

5 października 2011



## "Silni ciałem, mocni duchem"

Już po raz trzeci Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego zorganizował uroczysty koncert pt. „Uśmiech Seniora”. Spotkanie było okazją do integracji i aktywizacji mieszkających w naszym regionie osób w starszym wieku. O tym, jak bardzo ciekawa i pogodna może być jesień życia w rozmowie z Matyldą Niewójt, przewodniczącą Wojewódzkiej Społecznej Rady Seniorów.

**- Coraz więcej seniorów w naszym kraju jesień wieku wykorzystuje jako drugą młodość. Czas ten seniorzy poświęcają na realizowanie własnych potrzeb i marzeń. Jak pani ocenia aktywność osób starszych w naszym województwie?**

**Matylda Niewójt:** – Społeczeństwo polskie podlega procesowi przyspieszonego starzenia się demograficznego. Od aktywności zawodowej odsuwani są dziś ludzie jeszcze stosunkowo młodzi, sprawni, coraz lepiej wykształceni. W Polsce kobiety odchodzą na emeryturę mając średnio 57 lat, a mężczyźni ok. 58 lat. Zanika ich wiedza i doświadczenie. Według prognoz GUS w 2020 roku liczba osób w wieku poprodukcyjnym wynosić będzie 39,7% ogółu ludności województwa świętokrzyskiego.

Z przykrością należy zauważyć, że niewielu emerytów widzi potrzebę i sens działania dla siebie i innych. Niska jest aktywność społeczna, seniorzy niechętnie włączają się w wolontariat, w działania na rzecz kultury, sportu czy inicjatywy społeczności lokalnej. Mała jest też aktywność edukacyjna seniorów.

Naturalnego procesu starzenia się nie da się zatrzymać. W tej potyczce z czasem nie jesteśmy jednak zupełnie skazani na porażkę. Nigdy nie jest za późno, by wstać z kanapy, wyłączyć telewizor i pójść tam, gdzie „dodają życia do lat”, a niski PESEL nie ogranicza żadnej aktywności życiowej.

W województwie świętokrzyskim są możliwości i miejsca, gdzie seniorzy mogą aktywnie funkcjonować, zdobywać wiedzę i umiejętności, doskonalić swoje pasje, na co wcześniej często nie mieli czasu.

Działają Uniwersytety Trzeciego Wieku w Kielcach, Ostrowcu Świętokrzyskim, Sandomierzu, Skarżysku i Starachowicach. Od października 2011 r. rozpoczął działalność UTW w Opatowie. Uniwersytety proponują seniorom bogatą ofertę zajęć edukacyjnych, kulturalnych i relaksacyjnych. Podobnie jest w Klubach Seniora. Funkcjonują Kluby Emerytów i Rencistów, Koła i Stowarzyszenia o różnym profilu działalności. Aktywność ich

widoczna jest w większych miejscowościach, gorzej jest w małych ośrodkach naszego województwa.

Mimo różnych trudności, przede wszystkim finansowych, organizacje pozarządowe działające na rzecz osób starszych, starają się zachęcić i zainteresować seniorów działaniami służącymi poprawie ich kondycji psychicznej i fizycznej. Szkoda tylko że, jak na razie, większość naszych seniorów nie chce przekonać się, jak bardzo ciekawa i pogodna może być jesień życia.

**- Jakie działania należy podjąć, aby zaktywizować te starsze osoby, które zamykają się w swoich mieszkaniach i nie angażują się w życie społeczne?**

**Matylda Niewójt:** - Nie zawsze łatwo przekonać osoby starsze, aby angażowały się w życie społeczne. Niektórzy po prostu nie czują potrzeby dalszego rozwoju, wystarczają im domowe pielesze. Jak „wyciągnąć” ich z domu? Na pewno jest wiele sposobów. Należy przede wszystkim dążyć do zmiany stereotypowego postrzegania osób starszych poprzez prezentowanie w mediach różnych form działalności seniorów np. w radiu – „Mikrofon dla seniora”, w telewizji lokalnej i regionalnej, w prasie. Przykłady dobrych praktyk mogą zachęcić do działania.

Organizowanie wydarzeń promujących osiągnięcia osób starszych bardzo motywuje do rozwijania zdolności, umiejętności, życiowych pasji. Udostępnienie seniorom możliwości korzystania z imprez kulturalnych, spotkań integracyjnych. Samorządy powinny przeznaczać środki na działalność prozdrowotną, rekreacyjną i edukację prowadzoną przez organizacje pozarządowe.

Dużą rolę w aktywizowaniu ludzi starszych odgrywają Uniwersytety Trzeciego Wieku i Kluby Seniora. Należy otoczyć je daleko idącą pomocą ze strony samorządów lokalnych, doceniając ogromną pracę społeczną tych, którzy chcą zmieniać życie seniorów w naszym województwie.

**- Szacunek dla osób starszych w historii naszego narodu był zawsze jedną z najważniejszych kwestii. Jak ocenia pani zachowania współczesnej młodzieży w stosunku do osób starszych?**

**Matylda Niewójt:** - „Czcic ludzi starych znaczy spełniać trojaką powinność wobec nich i akceptować ich obecność, pomagać im i doceniać ich zalety... cechą cywilizacji prawdziwie ludzkiej jest szacunek i miłość do ludzi starych, dzięki którym mogą oni czuć się – mimo słabnących sił – żywą częścią społeczeństwa. Już Cynceron pisał, że „brzemień lat jest lżejsze dla tego, kto czuje się szanowany i kochany przez młodych” – mówił Błogosławiony Jan Paweł II w „Liście do ludzi w podeszłym wieku”.

Gdyby głębiej tych słów zechciała zrozumieć duża część współczesnej młodzieży, przyjmując

naukę Papieża jako wyznacznik swojego postępowania wobec osób starszych. Niech ten szacunek będzie bardziej widoczny na co dzień, niech nie będą to odruchy okazjonalne. Dziś w zabieganym świecie osoby starsze są niejednokrotnie zanedbywane nawet przez najbliższych. Młodzi mają mało czasu dla seniorów, nie rozumieją ich potrzeb, są niecierpliwi, a tak naprawdę to co oni wiedzą o starości? Rzadko mówi się o tym w domu rodzinnym, niewiele w szkole, a środki masowego przekazu często pokazują karykaturalny i wypaczony obraz seniora. Stąd ciekawa i cenna inicjatywa dr Walentyny Wnuk, doradcy ds. osób starszych prezydenta Wrocławia, która z Radą Episkopatu opracowuje program nauczania przedmiotu „Wiedza na temat starości”. W zamyśle twórców przedmiot ten ma znaleźć się w programie nauczania szkół województwa dolnośląskiego. We współczesnym świecie na plan dalszy zszedł człowiek starszy. Młodzież mniej czerpie z wiedzy i doświadczenia starszego pokolenia. Korzysta ze środków masowego przekazu, Internetu. Tak mało jest spotkań młodzieży z seniorami, osobami zasłużonymi, mającymi osiągnięcia. A to przecież wspaniała edukacja w ramach łączenia pokoleń, „most”, który przybliżyłby do siebie te odległe pokoleniowo grupy. Należy jednakże dodać, że dojrzałość zobowiązuje. To my, starsi, mamy świecić przykładem doskonałego stylu i klasy. A czy zawsze tak jest? Młodzi muszą mieć dobre wzorce osobowe, odpowiednią hierarchię wartości. Odpowiedzialna jest za to przede wszystkim rodzina, a także szkoła i inne placówki pracy pozaszkolnej. W świecie, gdzie panuje kult piękna i młodości musi znaleźć się także miejsce dla człowieka starszego. Starość nie ominie bowiem nikogo.

**- Od prawie roku działa Wojewódzka Społeczna Rada Seniorów, organ opiniotwórczo - doradczy marszałka w sprawie osób starszych. Jakie zadania i cele postawiło przed sobą to gremium. Co udało się już zrealizować?**

**Matylda Niewójt:** – Wojewódzka Społeczna Rada Seniorów przy Urzędzie Marszałkowskim została powołana pod koniec listopada 2010 r. Ma ona realizować działania mające na celu zwiększenie aktywności w życiu publicznym i społecznym osób starszych oraz pomoc w zwiększaniu dostępu do informacji, przeciwdziałając tym samym dyskryminacji i marginalizacji osób będących w jesieni życia. W jej skład wchodzi przedstawiciele organizacji pozarządowych reprezentujących środowiska emerytów, kombatanów oraz instytucji administracji publicznej współpracujących z tymi środowiskami. Współpracujemy także z organizacjami i instytucjami zajmującymi się problemami osób starszych. Kadencja Rady trwa 4 lata. Do tej pory jej członkowie spotkali się na 7 posiedzeniach, podczas których m.in. zaopiniowany został dokument „Program Współpracy Samorządu Województwa Świętokrzyskiego z organizacjami pozarządowymi na rok 2011” w części „Zadania dotyczące seniorów”, omówiony raport „Instrukcje wobec osób starszych”, uczestniczyliśmy w V Kongresie Stowarzyszeń Województwa Świętokrzyskiego.

Wspólnie ze Stowarzyszeniem Uniwersytetu Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Biznesu i Przedsiębiorczości w Ostrowcu Świętokrzyskim pod honorowym patronatem marszałka Adama Jarubasa realizowany jest projekt „Silni ciałem, mocni duchem, czyli pokolenie 50+”.

Licznie uczestniczyliśmy w uroczystym koncercie „Uśmiech Seniora”, a 18 października na warsztatach artystycznych dla seniorów.

To ważne przedsięwzięcia uaktywniające seniorów naszego województwa. Przy realizacji projektu, i nie tylko, Rada Seniorów może liczyć na pomoc pani Teresy Śliwy i pana Konrada Jantarskiego, pracowników Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego.