

# Raport ewaluacyjny

Gminny Program Aktywności Społecznej i Integracji Osób Starszych na lata 2015-2020 (PASIOS)

Autorzy:

*dr hab. Jolanta Perek- Białas, prof. UJ – Kierownik Badania*

*Michał A. Chrzanowski*

*Natalia Krygowska-Nowak*

*Joanna Kwinta-Odrzywołek*

*Kraków, 2019*

# GŁÓWNE WNIOSKI (1/2)

Program PASIOS jest potrzebną odpowiedzią miasta Krakowa na zmiany demograficzne (rosnąca grupa osób w wieku 60+)

Program PASIOS zmienił sposób myślenia o okresie starości i możliwościach podniesienia jakości życia starszych mieszkańców miasta

Program PASIOS może być traktowany jako inwestycja w zapobieganiu wykluczenia starszych mieszkańców Krakowa,

Program PASIOS jest generalnie realizowany zgodnie z założeniami, a modyfikacje wynikają z bieżących analiz potrzeb/zgłoszeń i miały swoje uzasadnienie

Obecnie Program PASIOS jest głównie realizowany i utożsamiany przez funkcjonowanie Centrów Aktywności Seniorów (CASy)

W ramach programu PASIOS były/są realizowane różne i liczne dodatkowe działania (oprócz CASów), projekty, konferencje, seminaria, współpraca z instytucjami (często bez dodatkowych dofinansowań)

Rekomenduje się kontynuację Programu PASIOS, z jednoczesnym lepszym bieżącym raportowaniem działań finansowanych Programu i szerszym informowaniem o jego realizacji

*Trzeba wyraźnie podkreślić, że niniejsza ewaluacja dotyczyła wyłącznie programu PASIOS, a nie wszystkich działań, inicjatyw prowadzonych na rzecz osób starszych w Krakowie (poza programem).*

## GŁÓWNE WYNIKI (2/2)

Centra Aktywności Seniorów to kluczowe narzędzie realizowania polityki senioralnej w ramach PASIOS w Krakowie

Centra Aktywności Seniorów wpisują się w ideę mającą na celu poprawę jakości życia seniorów, w szczególności poprzez aktywizację jak i integrację (wewnątrz- i międzypokoleniową), ale też edukację, aktywność społeczną.

CASy obecne są w każdej dzielnicy Krakowa, jednak nie są jeszcze wyczerpane możliwości dla tworzenia nowych placówek w różnych częściach miasta

CASy pełnią ważną rolę w przeciwdziałaniu samotności seniorów oraz we wzmocnieniu poczucia sensu ich życia. Trzeba zaznaczyć, że nie są to jedyne instytucje działające w Krakowie na rzecz seniorów jednak nie są konkurencyjne, a komplementarne

Oferta CAS jest bezpłatna, obejmuje szereg różnych zajęć edukacyjnych, sportowych, integracyjnych itp  
Można traktować aktywizację osób (stała i systematyczna) jako inwestycję w przedłużenie zdrowego i aktywnego starzenia mieszkańców Krakow

Oferta CAS dostępna jest dla wszystkich osób w wieku 60+ (niezależnie od poziomu wykształcenia, dochodów, miejsca zamieszkania) – inkluzywny charakter

Rekomenduje się kontynuację PASIOS, z jednoczesnym uzupełnieniem oferty o działania skierowane do osób mniej aktywnych (m.in. poprzez działania programu SOWA).

# Spis treści

▪ Wprowadzenie	3
▪ Teoria programu	4
▪ Metodologia	14
▪ Sprawozdanie z realizacji	22
▪ Osoby starsze w Krakowie	28
▪ Ewaluacja PASIOS	43
• Struktura i budżet PASIOS	44
• Edukacja osób starszych	52
• Aktywny i zdrowy tryb życia	64
• Aktywność społeczna promująca integrację wewnątrz i międzypokoleniową	71
• Centra Aktywności Seniora	76
• Partycypacja społeczna osób starszych	107
▪ Rekomendacje	118

# Wprowadzenie

Niniejszy dokument zawiera podsumowanie badania ewaluacyjnego Gminnego Programu Aktywności Społecznej i Integracji Osób Starszych na lata 2015-2020 (PASIOS) Gminy Miejskiej Kraków. Badanie zostało zlecone przez Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa i przeprowadzone przez Centrum Ewaluacji i Analizy Polityk Publicznych Uniwersytetu Jagiellońskiego (CEAPP).

Badania zostały przeprowadzone w okresie od maja do listopada 2019 i miały na celu:

- podsumowanie i ocenę dotychczasowych działań realizowanych w ramach programu PASIOS,
- opracowanie rekomendacji wobec nowego programu miejskiego skierowanego do osób starszych.

**Dokument zawiera:** opis metodologii badawczej (metodologia), sprawozdanie z przeprowadzonych działań badawczych, podsumowanie wyników badań zorganizowane wokół celów głównych i szczegółowych programu oraz rekomendacje.

W ramach **działań badawczych** przeprowadzono szereg wywiadów indywidualnych i zogniskowanych wywiadów grupowych z interesariuszami programu oraz analizę danych zastanych (dokumentów i sprawozdań programu, zbiorów z badań społecznych, treści strony internetowej).

# TEORIA PROGRAMU

# Teoria programu – wprowadzenie

Podstawą przeprowadzonego badania ewaluacyjnego była rekonstrukcja „teorii programu”, czyli zestawu kluczowych założeń (logiki programu) określających cele programu, adresowane problemy społeczne, działania i ich przewidywany wpływ na zakładane cele, założone nakłady i spodziewane rezultaty.

Podstawowe założenia logiki programu definiuje jego tekst uchwalony przez Radę Miasta Krakowa z dnia 4 marca 2015 roku.

Kolejne slajdy definiują:

- cele programu,
- interesariuszy programu (odbiorców, wykonawców i partnerów działań),
- przewidziane działania w programie,
- przyjęte wskaźniki realizacji celów programu.

# Teoria programu – cele programu

Zgodnie z tekstem programu jego celem głównym jest:

*poprawa jakości i poziomu życia starszych mieszkańców Krakowa dla godnego starzenia się poprzez pobudzenie aktywności społecznej seniorów i utworzenie wystandaryzowanej sieci lokalnych Centrów Aktywności Seniorów znajdujących się we wszystkich dzielnicach, tak aby jak najwięcej osób starszych:*

- angażowało się w życie społeczne miasta
- poszerzało swoje horyzonty,
- odczuwało zadowolenie z życia.

Cele szczegółowe programu, według których zorganizowane są działania w programie:

- I. Edukacja osób starszych.
- II. Aktywny i zdrowy tryb życia.
- III. Aktywność społeczna promująca integrację wewnątrz i międzypokoleniową.
- IV. Partycypacja społeczna osób starszych.



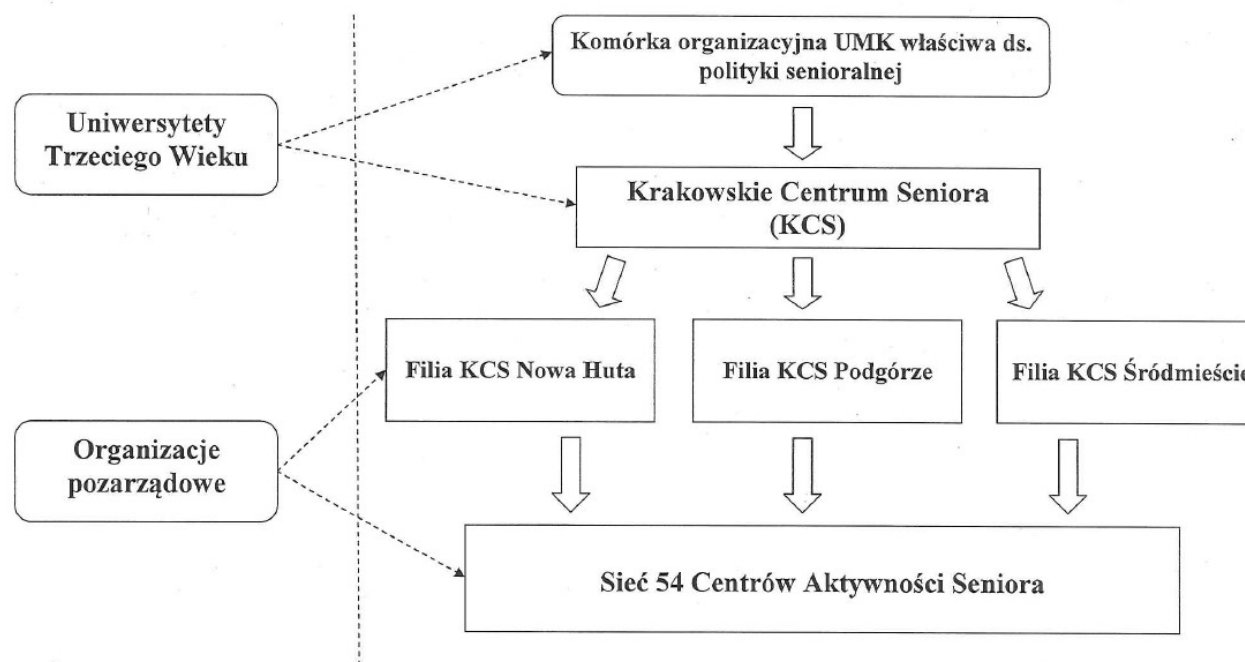
# Teoria programu – interesariusze (1/2)

Na podstawie tekstu programu PASIOS oraz prowadzonych wywiadów zidentyfikowano następujące grupy interesariuszy programu:

- **adresaci programu** (adresaci) – mieszkańcy Gminy Miejskiej Kraków w wieku 60 lat i więcej (dodatkowo w tej grupie należy wyróżnić osoby powyżej 75 roku życia jako adresatów usług związanych z zaawansowaną starością),
- **bezpośredni wykonawcy programu** (wykonawcy) (nazwani w programie siecią podmiotów działających na rzecz aktywności społecznej i integracji osób starszych):
  - Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa ds. Polityki Senioralnej,
  - Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia UMK (Referat Ds. Seniorów),
  - organizacje pozarządowe (NGO) prowadzące Centra Aktywności Seniora (CAS),
  - Krakowskie Centrum Seniora (KCS),
  - Rada Krakowskich Seniorów (RKS),
- **inne organizacje kierujące oferty do krakowskich seniorów** i współpracujące przy realizacji programu (inni) (lista niewyczerpująca):
  - Uniwersytety Trzeciego Wieku (UTW),
  - Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej (ROPS),
  - Krakowskie Biuro Festiwalowe (KBF),
  - kluby seniora przy Polskim Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów (PZERI), filiach miejskich Dziennych Domów Pomocy Społecznej (DPS) i innych instytucji.

## Teoria programu – interesariusze (2/2)

Schemat sieci podmiotów działających na rzecz aktywności społecznej i integracji osób starszych w ramach programu PASIOS (według tekstu programu):



źródło: program PASIOS 2015-2020

# Teoria programu – działania (1/2)

Zgodnie z tekstem programu w jego ramach zaplanowano następujące działania:

Cel szczegółowy	Nazwa działania	Opis planowanych działań
I. Edukacja osób starszych	Letnia Akademia Seniora	Organizacja cyklu spotkań w okresie wakacji połączonych z wykładami na interesujące seniorów tematy.
	e-Akademia Seniora	Organizacja zajęć mających na celu rozwijanie kompetencji seniorów w zakresie technologii informacyjnej.
	Spotkania przy kawie	Organizacja cyklicznych spotkań z ciekawymi ludźmi w Centrach Seniora.
	Informator „Kraków dla seniora”	Prowadzenie miejskiej strony internetowej, przygotowanie informatora i publikacja artykułów w czasopiśmie dla seniorów.
II. Aktywny i zdrowy tryb życia	Miejsca przyjazne seniorom	Organizacja konkursu mającego na celu tworzenie i promowanie miejsc, które są przyjazne dla seniorów (tytuł „Miejsce przyjazne seniorom”).
	Sportowa Akademia Seniora	Organizacja zajęć i imprez sportowych dla seniorów, którzy aktywnie uprawiają różne dyscypliny sportowe.
	Klub Sprawnego Seniora	Organizacja zajęć, podczas których uczestnicy będą m.in. poznawać sposoby radzenia sobie z problemami związanymi ze zmniejszającą się sprawnością fizyczną.

# Teoria programu – działania (2/2)

Zgodnie z tekstem programu w jego ramach zaplanowano następujące działania:

Cel szczegółowy	Nazwa działania	Opis planowanych działań
III. Aktywność społeczna promująca integrację wewnątrz i między-pokoleniową	Centra Aktywności Seniorów	Tworzenie lokalnych Centrów Aktywności Seniora spełniających określone warunki w ramach otwartego konkursu ofert.
	Wspieranie działań mających na celu integrację między-pokoleniową seniorów	Ogłaszanie konkursów ofert dla organizacji pozarządowych, działających na rzecz osób starszych na projekty promujące integrację międzypokoleniową seniorów. Organizacja konkursów dla szkół i placówek oświatowych na najlepsze przedsięwzięcia w zakresie integracji międzypokoleniowej.
	Wspieranie aktywności artystycznej seniorów	Przeгляд rękodzieła artystycznego seniorów.
	Senioralia	Organizacja imprezy mającej na celu prezentację osiągnięć seniorów w różnych dziedzinach i wspólną zabawę.
IV. Partycypacja społeczna osób starszych	Rada Krakowskich Seniorów	Organizacja wyborów i tworzenie warunków do działania Rady Krakowskich Seniorów.
	Wolontariat seniorski	Tworzenie lokalnych centrów wolontariatu seniorów w Centrach Aktywności Seniorów.

# Teoria programu – wskaźniki (1/3)

W tekście programu zdefiniowano szereg wskaźników realizacji programu:

Wskaźniki ogólne obejmowały:

- **aktywność społeczną** osób starszych (minimum 30%) wyliczaną jako odsetek osób starszych korzystających z programu wobec ogółu seniorów w Krakowie
- **aktywność wolontaryjną** osób starszych (minimum 30%) wyliczaną jako odsetek osób starszych zaangażowanych w realizację programu jako wolontariusze wobec seniorów korzystających z programu,
- **udział własny NGO** (minimum 10%) wyliczaną jako odsetek wkładu własnego NGO wobec wysokości udzielonej przez gminę dotacji,
- **zaangażowanie dotacyjne GMK** (minimum 80%) wyliczaną jako odsetek wysokości dotacji GMK wobec całkowitego kosztu programu.

Dodatkowo cel główny programu przewidywał „sieci lokalnych CAS znajdujących się we wszystkich dzielnicach”, a wskazywane efekty programu (bez definicji sposobu pomiaru):

- odsetek osób starszych **zaangażowanych w życie społeczne miasta**,
- odsetek osób starszych **poszerzających swoje horyzonty**,
- odsetek osób starszych **odczuwających zadowolenie z życia**.

W ramach badania ewaluacyjnego **doprecyzowano sposób pomiaru tych wskaźników** na podstawie badań społecznych i dostępnych danych o zaangażowaniu seniorów w życie społeczne.

## Teoria programu – wskaźniki (2/3)

W tekście programu do poszczególnych działań przyporządkowano mierniki i produkty realizacji celów:

Cel szczegółowy	Nazwa działania	Mierniki i produkty realizacji celów
I. Edukacja osób starszych	Letnia Akademia Seniora	Organizowanie corocznie w okresie wakacji zajęć dla minimum 40 osób.
	e-Akademia Seniora	Przygotowanie rocznie minimum 216 seniorów (po min. 12 osób z każdej dzielnicy) do korzystania z komputera i Internetu.
	Spotkania przy kawie	Organizacja corocznie minimum 12 spotkań.
	Informator „Kraków dla seniora”	Aktualizowana na bieżąco strona internetowa. Liczba rozdanych seniorom informatorów, ulotek. Liczba artykułów i informacji zamieszczonych w czasopismach.
II. Aktywny i zdrowy tryb życia	Miejsca przyjazne seniorom	Coroczna organizacja konkursu, w którym wyłaniane będą podmioty prowadzące różnorodną działalność w miejscach, które są dostępne i przyjazne osobom starszym.
	Sportowa Akademia Seniora	Coroczna organizacja mistrzostw o Puchar PMK. Liczba seniorów corocznie uczestniczących w zawodach sportowych.
	Klub Sprawnego Seniora	Liczba seniorów corocznie uczestniczących w zajęciach.

## Teoria programu – wskaźniki (3/3)

W tekście programu do poszczególnych działań przyporządkowano mierniki i produkty realizacji celów:

Cel szczegółowy	Nazwa działania	Mierniki i produkty realizacji celów
III. Aktywność społeczna promująca integrację wewnątrz i między-pokoleniową	Centra Aktywności Seniorów	Utworzenie do roku 2020 minimum trzech standardowych Centrów w każdej dzielnicy.
	Wspieranie działań mających na celu integrację między-pokoleniową seniorów	Realizacja minimum 5 projektów rocznie.
	Wspieranie aktywności artystycznej seniorów	Organizacja corocznego przeglądu dorobku artystycznego seniorów.
	Senioralia	Organizacja corocznie jednej imprezy na wiosnę.
IV. Partycypacja społeczna osób starszych	Rada Krakowskich Seniorów	Liczba posiedzeń RKS w danym roku. Liczba posiedzeń zespołów tematycznych RKS w danym roku.
	Wolontariat seniorski	Liczba wolontariuszy pozyskanych w danym roku. Liczba utworzonych centrów wolontariatu.

# METODOLOGIA



# Metodologia – kryteria ewaluacyjne (1/2)

Na potrzeby oceny programu zdefiniowano następujące kryteria ewaluacyjne i przyporządkowane im pytania badawcze:

## Kryterium skuteczności

Główne pytanie badawcze: *w jakim stopniu zrealizowano cele programu?*

Szczegółowe pytania badawcze to:

- W jakim stopniu zrealizowane cele główne i szczegółowe programu?
- Czy osiągnięto założone w programie wskaźniki rezultatu?
- Czy zrealizowano założone w programie działania?

## Kryterium użyteczności

Główne pytanie badawcze: *w jakim stopniu rzeczywiste efekty programu są zgodne z potrzebami odbiorców?*

Szczegółowe pytania badawcze to:

- Jak odbiorcy działań programu je oceniają?
- Jak odbiorcy oceniają działania CAS, RKS?
- Jak wykonawcy oceniają organizację programu?

# Metodologia – kryteria ewaluacyjne (2/2)

Na potrzeby oceny programu zdefiniowano następujące kryteria ewaluacyjne i przyporządkowane im pytania badawcze:

## Kryterium trafności

Główne pytanie badawcze: *w jakim stopniu cele programu są zgodne z potrzebami jego odbiorców?*

Szczegółowe pytania badawcze to:

- W jakim stopniu program realizuje priorytetowe potrzeby krakowskich seniorów w zakresie aktywności i integracji?
- Jakie braki w ofercie dla seniorów w zakresie aktywności i integracji można zidentyfikować?
- Jak realizacja celów szczegółowych programu przekłada się na cel główny – poprawę jakości i poziomu życia krakowskich seniorów oraz problem osamotnienia i sensu życia?

## Kryterium efektywności

Główne pytanie badawcze: *w jakim stopniu program efektywnie realizuje swoje cele z wykorzystaniem przeznaczonych na niego zasobów?*

Szczegółowe pytania badawcze to:

- Jakich zasobów brakuje wykonawcom do realizacji celów?
- Jak lepiej można wykorzystywać zasoby do realizacji celów?
- Jakie rozwiązania organizacyjne i administracyjne pomogłyby lepiej realizować cele programu?

# Metodologia – metody badawcze (1/5)

W ramach badania ewaluacyjnego zaplanowano wykorzystanie następujących metod badawczych:

## Pogłębione wywiady indywidualne (IDI)

Scenariusze IDI różniły się w zależności od grupy badawczej:

- wywiady z beneficjentami programu koncentrowały się na ocenie oferty PASIOS (kryterium użyteczności),
- wywiady z przedstawicielami wykonawców programu (NGO, UMK) koncentrowały się na ocenie funkcjonowania programu, zakresu realizacji założonych celów, rekomendacjach wobec jego usprawnienia i oceny jego spójności z potrzebami seniorów (kryterium skuteczności, efektywności i trafności),
- wywiady z przedstawicielami innych instytucji (ROPS, KBF, DPS, PZERiI, rady dzielnic) koncentrowały się na diagnozie potrzeb seniorów (kryterium trafności).
- wywiady z seniorami nieaktywnymi koncentrowały się na diagnozie potrzeb tych grup (kryterium trafności).

# Metodologia – metody badawcze (2/5)

W ramach badania ewaluacyjnego zaplanowano wykorzystanie następujących metod badawczych:

## Zogniskowane wywiady grupowe (FGI)

Scenariusze FGI różniły się w zależności od grupy badawczej:

- FGI z członkami CAS koncentrowały się na ocenie oferty CAS (kryterium użyteczności),
- FGI z seniorami korzystającymi z oferty innych instytucji koncentrowały się na diagnozie potrzeb tej grupy i spójności jej potrzeb z programem (kryterium trafności).
- FGI z seniorami nieaktywnymi koncentrowały się na diagnozie potrzeb tej grupy i spójności jej potrzeb z programem (kryterium trafności).

## Ankiety (PAPI)

- Ankieta samowypełnialna i dystrybuowana wśród członków CAS. Zawierała pytania otwarte i zamknięte, koncentrowała się na ocenie oferty oraz wskazaniu ewentualnych braków (kryterium użyteczności).

# Metodologia – metody badawcze (3/5)

W ramach badania ewaluacyjnego zaplanowano wykorzystanie następujących metod badawczych:

## **Analiza danych zastanych (ADZ)**

Zaplanowano szereg analiz danych zastanych:

- analizę sprawozdań z realizacji programu (kryterium skuteczności),
- analizę harmonogramów CAS (kryterium trafności, skuteczności),
- analizę wskaźników realizacji programu (kryterium skuteczności),
- analizę wyników badań społecznych „Barometr Krakowski” dotyczących aktywności społecznej seniorów, jakości i warunków życia, zainteresowania ofertą CAS i innych instytucji, aktywności fizycznej, stanu zdrowia seniorów (kryterium trafności),
- analizę wyników ankiet realizowanych wśród członków CAS (kryterium użyteczności),
- analizę wydatków na program (kryterium skuteczności).

# Metodologia – metody badawcze (4/5)

Poniższa tabela prezentuje zestawienie metod badawczych i związanych z nimi grup badawczych:

Grupa i obiekty badawcze	Grupa interesariuszy	IDI	FGI	PAPI	ADZ
ogół krakowskich seniorów	adresaci	✓	✓		✓
CAS – koordynatorzy (organizacje pozarządowe)	wykonawcy	✓			
CAS – seniorzy	adresaci	✓	✓	✓	
CAS – oferta programowa	wykonawcy				✓
seniorzy nieaktywni	adresaci	✓	✓		✓
seniorzy korzystający z oferty innych instytucji	adresaci		✓		✓
Krakowska Rada Seniorów	wykonawcy	✓			
Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa ds. Polityki Senioralnej	wykonawcy	✓			
Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia UMK (Referat Ds. Seniorów)	wykonawcy	✓			
Rada Krakowskich Seniorów (RKS)	wykonawcy	✓			
przedstawiciele instytucji z ofertą dla seniorów	inni	✓			

# Metodologia – metody badawcze (5/5)

Poniższa tabela prezentuje wykorzystanie metod badawczych do oceny programu zgodnie z poszczególnymi kryteriami ewaluacyjnymi:

Kryterium ewaluacyjne	Metody i grupy badawcze
kryterium skuteczności	analiza sprawozdań z realizacji działań w programie, analiza wskaźników realizacji programu, IDI z przedstawicielami grupy wykonawców (CAS, KRS, RKS, UMK)
kryterium użyteczności	IDI i FGI z seniorami uczestniczącymi w działaniach CAS, IDI z przedstawicielami Krakowskiej Rady Seniorów, analiza wyników ankiet wśród członków CAS, analiza wyników badań społecznych
kryterium trafności	IDI i FGI z seniorami uczestniczącymi w działaniach CAS i innych instytucji z ofertą dla seniorów, analiza wyników badań społecznych obejmujących ogół seniorów w Krakowie, IDI z przedstawicielami instytucji z ofertą dla seniorów, analiza oferty programowej CAS w zestawieniu z potrzebami seniorów
kryterium efektywności	analiza realizacji budżetu programu, IDI z przedstawicielami grupy wykonawców (CAS, KRS, RKS, UMK, ROPS)

# SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI



# Sprawozdanie z realizacji – wywiady (IDI) (1/2)

Przeprowadzono pogłębione wywiady indywidualne (IDI) z interesariuszami:

Lp.	Kategoria interesariuszy	Organizacja
1.	Wykonawca Programu	Rada Krakowskich Seniorów
2.	Wykonawca Programu	Rada Krakowskich Seniorów
3.	Wykonawca Programu	Rada Krakowskich Seniorów
4.	Wykonawca Programu	Koordynator CAS
5.	Wykonawca Programu	Koordynator CAS
6.	Wykonawca Programu	Koordynator CAS
7.	Wykonawca Programu	Koordynator CAS
8.	Wykonawca Programu	Koordynator CAS
9.	Wykonawca Programu	Koordynator CAS
10.	Wykonawca Programu	Koordynator CAS
11.	Inne organizacje	Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej
12.	Inne organizacje	Nowohucka Akademia Seniora
13.	Inne organizacje	Polski Komitet Pomocy Społecznej

## Sprawozdanie z realizacji – wywiady (IDI) (2/2)

Przeprowadzono pogłębione wywiady indywidualne (IDI) z następującymi osobami:

Lp.	Kategoria interesariuszy	Organizacja
14.	Inne organizacje	Uniwersytet Trzeciego Wieku
15.	Wykonawca Programu	Krakowskie Centrum Seniora
16.	Wykonawca Programu	Krakowskie Centrum Seniora
17.	Inne organizacje	Krakowskie Biuro Festiwalowe
18.	Wykonawca Programu	Referat ds. Seniorów, Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia
19.	Wykonawca Programu	Referat ds. Seniorów, Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia
20.	Adresat programu	Seniorka nieaktywna (65+)
21.	Adresat programu	Małżeństwo seniorów nieaktywnych (80+)
22.	Inne organizacje	Rada Dzielnicy Miasta Krakowa

*UWAGA! Niektóre osoby pełniły podwójne role działając w dwóch organizacjach/instytucjach, ze względu na gwarancję anonimowości przez Zespół prowadzący badania tylko jedna, podana jako pierwsza przez respondenta organizacja jest tutaj zaprezentowana.*

# Sprawozdanie z realizacji – wywiady (FGI) (1/2)

Przeprowadzono 3 zogniskowane wywiady grupowe z adresatami programu:

- grupa członków Centrów Aktywności Seniora - przedstawiciele poszczególnych CAS:
  - CAS # 1,
  - CAS # 2,
  - CAS # 3,
  - CAS # 4,
  - CAS # 5,
  - CAS # 6.
- grupa seniorów uczestnicząca w zajęciach innych instytucji - przedstawiciele działań:
  - Inicjatywy działającej w jednej z instytucji publicznej na terenie Krakowa od minimum 10 lat,
  - dwóch UTW działających na terenie Krakowa,
  - organizacji pozarządowej biorącej udział w działania Miasta Krakowa (nie powiązanej z programem PASIOS),
  - dwóch klubów seniorów, ośrodek wspierający osoby starsze.
- seniorzy nieuczestniczący w zajęciach żadnej z instytucji (nieaktywni seniorzy).

W sumie w wywiadach grupowych wzięło udział łącznie 18 osób.

## Sprawozdanie z realizacji – wywiady (FGI) (2/2)

Przeprowadzono także warsztaty z seniorami w ramach zajęć Letniej Akademii Lidera. W ramach pracy warsztatowej poruszone zostały kwestie związane z:

- oceną aktywności realizowanych w ramach PASIOS
- problemami **nieaktywnych seniorów** (dot. przestrzeni publicznej, życia społecznego, kwestii zdrowotnych, pomocy w życiu codziennym);
- problemami **komunikacyjnymi** z seniorami
- **zagrożeniami** potencjalnie występującymi dla osób starszych.

Seniorzy zgromadzeni na warsztatach **pracowali w grupach** nad zaproponowaniem rozwiązań zdiagnozowanych przez nich problemów/wyzwań.

Warsztaty przeprowadzono 13 sierpnia 2019 roku.

Wzięło w nich udział ok. **30 seniorów**.

## Sprawozdanie z realizacji – ankiety (PAPI)

W badaniu ewaluacyjnych wykorzystane dane z badania sondażowego przeprowadzonego wśród członków Centrum Aktywności Seniorów.

Ankiety samowypełnialne zawierały **pytania zamknięte** dotyczące:

- oceny kanałów komunikacji z uczestnikami CAS,
- oceny prowadzonych działań przez CAS,
- stopnia satysfakcji w związku z uczestnictwem w CAS.

Ankiety zawierały również **pytania otwarte**, gdzie członkowie CAS mogli wypowiedzieć się na temat tego:

- jak oceniają poszczególne aspekty funkcjonowania CAS,
- co należałoby dodać, zmienić czy poprawić by CAS były lepiej dostosowane do potrzeb krakowskich seniorów.

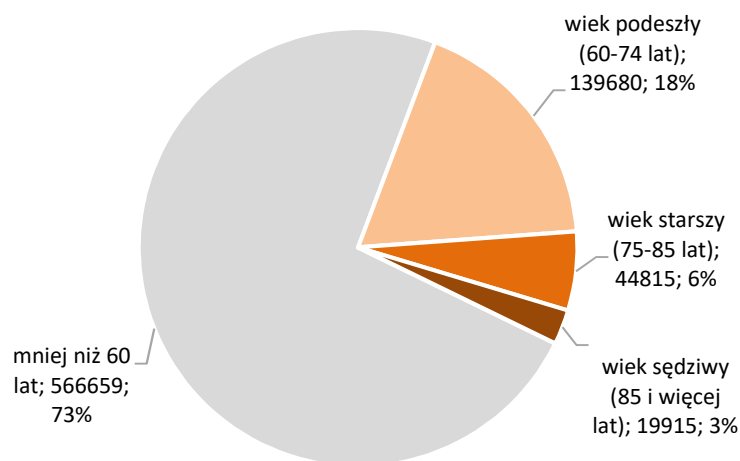
Ankieta objęła 19 CAS z różnych dzielnic Krakowa. Wzięło w niej udział 583 członków CAS.

## **OSOBY STARSZE W KRAKOWIE**

Kontekst realizacji programu oraz ocena trafności jego założeń.

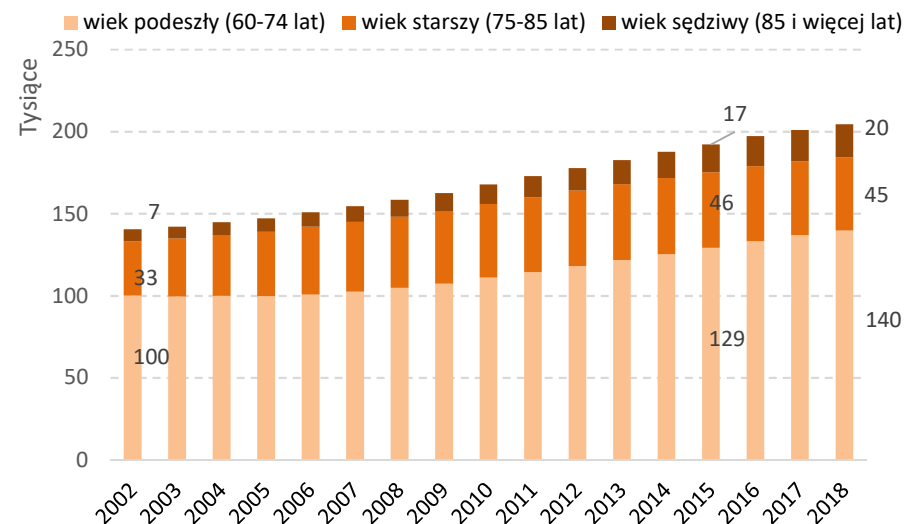
# Sytuacja demograficzna

## Udział osób starszych w populacji mieszkańców Krakowa (2018)



źródło: Bank Danych Lokalnych GUS

## Liczba osób starszych w populacji mieszkańców Krakowa (tysiące)



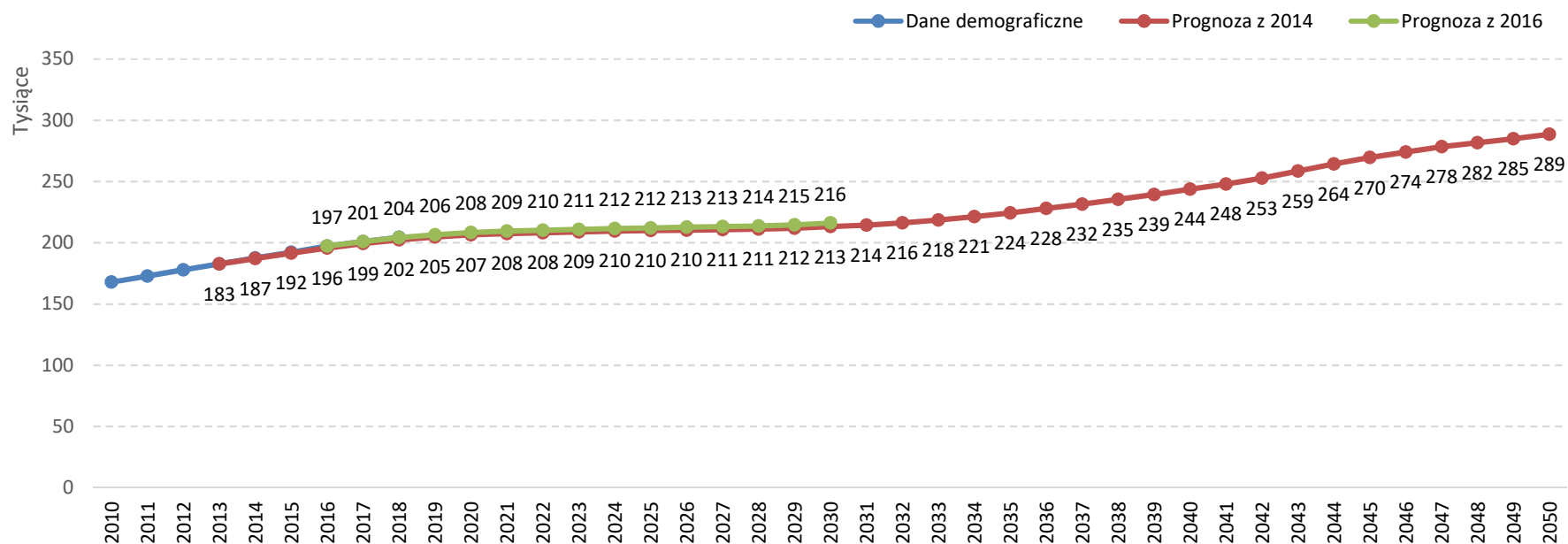
źródło: Bank Danych Lokalnych GUS

Osoby w wieku 60 lat i starsze stanowią 27% ogółu mieszkańców Krakowa. Blisko co piąty mieszkaniec Krakowa jest w wieku podeszłym (60-74 lat, 18%), a co dziesiąty w wieku starszym lub sędziwym (75 lat i więcej lat).

Od roku 2002 liczba osób starszych w Krakowie wzrosła o blisko 64 tysiące osób. Od początku funkcjonowania programu PASIOS (2015) liczba ta wzrosła o 12 tysięcy osób.

# Prognozy demograficzne

## Prognozy demograficzne dla Krakowa - osoby 60 lat i więcej (GUS)



źródło: Bank Danych Lokalnych GUS, „Prognoza ludności gmin na lata 2017-2030” GUS

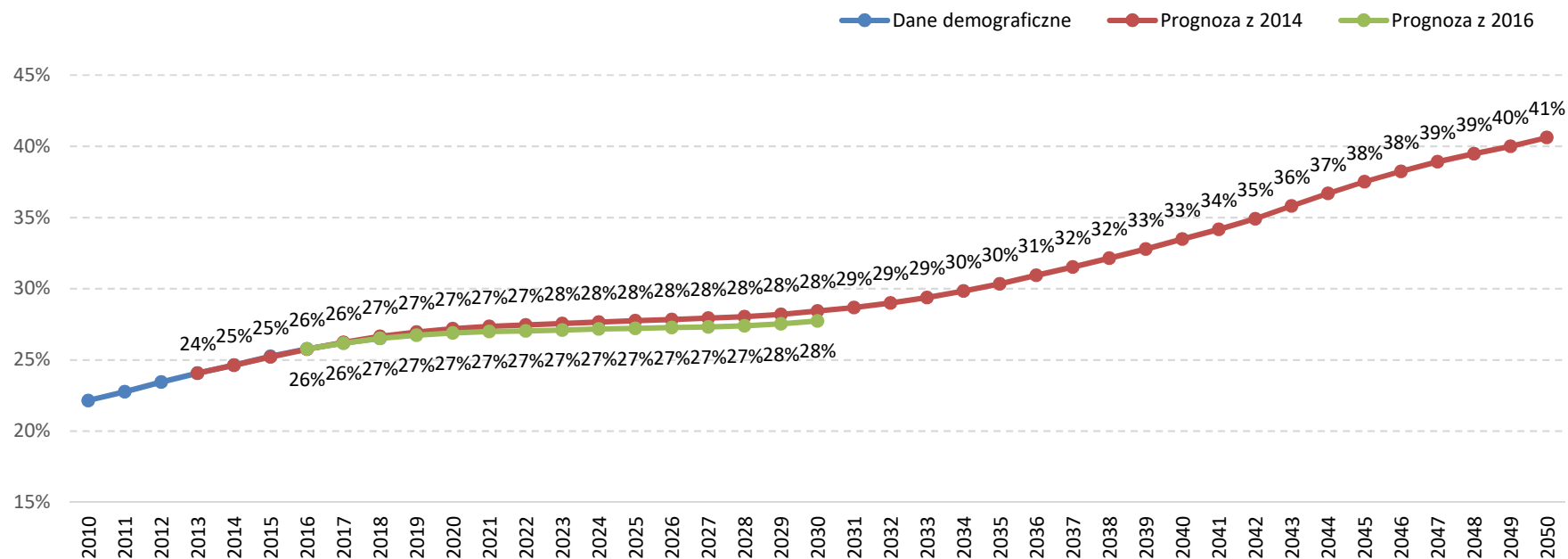
Zgodnie z prognozami demograficznymi GUS liczba osób 60 lat i więcej w Krakowie będzie **systematycznie wzrastać**. Między rokiem 2019 a 2025 (przypuszczalny okres programowania kolejnego programu) **wzrośnie o 7790 osób**.

Według prognoz GUS do roku 2050 liczba osób starszych w Krakowie wzrośnie do 289 tysięcy osób.



# Prognozy demograficzne

## Udział osób powyżej 60 roku życia wśród mieszkańców Krakowa

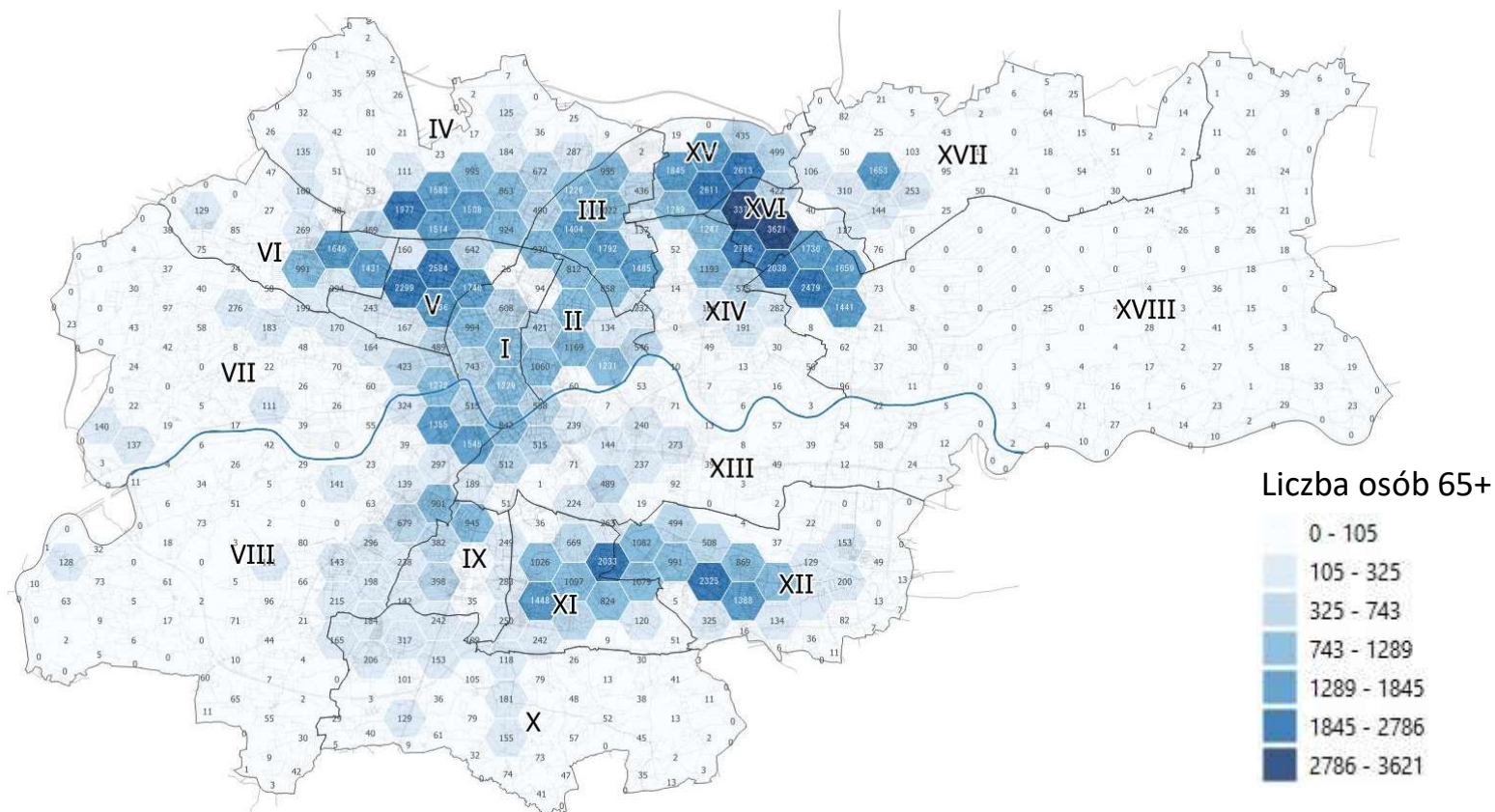


źródło: Bank Danych Lokalnych GUS, „Prognoza ludności gmin na lata 2017-2030” GUS

Wobec spadającej (prognoza z 2014) lub stabilizującej się (prognoza z 2016) populacji Krakowa udział osób starszych w ogóle populacji mieszkańców Krakowa będzie wzrastać.

Według prognoz udział ten w 2030 będzie wynosił 28%, a w 2050 41%.

# Sytuacja demograficzna

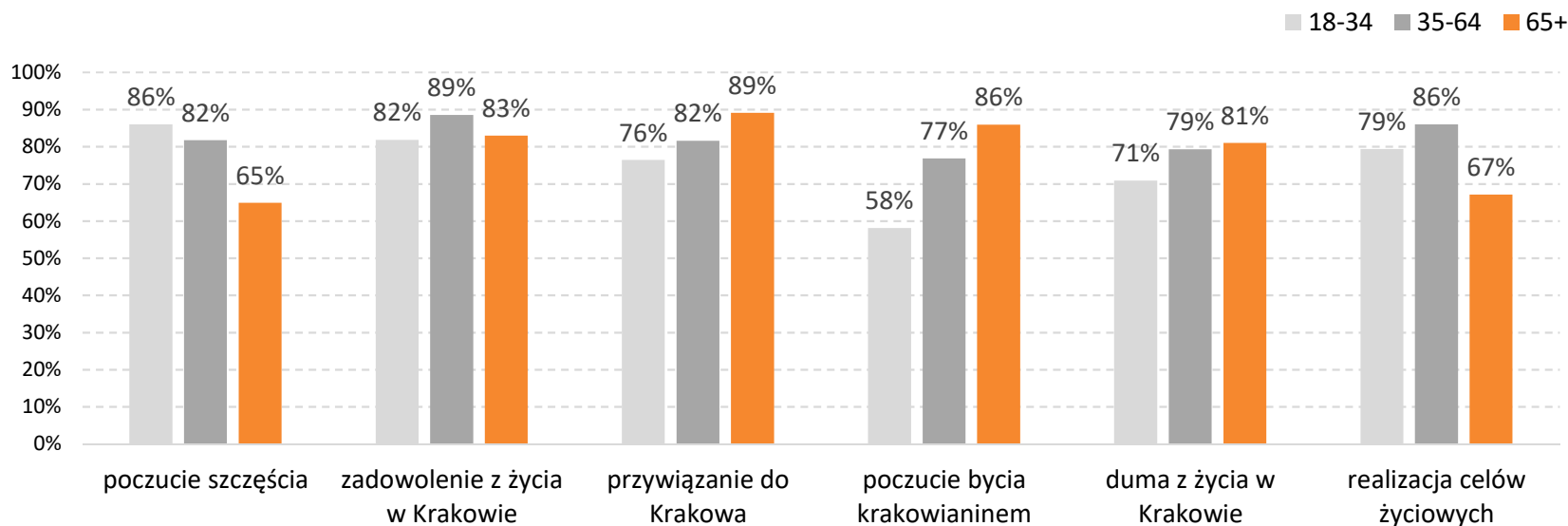


źródło: dane własne Urzędu Miasta Krakowa

Rozmieszczenie osób starszych na terenie Krakowa **nie jest równomierne**. Największa koncentracja osób w wieku 65 lat i więcej znajduje się na obszarach Dzielnicy XVI Bieńczyce, Dzielnicy XVII Nowa Huta (obszar tzw. „starej Nowej Huty”), Dzielnicy V Krowodrza, Dzielnicy XI Podgórze Duchackie i Dzielnicy XII Bieżanów-Prokocim.

# Ocena jakości życia osób starszych

## Zadowolenie i związek z Krakowem



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

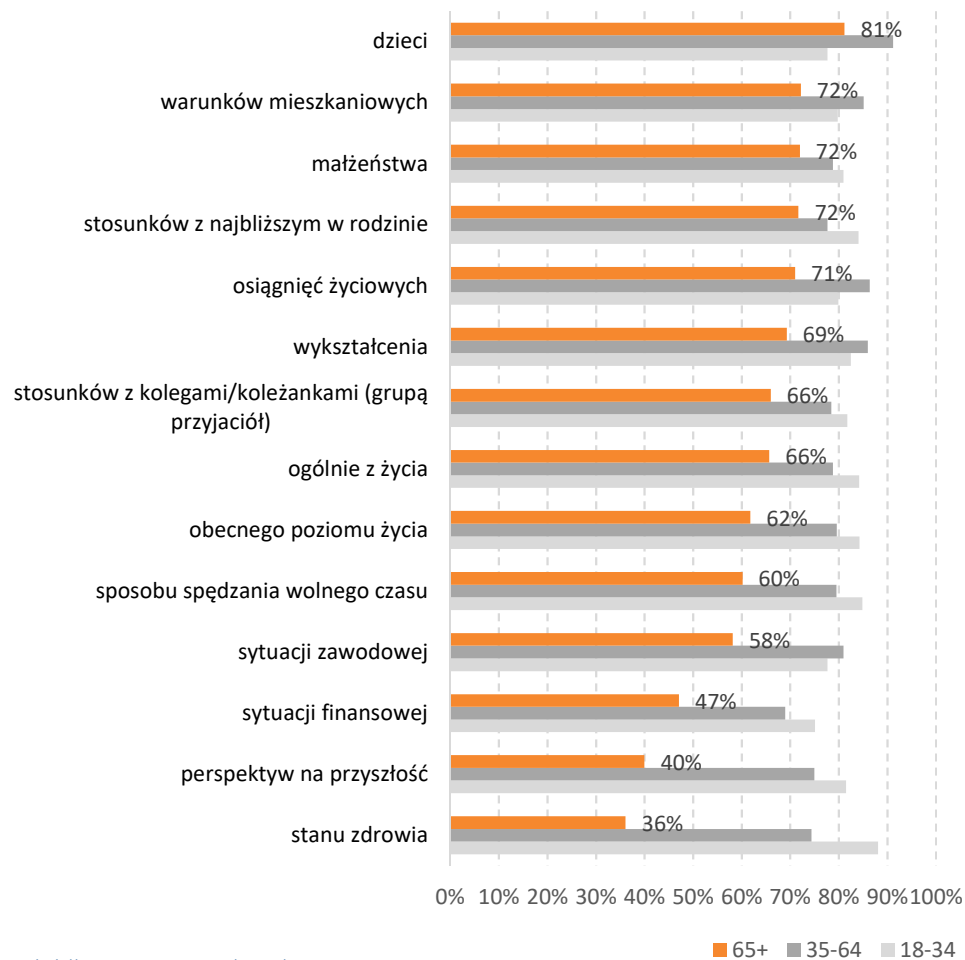
Osoby starsze rzadziej od pozostałych grup wiekowych oceniają swoje życie jako szczęśliwe (65%).

Zadowolenie z życia w Krakowie oraz duma z miasta osób starszych jest porównywalne z innymi grupami wiekowymi (83%; 81%). Jednocześnie grupa ta rzadziej wskazuje na to, że Kraków umożliwi im realizację celów życiowych (67%). Działania w ramach PASIOS mogą pomóc wypełnić tę lukę i wpływać na poczucie sensu i jakości życia.

Osoby starsze częściej deklarują przywiązanie do Krakowa (89%), poczucie bycia krakowianinem lub krakowianką (86%).

# Zadowolenie z życia

## Zadowolenie z życia (pozytywne odpowiedzi)



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

We wszystkich aspektach osoby starsze **gorzej** oceniają swoje zadowolenie z życia niż osoby młodsze.

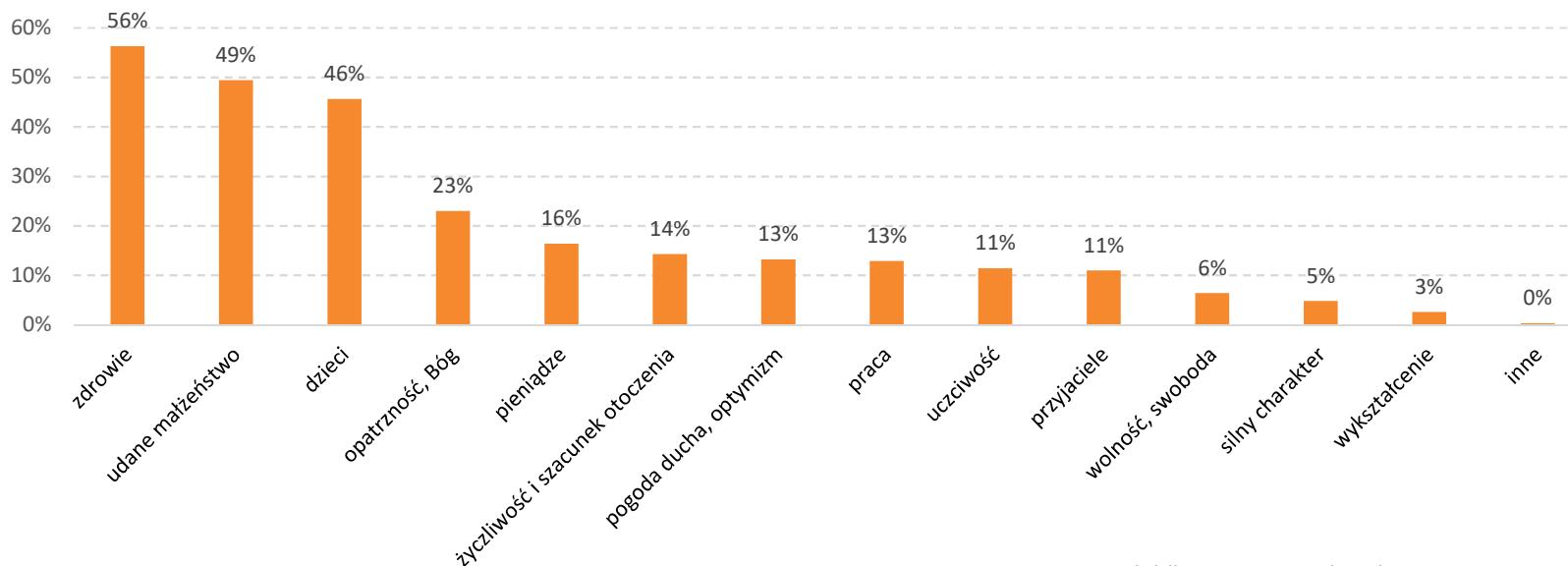
Pozytywnie swoje życie ocenia 66% osób starszych.

Osoby starsze najlepiej oceniają swoje relacje z dziećmi (81%), warunki mieszkaniowe (72%) oraz małżeństwo (72%).

Osoby starsze najgorzej oceniają swój stan zdrowia (36%), perspektywy na przyszłość (40%) oraz sytuację finansową (47%).

# Priorytety osób starszych

Co uważa Pan(i) za najważniejszy warunek udanego, szczęśliwego życia?  
(osoby 65 lat i więcej)



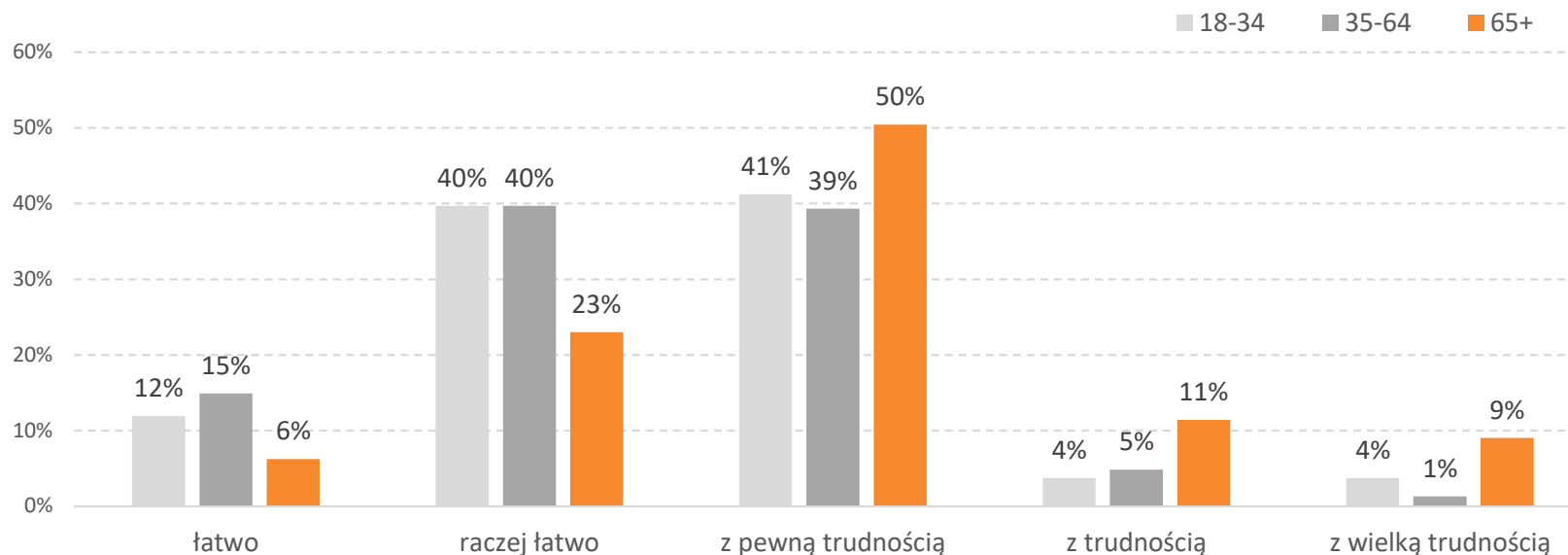
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Respondenci w badaniu Barometr Krakowski 2018 byli pytani o to, co uważają za najważniejszy warunek udanego, szczęśliwego życia.

Osoby starsze najczęściej wskazywały zdrowie (56%), udane małżeństwo (49%), dzieci (46%) oraz opatrność, Boga (23%).

# Sytuacja finansowa osób starszych

Czy przy aktualnym dochodzie netto (na rękę) Pana(i) gospodarstwo domowe „wiąże koniec z końcem”?



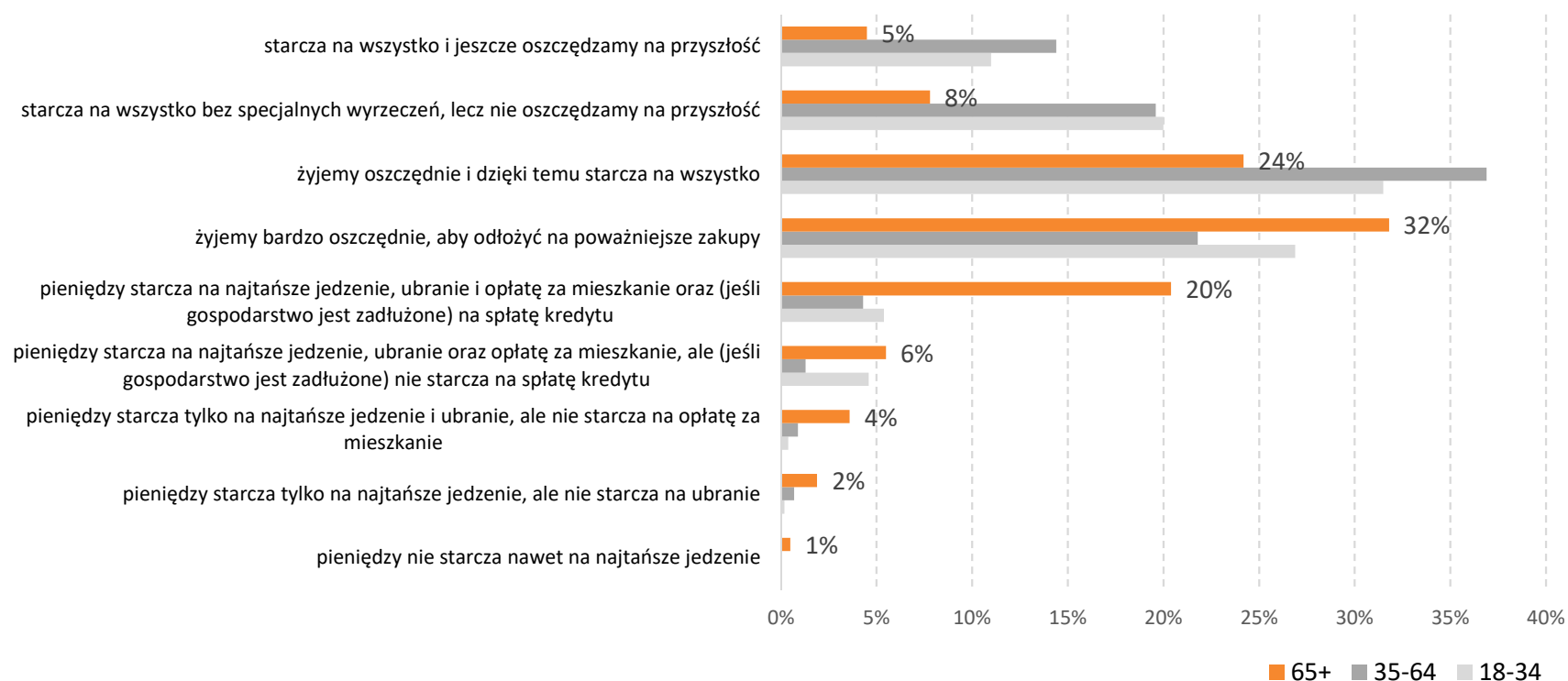
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Osoby starsze w Krakowie częściej deklarują, że z trudnością „wiążą koniec z końcem” (71%).

Skrajne odpowiedzi („z trudnością” oraz „z wielką trudnością”) deklaruje co piąta osoba starsza (20%).

# Sytuacja finansowa osób starszych

Która odpowiedź najlepiej oddaje sytuację finansową Pana(i) gospodarstwa domowego?



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Na trudną sytuację finansową wskazuje 12% osób starszych w Krakowie (od kategorii „nie starcza na spłatę kredytu” do tych sugerujących trudniejszą sytuację finansową).

# Priorytety rozwoju miasta według osób starszych

## Priorytety dla władz miasta (65 lat i więcej)



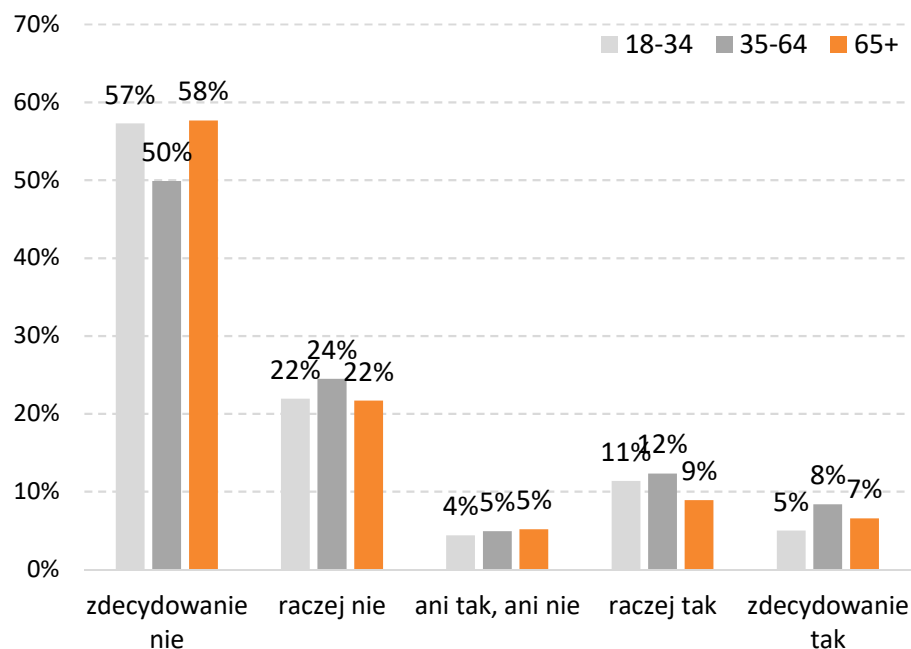
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

W badaniu Barometr Krakowski 2018 respondentów pytano o to, co powinno być priorytetem dla władz miasta w jego rozwoju. Osoby starsze wskazywały czystość powietrza (51%), koszty życia w Krakowie (36%), dostęp i jakość usług medycznych w Krakowie (35%) oraz łatwość przemieszczania się po Krakowie (21%).

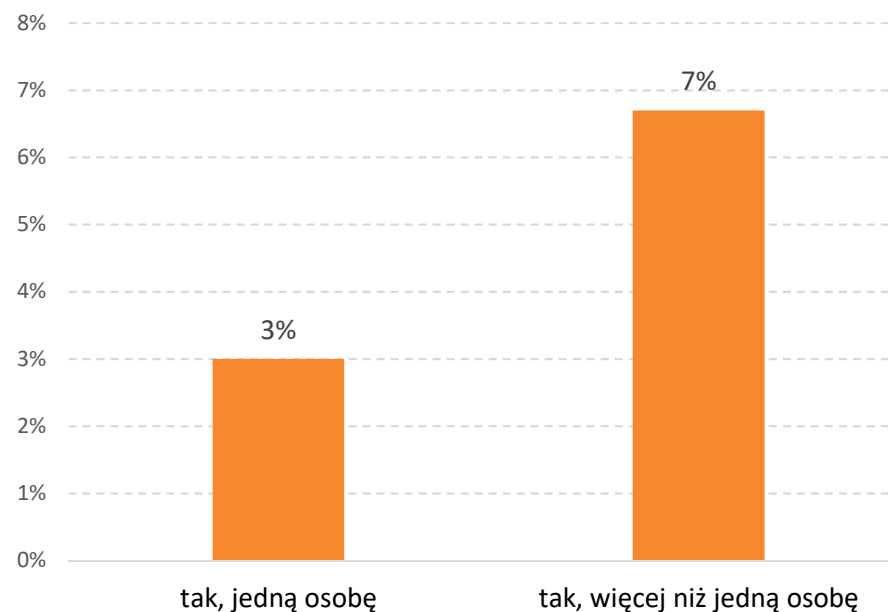


# Poczucie dyskryminacji osób starszych

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy w Krakowie zdarzyło się, że ktoś Panią/Pana lub kogoś bliskiego gorzej potraktował?



Czy zna Pan(i) osobiście jakąś osobę(y), która w ciągu ostatnich 12 miesięcy została w Krakowie gorzej potraktowana ze względu na wiek?



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

W Barometrze Krakowskim 2018 respondentów pytano o doświadczenie gorszego traktowania (dyskryminacji). Wśród osób starszych 16% zadeklarowało, że miało takie doświadczenie (nie pytano o powód tego traktowania). Jednocześnie pytano o to, czy respondenci znają kogoś traktowanego gorzej ze względu na wiek – 10% wskazało, że zna przynajmniej jedną taką osobę.

## Podsumowanie kontekstu realizacji Programu (1/2)

- Osoby starsze to rosnąca w liczbie i udziale w ogólnej populacji grupa mieszkańców Krakowa o określonych dla swojego wieku potrzebach i wymaganiach wobec usług publicznych;
- Biorąc pod uwagę prognozy demograficzne Program zainicjowano w kluczowym momencie dla rozwoju miasta (rosnąca liczba osób starszych będzie **wymagała od władz miasta rozwoju usług publicznych do nich skierowanych**); profilaktyka aktywności osób starszych realizowana w ramach programu może być traktowana jako **długotrwała inwestycja w przyszłość Krakowa**;
- Badania społeczne pokazują, że przynależność do grupy wiekowej najsilniej determinuje sytuację życiową mieszkańców Krakowa; **osoby starsze** częściej narażone są na osamotnienie, wykluczenie z życia społecznego, trudniejszą sytuację finansową; jednocześnie w związku ze swoim wiekiem kluczowa dla nich jest profilaktyka zdrowotna;
- Program PASIOS adresuje **wybrane potrzeby osób starszych związane z aktywizacją i integracją**; realizacja pozostałych potrzeb leży w gestii innych jednostek miejskich i organizacji innych programów

## Podsumowanie kontekstu realizacji Programu (1/2)

- Program PASIOS definiuje swój cel główny jako *poprawa jakości i poziomu życia starszych mieszkańców Krakowa dla godnego starzenia się* i przyczynia się przede wszystkim do szeroko rozumianej kwestii nadania sensu życia seniorów.
- Działania programu PASIOS skoncentrowane są na aktywizacji i integracji społecznej osób starszych i skupiają się w głównej mierze na tych dwóch zadaniach, wypełniając tym samym lukę w dotychczas prowadzonej polityce senioralnej w Krakowie.
- Definiując cel główny programu jako *poprawa jakości i poziomu życia*, należy uznać jego założenia za trafne – program **bezpośrednio odpowiada na istotne potrzeby osób starszych** w Krakowie (osamotnienie, wykluczenie społeczne, wykluczenie z części usług publicznych) oraz poprzez profilaktykę zdrowotną i aktywność społeczną wpływa **pośrednio na sytuację zdrowotną osób starszych**.
- Istotne jest też **skoordynowanie działań programu z innymi politykami senioralnymi** poprzez wzajemne uzupełnianie działań podejmowanych przez różne instytucje publiczne (np. działania opiekuńcze prowadzone przez ROPS czy domy opieki społecznej).

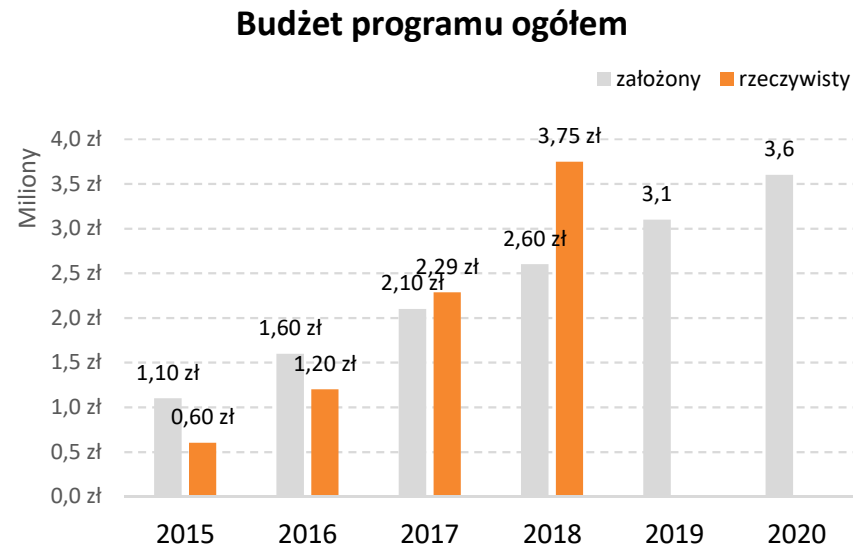
*Z mojej perspektywy warto, żeby CASy były tylko elementem większej całości. Ja widzę kolejną edycję PASIOSa w nieco szerszej formule, w taki sposób, żeby ona też była w większym stopniu zbieżna ze strategiami, które są na poziomie regionalnym i na poziomie krajowym. Strategie regionalne i krajowe nie są tak wąsko projektowane czy profilowane na seniorów aktywnych, po to żeby tworzyć im ofertę spędzania czasu wolnego w sposób twórczy, tylko są szerzej projektowane – na seniorów w różnym wieku i w różnej kondycji. Kraków powinien spojrzeć na swoje dokumenty, żeby one były zbieżne z konstrukcją strategii na innych szczeblach, potem łatwiej będzie realizować działania, jeśli one będą zbieżne z innymi jednostkami samorządu czy jednostkami państwowymi (IDI)*

# PASIOS

Ocena programu. Wyniki oraz wnioski

# Struktura i budżet PASIOS

## Realizacja budżetu programu

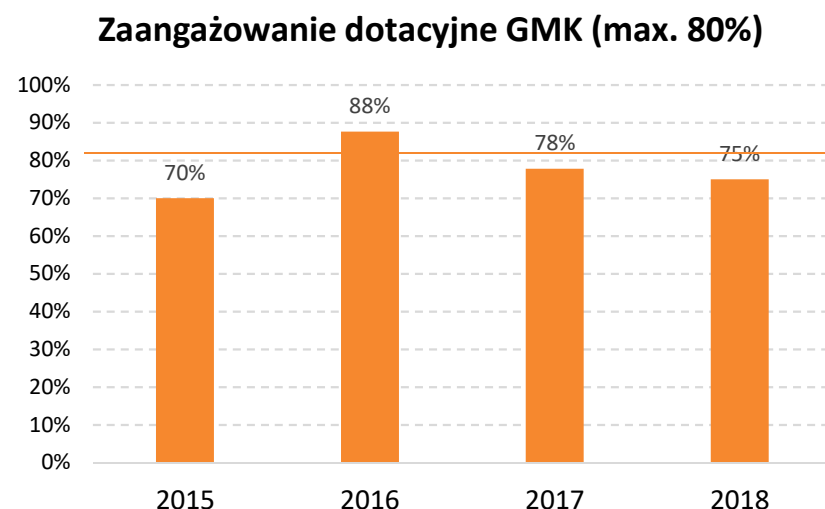
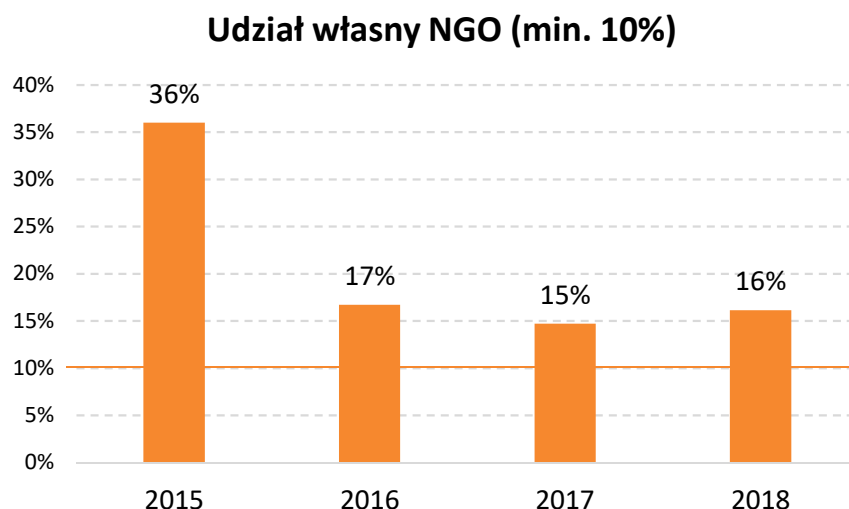


źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

Suma kosztów realizacji programu w latach 2015-2018 **przekracza założony w tekście programu budżet o ok. 436 tys. złotych** (6% więcej niż zakładano). W pierwszych latach jego realizacji budżet programu był mniejszy niż zakładano (2015-2016), a następnie w roku 2017 i 2018 nastąpił jego wzrost wobec pierwotnych założeń.

Oznacza to, że programowi zapewniono **stabilne rosnące w czasie finansowanie** umożliwiające rozszerzanie realizowanych działań.

## Realizacja budżetu programu



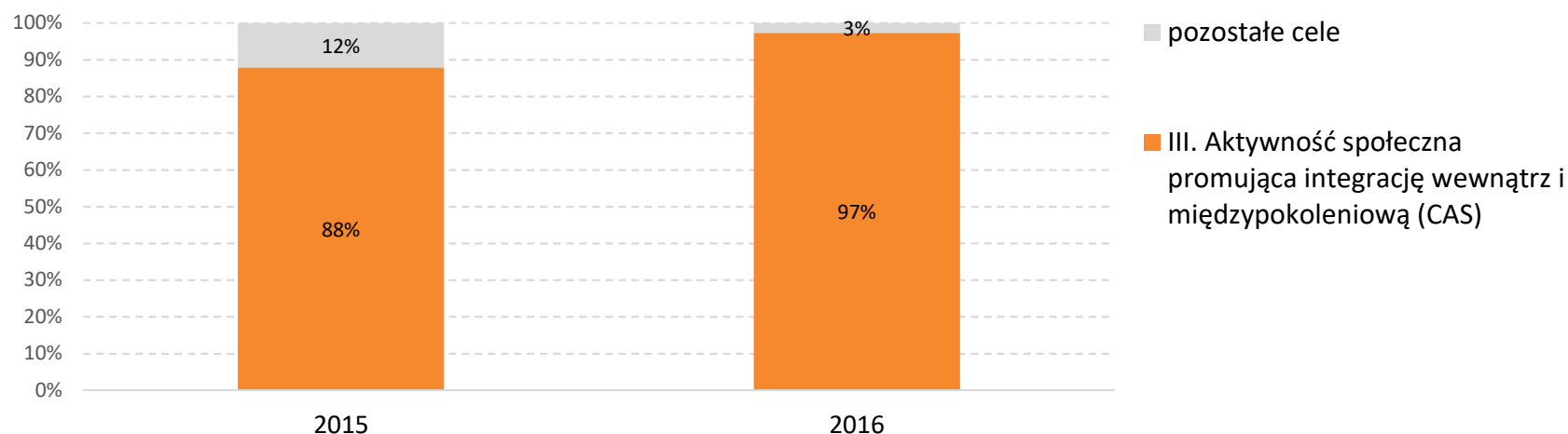
źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

Dla realizacji programu przyjęto m.in. dwa wskaźniki dotyczące udziału własnego w kosztach organizacji pozarządowych (minimum 10%, w tym 2% wkład finansowy i 8% rzeczowy) oraz zaangażowania dotacyjnego Gminy Miasta Kraków (maksimum 80%). Udział własny NGO liczono jako proporcję wkładu własnego NGO do dotacji GMK. Zaangażowanie dotacyjne liczono jako proporcję dotacji GMK do całkowitych kosztów programu.

Warto zwrócić uwagę, że w 2019 zrezygnowano z angażowania wkładu własnego NGO na rzecz pełnego finansowania kosztów programu przez GMK. Zaangażowanie dotacyjne w roku 2016 przekroczyło założone 80%. Co prawda % wkład NGO malał, ale w wartościach bezwzględnych wzrósł z ok. 130 tys w 2015 do ok. 453 tys w 2018. Jest to pozytywny efekt zaangażowania środków innych niż tylko publiczne w realizację programu.

## Realizacja budżetu programu

### Udział w budżecie działań przypisanych do celów



źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

Zgodnie ze sprawozdaniami z realizacji programu PASIOS za lata 2015-2016 wydatki związane z celem trzecim (przede wszystkim: finansowanie CAS) dominują w budżecie programu, co jest zrozumiałe z uwagi na fakt, że w praktyce wszystkie cele szczegółowe są realizowane poprzez Centra Aktywności Seniorów (pomimo ich formalnego przypisania do celu trzeciego).

Zaznaczyć należy, że w ramach PASIOS realizowane są też takie działania, które nie wymagają wkładu finansowego, tym samym nie są ujęte w sprawozdaniach (więcej w dalszej części raportu).

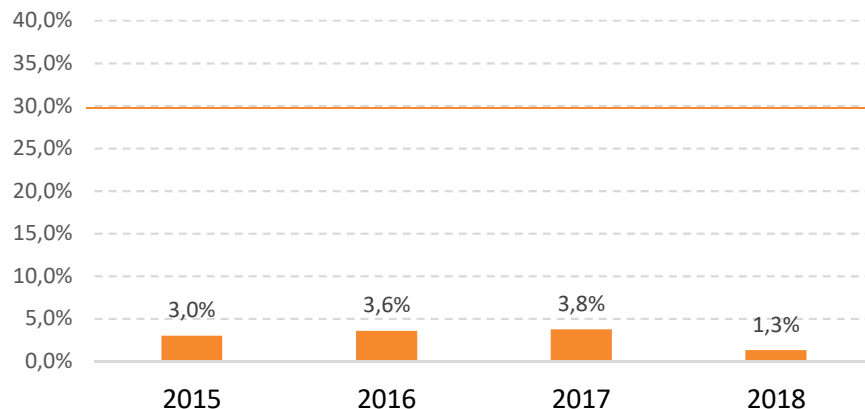
W przypadku rozpisywania nowego programu o podobnych założeniach należy rozdzielić CAS od innych celów szczegółowych i potraktować je jako główne narzędzie ich realizacji.



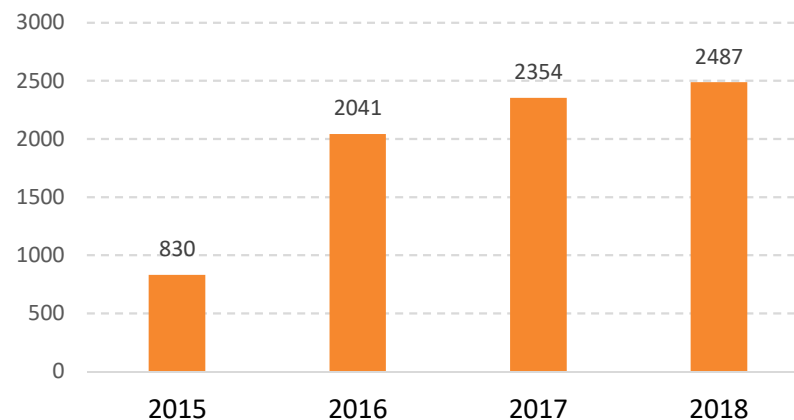
# Aktywność społeczna osób starszych

wskaźniki celu głównego

Aktywność społeczna osób starszych  
(min. 30%)



Liczba seniorów zarejestrowanych w CAS



źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

Jednym ze wskaźników realizacji celów zdefiniowanym w programie jest aktywność społeczna osób starszych rozumiana jako **odsetek beneficjentów programu wśród ogółu osób starszych w Krakowie**. W tekście programu założono, że z programu ma korzystać minimum 30% osób starszych (mieszkańców Krakowa).

W praktyce odsetek, zgodnie ze sprawozdaniami, **wynosi w okolicach 1-3%**. W poszczególnych sprawozdaniach liczone go inaczej – w części sumowano seniorów zarejestrowanych w CAS oraz uczestników wydarzeń organizowanych poza nimi, w 2018 uwzględniono tylko seniorów w CAS (stąd niższy odsetek). Biorąc pod uwagę, że główni beneficjenci programu to seniorzy zarejestrowani w CAS, to ich liczba jest ograniczona liczbą CAS oraz maksymalną liczbą zapisanych do nich osób.

Z tej perspektywy, w przyszłym programie należy odpowiednio **wybrać wskaźnik, który będzie odpowiednio mierzył tę aktywność realizowaną w ramach PASIOS, najlepiej w powiązaniu z liczbą uczestników CAS**.

Tym samym ocena wartości wskaźnika dot. aktywności społecznej seniorów przez Program PASIOS musi być przedstawiona z uwagą, że program dotyczył większej grupy seniorów (np. poprzez udział w Senioraliach), jednak nie jest to odpowiednio możliwe do uchwycenia w obecnych raportach/sprawozdaniach programu.

# Koszty realizacji celów szczegółowych w latach 2015 i 2016

## 2015

**Edukacja osób starszych – 40 411,40 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: LAS, e-akademia, strona internetowa, informator dla seniorów)

**Aktywny i zdrowy styl życia – 18 623 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: Miejsca Przyjazne Seniorom, Sportowa Akademia Seniora, Klub Sprawnego Seniora)

**Aktywność społeczna – 528 435,70 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: CAS, Działajmy razem, Konferencja, Senioralia, Koncert w ICE)

**Partycypacja społeczna – 13 689,40 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: RKS, wolontariat)

## 2016

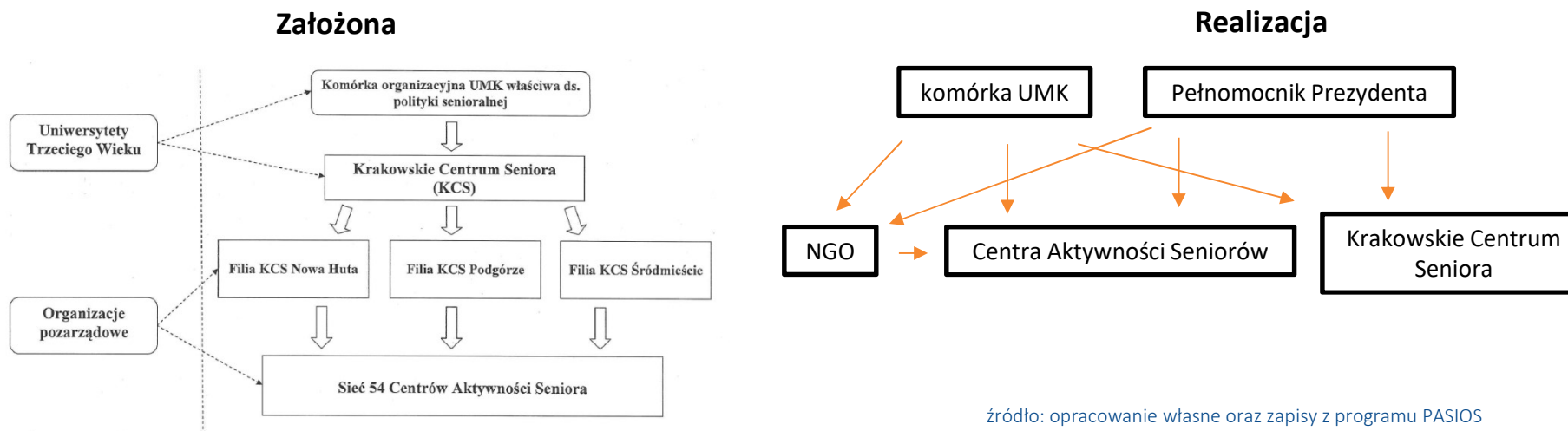
**Edukacja osób starszych – 24 186,73 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: LAS, e-akademia, strona internetowa, informator dla seniorów)

**Aktywny i zdrowy styl życia – 0,0 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: Miejsca Przyjazne Seniorom, Sportowa Akademia Seniora, Klub Sprawnego Seniora)

**Aktywność społeczna – 1 167 301,73 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: CAS, Działajmy razem, Senioralia, Koncert w ICE)

**Partycypacja społeczna – 8 214,25 zł**  
(wymienione w sprawozdaniu działania: RKS, wolontariat)

# Struktura realizacji programu PASIOS



źródło: opracowanie własne oraz zapisy z programu PASIOS

Struktura realizacji programu PASIOS wygląda inaczej niż założona w jego programie.

**Krakowskie Centrum Seniora** funkcjonuje niezależnie od CAS. Nie powstały również jego filie. Centra Aktywności Seniora z kolei odpowiadają bezpośrednio przed komórką organizacyjną Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia oraz Panią Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa ds. Polityki Senioralnej.

**Stawia to pod znakiem zapytania rolę Krakowskiego Centrum Seniora** w realizacji programu i jego relacji z Centrami Aktywności Seniorów. Według respondentów badania pierwotnie planowane działania KCS zostały przeniesione na CAS (np. zajęcia komputerowe e-Akademii Seniora dublują zajęcia komputerowe realizowane przez CAS):

*Wszyscy co się chcieli już się wyszkolili, takie kursy pewnie będą nadal ale w ramach CASów (IDI).*

*To wynikało z decyzji pełnomocnika ds. senioralnych, że w ten sposób pokierował całym tym ruchem senioralnym, że zamiast robić trzy ośrodki [KCS], to jednak zaplanowano 3 ośrodki na dzielnicę (...) tak naprawdę, to wydaje mi się, że jakieś centrum koordynacyjne senioralne mogłoby być w Krakowie, a takiego nie ma, takim centrum jest jednoosobowo pani Okońska, (...) KCS przestanie istnieć - tak to wygląda" (IDI).*

# Struktura i budżet PASIOS - podsumowanie

## Ocena i wnioski

- Suma kosztów realizacji programu w latach 2015-2018 przekracza założony w tekście programu budżet o 6%.
- Programowi zapewniono **stabilne rosnące w czasie finansowanie** umożliwiające rozszerzanie realizowanych działań.
- W przyszłym programie należy **urealnić wartość docelową wskaźnika beneficjentów programu zgodnie z planowaną liczbą otwartych CAS** lub rozważyć inne formy oceny angażowania osób starszych.
- Centra Aktywności Seniorów zostały w programie wyróżnione jako jedno z działań przyporządkowane do celu trzeciego (dominują w budżecie PASIOS). **W praktyce wszystkie cele szczegółowe są realizowane poprzez Centra Aktywności Seniorów.** W przypadku rozpisywania nowego programu o podobnych założeniach **należy rozdzielić CAS od celów szczegółowych i potraktować je jako formę ich realizacji.**
- Należy zastanowić się nad funkcjami KSC oraz oczekiwaniami wobec tej jednostki.

# PASIOS

## I. Edukacja osób starszych

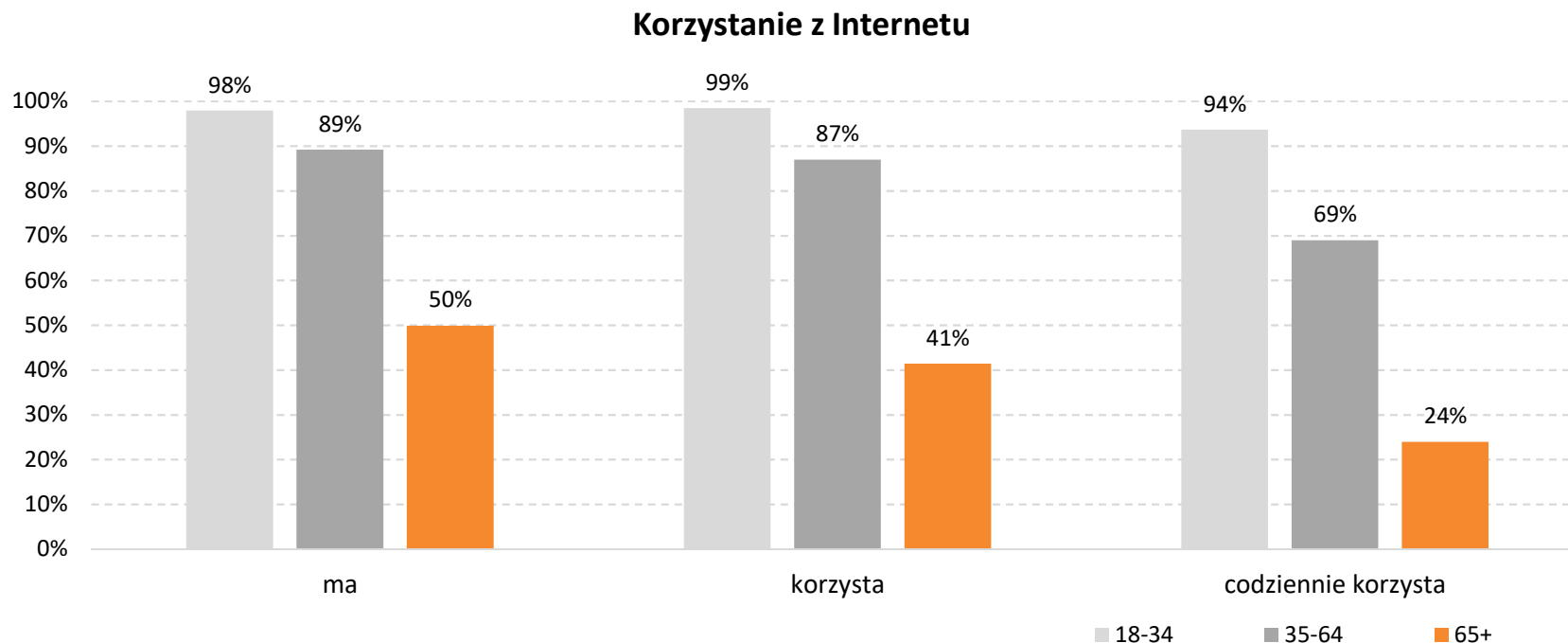
## Podsumowanie mierników i produktów

Poniżej znajduje się podsumowanie mierników i produktów realizacji celów:

Nazwa działania	Mierniki i produkty realizacji celów	2015	2016	2017	2018	Uwagi
Letnia Akademia Seniora	Liczba uczestników (min. 40)	600	570	500	b.d.	od 2019 roku zrezygnowano z tego działania na rzecz Letniej Akademii Lidera
e-Akademia Seniora	Liczba uczestników (min. 216)	379	210	300	b.d.	
Spotkania przy kawie	Liczba spotkań (min. 12)	b.d.	b.d.	b.d.	b.d.	zadanie realizowane w ramach KCS
Informator „Kraków dla seniora”	Liczba użytkowników	36 713	38 089	41 288	50 165	
	Liczba wizyt	54 984	60 114	65 277	74 717	
	Liczba odsłon	187 725	199 016	191 741	204 642	
	Liczba egzemplarzy informatora	5 000	10 000	10 000	10 000	

źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

# Edukacja przez Internet – korzystanie z Internetu

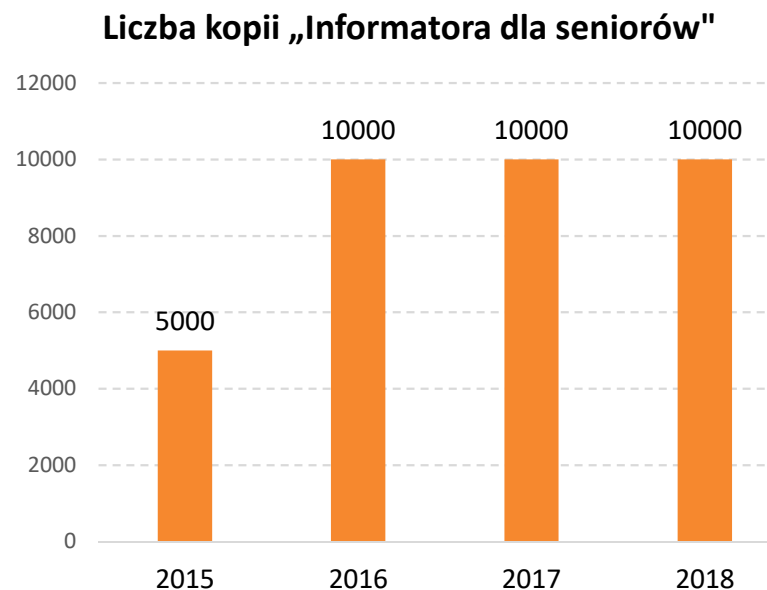
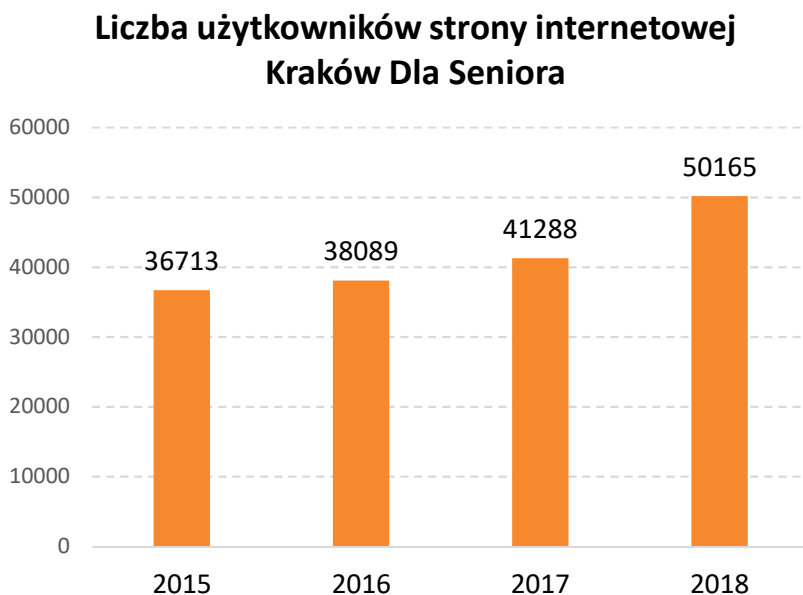


źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Według badania Barometr Krakowski 2018 dostęp w gospodarstwie domowym do Internetu ma 50% osób powyżej 65 roku życia.

41% seniorów deklaruje korzystanie z Internetu, a prawie co czwarty korzysta z niego codziennie (24%). Kolejne 11% seniorów korzysta z Internetu kilka razy w tygodniu (ale nie codziennie), a 5% przynajmniej raz w tygodniu.

## Komunikacja z seniorami – informacje dla seniorów



źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

Od 2015 strona internetowa „Kraków Dla Seniora” odnotowuje wzrost liczby użytkowników: z 36713 w roku 2015 do 50165 w 2018 roku.

Urząd Miasta Krakowa wydaje corocznie drukowaną publikację „Informator dla seniorów”. Od 2016 drukowanych jest 10 000 kopii tej publikacji. Od maja do grudnia 2018 roku był przygotowany i dystrybuowany lokalny dodatek do miesięcznika „Gazeta Seniora”.



# Edukacja osób starszych

## Ocena i wnioski

- Cele związane z edukacją osób starszych realizowane są przede wszystkim przez zajęcia oferowane przez Centra Aktywności Seniorów – ich dokładna analiza została zaprezentowana wraz z innymi rodzajami zajęć w sekcji poświęconej CAS.
- Wśród działań realizowanych przez **Krakowskie Centrum Seniora** znajduje się Letnia Akademia Seniora (od 2019 roku nie jest organizowana) oraz e-Akademia Seniora.
- W przypadku Letniej Akademii Lidera respondenci zwracali uwagę, na potrzebę **organizacji tych zajęć w godzinach popołudniowych**, tak aby osoby jeszcze pracujące, młodsze, potencjalnie bardziej aktywne mogły w nich uczestniczyć i zostać przygotowane do pełnienia roli liderów.
- Zarówno Letnia Akademia Seniora jak i Letnia Akademia Lidera **oceniane są pozytywnie** przez respondentów. W związku z zajęciami w CAS, beneficjenci **nie odczuwają braku LAS**.
- W przypadku e-Akademii Seniora respondenci zwracali uwagę, że **dublują one kursy prowadzone przez indywidualne CAS**. Nie wyrażają potrzeby ich dalszego prowadzenia.

# PASIOS

## II. Aktywny i zdrowy tryb życia

## Podsumowanie mierników i produktów

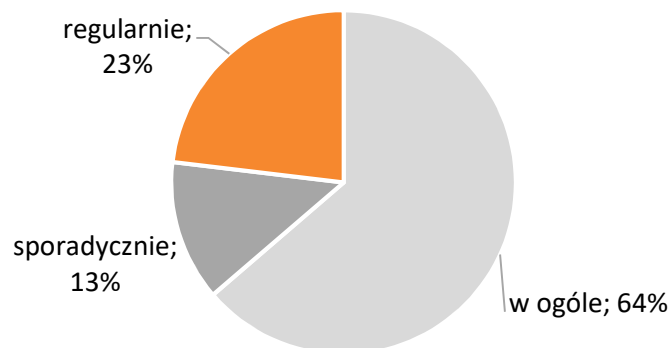
Poniżej znajduje się podsumowanie mierników i produktów realizacji celów:

Nazwa działania	Mierniki i produkty realizacji celów	2015	2016	2017	2018
Miejsca przyjazne seniorom	Liczba certyfikatów	8	11	7	8
	Liczba wyróżnień	7	2	6	9
	Liczba dyplomów	4	0	5	0
Sportowa Akademia Seniora	Liczba uczestników	206	302	306	400
Klub Sprawnego Seniora	Liczba uczestników	285	65	średnio 7	średnio 4-12

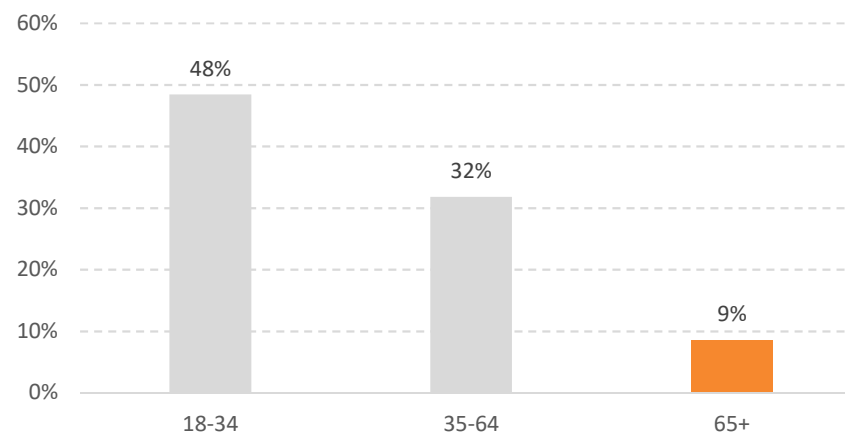
źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

## Osoby starsze w Krakowie – uprawianie sportu

Uprawianie sportu lub innej aktywności fizycznej



Uprawianiu dyscypliny sportowej przynajmniej raz w tygodniu



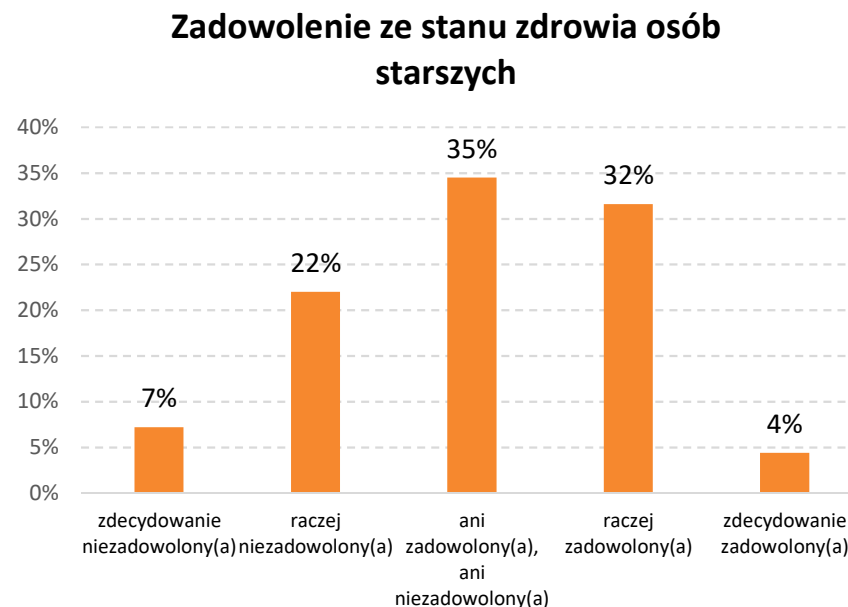
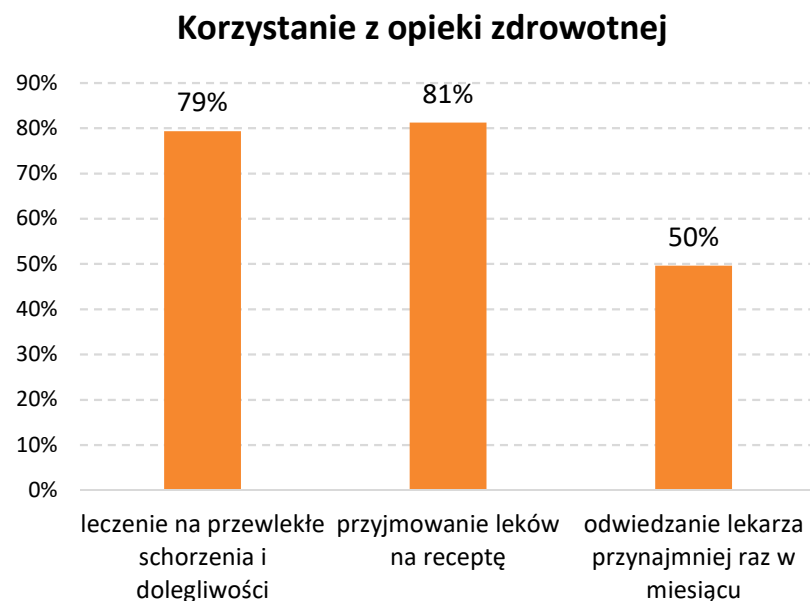
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

23% seniorów deklaruje, że uprawia regularnie sport lub inną aktywność fizyczną.

Kolejne 13% wskazuje, że uprawia go sporadycznie.

Przynajmniej raz w tygodniu jakąś dyscyplinę sportową uprawia 9% osób starszych.

# Osoby starsze w Krakowie – stan zdrowia



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Zdecydowana większość osób starszych leczy się na przewlekłe schorzenia lub dolegliwości i przyjmuje leki na stałe (79%; 81%). Połowa osób starszych odwiedza lekarza przynajmniej raz w miesiącu (50%).

29% osób starszych deklaruje, że nie jest zadowolonych ze swojego stanu zdrowia.

# Aktywny i zdrowy tryb życia (1/2)

## Ocena i wnioski

- Cele związane z aktywnym i zdrowym trybie życia osób starszych realizowane są przede wszystkim przez zajęcia oferowane przez Centra Aktywności Seniorów – ich dokładna analiza została zaprezentowana wraz z innymi rodzajami zajęć w sekcji poświęconej CAS.
- W Klubie Aktywnego Seniora odbywającego się w ramach KCS, zajęcia realizowane są na małą skalę, ze względu na uczestnictwo seniorów w zajęciach gimnastycznych organizowanych przez CAS. Klub Aktywnego Seniora od początku nie pełnił w całości powierzonych mu funkcji, ograniczając się jedynie do prowadzenia zajęć gimnastycznych i spacerów, w założeniu uczestnicy zajęć mieli poznawać sposoby radzenia sobie ze zmniejszającą się sprawnością fizyczną.
- Konkurs Miejsca Przyjazne Seniorom oceniany jest bardzo pozytywnie przez wykonawców programu. Ich zdaniem zwraca uwagę różnym podmiotom na specyficzne potrzeby seniora. Dodatkowo koncerty cieszą się zainteresowaniem.
- Miejsca Przyjazne Seniorom powinny być dobierane z większą uwagą, ponieważ zdaniem beneficjentów nie zawsze są przyjazne dla seniorów, którzy mają problemy ruchowe. *„Komisje przyznające wyróżnienia w konkursie powinny zwracać szczególną uwagę czy miejsce jest dostosowane do osób niepełnosprawnych”* (FGI, seniorzy CAS).

## Aktywny i zdrowy tryb życia (2/2)

### Ocena i wnioski

- Coraz więcej osób jest zainteresowanych integrującymi wydarzeniami sportowymi. Na przykładzie Mistrzostw Krakowa o Puchar PMK: 2015 roku w zawodach wzięło w nich udział 206 zawodników, w 2016 roku 302 zawodników, w 2017 roku 306 zawodników (w tym 135 kobiet), zaś w 2018 roku 400 zawodników.
- Działaniami sportowymi integrującymi seniorów z CAS, a także wszystkich mieszkańców Krakowa chętnych wziąć udział w wydarzeniach są: Mistrzostwa Sportowe Seniorów kategoriach 60+, 70+, 80+ o Puchar PMK, Turniej Boule, Mecz Towarzyski Mokky, Zawody Wędkarskie o Puchar PMK oraz Turniej Bilarda i Tenisa Stołowego dla Seniorów. **Rekomenduje się, by w kolejnej edycji programu, kontynuować organizację wydarzeń sportowych, promujących aktywizację oraz integrację.**
- Respondenci dostrzegają pewne braki organizacyjne podczas Mistrzostw Krakowa o Puchar PMK. Do wyspecjalizowanych konkurencji zgłaszają się co rok te same osoby, które zdobywają podium, ponieważ są zawodowcami w konkretnych konkurencjach. Zniechęca to innych uczestników do wzięcia udziału w zawodach. *„Uważam że powinno być wprowadzonych dużo ludzi młodych, którzy mają inne spojrzenie i są bardziej sprawni organizacyjnie (...)”* (IDI).

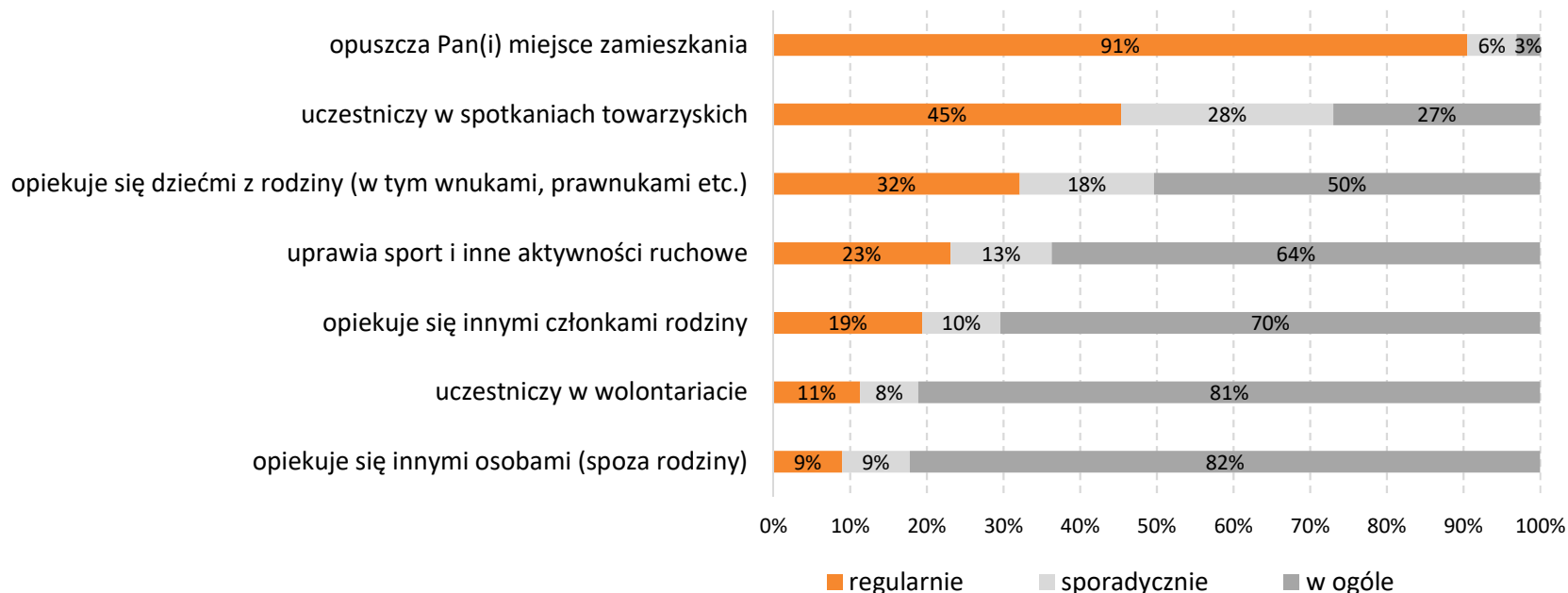
## **PASIOS.**

III. Aktywność społeczna promująca integrację wewnątrz i międzypokoleniową



# Aktywność seniorów w Krakowie (1/2)

## Aktywności osób starszych w Krakowie

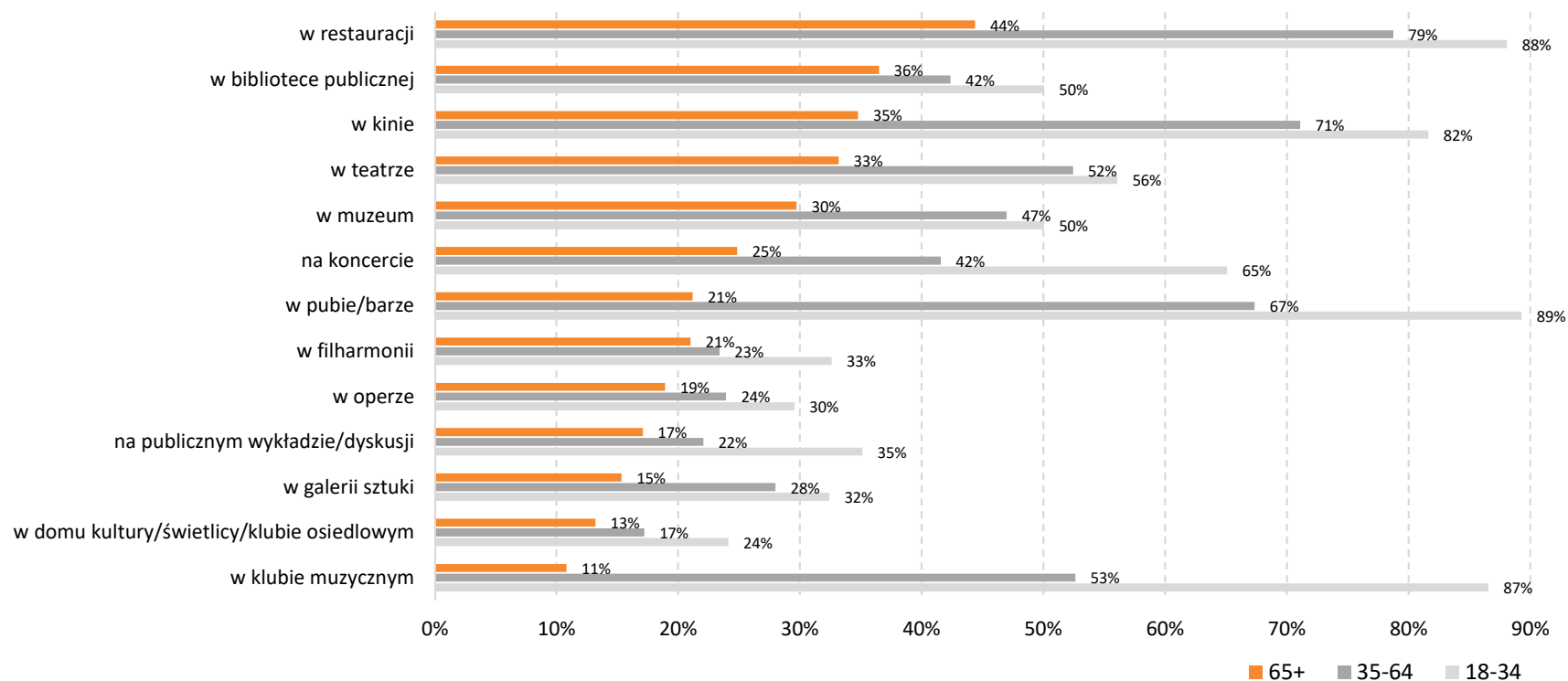


źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Wśród badanych seniorów w Barometrze Krakowski 2018 91% deklaruje, że **regularnie opuszcza miejsce zamieszkania**. Regularne uczestnictwo w spotkaniach towarzyskich deklaruje blisko połowa seniorów (45%). Sport lub inną aktywność ruchową regularnie uprawia blisko co czwarty senior (23%).

## Aktywność seniorów w Krakowie (2/2)

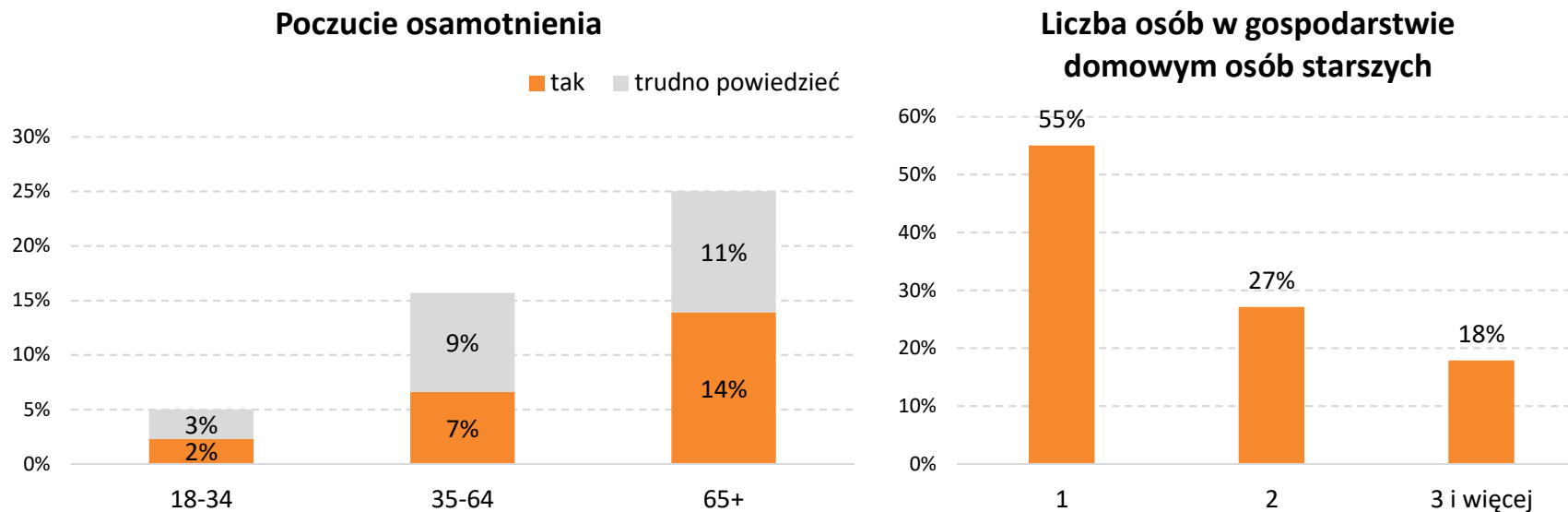
Odsetek osób z danej grupy wiekowej, które w ciągu ostatnich 12 miesięcy były:



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Przynajmniej raz w roku do restauracji uczęszcza 44% seniorów. Kolejną najpopularniejszą aktywnością to wizyta w bibliotece publicznej (36%), w kinie (35%) lub teatrze (33%).

## Osamotnienie seniorów (1/2)



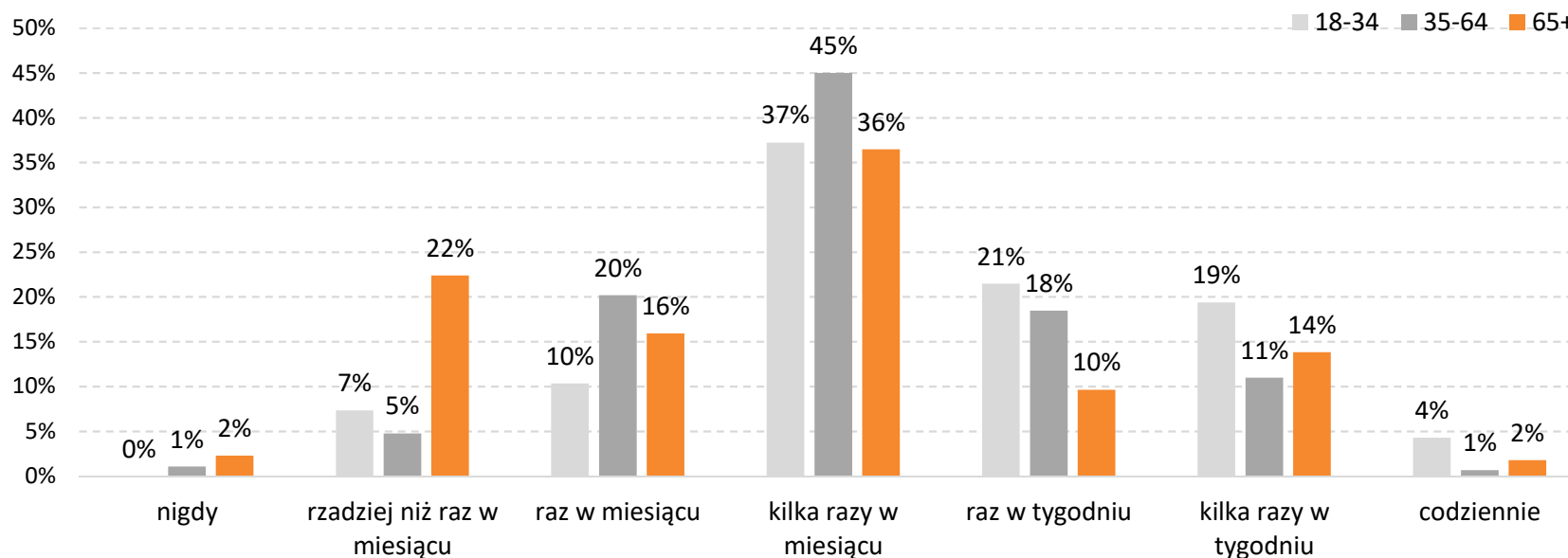
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Osoby starsze w Krakowie częściej niż pozostałe grupy wiekowe deklarują, że czują się osamotnione, mimo tego, że tego nie chcą – 14% wskazało taką odpowiedź, kolejne 11% wskazało odpowiedź neutralną.

Według badania Barometr Krakowski 2018 ponad połowa osób starszych w Krakowie mieszka samotnie (55%).

## Osamotnienie seniorów (2/2)

Jak często w ciągu ostatnich 12 miesięcy spotykał(a) się Pan(i) towarzyszko z krewnymi lub znajomymi?



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

W badaniu Barometr Krakowski 2018 wśród osób starszych odnotowano najwyższy odsetek osób deklarujących, że spotyka się towarzyszko z krewnymi lub znajomymi rzadziej niż raz w miesiącu (24%).

## Podsumowanie mierników i produktów

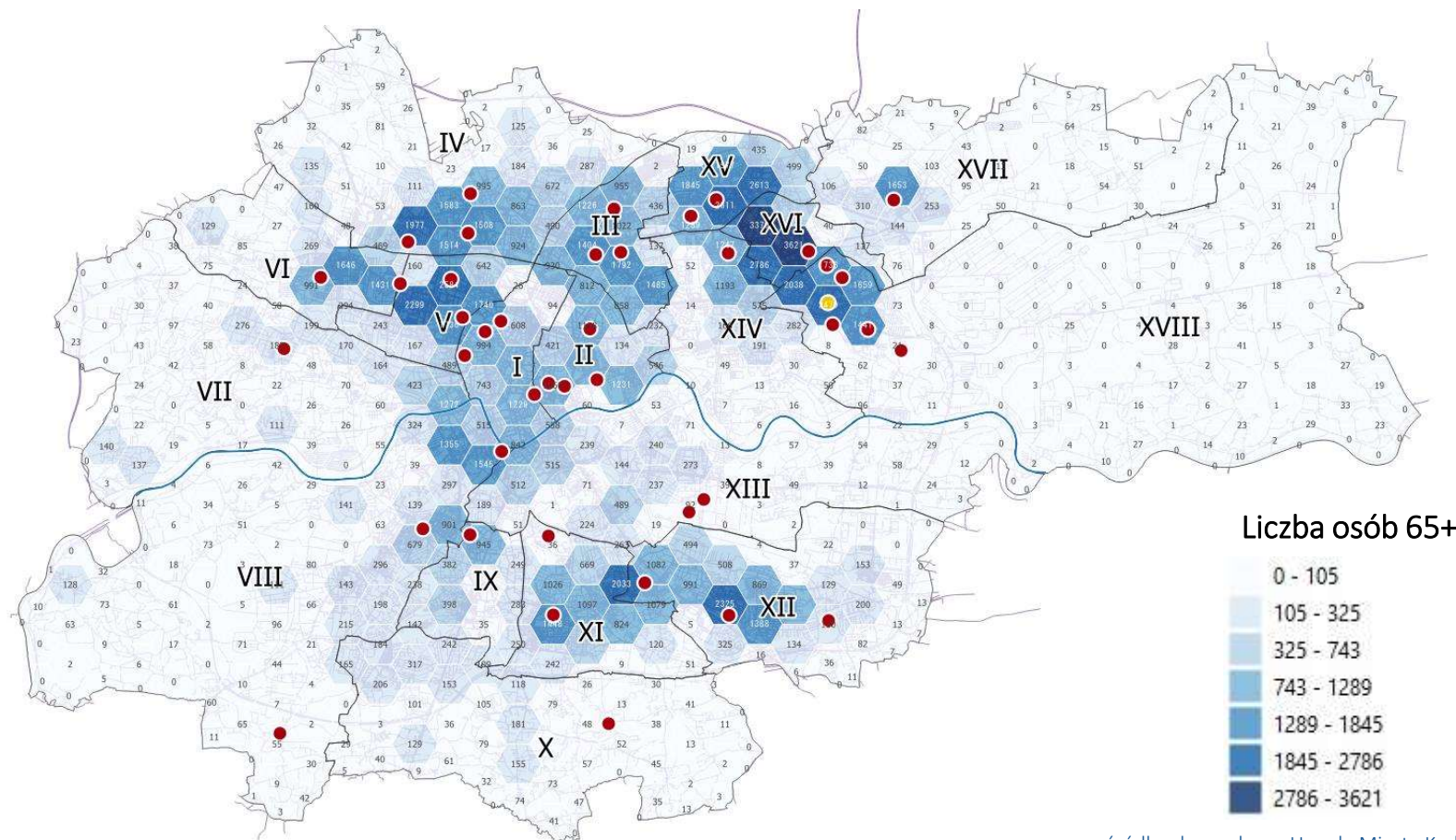
Poniżej znajduje się podsumowanie mierników i produktów realizacji celów:

Nazwa działania	Mierniki i produkty realizacji celów	2015	2016	2017	2018
Centra Aktywności Seniorów	Liczba uczestników	830	2041	2354	2487
	Liczba CAS	11	16	27	35
Wspieranie działań mających na celu integrację między-pokoleniową seniorów	Liczba projektów „Działajmy Razem” (min. 5)	12	7	6	9
Wspieranie aktywności artystycznej seniorów	Liczba uczestników koncertów	2 000	2 000	1 790	b.d.
Senioralia	Liczba imprez (min. 1)	1	1	1	1

źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

# Centrum Aktywności Seniora

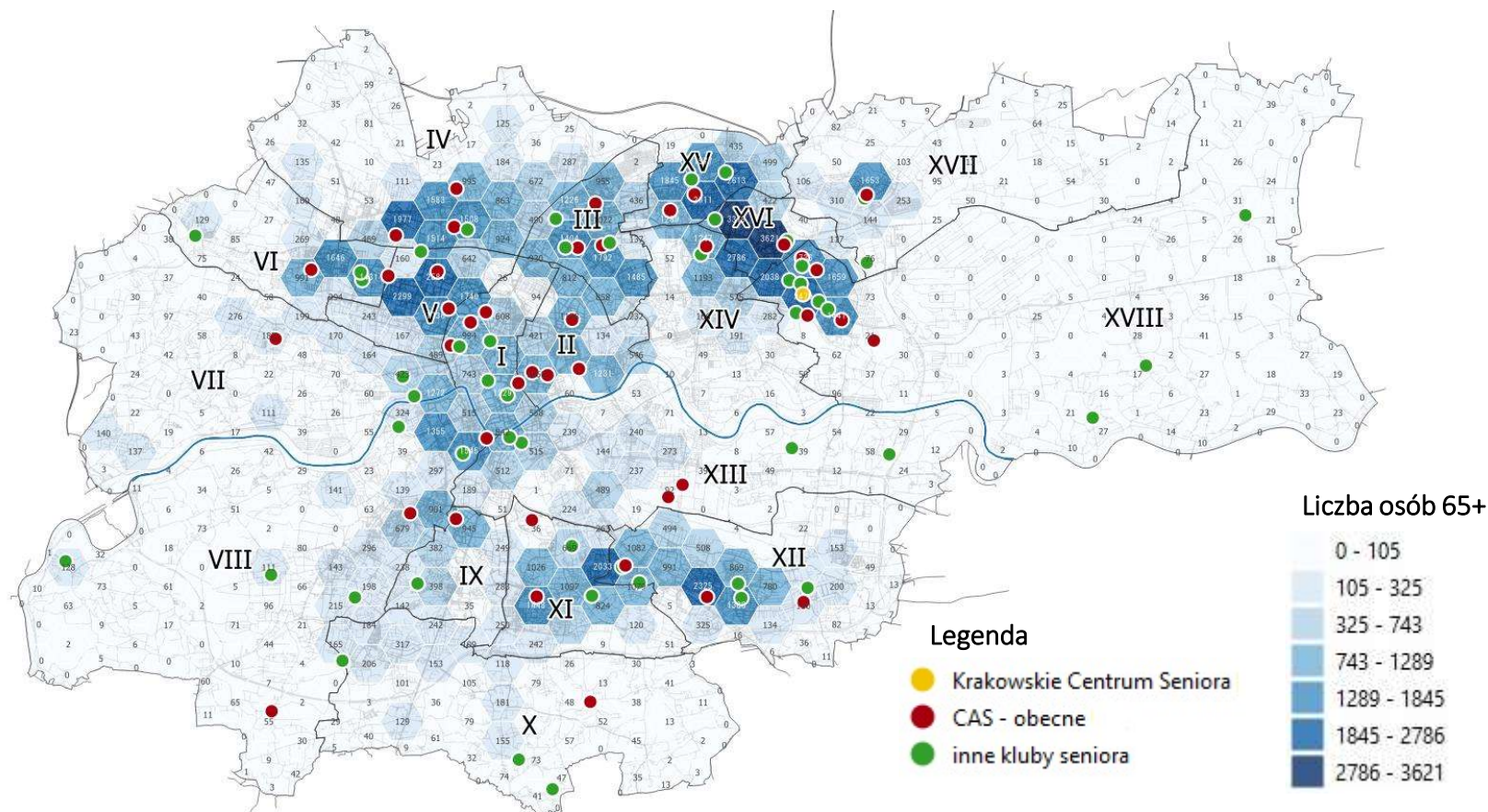
# CAS – lokalizacja



źródło: dane własne Urzędu Miasta Krakowa

Grafika prezentuje mapę zagęszczenia zamieszkiwania osób starszych w Krakowie oraz lokalizacje CAS i KCS.

# CAS i inne kluby seniora - lokalizacja



źródło: dane własne Urzędu Miasta Krakowa

Powyższa grafika prezentuje lokalizacje klubów seniora w Krakowie. Wśród innych niż CAS klubów seniora na mapie znajdują się: kluby PZERiI (12), ośrodków kultury (16), parafialnych (9), innych organizacji (9) oraz Miejskich Dziennych Domów Pomocy Społecznej (7).



# CAS – lokalizacja (1/2)

## Opinie i wnioski

- CASy są miejscem integracji osób starszych, atmosfera panująca na spotkaniach oraz lokale z wydzieloną przestrzenią wspólną sprzyjają nawiązywaniu bliskich więzi między członkami.
- Ze względu na ograniczoną mobilność osób starszych (związaną też z kosztami przejazdów) umiejscowienie CAS ma istotne znaczenie. Organizacja konkursów na nowe CAS powinna uwzględniać kryterium dopasowania lokalizacji do liczby osób starszych zamieszkujących w danym obszarze.
- Jednocześnie seniorzy nie lubią zmian miejsca, nowych prowadzących, mają potrzebę poczucia stabilności, ciągłości, bezpieczeństwa. System konkursowy nie służy również poczuciu stabilności wśród koordynatorów i pracowników CAS.

*„Trzeba docenić ludzi którzy się tym zajmują, czy to są koordynatorzy czy to są inni pracownicy, że trzeba to potraktować poważnie i że trzeba inwestować w tych ludzi finansowo i rozwojowo, wsparcia (IDI)”.*

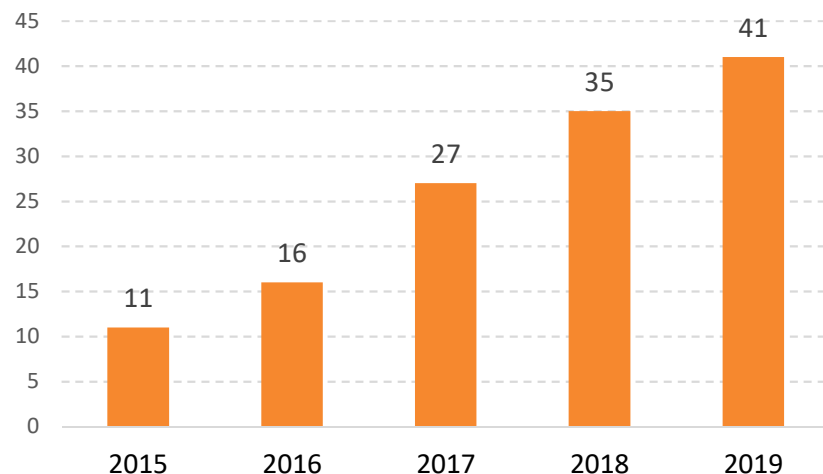
## CAS – lokalizacja (2/2)

### Opinie i wnioski

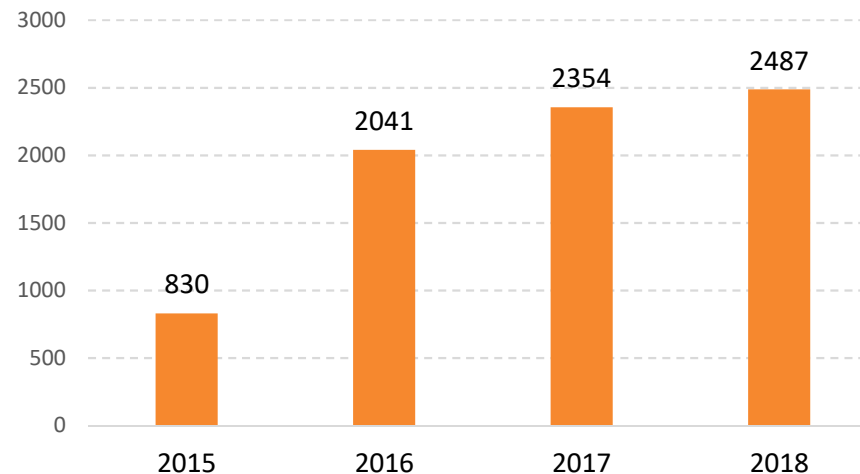
- Problematyczne jest umiejscowienie lokali w obrębie budynków oraz ich dostosowanie do potrzeb osób starszych. Zajęcia czasem odbywają się w budynkach nieprzystosowanych do potrzeb seniorów. Niektóre CAS są słabo skomunikowane z miastem. Zajęcia w ramach jednego CAS **odbywają się w wielu budynkach**, wynika to ze słabych warunków lokalowych (brak miejsca na prowadzenie gimnastyki, czasami nawet brak miejsca na prowadzenie zajęć, które nie wymagają większych przestrzeni).
- Na otwarte pytanie dotyczące tego, co należy poprawić w działalności CAS, najczęściej padają odpowiedzi dotyczące warunków lokalowych (od najczęstszych: za małe sale, słabe wyposażenie, ponure pomieszczenia, problem z dojazdami i przemieszczaniem się między budynkami) (PAPI, n=583).
- CAS powinny być w budynkach w miarę możliwości przystosowanych do osób niepełnosprawnych. Zajęcia w ramach jednego CAS powinny odbywać się w jednym budynku, dobrze skomunikowanym z resztą dzielnicy. *„Niektórzy seniorzy mówią, że zajęcia są w piwnicy, że nie jest tam przyjemnie, więc myślę że nie można skupiać się jedynie na tym żeby te CAS powstawały, tylko żeby one powstawały na wysokim poziomie, żeby ten lokal był odpowiednio przystosowany”* (IDI).

## CAS – liczba CAS

Liczba Centrów Aktywności Seniorów



Liczba seniorów zarejestrowanych w CAS



źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

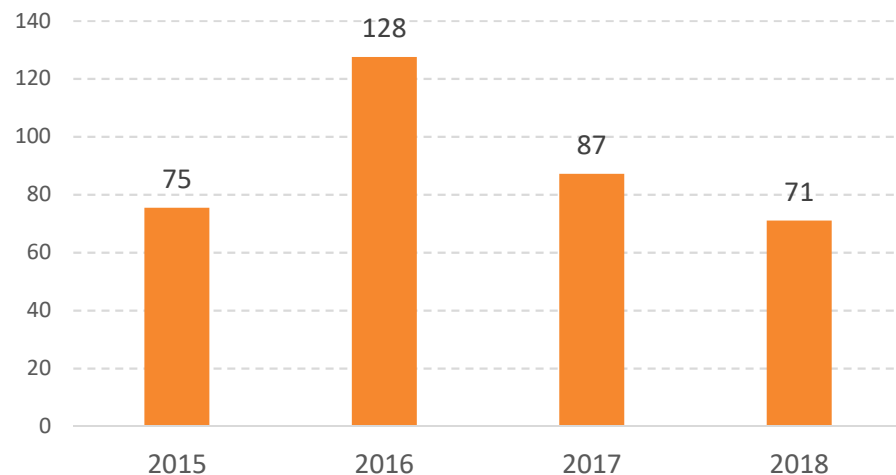
Od 2015 roku liczba Centrów Aktywności Seniorów wzrosła z 11 do 41.

W tym czasie tylko 1 CAS przestał funkcjonować.

Liczba zarejestrowanych seniorów w CAS znacznie wzrosła między rokiem 2015 a 2016 (z 830 na 2041). W roku 2018 liczba osób zarejestrowanych w CAS wyniosła 2487.

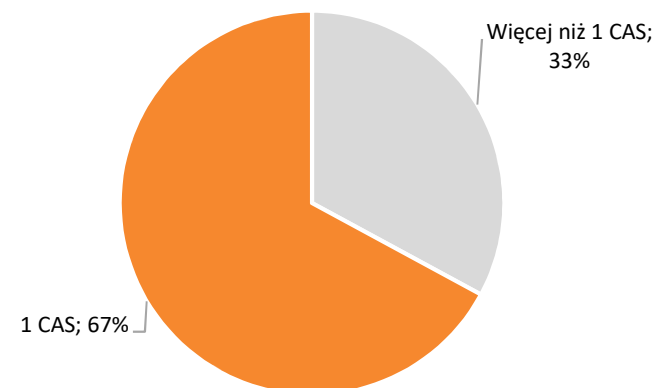
## CAS – uczestnicy (1/2)

### Średnia liczba seniorów na jeden CAS



źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

### Uczestnictwo w zajęciach 1 lub więcej CAS



źródło: badania uczestników CAS, N583

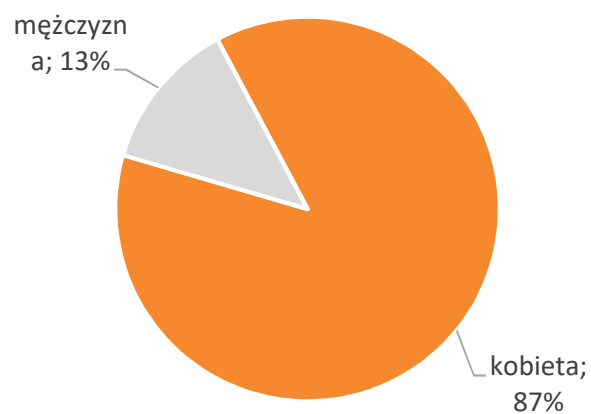
Średnia liczba seniorów zarejestrowanych w poszczególnych CAS w roku 2018 wyniosła 71 osób.

Wzrost liczby otwartych CAS nie wiąże się z proporcjonalnym wzrostem liczby seniorów w nich zarejestrowanych.

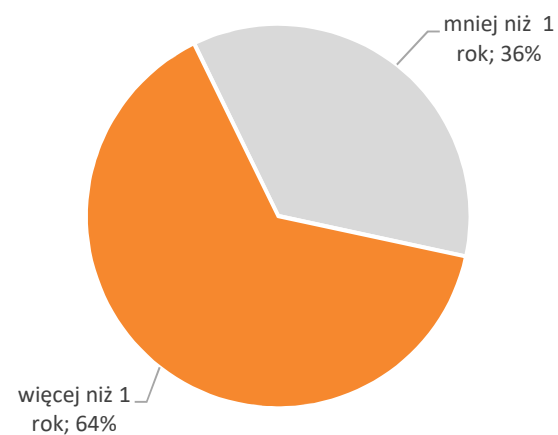
Jedna trzecia badanych uczestników CAS wskazywała, że korzysta z oferty więcej niż jednego CAS. Oznacza to, że nowe CAS mogą angażować seniorów korzystających już z oferty innego CAS.

## CAS – uczestnicy (2/2)

Płeć uczestników CAS



Staż uczestników CAS



źródło: badania uczestników CAS, N583

Zdecydowana większość badanych uczestników CAS to kobiety (87%).

Blisko dwie trzecie badanych uczestniczy w CAS więcej niż jeden rok (64%).

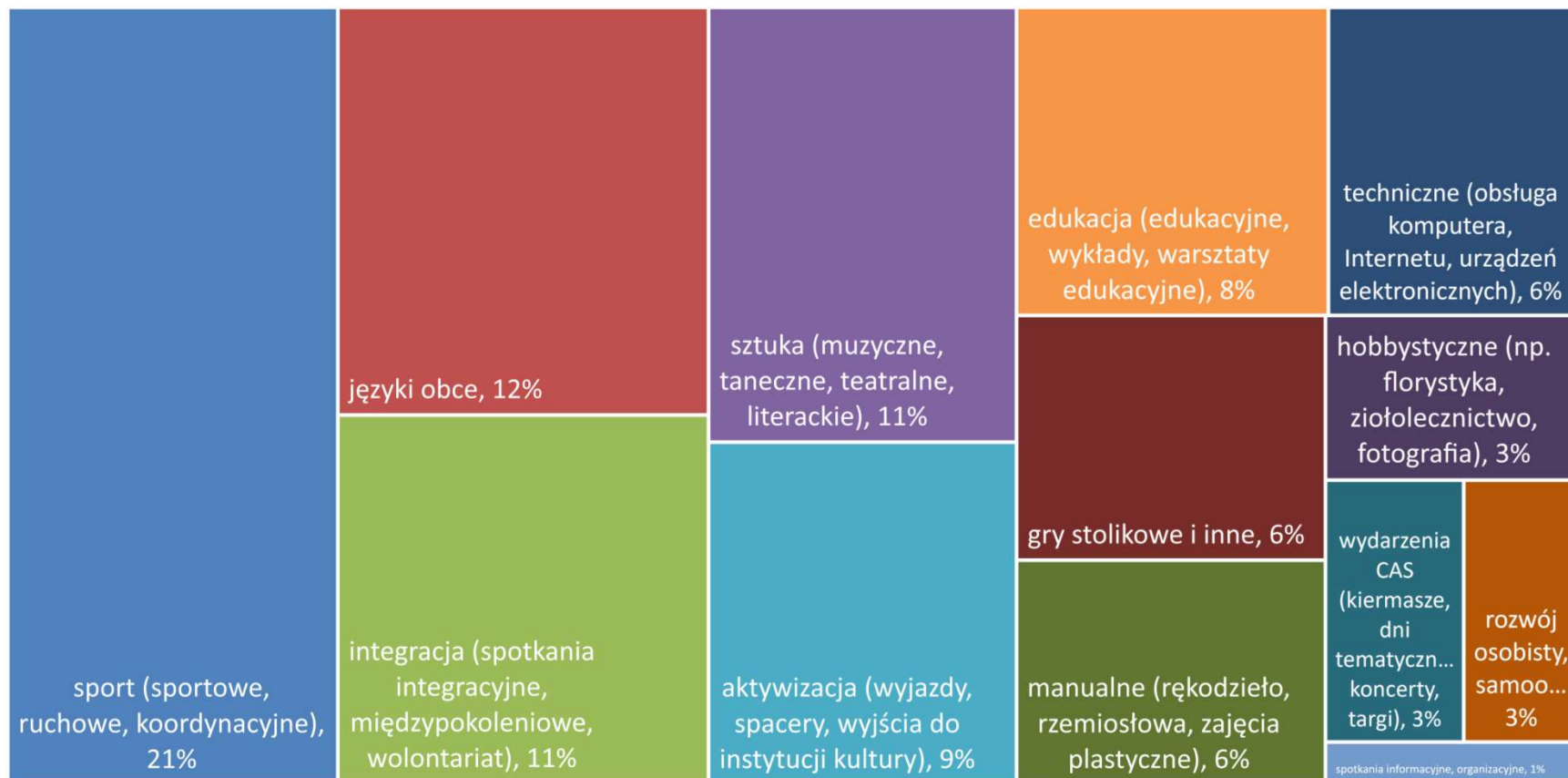
# CAS – uczestnicy

## Opinie i wnioski

- Powstają nowe CAS lecz wypełniają się osobami, które są już członkami innych CASów, w związku z tym w nowych CAS brakuje miejsca dla nowych członków. Pojawia się wiele głosów, że grupa aktywnych seniorów, chętnych zostać członkiem CAS się wysyciła. *„Ci seniorzy, którzy wiedzą o CAS tylko czekają żeby nowy CAS powstał, żeby się tam zapisać i to jest już wysycona pewna grupa aktywnych seniorów, tych nowych jest stosunkowo niedużo: 1/3 nowych 2/3 starych. Starzy nie przyprowadzają nowych, bo to jest konkurencja”* (IDI); *„Młody CAS a już nie ma miejsca”* (FGI, seniorzy CAS); *„W młodym CAS stare twarze”* (IDI).
- Seniorzy, którzy korzystają z wielu różnych CAS i nie są związani z jednym konkretnym **nie chcą się mocniej zaangażować w działalność danego CAS** i nie można na nich liczyć np. w kwestii wolontariatu. Podano przykład osób, które stale korzystają z 5 różnych CAS, przyjeżdżają do Centrum z obrzeży Krakowa - takie osoby nie zaangażują się w działalność CAS, nie będą wolontariuszami; chcą tylko korzystać z oferty CAS, nic od siebie nie dając.

# CAS – oferta (1/4)

Udział kategorii zajęć w harmonogramach CAS

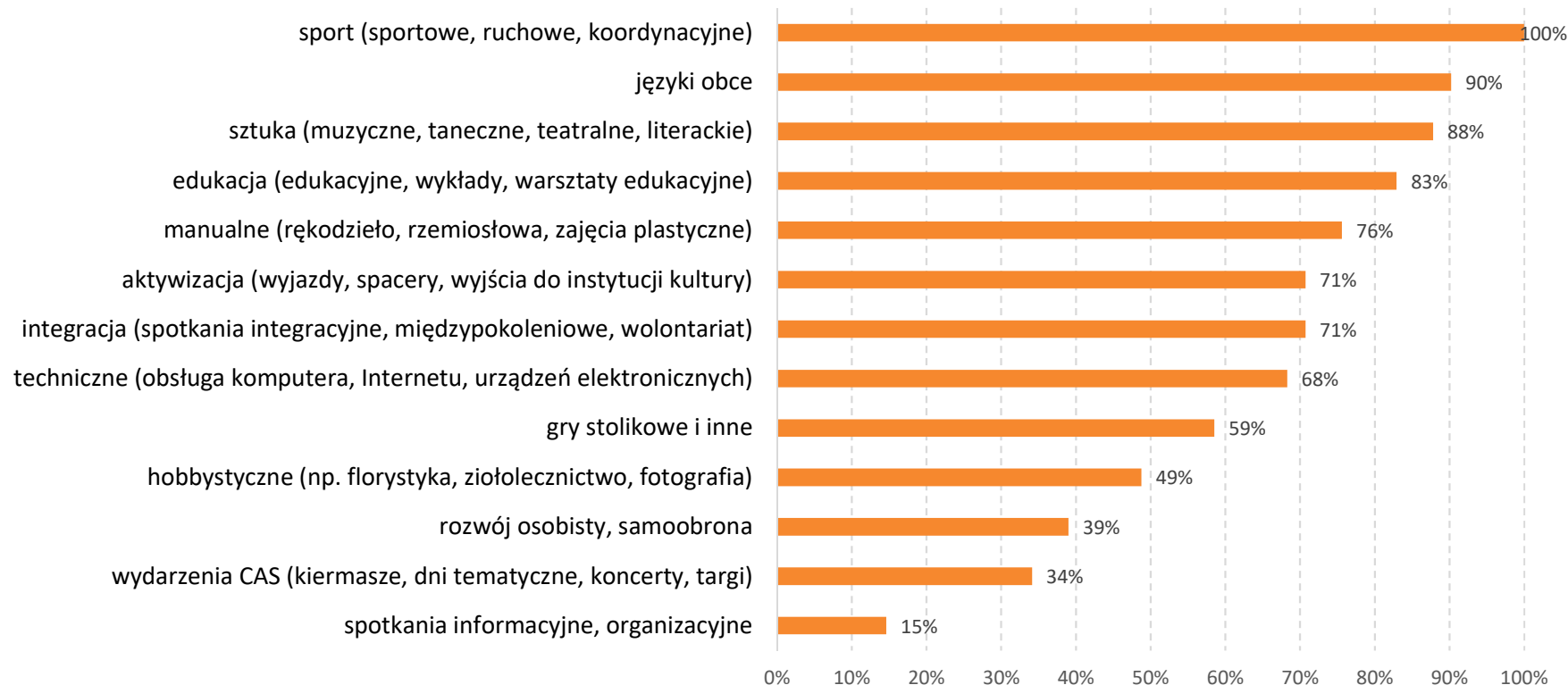


Powyżej jest zaprezentowany udział poszczególnych kategorii zajęć wśród sumy zajęć wskazanych w harmonogramach Centrów Aktywności Seniorów. Najczęściej oferowane zajęcia to zajęcia sportowe, ruchowe i koordynacyjne (21%).

źródło: opracowanie własne, analiza harmonogramów CAS

## CAS – oferta (2/4)

### Odsetek CAS organizujących zajęcia z danej kategorii



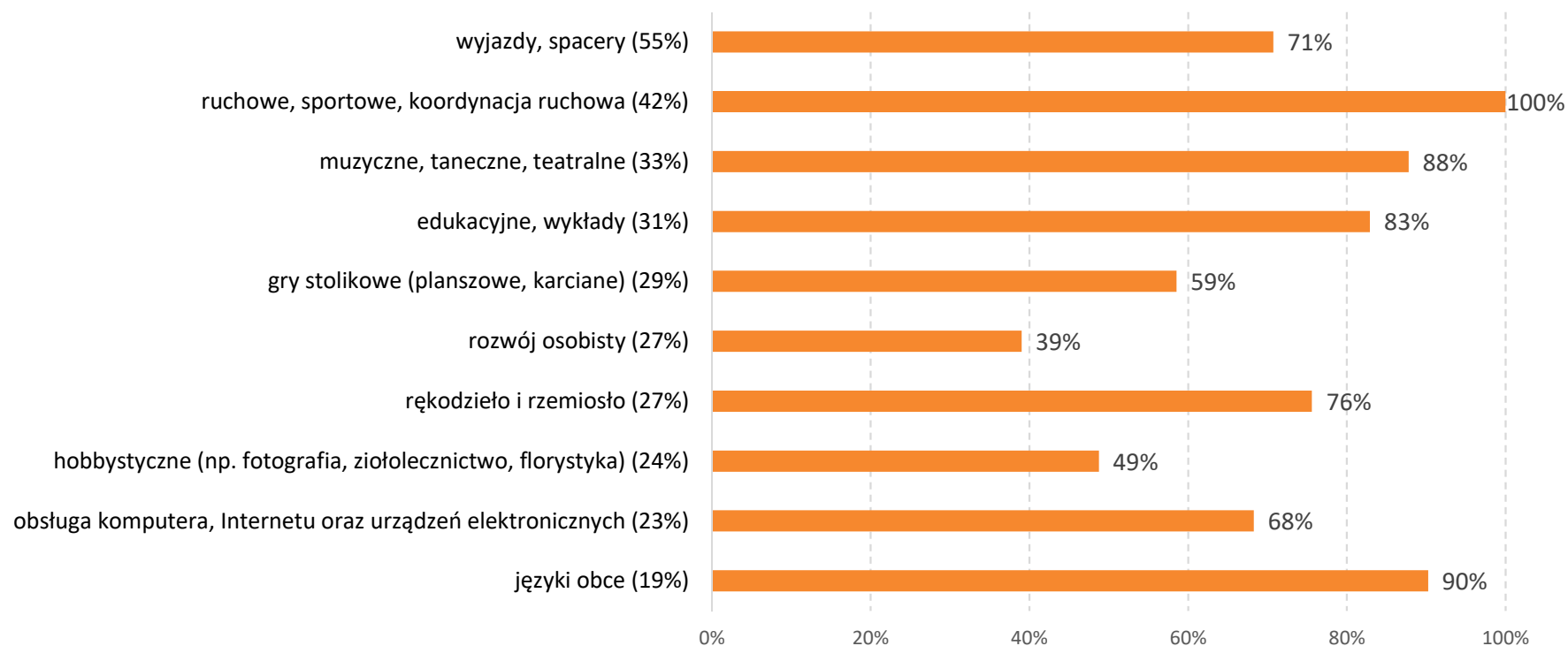
źródło: opracowanie własne, analiza harmonogramów CAS

Powyższy wykres prezentuje odsetek CAS oferujących zajęcia z poszczególnych kategorii. Każdy z CAS oferował zajęcia sportowe lub ruchowe. W dalszej kolejności największy odsetek CAS oferuje zajęcia językowe (90%), związane ze sztuką (88%) i edukacyjne (83%).



## CAS – oferta (3/4)

### Ranking najczęściej wskazywanych kategorii zajęć przez seniorów w Barometrze Krakowskim a odsetek CAS organizujących takie zajęcia

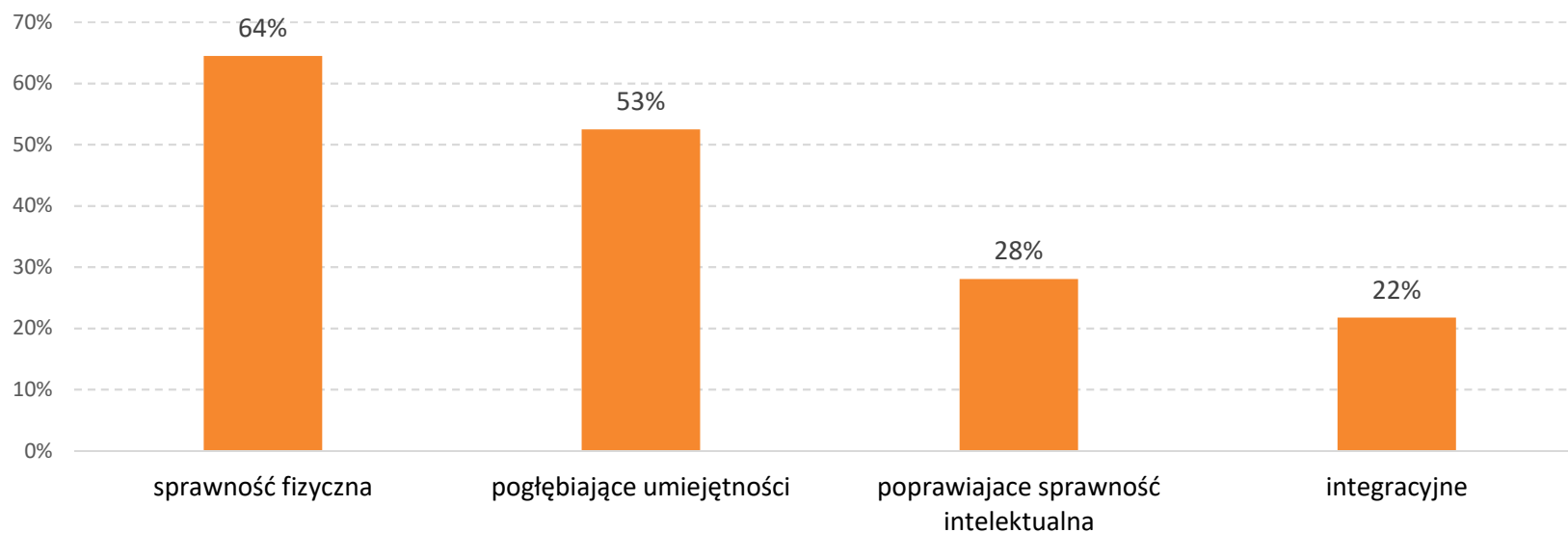


źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501 oraz opracowanie własne analizy harmonogramów CAS

W badaniu Barometr Krakowski 2018 starsze osoby mogły wskazać kategorie zajęć, które najbardziej ich interesują. Powyższy wykres szereguje kategorie od najpopularniejszych do najmniej popularnych i wskazuje odsetek CAS oferujących zajęcia z tej kategorii.

## CAS – oferta (4/4)

Najchętniej wybierane zajęcia CAS



źródło: badania uczestników CAS, N583

Badani uczestnicy CAS jako najchętniej wybieraną kategorię zajęć wskazywali: sprawność fizyczną (64%), zajęcia pogłębiające umiejętności (53%), poprawiające sprawność intelektualną (28%) oraz integracyjne (22%).

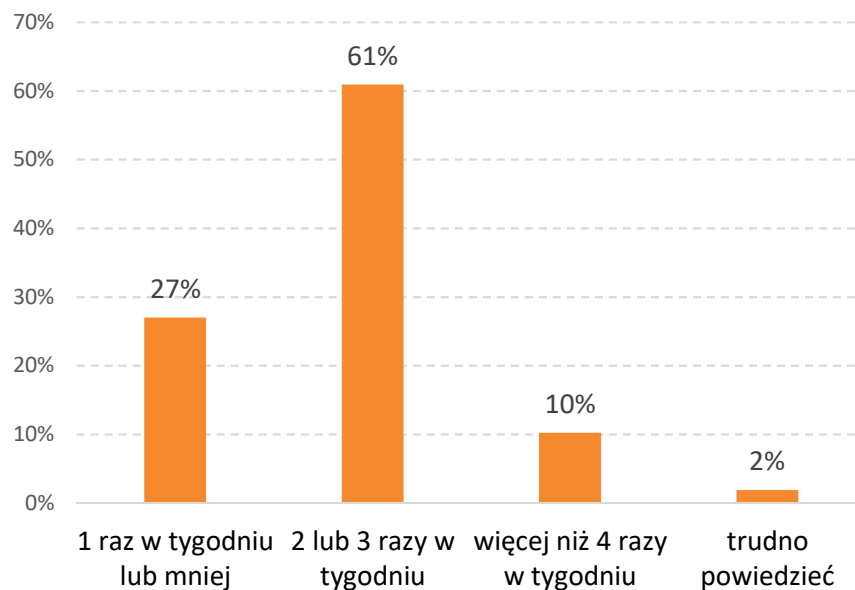
# Zajęcia sportowe prowadzone w CAS

## Ocena i wnioski

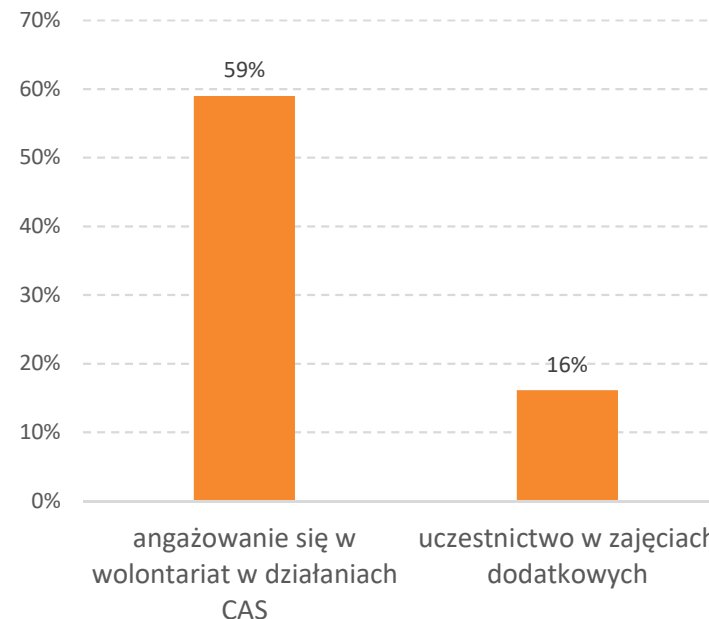
- Zdaniem respondentów: „*Seniorzy potrzebują przede wszystkim zajęć gimnastycznych i rehabilitacyjnych*” (FGI, Seniorzy CAS).
- Respondenci twierdzą, że w Krakowie brakuje sal gimnastycznych czy klubów fitness wyspecjalizowanych w zajęciach dla osób starszych z wykwalifikowaną kadrą (rehabilitanci, fizjoterapeutów). CASy nie zawsze mają odpowiednią infrastrukturę (sala, sprzęt). „*Brakuje miejsc, gdzie seniorzy mogą albo bardzo tanio, albo wręcz za darmo ćwiczyć bezpiecznie. Jest cała oferta ogromna komercyjna. (...) Jeśli mogą wydać pieniądze [Urząd Miasta Krakowa], to niech np. wydadzą na kilka miejsc, sal gimnastycznych, gdzie ci seniorzy kupią sobie tani abonament. (...) Ale muszą być bezpieczne. Stanowczo za mało jest np. zajęć w wodzie dla seniorów*” (FGI, seniorzy CAS).
- Badania ilościowe wskazały, że zajęcia sportowe są najchętniej wybieranymi zajęciami w CAS przez 64% seniorów (PAPI, n=583).
- Na otwarte pytanie dotyczące tego, co się członkom CAS najbardziej podoba w CAS, ponad jedna czwarta seniorów odpowiada, że są to zajęcia poprawiające sprawność fizyczną (biorąc pod uwagę najczęstsze odpowiedzi: zajęcia gimnastyczne, taneczne, zajęcia na basenie, pilates, spacerory oraz nordic walking) (PAPI, n=583).

# CAS – uczestnictwo

### Częstotliwość uczestnictwa w zajęciach CAS



### Aktywność uczestników CAS



źródło: badania uczestników CAS, N583

Zdecydowana większość badanych uczestników CAS deklaruwała **uczestnictwo w zajęciach kilka razy w tygodniu** (71%). Niewiele ponad jedna czwarta uczestniczy w zajęciach raz w tygodniu lub rzadziej (27%).

16% uczestniczyło w **zajęciach dodatkowych**, a 59% zaangażowanie w **wolontariat**.

## CAS – oczekiwania seniorów wobec oferty

Na pytanie otwarte dotyczące dodatkowych zajęć, które powinny się znaleźć w ofercie CAS, członkowie CAS wskazali:

- **Zajęcia poprawiające umiejętności** (od najczęściej wskazywanych: języki obce – zwiększenie liczby godzin oraz stworzenie większej ilości grup, wykłady i spotkania ze specjalistami z różnych dziedzin, rękodzieło, zajęcia z nowych technologii, kurs fotograficzny).
- Dokładnie **tylko samo wypowiedzi dotyczyło wycieczek oraz wyjść integracyjnych** (od najczęściej wskazywanych: wycieczki krajoznawcze i integracyjne, wspólne wyjścia do instytucji kultury, spotkania i gry integracyjne, grill).
- Znaczna część członków CAS życzyłaby sobie **zajęć poprawiających sprawność fizyczną** (od najczęściej wskazywanych: basen, gimnastyka, taniec śpiew, muzyka, joga, nordic walking).
- Niewielka grupa seniorów była zwolennikami zwiększenia ilości zajęć poprawiających sprawność intelektualną (od najczęściej wskazywanych: ćwiczenia pamięci, brydż, szachy, klub dyskusyjny).

Ponad połowa respondentów wstrzymała się od odpowiedzi. Jedna czwarta osób, która udzieliła odpowiedzi, twierdziła, że **oferta jest wystarczająca i nic nie trzeba dodawać**. (PAPI, n=583).

## CAS – oferta (1/2)

### Ocena i wnioski

- Seniorzy prócz aktywizacji i wsparcia oferowanego w ramach PASIOS **potrzebują wsparcia psychologicznego**.
- Program **nie pozwala na elastyczność względem ustalonego harmonogramu**. Koordynatorzy spotykają się z trudnościami znalezienia osób prowadzących na niektóre zajęcia (kwestia wynagrodzenia i umiejętności), poza tym seniorzy tracą zainteresowanie niektórymi zajęciami.

*„Powinna być większa inwencja twórcza w nasz rozpisany projekt, powinniśmy po bardziej dostosować do potrzeb seniorów i zaproponować swoją politykę prowadzenia aktywizacji seniorów. Więcej chętnych byłoby gdyby powstało więcej darmowych wycieczek dla seniora ogłaszanych przez kościół i zajęcia rozpisane programowo w inny sposób. Stworzyć mniej sztywny harmonogram” (IDI).*

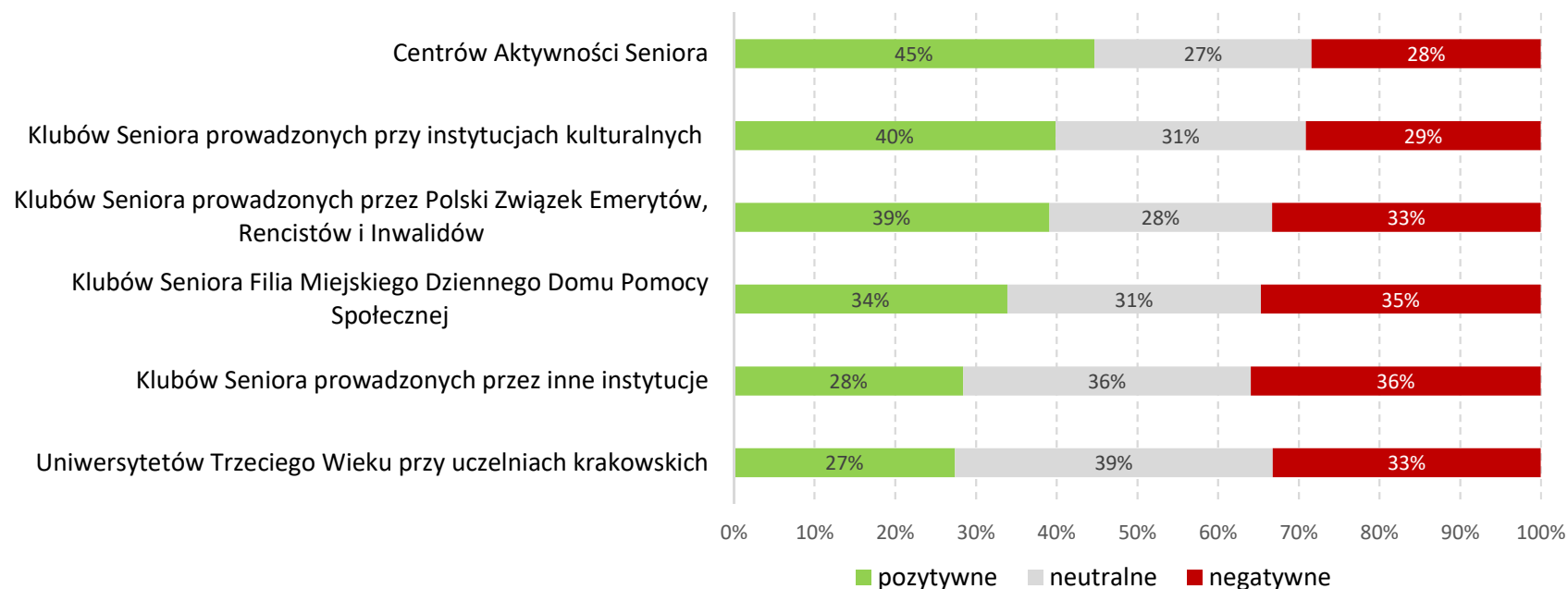
## CAS – oferta (2/2)

### Ocena i wnioski

- Seniorzy w gminie Kraków różnią się potrzebami i zainteresowaniami (centrum - obrzeża)
- Zaleca się wprowadzić większą elastyczność w stosunku do zmian w harmonogramach. Przeszkoleni koordynatorzy, znający założenia i idee programu oraz potrafiący skutecznie zinterpretować potrzeby seniorów powinni mieć większą możliwość wprowadzania zmian w harmonogramie.
- Stopień zaangażowania i uczestnictwa seniorów w zajęciach edukacyjnych organizowanych w CAS zależy od osób prowadzących zajęcia oraz od koordynatora. Koordynatorzy CAS oraz osoby prowadzące zajęcia z seniorami powinny posiadać stosowne wykształcenie lub przeszkolenie, powinny cechować się wysokim stopniem empatii i odpowiednim podejściem do tej grupy wiekowej.

# CAS – ocena funkcjonowania (1/4)

## Ocena funkcjonowania klubów seniora



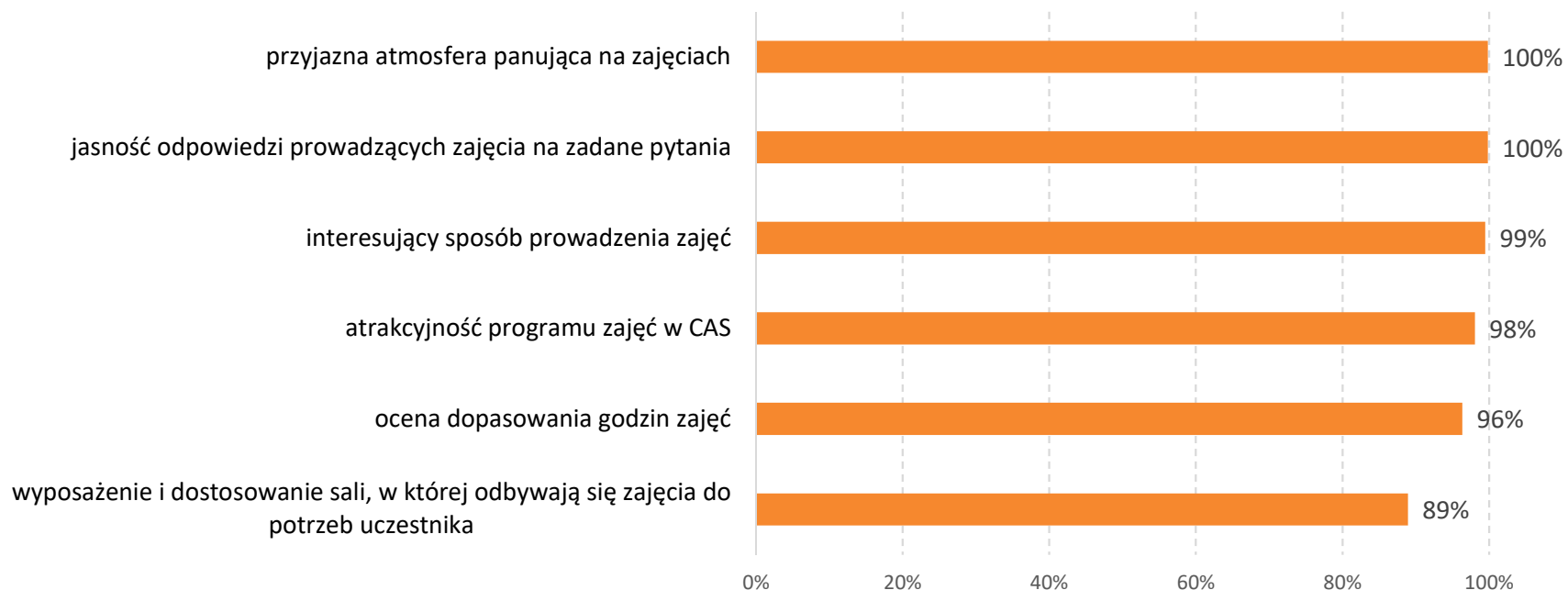
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501, liczba oceniających instytucje N113-131

W badaniu Barometr Krakowski 2018 osoby starsze, które deklarowały, że korzystają z oferty klubów seniora poproszono o ocenę ich funkcjonowania. **Blisko połowa tych respondentów pozytywnie oceniło funkcjonowanie CAS (45%).** Jest to najlepiej oceniana forma aktywizacji seniorów. Jednocześnie **28% respondentów korzystających z oferty CAS oceniła je negatywnie.**



## CAS – ocena funkcjonowania (2/4)

### Ocena funkcjonowania CAS (pozytywne odpowiedzi)



źródło: badania uczestników CAS, N583

Uczestnicy CAS pytani byli o ocenę ich funkcjonowania. **Zdecydowana większość uczestników oceniła pozytywnie atmosferę, atrakcyjność programu, dopasowanie godzin zajęć oraz sposób prowadzenia zajęć.**

Nieliczne osoby **oceniły negatywnie wyposażenie i dostosowanie sal do potrzeb uczestników.**

## CAS – ocena funkcjonowania (3/4)

Na otwarte pytanie o to co seniorzy najlepiej oceniają w funkcjonowaniu CAS, jego członkowie wskazują:

- na pierwszym miejscu najlepiej oceniają **zajęcia i ich wysoką jakość** (od najczęściej wymienianych: poprawiające umiejętności, poprawiające sprawność fizyczną, poprawiające sprawność intelektualną),
- na drugim miejscu seniorzy wskazali **atmosferę panującą w CASie** (miła, przyjazna, sympatyczna świetna),
- wielu seniorów **doceniło koordynatorów i osoby prowadzące zajęcia**, wskazując na ich wysokie kompetencje, życzliwość, umiejętność rozpoznawania potrzeb seniorów,
- kolejno członkowie CAS wymieniali **spotkania i integracje**. W ich wypowiedziach odczuwalny był nacisk na kontakt i wspólne spędzanie czasu,
- **wycieczki i wyjścia do instytucji kultury** były kolejnym aspektem, który seniorzy cenili najbardziej.

Źródło: Badanie CAS, PAPI, n=583

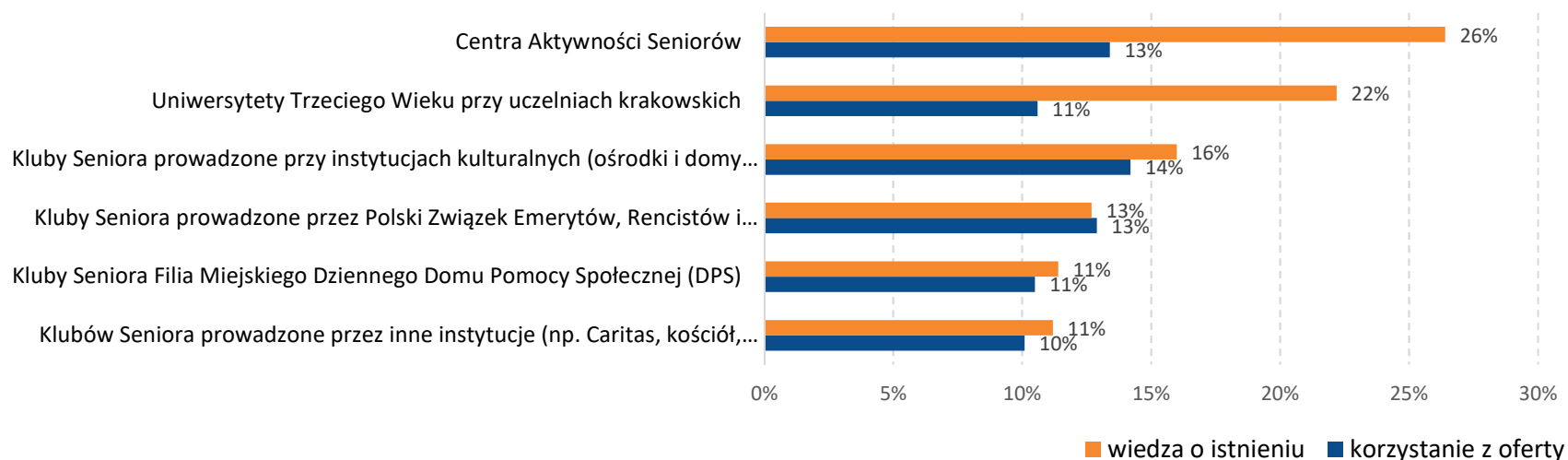
## CAS – ocena funkcjonowania (4/4)

Zdecydowana większość beneficjentów oraz partnerów programu PASIOS ocenia pozytywnie ideę oraz funkcjonowanie Centrów Aktywności Seniora:

- *Myślę że jeśli odebrać teraz seniorom to co oferuje im miasto to byłaby wielka strata, w tym momencie zabralibyśmy im jakąś część funkcjonowania (IDI).*
- *Dzięki programowi PASIOS i tej promocji (filmiki w tramwajach, informacje w gazecie co seniorzy robią, co się dla nich robi) zmieniło się postrzeganie seniorów w Krakowie – to są ludzie którzy żyją pełnią życia, zaczyna się mówić, że wnoszą coś dobrego do miasta (IDI).*
- *Jeżeli zamkniemy te wszystkie CASy to seniorzy znowu zostają zamknięci w domu (IDI).*
- *Jeżeli tylko chcą to można sobie super wypełnić czas emerytalny, bo jest tyle propozycji że naprawdę czasem to brakuje wolnego czasu. Uważam że CASy to jest super sprawa, stwierdzam że pani Okońska miała genialny pomysł proponując coś takiego bo tu z kolei wygląda to tak że państwo przychodzą na konkretne zajęcia ale też organizowane są takie wspólne wyjścia że to powoduje że człowiek się integruje ale też nie trzeba poświęcić na to całego dnia (IDI).*
- *Nie ma czasu się zestarzeć będąc uczestnikiem CASu (FGI, Seniorzy CAS).*
- *To dają CASy, że człowiek nie jest sam (FGI, Seniorzy CAS).*
- *Na tym polega CAS, żeby jeden drugiemu podał rękę (FGI, Seniorzy CAS).*
- *Pani Prezydent powinna dostać za to Nobla (FGI, Seniorzy CAS).*

# CAS – znajomość CAS

## Znajomość i korzystanie z oferty klubów seniora



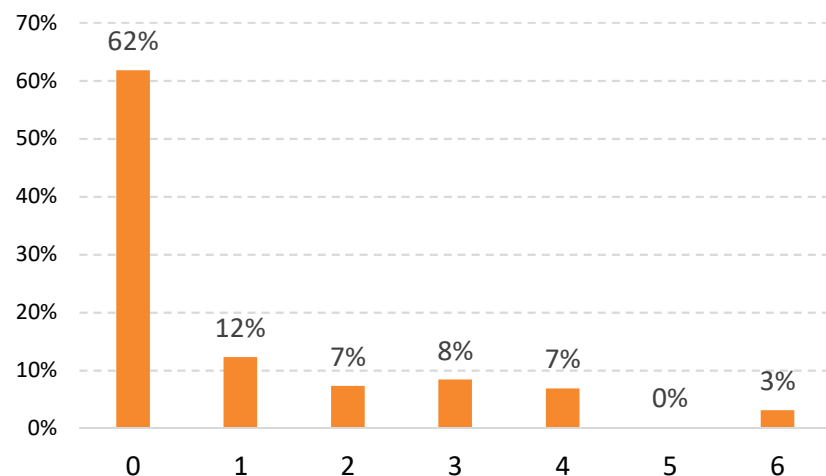
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Według Barometru Krakowskiego 2018 nieco ponad jedna czwarta osób starszych w Krakowie wie o istnieniu Centrów Aktywności Seniorów (26%). Jest to najbardziej rozpoznawana forma aktywizacji osób starszych. W dalszej kolejności znajdują się Uniwersytetu Trzeciego Wieku (22%) i kluby seniora przy instytucjach kulturalnych (16%).

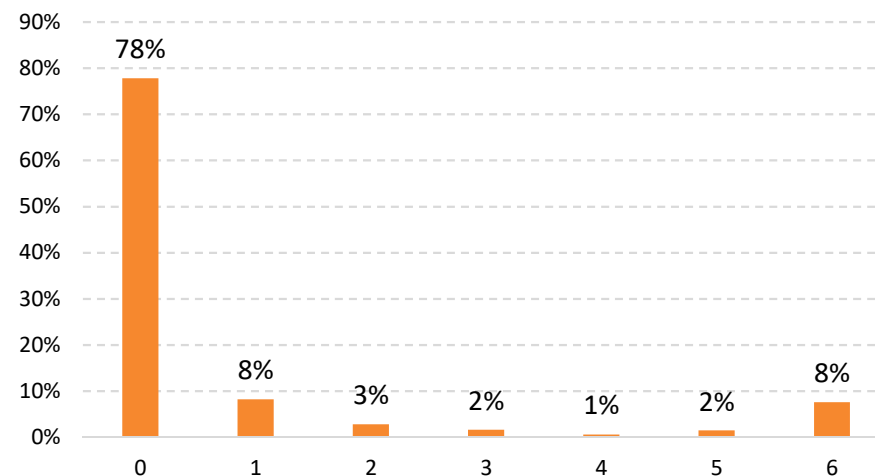
13% osób starszych deklaruje, że korzysta z oferty CAS. Podobny odsetek deklaruje korzystanie z oferty klubów seniora przy instytucjach kultury (14%). Warto mieć na uwadze, że w badaniach deklaracyjnych odsetki te są zazwyczaj zawyżone.

## CAS – inne kluby seniora

Ofertę ilu instytucji osoba starsza zna?



Z oferty ilu instytucji osoba starsza korzysta?



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

W badaniu Barometr Krakowski 2018 osoby starsze były pytane o to, jakich instytucji ofertę znają i z których korzystają. Przynajmniej jedną instytucję klubu seniora zna 38% osób starszych.

Korzystanie z przynajmniej jednej instytucji klubu seniora deklaruje 22% seniorów. Blisko co dziesiąty senior korzysta z oferty wielu instytucji – wskazuje to na grupę najbardziej aktywnych seniorów (8%).

# CAS – funkcjonowanie (1/2)

## Ocena i wnioski

- Seniorzy zdecydowanie **mniej licznie uczestniczą w zajęciach podczas wakacji**. Nie chcą również w tym okresie pełnić dyżurów w CAS. Zdaniem respondentek dotyczy to również LALS – gdyby była ona organizowana na wiosnę lub w jesieni, byłoby więcej chętnych. *„Z moich obserwacji wynika, że pomysłodawcy CAS nie do końca dobrze przemyśleli stronę organizacyjną, gdyż koordynator jest również wolontariuszem z przymusu, jeśli chce wypełnić obowiązek działalności kawiarenki 4h przez 5 dni w tygodniu. Sam będąc wolontariuszem w tym w CAS wiem jak trudno pracować w okresie lata. Znaleźć osoby chętne do pracy w kawiarence na zasadzie wolontariatu w lecie jest praktycznie niemożliwe”* (PAPI, wypowiedź seniora z CAS).
- Niektórzy koordynatorzy nie zawsze zgodnie z założeniami interpretują założenia i idee PASIOS. Mają problemy z aspektem biurokratycznym swojej pracy, niedostatecznie dobrze komunikują ideę wolontariatu. Potrzebują pomocy psychologicznej w rozwiązywaniu problemów. **Zaleca się zorganizowanie dedykowanych szkoleń dla koordynatorów**, podczas których zapoznani zostaną z ideami towarzyszącymi PASIOS, w ujęciu praktycznym (warsztaty w mniejszych grupach, dodatkowe). Zaleca się stworzenie płaszczyzny kontaktu między koordynatorami a urzędnikami np. w ramach szkolenia. *„Jest mało instytucji które mają na myśli dobro seniora i stąd też bardzo często bywa że ten koordynator to jest człowiek trochę do bicia, bije go miasto i szef fundacyjno-stowarzyszeniowy, jak się postawisz to Ci fundacja powie dziękuję na twoje miejsce pójdzie ktoś kto się będzie bardziej zgadzał na to co ja chcę, z drugiej strony urzędnicy mają wytyczne jak to powinno wyglądać i tutaj nie ma uprosć”* (IDI).

## CAS – funkcjonowanie (2/2)

### Ocena i wnioski

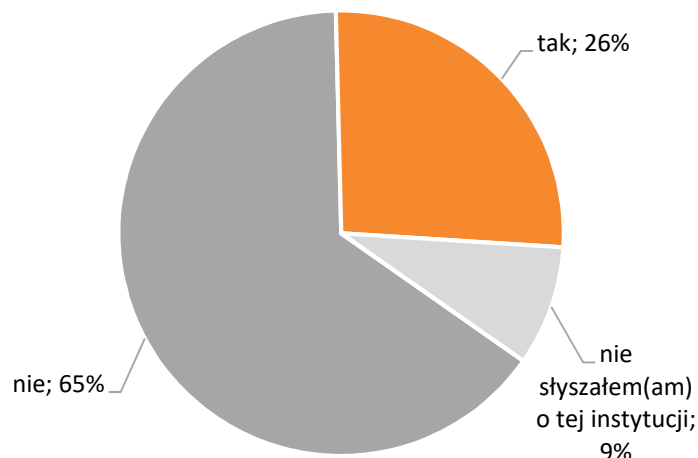
- Zgłoszono pewne trudności w obsłudze programu NAWIKUS (do obsługi sprawozdań).
- Istnieje problem z dokumentowaniem ilu seniorów realnie korzysta z programu.
- Podczas realizacji wywiadów pojawiła się propozycja częściowej partycypacji w kosztach prowadzonych działań w CAS. W opinii rozmówcy pozwoliliby to docenić starania i podejmowany wysiłek wkładany w organizację działań dla seniorów.

*„Też jest wadą tego programu, że seniorzy mają wszystko za darmo i się tak przyzwyczaili. Że wszystko ma być za darmo. (...) pani myśli, że ktoś przyjdzie [gdy trzeba zapłacić] ? Mimo że im zależy na gimnastyce? Nie ma nikogo. Nie przyjdą. Też trochę zepsuliśmy tym projektem seniorów. Dlatego, że oni są tak nauczeni, że oni płacić za nic nie będą. (...) Jak coś jest za darmo, to nie ma wartości. Dlatego oni nie potrafią docenić, że coś dostają. Tu jest minus, na pewno” (IDI);*

*„Ludzie tam nic nie robią a dostają wszystko za darmo i jeszcze miasto to finansuje” (IDI).*

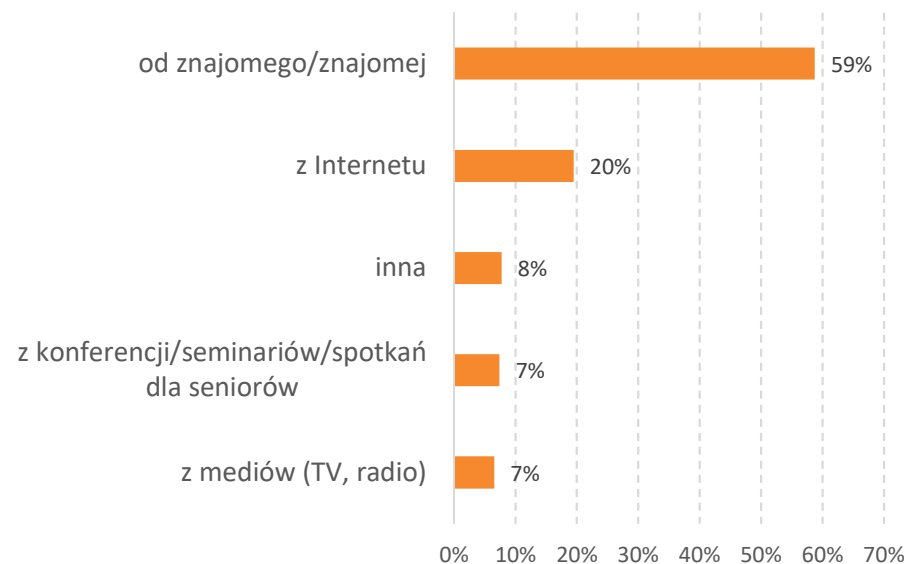
# Komunikacja z seniorami – wiedza o CAS

Czy można uznać, że jest Pan(i) zorientowany(a) w ofercie? (Centrów Aktywności Seniora)



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Źródła informacji o CAS



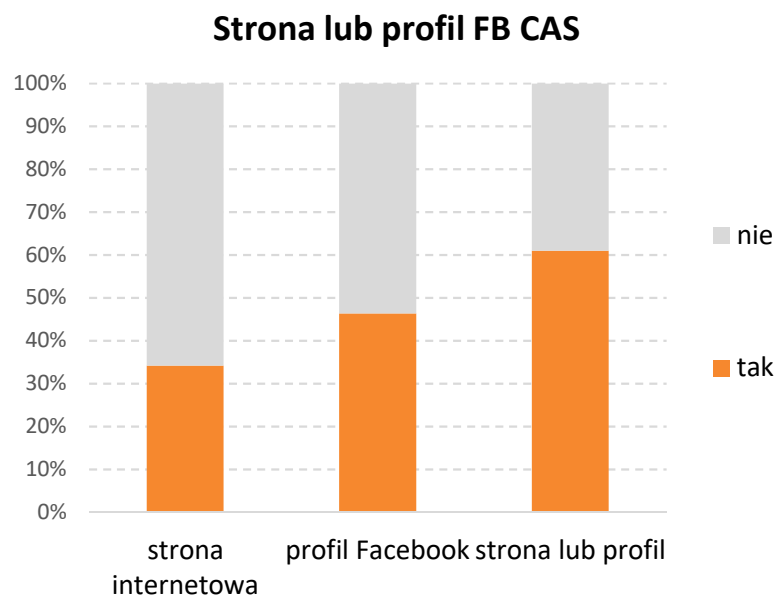
źródło: badania uczestników CAS, N583

Nieco ponad jedna czwarta osób starszych badanych w Barometrze Krakowskim 2018 deklaruje, że orientuje się w ofercie Centrów Aktywności Seniora (26%). Znaczna większość wskazuje, że jej nie zna, a 9% nigdy nie słyszało o takiej instytucji.

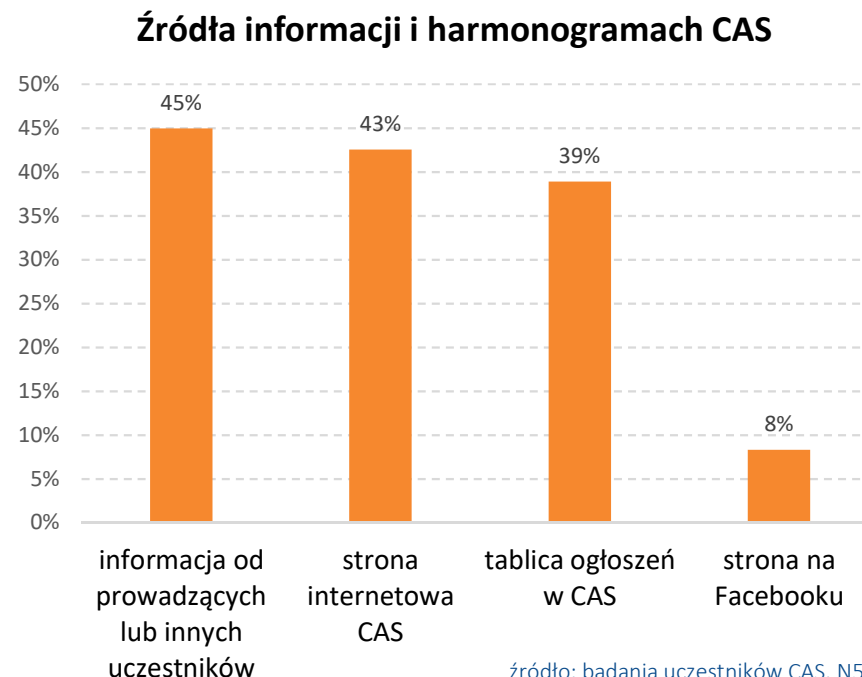
Aktualni użytkownicy CAS najczęściej dowiedzieli się o nim od znajomych (59%) lub z Internetu (20%).



# Komunikacja z seniorami – strony CAS



źródło: opracowanie własne, analiza stron internetowych CAS (41 placówek, stan na 01.11.2019)



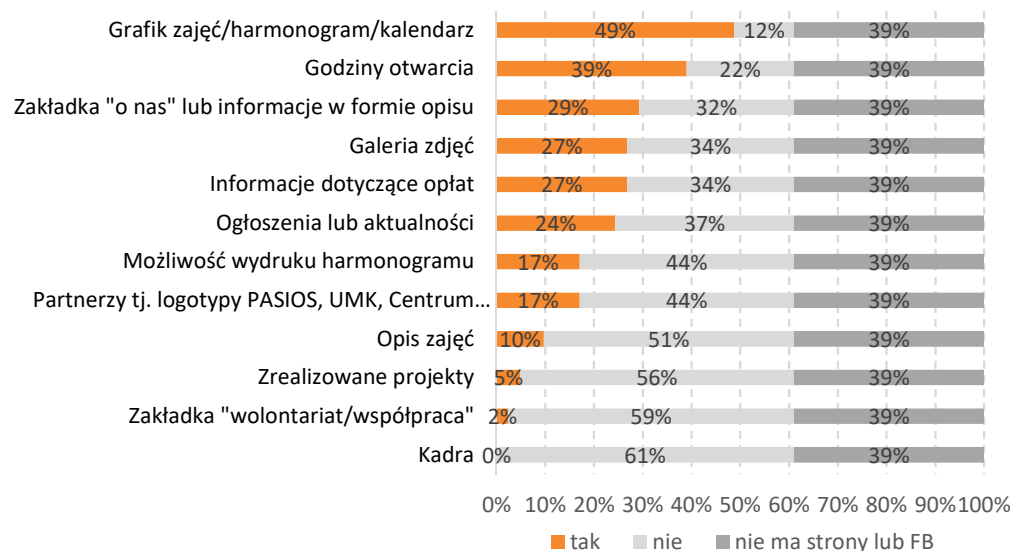
źródło: badania uczestników CAS, N583

Jedna trzecia CAS prowadzi stronę internetową (14 CAS, 34%). 46% posiada profil na Facebooku. Łącznie 61% CAS posiada stronę lub profil Facebook.

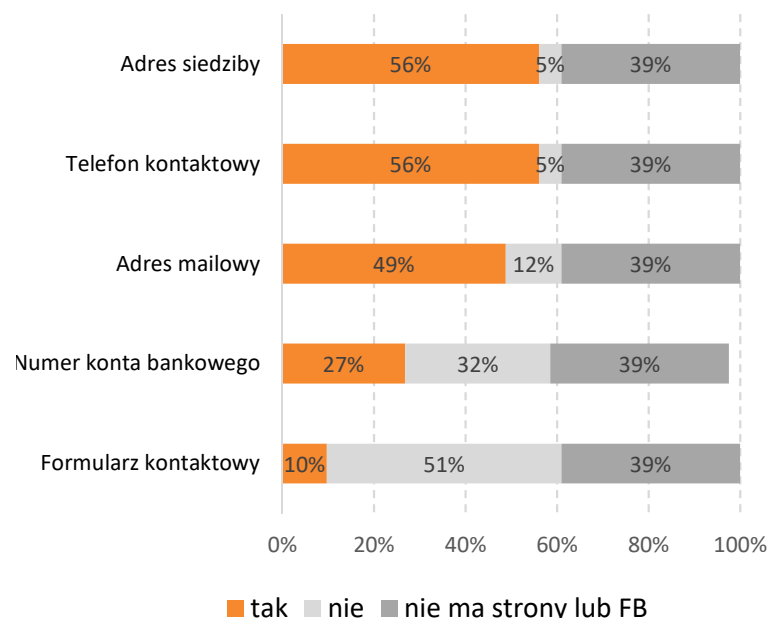
Wśród uczestników CAS 43% poszukuje informacji o harmonogramach zajęć ze strony internetowej, a 8% ze strony na FB. Najczęściej uzyskują ją bezpośrednio od prowadzących lub innych uczestników (45%) lub z tablicy ogłoszeń (39%).

# Komunikacja z seniorami – strony CAS (treści)

## Zakres treści stron CAS



## Dane kontaktowe na stronach CAS



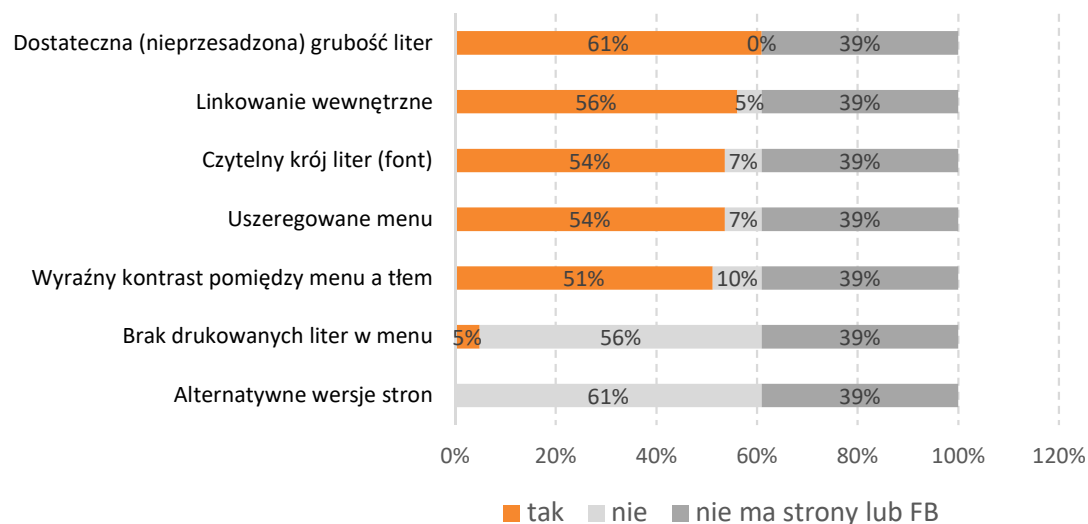
źródło: opracowanie własne, analiza stron internetowych CAS (41 placówek, stan na 01.11.2019)

Zakres treści CAS, które **prowadzą stronę internetową** jest zróżnicowany. Najwięcej placówek udostępnia informacje o harmonogramie zajęć (49%; 20 placówek), godzinach otwarcia (39%; 16) i informacjach o placówce (29%; 12).

Zdecydowana większość udostępnia informacje o swoim **adresie** (56%; 23 placówki), **telefonie kontaktowym** (56%; 23) i **adresie e-mail** (49%; 20).

## Komunikacja z seniorami – strony CAS (dostosowanie)

### Dostosowanie stron do standardów użyteczności dla osób starszych



źródło: opracowanie własne, analiza stron internetowych CAS (41 placówek, stan na 01.11.2019)

Zdecydowana większość CAS, które posiadają strony spełnia standardy dostępności tych stron dla osób starszych.

Jedynymi zaobserwowanymi brakami jest brak alternatywnych wersji stron w wersji kontrastowej przystosowanej dla osób z niepełnosprawnością oraz stosowanie drukowanych liter w menu.

# Integracja międzypokoleniowa w CAS

## Ocena i wnioski

- Poniżej zamieszczono przykłady inicjatyw integracji międzypokoleniowej w CAS z wywiadów z koordynatorami:
  - *Prowadzimy dużo zajęć dodatkowych. Nie stoimy tylko w harmonogramie wcześniej rozpisany, ale organizujemy też wycieczki np. Gdańsk, był to roczny projekt „Zaadoptuj babcię/dziadka” i przez ten rok seniorzy angażowali się w poznanie przedszkolaków z Gdańska, w ramach projektu dawali sobie prezenty na różne okazje i święta (IDI).*
  - *Nasi wolontariusze szli ostatnio przytulanki dla dzieci z hospicjum, dodatkowo występowali i śpiewali, pytali również o pomoc przy tych dzieciach (IDI).*
  - *Mamy pod koniec roku dzień wolontariusza, na których honorujemy swoich wolontariuszy, dajemy drobny poczęstunek. Jest to spotkanie międzypokoleniowe, zapraszani są uczniowie ze szkoły (IDI).*
  - *Działania międzypokoleniowe to właśnie robienie wspólnych imprez z młodzieżą, w naszym przypadku to współpracowaliśmy bardzo mocno ale nie z uczniami z tej szkoły a ze studentami z kierunku „Psychologia stosowana” Uniwersytetu Jagiellońskiego, przychodziły same dziewczęta które kapitalnie zorganizowały nam Andrzejki, bardzo fajne zajęcia prowadziły (IDI).*
  - *Cały czas realizujemy jakieś pomysły z młodzieżą, współpracujemy z trzema szkołami i przedszkolami w okolicy, gotujemy, szyjemy, sadzimy drzewa, uczymy się języków, chodzimy na swoje występy i sama nie wiem co jeszcze (...) młodzież bardzo chętnie do nas przychodzi (IDI).*

# Integracja międzypokoleniowa (1/2)

## Ocena i wnioski

- Wśród działań organizowanych i koordynowanych przez Miasto, angażujących i integrujących mieszkańców różnych pokoleń, można wyróżnić: otwarte zawody sportowe, Gale podsumowujące konkurs „Działajmy razem”, Złoty uczestników CAS, Święto Rodziny, Senioralia, Targi Seniora, Koncerty w ICE połączone z Galą Miejsca Przyjazne Seniorom, międzynarodowe konferencje dotyczące spraw senioralnych, przeglądy działalności artystycznej seniorów.
- Wspieranie działań mających na celu integrację międzypokoleniową jest realizowane w ramach konkursu „Działajmy razem”. Projekty realizowane są od 2015 roku. Łącznie sfinansowano 35 projektów, zakładany wskaźnik został zrealizowany w 200%.
- Działalność integracyjna jest prowadzona poprzez CASy (wynika z inicjatywy koordynatorów lub/i seniorów, nawiązywanie współpracy ułatwia lokalizacja CAS w budynkach szkół i przedszkoli lub w ich pobliżu).
- Prócz planowanych w PASIOS działań mających na celu integrację międzypokoleniową zaznaczyć należy działania, które nie były początkowo planowane, ale odbywają się i cieszą dużym powodzeniem

# Integracja międzypokoleniowa (2/2)

## Ocena i wnioski

- Prócz organizowanych wydarzeń i spotkań mających na celu integrację międzypokoleniową realizowany jest **program edukacja do późnej dorosłości w szkołach**: Konkurs dla nauczycieli na scenariusz zajęć „Oswoić starość”, opracowanie zasad certyfikatu Szkoła Łącząca Pokolenia.
- Cele związane z integracją międzypokoleniową realizują podejmowane próby budowania **wspólnej sieci miejskich działań adresowanych do samodzielnych osób starszych** – dobre sąsiedztwa, miejsca wspólne.
- We współpracy z Centrum Dialogu Obywatelskiego realizowany jest **projekt dotyczący „Mądrości życiowej”** prowadzony przez wolontariusza KCS. Spotkania odbywają się od 2017 roku co dwa tygodnie. Spotkania mają na celu opracowanie publikacji pt. „Podręcznik mądrości życiowej”. Według raportu z PASIOS z 2018 roku spotkania skupiają osoby w różnym wieku.

# Senioralia

## Ocena i wnioski

- Senioralia równocześnie odbywają się w wielu miejscach w Krakowie – **trudno uczestniczyć we wszystkich atrakcjach**. Wielodniowa impreza, odbywająca się w nasłonecznionych miejscach (Pl. Szczepański, Pl. Wolnica) była zbyt wyczerpująca dla seniorów.

*„Senioralia **niepotrzebnie były rozciągane na 3 dni**, nie potrzebnie były rozciągane jeśli chodzi o miejsce, nie było się wstanie brać udział we wszystkich zajęciach, to jeszcze trzeba było na koniec dojechać do lasu Wolskiego i tam podobno miało być rozdanie i tam docierało może z 15 osób i to był jeden dzień, źle zorganizowane było to pod względem informacyjnym. Dobrze by było jakby to był skondensowane w jednym dniu i miejscu. Odbywały się na placu Szczepańskim wiec było gorąco, bez zadaszenia, oni się tam czuli niekomfortowo i czekali na wieczór” (IDI).*

- **Potańcówka** podczas Senioraliów cieszy się co rok dużym powodzeniem.
- W ramach Senioraliów **były prezentowane osiągnięcia artystyczne seniorów**.
- Oprócz działalności rękodzielniczej seniorzy chętnie działają w innych obszarach artystycznych: uczestniczą w zajęciach teatralnych i chóralnych. **Zmienna formuła Senioraliów nie sprzyja prezentacji dokonań artystycznych seniorów**. Zaleca się zorganizować osobne otwarte wydarzenie na którym seniorzy będą mogli przedstawić swój różnorodny dorobek.
- Organizacja “podwójnych” (jedne przez miasto, jedno przez MANKO) senioraliów wprowadza chaos i dezintegrację środowiska senioralnego.
- Zaleca się organizację jednego wydarzenia, dostosowanego do preferencji i możliwości osób starszych. Należy rozważyć organizację Senioraliów późną wiosną, bądź wczesną jesienią.

# Seniorzy nieuczestniczący

## Opinie i wnioski

- Zdaniem respondentów nie można na siłę przekonać **seniorów nieaktywnych** do podjęcia aktywności w ramach PASIOS – istnieje grupa seniorów nieaktywnych z wyboru - to często kwestia mentalności, pewnych barier psychicznych lub własnych, innych zajęć, które z powodzeniem realizują osoby starsze bez potrzeby znajomości oferty PASIOS. *„Osoba, która znajdzie taki sposób powinna dostać nagrodę, niemalże na miarę Nobla. Nikt nie ma na to odpowiedzi, ponieważ nie da się uszczęśliwić ludzi na siłę. To musi być zmiana mentalności, zmiana pokoleniowa. W świadomości wielu osób, ale także ich rodzin leży takie odsunięcie się na margines po przejściu na odpoczynek, po wyjściu z rynku pracy”* (FGI, seniorzy nieaktywni).
- Należy się starać dotrzeć **do osób nieaktywnych różnymi kanałami komunikacji**, ponieważ ich nieaktywność może wynikać z braku wiedzy dotyczącej CAS



# Aktywność społeczna promująca integrację wewnątrz i międzypokoleniową

## Ocena i wnioski

- Cele związane z aktywnością osób starszych w ramach PASIOSa realizowane są przede wszystkim przez zajęcia oferowane przez Centra Aktywności Seniorów.
- Działania mające na celu integrację międzypokoleniową i wewnątrzpokoleniową seniorów realizowane są poprzez indywidualne projekty Centrów Aktywności Seniora. Zbadane Centra Aktywności Seniora wskazywały na znaczną aktywność w tym zakresie
- Działania mające na celu integrację międzypokoleniową i wewnątrzpokoleniową seniorów wyrażają się w cyklicznych wydarzeniach i dodatkowych inicjatywach koordynowanych przez Urząd Miasta. Badani seniorzy w większości wyrażali się pozytywnie o zaproponowanych im aktywnościach. Zaznaczyć należy, że w programie pojawiły się działania, które nie były planowane na etapie tworzenia założeń PASIOS - cieszą się one zainteresowaniem seniorów
- Należy przemyśleć formułę Senioraliów - zaleca się organizację jednego wydarzenia dostosowanego do preferencji i możliwości osób starszych

## **PASIOS. IV. Partycypacja społeczna osób starszych**

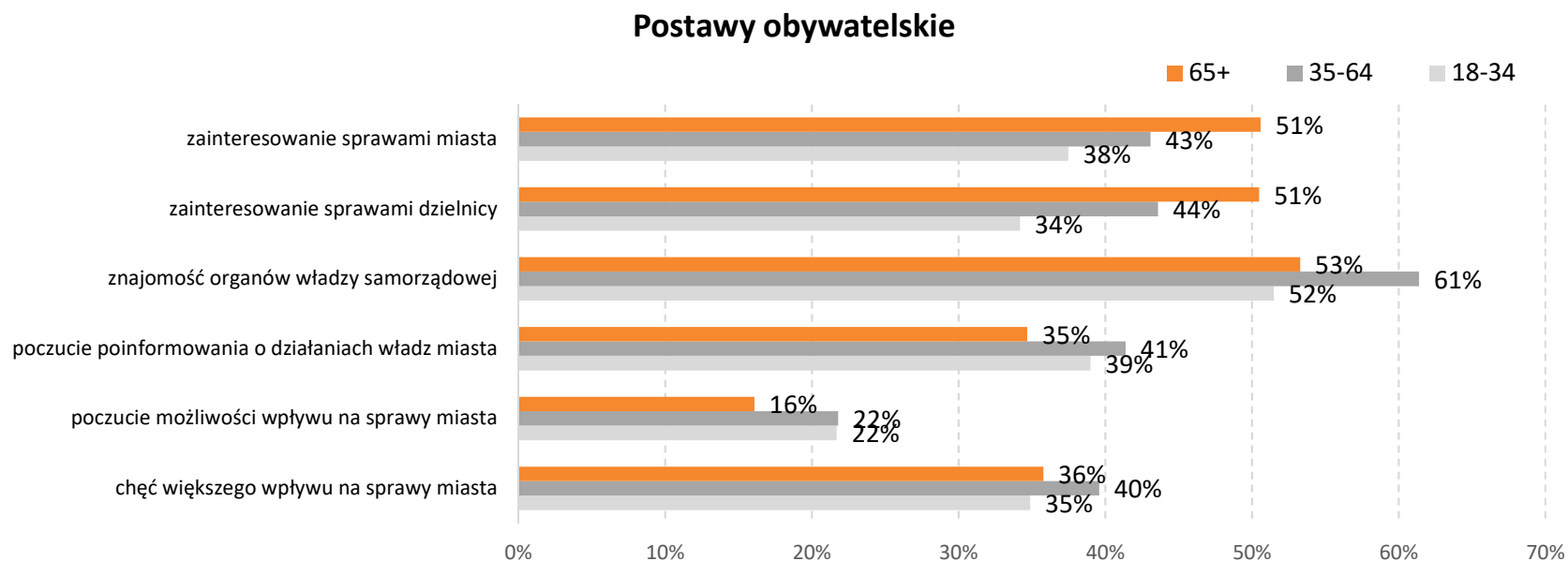
## Podsumowanie mierników i produktów

Poniżej znajduje się podsumowanie mierników i produktów realizacji celów:

Nazwa działania	Mierniki i produkty realizacji celów	2015	2016	2017	2018
Rada Krakowskich Seniorów	Liczba posiedzeń RKS	11	12	9	7
	Liczba posiedzeń zespołów tematycznych RKS	b.d.	b.d.	b.d.	b.d.
Wolontariat seniorski	Liczba wolontariuszy	b.d.	346	536	567
	Liczba centrów wolontariatu	b.d.	b.d.	b.d.	b.d.

źródło: opracowanie własne, analiza sprawozdań PASIOS

## Partycypacja społeczna – postawy obywatelskie



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

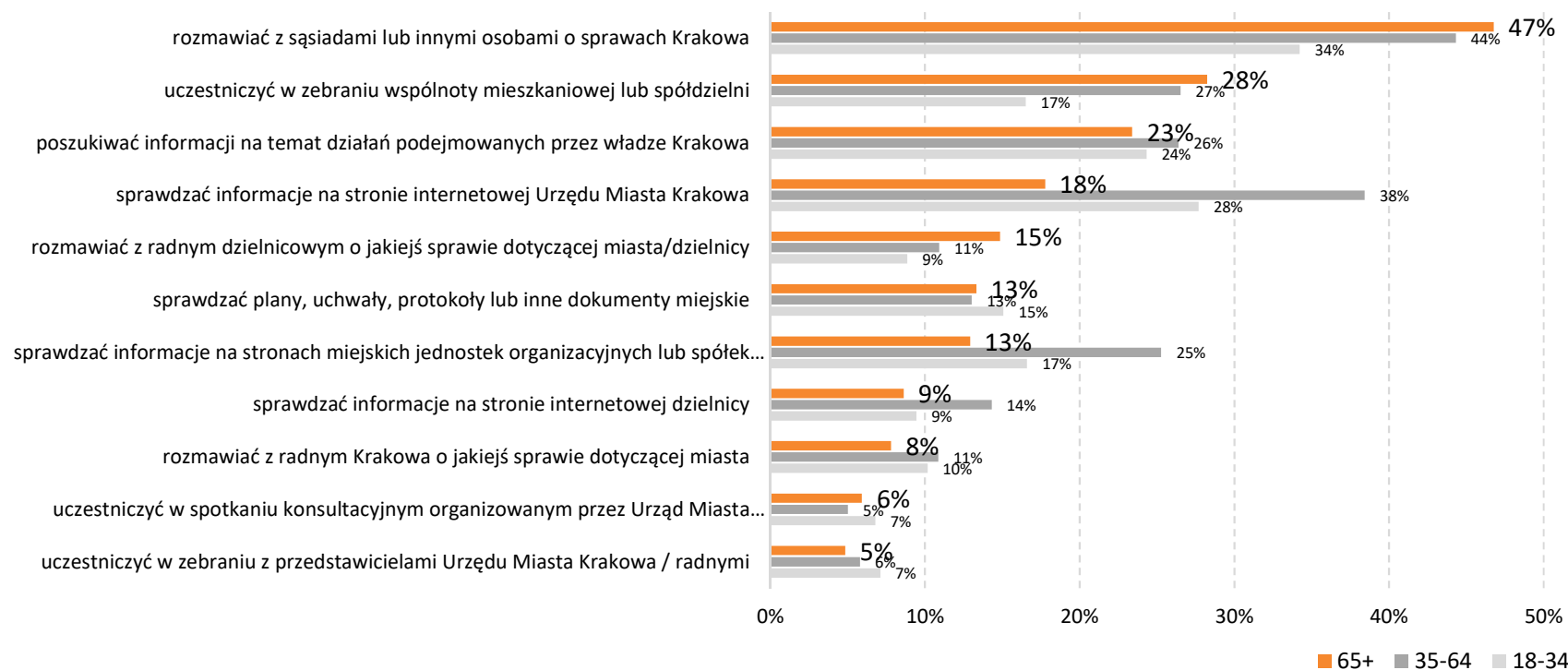
Według Barometru Krakowskiego 2018 osoby starsze częściej niż inne grupy wiekowe deklarują zainteresowanie sprawami miasta (51%) oraz dzielnicy (51%).

Jednocześnie nieco ponad jedna trzecia osób starszych deklaruje, że czuje się poinformowana o działaniach władz miasta (35%) i ma możliwość wpływu na sprawy miasta (16%).

53% osób starszych deklaruje, że wie jakie są organy władzy samorządowej i jakie są ich kompetencje. 36% osób starszych chciałaby mieć większy wpływ na sprawy miasta.

# Partycypacja społeczna – aktywności obywatelskie

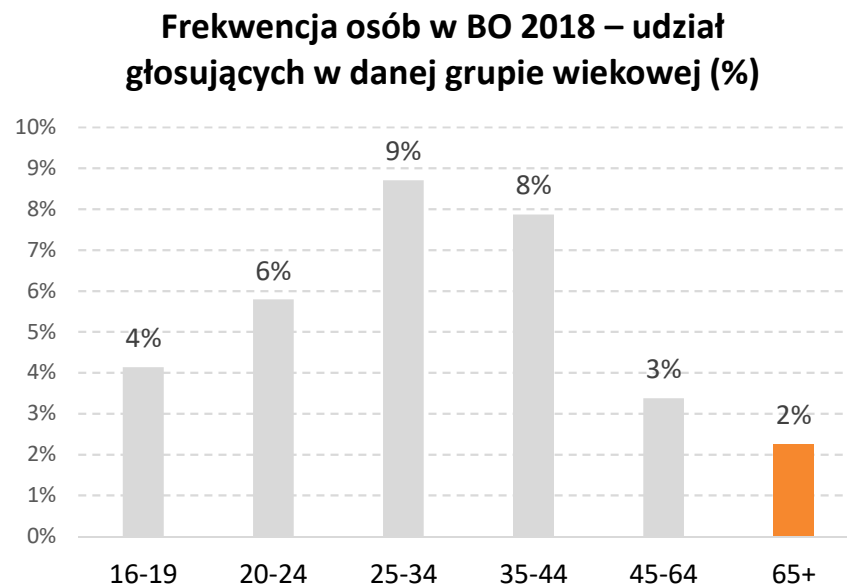
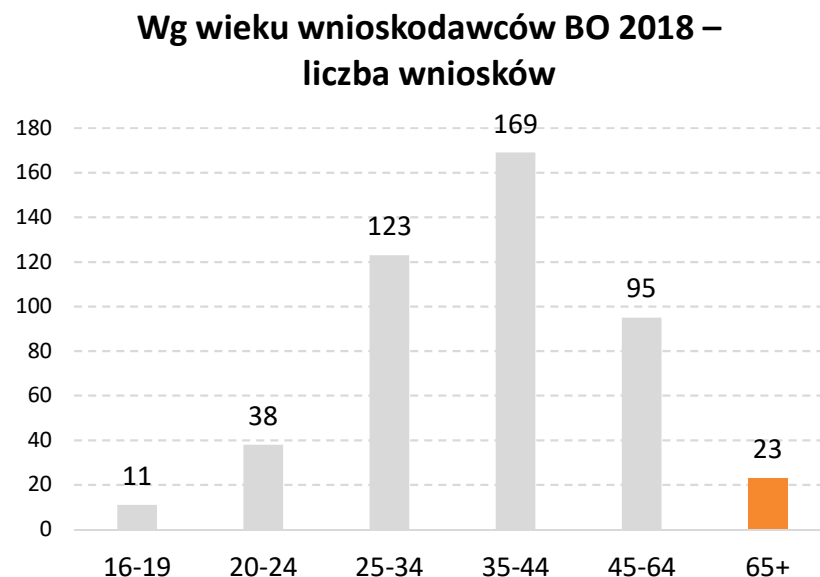
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło się Panu(i):



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Według Barometru Krakowskiego 2018 osoby starsze częściej niż inne grupy wiekowe deklarują, że rozmawiają o sprawach Krakowa z sąsiadami lub innymi osobami (47%), uczestniczą w zebraniach wspólnoty mieszkaniowej lub spółdzielni (28%) lub rozmawiają z radnym dzielnicowym o jakiejś sprawie dotyczącej miasta lub dzielnicy (15%).

## Partycypacja społeczna – budżet obywatelski



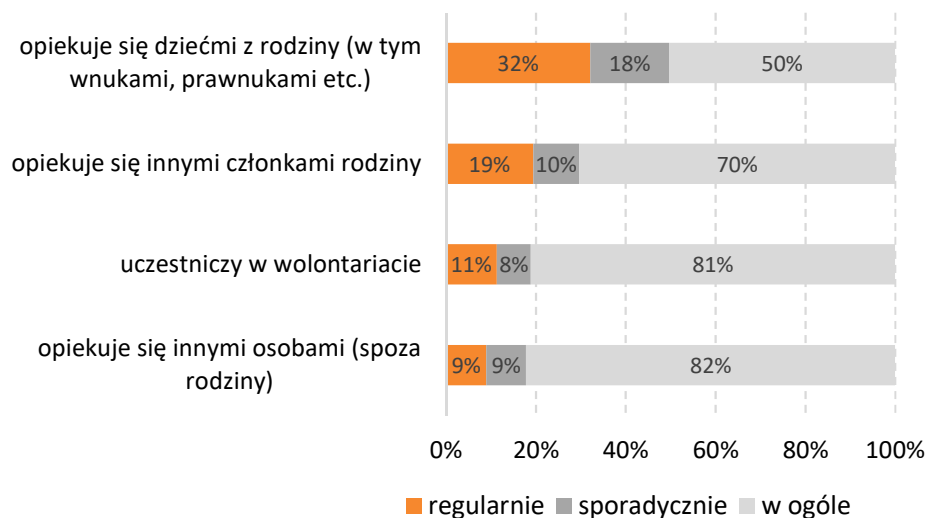
źródło: opracowanie własne, badania ewaluacyjne budżetu obywatelskiego miasta Krakowa

Osoby starsze stanowiły jedynie 5% osób składających propozycje zadania w budżecie obywatelskim miasta Krakowa w 2018.

Frekwencja w grupie wiekowej 65 i więcej lat w głosowaniu w budżecie obywatelskim w 2018 była najniższa w porównaniu do innych grup wiekowych i wynosiła 2%. W pierwszych edycjach BO wynosiła ona 4%.

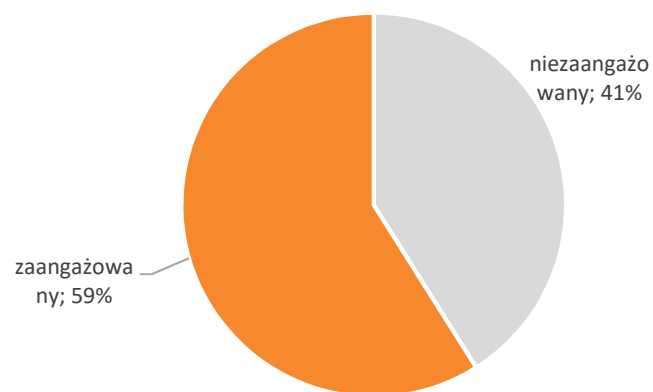
# Wolontariat

## Opieka nad innymi i wolontariat



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

## Wolontariat uczestników CAS



źródło: badania uczestników CAS, N583

Blisko jedna trzecia badanych osób starszych w Barometrze Krakowskim 2018 deklaruje, że opiekuje się dziećmi ze swojej rodziny (32%). Co piąty opiekuje się innymi członkami rodziny (19%).

Uczestnictwo w wolontariacie i opiekę innymi osobami niż członkowie rodziny deklaruje kolejne 11% i 9% osób starszych.

Wśród uczestników CAS 59% deklaruje zaangażowanie w jakąś formę wolontariatu w ramach CAS.

# Wolontariat

## Ocena i wnioski

- Nie wszyscy koordynatorzy i opiekunowie **odpowiednio rozumieją i propagują wolontariat**, a CASy mogą stanowić dobre miejsce do pokazywania korzyści płynących z idei wolontariatu.
- Prócz comiesięcznych spotkań z koordynatorami zaleca się zorganizować dla nich warsztaty/szkolenia mające na celu podnoszenie kompetencji osób pracujących z seniorami. *„Wydaje mi się że ta praca społeczna w młodości może się źle kojarzyć, poza tym wiem o pewnym błędzie który popełniają koordynatorzy, mianowicie ponieważ ciężko jest namówić ludzi na wolontariat to stosują zasadę kija i marchewki np. przyjdiesz na wolontariat to będziesz miał miejsce na basenie, albo za darmo wycieczkę. To nie rodzi nic dobrego. Przydało by się żeby koordynatorzy na tych spotkaniach co mamy co miesiąc poza sprawami bieżącymi, żeby zapewnione było nam wsparcie psychologiczne, żeby wytłumaczyć jak powiedzieć o tym wolontariacie”* (IDI); *„Uważam że ten wskaźnik wolontariatu to jest bzdura, bo w sprawozdaniach my to mamy przeliczyć na złotówki i te wirtualne złotówki są w sprawozdaniach wpisane i koniec na tym”* (IDI).
- Wolontariusze seniorzy czują, że **brakuje im wsparcia administracyjnego i psychologicznego**, chcieliby angażować się w więcej aktywności wolontaryjnych, jednak nie wiedzą, gdzie się mają zgłosić, nie znają możliwości (FGI, seniorzy CAS)
- Należy stworzyć **jednostkę wyspecjalizowaną w pomocy seniorom-wolontariuszom** lub nawiązać szerszą współpracę z Regionalnym Centrum Wolontariatu w Krakowie.
- Osoby działające w **wolontariacie czują się niedocenione** (FGI, seniorzy CAS). Prócz istniejących form wyróżnień dla wolontariuszy (np. w CAS-ach) należy wprowadzić dodatkowe formy zachęt do tej działalności.



# Rada Krakowskich Seniorów

## Ocena i wnioski

- RKS niedawno (uwaga red. lato 2019) otrzymało nowy, stały lokal (na ulicy Daszyńskiego). Według RKS pozwoli na bardziej widoczne efekty jej pracy. Do tej pory widoczność i świadomość RKS była bardzo niska.
- RKS przyznaje, że **dopiero w trzeciej kadencji można się spodziewać efektów jej pracy:**

*„Pracy takiej merytorycznej, usankcjonowanej nowymi pomysłami można się spodziewać dopiero w tej kadencji. W poprzedniej zrobiliśmy dużo fajnych rzeczy, dużo”(IDI);*

*„Tej pracy w dużej mierze nie widać. Ale to chodzi o wychwytywanie - bo my się przecież tym żywo interesujemy - jakie są uchwały Rady Miasta, co tam planują. (...) To uczestnictwo i zasygnalizowanie, że jest ta Rada i my odbieramy te bodźce z zewnątrz (...) Nasza praca nie polega na tym, że ja Ci jakąś wycieczkę załatwię, tylko żeby prawnie różne rzeczy uregulować, żeby było łatwiej i dla innych rad i seniorów” (IDI).*

- Według respondentów **nie wszyscy członkowie RKS (Przypis Autorów raportu - chodzi o II kadencję) są dobrze wybrani.** *„Nie zawsze jak człowieka wybiorą, to nie bardzo wie, do czego został wybrany, ale na szczęście jest tam grupa operatywna, więc kadencja się w miarę szczęśliwie kończy” (IDI).*

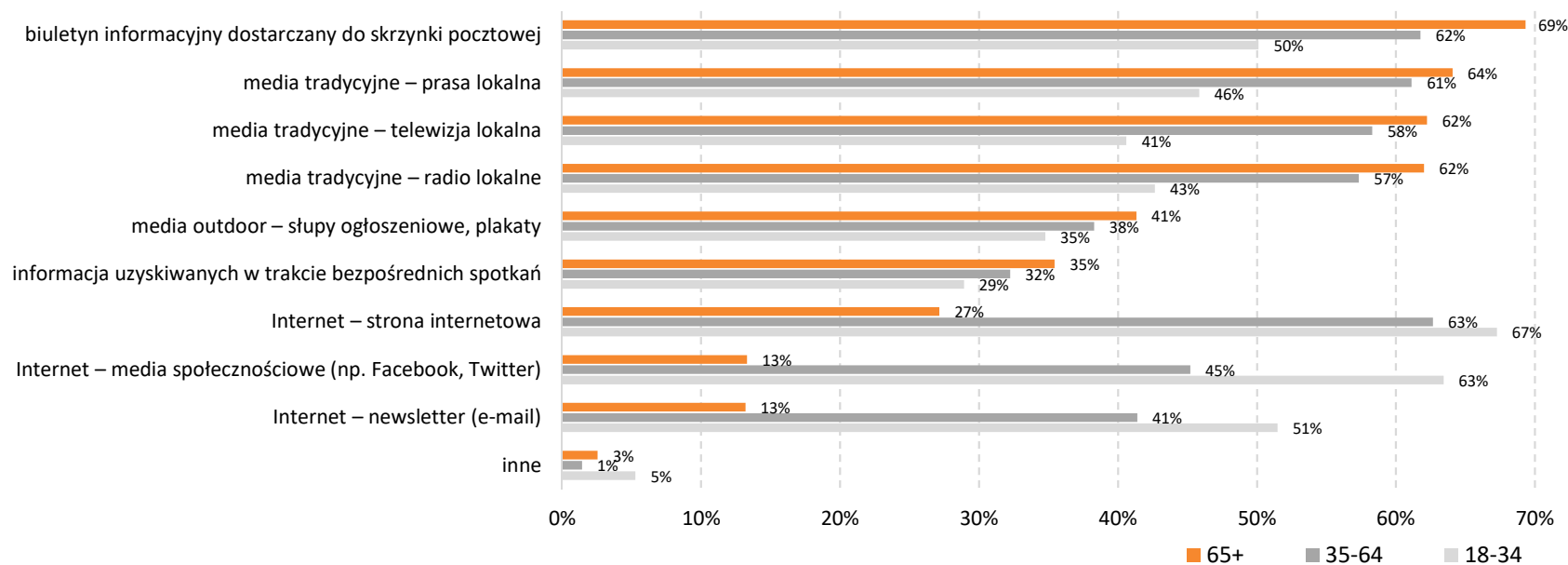
# Rada Krakowskich Seniorów

## Ocena i wnioski

- W momencie badań (2019) wskazywano, że „nie są znane zadania, obowiązki i kompetencje RKS – nie wiadomo, komu i czemu podmiot ten ma służyć. Trudno jest się z członkami Rady skontaktować”.
- Zaleca się nawiązać ściślejszą współpracę RKS z CASami, wyraźnie określić zadania RKS, promować RKS wśród seniorów i wykonawców PASIOSa.
- Brak zasad współpracy spowodowało, że źle w CASach zostały odbierane „wizytacje” RKS. *„Oni [RKS] niby nam coś chcą pomóc, ale ani oni nie wiedzą, o co chodzi, ani my nie wiemy, w czym mieliby nam pomóc”* (IDI)- ustalenie zasad współpracy będzie sprzyjało realizacji wspólnych działań na rzecz seniorów
- **Opinie o RKS różnych środowisk:** *„U nas Rada Seniorów to sobie może ...napisać. Wadą Rady Seniorów, jej funkcjonowania jest to, że nie ma mocy sprawczej. Żadnej”* (IDI); *„Słyszałam, owszem, ale dla nas to nic dobrego nie przyniosło - jako dla seniorów spotykających się w klubach. To się tylko dużo mówiło o tym”* (IDI); *„Nie ma szans się dostać! (...) Zostają w 100% osoby z poprzednich kadencji”* (FGI, seniorzy aktywni poza CAS);

# Komunikacja z seniorami – preferowane formy

Gdyby mógł(a) Pan(i) wybrać formę, w jakiej chciał(a)by Pan(i) otrzymywać informacje o ważnych dla Pan(i) sprawach miasta, to wskazał(a)by Pan(i):



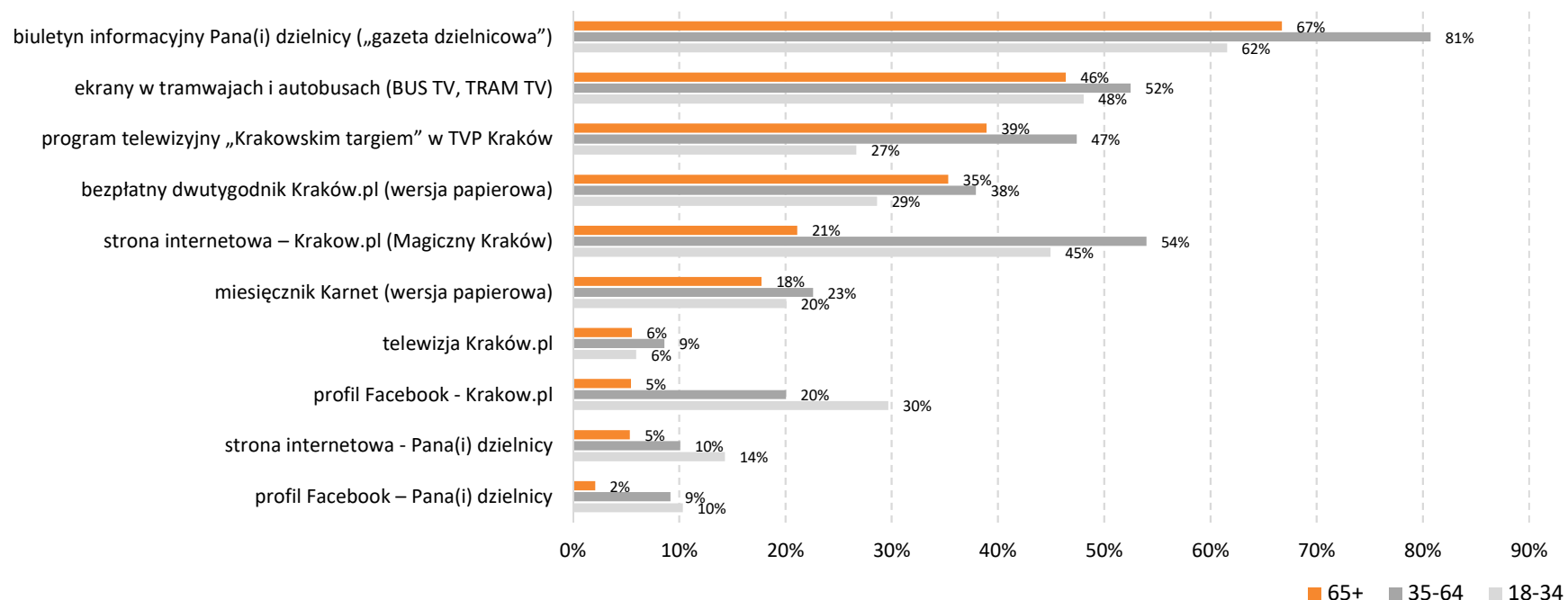
źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

W badaniu Barometr Krakowski 2018 zadawano pytanie o preferowaną formę otrzymywania informacji o ważnych dla respondentów sprawach miasta. W grupie osób 65+ najczęściej wskazywano na formę papierową, dostarczaną do skrzynek pocztowych (69%). W dalszej kolejności wskazywaną lokalne media tradycyjne: prasę (64%), telewizję (62%) oraz radio (62%).

Osoby starsze najrzadziej wskazywały media elektroniczne. Tylko 27% badanych preferowało otrzymywanie informacji przez Internet.

# Komunikacja z seniorami – media miejskie

Z którymi z niżej wymienionych mediów miał Pan(i) kontakt w ciągu ostatnich 12 miesięcy:



źródło: Barometr Krakowski 2018, N1469, 65+ N501

Najstarsi respondenci Barometru Krakowskiego 2018 wśród „mediów miejskich” najczęściej wskazywali gazety dzielnicowe (67%), ekrany w tramwajach i autobusach (46%) oraz nieistniejący już program telewizyjnym „Krakowskim targiem” (39%).

Stronę internetową miasta Krakowa odwiedza nieco ponad co piąty senior (21%).

# Komunikacja z seniorami

## Ocena i wnioski

- Często wskazywanym problemem związanym z realizacją celów programów są **niedostatki komunikacji z seniorami**. Brak informacji i wiedzy na temat tego co się dzieje w Krakowie prowadzi do niekoniecznie prawdziwych opinii o różnych ciałach, instytucjach, organach.
- Wydarzenia i usługi kierowane do seniorów są rozproszone między wieloma instytucjami oraz podmiotami komercyjnymi, a według respondentów badania **brakuje uaktualnianej, kompleksowej informacji o wydarzeniach dotyczących osób starszych**. Według nich seniorzy nie znają możliwości, z których mogą korzystać, a informacje o ofercie do nich nie docierają (np. seniorzy nie wiedzą, że w ich okolicy powstał CAS) (IDI).
- Należy przy tym mieć na uwadze, że **główną formą komunikacji z seniorami** powinny być media tradycyjne – publikacje papierowe dystrybuowane w miejscu zamieszkania oraz miejscach publicznych oraz media lokalne. Informowanie o wydarzeniach **w mediach elektronicznych jest niewystarczające i znacznie ogranicza potencjalnych odbiorców tych informacji**.
- Wśród seniorów istnieje potrzeba uzyskiwania **regularnych informacji mediami tradycyjnymi o całościowej ofercie skierowanej do nich**. Wiąże się to z potrzebą wskazania lub utworzenia jednostki, której celem byłoby prowadzenie takich działań.
- W znacznej większości wypowiedzi respondentów badania pojawiają się **negatywne opinie dotyczące strony internetowej dlaseniora.pl: jest nieintuicyjna, trudno się na niej odnaleźć, nieaktualna**:

# Wolontariat i partycypacja społeczna

## *Ocena i wnioski*

- Część badanych seniorów była entuzjastycznie nastawiona do idei wolontariatu
- Wolontariat senioralny wymaga dodatkowego wsparcia w zakresie edukacji koordynatorów i opiekunów osób starszych, utworzenia jednostki udzielającej wsparcia administracyjnego oraz psychologicznego wolontariuszom oraz skutecznej komunikacji idei wolontariatu wśród seniorów
- Centra Aktywności Seniora są miejscami, wokół których skupia się wiele działań wolontaryjnych seniorów, ich zakres i skala z punktu widzenia założeń programu nie jest satysfakcjonująca
- Partycypacja społeczna seniorów w założeniach Programu realizuje się poprzez działalność **Rady Krakowskich Seniorów** (z powodu braku danych nt. np. działań komisji tematycznych trudno ocenić efekty działań Rady Krakowskich Seniorów)
- Zaleca się nawiązać ściślejszą współpracę Rady Krakowskich Seniorów z Centrami Aktywności Seniora, wyraźnie określić zadania Rady Krakowskich Seniorów, promować Radę Krakowskich Seniorów wśród seniorów i wykonawców PASIOS

# REKOMENDACJE

## Rekomendacje dotyczące dotychczas prowadzonych działań

Organizacja CAS

Rada Krakowskich Seniorów

Wolontariat

Komunikacja



## ORGANIZACJA CAS – nowe CAS

- W przypadku otwierania **nowych CAS** zaleca się:
  - **identyfikowanie obszarów geograficznych w Krakowie**, w których zamieszkuje największa liczba osób starszych – rozważenie czy w tych miejscach nie są potrzebne dodatkowe CAS.
  - rozważenie **utworzenia CAS na obrzeżach miasta**, gdzie gęstość zaludnienia spada, ale seniorzy mają słabszy dostęp do instytucji kulturalnych i wydarzeń dedykowanych seniorom, ze względu na odległość od centrum. Seniorzy mieszkający na obrzeżach miasta – te ze względu na mniejszą ilość organizacji i klubów dla seniorów, mogą szczególnie potrzebować aktywizacji i integracji.
  - **weryfikację lokali CAS pod kątem ich dostosowania do potrzeb osób starszych** (łatwość dojazdu, niskie piętro, brak barier architektonicznych) oraz stanu tych lokali,
  - **organizację szkoleń dla potencjalnych nowych koordynatorów CAS** w zakresie przygotowywania oferty konkursowej oraz kształtowania oferty zajęciowej CAS,
  - umożliwienie koordynatorom CAS **łatwiejszą zmianę oferty zajęciowej** dostosowaną do zmieniających się potrzeb jego uczestników.
- Niezależnie od infrastruktury CAS, istnieje **potrzeba pozyskiwania partnerów do współpracy z CAS – placówek z infrastrukturą sportową** dostosowaną do potrzeb zajęć dla seniorów oraz wyspecjalizowanych, przeszkolonych osób prowadzących zajęcia dla seniorów.

# ORGANIZACJA CAS – koordynacja

- Zidentyfikowano potrzebę rozszerzenia kompetencji i zasobów jednostki odpowiedzialnej za koordynację CAS, której rola polegałaby na:
  - wspieraniu CAS w zakresie szkoleń i warsztatów dla koordynatorów i osób prowadzących zajęcia,
  - prowadzeniu szeroko zakrojonych działań informacyjnych skierowanych do seniorów,
  - wzmocnieniu pozyskiwania partnerów dla CAS i utrzymywanie z nimi dobrych relacji,
  - kontynuacji działań związanych z sieciowaniem CAS – regularnych spotkań ich koordynatorów, wymiany doświadczeń, organizacji wydarzeń wspólnych dla kilku CAS,
  - wzmocnienie i wspieranie integracji międzypokoleniowej, współpraca CAS ze szkołami,
  - zwiększeniu wsparcia wolontariatu,
  - wsparciu aktywnych seniorów w prowadzeniu samodzielnych działań integracyjnych i edukacyjnych poza CAS, które mają szansę trafić do szerszego grona seniorów,
  - rozważenie lepszej promocji i koordynowania działań CAS z innymi instytucjami kierującymi ofertę do seniorów.

## ORGANIZACJA CAS – zaangażowanie

- W badaniu zidentyfikowano problem polegający na tym, że **nowe CAS w ograniczonym stopniu przyciągają nowe osoby** (problem ten sygnalizują koordynatorzy oraz seniorzy) i często z ich zajęć korzystają dotychczasowi beneficjenci programu. Jednym z proponowanych rozwiązań problemu jest **ograniczenie rejestracji jednego seniora do jednego CAS**, przy czym jednak należy pozostawić **możliwość udziału seniorów w przynajmniej części zajęć w innych CAS ze względu na fakt**, że część z nich oferuje wyspecjalizowane zajęcia związane z ich wyjątkową infrastrukturą. Zapewnienie częściowej mobilności między CAS umożliwi też seniorom **poznawanie nowych osób**.
- Kontrola rejestracji seniorów w CAS wymaga stworzenia **narzędzia informatycznego zawierającego listę wszystkich seniorów** zarejestrowanych w CAS (np. poprzez stworzenie listy PESEL lub wprowadzenie legitymacji). Pozwoli to również na **bardziej rzetelną sprawozdawczość** w zakresie udziału seniorów w CAS.
- Należy dopuścić możliwość **zmiany sposobu funkcjonowania CAS w okresie wakacyjnym**. Seniorzy znacznie rzadziej korzystają z oferty zajęciowej CAS w tym okresie. Jednym z możliwych sposobów jest **umożliwienie przerwy wakacyjnej części CAS** i wskazanie dyżurów wakacyjnych CAS lub **wprowadzenie systemu rotacyjnych zajęć w różnych CAS**.
- Istnieje potrzeba stworzenia **systemu motywacyjnego** równoważącego zakres korzystania z oferty CAS przez seniora oraz jego zaangażowanie w jego działania. Rozważane rozwiązania to wprowadzenie **symbolicznych opłat za korzystanie z zajęć CAS** oraz/lub wprowadzenie **minimalnego zakresu obowiązków seniora** będącego warunkiem uczestnictwa w zajęciach (obejmującego pracę na rzecz CAS oraz udział w wolontariacie).

## ORGANIZACJA CAS – aktywizacja

- Jeśli program PASIOS ma trafić do szerszego grona osób starszych w Krakowie **należy rozważyć sposoby oddziaływania zarejestrowanych seniorów w CAS na innych seniorów**. Warunki lokalowe czy formuła prowadzenia zajęć edukacyjnych zawsze będzie ograniczać liczbę seniorów, którzy mogą skorzystać z oferty programu. Uczestnicy CAS są z reguły najbardziej aktywnymi seniorami i korzystając z ich potencjału **należy wspierać ich samodzielne działania poza CAS**. Takimi działaniami może być:
  - prowadzenie **integracyjnych spotkań sąsiedzkich i lokalnych** w obszarach okolicy zamieszkania,
  - dzielenie się **pozyskaną wiedzą w CAS z innymi seniorami**.
- Wsparcie takich działań powinno się wiązać z **pomocą przy organizacji miejsca takich spotkań** – czy to w oparciu o miejskie zasoby lokalowe lub subsydiowanie spotkań w kawiarniach.
- Działania takie mogą stać się sposobem na **pozyskiwanie nowych beneficjentów programu**. *„Do CAS nie pójdą zwykli seniorzy, trzeba powolutku rozbudzać w nich inspiracje, chęć i powiedzieć im „słuchaj tam od 10 do 14 możesz przyjść do nas i pobyc”* (IDI, Koordynator CAS).

# WOŁONTARIAT

- Aktualne zaangażowanie beneficjentów PASIOS w wolontariat jest ograniczone. Często przez wolontariat uczestnicy CAS rozumieją wyłącznie pracę na rzecz CAS.
- Wolontariat seniorów rozumiany jako pomoc na rzecz innych seniorów wymaga wsparcia:
  - potencjalni wolontariusze oraz kierownicy CAS potrzebują szkoleń i wsparcia w zakresie sposobów opieki nad innymi osobami starszymi,
  - kierownicy CAS potrzebują szkoleń w zakresie sposobu organizacji takiego wolontariatu.
- Wolontariusze seniorzy czują, że brakuje im wsparcia administracyjnego i psychologicznego, chcieliby angażować się w więcej aktywności wolontaryjnych, jednak nie wiedzą, gdzie się mają zgłosić, nie znają możliwości (FGI, seniorzy CAS) Należy stworzyć jednostkę wyspecjalizowaną w pomocy seniorom-wolontariuszom lub nawiązać szerszą współpracę z Regionalnym Centrum Wolontariatu w Krakowie i promować jej istnienie wśród seniorów.
- Rekomendowane jest rozpowszechnianie idei wolontariatu przede wszystkim tzw. wolontariatu sąsiedzkiego (wśród osób starszych mieszkających w sąsiedztwie) oraz wolontariatu przy współpracy z młodzieżą, co dodatkowo przyczyniłoby się do umocnienia więzi i integracji międzypokoleniowej.

## RADA KRAKOWSKICH SENIORÓW

- Aktualne (w czasie prowadzonego badania tj. do XI 2019) działania RKS są słabo widoczne dla interesariuszy - zarówno dla beneficjentów PASIOS, jak i dla pozostałych wykonawców programu. Rekomendowane jest przede wszystkim **wzmocnienie zaangażowania w informację i promocję działań RKS**.
- Ze względu na utrudniony kontakt (osobisty, telefoniczny) z członkami RKS, rekomendowane jest wprowadzenie regularnych, rzeczywiście się odbywających dyżurów RKS oraz uruchomienie czynnego numeru telefonu, pod który w określonych godzinach mogą dzwonić potrzebujące osoby starsze.
- Na podstawie przeprowadzonych rozmów rekomendowane jest wyraźniejsze określenie funkcji i obowiązków pełnionych przez RKS, lepsza sprawozdawczość ze swoich działań (np. posiedzeń komisji tematycznych).

## KOMUNIKACJA Z SENIORAMI – rekomendowane źródła informacji

Informator w  
tradycyjnej,  
papierowej formie

Aktualizowana  
strona internetowa  
dedykowana  
osobom starszym

Cykliczny  
newsletter z  
aktualną ofertą  
zajęć i wydarzeń

Infolinia  
telefoniczna dla  
osób starszych

Rada Krakowskich  
Seniorów jako  
centrum informacji

Kampanie  
informacyjne z  
wykorzystaniem  
mediów lokalnych

Lekarz pierwszego  
kontaktu  
(przychodnia)

## KOMUNIKACJA Z SENIORAMI

Ze względu na wykluczenie cyfrowe oraz trudności w dotarciu z ofertą do szerszego grona seniorów komunikacja z seniorami wymaga zaangażowania większych zasobów.

- Seniorzy potrzebują dostępu do cyklicznie udostępnianego, w tradycyjnej – papierowej – formie, źródła informacji o całościowej ofercie do nich kierowanej. Mogłaby być to **comiesięczna publikacja, dystrybuowana w miejscach łatwo dostępnych dla seniorów**. Jej kolportacja może wymagać nawiązania współpracy z szeregiem instytucji: parafiami, wspólnotami i spółdzielniami mieszkaniowymi, jednostkami miejskimi (biblioteki, MOPS, punkty obsługi mieszkańców), Radami Dzielnic oraz Radą Krakowskich Seniorów. Publikacja może stanowić również **narzędzie edukacji seniorów oraz sposób na komunikację z seniorami innych instytucji** (np. w zakresie bezpieczeństwa, komunikacji miejskiej, świadczeń, profilaktyki zdrowotnej, partycypacji społecznej).
- Niezależnie od informacji w formie papierowej rekomendowane jest **regularne aktualizowanie strony internetowej** dedykowanej osobom starszym. Na stronie, oprócz uzupełnianej na bieżąco oferty wydarzeń dla seniorów, powinny znajdować się również **najważniejsze dane kontaktowe do instytucji i podmiotów, z których osoby starsze korzystają**
- Dla osób najbardziej zainteresowanych rekomendowane jest stworzenie **cyklicznego newslettera** (np. raz w miesiącu) z najważniejszymi informacjami.



# KOMUNIKACJA Z SENIORAMI

- Należy również upowszechnić działanie infolinii z informacją dla seniorów.
- Rekomendowane jest również prowadzenie **rzadziej realizowanych kampanii informacyjnych o szerszym zasięgu** – z wykorzystaniem mediów lokalnych i zasobu komunikacyjnego UMK. Kampanie informacyjne mogłyby dotyczyć większych wydarzeń czy akcji zdrowotnych kierowanych do osób starszych (np. bezpłatne szczepienia przeciw grypie). W akcje promocyjne należy włączyć media lokalne, z których tradycyjnie korzystają osoby starsze (np. Kronika Krakowska w Telewizji Kraków, Dziennik Polski, Radio Kraków).
- Istotną rolę informacyjno-promocyjną może pełnić **Rada Krakowskich Seniorów** ze swoją obecnie już stałą siedzibą. W siedzibie RKS można stworzyć specjalną tablicę ogłoszeń dla seniorów z uzupełnianymi wydarzeniami, działaniami i akcjami. Także z regularną informacją w gazetach osiedlowych/rady dzielnicy, newsletterach wydawanych przez miasto.
- Kolejnym pomysłem na informowanie o działaniach kierowanych do osób starszych jest **przychodnia lekarska oraz lekarz pierwszego kontaktu**, z którym osoby starsze stosunkowo często się widzą. W przychodni można umieścić odpowiednie ulotki czy informatory kierowane do osób starszych. Lekarz może krótko poinformować o samym fakcie istnienia działań kierowanych dla osób starszych.

# Główne zalety i wady PASIOS - podsumowanie

+

- Realizacja PASIOS pozytywnie wpływa na zmianę sposobu myślenia o starości
- Nawiązanie współpracy Urzędu Miasta z organizacjami pozarządowymi – twórcza praca nad organizowaniem CASów
- Wzmocnienie sposobu organizacji działań na rzecz seniorów w Krakowie
- Zaproponowanie bogatej, darmowej i różnorodnej oferty dla każdego krakowskiego seniora
- Wizja i sposób zarządzania programem wyprzedza oczekiwania beneficjentów
- Możliwość reprezentowanie starszych mieszkańców przez działania Rady Krakowskich Seniorów

-

- Brak szerokiej informacji o działaniach w ramach PASIOS
- Sposób prezentowania działań finansowych
- Brak możliwości wskazania liczby realnych beneficjentów PASIOS
- Brak informacji o działaniach i efektach prac komisji tematycznych RKS

# NOWY PASIOS - propozycja

Poniższa tabela zawiera propozycje celów operacyjnych przyszłego programu

Dziedzina	Cele operacyjne	Wskaźniki	Obszar działań	Produkty działań
Integracja społeczna	Zwiększenie integracji wewnątrzpokoleniowej	Odsetek osób posiadających sieć wsparcia	Realizacja roli CAS jako miejsca spotkań	Liczba osób zarejestrowanych w CAS
	Zwiększenie integracji międzypokoleniowej		Organizacja inicjatyw międzypokoleniowych	Liczba inicjatyw międzypokoleniowych
Edukacja i aktywizacja społeczna	Zwiększenie udziału w edukacji	Odsetek osób uczęszczających na zajęcia edukacyjne	Organizacja zajęć edukacyjnych	Liczba osób uczęszczających na zajęcia edukacyjne
	Zwiększenie udziału w kulturze	Odsetek osób uczestniczących w kulturze	Organizacja wyjazdów, wydarzeń	Liczba osób uczestniczących
Partycypacja społeczna	Zwiększenie zaangażowania w wolontariat	Odsetek osób zaangażowanych w wolontariat	Organizacja wolontariatu	Liczba osób zaangażowanych w działania wolontariatu, w tym tych w ramach PASIOS
	Zwiększenie zaangażowania w aktywności obywatelskie	Odsetek głoszących i wnioskodawców BO	Inicjowanie projektów BO, Inicjatyw Obywatelskich	Liczba zgłoszonych propozycji zadań
Profilaktyka zdrowotna	Zwiększenie aktywności fizycznej	Odsetek osób uprawiających aktywność fizyczną	Organizacja zajęć sportowych i manualnych Organizacja wydarzeń sportowych	Liczba osób uczestniczących
	Promowanie zdrowego trybu życia	Odsetek osób stosujących zalecenia dotyczące zdrowego trybu życia	Organizacja zajęć edukacyjnych	Liczba osób uczestniczących
Działania informacyjne	Zwiększenie dostępu do informacji o usługach i wydarzeniach	Odsetek osób zorientowanych w ofercie dla seniorów	Publikacje, informatory, kampanie, strona internetowa	Zasięg kampanii informacyjnych

## **SOWA – propozycja grup docelowych programu**

Seniorzy  
aktywni

Seniorzy  
niemobilni  
fizycznie

Seniorzy  
niemobilni  
psychicznie

Seniorzy  
nieaktywni z  
wyboru

## SOWA – grupy docelowe

Program SOWA, oprócz dotychczasowej **grupy seniorów aktywnych** (których nie trzeba namawiać do udziału w programie) powinien uwzględniać również potrzeby osób mniej aktywnych tj.:

- **niemobilnych fizycznie** (tzw. „więźniowie 4-tego piętra”). Dla tej grupy szczególnie istotna jest pomoc i wsparcie ze strony wolontariuszy, stąd **rekomendowane są działania promujące wolontariat, szkolenia dla wolontariuszy oraz promocja w zakresie sąsiedzkiej sieci wsparcia.**
- **niemobilnych psychicznie z wyboru** (niemobilni psychicznie, „niemobilni w głowie”, często osoby z depresją). W tym przypadku istotne stają się **działania informacyjno-promocyjne, zachęcające do wyjścia z domu i zaangażowania** w działania kierowane dla seniorów. Rekomendowane jest także pierwsze, bezpośrednie wprowadzenie wycofanej osoby starszej do grupy czy na wybrane zajęcia.

W obydwu przypadkach ogromne znaczenie ma **rozmowa i bezpośredni kontakt z osobą starszą**, czasem również wsparcie psychologiczne.

Istnieje także **grupa seniorów nieaktywnych z wyboru** i na tym etapie trzeba założyć, że jest to **grupa poza zasięgiem działań GMK.**

*„Program PASIOS położył nacisk na rozwijanie oferty dla takich bardziej aktywnych seniorów, natomiast polityka senioralna powinna obejmować również **wsparcie dla osób, które są już mniej aktywne również ze względów zdrowotnych.** Im trzeba oferować dostęp do usług pielęgnacyjnych, opiekuńczych, wspierających” (IDI).*

## SOWA – rekomendacje działań ze względu na grupy docelowe

### Seniorzy aktywni

- Dotychczasowe działania bazujące na PASIOS (np. kontynuacja działań realizowanych w CAS).

### Seniorzy niemobilni fizycznie

- Promocja idei wolontariatu.
- Organizacja szkoleń dla wolontariuszy.
- Tworzenie sieci sąsiedzkich.
- Wsparcie opiekuna, asystenta osoby starszej.

### Seniorzy niemobilni psychicznie/nieaktywni

- Działania informacyjno-promocyjne dotyczące oferty dla seniorów.
- Wsparcie psychologiczne.
- Wsparcie opiekuna, który wprowadzi i zapozna seniora z ofertą.

## SOWA – rekomendacje szczegółowe (1/3)

W trakcie realizacji badania padło wiele różnych propozycji działań oraz rekomendacji dotyczących nowego programu. Pomysły respondentów dotyczące działań SOWA obejmują działania związane z:

### 1. Wolontariatem

- Wolontariat polegający na współpracy z młodzieżą szkolną
- Wolontariat polegający na współpracy ze szpitalnymi oddziałami dziecięcymi (np. czytanie dzieciom książek)
- Pomoc tzw. złotej rączki (istnieje, ale wielu osób nie ma wiedzy, informacji o takiej możliwości) lub złotej pielęgniarki
- Opiekun osoby starszej:

*„Był dawniej **asystent osoby starszej**, to był człowiek zatrudniony przez opiekę społeczną, pomagał mu, chodził z seniorem na spacer, do teatrów. Taka funkcja była dobra, bo senior potrzebuje jednej stałej osoby, to osoba która wysłucha i będzie dla seniora - ta osoba nie może codziennie przychodzić, tak np. raz w tygodniu, osoba ta uaktywni tego seniora, może wtedy stać by się aktywniejszy. Osoby te muszą być przeszkolone” (ID1).*

## SOWA – rekomendacje szczegółowe (2/3)

### 2. Informowaniem

- Linia telefoniczna dla seniorów:

*„Stworzyć **telefon, informację**, gdzie senior dowiedziałby się o wszystkich możliwych rozwiązaniach. Mnie się marzyło tu w CASie żeby siedziała przez 4 godziny osoba, która będzie odbierała telefony i żeby to był psycholog lub socjolog, niestety my nie jesteśmy wyposażeni w takie osoby. Taka pomoc psychologiczna oczywiście nieodpłatna” (IDI).*

*UWAGA! Obecnie nawet jeśli jest takie rozwiązanie istnieje, a nie jest znane, to oznacza konieczność stworzenia mechanizmu informującego o tego typu działalności na terenie miasta Krakowa*

- Kontynuacja działań „**Edukowanie do starości**” – wzmocnienie szerokiego, systemowego informowania i edukowania w szkołach odnośnie potrzeb osób starszych, uwrażliwienie na kwestie związane z problemami seniorów. Zapraszanie do szkół osób starszych na spotkania, wykłady, prelekcje. Istnieje też potrzeba międzygeneracyjnych wspólnych działań (jak konkurs „Działajmy razem”) w różnych obszarach, aktywnościach.



## SOWA – rekomendacje szczegółowe (3/3)

3. Działania szczegółowe dotyczące codziennego życia seniorów (na podstawie warsztatów z seniorami Letniej Akademii Liderów):
- bezpłatne porady prawne dla seniorów,
  - pomoc w noszeniu ciężkich zakupów,
  - dowóz ciepłych posiłków lub pomoc w gotowaniu,
  - domowe szkolenie z obsługi telefonów komórkowych,
  - domowe usługi fryzjerskie i podstawowe kosmetyczne (lub pomoc w dotarciu do salonów usługowych),
  - dokonywanie opłat – wykonywanie operacji bankowych,
  - rejestrowanie do lekarzy i pomoc w dotarciu do przychodni,
  - pomoc w redakcyjna (pisma, listy),
  - pomoc w organizowaniu świąt/imienin itp.,
  - pomoc w „większym” sprzątnięciu: mycie okien, kurze na szafach, odsuwanie mebli,
  - „pogotowie ogrodnicze” - pomoc w zakupie i sadzeniu kwiatów,
  - pomoc w zaopiekowaniu się zwierzęciem (spacery, ewentualna adopcja, gdy senior przestaje sobie radzić).

## Jako uzupełnienie – co trzeba brać pod uwagę w działaniach z osobami starszymi

*każdego seniora traktować indywidualnie*  
- Indywidualizacja (możliwość takich działań w ramach PASIOS (w tym CASów))

*każdemu seniorowi poświęcić czas na rozmowę –*  
Odpowiednio przy planowaniu działań z tą grupą mieszkańców odpowiednio uwzględniać czas w planowaniu aktywności

*każdemu zapewnić odpowiednią opiekę psychologiczną – jako stały element działania m.in. CASów oferować wsparcie psychologiczne – dyżury osób z doświadczeniem (możliwość rozmowy o trudnych sytuacjach)*

*nie kategoryzować seniorów względem wieku, lecz ze względu na stan zdrowia i kondycję psychiczną –*  
**wiek jest tylko liczbą** – próbować pozycjonować działania z dostosowaniem do możliwości i potrzeb uczestników działań PASIOSa (szczególnie angażując osoby mniej wykształcone)

*Dziękujemy wszystkim osobom, które brały udział w badaniu ewaluacyjnym za poświęcony czas i przekazanie informacji, podzielnie się swoimi opiniami i wiedzą nt. Programu PASIOS*

*dr hab. Jolanta Perek- Białas, prof. UJ – Kierownik Badania*

*Michał A. Chrzanowski*

*Natalia Krygowska-Nowak*

*Joanna Kwinta-Odrzywołek*

**Powołanie/Cytowanie:**

*Ewaluacja Gminnego Programu Aktywności Społecznej i Integracji Osób Starszych na lata 2015-2020 (PASIOS) opracowana na zlecenie Urzędu Miasta Krakowa,*

*Autorzy: Perek-Białas, J., Chrzanowski, M., Krygowska-Nowak, N., Kwinta-Odrzywołek J., Centrum Ewaluacji i Analiz Polityk Publicznych Uniwersytet Jagielloński, Kraków, 2019,*

*[www.ceapp.uj.edu.pl/](http://www.ceapp.uj.edu.pl/)*