informacja prasowa, 13 grudnia 2019 r.

**Dać wytchnienie tym, którzy opiekują się innymi**

**Wzajemność – słowo klucz do uzdrowienia społeczeństwa. Pojawiało się ono wielokrotnie podczas dwudniowej konferencji dotyczącej wyzwań, przed którymi stają starzejące się społeczeństwa. Efektem będzie m.in. apel do rządzących, parlamentarzystów i samorządowców dotyczący rozwiązań opieki wytchnieniowej.**

Dwudniowa konferencja „Pomoc wzajemna – społeczeństwo obywatelskie. Znaczenie i rola usług opieki wytchnieniowej oraz wolontariatu wśród seniorów” (9-10 grudnia 2019 r.) zgromadziła parlamentarzystów, samorządowców, ekspertów z dziedziny geriatrii oraz przedstawicieli jednostek organizacyjnych pomocy społecznej i organizacji pozarządowych. Była okazją do zdefiniowania opieki wytchnieniowej, a przede wszystkim do wspólnego wypracowania jak najlepszego modelu takiej opieki. Temat ten został w naturalny sposób połączony z kwestią wolontariatu wśród seniorów. – *Zależy nam na wypracowaniu mądrych rozwiązań, które mogłyby posłużyć rządzącym i samorządom, żeby opieka wytchnieniowa była stworzona rozsądnie i działała* – mówiła podczas spotkania członek zarządu województwa mazowieckiego **Elżbieta Lanc**. – *Chcemy te pomysły później przekazać m.in. rządzącym, ale też samorządom, jako wypracowane modele*.

Wyzwania demograficzne dotyczące starzejącego się społeczeństwa to nie zadania na przyszłość, ale zjawiska, które występują już dziś i na które trzeba natychmiast zareagować. Poseł Michał Szczerba zwrócił uwagę na to, że w zeszłym roku złożono projekt ustawy o pomocy osobom niesamodzielnym, który niestety został odrzucony w pierwszym czytaniu. Projekt dotyczył m.in. wprowadzenia asystenta osoby niesamodzielnej i urlopu wytchnieniowego i są to zmiany, o które nadal należy walczyć. Chodzi przecież o opiekę zarówno nad seniorami, jak i osobami chorymi, niesamodzielnymi w różnym wieku.

Głos w dyskusji zabrał również prof. dr hab. n. med. Tadeusz Parnowski, który jako psychogeriatra zwrócił uwagę na fakt, że na przestrzeni dwudziestu lat widać wzrost świadomości np. na temat choroby Alzheimera. Rośnie również świadomość wyzwania, jakie stoi przed rodziną osoby wymagającej opieki. To jest już punkt wyjścia do szukania rozwiązań.

**Braki w usługach opiekuńczych**

Z raportu NIK (*Usługi opiekuńcze świadczone osobom starszym w miejscu zamieszkania*, 2018) wynika, że prawie 20 proc. gmin w Polsce nie zapewnia osobom starszym opieki w miejscu zamieszkania, choć to ich zadanie. Nie ma niestety określonych standardów takiej opieki, w związku z tym brakuje możliwości oceny jakości świadczonych usług. W 2016 r. opieką domową w skali kraju objęto nieco ponad 1 proc. seniorów powyżej 60. roku życia.

Większość skontrolowanych samorządów nie zna sytuacji i potrzeb swoich starszych mieszkańców. Jednocześnie z raportu wynika, że wiele osób starszych jest niedoinformowanych, jeśli chodzi o dostępne rodzaje wsparcia, ponieważ informacje często umieszczane są na stronach internetowych ośrodków pomocy społecznej bądź urzędów gmin, a wielu seniorów nadal nie korzysta z nowoczesnych technik komunikacji.

*Usługi opiekuńcze* – zgodnie z definicją ustawową zawartą w art. 50 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej obejmują pomoc w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, opiekę higieniczną, zaleconą przez lekarza pielęgnację oraz, w miarę możliwości, zapewnienie kontaktów z otoczeniem. Są one jedną z najtańszych form wsparcia osób potrzebujących i ich opiekunów. Umożliwiają osobom zależnym pozostanie w środowisku zamieszkania i opóźnienie momentu, w którym jest konieczne zapewnienie stałej opieki instytucjonalnej. Jako usługi świadczone w miejscu zamieszkania są po prostu bardziej przyjazną formą niż pobyt w domach całodobowej opieki. Są one także aż czterokrotnie tańsze od pobytu w domach pomocy społecznej.

**Złapać oddech – usługi opieki wytchnieniowej**

Najczęściej opieką nad osobami niesamodzielnymi – zarówno osobami starszymi, jak i niezależnie od wieku osobami z niepełnosprawnościami – zajmują się członkowie rodziny. Jest to opieka całodobowa, często oznaczająca rezygnację z pracy zawodowej, z udziału w życiu społecznym, odpoczynku czy troski o własne zdrowie. Opiekunowie często są wyczerpani fizycznie i psychicznie, a podjęta decyzja o rezygnacji z pracy zawodowej rzutuje również na sytuację materialną.

Osoby zajmujące się na co dzień niesamodzielnymi członkami rodziny lub innymi bliskimi również potrzebują czasu na załatwienie różnych spraw czy po prostu na odpoczynek, by móc nabrać sił do dalszej pracy, jaką jest codzienność z osobą starszą lub niepełnosprawną.

W takiej sytuacji niezbędne jest wprowadzenie opieki wytchnieniowej – czasowej (weekendowej, kilku- lub kilkunastodniowej) usługi opiekuńczej nad osobą niesamodzielną w zastępstwie za opiekuna faktycznego (np. rodzica lub dzieci). Na Mazowszu do 2050 r. dwukrotnie wzrośnie liczba osób powyżej 80. roku życia. Już dziś wiadomo, że to ogromne wyzwanie, któremu nie podołają same samorządy. Szansą jak zwykle są rodziny, ale one potrzebują również wsparcia, żeby móc sprawować na co dzień jak najlepszą opiekę nad osobami zależnymi. Potrzebny jest więc system opieki wytchnieniowej, ale też zmniejszenie presji na opiekunów, bo to przełoży się na zmniejszenie kosztów leczenia osób starszych i osób z niepełnosprawnościami.

Opieka wytchnieniowa według założeń ma być organizowana w Polsce przez jednostki samorządu terytorialnego w ramach usług opiekuńczych. Po raz pierwszy została uwzględniona w rządowym programie „Za życiem”. Mogą to być usługi w dziennych ośrodkach wsparcia, placówkach całodobowych, jednostkach systemu oświaty, ośrodkach urlopowych, zakładach opiekuńczo-pielęgnacyjnych itp. Często jednak rozwiązaniem staje się wolontariat. Nieliczne samorządy oferują pomoc opiekunom osób zależnych w ich jednostkach organizacyjnych pomocy społecznej, częściej zlecają świadczenie usług opieki wytchnieniowej, np. organizacjom pozarządowym. O tym, że samorządy mają problem z tymi usługami, mówiła również burmistrz Garwolina Marzena Świeczak. Zwracała uwagę na brak rozwiązań systemowych, brak standardów, ale przede wszystkim na kolejne zadania, którymi obciążone są samorządy, a za którymi nie idzie adekwatne finansowanie. Samorząd Garwolina – jak wiele innych – współpracuje w tym zakresie z organizacjami pozarządowymi, które nie tylko mają pomysły i wypracowane modele, ale mają też możliwości sięgania po dodatkowe środki zewnętrzne. – *Niezależnie od tego, ile robimy jako tzw. trzeci sektor, nie jesteśmy w stanie pewnych rzeczy udźwignąć, bo one naprawdę wymagają systemowych rozwiązań* – zauważał jednak socjolog i prezes fundacji Pracownia Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia” Jakub Wygnański.

Wszyscy podkreślali, że konieczne jest nie tyle wypracowanie, co wdrożenie rozwiązań, które poprawią sytuację opiekunów osób zależnych – zwłaszcza zwiększą dostępność usług opieki wytchnieniowej.

**Na ratunek – wolontariat senioralny**

Obecnie działania wolontariackie są popularne, niekiedy wręcz modne. To ważny element budowania społeczeństwa obywatelskiego. Nowym obliczem wolontariatu jest aktywizowanie osób starszych do działań samopomocowych. Pozwala to zapobiegać ich izolowaniu się, daje nowe sposoby spędzania wolnego czasu, a także nadaje sens codziennym czynnościom i podnosi poczucie własnej wartości.

Aktywność osób starszych pozwala im wykorzystywać swój potencjał w zaangażowanym życiu społecznym. Lokalna polityka społeczna wobec osób starszych powinna więc być oparta o rzetelną diagnozę potrzeb i oczekiwań tej grupy ludzi. W taki sposób trzeba tworzyć warunki do podejmowania przez seniorów różnych inicjatyw z wykorzystywaniem form integracji wewnątrzpokoleniowej i międzypokoleniowej.

Zaangażowanie się osób dojrzałych w wolontariat dotyczy różnych obszarów, m.in.: edukacji, rekreacji, organizacji czasu wolnego, pomocy na rzecz potrzebujących, kultury, historii, tradycji, promocji. Osoby starsze angażują się również w działania opiekuńcze wobec osób chorych terminalnie, przewlekle i niepełnosprawnych, ubogich, bezrobotnych, doznających przemocy, samotnych, bezdomnych czy w sędziwym wieku. Formy tego wsparcia są bardzo zróżnicowane i zależą od potrzeb, miejsca pobytu, możliwości oraz kompetencji wolontariuszy.

Wolontariat w naszym społeczeństwie rozwija się już od kilku lat, ale wolontariat w Polsce ma inny kształt niż na zachodzie Europy. Jak zauważył prof. dr hab. Piotr Błędowski – jeden z panelistów, biorący udział w konferencji, w Polsce bardziej zaangażowane w wolontariat są osoby młode, natomiast na zachodzie – aktywni są starsi przedstawiciele społeczeństwa: – *W Polsce wśród wolontariuszy przeważają ludzie młodzi i  chciałbym powiedzieć, że to jest wielka nadzieja, bo jestem więcej niż pewien, że ci młodzi, którzy nauczyli się wolontariatu i którzy nim się teraz zajmują, jak się kiedyś zestarzeją – bo taka jest niestety prawda (…) – to te nawyki – także te związane z działalnością w wolontariacie – przeniosą na kolejny etap swojego życia*.

*Hanna Maliszewska*

*Rzeczniczka Prasowa*

*Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej*

*tel. 22 692 75 70 wew. 205*

*e-mail: rzecznik@mcps.com.pl*