

# „Srebrni” mieszkańcy Lublina dobrze czują się w swoim mieście

**Realizujemy priorytetową dla nas politykę senioralną - zapewniamy naszym mieszkańcom bezpieczeństwo i godne warunki życia - mówi prezydent Lublina Krzysztof Żuk.**

**Czy Lublin jest miejscem przyjaznym dla seniorów?**

Miasto stara się dbać o swoich seniorów realizując liczne projekty, programy i inicjatywy skierowane do najstarszych mieszkańców. Od czerwca 2015 r. wdrażamy Program Lublin Strefa 60+, którego głównym elementem jest „Lubelska Karta Seniora”. Na jej podstawie mieszkańcy Lublina w wieku powyżej 60. roku życia mogą korzystać z ulg i zniżek oferowanych przez Partnerów Programu. O tym, że jest to potrzebne działanie, świadczy ilość wydanych kart - ponad 15 000. W ramach Programu „Lublin Strefa 60+” jest jeszcze usługa Telewsparcie 60+. Od poniedziałku do piątku w godz. 17-20 pod nr telefonu 81 46 66 999 seniorzy korzystają ze wsparcia psychologów, uzyskując porady i informacje na temat działalności instytucji i organizacji oferujących różne formy pomocy i aktywizacji. W Centrum Inicjatyw Senioralnych świadczony są również indywidualne porady psychologiczne dla seniorów. Jest też grupowe wsparcie psychologiczne. Podczas zajęć uczest-



**Prezydent Lublina Krzysztof Żuk - W planach mamy uruchomienie Programu Mobilny Senior**

nicy dzielą się swoimi doświadczeniami, poznają metody i techniki radzenia sobie ze stresem.

Mając na uwadze potrzebę aktywizacji seniorów, organizujemy szereg imprez o charakterze kulturalno-społecznym. Te działania mają na celu przełamywanie stere-

otypów dotyczących osób starszych, ich aktywności i funkcjonowania w społeczeństwie. Wśród nich są też takie, które integrują i łączą pokolenia. W tym roku odbyła się siódma edycja Dnia Solidarności Międzypokoleniowej i Lubelskich Dni Seniora oraz piąta odsłona po-

kazu mody „Odczaruj Jesień Życia”.

Za całokształt polityki senioralnej miasta otrzymaliśmy ostatnio tytuł „Gminy Przyjaznej Seniorom” w konkursie ogłoszonym przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Lublinie.

**W jaki sposób seniorzy mogą spędzić swój wolny czas na emeryturze?**

Realizując priorytetową dla nas politykę senioralną rozwijamy sieć Ośrodków Wsparcia, Dziennych Centrów Aktywności Seniorów i Klubów Seniora. Obecnie mamy różnorodne formy wsparcia. Wśród nich jest 18 Klubów Seniora, 6 Centrów Dziennego Pobytu, 3 Punkty Domowej Opieki. Oferta instytucjonalna obejmuje również 7 Domów Pomocy Społecznej, 2 specjalistyczne dzienne ośrodki terapeutyczno-opiekuńcze oraz 9 Środowiskowych Domów Samopomocy, w tym 4 Dzielne Ośrodki Wsparcia dla Osób z chorobą Alzheimer. Oferta ta jest cały poszerzana o nowe rozwiązania.

Działające w poszczególnych dzielnicach miasta centra senioralne czy kluby seniora są doskonałą formą integracji, spędzania czasu wolnego, uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych czy sportowych. Można tu realizować swoje pasje, zdobywać nowe umiejęt-

ności, aktywnie i twórczo spędzać wolny czas. W ofercie klubów są zajęcia rozwijające indywidualne zainteresowania, rehabilitacyjne, edukacyjne oraz usprawniające intelekt, zajęcia komputerowe, spacer, wycieczki, wyjścia do kina, teatru, zabawy taneczne. Bogatą ofertę aktywizującą dla seniorów posiadają również prężnie działające w Lublinie organizacje pozarządowe. Wycieczki nad morze i w góry, wyprawy do lasu, spacer po mieście - to tylko niektóre z propozycji dedykowanych seniorom przez lubelskie organizacje społeczne.

**Czy seniorzy mogą liczyć na specjalne zniżki?**

Głównym instrumentem, który pozwala na uzyskanie mieszkańcom powyżej 60. roku życia specjalnych zniżek jest „Lubelska Karta Seniora”. Ulgi te są bardzo różne - od 5 do 50 proc. Bogatą ofertę prezentują m.in. kina, teatry, muzea, salony urody, kluby sportowe. Są też salony optyczne, ośrodki rehabilitacyjne, szkoły tańca, restauracje i cukiernie. W gronie Partnerów znajdują się punkty usługowe takie jak zakłady zegarmistrzowskie, studia fotograficzne, kwiaciarnie, księgarnie i wiele innych. Corocznie w czerwcu publikowany jest Informator Lubelskiej Karty Seniora, który zawiera profile Partnerów i opisy zniżek.

W planach mamy uruchomienie Programu Mobilny Senior, w ramach którego osoby powyżej 65. roku życia, mieszkające w Lublinie, będą mogły korzystać z bezpłatnych przejazdów komunikacją miejską.

**Jakie inwestycje planowane są dla seniorów w Lublinie w najbliższym czasie?**

Konsekwentnie będziemy rozwijając istniejące obecnie formy wsparcia seniorów. Przy Domu Pomocy Społecznej „Kalina” do końca 2019 roku planowane jest uruchomienie dwóch rodzinnych domów pomocy dla osób w podeszłym wieku. Z kolei przy Domu Pomocy Społecznej im. Matki Teresy z Kalkuty chcemy utworzyć Centrum Rozwoju i Integracji Społecznej Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną.

W ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Lubelskiego 2014 - 2020 przy Środowiskowym Domu Samopomocy „Kalina” powstanie nowy, specjalistyczny ośrodek dla osób z zaburzeniami pamięci.

W zakresie tzw. oferty miękkiej chcemy uatrakcyjnić inicjatywy kulturalno-społeczne, które na stałe wpisały się w kalendarium wydarzeń ważnych dla naszych „srebrnych” mieszkańców.

Karolina Kowalczyk

## Dbamy o zdrowie i bezpieczeństwo naszych seniorów

**O nowych inicjatywach społecznych dla seniorów i dotychczasowych rozwiązaniach, które poprawiają jakość życia najstarszych mieszkańców rozmawiamy z Moniką Lipińską, zastępcą prezydenta Lublina ds. społecznych.**

**W ostatnich latach udało się wprowadzić w Lublinie wiele działań podnoszących jakość życia seniorów. Które według Pani są najistotniejsze?**

Bardzo istotne jest wsparcie osób starszych w utrzymaniu ich samodzielności i niezależności w codziennym życiu. Myślę, że rozwijanie zakresu usług opiekuńczych, wspierających i asystenckich oraz poszerzenie oferty wsparcia dziennego to kluczowe zadania. Już dziś mamy bogatą ofertę placówek aktywizujących i wspierających, począwszy od klubów seniora i ośro-

ków dziennego pobytu, po dzienne placówki dla osób z chorobą Alzheimer. Zakres ich działalności jest bardzo szeroki. W klubach seniorzy spędzają aktywnie i twórczo czas. W centrach dziennego pobytu oprócz różnego rodzaju zajęć otoczeni są opieką profesjonalnej kadry, np. psychologów, terapeutów, fizjoterapeutów. Centra oferują także wsparcie seniorom mniej sprawnym, pracownicy odwiedzają ich w domach, dowożą im posiłki, organizują czas wolny. Tego typu placówki dbają o seniorów i angażują ich do kreatywnych działań. Dzięki temu czują się dowartościowani, zdrowsi i potrzebni innym. Przede wszystkim nie spędzają czasu samotnie.

**Społeczeństwo się starzeje. Czy widzi Pani potrzebę wprowadzenia nowych rozwiązań**



**Monika Lipińska, zastępcą prezydenta ds. społecznych**

**i poszerzenia oferty wspierającej te grupę wiekową?**

Kolejne działania i wprowadzanie kolejnych usług są konieczne i nieuchronne. Mam na uwadze potrzebę wprowadzenia rozwiniętego spójnego systemu opieki domowej i instytucjonalnej. Chcemy rozwijać różne formy usług całodobowych, w tym tworzyć rodzinne, kameralne domy pomocy w których seniorzy będą mieszkali jak w rodzinach, w niedużych grupach. Takie pierwsze w Lublinie placówki usytuowane będą przy działającym już domu pomocy społecznej. Seniorzy korzystając będą wówczas z zaplecza rehabilitacyjnego czy gastronomicznego już działającej placówki. W planach mamy także stworzenie miejsc-mieszkań pobytu okresowego, które umożliwiłyby zapewnienie tzw. opieki wytchnieniowej tak

potrzebnej rodzinom i opiekunom osób niesamodzielnych. Przebywać będą w nich te osoby, którymi przez jakiś czas rodzina nie będzie mogła się zająć, np. z powodu wyjazdu. Pieczę nad tym będzie mieć gmina.

**A na jakim etapie jest wdrażanie projektu opaski życia, bransoletki ratującej życie?**

Czekamy na jego rozstrzygnięcie. Mamy już pozytywną ocenę formalną, niedługo poznamy wyniki oceny merytorycznej. Z projektu opaski życia skorzystają seniorzy, którzy mieszkają we własnych domach. Pod koniec tego roku wdrażać będziemy inny projekt, który ma podobne założenia. Przewidziany jest dla mieszkańców domów pomocy społecznej, którzy są w miarę samodzielni i mogą opuszczać dom, spacerując po okolicy.

Obydwa projekty są bardzo potrzebne. Dają poczucie bezpieczeństwa i mogą ratować życie. Gdy senior źle się poczuje jedynym przyciskiem na bransoletce zaalarmuje specjalne służby, które będą mogły podjąć szybką interwencję.

W Lublinie prowadzimy też akcję „Pudełko życia”. Samotna osoba otrzymuje od nas specjalnie oznakowane pudełko, w którym umieszczone są ważne informacje dotyczące stanu zdrowia, kontaktu do bliskich osób oraz informacje o chorobach i przyjmowanych lekach. Te informacje są bardzo pomocne w sytuacji, kiedy ratownicy medyczni wchodzą do mieszkania i odnajdują osobę nieprzytomną lub z trudnościami komunikacyjnymi.

Ewa Nowak