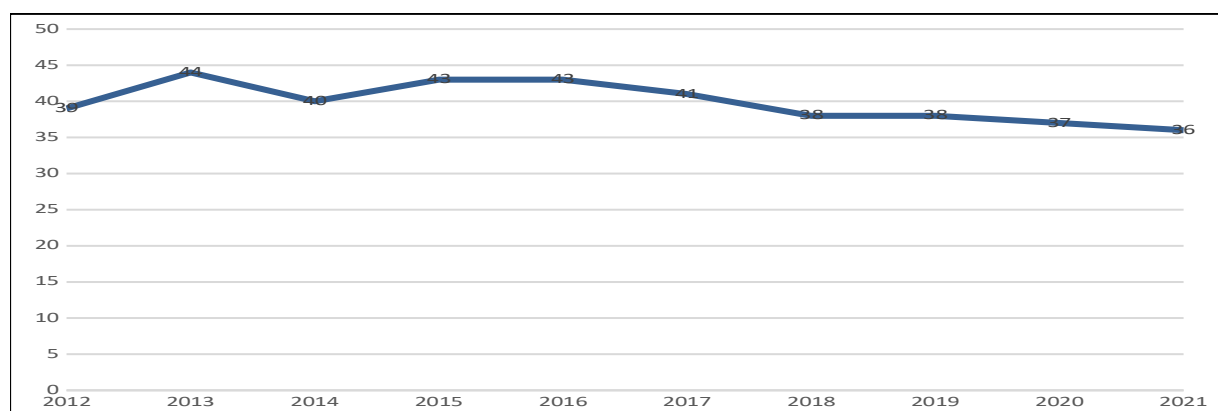
### 1.2.2 Infrastruktura opieki zdrowotnej

Przy opisie infrastruktury dotyczącej opieki zdrowotnej skupiono się na funkcjonowaniu placówek medycznych i aptek. Opieka zdrowotna stanowi istotną część życia seniorów – korzystanie z placówek medycznych jak i aptek jest niekiedy codziennością osób starszych.

#### Apteki

Apteki w Płocku zlokalizowane są w zasadzie na każdym osiedlu ze zwiększonym występowaniem w centralnej części miasta. Na poniższym wykresie przedstawiono liczbę aptek w Płocku w latach 2012-2021.

Wykres 10 Liczba aptek w Płocku w latach 2012-2021



Źródło: opracowanie własne na podstawie [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)

Liczba aptek od 2016 r. rocznie spada, ale nie jest to spadek mogący powodować znaczące problemy w zakupie leków. Liczba aptek jest typowa dla ośrodków tego typu co Płock.

## **Szpital**

W Płocku funkcjonują 2 szpitale:

- Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku prowadzony przy ul. Medycznej 19, którego organem stanowiącym jest Województwo Mazowieckie,
- Szpital Miejski im. Św. Trójcy przy ul. Kościuszki 28 prowadzony przez Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Spółka z o.o., której w 100% właścicielem jest Gmina Miasto Płock.

### Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku przy ul. Medycznej 19

Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku jest jedną z największych placówek ochrony zdrowia działających w regionie północno-zachodniego Mazowsza. Od 1998 r. Szpital funkcjonuje jako samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej, którego organem założycielskim jest Województwo Mazowieckie. W ramach szpitala funkcjonują oddziały: Anestezjologii i Intensywnej Terapii, Obserwacyjno-Zakaźny, Okulistyczny, Urologiczny, Ginekologiczno-Położniczy, Wewnętrzny, Dermatologiczny, Chorób Płuc, Onkologiczny, Reumatologiczny, Chirurgii Dziecięcej, Urazowo-Ortopedyczny, Laryngologiczny, Dziecięcy, Neurotraumatologiczny, Neurologiczny, Kardiologiczny, Nefrologiczny, Neonatologiczny, dwa Oddziały Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej oraz Szpitalny Oddział Ratunkowy. Dodatkowo na terenie szpitala znajduje się Przychodnia Specjalistyczna dla dorosłych i dzieci.

### Szpital Miejski im. Św. Trójcy przy ul. Kościuszki 28

W Szpitalu Świętej Trójcy funkcjonują oddziały: Psychiatryczny, Chorób Wewnętrznych, Ginekologiczno-Położniczy, Chirurgii Ogólnej, Pediatriczny, Neonatologiczny, Anestezjologii z Blokiem Operacyjnym, Ortopedii oraz Pododdział Rehabilitacji Narządu Ruchu.

## **Zakłady Opieki Zdrowotnej**

### Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o.

Na terenie Płocka działa Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o. Jest jednym z dwóch i drugim co do wielkości podmiotem świadczącym na lokalnym rynku kompleksowe usługi medyczne z zakresu szpitalnictwa, podstawowej i specjalistycznej opieki zdrowotnej, rehabilitacji, stomatologii oraz diagnostyki. Przedmiotem działalności podmiotu jest udzielanie świadczeń zdrowotnych, świadczeń szpitalnych, stacjonarnych i całodobowych świadczeń zdrowotnych innych niż szpitalne oraz ambulatoryjnych świadczeń zdrowotnych. Podstawowym zadaniem Zakładu jest udzielanie kompleksowych świadczeń zdrowotnych mających na celu zachowanie, ratowanie, przywracanie i poprawę zdrowia pacjentów wymagających całodobowej opieki, pacjentów wymagających pomocy doraźnej oraz specjalistycznych świadczeń zdrowotnych udzielanych w trybie ambulatoryjnym. W strukturach Zakładu znajdują się Szpital Świętej Trójcy i jednostki organizacyjne takie jak:

- Przychodnia Św. Trójcy przy ul. Miodowej 2,
- Przychodnia POZ przy ul. Zielonej 40,
- Przychodnia POZ przy ul. Góry 7,
- Centralny Ośrodek Rehabilitacji przy ul. Tysiąclecia 13,
- Zakład Medycyny Szkolnej,
- Centrum Zdrowia Psychicznego przy ul. Reja 15/3,
- Poradnia Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej przy ul. Kościuszki 28.

Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego i Transportu Sanitarnego - przy ul. Narodowych Sił Zbrojnych 5

Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego i Transportu Sanitarnego w Płocku jest samodzielnym publicznym zakładem opieki zdrowotnej, którego organem założycielskim jest Województwo Mazowieckie jako jednostka samorządu terytorialnego. Siedzibą Zakładu jest miasto Płock, obszarem działania – obszar północnego Mazowsza. Podstawowym zadaniem statutowym Zakładu jest udzielanie świadczeń z zakresu ratownictwa medycznego na podstawie umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia, zgodnie z ustawą o Państwowym Ratownictwie Medycznym. W zakresie udzielania świadczeń zdrowotnych Zakład obejmuje miasto Płock i 9 powiatów (powiat płocki, gostyniński, sierpecki, ciechanowski, płoński, sochaczewski, mławski, nowodworski i żuromiński). W zakresie usług transportu sanitarnego – teren całego kraju. Zakład włączony w system Państwowego Ratownictwa Medycznego jest dysponentem jednostek systemu i udziela świadczeń zdrowotnych finansowanych ze środków publicznych każdej osobie znajdującej się w stanach nagłego zagrożenia zdrowotnego.

Celem działania Zakładu jest udzielanie świadczeń zdrowotnych w razie wypadku, urazu, nagłego zachorowania lub nagłego pogorszenia się stanu zdrowia z zagrożeniem życia. Rodzajem działalności leczniczej prowadzonej przez Zakład są ambulatoryjne świadczenia zdrowotne z zakresu:

- ratownictwa medycznego poprzez czynności ratunkowe, w ramach systemu PRM,
- podstawowej opieki zdrowotnej (POZ), w ramach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej,
- transportu sanitarnego (w tym transport sanitarny typu „N”) na podstawie umowy zawartej z NFZ,
- transportu medycznego na podstawie umowy zawartej z NFZ.

Nocna pomoc lekarska, w przypadku urazów, wypadków, porodów i nagłych zachorowań, zabezpieczona jest od poniedziałku do piątku w godzinach 18:00 – 8:00 oraz w soboty, niedziele i święta całodobowo przez Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego i Transportu Sanitarnego w Płocku przy ul. Strzeleckiej 3.

**Podmioty podstawowej opieki zdrowotnej**

Na terenie Płocka podstawową opiekę zdrowotną świadczą 23 podmioty wskazane w poniższej tabeli (stan na dzień 01.12.2022 r.).

Tabela 2 Podmioty świadczące podstawową opiekę zdrowotną na terenie Płocka (stan na 01.12.2022 r.)

L.P.	NAZWA PODMIOTU	FORMA ORGANIZACYJNA
	Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o.	publiczna
	Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku	publiczna
	Grupa Zdrowie sp . z o.o. - Przychodnia Gradowskiego	niepubliczna
	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Caritas Diecezji Płockiej	niepubliczna
	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "Saba-Med" w Płocku	niepubliczna
	Centrum Medyczne Medica Sp. z o.o.	niepubliczna



Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "Eskulap" Spółka Jawna Wiśniewski Zdzisław Kwiatkowska Anna i Woźniak Iwona	niepubliczna
NEUCA MED Sp. z o.o. - Centrum Medyczne Rodzina - Jasna	niepubliczna
"Med-Jar" spółka z o.o.	niepubliczna
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "Salus" Sp. z o.o.	niepubliczna
Wa-Med B.J. Warchoń Spółka Jawna	niepubliczna
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Provita	niepubliczna
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "Nowa-Med"	niepubliczna
Lux-Medica sp. z o.o.	niepubliczna
Centrum Medyczne Borowiczki sp. z o.o.	niepubliczna
PHOENIX Sp. z o.o. NZOZ „Nasza Przychodnia”	niepubliczna
Medic Park Sp. z o.o.	niepubliczna
NEUCA MED Sp. z o.o. - Centrum Medyczne Rodzina - Jana Pawła II	niepubliczna
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Gryf-Med S.C. Beata Latus Krystian Latus	niepubliczna
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Zdrowie-BJT Sp. z o.o.	niepubliczna
ADRIANA MARIA FUŁEK NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ "ASMED"	niepubliczna
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "Przychodnia Radziwie" Wanda Pociej-Siera	niepubliczna
Centrum Lecznico-Usługowe Imienia Świętej Anny Sp. z o.o.	niepubliczna

Źródło: opracowanie własne

Ponadto podstawową opiekę zdrowotną prowadzi szereg podmiotów prywatnych, które działają poza kontraktem z NFZ.

### Podmioty świadczące usługi pielęgnacyjne i opiekuńcze

W Płocku usługi pielęgnacyjne i opiekuńcze, w tym dla seniorów, świadczą poniższe jednostki:

- Miejskie Hospicjum Stacjonarne im. Św. Urszuli Ledóchowskiej, ul. Piłsudskiego 37,
- Hospicjum Stacjonarne ul. Sienkiewicza 54,
- Centralny Ośrodek Rehabilitacji z Zakładem Pielęgnacyjno-Opiekuńczym ul. Tysiąclecia 13.

### 1.2.3 Infrastruktura komunikacyjna

W Płocku funkcjonuje publiczna komunikacja miejska licząca 26 linii dziennych, 1 linię nocną oraz 12 linii podmiejskich. Tabor komunikacji miejskiej jest sukcesywnie dostosowywany do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, w tym do osób niepełnosprawnych i osób starszych. Do bezpłatnych przejazdów komunikacją miejską w Płocku uprawnieni są m.in.:

- osoby, które ukończyły 70 lat,

- kombatanci i osoby represjonowane będące członkami Stowarzyszenia Polaków Poszkodowanych przez III Rzeszę, Związku Kombatantów i Byłych Więźniów Politycznych, Związku Represjonowanych Politycznie Żołnierzy – Górników.

Z kolei do ulgi 50% uprawnieni są m.in.:

- emeryci i renciści oraz ich współmałżonkowie, na których otrzymują oni dodatki rodzinne, korzystający ze świadczeń emerytalnych i rentowych po zmarłym współmałżonku,
- kombatanci za okazaniem aktualnej legitymacji kombatanckiej.

### **1.3 Działalność na rzecz seniorów**

Poniżej przedstawiono działalność najważniejszych podmiotów publicznych i organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów na terenie miasta Płocka, opisano lokalne programy skierowane do seniorów oraz wydarzenia i przedsięwzięcia adresowane seniorom.

#### **1.3.1 Podmioty publiczne i organizacje samorządowe działające na rzecz seniorów**

##### **Podmioty publiczne i przedsiębiorcy**

###### Klub Seniora PKN ORLEN S.A. przy ul. Gałczyńskiego 12

Klub pomaga w spędzaniu wolnego czasu emerytowanym pracownikom PKN Orlen.

###### Książnica Płocka im. Władysława Broniewskiego

Oprócz podstawowej działalności Książnicy, placówka organizuje również spotkania i warsztaty tematyczne skierowane do seniorów (w ramach własnych inicjatyw i akcji Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego) czy spotkania w ramach nauki języka angielskiego.

###### Płocki Ośrodek Kultury i Sztuki

Płocki Ośrodek Kultury i Sztuki im. Franciszki i Stefana Themersonów jest miejską instytucją kultury. Został powołany Uchwałą Rady Miasta Nr 387/XVII/99 z dnia 12 października 1999 r. z trzech niezależnych instytucji: Ośrodka Animacji Kultury, Domu Kultury i Domu Darmstadt. Zgodnie ze Statutem do podstawowych zadań Ośrodka należy m.in. integracja osób starszych w zakresie aktywnego uczestnictwa w tworzeniu i odbiorze oferty kulturalnej. Ponadto okazjonalnie (np. na dzień babci i dziadka) POKIS organizuje zajęcia ruchowo-relaksacyjne dla seniorów.

###### Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

MOPS w Płocku prowadzi Klub Aktywnego Seniora powołany przez Prezydenta Miasta Płocka w 2019 r. Jego celem jest podejmowanie działań na rzecz wszechstronnej aktywizacji seniorów, rozbudzanie ich zainteresowań, pasji i uzdolnień. Ponadto MOPS prowadzi szereg programów wspierających osoby starsze w codziennym funkcjonowaniu – mowa tu m.in. o programach: „Asystent osobisty osoby niepełnosprawnej – edycja 2022”, „Opieka wytchnieniowa edycja 2022” i „Korpus Wsparcia Seniorów”.

###### NoveKino Przedwiośnie

Kino posiada w swojej ofercie projekcje filmowe z cyklu „Kino Seniora” adresowane do osób starszych.

## **Organizacje pozarządowe**

### Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Płocku im. Janiny Czaplickiej

Stowarzyszenie opiera swoją działalność na pracy społecznej członków czyli słuchaczy oraz wykładowców Akademii Mazowieckiej. Stowarzyszenie prowadzi działalność na rzecz pomocy osobom starszym poprzez:

- udzielanie im pomocy w celu przezwyciężenia trudnej sytuacji życiowej wynikającej ze starszego wieku,
- promocję i ochronę zdrowia,
- działalność edukacyjną, twórczą, kulturalną, turystyczno-krajoznawczą i sportową dla seniorów,
- aktywizację społeczną,
- profilaktykę gerontologiczną,
- promocję i organizację wolontariatu.

Powyższe cele są realizowane poprzez udział seniorów w wykładach, seminariach, konferencjach, lekcjach nauki języków obcych, spotkań z ludźmi nauki, kultury oraz innych dziedzin życia, prowadzenie aktywnej działalności turystyczno-krajoznawczej, rozwijanie umiejętności i zainteresowań, wydawanie zbiorów własnych.

### Stowarzyszenie Nowoczesna i Innowacyjna Edukacja

Stowarzyszenie prowadzi Uniwersytet Trzeciego Wieku. Uniwersytet rozpoczął swoją działalność w 2014 r. W ramach Uniwersytetu prowadzone są cykle wykładowe, kursy komputerowe, zajęcia z filmu i fotografii, zajęcia ruchowe (gimnastyka usprawniająca, aerobik), zajęcia plastyczne, rękodzieło, zajęcia chóralskie, teatralne oraz nauka języka angielskiego. Słuchaczami Uniwersytetu są osoby w wieku od 55 do 91 lat. Większość zajęć odbywa się w obiektach Filii Politechniki Warszawskiej w Płocku przy ul. Jachowicza 2. Wykładowcy to wysokokwalifikowana kadra akademicka Politechniki Warszawskiej. Kadre do prowadzenia zajęć ćwiczeniowo-warsztatowych stanowią specjaliści różnych dziedzin z wyższym wykształceniem z doświadczeniem w pracy z ludźmi starszymi. Celem UTW jest upowszechnianie inicjatyw edukacyjnych, poszerzanie wiedzy i umiejętności seniorów, aktywizacja intelektualna i fizyczna osób starszych poprzez wykłady audytoryjne i zajęcia kursowe.

### Płockie Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Chorobą Alzheimera

Stowarzyszenie powstało w 1999 roku. Głównym celem działalności Stowarzyszenia jest pomoc osobom z chorobą Alzheimera i pokrewnymi schorzeniami otępiennymi oraz ich rodzinom i opiekunom. Stowarzyszenie prowadzi Dom Dziennego Pobytu dla osób z chorobą Alzheimera w Płocku przy ul. Otolińskiej 6 oraz w budynku dawnej Szkoły Podstawowej nr 5 w Radziwiu przy ul. Krakówka 4.

W ramach dziennej opieki Stowarzyszenie zapewnia chorym specjalistyczną opiekę przez 8 godzin dziennie, wyżywienie, aktywne spędzanie czasu, możliwość skorzystania z poradnictwa specjalistycznego, udział w zajęciach terapeutycznych i aktywizujących oraz wydarzeniach kulturalno-oświatowych. Dla opiekunów chorych osób oferowane jest wsparcie w postaci poradnictwa psychologicznego, pomocy prawnej, podnoszenia wiedzy i umiejętności w zakresie wsparcia chorych członków rodziny oraz spotkań w grupach.

### Płocki Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Oddział Okręgowy z siedzibą w Płocku

Oddział Okręgowy Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Płocku od początku swej działalności, tj. od 1968 r., koncentruje się na działaniach kulturalnych, edukacyjnych, wypoczynkowych, turystycznych, socjalnych i wydawniczo-informacyjnych. Mobilizuje seniorów do prowadzenia aktywnego trybu życia, podejmowania wyzwań i rozwijania zainteresowań. Ponadto działa na rzecz poprawy jakości życia osób starszych, przeciwdziała ich izolacji i marginalizacji. Okręg płocki obejmuje większość północnego Mazowsza. Prezydium Zarządu Oddziału Okręgowego realizuje zadania statutowe prowadząc wielokierunkową działalność nawiązującą do wieloletniej tradycji Związku, równocześnie wzbogacając ją o nowe treści dostosowane do współczesnych wyzwań. Za swoją działalność Oddział Okręgowy w Płocku wielokrotnie był wyróżniany i odznaczany przez władze samorządowe, organizacje społeczne i władze nadrzędne.

#### Stowarzyszenie Rodzin Katolickich Diecezji Płockiej

Stowarzyszenie zostało powołane do życia w 1989 r. Stowarzyszenie prowadzi Klub Seniora „Szansa” wspierający aktywność własną seniorów poprzez zajęcia usprawniające pamięć, gry i zabawy towarzyskie mające na celu pobudzenie zdolności intelektualnych, a także pełniące również funkcję integracyjną.

#### Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Aktywności Seniorów AS

Stowarzyszenie od 2017 r. funkcjonuje jako przedsiębiorstwo ekonomii społecznej. Jego misją jest pomaganie i aktywizowanie osób starszych, co stanowi jego działalność statutową. Stowarzyszenie w ramach prowadzonej działalności gospodarczej (z której dochód w 100% przeznaczony jest na działalność statutową) prowadzi 3 restauracje pod marką „Gary Babci Krysi” – jedną w Mławie i 2 w Płocku. W restauracjach seniorzy mają zapewnione dwudaniowe obiady z 50% zniżką. Wszystkie środki wypracowane w restauracjach przeznaczone są na dofinansowanie obiadów dla seniorów. Ponadto Stowarzyszenie prowadzi w Płocku „Salonik Babci Krysi” – miejsce wyjątkowe bo promujące rodzime, regionalne, domowe smaki. Stowarzyszenie prowadzi aktualnie Centrum Aktywnego Seniora przy ul. Otolińskiej 6 w Płocku.

#### Płocki Klub Miłośników Rozrywek Umysłowych „Relaks”

Klub oferuje rozrywki umysłowe w postaci gier, szarad skierowanych m.in. do osób starszych.

#### Związek Kombatantów RP i Byłych Więźniów Politycznych – Zarząd Okręgowy w Płocku

Związek jest organizacją kombatancką o charakterze wielośrodowiskowym, zrzeszającą obywateli polskich, którzy walczyli o wolność, suwerenność i niepodległość Ojczyzny w formacjach Wojska Polskiego, sojuszniczych armii państw koalicji antyhitlerowskiej, podziemnych organizacjach ruchu oporu oraz byłych więźniów hitlerowskich obozów koncentracyjnych i stalinowskich łagrów. Odbiorcami działań Związku są zwłaszcza osoby starsze, kombatanci. Przedmiot działalności Związku dotyczy takich kwestii jak ochrona zabytków, pielęgnowanie tradycji narodowych, propagowanie wiedzy o historii Polski.

#### Stowarzyszenie Człowiek Kultura

Celem Stowarzyszenia jest działalność publiczna na rzecz rozwoju kultury. Stowarzyszenie realizuje projekty popularyzujące kulturę m.in. skierowane do seniorów.

#### Stowarzyszenie „Kompas”

Przedmiotem działalności Stowarzyszenia jest rozwój osobisty dzieci, młodzieży i osób starszych. Stowarzyszenie realizuje projekty popularyzujące kulturę m.in. skierowane do seniorów.

### Wyższe Seminarium Duchowne w Płocku

Seminarium prowadzi Uniwersytet Trzeciego Wieku. Uczelnia oferuje wykłady, podczas których poruszane są zagadnienia dotyczące chrześcijaństwa, jego historii i zasad wiary, ale też omawiane są tematy z zakresu szeroko rozumianej kultury humanistycznej czy psychologii. Jest to doskonała okazja do poznania ciekawych ludzi, dzielenia się z innymi wiedzą i życiowym doświadczeniem oraz do miłego spędzania czasu w gronie przyjaciół. Oferta uczelni kierowana jest w szczególności do osób starszych.

### **1.3.2 Lokalne programy dedykowane seniorom**

Programy dedykowane seniorom w Płocku dotyczą w szczególności zniżek w korzystaniu z danych usług, profilaktyki zdrowotnej, rehabilitacji i bezpieczeństwa seniorów.

#### **Płocka Karta Mieszkańca**

Od września 2020 r. Płocka Karta Mieszkańca obejmuje zniżki, które były dostępne dla osób powyżej 65 roku życia w ramach Płockiej Karty Seniora. Posiadacze Karty mogą skorzystać ze zniżek w następujących obszarach:

- kultura i sztuka: bilety wstępu do muzeum, teatru,
- sport i rekreacja: aerobik, zajęcia taneczne,
- usługi: remontowo-budowlane, wulkanizacyjne, weterynaryjne,
- restauracje i kawiarnie,
- turystyka i noclegi,
- zdrowie: zabiegi lecznicze, porady lekarskie,
- sanatoria i uzdrowiska: turnusy w ośrodkach rehabilitacyjno-wypoczynkowych,
- uroda: fryzjer, kosmetyczka.

#### **Pilotażowy program wdrożenia usług opiekuńczych w formie teleopieki w latach 2020-2021 dofinansowany ze środków Województwa Mazowieckiego**

Program realizowany przez MOPS w Płocku. Celem wdrożenia usług teleopieki jest pomoc osobom w samodzielnym funkcjonowaniu w środowisku niez izolującym ich od najbliższego otoczenia, wsparcie opiekunów, rozszerzenie zakresu usług opiekuńczych świadczonych w miejscu zamieszkania i uzupełnienie ich o nowoczesne technologie informacyjno-komunikacyjne. W 2021 r. objęto wsparciem 38 osób w wieku 60+.

#### **PROGRAM „ASYSTENT OSOBISTY OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ” dofinansowany ze środków Państwowego Funduszu Celowego Funduszu Solidarnościowego**

Program realizowany przez MOPS w Płocku. Głównym celem Programu jest wprowadzenie usług asystenta jako formy ogólnodostępnego wsparcia w wykonywaniu codziennych czynności oraz funkcjonowaniu w życiu społecznym. Adresatami wsparcia jest 60 osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności:

- w stopniu znacznym lub
- w stopniu umiarkowanym lub
- traktowane na równi do wyżej wymienionych zgodnie z art. 5 i art. 62 ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2021 r. poz. 573).

Usługi asystenta osobistego osoby niepełnosprawnej w szczególności mogą polegać na wykonywaniu czynności dnia codziennego dla uczestnika Programu, wyjściu, powrocie lub dojazdach z uczestnikiem

Programu w wybrane przez uczestnika miejsce, załatwieniu spraw urzędowych oraz korzystaniu z dóbr kultury (np. muzeum, teatr, kino, galeria sztuki, wystawy).

### **Akcja profilaktycznych szczepień przeciw pneumokokom dla seniorów**

W ramach przeprowadzonej w 2020 r. Akcji bezpłatnych szczepień przeciw pneumokokom mogli skorzystać mieszkańcy miasta Płocka w wieku 65 lat i więcej, zapisani do przychodni podstawowej opieki zdrowotnej na terenie miasta. Z akcji skorzystało łącznie 2111 osób. Szczepienia były wykonywane w następujących płockich przychodniach podstawowej opieki zdrowotnej:

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>– NZOZ MED-JAR,</li><li>– Przychodnia GRYF-MED,</li><li>– LUX-MEDICA,</li><li>– NZOZ ZDROWIE-BJT Sp. z o.o.,</li><li>– NZOZ SABA-MED,</li><li>– NZOZ CM „RODZINA”,</li><li>– NZOZ „ESKULAP” s.j.,</li><li>– NZOZ NOWA-MED,</li><li>– NZOZ CM „OMEGA”,</li><li>– NZOZ SALUS Sp. z o.o. Sp.k.,</li><li>– NZOZ ProVita,</li><li>– Grupa Zdrowie Arkadiusz Chmieliński,</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>– NZOZ „NASZA PRZYCHODNIA”,</li><li>– Przychodnia WA-MED,</li><li>– Centrum Medyczne MEDICA Sp. z o.o.,</li><li>– NZOZ Caritas Diecezji Płockiej,</li><li>– Centrum Leczniczo – Usługowe imienia Świętej Anny,</li><li>– Wanda Pocij-Siera, NZOZ „Przychodnia Radziwie”,</li><li>– Centrum Medyczne Borowiczki,</li><li>– Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o.,</li><li>– Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku, Przychodnia POZ,</li><li>– Medic Park Sp. z o.o.,</li><li>– NZOZ ASMED Adriana Maria Fułek.</li></ul> |
|---|--|

### **PROGRAM „Korpus Wsparcia Seniorów ” finansowany z Funduszu Przeciwdziałania COVID - 19**

Program realizowany przez MOPS w Płocku. Głównym celem Programu (Moduł II) jest poprawa bezpieczeństwa oraz możliwości samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania dla osób starszych przez zwiększanie dostępu do tzw. „opieki na odległość”. Seniorom w ramach Programu zostanie udzielona tzw. „opaska bezpieczeństwa” oraz zostaną oni objęci bieżącym monitorowaniem w miejscu zamieszkania, co pozwoli na natychmiastową reakcję w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. Adresatami wsparcia jest 60 seniorów w wieku 65 + zamieszkujących na terenie Płocka, którzy mają problemy związane z samodzielnym funkcjonowaniem ze względu na stan zdrowia, prowadzących samodzielne gospodarstwa domowe lub mieszkający z osobami bliskimi, które nie są w stanie zapewnić im wystarczającej opieki w codziennym funkcjonowaniu w zakresie odpowiadającym ich potrzebom.

### **Program profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego w latach 2022-2024**

Program polityki zdrowotnej ukierunkowany jest na profilaktykę zdefiniowanego problemu zdrowotnego, jakim są nowotwory jelita grubego. Adresatami programu są mieszkańcy miasta Płocka, którzy dotychczas nie leczyli się z powodu nowotworów jelita grubego i nie mieli wykonanej kolonoskopii w ciągu ostatnich 10 lat, z następujących grup wiekowych:

- w wieku powyżej 50 lat niezależnie od wywiadu rodzinnego,
- w wieku 40-65 lat, które miały w rodzinie przynajmniej jednego krewnego pierwszego stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci), u którego rozpoznano raka jelita grubego,
- w wieku 25-65 lat z rodziny HNPCC (rodzinnego raka jelita grubego niezwiązanego z polipowatością), w tym przypadku potrzebne jest potwierdzenie z Poradni Genetycznej.

Celem programu jest zmniejszenie umieralności z powodu nowotworów jelita grubego oraz zwiększenie dostępności do bezpłatnych badań przesiewowych w kierunku raka jelita grubego, zwiększenie wykrywalności raka jelita grubego i nowotworów we wczesnych stadiach zaawansowania, zwiększenie odsetka wyleczeń.

W ramach programu realizowane jest indywidualne badanie lekarskie (w tym badanie per rectum), badanie kolonoskopowe diagnostyczne, badanie kolonoskopowe z pobraniem wycinków do oceny histopatologicznej, badanie kolonoskopowe z polipektomią oraz analgesedacja.

### **Program profilaktycznych szczepień przeciw grypie dla mieszkańców miasta Płocka w latach 2021 – 2023**

Program adresowany jest do osób w wieku 65 lat i więcej zamieszkałych na terenie Płocka i wpisanych na listę lekarza podstawowej opieki zdrowotnej podmiotów leczniczych realizujących Program. Poprzez realizację programu płocki samorząd ma na celu zwiększenie liczby osób zaszczepionych przeciwko grypie, a tym samym zapobieganie zachorowaniom na grypę i występowaniu powikłań pogrypowych. Realizacja programu przyczynia się do zwiększenia dostępności do bezpłatnych szczepień przeciwko grypie dla płockich seniorów, a jednocześnie w perspektywie wieloletniej przyczynia się do zmniejszenia zachorowalności i umieralności na grypę wśród mieszkańców miasta Płocka.

### **Rehabilitacja pocovidowa**

W Płocku realizowane są dwa programy rehabilitacji pocovidowej. Pierwszy jest finansowany ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia i aby z niego skorzystać, trzeba mieć skierowanie od lekarza. Drugi natomiast jest realizowany przez Mazowiecki Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego. W tym przypadku skierowanie nie jest wymagane. Należy mieć oficjalne potwierdzenie, że osoba przebyła chorobę wywołaną wirusem SARS-COV\_2.

## **1.3.3 Przedsięwzięcia i wydarzenia kierowane do seniorów**

### **Miesiąc seniorów**

Szereg wydarzeń poświęconych seniorom, w tym m.in. potańcówki, spotkania w sprawie zdrowego i aktywnego trybu życia, spotkania filmowe, konkursy, warsztaty. Planowana jest coroczna organizacja wydarzenia.

### **Przeгляд Twórczości Artystycznej Seniorów „Senioriada”**

Odbywający się od 2013 r. przegląd twórczości artystycznej seniorów, w ramach którego seniorzy ze wszystkich organizacji senioralnych w Płocku przedstawiają swoje wokalne, taneczne, kabaretowe i aktorskie prezentacje. Planowana jest coroczna organizacja Senioriady.

### **Konkurs „Senior Godny Naśladowania”**

Konkurs przeprowadzony w 2022 r. z inicjatywy Płockiej Rady Seniorów. Celem konkursu jest uhonorowanie najlepiej pracującego Seniora, podejmującego działania na rzecz mieszkańców miasta Płocka oraz za wybitną działalność i postawę w życiu społecznym. Planowana jest coroczna organizacja konkursu.

### **Płockie Targi Seniora**

Impreza cykliczna wystawiennicza o charakterze edukacyjno-kulturalno-rozrywkowym dedykowana osobom starszym i niepełnosprawnym. Imprezę organizuje miasto Płock oraz Płocka Rada Seniorów.

## Koperta Życia

Kampania społeczna pod nazwą „Koperta Życia”, realizowana jest w Płocku od 2015 r. Skierowana jest do osób chorych, samotnych, starszych, niepełnosprawnych. Jej celem jest usprawnienie udzielania takim osobom pomocy przez zespoły ratownictwa medycznego. W kampanię zaangażowany jest Urząd Miasta Płocka, placówki podstawowej opieki zdrowotnej, MOPS w Płocku oraz Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego i Transportu Sanitarnego w Płocku. W ramach kampanii przygotowano zestaw zawierający ankietę z kopertą oraz dwie naklejki: na kopertę i na lodówkę, w której zestaw będzie przechowywany. W ankiecie znajdują się pytania dotyczące stanu zdrowia, w szczególności przebytych chorób, zażywanych leków, kontaktu do bliskich oraz innych ważnych z medycznego punktu widzenia informacji. Ankieta powinna być aktualizowana na bieżąco, po każdej zaistniałej zmianie dotyczącej jej treści.

Akcja ma na celu zwiększenie bezpieczeństwa osób chorych, starszych, samotnych, niepełnosprawnych poprzez przyspieszenie wykonywania czynności ratunkowych prowadzonych przez zespoły ratownictwa medycznego.

### 1.3.4 Działalność Płockiej Rady Seniorów

Płocka Rada Seniorów została powołana Uchwałą nr 375/XXI/2016 Rady Miasta Płocka z dnia 30 sierpnia 2016 r. w sprawie powołania Płockiej Rady Seniorów oraz nadania jej statutu. Rada jest organem doradczym, konsultacyjnym i inicjatywnym Prezydenta Miasta Płocka w sprawach osób starszych, tj. osób powyżej 60 roku życia. Podejmuje działania w celu integracji środowiska osób starszych oraz wzmacniania ich aktywnego udziału w życiu społeczności lokalnej miasta.

Swoje zadania wykonuje w szczególności poprzez:

- inicjowanie przedsięwzięć zmierzających do integracji społecznej seniorów, wzmacniania ich aktywności obywatelskiej oraz służących ochronie praw i poszanowaniu godności osób w wieku senioralnym,
- podejmowanie działań zmierzających do wykorzystania potencjału i czasu seniorów na rzecz inicjatyw środowiskowych, w tym w zakresie kultury, sportu, rekreacji, edukacji,
- zapobieganie marginalizacji seniorów oraz przełamywanie stereotypowego postrzegania ich społecznej roli,
- współpracę z Urzędem Miasta Płocka przy opiniowaniu i rozstrzyganiu istotnych problemów dotyczących potrzeb i oczekiwań osób w wieku senioralnym, w tym opiniowanie spraw dotyczących sytuacji seniorów oraz spraw przedłożonych Radzie Seniorów do zaopiniowania przez Prezydenta Miasta Płocka oraz Radę Miasta Płocka,
- zgłaszanie uwag i wniosków do projektów aktów prawa miejscowego przedkładanych Radzie Seniorów przez Prezydenta Miasta Płocka oraz Radę Miasta Płocka,
- formułowanie propozycji dotyczących krótkoterminowych i długoterminowych działań na rzecz osób w wieku senioralnym, w tym do ujęcia w miejskich planach i programach dotyczących seniorów,
- określanie potrzeb i doradztwo w zakresie profilaktyki i promocji zdrowia osób w wieku senioralnym, pomocy społecznej i usług opiekuńczych oraz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu,
- współpracę z organizacjami i instytucjami, które zajmują się problemami seniorów,
- upowszechnianie wiedzy o potrzebach, uprawnieniach i możliwościach osób w wieku senioralnym,
- upowszechnianie informacji o podejmowanych działaniach na rzecz osób w wieku senioralnym.



Płocka Rada Seniorów jest inicjatorem wielu wydarzeń ważnych dla środowiska płockich seniorów takich jak Miesiąc seniorów, konkurs „Senior godny naśladowania” czy Przegląd Twórczości Artystycznej Seniorów „Seniariada”.

## **2 Diagnoza potrzeb seniorów w Płocku**

Diagnozę potrzeb seniorów w Płocku przeprowadzono w oparciu o badanie ankietowe, które zostało zrealizowane w dniach 10.11-10.12.2022 r. Poniżej przedstawiono metodykę badania oraz jego wyniki. Szczegóły badania stanowią załącznik nr 1 do Polityki.

### **2.1 Metodyka badania**

W badaniu zastosowano metodologię CATI (popularną metodę badania ilościowego, wykorzystywaną w działaniach marketingowych i projektach społecznych) i wywiady bezpośrednie. Zasada działania jest taka, że ankieter przeprowadza wywiad odczytując pytania respondentowi. Skrypt ankiety prowadzi ankietera przez kolejne pytania i ekrany ankiety, a wyniki są zapisywane elektronicznie. Poniżej podstawowe informacje o Badaniu:

- metoda badawcza: wywiad telefoniczny wspomagany komputerowo (CATI) i/lub wywiad osobisty,
- próba reprezentatywna: osoby w wieku 60 lat i więcej zamieszkujące miasto Płock,
- wielkość próby: 300 wywiadów,
- próba: mix telefonów stacjonarnych i komórkowych oraz wywiadów osobistych,
- stratyfikacja badania: płeć, wiek, poziom wykształcenia, aktywność zawodowa, osiedle zamieszkania, dochody,
- ważenie poststratyfikacyjne o charakterze iteracyjnym (RIM-weighting) z uwzględnieniem rozkładu płci, wieku i wykształcenia,
- wywiad kwestionariuszowy: 38 pytań (pytania zamknięte i otwarte) oraz metryczka.

Badanie zostało wykonane zgodnie ze standardami określonymi przez Organizację Firm Badania Opinii i Rynku OFBOR. Raport z badania stanowi załącznik nr 1 do Polityki.

### **2.2 Wyniki badania**

Badanie zostało podzielone na 3 obszary tematyczne:

- opieka i komunikacja,
- programy wsparcia,
- działalność na rzecz seniorów.

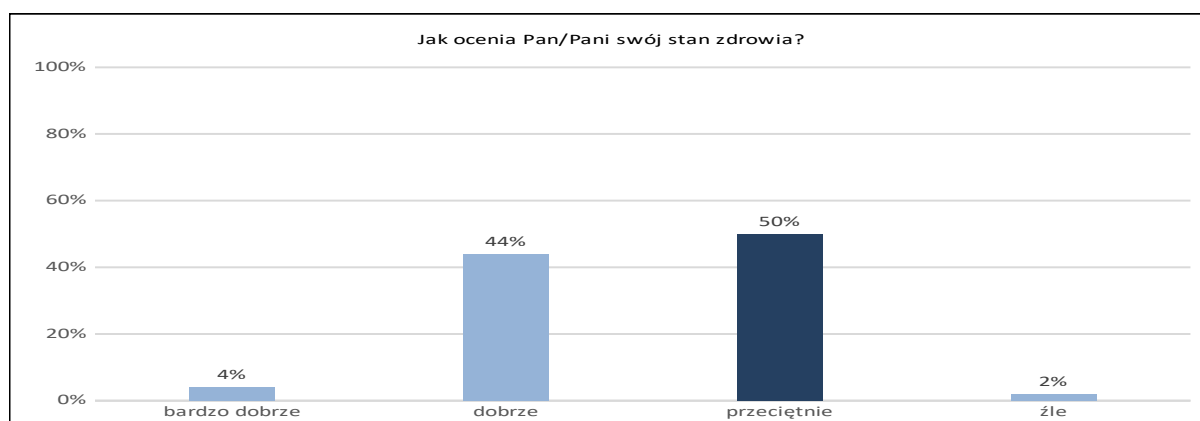
Badanie zostało zakończone 2 pytaniami podsumowującymi i charakterystyką osoby ankietowanej. Poniżej przedstawiono podsumowanie odpowiedzi w ww. badaniu.

## Opieka i komunikacja

Pytania w tym obszarze tematycznym miały na celu zbadanie opinii seniorów na temat ich stanu zdrowia, poczucia bezpieczeństwa, relacji z rodziną i znajomymi, potrzeb opiekuńczych, korzystania z usług zdrowotnych i komunikacji miejskiej w Płocku.

Ankietowani byli pytani o ocenę swojego stanu zdrowia. Możliwe były odpowiedzi: bardzo dobrze, dobrze, przeciętnie lub źle.

Wykres 11 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące stanu zdrowia

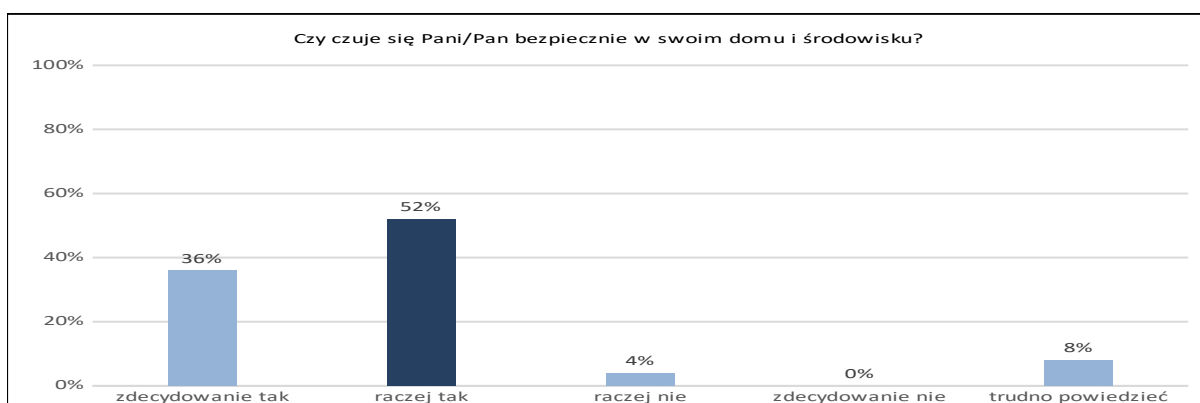


Źródło: badanie ankietowe

Ponad połowa (52%) ankietowanych oceniła swój stan zdrowia jako przeciętny lub zły. 48% ankietowanych oceniło swój stan zdrowia jako dobry lub bardzo dobry.

Ankietowani byli pytani czy czują się bezpiecznie w swoim domu i środowisku. Możliwe były odpowiedzi: zdecydowanie tak, raczej tak, raczej nie, zdecydowanie nie i trudno powiedzieć.

Wykres 12 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące poczucia bezpieczeństwa

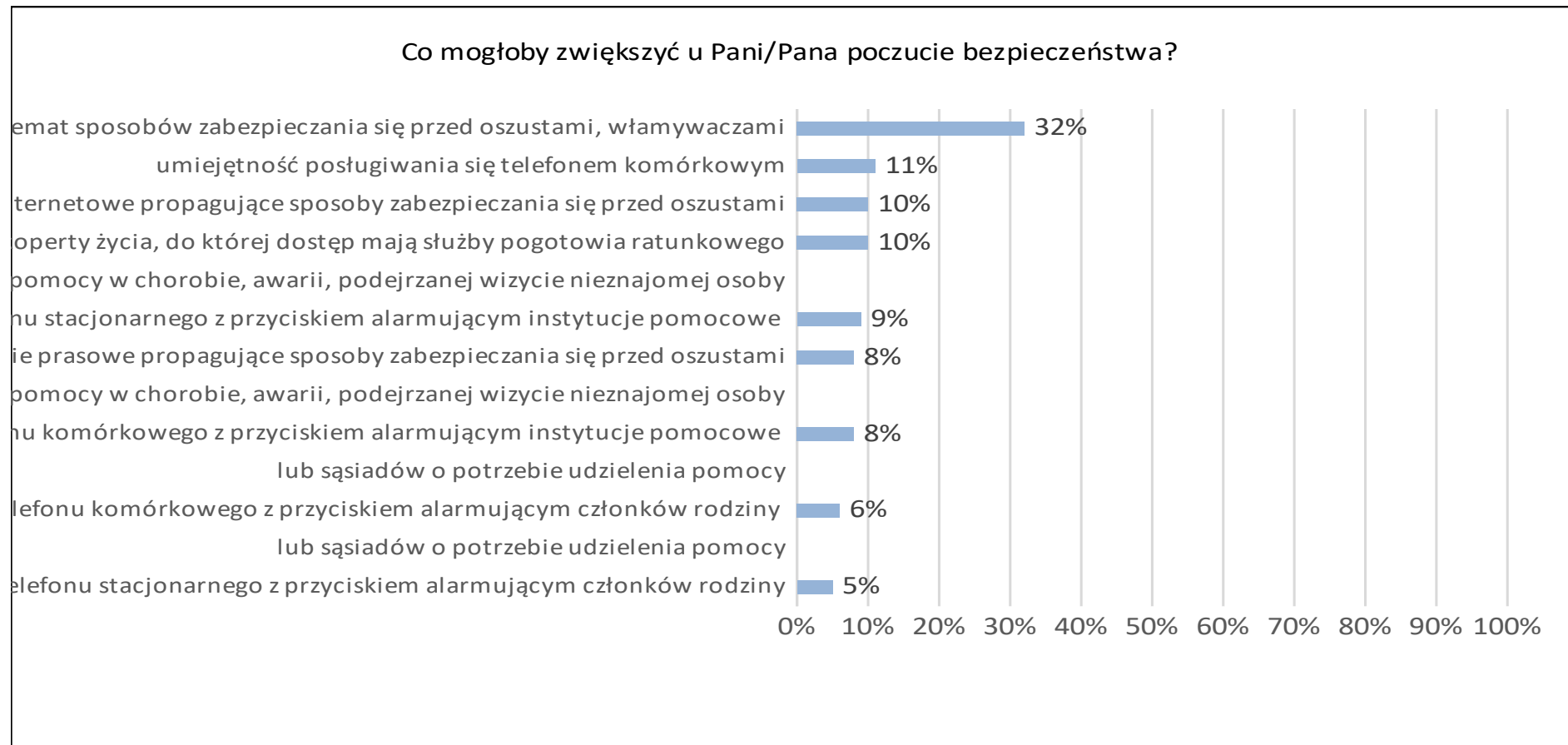


Źródło: badanie ankietowe

88% ankietowanych wskazało, że czuje się bezpiecznie w swoim domu i środowisku. Jedynie 4% ankietowanych oceniło, że nie czuje się bezpiecznie.

Ankietowani byli pytani o to co ich zdaniem mogłoby zwiększyć ich poczucie bezpieczeństwa. Poniżej na wykresie wskazano możliwe odpowiedzi na pytanie oraz udział procentowy odpowiedzi.

Wykres 13 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące czynników zwiększających poczucie bezpieczeństwa

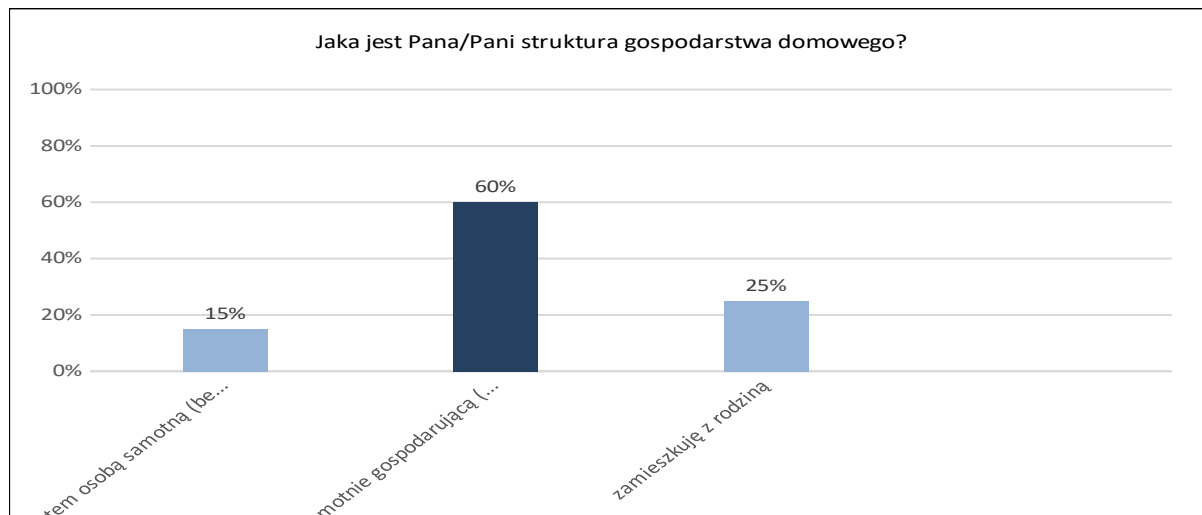


Źródło: badanie ankietowe

Najczęściej (32% odpowiedzi) padało wskazanie, że poczucie bezpieczeństwa zwiększyłoby się przez nabywanie wiedzy na temat sposobów zabezpieczania się przed oszustami. Zainteresowanie cieszyłyby się również kampanie internetowe oraz posiadanie telefonu komórkowego i tzw. koperty życia.

Ankietowani byli pytani o strukturę swojego gospodarstwa domowego. Możliwe były odpowiedzi: jestem osobą samotną, jestem osobą samotnie gospodarującą, zamieszkuję z rodziną .

Wykres 14 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące struktury gospodarstwa domowego

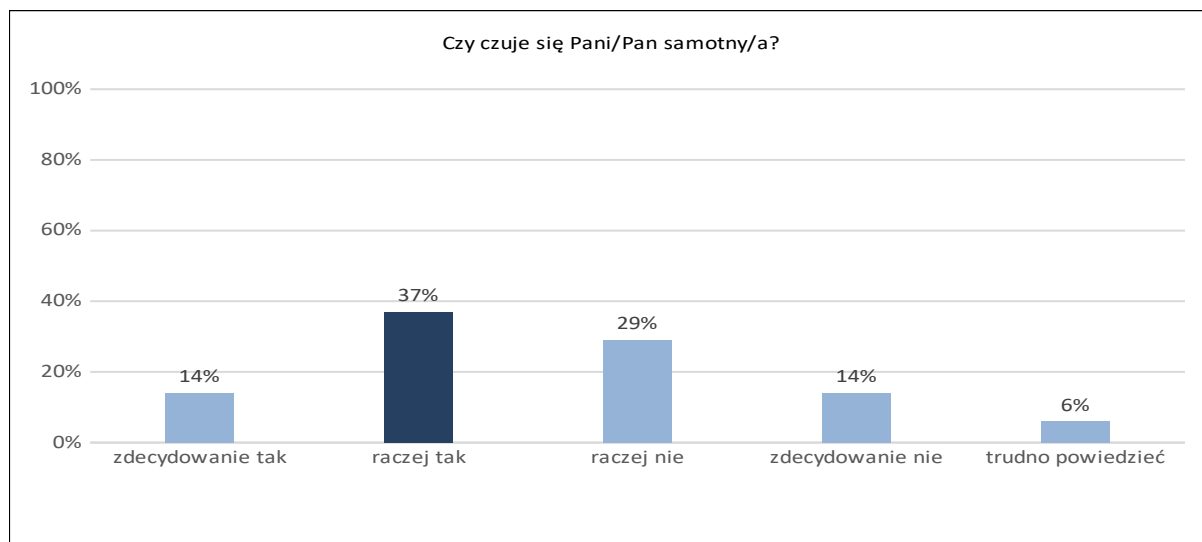


Źródło: badanie ankietowe

75% ankietowanych wskazało, że mieszkają same. 25% ankietowanych mieszka z rodziną.

Ankietowani byli pytani czy czują się samotni. Możliwe były odpowiedzi: zdecydowanie tak, raczej tak, raczej nie, zdecydowanie nie i trudno powiedzieć.

Wykres 15 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące poczucia samotności

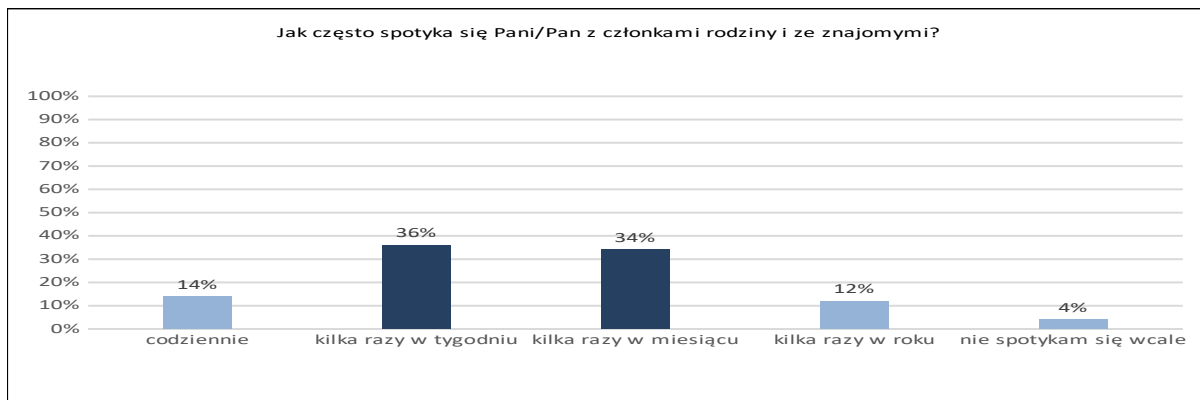


Źródło: badanie ankietowe

Zdecydowanie tak lub raczej tak wskazało łącznie 51% ankietowanych, 43% ankietowanych wskazało raczej nie lub zdecydowanie nie.

Ankietowani byli pytani o to jak często spotykają się z innymi osobami: codziennie, kilka razy w tygodniu, kilka razy w miesiącu, kilka razy w roku i nie spotykam się wcale.

Wykres 16 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące częstotliwości spotkań z innymi osobami

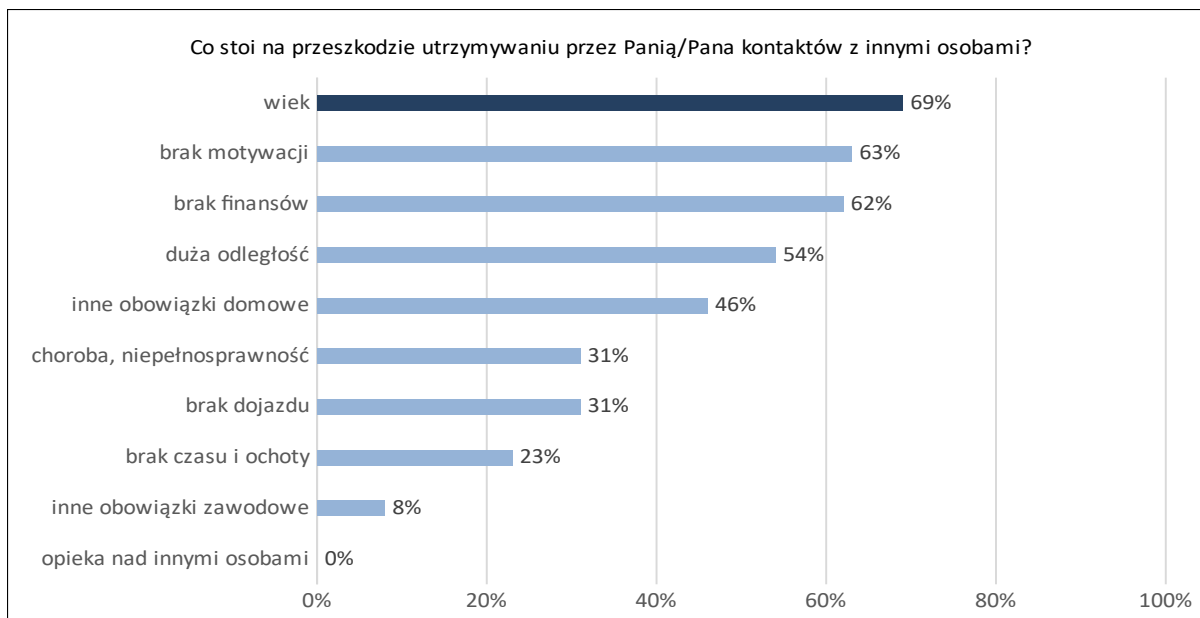


Źródło: badanie ankietowe

Wyniki ankiety wskazują, że jedynie 16% ankietowanych ma problemy z częstym lub jakimkolwiek spotykaniem się z rodziną i ze znajomymi.

Ankietowani byli pytani o to jakie widzą przeszkody w utrzymywaniu kontaktów z innymi osobami.

Wykres 17 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące przeszkód w utrzymywaniu kontaktów z innymi osobami



Źródło: badanie ankietowe

Jako najczęstsze przeszkody w utrzymywaniu kontaktów z innymi osobami ankietowani wybierali wiek, brak motywacji i brak finansów, w dalszej kolejności problemem była duża odległość do miejsca spotkania lub inne obowiązki domowe.

Ankietowani byli pytani czy odczuwają potrzebę korzystania z usług opiekuńczych.

Wykres 18 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług opiekuńczych



Źródło: badanie ankietowe

Aż 81% ankietowanych nie odczuwa potrzeby korzystania z usług opiekuńczych.

Ankietowani byli pytani czy odczuwają potrzebę korzystania z prywatnych usług opiekuńczych w domu.

Wykres 19 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług opiekuńczych w domu



Źródło: badanie ankietowe

Aż 95% ankietowanych nie korzysta z prywatnych usług opiekuńczych w domu.

Ankietowani byli pytani o to czy korzystają z usług Centrum Aktywnego Seniora przy ul. Otolińskiej 6 w Płocku.

Wykres 20 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług Centrum Aktywnego Seniora w Płocku

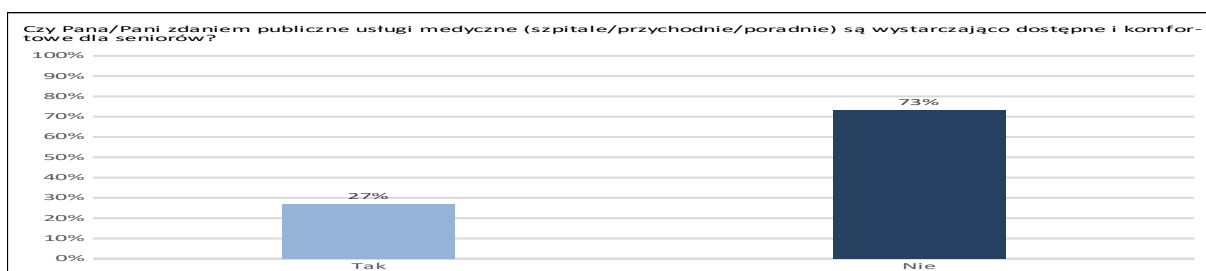


Źródło: badanie ankietowe

Większość ankietowanych (68%) nie korzysta z usług Centrum.

Ankietowani byli pytani o ocenę czy publiczne usługi medyczne są dla nich dostępne i komfortowe.

Wykres 21 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług Centrum Aktywnego Seniora w Płocku



Źródło: badanie ankietowe

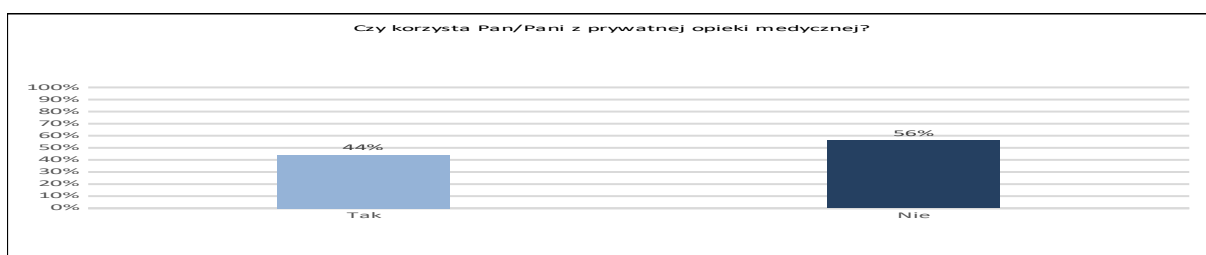
Aż 73% ankietowanych wskazało, że publiczne usługi medyczne nie są wystarczająco dostępne i komfortowe dla seniorów.

Na pytanie jakie są problemy w korzystaniu z usług medycznych i jakich usług brakuje ankietowani wskazali w szczególności na:

- brak specjalistów różnych specjalności (zwłaszcza laryngologów, okulistów, kardiologów, stomatologów),
- zbyt odległe terminy wizyt u lekarzy i rehabilitantów,
- brak oddziału geriatry,
- zbyt małą liczbę placówek medycznych,
- brak pomocy w walce z depresją,
- brak usług związanych z protetyką w publicznej służbie zdrowia.

Ankietowani byli pytani o korzystanie z prywatnej opieki medycznej.

Wykres 22 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z prywatnej opieki medycznej



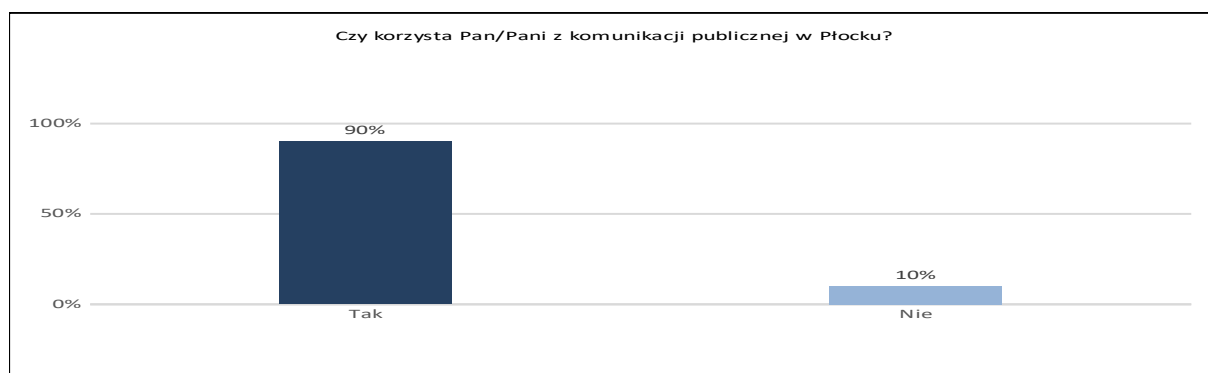
Źródło: badanie ankietowe

Większość ankietowanych (56%) nie korzysta z prywatnej opieki medycznej. W przypadku odpowiedzi NIE poproszono o podanie przyczyny takiego stanu:

- 65% ankietowanych jako przyczynę wskazało zbyt wysokie koszty opieki medycznej,
- 20% ankietowanych odpowiedziało, że publiczna służba zdrowia zapewnia odpowiednie usługi medyczne,
- 15% ankietowanych odpowiedziało, że nie widzi odpowiednich prywatnych usług medycznych w Płocku.

Ankietowani byli pytani o korzystanie z komunikacji publicznej w Płocku.

Wykres 23 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z komunikacji publicznej w Płocku

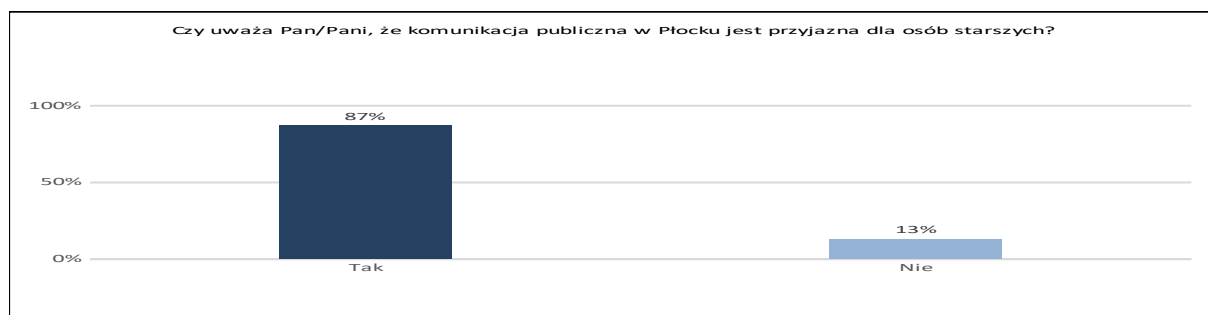


Źródło: badanie ankietowe

Aż 90% ankietowanych korzysta z komunikacji publicznej w Płocku.

Ankietowani byli również pytani o to czy ich zdaniem komunikacja publiczna w Płocku jest przyjazna dla seniorów.

Wykres 24 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z komunikacji publicznej w Płocku



Źródło: badanie ankietowe

Zdecydowana większość ankietowanych (87%) oceniło, że komunikacja publiczna w Płocku jest przyjazna dla seniorów. W przypadku odpowiedzi NIE poproszono o wskazanie działań, które sprawiłyby, że komunikacja publiczna w Płocku stałaby się bardziej przyjazna seniorom. Wskazano następujące działania:

- darmowe przejazdy KM od 60 lat,
- autobusy bardziej dostosowane do starszych ludzi,
- zwrócenie uwagi kierowców na dojazd do krawężników,
- zwiększyć częstotliwość kursów,
- może trochę więcej autobusów podmiejskich,
- konsekwentne wymaganie od kierowców kulturalnej jazdy i bezpiecznego hamowania,
- brak odpowiedniej liczby punktów parkingowych dla osób z ograniczoną sprawnością.



Badanie ankietowe w obszarze tematycznym dotyczącym opieki i komunikacji pozwala wyciągnąć następujące wnioski:

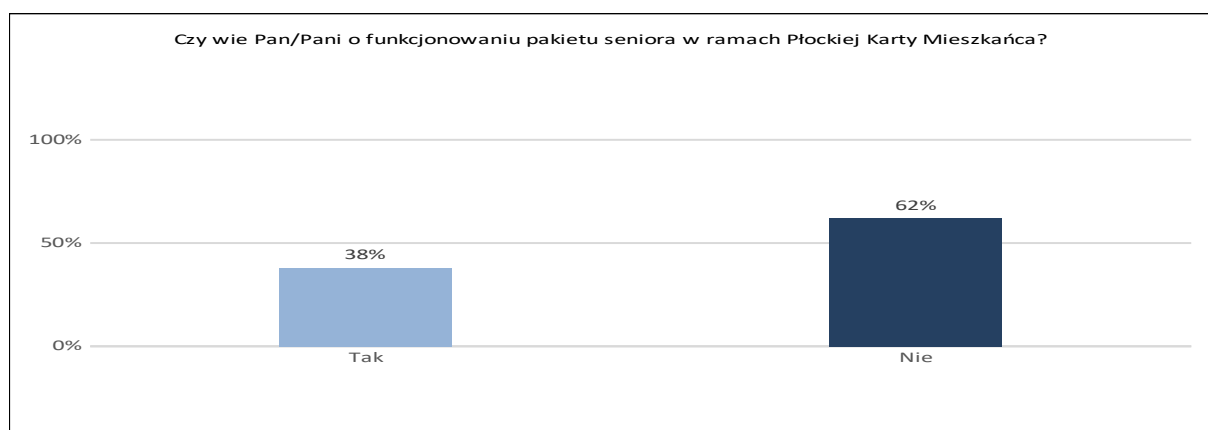
- istnieje konieczność wsparcia medycznego czy aktywizującego seniorów co wynika z nienajlepszej oceny swojego stanu zdrowia przez seniorów,
- pożądanym działaniem zwiększającym bezpieczeństwo seniorów jest w szczególności nabywanie wiedzy i narzędzi zabezpieczających ich przed oszustami,
- niezbędna jest właściwa oferta aktywizująca seniorów oraz miejsca spotkań – część seniorów odczuwa samotność,
- niezbędne są działania na rzecz dostosowania publicznej służby zdrowia do potrzeb seniorów,
- komunikacja publiczna w Płocku w dużym stopniu odpowiada potrzebom seniorów.

### Programy wsparcia

W tym obszarze tematycznym pytania miały na celu zbadanie w jakim stopniu seniorzy korzystają z miejskich programów wsparcia (w szczególności z Płockiej Karty Mieszkańca).

Ankietowani byli pytani czy wiedzą o funkcjonowaniu pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca.

Wykres 25 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące wiedzy na temat pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca

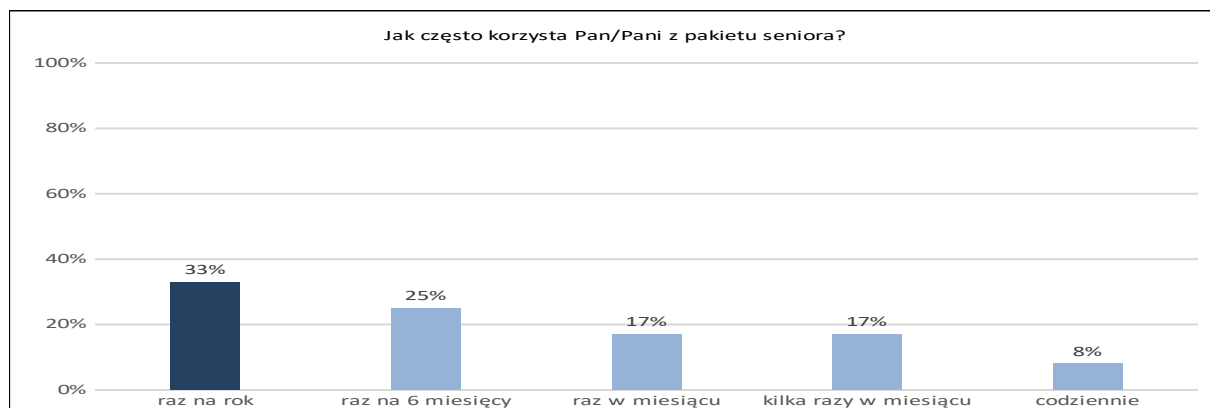


Źródło: badanie ankietowe

Jedynie 38% ankietowanych wie o funkcjonowaniu pakietu seniora. Wśród osób, które wiedzą o funkcjonowaniu pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańców aż 80% ankietowanych nie korzysta z tego pakietu.

Osoby, które wiedzą o funkcjonowaniu pakietu seniora w Płockiej Karty Mieszkańców pytane były o częstotliwość korzystania z pakietu seniora.

Wykres 26 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące częstotliwości korzystania z pakietu seniora

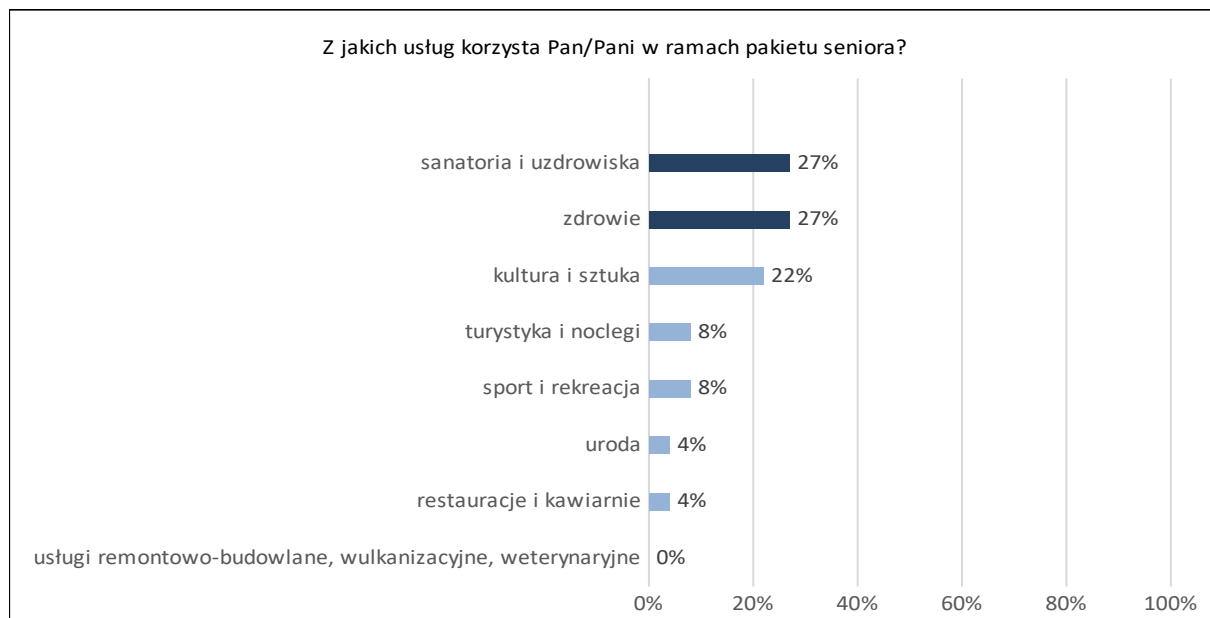


Źródło: badanie ankietowe

Odpowiedzi ankietowanych wskazują, że seniorzy korzystają z pakietu seniora w większości raz na rok lub raz na 6 miesięcy. Zaledwie 8% ankietowanych codziennie korzysta z pakietu, 17% kilka razy w miesiącu i 17% raz w miesiącu.

Osoby korzystające z pakietu seniora pytane były o to z jakich usług korzystają w ramach rzeczowego pakietu.

Wykres 27 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z usług w ramach pakietu seniora

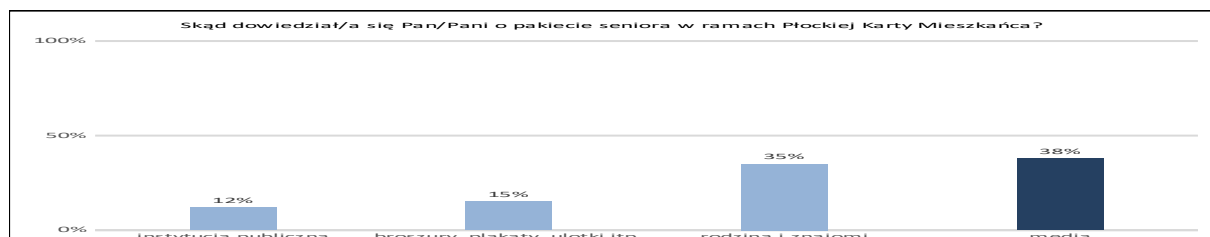


Źródło: badanie ankietowe

Najpopularniejsze są usługi związane z sanatoriami i uzdrowiskami, zdrowiem oraz kulturą i sztuką.

Osoby, które wiedzą o funkcjonowaniu pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca pytane były o źródło, z którego dowiedziały się o tym pakiecie.

Wykres 28 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące źródła wiedzy o pakiecie seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca



Źródło: badanie ankietowe

Najwięcej ankietowanych dowiedziało się o pakiecie seniora z mediów oraz od rodziny i znajomych. Rzadziej źródłem wiedzy były materiały informacyjne oraz instytucje publiczne.

Ankietowani wskazali usługi zdrowotne jako usługi, o które warto by było jeszcze rozszerzyć ofertę pakietu seniora. Ankietowani zwrócili uwagę, że pakiet seniora jest zbyt mało rozpropagowany.

Ankietowani byli pytani czy korzystali z Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego w latach 2019-2021.

Wykres 29 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego w latach 2019-2021



Źródło: badanie ankietowe

Zaledwie 15% ankietowanych korzystało z Programu.

Ankietowani byli pytani czy brali udział w akcjach profilaktycznych szczepień przeciw pneumokokom dla seniorów.

Wykres 30 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące udziału w akcjach profilaktycznych szczepień przeciw pneumokokom dla seniorów

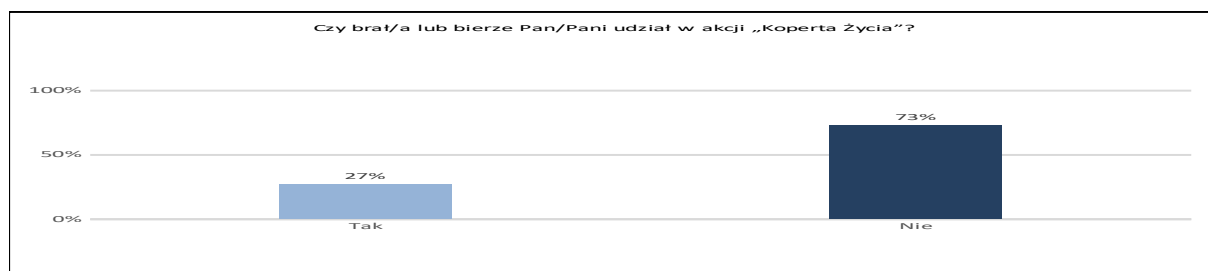


Źródło: badanie ankietowe

Zdecydowana większość ankietowanych nie brała udziału w akcjach (64%).

Ankietowani byli pytani czy brali udział w akcji „Koperta życia”.

Wykres 31 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące udziału w akcji „Koperta życia”



Źródło: badanie ankietowe

Zdecydowana większość ankietowanych nie brała udziału w akcji.

Ankietowani byli pytani czy korzystali z rehabilitacji pocovidowej skierowanej do seniorów.

Wykres 32 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z rehabilitacji pocovidowej skierowanej do seniorów



Źródło: badanie ankietowe

Zdecydowana większość ankietowanych nie korzystała z rehabilitacji pocovidowej.

Jako bezpłatne usługi, którymi seniorzy są najbardziej zainteresowani w przyszłości, ankietowani wskazali poniższe akcje:

- "ZŁOTA RĄCZKA" – bezpłatne, drobne naprawy w domach seniorów – np. ciekący kran, zepsuta spłuczka, przepalona żarówka w lampie, wywiercenie dziury w ścianie – 20% ankietowanych,
- "PUDEŁKO / KOPERTA ŻYCIA" – pudełko lub koperta z kartą informacyjną, którą należy wypełnić i zostawić na widocznym miejscu w domu lub w lodówce, z informacjami niezbędnymi w razie konieczności przeprowadzenia akcji ratunkowej – 3 % ankietowanych,
- "TELEOPIEKA DLA SENIORÓW" – udostępnienie seniorom mieszkającym samotnie i zagrożonym zasłabnięciem lub upadkiem urządzeń nadawczo-odbiorczych umożliwiających połączenie komórkowe z całodobowo czynnym telecentrum (możliwość wezwania pomocy w sytuacji zagrożenia) – 10% ankietowanych,
- "TAKSÓWKA / TRANSPORT DLA SENIORA" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę transportową w dogodnym dla siebie terminie np. by dojechać do lekarza, szpitala, urzędu lub na groby bliskich – 6% ankietowanych,
- "WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO" – bezpłatne wypożyczenie sprzętu niezbędnego do rehabilitacji seniorów – 10% ankietowanych,

- "OPIEKA WYTCHNIENIOWA DLA OPIEKUNÓW SENIORÓW" – krótkoterminowa usługa (kilka godzin) skierowana do opiekunów osób starszych, które ze względu na stan zdrowia wymagają permanentnej opieki – 9% ankietowanych,
- "KSIĄŻKA DLA SENIORA" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatne wypożyczenie z biblioteki książki / filmu / audiobooka itp. – 9% ankietowanych,
- "FRYZJER DLA SENIORÓW" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę fryzjerską – 11% ankietowanych,
- "MYCIE OKIEN DLA SENIORÓW" – osoby samotne mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę mycia okien – 20% ankietowanych,
- inne: pomoc przy zakupach.

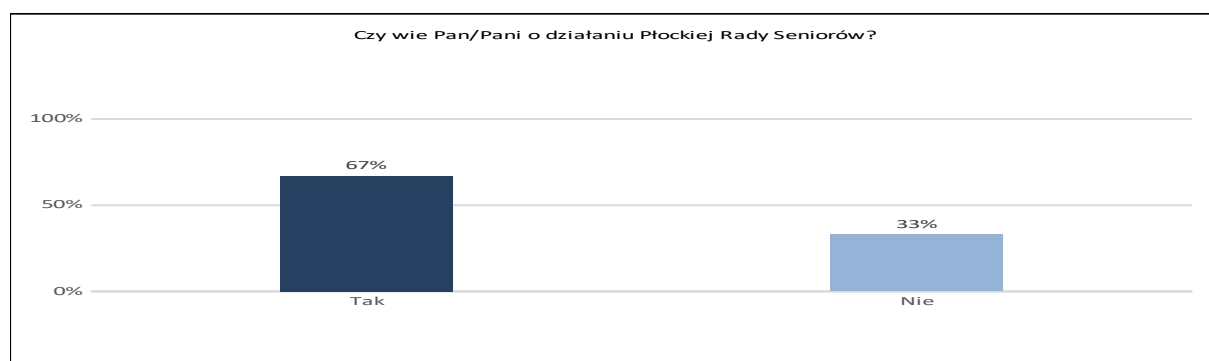
Badanie ankietowe w obszarze tematycznym dotyczącym programów wsparcia wykazało, że spora część seniorów nie korzysta z programów wsparcia im dedykowanych lub nawet nie wie o funkcjonowaniu części z nich. Niezbędna jest wzmożona i właściwa promocja tych programów, w szczególności pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca. Zauważalna jest potrzeba, aby instytucje publiczne stały się istotniejszym źródłem informacji dla seniorów o programach wsparcia.

### Działalność na rzecz seniorów

W tym obszarze tematycznym pytania miały na celu zbadanie jak seniorzy oceniają działalność Płockiej Rady Seniorów i ofertę spędzenia wolnego czasu w Płocku oraz w jakim stopniu uczestniczą w życiu społecznym.

Ankietowani byli pytani czy wiedzą o działaniu Płockiej Rady Seniorów.

Wykres 33 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące wiedzy o działaniu Płockiej Rady Seniorów

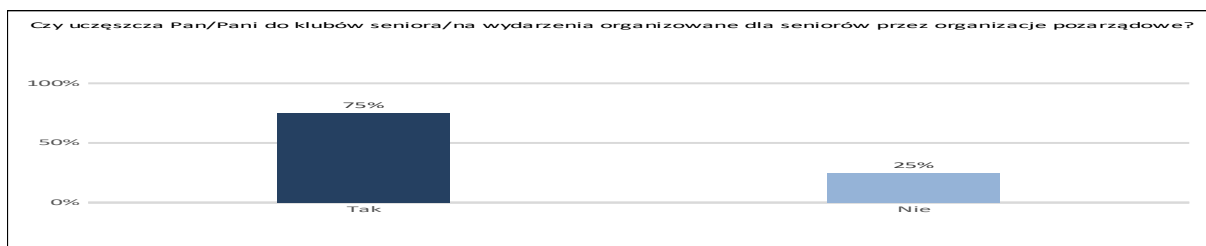


Źródło: badanie ankietowe

Zdecydowana większość ankietowanych (67%) wie o działaniu Płockiej Rady Seniorów. Wśród osób wiedzących o działaniu Płockiej Rady Seniorów aż 73% ankietowanych dostrzega działania podejmowane przez Radę na rzecz seniorów. Z osób dostrzegających działania Rady aż 91% ankietowanych pozytywnie oceniła te działania.

Ankietowani byli pytani czy uczęszczają do klubów seniora lub na wydarzenia organizowane dla seniorów przez organizacje pozarządowe.

Wykres 34 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące uczęszczania do klubów seniora lub na wydarzenia organizowane dla seniorów przez organizacje pozarządowe



Źródło: badanie ankietowe

Zdecydowana większość ankietowanych (75%) potwierdziła, że uczęszcza do klubów seniora lub na wydarzenia kierowane do seniorów.

Ankietowani byli pytani czy są członkami uniwersytetu trzeciego wieku.

Wykres 35 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące członkostwa w uniwersytetach trzeciego wieku



Źródło: badanie ankietowe

Tylko 39% ankietowanych jest członkiem jednego z uniwersytetów trzeciego wieku działających w Płocku.

Ankietowani byli pytani czy są zaangażowani w działalność stowarzyszeń i instytucji działających na rzecz seniorów.

Wykres 36 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące zaangażowania w działalność stowarzyszeń i instytucji działających na rzecz seniorów

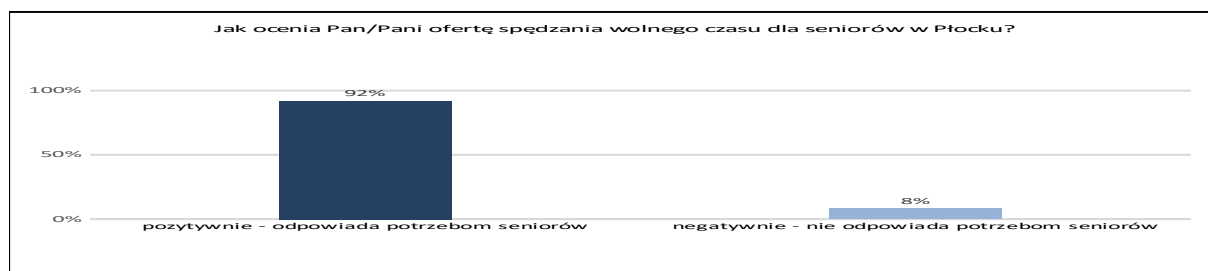


Źródło: badanie ankietowe

Jedynie 31% ankietowanych jest zaangażowanych w działalność stowarzyszeń i instytucji działających na rzecz seniorów.

Ankietowani byli proszeni o ocenę oferty spędzania wolnego czasu dla seniorów w Płocku.

Wykres 37 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące oceny oferty spędzania wolnego czasu dla seniorów w Płocku



Źródło: badanie ankietowe

Aż 92% ankietowanych pozytywnie ocenia ofertę spędzania wolnego czasu dla seniorów w Płocku.

Osoby negatywnie oceniające ofertę spędzania wolnego czasu dla seniorów w Płocku jako brakujące elementy tej oferty wskazały m.in. wycieczki krajoznawcze i imprezy kulturalne (teatr, taniec, śpiew, spotkania) i wyjazdy integracyjne.

Badanie ankietowe w obszarze tematycznym dotyczącym działalności na rzecz seniorów wykazało, że działalność Płockiej Rady Seniora jest dostrzegana przez środowisko seniorów a oferta spędzania wolnego czasu przez seniorów w Płocku w dużym stopniu odpowiada ich potrzebom. Aktywność seniorów w uniwersytetach trzeciego wieku i organizacjach pozarządowych jest znacząca.

### 3 Analiza SWOT

Analiza SWOT jest narzędziem służącym do wewnętrznej analizy jednostki i jego otoczenia w celu zoptymalizowania strategii zarządzania firmą bądź zbudowania nowego planu strategicznego. Głównym celem analizy jest określenie aktualnej pozycji Płocka i jego perspektyw w zakresie polityki senioralnej. Sama nazwa SWOT pochodzi od pierwszych liter słów czynników klasyfikujących możliwości (ich opis odniesiono do przedmiotu Polityki):

- Strengths (mocne strony, które należy wykorzystać będą sprzyjać rozwojowi Płocka w zakresie polityki senioralnej, a w chwili obecnej pozytywnie wyróżniające miasto w otoczeniu),
- Weaknesses (słabe strony, których brak eliminacji bądź brak niwelacji siły ich oddziaływania będzie hamować rozwój miasta w sferze polityki senioralnej),
- Opportunities (szanse to uwarunkowania, które przy umiejętnym wykorzystaniu mogą wpływać pozytywnie na rozwój polityki senioralnej miasta),
- Threats (zagrożenia to czynniki obecnie nieparaliżujące funkcjonowania miasta w sferze polityki senioralnej, ale mogące być zagrożeniem w przyszłości dla skutecznego i właściwego jej wdrażania).

Poniżej przedstawiono analizę SWOT Płocka jeśli chodzi o kwestie związane z seniorami.

Tabela 3 Analiza SWOT

MOCNE STRONY	SŁABE STRONY
<ul style="list-style-type: none"> <li>– aktywna działalność organu doradczego Prezydenta w postaci Płockiej Rady Seniora</li> <li>– cykliczne wydarzenia adresowane do seniorów</li> <li>– funkcjonowanie Płockiej Karty Mieszkańca z pakietem dla seniorów</li> <li>– bogata oferta kulturalna, rekreacyjna aktywizująca seniorów</li> <li>– mnogość lokalnych programów wsparcia skierowanych do seniorów</li> <li>– komunikacja publiczna odpowiadająca potrzebom seniorów</li> <li>– rozbudowana baza publicznej i prywatnej służby zdrowia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– spadek liczby mieszkańców Płocka</li> <li>– niekorzystne wskaźniki obciążenia demograficznego</li> <li>– zbyt mała liczba placówek opieki dziennej</li> <li>– zbyt niski stopień cyfryzacji usług publicznych</li> <li>– utrudniony dostęp do lekarzy specjalistów i rehabilitantów</li> <li>– niska wiedza seniorów na temat programów wsparcia kierowanych do nich</li> <li>– występujące utrudnienia w dostępie do publicznych usług zdrowotnych</li> <li>– zbyt mała liczba placówek opieki długoterminowej (ZOL i ZPO)</li> </ul>
SZANSE	ZAGROŻENIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>– korzystna sytuacja finansowa Miasta (rosnące dochody przewyższające wydatki) umożliwiające finansowanie programów wsparcia seniorów</li> <li>– programy dofinansowujące wdrażanie rozwiązań cyfryzacyjnych</li> <li>– ogólnopolskie prorodzinne programy społeczne, których efekty mogą zmienić sytuację demograficzną Płocka w długoterminowej perspektywie</li> <li>– aktywność seniorów widoczna w organizacjach pozarządowych itp.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– trudna sytuacja ekonomiczna seniorów</li> <li>– utrzymujący się wzrost liczebny i procentowy udział mieszkańców w wieku poprodukcyjnym oraz spadek udziału liczebny osób w wieku przedprodukcyjnym</li> </ul>

Źródło: opracowanie własne

Analiza wykazała, że w kwestii polityki senioralnej Miasto Płock oferuje szeroką ofertę aktywizującą seniorów, prowadzi szereg różnorodnych programów wsparcia dla seniorów i zapewnia komunikację publiczną odpowiadającą potrzebom seniorów. Ponadto atutem jest aktywna działalność Płockiej Rady Seniorów – organu doradczego Prezydenta Miasta Płocka, który jest bezpośrednim przedstawicielem środowiska seniorów. Szansami dla dalszego rozwoju polityki senioralnej są stabilne finanse Miasta Płocka, funkcjonowanie ogólnopolskich programów mogących mieć pozytywny wpływ na sytuację demograficzną w kraju oraz możliwość pozyskania dofinansowania na przedsięwzięcia cyfryzacyjne ułatwiające opiekę nad seniorami i ich codzienne funkcjonowanie. Ponadto w Płocku widoczna jest aktywna działalność seniorów m.in. w organizacjach pozarządowych.

Słabe strony Płocka w sferze polityki senioralnej ogniskują wokół niekorzystnej sytuacji demograficznej, zbyt małej liczby placówek opieki dziennej, zbyt wielu utrudnień w dostępie do publicznych usług medycznych. Zauważalna jest niska świadomość seniorów o funkcjonowaniu programów wsparcia bezpośrednio im dedykowanych.



## CZĘŚĆ STRATEGICZNA



## 4 Wizja miasta Płocka w sferze polityki senioralnej

W przedmiotowym punkcie sprecyzowano wizję i misję Płocka w sferze polityki senioralnej, określono cele strategiczne i operacyjne, wskazano kierunki działań i wskaźniki realizacji celów. Ponadto opisano system monitoringu i ewaluacji Polityki.

### 4.1 Wizja i misja Płocka w sferze polityki senioralnej

#### Wizja

Wizja przyszłości danej jednostki w poszczególnych obszarach jej funkcjonowania jest podstawą określenia głównych celów i programów działania. Wizja pełni funkcję swoistego stabilizatora działań, przez określenie ogólnych ram, zapewniających spójność celów i programów. Wizja wyraża generalne dążenia władz i społeczeństwa w postaci obrazu jego przyszłości w analizowanym obszarze tematycznym.

Na tej zasadzie sformułowano poniższą wizję Płocka w sferze polityki senioralnej:

**Prowadzenie skutecznej polityki senioralnej opartej na poszanowaniu godności,  
dialogu i partycypacji społecznej mieszkańców**

#### Misja

Trafność polityki senioralnej w istotnym stopniu zależy od określenia jej misji. Misja bywa różnie tłumaczona i ujmowana przez różnych autorów: od ujęć bardzo ogólnych, zawierających syntetyczną formułę celów działania, do szczegółowych – akcentujących specyficzną rolę samorządu i jego funkcje

w otoczeniu. Misję samorządu należy formułować w kategoriach służenia społeczeństwu i zapewniania korzyści, jakie ono będzie odnosić w wyniku sprawnego i efektywnego działania samorządu w danym obszarze tematycznym. Samorząd realizuje swoją misję poprzez zaspokojenie dążeń i potrzeb miejscowego społeczeństwa.

Misja określa zatem rolę jaką spełnia dana jednostka (np. Gmina) na rzecz społeczeństwa lokalnego czyli rolę nadzwyczajną tj. taką, którą nie jest w stanie pełnić żadna inna organizacja, instytucja, urząd itp. Misja określa zakres działań samorządu, kształtuje jej odbiór w społeczeństwie i otoczeniu zewnętrznym, co jest szczególnie istotne dla powodzenia realizacji danej polityki/strategii. Sformułowanie misji pomaga koncentrować wysiłki na realizacji wspólnych kierunków działań, służy ogólnej racjonalności alokacji posiadanych zasobów i środków.

Na tej zasadzie sformułowano poniższą misję Miasta Płocka w sferze polityki senioralnej:

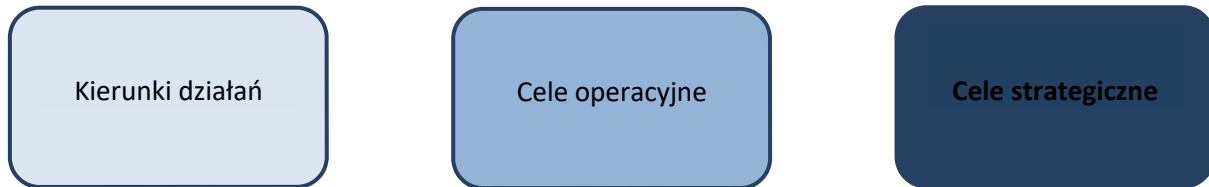
**Rozbudowa sieci wsparcia dla seniorów oraz ich skuteczna aktywizacja  
poprzez realizację działań z efektywnym wykorzystaniem  
posiadanych zasobów i potencjałów miejskich instytucji oraz otoczenia społecznego**

## 4.2 Cele strategiczne, operacyjne i kierunki działań

W Polityce przyjęto następujący schemat budowy jej celów, które mają zmierzać do osiągnięcia wizji Płocka w sferze polityki senioralnej:

- do każdego z celów strategicznych przypisano bardziej szczegółowe cele operacyjne,
- do każdego z celów operacyjnych przypisano szczegółowe i konkretne kierunki działań.

Rysunek 2 Ścieżka realizacji celów strategicznych



Źródło: opracowanie własne

Każdy z celów Polityki będzie mierzony za pomocą wskaźników, które przedstawiono w punkcie 4.3 „Wskaźniki realizacji celów” niniejszej Polityki.

Tabela 4 Cele strategiczne i operacyjne oraz kierunki działań

CEL STRATEGICZNY	CEL OPERACYJNY	KIERUNKI DZIAŁAŃ
1. Zwiększenie aktywności społecznej seniorów	1.1. Kształtowanie dostępnej i wysokiej jakości oferty spędzania wolnego czasu przez seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wspieranie działalności organizacji publicznych i pozarządowych działających na rzecz osób starszych</li> <li>– wspieranie działalności Płockiej Rady Seniorów i innych form partycypacji społecznej osób starszych</li> <li>– realizacja programów/wydarzeń kulturalnych, sportowo-rekreacyjnych oraz turystycznych skierowanych do seniorów</li> <li>– zwiększona promocja pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańców wśród seniorów</li> </ul>
	1.2. Budowa bazy rekreacyjnej odpowiedniej dla seniorów w celu ich aktywizacji ruchowej	<ul style="list-style-type: none"> <li>– cykliczne badanie potrzeb seniorów względem bazy rekreacyjnej</li> <li>– tworzenie miejsc rekreacji z uwzględnieniem potrzeb seniorów (siłowni zewnętrznych, dróg rowerowych, miejsc do gier)</li> </ul>
	1.3. Dostosowanie przestrzeni publicznej i usług publicznych do potrzeb seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wdrażanie rozwiązań architektonicznych i informacyjno-komunikacyjnych w przestrzeni miasta dostępnych dla osób ze szczególnymi potrzebami, w tym seniorów</li> <li>– zwiększenie dostępności architektonicznej i informacyjno-komunikacyjnej instytucji publicznych dla osób ze szczególnymi potrzebami, w tym seniorów</li> <li>– zapewnienie seniorom ulg dotyczących korzystania z usług publicznych</li> <li>– dalsze dostosowywanie komunikacji publicznej do potrzeb seniorów</li> </ul>
	1.4. Podnoszenie kompetencji cywilizacyjnych seniorów oraz wdrażanie idei uczenia się przez całe życie	<ul style="list-style-type: none"> <li>– rozszerzenie zakresu e-usług publicznych</li> <li>– niwelowanie problemu wykluczenia cyfrowego seniorów poprzez edukację i uproszczenie sposobów korzystania z e-usług</li> <li>– dalsza działalność uniwersytetów trzeciego wieku</li> </ul>
2. Propagowanie prozdrowotnego trybu życia wśród seniorów oraz wspieranie działań służących utrzymaniu niezależności osób starszych	2.1. Promowanie prozdrowotnego stylu życia wśród seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– programy prozdrowotne i z zakresu profilaktyki skierowane do seniorów</li> <li>– kampanie społeczne promujące zdrowy tryb życia wśród seniorów</li> </ul>
	2.2. Wspieranie przedsięwzięć na rzecz kształtowania świadomości społecznej dotyczącej starości i procesu starzenia się	<ul style="list-style-type: none"> <li>– realizacja lokalnych działań kształtujących świadomość społeczną o problemach osób starszych (kampanie społeczne, wolontariat, wydarzenia)</li> <li>– wdrażanie Polityki Senioralnej i budowanie lokalnej kadry wdrażającej Politykę</li> <li>– promowanie postawy samodzielnej wśród seniorów</li> </ul>
3. Budowanie kanałów skutecznej i efektywnej komunikacji z seniorami	3.1. Upowszechnianie cyfryzacji	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wdrażanie rozwiązań cyfryzacyjnych w usługach publicznych odpowiednich do kompetencji cyfrowych osób starszych</li> <li>– edukacja cyfrowa osób starszych</li> </ul>
	3.2. Współpraca z organizacjami pozarządowymi i jednostkami publicznymi	<ul style="list-style-type: none"> <li>– zlecanie zadań publicznych organizacjom pozarządowym</li> <li>– prowadzenie programów grantowych dla organizacji pozarządowych</li> <li>– dalsza działalność Płockiej Rady Seniorów</li> <li>– opracowanie i wdrażanie programów wsparcia dla seniorów</li> </ul>
4. Bezpieczeństwo seniorów	4.1. Promowanie wolontariatu o idei sąsiedzkiej samopomocy wśród seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– opracowanie i wdrażanie programów wolontariatu na rzecz osób starszych</li> <li>– akcje informacyjne dotyczące możliwości sąsiedzkiej samopomocy wśród seniorów</li> <li>– współpraca z organizacjami pozarządowymi</li> </ul>
	4.2. Budowanie lokalnej sieci wsparcia dla osób starszych i ich rodzin	<ul style="list-style-type: none"> <li>– prowadzenie sieci ośrodków wsparcia świadczących usługi społeczne</li> <li>– rozwój poradnictwa specjalistycznego i grup samopomocowych dla osób starszych i ich rodzin w zakresie radzenia sobie z sytuacjami trudnymi</li> <li>– zapewnienie opieki stałej lub czasowej osobom starszym</li> </ul>

Źródło: opracowanie własne

### 4.3 Wskaźniki realizacji celów

Poniżej wskaźniki osiągnięcia poszczególnych celów strategicznych i operacyjnych.

Tabela 5 Wskaźniki realizacji celów Polityki

CEL STRATEGICZNY	CEL OPERACYJNY	WSKAŹNIKI
1. Zwiększenie aktywności społecznej seniorów	1.1. Kształtowanie dostępnej i wysokiej jakości oferty spędzania wolnego czasu przez seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba wdrożonych programów aktywizujących seniorów</li> <li>– liczba zorganizowanych wydarzeń skierowanych do seniorów</li> <li>– liczba organizacji działających na rzecz seniorów</li> <li>– liczba pracujących osób w wieku 60 lat i więcej</li> </ul>
	1.2. Budowa bazy rekreacyjnej odpowiedniej dla seniorów w celu ich aktywizacji ruchowej	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba utworzonych miejsc rekreacji odpowiednich dla seniorów</li> <li>– liczba seniorów korzystających z publicznych miejsc rekreacji</li> </ul>
	1.3. Dostosowanie przestrzeni publicznej i usług publicznych do potrzeb seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba obiektów użyteczności publicznej, w których zwiększona została dostępność dla osób ze szczególnymi potrzebami w tym dla seniorów</li> <li>– liczba zrealizowanych przedsięwzięć rewitalizacyjnych lub modernizacyjnych przestrzeni publicznej, które obejmowały rozwiązania ułatwiające osobom starszym korzystanie z niej</li> <li>– liczba seniorów korzystających z ulg na usługi publiczne</li> </ul>
	1.4. Podnoszenie kompetencji cywilizacyjnych seniorów oraz wdrażanie idei uczenia się przez całe życie	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba instytucji publicznych, w których rozszerzony został zakres e-usług</li> <li>– liczba osób starszych, które wzięły udział w programach/szkoleniach/akcjach edukacyjnych dotyczących cyfryzacji</li> <li>– liczba uniwersytetów trzeciego wieku w Płocku</li> <li>– liczba członków uniwersytetów trzeciego wieku</li> </ul>
2. Propagowanie prozdrowotnego trybu życia wśród seniorów oraz wspieranie działań służących utrzymaniu niezależności osób starszych	2.1. Promowanie prozdrowotnego stylu życia wśród seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba działań profilaktycznych skierowanych do seniorów</li> <li>– liczba seniorów, którzy wzięli udział w działaniach profilaktycznych</li> <li>– liczba przeprowadzonych kampanii społecznych promujących zdrowy styl życia wśród seniorów</li> </ul>
	2.2. Wspieranie przedsięwzięć na rzecz kształtowania świadomości społecznej dotyczącej starości i procesu starzenia się	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba zrealizowanych działań kształtujących świadomość społeczną o problemach osób starszych (kampanie społeczne, wolontariat, wydarzenia)</li> <li>– liczba osób pracujących nad wdrażaniem Polityki Senioralnej Miasta Płock do 2026 roku</li> </ul>
3. Budowanie kanałów skutecznej i efektywnej komunikacji z seniorami	3.1. Upowszechnianie cyfryzacji	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba osób starszych, które wzięły udział w programach edukacji cyfrowej</li> <li>– liczba instytucji publicznych, w których rozszerzony został zakres e-usług</li> </ul>
	3.2. Współpraca z organizacjami pozarządowymi i jednostkami publicznymi	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba zadań publicznych dotyczących spraw seniorów zleconych organizacjom pozarządowym</li> <li>– liczba ofert realizowanych przez organizacje pozarządowe na rzecz seniorów, w tym oferty w trybie art. 19a (Małe Granty)</li> <li>– liczba inicjatyw podejmowanych przez Płocką Radę Seniorów</li> <li>– liczba wdrożonych programów wsparcia seniorów</li> </ul>
4. Bezpieczeństwo seniorów	4.1. Promowanie wolontariatu o idei sąsiedzkiej samopomocy wśród seniorów	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba wdrożonych programów wolontariatu na rzecz osób starszych</li> <li>– liczba przeprowadzonych akcji informacyjnych dotyczących możliwości sąsiedzkiej samopomocy wśród seniorów</li> <li>– liczba wolontariuszy działających na rzecz seniorów</li> <li>– liczba seniorów oferujących i korzystających z sąsiedzkiej samopomocy</li> </ul>
	5.1. Budowanie lokalnej sieci wsparcia dla osób starszych i ich rodzin	<ul style="list-style-type: none"> <li>– liczba ośrodków wsparcia świadczących usługi społeczne na rzecz seniorów</li> <li>– liczba udzielonych porad specjalistycznych dla osób starszych i ich rodzin w zakresie radzenia sobie z sytuacjami trudnymi</li> <li>– liczba funkcjonujących dziennych i stałych domów opieki</li> </ul>

Źródło: opracowanie własne

#### 4.4 Monitoring i ewaluacja celów

Poszczególne zagadnienia programowe podlegają będą realizacji i wdrożeniu w okresie programowania przyjętym do 2026 r. W tym czasie prowadzony będzie okresowy monitoring zakresu realizacji działań programowych oraz – po ich zakończeniu – ewaluacja wyników stanowiąca podstawę dla określenia stopnia osiągnięcia zakładanych rezultatów. Dane wskaźnikowe gromadzone będą systematycznie przez jednostki/stanowiska odpowiedzialne za realizację poszczególnych działań,

a następnie przekazywane będą pracownikom Wydziału Urzędu Miasta Płocka wyznaczonego do koordynacji Polityki Senioralnej Miasta Płocka w celu przeprowadzenia właściwego monitoringu i ewaluacji.

### 5 Zgodność celów Polityki z lokalnymi i regionalnymi dokumentami strategicznymi

W przedmiotowym punkcie przedstawiono zgodność głównych założeń Polityki (wizja, misja i cele) z celami najważniejszych dokumentów strategicznych o znaczeniu lokalnym (Płock) i regionalnym (województwo), które wyznaczają kierunki rozwoju społecznego tych obszarów.

#### Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Płocka na lata 2021-2026

Strategia porusza kwestie problemów społecznych występujących na terenie Płocka. W przyjętej perspektywie czasowej względem seniorów sprecyzowany został cel strategiczny nr 13 określony jako „Aktywizacja środowiska seniorów poprzez ochronę zdrowia i profilaktykę zdrowotną oraz integracja osób starszych poprzez zapobieganie wykluczeniu społecznemu i zapewnianie dostępu do miejskich działań: kulturalnych, edukacyjnych i rekreacyjnych”. Cel ten ma zostać osiągnięty dzięki osiągnięciu poniższych celów operacyjnych:

- 13.1 „Tworzenie infrastruktury społeczno-instytucjonalnej sprzyjającej zaradności i samodzielności osób starszych i/lub ich opiekunów, w tym wykorzystywanie zróżnicowanych form usług i świadczeń oferowanych przez organizacje pozarządowe w ramach współpracy z organami administracji publicznej”,
- 13.2 „Tworzenie warunków i infrastruktury służącej generowaniu zachowań wspierających zdrowe i aktywne starzenie się”,
- 13.3 „Rozwijanie systemu ochrony zdrowia, usług rehabilitacyjnych oraz interdyscyplinarnej opieki geriatrycznej i/lub przeciwdziałanie nadużyciom i stosowaniu przemocy wobec najstarszego pokolenia (aspekty biofizyczne, psychoemocjonalne, socjoekonomiczne na poziomie jednostki środowiska)”,
- 13.4 „Rozwijanie zróżnicowanych form opieki długoterminowej i hospicyjnej (zwłaszcza środowisk rodzinnych) oraz wspieranie opiekunów osób starszych, w tym osób przewlekle chorych i/lub osób z obniżonym poziomem samodzielności”,
- 13.5 „Eliminowanie czynników sprzyjających izolacji, marginalizacji i wykluczeniu społecznemu seniorów”,
- 13.6 „Zapewnienie dostępu do edukacji i szkoleń służących: przygotowaniu do życia na emeryturze, podnoszeniu wiedzy ogólnej, nabywaniu nowych umiejętności i kwalifikacji zawodowych, neutralizowaniu międzypokoleniowego dystansu kulturowego, korzystaniu z nowych technologii, urządzeń oraz systemów instytucjonalnych”,
- 13.7 „Wspieranie i dalszy rozwój zróżnicowanych form działań na rzecz integracji międzypokoleniowej, partycypacji społecznej, opieki i wsparcia najstarszego pokolenia (wolontariat wśród seniorów i dla seniorów)”.

Przedmiotowa Polityka wykazuje zgodność z ww. celem strategicznym i celami operacyjnymi Strategii.

### **Strategia Zrównoważonego Rozwoju Miasta Płocka do 2030 roku**

Strategia obejmuje swoim zakresem wszystkie elementy społeczno-gospodarcze oraz przyrodnicze, które mają wpływ na rozwój Płocka. Strategia definiuje 3 obszary strategiczne:

- „Zdrowe społeczeństwo”,
- „Dynamiczny hub innowacji i technologii”,
- „Harmonijna przestrzeń do życia”.

Spraw seniorów dotyczy w szczególności obszar 1 „Zdrowe społeczeństwo”. W tym obszarze tematycznym Miasto prowadzi programy profilaktyki i promocji zdrowia dla wszystkich grup mieszkańców, dzięki czemu rośnie poziom sprawności fizycznej i komfortu życia płocczan, zarówno młodzieży, jak i seniorów. Młodzież korzysta z aktywności ruchowej dzięki czemu osiąga lepsze wyniki nauki w płockich placówkach edukacyjnych, natomiast seniorzy, oprócz możliwości rekreacji, mają zapewniony również dostęp do wysokiej jakości opieki medycznej. Osiągnięcie tego stanu ma nastąpić poprzez osiągnięcie m.in. poniższych celów operacyjnych:

- 1.1 Poprawa stanu zdrowia mieszkańców i jakości opieki zdrowotnej,
- 1.2 Rozwój świadomości prozdrowotnej i upowszechnianie zdrowego stylu życia,
- 1.3 Rozwój bazy sportowej dla rekreacji i sportu wyczynowego.

Polityka przewiduje działania na rzecz poprawy stanu zdrowia seniorów i jakości opieki zdrowotnej skierowanej do osób starszych. Ponadto Polityka wskazuje na konieczność upowszechniania zdrowego stylu życia wśród seniorów i rozwoju bazy sportowo-rekreacyjnej mogącej służyć seniorom do ich codziennej aktywności.

Ponadto Polityka wykazuje zgodność z obszarem „Harmonijna przestrzeń do życia” oraz celem operacyjnym 3.1 „Wzmacnianie aktywności społecznej płocczan” poprzez aktywizację seniorów do życia społecznego Płocka.

### **Strategia Rozwoju Województwa Mazowieckiego 2030+**

W Strategii podkreślono problem starzenia się społeczeństwa. Populacja osób po 65 roku życia w województwie mazowieckim wzrasta. Rośnie także liczba seniorów po 80 roku życia (tzw. podwójne starzenie się). Wraz ze wzrostem populacji osób po 65 roku życia, w polityce społecznej pojawiają się nowe wyzwania związane z zapewnieniem opieki i wsparcia w codziennej egzystencji dla niesamodzielnych seniorów. Proces starzenia się ludności najbardziej zaawansowany jest w miastach na prawach powiatu czyli m.in. w Płocku.

W obszarze strategicznym „Społeczeństwo” Strategia przewiduje cel „Mazowsze zintegrowane społecznie – poprawa jakości i dostępności do usług społecznych oraz wzmocnienie kapitału ludzkiego i społecznego w ramach nowoczesnej gospodarki. W ramach tego celu przewidziano kierunek działań:

- nr 15 „Rozwój kapitału ludzkiego i społecznego” i działanie określone jako wspieranie bezpieczeństwa zdrowotnego mieszkańców,
- nr 16 „Podnoszenie standardów funkcjonowania infrastruktury społecznej oraz zmniejszenie różnic w dostępie do świadczeń zdrowotnych i opiekuńczych” oraz działania:
  - budowa i rozwój infrastruktury społecznej, w tym o zasięgu regionalnym,
  - rozwój specjalistycznej opieki zdrowotnej ze szczególnym uwzględnieniem chorób cywilizacyjnych i opieki geriatrycznej,
  - kształtowanie warunków sprzyjających aktywności fizycznej mieszkańców,
  - wspieranie profilaktyki i promocji zdrowia,

- poprawa jakości i dostępności oraz rozwój różnych form usług zdrowotnych i społecznych, w tym pielęgnacyjno-opiekuńczych, paliatywno-hospicyjnych i leczenia uzdrowiskowego,
  - wspieranie ratownictwa medycznego.
- nr 19 „Włączenie i integracja społeczna” i działanie określone jako przeciwdziałanie marginalizacji społecznej, w szczególności osób z niepełnosprawnościami, starszych oraz w trudnej sytuacji życiowej.

Ponadto w Strategii podkreślono, że duże znaczenie ma również upowszechnianie uczenia się przez całe życie, mającego na celu ciągle rozwijanie umiejętności i zdobywanie kwalifikacji, zarówno cyfrowych, jak i interpersonalnych. Ważna jest aktywność edukacyjna dorosłych, w tym uczestnictwo seniorów w zajęciach uniwersytetów trzeciego wieku. Strategia wskazuje również, że ważne jest wsparcie na rzecz integracji i aktywizacji społeczno-zawodowej. Niezbędne są działania na rzecz seniorów polegające na zapewnieniu przyjaznego środowiska dla osób starszych i międzypokoleniowej integracji, m.in. poprzez kluby seniora, uniwersytety trzeciego wieku.



## PODSUMOWANIE

Analiza sytuacji demograficznej i zasobów służących seniorom w Płocku wykazała, że w kwestii polityki senioralnej Miasto Płock realizuje dużą liczbę różnorodnych programów wsparcia skierowanych do seniorów. Ponadto Płock posiada bogatą ofertę aktywizującą seniorów. Analiza wskazała również na słabe strony w omawianym obszarze tematycznym. Sytuacja demograficzna miasta jest niekorzystna, poziom cyfryzacji usług publicznych dla seniorów nie jest wysoki oraz że liczba placówek opieki dziennej dla seniorów jest zbyt mała.

Badania ankietowe seniorów pozwoliło na poznanie opinii seniorów dotyczących ich potrzeb w obszarach tematycznych „Opieka i komunikacja”, „Programy wsparcia” i „Działania na rzecz seniorów”. Wyniki badania wskazały, że w szczególności:

- istnieje konieczność wsparcia medycznego czy aktywizującego seniorów,
- pożądane są działania zwiększające szansę obrony seniorów przed oszustami,
- niezbędne jest dostosowanie publicznej służby zdrowia do potrzeb seniorów,
- komunikacja publiczna w Płocku w dużym stopniu odpowiada potrzebom seniorów,
- niezbędna są wzmożone działania informacyjno-promocyjne na temat programów wsparcia kierowanych do seniorów,
- pożądana jest dalsza działalność Płockiej Rady Seniorów,
- aktywność seniorów w uniwersytetach trzeciego wieku i organizacjach pozarządowych jest stosunkowo duża.

Wnioski z analizy demograficznej i zasobów służących seniorom, badania ankietowego i analizy SWOT pozwoliły na zdefiniowanie poniższych celów odpowiadających na potrzeby środowiska seniorów w Płocku:

- Zwiększenie aktywności społecznej seniorów,
- Propagowanie prozdrowotnego trybu życia wśród seniorów oraz wspieranie działań służących utrzymaniu niezależności osób starszych,
- Budowanie kanałów skutecznej i efektywnej komunikacji z seniorami,
- Bezpieczeństwo seniorów.

Założenia Polityki są zgodne z najważniejszymi dokumentami strategicznymi o znaczeniu lokalnym (Płock) i regionalnym (województwo), które wyznaczają kierunki rozwoju społecznego tych obszarów.

## Spis rysunków

Rysunek 1 Schemat dokumentu.....	4
Rysunek 2 Ścieżka realizacji celów strategicznych.....	41

## Spis tabel

Tabela 1 Przyrost naturalny w Płocku w latach 2012-2021.....	9
Tabela 2 Analiza SWOT.....	38
Tabela 3 Cele strategiczne i operacyjne oraz kierunki działań.....	42
Tabela 4 Wskaźniki realizacji celów Polityki.....	43

## Spis wykresów

Wykres 1 Piramida wieku miasta Płocka (2021 r.).....	6
Wykres 2 Liczba osób w wieku 60 lat i więcej w latach 2012-2021 w Płocku.....	7
Wykres 3 Udział (%) liczby osób w wieku 60 lat i więcej w ogólnej liczbie mieszkańców Płocka w latach 2012-2021.....	7
Wykres 4 Liczba mieszkańców Płocka i liczba mieszkańców w wieku 60 lat i więcej w latach 2012-2021.....	7
Wykres 5 Wskaźniki obciążenia demograficznego Płocka w latach 2012-2021 (%).....	8
Wykres 6 Mieszkańcy Płocka w podziale na płeć w przedziałach wiekowych 0-59 lat, 60 lat i więcej oraz w ujęciu ogółem.....	8
Wykres 7 Mieszkańcy Płocka w wieku 60-69 lat, 70-79 lat oraz 80 lat i więcej w podziale na płeć.....	9
Wykres 8 Udział liczby osób w wieku 60 lat i więcej w ogólnej liczbie mieszkańców w miastach powiatowych województwa mazowieckiego w 2021 r. (%).....	9
Wykres 9 Udział liczby kobiet i mężczyzn w ogólnej liczbie mieszkańców w wieku 60 lat i więcej w miastach powiatowych województwa mazowieckiego w 2021 r. (%).....	10
Wykres 10 Liczba aptek w Płocku w latach 2012-2021.....	12
Wykres 11 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące stanu zdrowia.....	24
Wykres 12 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące poczucia bezpieczeństwa.....	24
Wykres 13 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące czynników zwiększających poczucie bezpieczeństwa.....	25
Wykres 14 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące struktury gospodarstwa domowego.....	26
Wykres 15 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące poczucia samotności.....	26
Wykres 16 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące częstotliwości spotkań z innymi osobami.....	27
Wykres 17 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące przeszkód w utrzymywaniu kontaktów z innymi osobami.....	27
Wykres 18 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług opiekuńczych.....	28
Wykres 19 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług opiekuńczych w domu.....	28
Wykres 20 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług Centrum Aktywnego Seniora w Płocku.....	28

Wykres 21 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z usług Centrum Aktywnego Seniora w Płocku.....	29
Wykres 22 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące potrzeb korzystania z prywatnej opieki medycznej.....	29
Wykres 23 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z komunikacji publicznej w Płocku.....	30
Wykres 24 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z komunikacji publicznej w Płocku.....	30
Wykres 25 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące wiedzy na temat pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca.....	31
Wykres 26 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące częstotliwości korzystania z pakietu seniora.....	32
Wykres 27 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z usług w ramach pakietu seniora.....	32
Wykres 28 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące źródła wiedzy o pakiecie seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca.....	33
Wykres 29 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego w latach 2019-2021.....	33
Wykres 30 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące udziału w akcjach profilaktycznych szczepień przeciw pneumokokom dla seniorów.....	33
Wykres 31 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące udziału w akcji „Koperta życia”.....	34
Wykres 32 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące korzystania z rehabilitacji pocovidowej skierowanej do seniorów.....	34
Wykres 33 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące wiedzy o działaniu Płockiej Rady Seniorów.....	35
Wykres 34 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące uczęszczania do klubów seniora lub na wydarzenia organizowane dla seniorów przez organizacje pozarządowe.....	36
Wykres 35 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące członkostwa w uniwersytetach trzeciego wieku.....	36
Wykres 36 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące zaangażowania w działalność stowarzyszeń i instytucji działających na rzecz seniorów.....	36
Wykres 37 Podsumowanie odpowiedzi w badaniu ankietowym – pytanie dotyczące oceny oferty spędzania wolnego czasu dla seniorów w Płocku.....	37

## **Bibliografia**

1. Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Płocka na lata 2021-2026
2. Strategia Rozwoju Województwa Mazowieckiego 2030+
3. Strategia Zrównoważonego Rozwoju Miasta Płocka do 2030 roku
4. [www.aktywnysenior.org.pl](http://www.aktywnysenior.org.pl)
5. [www.alzheimerplock.pl](http://www.alzheimerplock.pl)
6. [www.bdl.stat.gov.pl](http://www.bdl.stat.gov.pl)
7. [www.czlowiekkultura.pl](http://www.czlowiekkultura.pl)
8. [www.kombatantpolski.pl](http://www.kombatantpolski.pl)
9. [www.ksiaznicaplocka.pl](http://www.ksiaznicaplocka.pl)
10. [www.mosplock.eu](http://www.mosplock.eu)
11. [www.novekino.pl](http://www.novekino.pl)
12. [www.nowybip.plock.eu](http://www.nowybip.plock.eu)
13. [www.nowy.plock.eu](http://www.nowy.plock.eu)
14. [www.ofbor.pl](http://www.ofbor.pl)
15. [www.plockakarta.eu](http://www.plockakarta.eu)
16. [www.pokis.pl](http://www.pokis.pl)
17. [www.pzeriiplock.pl](http://www.pzeriiplock.pl)
18. [www.sniie.pl](http://www.sniie.pl)
19. [www.srkplock.pl](http://www.srkplock.pl)
20. [www.sutwplock.pl](http://www.sutwplock.pl)
21. [www.wsdplock.pl](http://www.wsdplock.pl)

## **Załączniki**

**Załącznik nr 1:** Raport z Badania ankietowego

# **Raport z badania ankietowego seniorów na potrzeby Polityki Senioralnej Miasta Płocka do 2026 roku**

Płock, grudzień 2023 r.

## CEL BADANIA

Badanie zostało przeprowadzone w celu zdiagnozowania potrzeb seniorów w kwestiach związanych z opieką i komunikacją, programami wsparcia oraz działalnością na rzecz seniorów. Wyniki badania stanowiły jedno ze źródeł, na podstawie których zdefiniowano cele Miasta Płocka w zakresie polityki senioralnej do 2026 r.

## METODYKA BADANIA

W badaniu zastosowano metodologię CATI (popularną metodę badania ilościowego, wykorzystywaną w działaniach marketingowych i projektach społecznych) i wywiady bezpośrednie. Zasada działania - ankieter przeprowadza wywiad odczytując pytania respondentowi. Skrypt ankiety prowadzi ankietera przez kolejne pytania i ekrany ankiety, a wyniki są zapisywane elektronicznie. Poniżej podstawowe informacje o Badaniu:

- termin badania: 10.11-10.12.2022 r.,
- metoda badawcza: wywiad telefoniczny wspomagany komputerowo (CATI) i/lub wywiad osobisty,
- próba reprezentatywna: osoby w wieku 60 lat i więcej zamieszkujące miasto Płock,
- wielkość próby: 300 wywiadów,
- próba: mix telefonów stacjonarnych i komórkowych oraz wywiadów osobistych,
- stratyfikacja badania: płeć, wiek, poziom wykształcenia, aktywność zawodowa, osiedle zamieszkania, dochody,
- ważenie poststratyfikacyjne o charakterze iteracyjnym (RIM-weighting) z uwzględnieniem rozkładu płci, wieku i wykształcenia,
- wywiad kwestionariuszowy: 38 pytań (pytania zamknięte i otwarte) oraz metryczka.

Badanie zostało wykonane zgodnie ze standardami określonymi przez Organizację Firm Badania Opinii i Rynku OFBOR.

## FORMULARZ ANKIETOWY

Badanie zostało podzielone na 3 obszary tematyczne:

- opieka i komunikacja,
- programy wsparcia,
- działalność na rzecz seniorów.

Badanie zostało zakończone 2 pytaniami podsumowującymi i charakterystyką osoby ankietowanej. Poniżej przedstawiono formularz ankietowy.

## ANKIETA

Ankieta jest prowadzona wśród mieszkańców Płocka w wieku 60 lat i więcej. Ankieta ma za zadanie zbadanie potrzeb seniorów w Płocku. Wypełniając ankietę przyczynią się Państwo do opracowania Polityki Senioralnej Miasta Płocka do 2026 roku.

### Opieka i komunikacja

1. Jak ocenia Pan/Pani swój stan zdrowia?

- bardzo dobrze
- dobrze
- przeciętnie
- źle

2. Jaka jest Pana/Pani struktura gospodarstwa domowego?

- Jestem osobą samotną (bez rodziny)
- Jestem osobą samotnie gospodarującą (posiadam rodzinę, która mieszka oddzielnie)
- Zamieszkuję z rodziną

3. Czy czuje się Pani/Pan bezpiecznie w swoim domu i środowisku?

- zdecydowanie tak
- raczej tak
- raczej nie
- zdecydowanie nie
- trudno powiedzieć

4. Co mogłoby zwiększyć u Pani/Pana poczucie bezpieczeństwa? (proszę wybrać maksimum trzy odpowiedzi)

- nabywanie wiedzy na temat sposobów zabezpieczania się przed oszustami, włamywaczami
- kampanie prasowe propagujące sposoby zabezpieczania się przed oszustami
- kampanie internetowe propagujące sposoby zabezpieczania się przed oszustami
- umiejętność posługiwania się telefonem komórkowym
- posiadanie telefonu stacjonarnego z przyciskiem alarmującym instytucje pomocowe o potrzebie udzielenia pomocy w chorobie, awarii, podejrzanej wizycie nieznajomej osoby
- posiadanie telefonu komórkowego z przyciskiem alarmującym instytucje pomocowe o potrzebie udzielenia pomocy w chorobie, awarii, podejrzanej wizycie nieznajomej osoby,
- posiadanie telefonu stacjonarnego z przyciskiem alarmującym członków rodziny lub sąsiadów o potrzebie udzielenia pomocy
- posiadanie telefonu komórkowego z przyciskiem alarmującym członków rodziny lub sąsiadów o potrzebie udzielenia pomocy
- posiadanie koperty życia (jest to przechowywana w lodówce koperta z opisem chorób i przyjmowanych lekarstw), do której dostęp mają służby pogotowia ratunkowego
- inne – jakie .....

5. Czy czuje się Pani/Pan samotna/y?

- zdecydowanie tak
- raczej tak
- raczej nie
- zdecydowanie nie
- trudno powiedzieć

6. Jak często spotyka się Pani/Pan z członkami rodziny i ze znajomymi?

- Codziennie
- kilka razy w tygodniu
- kilka razy w miesiącu
- kilka razy w roku
- nie spotykam się wcale

7. Co stoi na przeszkodzie utrzymywaniu przez Panią/Pana kontaktów z innymi osobami?(proszę wskazać maksimum trzy odpowiedzi)

- choroba, niepełnosprawność
- opieka nad innymi
- duża odległość
- brak dojazdu
- wiek
- brak finansów
- brak motywacji
- brak czasu i ochoty
- inne obowiązki domowe,
- inne obowiązki zawodowe (praca)
- inne – jakie .....
- nie dotyczy

8. Czy w codziennym życiu odczuwa Pan/Pani potrzebę korzystania z usług opiekuńczych?

- TAK
- NIE

9. Jeśli tak to czy korzysta Pan/Pani z prywatnych usług opiekuńczych w domu?

- TAK
- NIE

10. Czy korzysta Pan/Pani z usług Centrum Aktywnego Seniora przy ul. Otolińskiej 6 w Płocku ?

- TAK
- NIE

11. Czy Pana/Pani zdaniem publiczne usługi medyczne (szpitale/przychodnie/poradnie) są wystarczająco dostępne i komfortowe dla seniorów?

- TAK
- NIE

12. Jeśli nie to jakich usług/placówek brakuje Pana/Pani zdaniem w Płocku?

.....  
.....



13. Czy korzysta Pan/Pani z prywatnej opieki medycznej?

- TAK
- NIE

14. Jeśli nie to co jest tego przyczyną?

- publiczna służba zdrowia zapewnia odpowiednie usługi medyczne
- zbyt wysokie koszty prywatnej opieki medycznej
- brak odpowiednich prywatnych usług medycznych w Płocku

15. Czy korzysta Pan/Pani z komunikacji publicznej w Płocku?

- TAK
- NIE

16. Czy uważa Pan/Pani, że komunikacja publiczna w Płocku jest przyjazna dla osób starszych?

- TAK
- NIE

17. Jeśli nie to proszę wskazać, co należy poprawić, aby komunikacja publiczna w Płocku stała się bardziej przyjazna dla seniorów?

.....  
.....

### **Programy wsparcia**

1. Czy wie Pan/Pani o funkcjonowaniu pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca?

- TAK
- NIE

2. Jeśli tak to czy korzysta Pan/Pani z pakietu seniora?

- TAK
- NIE

3. Jeśli tak to jak często korzysta Pan/Pani z pakietu seniora?

- raz na rok
- raz na 6 miesięcy
- raz w miesiącu
- kilka razy w miesiącu
- codziennie

4. Z jakich usług korzysta Pan/Pani w ramach pakietu seniora?

- kultura i sztuka
- sport i rekreacja
- usługi remontowo-budowlane, wulkanizacyjne, weterynaryjne
- restauracje i kawiarnie
- turystyka i noclegi
- zdrowie
- sanatoria i uzdrowiska
- uroda

5. Skąd dowiedział/a się Pan/Pani o pakiecie seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca?

- media
- instytucja publiczna
- rodzina i znajomi
- broszury, plakaty, ulotki itp.

6. O jakie usługi rozszerzyłby/aby Pan/Pani ofertę pakietu seniora w ramach Płockiej Karty Mieszkańca?

.....  
.....

7. Czy korzystał/a Pan/Pani z Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego w latach 2019-2021?

- TAK
- NIE

8. Czy brał/a Pan/Pani udział w akcji profilaktycznych szczepień przeciw pneumokokom dla seniorów?

- TAK
- NIE

9. Czy brał/a lub bierze Pan/Pani udział w akcji „Koperta Życia”?

- TAK
- NIE

10. Czy korzystał/a Pan/Pani z rehabilitacji pocovidowej skierowanej do seniorów?

- TAK
- NIE

11. Proszę wskazać BEZPŁATNE usługi dla seniorów, którymi jest Pan/Pani NAJBARDZIEJ zainteresowana w przyszłości?

- "ZŁOTA RĄCZKA" - bezpłatne, drobne naprawy w domach seniorów – np. ciekący kran, zepsuta słuchawka, przepalona żarówka w lampie, wywiercenie dziury w ścianie;
- "PUDEŁKO / KOPERTA ŻYCIA" – pudełko lub koperta z kartą informacyjną, którą należy wypełnić i zostawić na widocznym miejscu w domu lub w lodówce, z informacjami niezbędnymi w razie konieczności przeprowadzenia akcji ratunkowej.;
- "TELEOPIEKA DLA SENIORÓW" – udostępnienie seniorom mieszkającym samotnie i zagrożonym zastąpieniem lub upadkiem urządzeń nadawczo-odbiorczych umożliwiającym połączenie komórkowe z całodobowo czynnym telecentrum (możliwość wezwania pomocy w sytuacji zagrożenia);
- "TAKSÓWKA / TRANSPORT DLA SENIORA" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę transportową w dogodnym dla siebie terminie np. by dojechać do lekarza, szpitala, urzędu lub na groby bliskich;
- "WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO" – bezpłatne wypożyczenie sprzętu niezbędnego do rehabilitacji seniorów.;
- "OPIEKA WYTCNIENIOWA DLA OPIEKUNÓW SENIORÓW" – krótkoterminowa usługa (kilka godzin) skierowana do opiekunów osób starszych, które ze względu na stan zdrowia wymagają permanentnej opieki;
- "KSIĄŻKA DLA SENIORA" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatne wypożyczenie z biblioteki książki / filmu / audiobooka itp.;
- "FRYZJER DLA SENIORÓW" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę fryzjerską;
- "MYCIE OKIEN DLA SENIORÓW" – osoby samotne mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę mycia okien;
- inne - jakie?

.....

### Działalność na rzecz seniorów

1. Czy wie Pan/Pani o działaniu Płockiej Rady Seniorów?
  - TAK
  - NIE
2. Jeśli tak to czy dostrzega Pan/Pani działania podejmowane przez Płocką Radę Seniorów na rzecz seniorów?
  - TAK
  - NIE
3. Jeśli tak to jak ocenia Pan/Pani działania podejmowane przez Płocką Radę Seniorów?
  - pozytywnie – odpowiadają potrzebom seniorów
  - negatywnie – nie odpowiadają potrzebom seniorów
4. Czy uczęszcza Pan/Pani do klubów seniora/na wydarzenia organizowane dla seniorów przez organizacje pozarządowe?
  - TAK
  - NIE
5. Czy jest Pan/Pani członkiem jednego z uniwersytetów trzeciego wieku działających w Płocku?
  - TAK
  - NIE
6. Czy jest Pan/Pani zaangażowany w działalność stowarzyszeń i instytucji publicznych działających na rzecz seniorów (członek, zarząd itp.)?
  - TAK
  - NIE
7. Jak ocenia Pan/Pani ofertę spędzenia wolnego czasu dla seniorów w Płocku?
  - pozytywnie – odpowiada potrzebom seniorów
  - negatywnie – nie odpowiada potrzebom seniorów
8. Jeśli uważa Pan/Pani, że oferta spędzania wolnego czasu dla seniorów w Płocku nie jest wystarczająca to proszę o wskazanie jakiej oferty Panu/Pani brakuje?  
.....  
.....  
.....

### Pytanie podsumowujące

1. Czy Pana/Pani zdaniem potrzeby opiekuńcze/medyczne seniorów w Płocku są zaspokajane w stopniu zadowalającym?
  - TAK
  - NIE
2. Czy Pana/Pani zdaniem seniorzy w Płocku mają możliwość aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym?
  - TAK
  - NIE

### Charakterystyka osoby ankietowanej

Wiek:

- 60-69
- 70-79
- 80 i więcej

Dochody na osobę ? (uwaga: chodzi o doprecyzowanie pytania)

- do 2000 zł
- 2000-2999 zł
- 3000-3999 zł
- 4000 zł i więcej

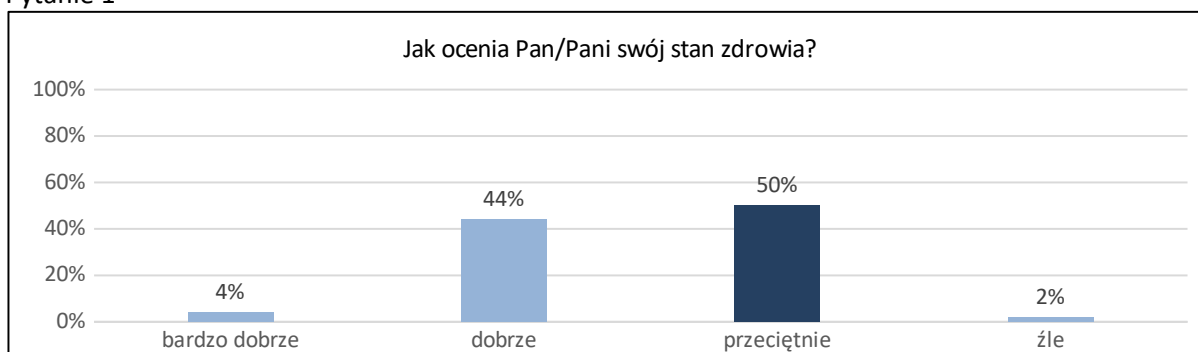
	<p><u>Źródła dochodu:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ wynagrodzenie za pracę</li> <li>■ dochód z prowadzonej działalności gospodarczej</li> <li>■ renta/emerytura</li> <li>■ niezarobkowe źródła dochodu inne niż emerytura/renta (zasiłek dla bezrobotnych, zasiłki z pomocy społecznej itp.)</li> </ul>
<p><u>Wykształcenie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ podstawowe</li> <li>■ zasadnicze zawodowe</li> <li>■ średnie</li> <li>■ wyższe</li> </ul>	<p><u>Aktywność zawodowa:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ zatrudniony/a w sektorze publicznym</li> <li>■ zatrudniony/a w sektorze prywatnym</li> <li>■ przedsiębiorca</li> <li>■ bezrobotny/a</li> <li>■ emeryt/ka / rencista/rencistka</li> <li>■ wolontariusz/wolontariuszka</li> </ul>
<p><u>Płeć:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ kobieta</li> <li>■ mężczyzna</li> </ul>	<p><u>Osiedle zamieszkania:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Borowiczki</li> <li>■ Ciechomice</li> <li>■ Dobrzyńska</li> <li>■ Dworcowa</li> <li>■ Góry</li> <li>■ Imielnica</li> <li>■ Kochanowskiego</li> <li>■ Kolegialna</li> <li>■ Łukasiewicza</li> <li>■ Międzytorze</li> <li>■ Miodowa</li> <li>■ Podolszyce Południe</li> <li>■ Podolszyce Północ</li> <li>■ Pradolina Wisły</li> <li>■ Radziwie</li> <li>■ Skarpa</li> <li>■ Stare Miasto</li> <li>■ Trzepowo</li> <li>■ Tysiąclecia</li> <li>■ Winiary</li> <li>■ Wyszogrodzka</li> <li>■ Zielony Jar</li> </ul>

## WYNIKI BADANIA

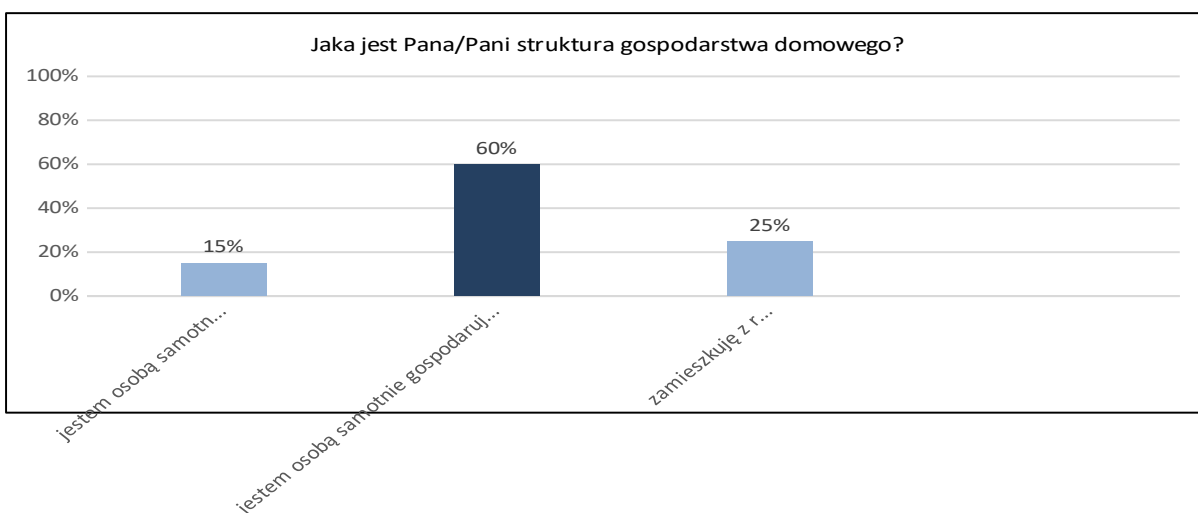
### Opieka i komunikacja

Pytania w tym obszarze tematycznym miały na celu zbadanie opinii seniorów na temat ich stanu zdrowia, poczucia bezpieczeństwa, relacji z rodziną i znajomymi, potrzeb opiekuńczych, korzystania z usług zdrowotnych i komunikacji miejskiej w Płocku.

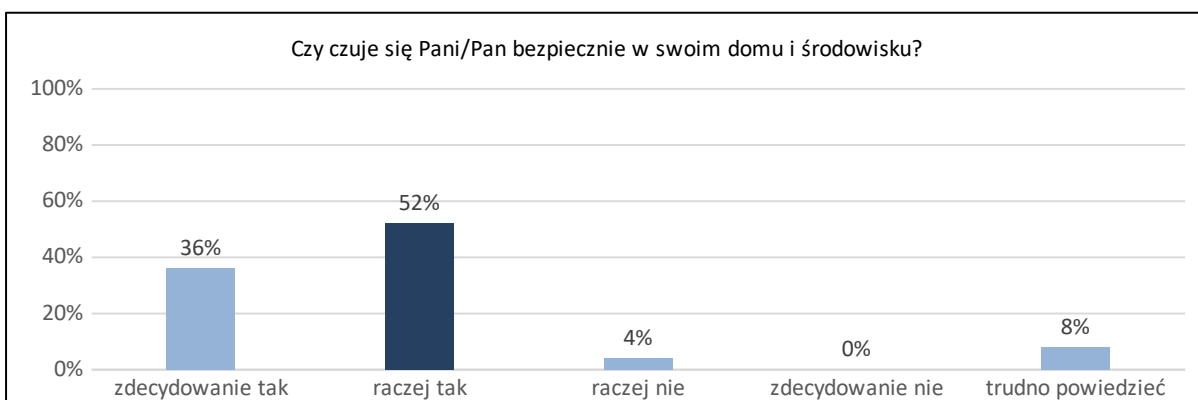
#### Pytanie 1



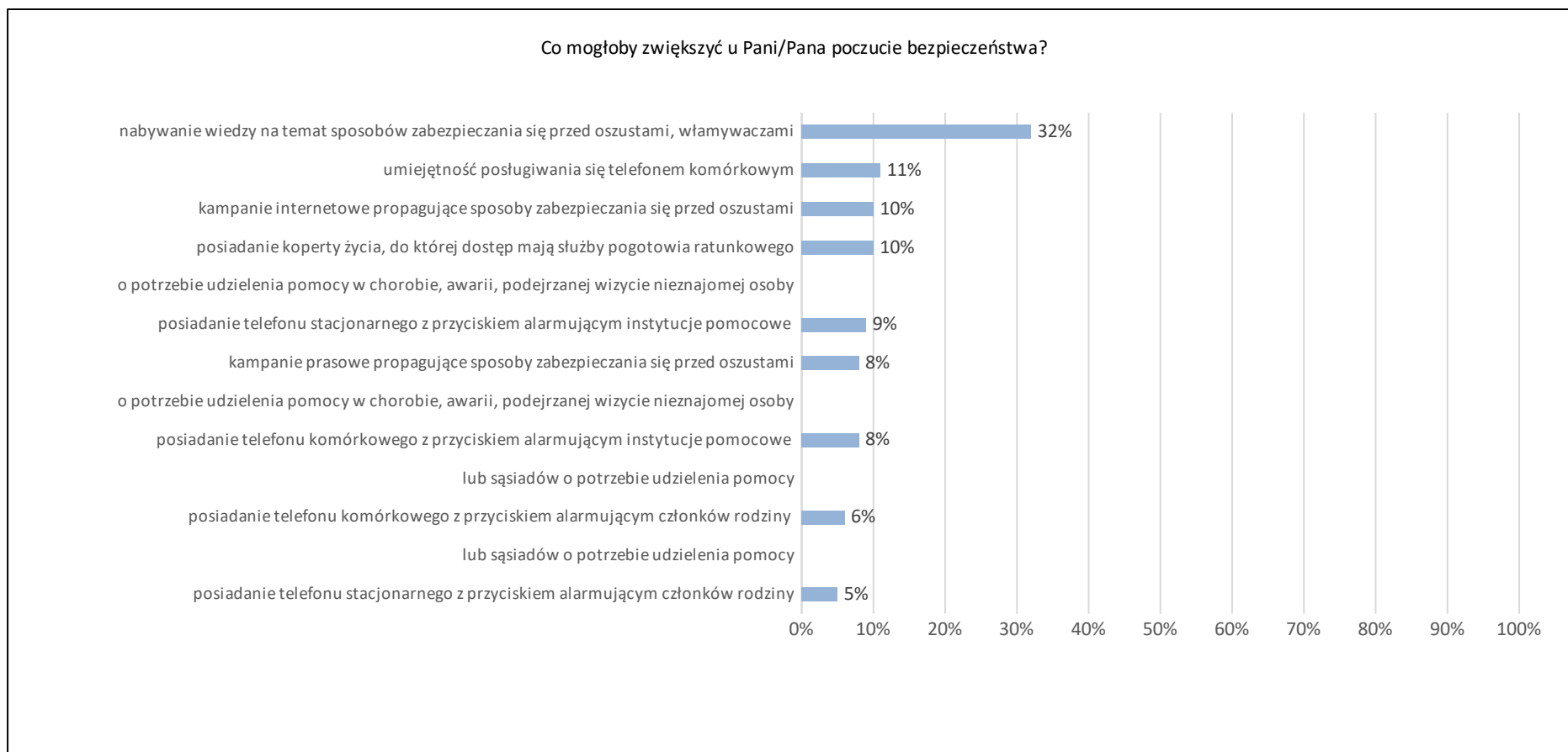
#### Pytanie 2



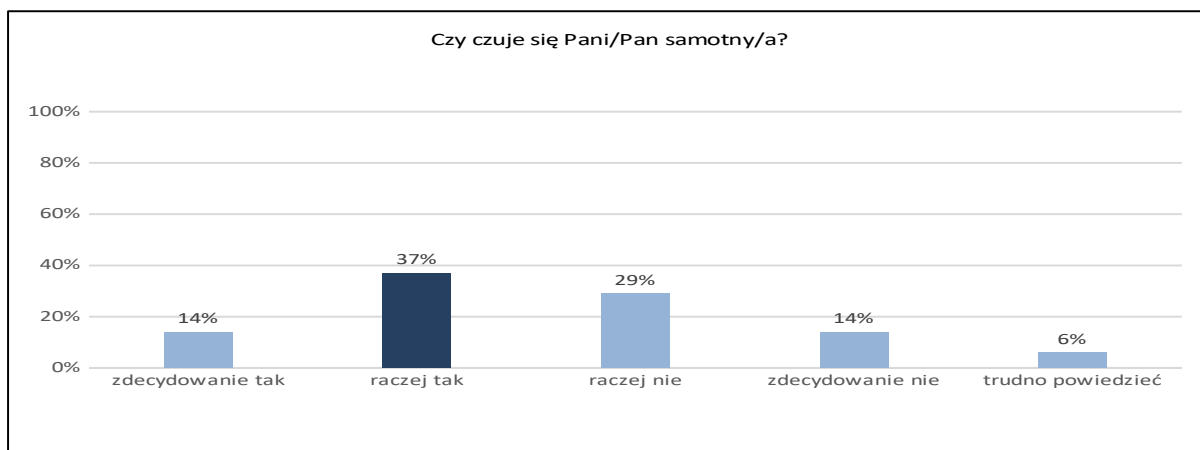
#### Pytanie 3



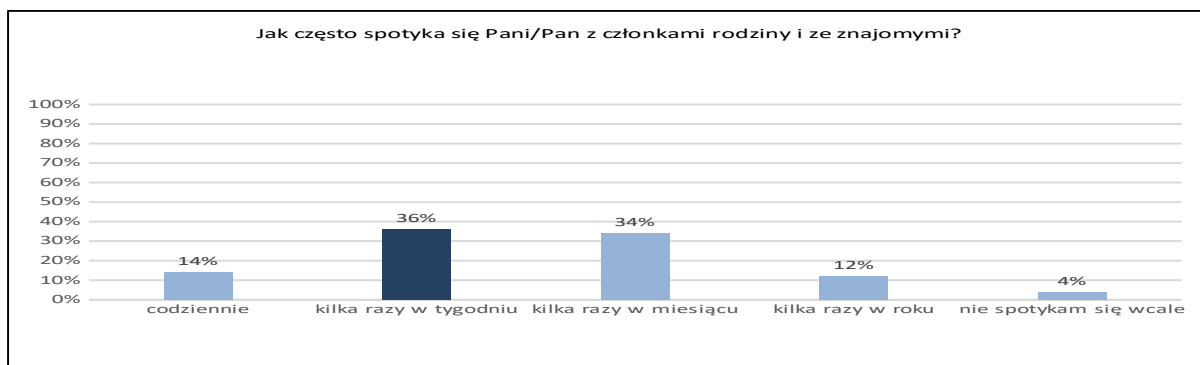
Pytanie 4



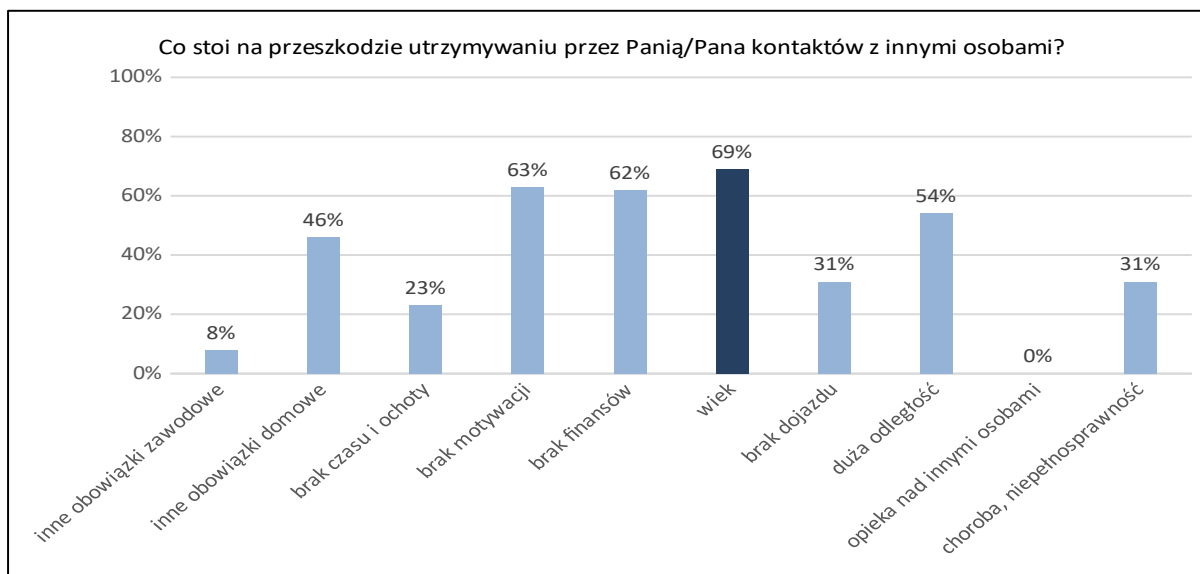
Pytanie 5



Pytanie 6



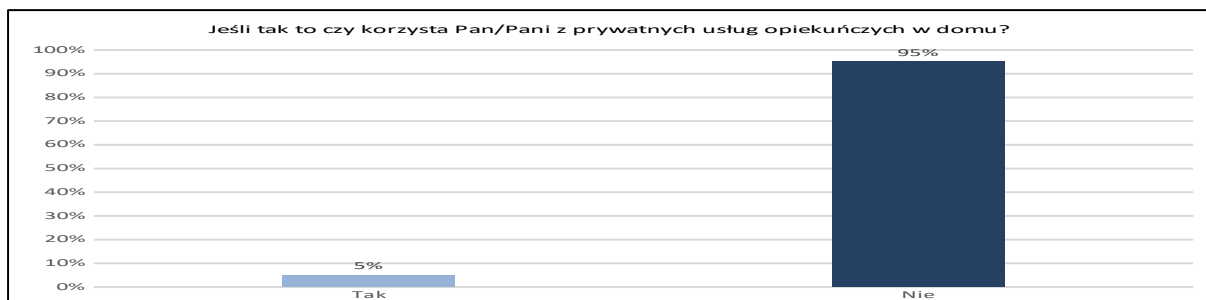
Pytanie 7 (możliwość zaznaczenia 3 odpowiedzi)



### Pytanie 8



### Pytanie 9



### Pytanie 10



### Pytanie 11



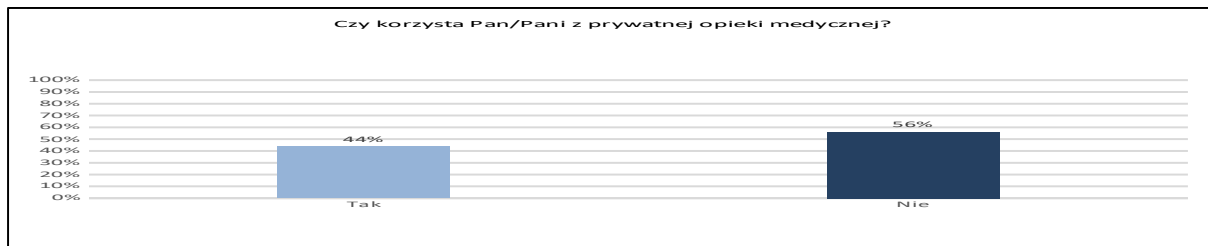
### Pytanie 12

Na pytanie jakie są problemy w korzystaniu z usług medycznych i jakich usług brakuje ankietowani wskazali w szczególności na:

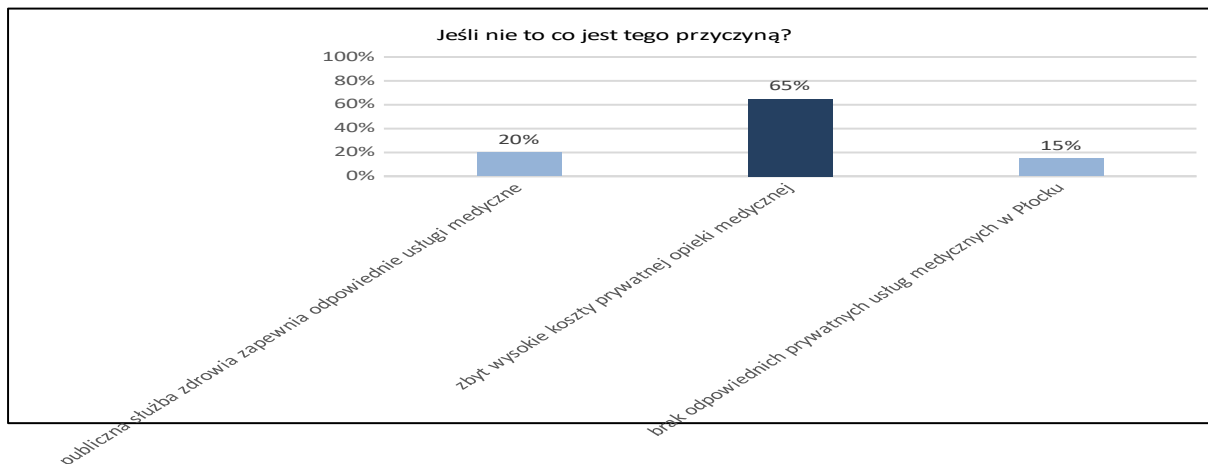
- brak specjalistów różnych specjalności (zwłaszcza laryngologów, okulistów, kardiologów, stomatologów),
- zbyt odległe terminy wizyt u lekarzy i rehabilitantów,
- brak oddziału geriatry,
- zbyt małą liczbę placówek medycznych,
- brak pomocy w walce z depresją,
- brak usług związanych z protetyką w publicznej służbie zdrowia.



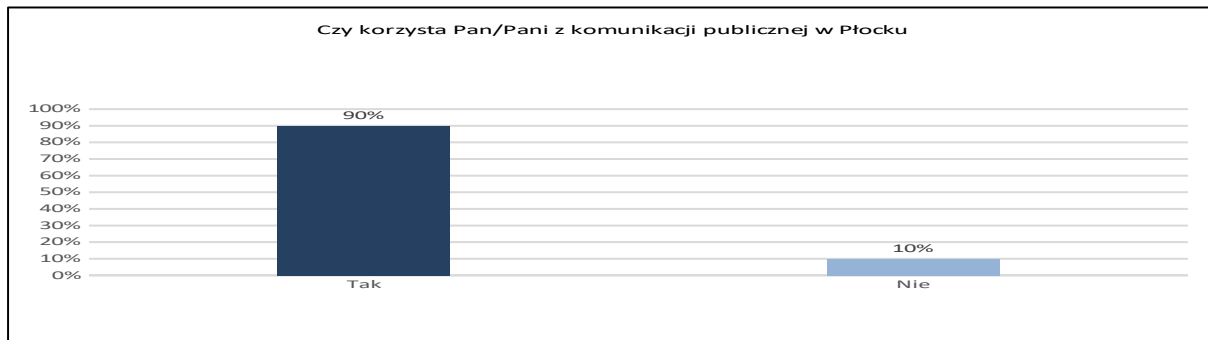
Pytanie 13



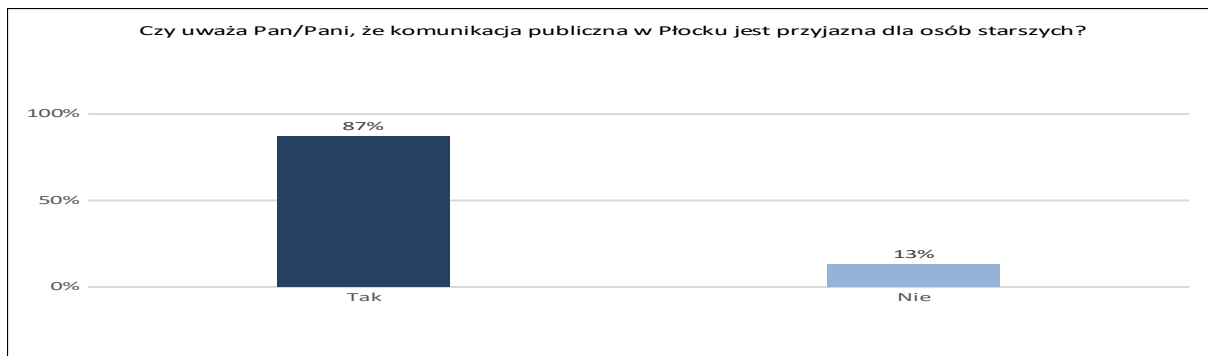
Pytanie 14



Pytanie 15



Pytanie 16



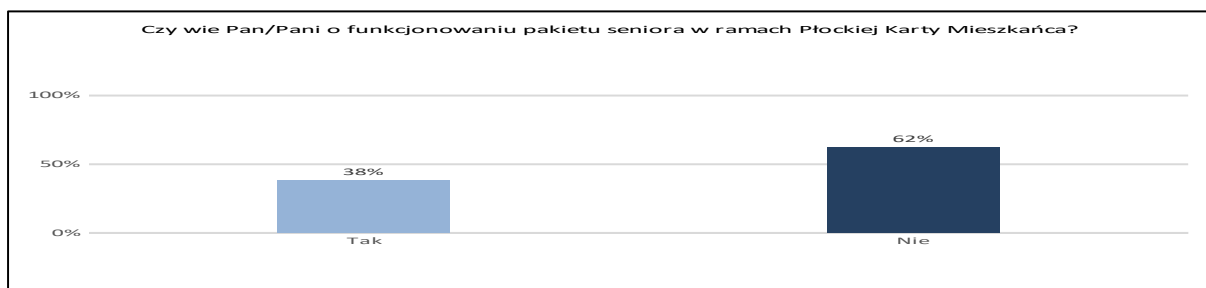
### Pytanie 17

W przypadku odpowiedzi NIE proszono o wskazanie co należy poprawić, aby komunikacja publiczna w Płocku stała się bardziej przyjazna dla seniorów. Wskazano następujące działania:

- darmowe dojazdy od 60 lat,
- autobusy bardziej dostosowane do starszych ludzi,
- zwrócenie uwagi kierowców na dojazd do krawężników,
- zwiększyć częstotliwość kursów,
- może trochę więcej autobusów podmiejskich,
- konsekwentnie wymaganie od kierowców kulturalnej jazdy i bezpiecznego hamowania,
- brak odpowiedniej liczby punktów parkingowych dla osób z ograniczoną sprawnością.

### Programy wsparcia

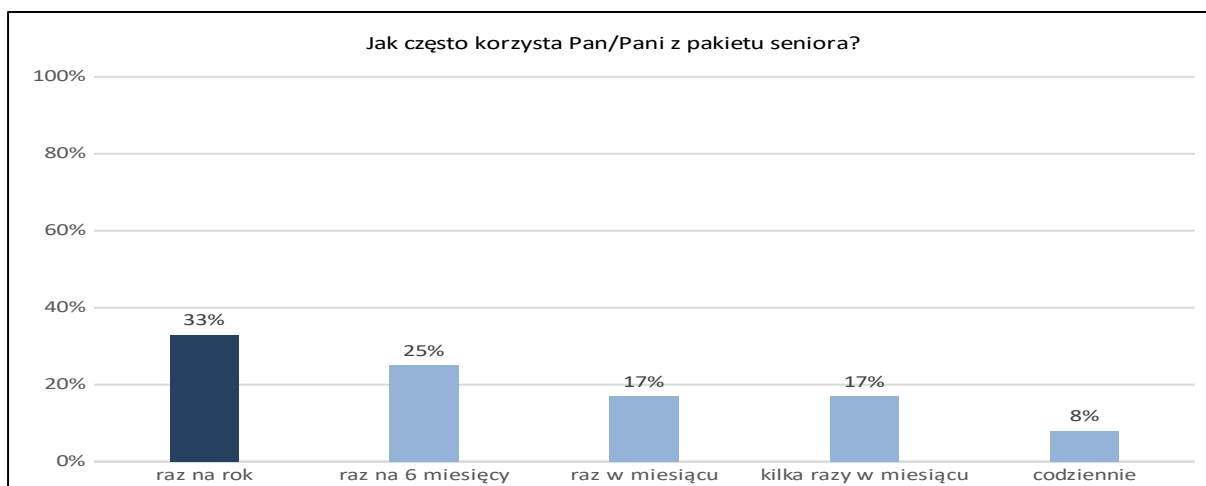
#### Pytanie 1



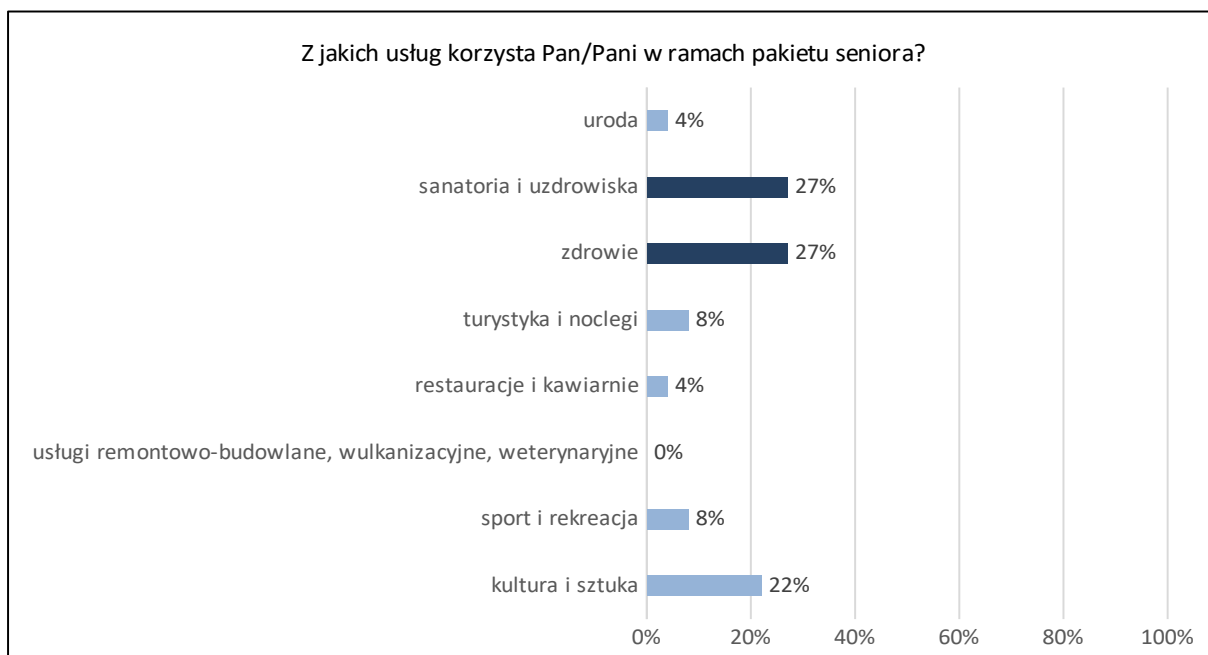
#### Pytanie 2



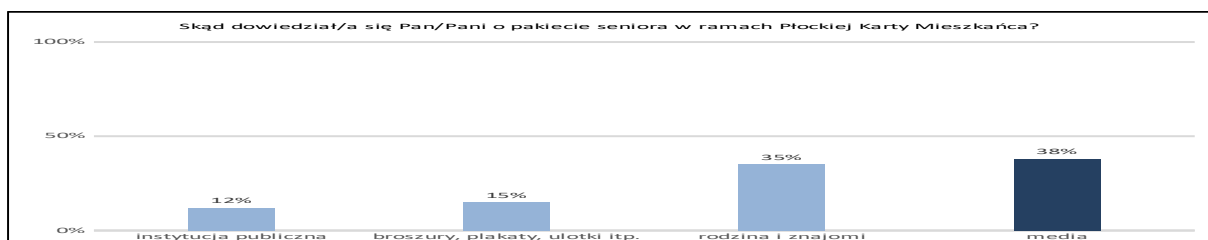
#### Pytanie 3



Pytanie 4



Pytanie 5



Pytanie 6

Na pytanie o jakie usługi należałoby rozszerzyć pakiet seniora ankietowani wskazywali usługi zdrowotne.

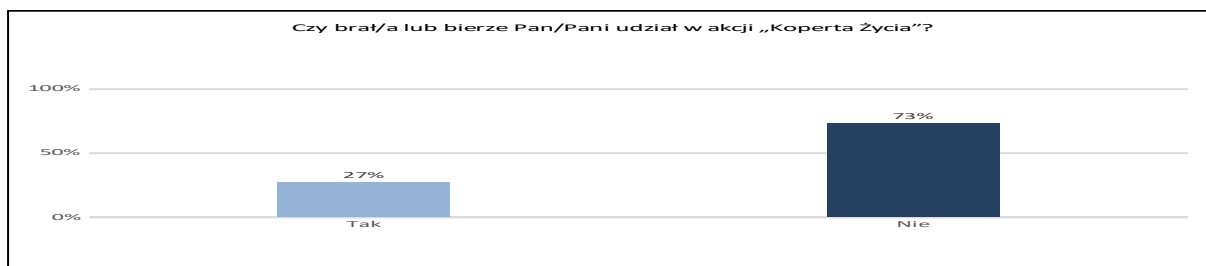
Pytanie 7



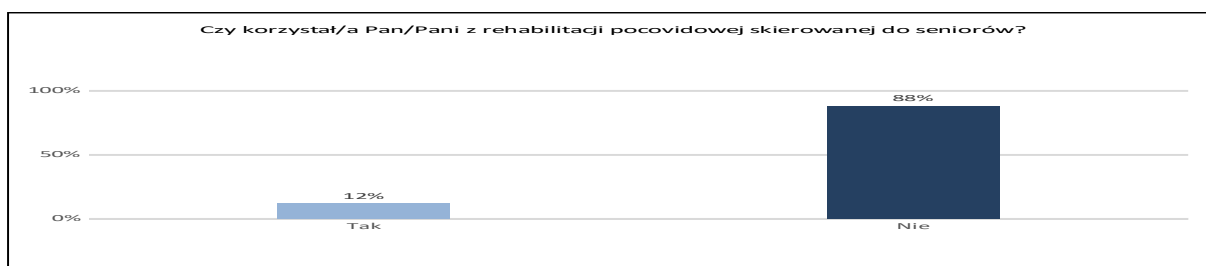
### Pytanie 8



### Pytanie 9



### Pytanie 10



### Pytanie 11

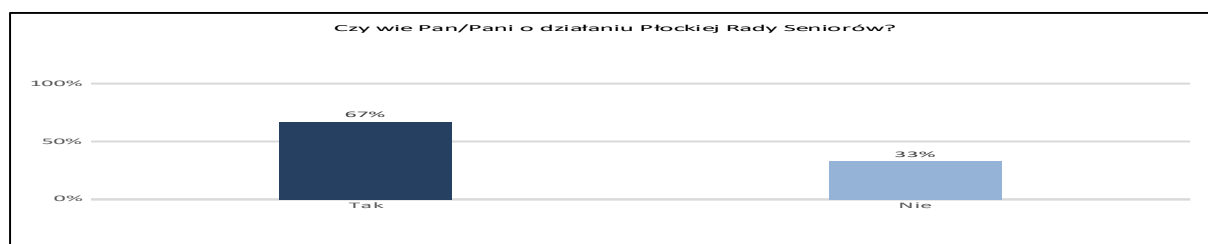
Jako bezpłatne usługi, którymi seniorzy są najbardziej zainteresowani w przyszłości, ankietowani wskazali poniższe akcje:

- "ZŁOTA RĄCZKA" - bezpłatne, drobne naprawy w domach seniorów – np. ciekący kran, zepsuta spłuczka, przepalona żarówka w lampie, wywiercenie dziury w ścianie – 20% ankietowanych,
- "PUDEŁKO / KOPERTA ŻYCIA" – pudełko lub koperta z kartą informacyjną, którą należy wypełnić i zostawić na widocznym miejscu w domu lub w lodówce, z informacjami niezbędnymi w razie konieczności przeprowadzenia akcji ratunkowej – 3 % ankietowanych,
- "TELEOPIEKA DLA SENIORÓW" – udostępnienie seniorom mieszkającym samotnie i zagrożonym zasłabnięciem lub upadkiem urządzeń nadawczo-odbiorczych umożliwiających połączenie komórkowe z całodobowo czynnym telecentrum (możliwość wezwania pomocy w sytuacji zagrożenia) – 10% ankietowanych,
- "TAKSÓWKA / TRANSPORT DLA SENIORA" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę transportową w dogodnym dla siebie terminie np. by dojechać do lekarza, szpitala, urzędu lub na groby bliskich – 6% ankietowanych,
- "WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO" – bezpłatne wypożyczenie sprzętu niezbędnego do rehabilitacji seniorów – 10% ankietowanych,

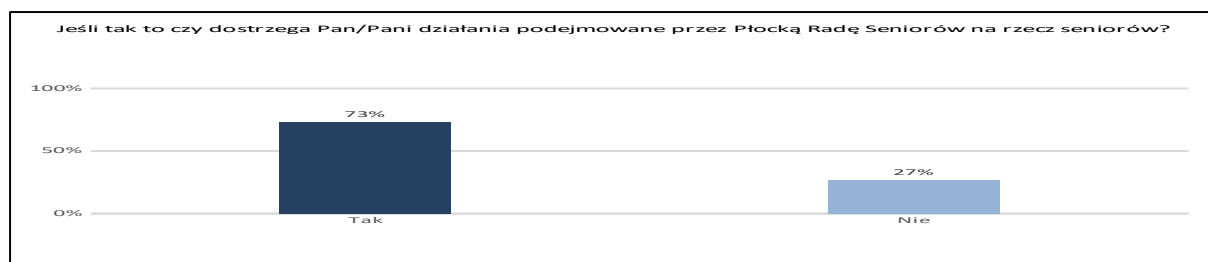
- "OPIEKA WYTCHEBIENIOWA DLA OPIEKUNÓW SENIORÓW" – krótkoterminowa usługa (kilka godzin) skierowana do opiekunów osób starszych, które ze względu na stan zdrowia wymagają permanentnej opieki – 9% ankietowanych,
- "KSIĄŻKA DLA SENIORA" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatne wypożyczenie z biblioteki książki / filmu / audiobooka itp. – 9% ankietowanych,
- "FRYZJER DLA SENIORÓW" – osoby mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę fryzjerską – 11% ankietowanych,
- "MYCIE OKIEN DLA SENIORÓW" – osoby samotne mające trudności w poruszaniu się mogą zamówić bezpłatną usługę mycia okien – 20% ankietowanych,
- inne: pomoc przy zakupach.

### Działalność na rzecz seniorów

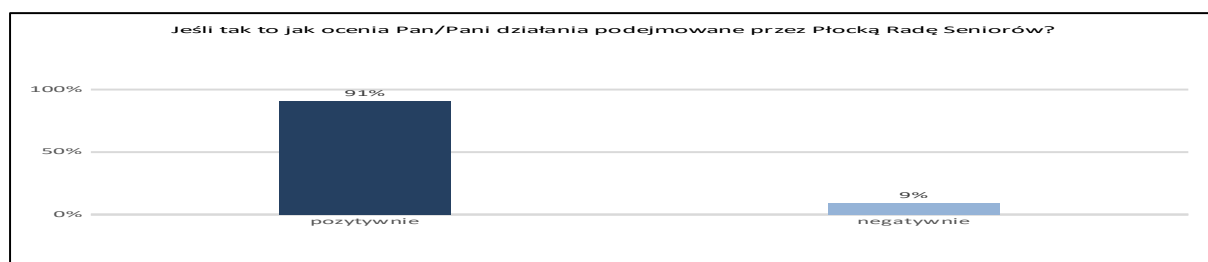
#### Pytanie 1



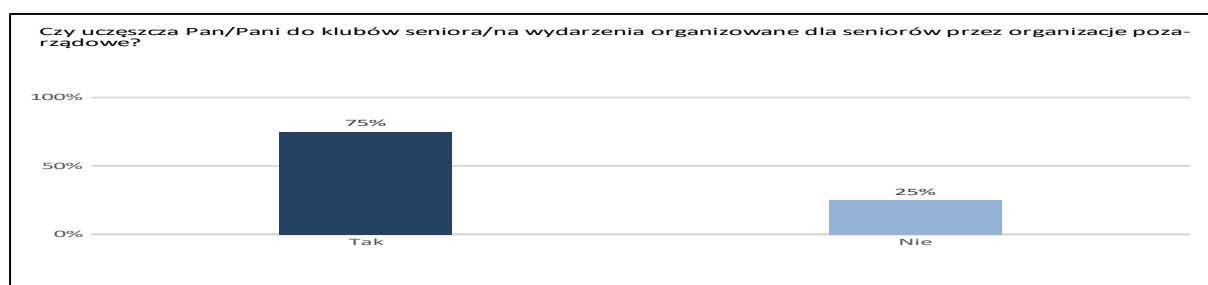
#### Pytanie 2



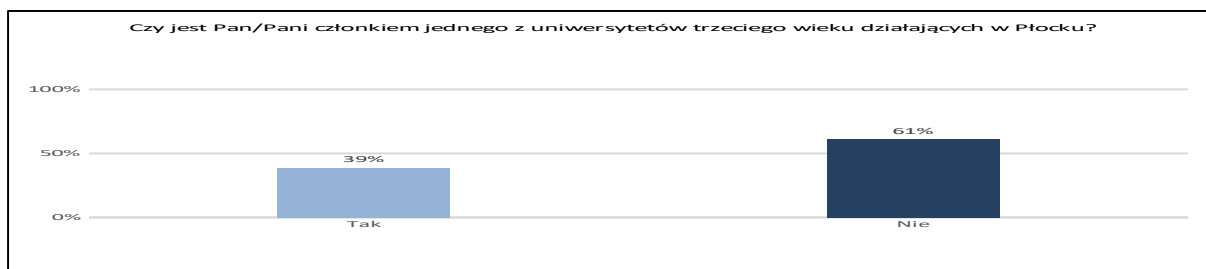
#### Pytanie 3



#### Pytanie 4



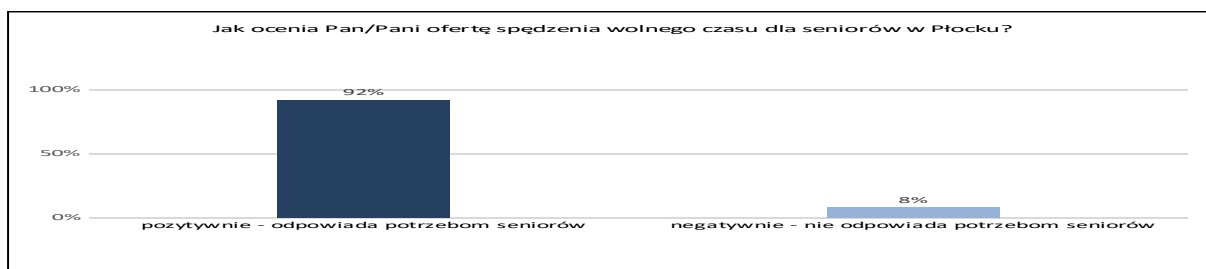
### Pytanie 5



### Pytanie 6



### Pytanie 7



Źródło: badanie ankietowe

### Pytanie 8

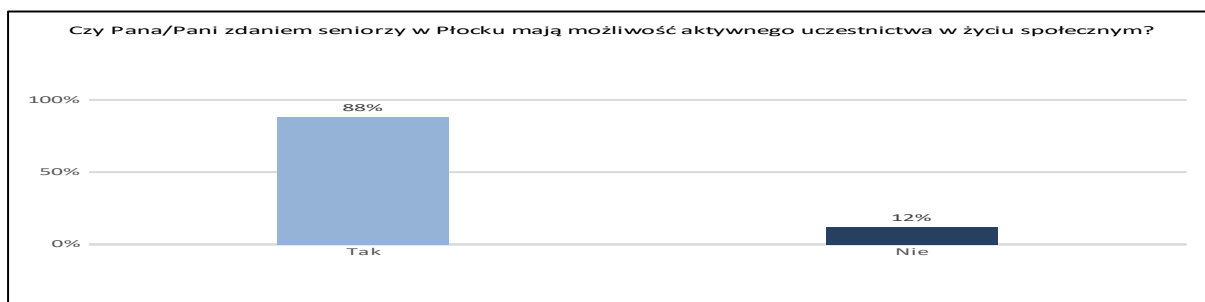
Osoby negatywnie oceniające ofertę spędzania wolnego czasu dla seniorów w Płocku jako brakującą elementy tej oferty wskazały m.in. wycieczki krajoznawcze i imprezy kulturalne (teatr, taniec, śpiew, spotkania) i wyjazdy integracyjne.

### Pytania podsumowujące

#### Pytanie 1



Pytanie 2



Charakterystyka osoby ankietowanej

