

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

PUBLIKACJA POGLĄDOWA

Asystent Osoby Starszej jako wsparcie osób starszych

w miejscu zamieszkania,
w strukturze osiedla mieszkaniowego

Publikacja stanowi inspirację do dalszych prac nad opracowaniem modelu koordynacji opieki nad osobami starszymi.

Zadanie publiczne 2025 • Wojewoda Śląski



Katowice, grudzień 2025

AOS

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl | www.patroni.pl



O publikacji

FINANSOWANIE

Publikacja powstała w ramach zadania publicznego: Otwarty Konkurs Ofert w 2025 r., realizowanego w ramach Programu Współpracy Wojewody Śląskiego z Podmiotami Niepublicznymi w Zakresie Pomocy Społecznej na lata 2021-2025, P1: Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się.

Publikacja ma charakter pogładowy i stanowi inspirację do dalszych prac nad opracowaniem modelu koordynacji opieki nad osobami starszymi. Zachęcamy do dyskusji.

Fundacja Patroni • Katowice, grudzień 2025

Starzenie jako proces, a nie nagła zmiana

Starzenie się jest procesem bez jasno określonego punktu startu i przebiega odmiennie u każdego człowieka. Populację można grupować według wybranych cech starzenia się i opisywać statystyczny obraz osób starszych, jednak przewidywanie przebiegu tego procesu u konkretnej osoby nie jest jednoznacznie możliwe.

Nie wiemy, w którym momencie rozpocznie się decydujący etap starzenia, ale wiemy, jakie czynniki mogą go opóźnić. Należą do nich aktywność fizyczna, aktywność społeczna, radzenie sobie ze stresem, odpowiednia dieta oraz profilaktyka zdrowotna. Wprowadzanie dobrych nawyków dopiero wtedy, gdy uświadamiamy sobie fakt starzenia się, bywa trudne. Tym bardziej warto traktować te obszary życia jako priorytet przez cały okres jego trwania. Nie jest to jednak niemożliwe, szczególnie gdy odzyskujemy czas wcześniej wypełniany obowiązkami zawodowymi i rodzinnymi. Energia życiowa, którą zyskujemy dzięki aktywności, właściwej diecie i skutecznemu radzeniu sobie ze stresem, pojawia się dopiero w wyniku długotrwałej, systematycznej praktyki. Nie podlega magazynowaniu - korzystamy z niej w tym samym momencie, w którym ją wytwarzamy. Ta zależność powinna być brana pod uwagę przy projektowaniu narzędzi wsparcia dla osób starszych. Tak duża zmiana stylu życia jest wyzwaniem, dlatego celem profilaktyki zdrowego i aktywnego starzenia się powinno być popularyzowanie wiedzy o starości i wprowadzanie osób dorosłych w ten proces z odpowiednio dużym wyprzedzeniem.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl | www.patroni.pl

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

Często, zanim rozpoczniemy własną przygodę ze starzeniem się, przyjmujemy rolę opiekuna starzejących się bliskich. Bywa, że rola ta nas zaskakuje i nie mamy czasu, by się do niej przygotować. Oczekując narodzin dziecka, mamy dziewięć miesięcy na oswojenie się ze zmianą życiową i przygotowanie do nowej roli. Przejmując opiekę nad osobami starszymi, zwykle nie mamy takiego czasu. Wiele sytuacji nas zaskakuje, a jeszcze więcej trudno nam zaakceptować, szczególnie gdy proces starzenia silnie wpływa na funkcje poznawcze naszych bliskich.

Oswajanie starości i prowadzenie działań, które pozwalają płynnie wejść w ten okres życia, może uczynić go mniej uciążliwym dla samych zainteresowanych, ich bliskich, ale także dla publicznego systemu opieki.

Kluczowa teza

Wsparcie dla osób starszych powinno być realizowane jak najbliżej miejsca zamieszkania i intensyfikowane jeszcze wtedy, gdy senior zachowuje potencjał do samodzielnego funkcjonowania.

Osoby dorosłe wkraczające w okres starzenia powinny oswajać się ze swoim nowym stanem jeszcze wtedy, gdy mieszkają samodzielnie. Ich zasoby poznawcze i funkcjonalne mogą już wykazywać deficyty, które w przyszłości skutkują rosnącym zapotrzebowaniem na instytucjonalną opiekę zdrowotną lub społeczną. Proces ten można jednak opóźnić dzięki skoordynowanemu i kompleksowemu wsparciu w czynnościach życia codziennego. Zgodnie z ideą deinstytucjonalizacji zarówno opieki zdrowotnej, jak i społecznej, wsparcie powinno być oferowane jak najbliżej miejsca zamieszkania seniora. Istotne jest przy tym, aby intensyfikować je już wtedy, gdy osoba starsza zachowuje jeszcze potencjał do możliwie samodzielnego funkcjonowania w warunkach domowych.

Korzystanie z opieki szpitalnej w starszym wieku jest częstsze niż w wieku młodszym, a największy wzrost hospitalizacji przypada na ostatni rok życia. Osoby starsze zbyt często trafiają do szpitala, ponieważ wciąż brakuje innych form wsparcia albo są one trudno dostępne, bądź też system reaguje zbyt wolno. W sytuacji pogorszenia stanu zdrowia hospitalizacja bywa jedynym sposobem zapewnienia choremu pomocy i opieki, choć z medycznego punktu widzenia nie zawsze jest ona zasadna - problem zdrowotny często można rozwiązać ambulatoryjnie. Dodatkowo starsi pacjenci doświadczają w szpitalu licznych powikłań, takich jak infekcje szpitalne, komplikacje procedur diagnostycznych i leczniczych, działania niepożądane leków, niedożywienie, odwodnienie, sarkopenia, błędy medyczne, choroby jatrogenne, majaczenie, rozwój odleżyn, postęp niepełnosprawności, upadki, zatorowość płucna, zaburzenia rytmu snu i czuwania, nietrzymanie moczu i stolca, depresja czy izolacja. To właśnie konsekwencje hospitalizacji zwiększają ryzyko dalszych komplikacji. Nierzadko dochodzi do sytuacji, w której schorzenie będące przyczyną pobytu w szpitalu zostaje wyleczone, ale stan chorego nie pozwala już na powrót do domu z powodu dramatycznego pogorszenia sprawności i stanu ogólnego.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl |
www.patroni.pl

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

Zasada deinstytucjonalizacji opieki zdrowotnej i społecznej zakłada przejście od opieki instytucjonalnej do wsparcia w środowisku lokalnym oraz realizowanie pomocy jak najbliżej miejsca zamieszkania osoby korzystającej ze wsparcia. Obecnie widoczna jest luka w rozpoznawaniu i zaspokajaniu potrzeb osób starszych, która dosłownie znajduje się między ich miejscem zamieszkania a najbliższym miejscem realizacji wsparcia. Pomoc organizowana jest bowiem głównie w instytucjach takich jak przychodnia, szpital czy ośrodek pomocy społecznej. Nawet jeśli wykonawczo trafia ona do domu osoby potrzebującej, to identyfikacja potrzeb najczęściej odbywa się w placówce. Trzeba więc pójść do instytucji - instytucja bardzo rzadko przychodzi do domu osoby starszej po to, by rozpoznać jej potrzeby. Wiele osób starszych, zanim dotrze do systemu wsparcia zdrowotnego lub społecznego - albo zanim ktoś zrobi to w ich imieniu - traci nieodwracalnie część swoich zasobów funkcjonalnych i poznawczych.

Wyzwaniem jest zatem wypełnienie luki między momentem pojawienia się potrzeb wsparcia - opiekuńczych i medycznych - a momentem, gdy senior zaczyna je komunikować lub oczekiwać pomocy. Z doświadczenia fundatora Fundacji Patroni, wynikającego z prowadzenia placówki medycznej i opiekuńczej, wynika, że moment sięgnięcia po wsparcie jest w większości przypadków istotnie opóźniony względem momentu optymalnego. Skrajnym przykładem może być pierwsza wizyta pacjenta u lekarza dopiero wtedy, gdy choroba nowotworowa znajduje się w stadium uniemożliwiającym rozpoczęcie leczenia. To przykład przejawiony, ale dobrze oddający sens opóźnionego rozpoznawania potrzeb.

Senior wczoraj, dzisiaj i jutro

W dominującym dziś modelu współczesny polski senior nie bierze pod uwagę korzystania z opieki z własnej woli. Odsuwa tę konieczność do momentu, w którym jego stan staje się bardzo zły albo krytyczny i decyzje muszą być podejmowane przez bliskich lub inne osoby. Dla porównania, w bliskiej nam przestrzeni kulturowej, niemiecki senior częściej prezentuje odmienny model zachowania - sam wybiera ośrodek opiekuńczy, do którego się przenosi, i dostosowuje zakres korzystania z usług do swoich potrzeb, zmieniających się w czasie. Ośrodek taki nie koncentruje się wyłącznie na opiece, ale na towarzyszeniu seniorowi i wspieraniu jego potencjału samodzielności. Ważnym czynnikiem sukcesu tego modelu jest odpowiednia liczba mieszkańców współtworzących mikrospołeczność, dzięki której seniorzy mogą przebywać razem i nie odczuwać nudy. Na pierwszym planie pozostają niezależność, samostanowienie i możliwość dokonywania wyborów - na przykład tego, jak spędzić dany dzień. Wybór odbywa się jednak z menu propozycji, a nie w całkowitej samotności. Na drugim planie są usługi wspierające, na trzecim - opiekuńcze i medyczne. W miarę słabnięcia potencjału seniora ośrodek intensyfikuje opiekę w sposób dyskretny i z poszanowaniem podmiotowości danej osoby.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl |
www.patroni.pl

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

Dom opieki działający według takiego modelu jest dostępny również w Polsce, jednak w większości jego mieszkańcami są klienci z Niemiec. Elementem szczególnie przyciągającym uwagę jest wzmacnianie możliwości dalszego korzystania z życia - wyjazdów, uczestnictwa w koncertach, wystawach, wyjść do kawiarni czy na potańcówki. W polskich warunkach zakładamy natomiast zwykle, że seniorzy, którzy nadal korzystają z oferty kulturalnej i społecznej, robią to samodzielnie. W taki sposób organizowane są Kluby Seniora czy uniwersytety trzeciego wieku - uczestnikiem ma być samodzielny senior. Najczęściej brakuje jednak wokół tych form wsparcia grupy pracowników, którzy dbaliby o angażowanie także osób, u których narastające deficyty ruchowe i poznawcze zaczynają utrudniać samodzielne uczestnictwo. Ta grupa seniorów bywa stopniowo wypychana z systemu wsparcia i wraca do systemu pomocy społecznej lub zdrowotnej dopiero w dużym, często nieodwracalnym stopniu zależności, jako beneficjent pielęgniarstwa długoterminowego albo usług opiekuńczych oferowanych przez instytucje takie jak MOPS.

Usługa opieki domowej funkcjonuje dziś jako bezpłatne świadczenie zdrowotne - pielęgniarstwo długoterminowe finansowane przez NFZ - albo jako usługa pomocy społecznej dostarczana przez miejskie ośrodki pomocy społecznej. MOPS-y kojarzone są z pomocą dla najuboższych, a usługi opiekuńcze są najtańsze dla osób o najniższych dochodach. Najtańsze nie oznacza jednak bezpłatne - pomoc społeczna w Polsce co do zasady jest odpłatna, z systemem dopłat ze środków publicznych dla osób spełniających określone kryteria, w tym dochodowe. W przypadku wyższych dochodów usługi opiekuńcze stają się odpłatne i zaczynają konkurować z rynkiem opieki domowej, a częściej z jego szarą strefą.

Sedno problemu tkwi jednak w samej nazwie i zakresie usług opieki domowej w odniesieniu do potrzeb osób starszych. Wcześniej opisany model zachowania polskiego seniora - samodzielność aż do pełnej niesamodzielności - eliminuje bardzo ważny etap, jakim jest asystowanie osobom starszym. To, co zostało opisane przy modelu domu opieki, powinno być dostępne również w modelu wsparcia domowego, jeśli polityka senioralna ma rzeczywiście kierować się zasadą deinstytucjonalizacji. Seniorzy nie korzystają z opieki, ponieważ nie czują się jeszcze na tyle zależni, by ktoś musiał się nimi opiekować. Dlatego Fundacja Patroni promuje powszechne tworzenie roli Asystenta Osoby Starszej w najbliższej przestrzeni zamieszkania seniorów. Celowo i świadomie - nie opiekuna.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl |
www.patroni.pl



Asystent Osoby Starszej - założenie modelowe

Na podstawie analizy potrzeb osób starszych oraz dostępnych usług wsparcia powstała koncepcja utworzenia roli Asystenta Osoby Starszej, który realizuje swoje zadania w ograniczonej terytorialnie strefie zamieszkania seniorów, obejmującej osiedle mieszkaniowe lub dzielnicę.

Asystent Osoby Starszej to:

- osoba posiadająca określone kompetencje merytoryczne i społeczne, lecz niebędąca pracownikiem medycznym ani wykwalifikowanym pracownikiem pomocy społecznej;
- osoba umocowana do działania z ramienia spółdzielni mieszkaniowej, wspólnoty mieszkaniowej lub innego lokalnego podmiotu;
- osoba, której głównym zadaniem jest rozpoznawanie potrzeb osób starszych mieszkających w określonym zasobie mieszkaniowym w zakresie czynności życia codziennego oraz wspieranie ich zaspokajania poprzez działania koordynacyjne, organizacyjne, animacyjne, integracyjne i informacyjne.

Asystent Osoby Starszej rozpoznaje potrzeby seniorów będących mieszkańcami spółdzielni lub wspólnoty mieszkaniowej, która powierzyła mu działanie, a następnie planuje i wspiera sposoby ich zaspokojenia tak, aby mieszkańcy-seniorzy mogli jak najdłużej cieszyć się samodzielnym funkcjonowaniem we własnych domach i mieszkaniach.

Rola Asystenta Osoby Starszej będzie szczególnie ważna na obszarach, w których odsetek osób starszych zaczyna dominować w strukturze zamieszkania.

Rola ta jest komplementarna wobec usług wsparcia opieki zdrowotnej oraz pomocy społecznej - nie zastępuje i nie powiela istniejących form pomocy. Przeciwnie, AOS zwiększa efektywność korzystania z dostępnych rozwiązań, takich jak opieka sąsiedzka, usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze, Kluby Seniora i wolontariat, opieka wytchnieniowa, pielęgnarska opieka długoterminowa, wsparcie POZ - w tym wizyty środowiskowe lekarskie i pielęgnarskie - hospitalizacje uzasadnione medycznie czy porady specjalistyczne, w tym teleporady. W zasobach mieszkaniowych, w których kumulacja zamieszkania osób starszych może stanowić istotne wyzwanie dla bezpieczeństwa lokalnej społeczności i dla zarządców nieruchomości, rola AOS może mieć szczególne znaczenie. Blok mieszkalny, w którym ponad 50% mieszkańców stanowią osoby starsze, jest porównywalny pod względem skali problemów do średniej wielkości zakładu opiekuńczo-leczniczego, liczącego około 50 miejsc pobytowych. Kumulacja problemów i potrzeb wsparcia w jednej lokalizacji uzasadnia również ekonomiczne podstawy tworzenia takiej roli.

Dyskretne wsparcie

Asystent osoby starszej może towarzyszyć przy zakupach, pomóc umówić wizytę u lekarza, wesprzeć w spacerze lub w organizacji codziennych spraw. To wsparcie nienachalne, które wydłuża drogę między pełną sprawnością a pełną niesprawnością.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl | www.patroni.pl

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

- planowanie organizacji lokalnej sieci wsparcia - doradztwo dla podopiecznego i opiekuna faktycznego;
- edukacja opiekuna faktycznego w zakresie metod aktywizacji ruchowej osoby starszej;
- analiza warunków wyposażenia i aranżacji pomieszczeń w miejscu zamieszkania osoby starszej - doradztwo w zakresie bezpiecznych warunków mieszkaniowych;
- dobór zaopatrzenia ortopedycznego - informacja o ścieżce postępowania;
- edukacja opiekuna faktycznego w zakresie korzyści ze wsparcia psychologicznego dla opiekunów;
- przekazywanie informacji o bezpiecznych zasadach przechowywania i przygotowywania leków do podania, o roli listy aktualnie przyjmowanych leków oraz o narzędziach przypominających o ich zażyciu;
- omawianie zasad bezpieczeństwa umożliwiających samodzielne funkcjonowanie w domu, takich jak koperta życia, rezerwowe klucze, czujniki, monitoring czy sieć osób do powiadomienia;
- przekazywanie informacji dotyczących wsparcia czynności higienicznych wobec podopiecznego;
- przekazywanie informacji o kluczowych parametrach monitorowania stanu zdrowia osoby starszej;
- przybliżanie systemu opieki zdrowotnej dla osób starszych - charakterystyki kluczowych świadczeń i zasad dostępu;
- wspieranie w korzystaniu z funkcjonalności aplikacji Moje IKP i innych e-usług dostępnych w placówkach ochrony zdrowia;
- przybliżanie systemu opieki społecznej dla osób starszych - charakterystyki kluczowych świadczeń opiekuńczych i zasad dostępu;
- przypominanie zasad udzielania pierwszej pomocy oraz wspieranie w definiowaniu kontaktów alarmowych służących bezpieczeństwu podopiecznego;
- doradztwo w zakresie udogodnień wspierających realizację opieki domowej, takich jak odzież funkcyjna czy poidelka;
- przekazywanie technik ergonomicznego postępowania przy pomocy osobie starszej podczas zmiany pozycji i przemieszczania się;
- opracowanie planu aktywności społecznych, w których podopieczny chętnie uczestniczy, jako rekomendacji dla opiekuna faktycznego.

Czynnikiem sukcesu pracy asystenta jest ograniczony terytorialnie zasięg działania - do kilkunastu minut pieszo.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl |
www.patroni.pl



Asystent Osoby Starszej - kto nim zarządza?

Placówka opieki instytucjonalnej, jak każda instytucja, ma swoją strukturę organizacyjną i zarządczą. Kiedy kierujemy wsparcie do domów osób starszych, traktując miejsce zamieszkania jako odpowiednik instytucji, również potrzebujemy sieci organizacyjnej i zarządczej, aby usługa była realizowana prawidłowo. Jak zatem podejść do organizacji usługi Asystentów Osób Starszych w strukturze osiedla mieszkaniowego?

Punktem odniesienia dla organizacji AOS mogą być istniejące placówki opieki instytucjonalnej oraz struktury opieki środowiskowej, takie jak pielęgniarska opieka długoterminowa. Średniej wielkości zakład opiekuńczo-leczniczy lub oddział szpitalny obejmuje około 40-50 osób, a jedna pielęgniarka pielęgniarskiej opieki długoterminowej może równocześnie opiekować się sześcioma pacjentami. W typowym dziesięciopiętrowym bloku mieszkalnym w jednej klatce znajduje się zazwyczaj od 30 do 44 mieszkań. Oznacza to od 30 mieszkańców w wariantcie jednoosobowym do 88 mieszkańców, jeśli w każdym mieszkaniu żyją dwie osoby. Taki blok często występuje w układzie wieloklatkowym, a osiedle składa się z kilku bloków, zatem liczba mieszkańców może sięgać nawet kilku tysięcy.

Przykładowa skala potrzeb na osiedlu

| | |
|------------------------------------|---|
| Przykład liczby mieszkańców | 44 mieszkania x 2 osoby x 4 klatki x 5 bloków = 1760 osób |
| Przykład liczby seniorów | 40% mieszkańców = 704 osoby starsze |

Jeśli założymy, że 40% mieszkańców stanowią osoby starsze - co przy osiedlach z wielkiej płyty, zasiedlanych w okresie wyżu demograficznego, jest założeniem realistycznym - oznacza to minimum kilkaset seniorów, a niekiedy nawet około tysiąca osób. W przyjętym przykładzie byłoby to 704 mieszkańców. Są to osoby kwalifikujące się do objęcia opieką geriatryczną już z samego kryterium wieku 60+, a w perspektywie kolejnych 10-15 lat część z nich może kwalifikować się do objęcia opieką długoterminową według skali Barthel, przy wyniku poniżej 40 punktów. Warto zauważyć, że zarówno dla pielęgniarskiej opieki domowej, jak i instytucjonalnej opieki całodobowej próg kwalifikacji w skali Barthel jest taki sam.

Skala Barthel

Skala Barthel jest narzędziem medycznym służącym do oceny poziomu samodzielności pacjenta w codziennych czynnościach, takich jak jedzenie, mycie się, ubieranie czy poruszanie. Wynik od 0 do 100 punktów określa zapotrzebowanie na opiekę: 0-20 pkt - bardzo ciężka niesprawność, 20-80 pkt - umiarkowana niesprawność, 80-100 pkt - lekka niesprawność.

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

Pielęgniarska opieka długoterminowa jako świadczenie zdrowotne systemowo niedomaga ze względu na deficyt pielęgniarek, na których opiera się jej realizacja. Równie deficytowa jest liczba miejsc w zakładach typu ZOL i ZPO. W strukturze osiedla tego typu - a w Polsce około 12 mln osób mieszka w osiedlach mieszkaniowych - mamy zatem potencjalną koncentrację kilku zakładów typu ZOL oraz zapotrzebowanie na dużą liczbę pielęgniarek opieki długoterminowej i lekarza geriatry pracującego przynajmniej jeden pełny dzień w tygodniu. W przyjętym przykładzie skala ta wygląda następująco:

- $704 \text{ osoby} \times 50\% / 50 \text{ łóżek w ZOL} = \text{około } 7 \text{ zakładów typu ZOL};$
- $704 \text{ osoby} \times 50\% / 6 \text{ osób na pielęgniarkę} = \text{około } 58 \text{ pielęgniarek pielęgniarskiej opieki długoterminowej};$
- $704 \text{ osoby} \times 30 \text{ minut na wizytę raz w roku} = 352 \text{ godziny rocznie, czyli około } 7 \text{ godzin pracy geriatry tygodniowo.}$

Mimo takiej skali potrzeb osiedle nie jest dziś traktowane jako wyodrębniona strefa wsparcia. Gdy je tworzono, funkcjonowało właśnie w taki sposób - w jego strukturze przewidywano przedszkole, szkołę, przychodnię zdrowia czy sklepiki osiedlowe z produktami pierwszej potrzeby. Przy zmieniającej się strukturze demograficznej jednostka samorządu terytorialnego, choć odpowiada za część usług lokalnych, nie tworzy jednak ośrodka pomocowego, który realnie mógłby wspierać cel polityki senioralnej, czyli deinstytucjonalizację opieki i utrzymanie seniora jak najdłużej w jego środowisku domowym oraz osobistym systemie wsparcia.

Osoby starsze jako osoby dorosłe mają wolny wybór i nie muszą korzystać z oferty usług publicznych w zakresie aktywizacji czy opieki. Dodatkowo ich status ekonomiczny może - zgodnie z zasadą pomocniczości - ograniczać możliwość realizacji tych zadań przez sektor publiczny. To jeden z głównych argumentów, dla których organizacja ośrodka wsparcia senioralnego w strukturze osiedla mieszkaniowego przez jednostkę samorządu terytorialnego jest trudna lub wręcz niemożliwa.

Jednocześnie może to być atrakcyjny potencjał biznesowy, ponieważ w jednym miejscu i czasie występuje koncentracja osób o podobnych potrzebach, a wejście na rynek nie wymaga tak dużych barier inwestycyjnych jak budowa domu opieki czy DPS-u. Klienci nadal korzystają ze swoich mieszkań, a odległości między nimi są niewielkie, co ogranicza koszty transportu. Organizacja i koordynacja takiego wsparcia jest wielowątkowa i wymaga sprawności zarządczej, ale nie jest niemożliwa. Z biznesowego punktu widzenia problemem może być jednak konieczność maksymalizowania zysku, którego przy ściśle ograniczonej terytorialnie ofercie nie zawsze da się osiągnąć w długim okresie.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl |
www.patroni.pl

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

Dlatego zadanie to może zostać powierzone organizacji pozarządowej albo realizowane przez NGO jako element jej celów statutowych. Organizacja pozarządowa jest bowiem w stanie niwelować niestabilność popytu innymi źródłami finansowania, takimi jak dotacje, darowizny czy udział w projektach. Takie wsparcie powinno być chętnie powierzane do realizacji, ponieważ wpisuje się w cele polityki senioralnej.

Posiadanie ośrodka wsparcia w opisanym modelu zwiększa także możliwość efektywnego korzystania z instrumentów finansowych, takich jak opieka sąsiedzka - Klub może pełnić funkcje dydaktyczne i koordynacyjne dla opiekunów sąsiedzkich - czy bon senioralny.

Asystent Osoby Starszej + Klub Seniora - korekta modelu w wyniku pilotażowego wdrożenia

Model Asystenta Osoby Starszej został przetestowany w ramach zadania publicznego w strukturze nowej inicjatywy mieszkaniowej w Katowicach, w okresie od lipca do grudnia 2025 r. Okoliczności realizacji zadania były specyficzne, ponieważ interwencję rozpoczynano dokładnie w momencie zasiedlania nowego, szczególnego obiektu mieszkaniowego.

W pierwszej połowie 2025 r. zakończyła się rewitalizacja kamienicy w ścisłym centrum Katowic, w wyniku której udostępniono 20 mieszkań przystosowanych do potrzeb osób starszych. Inwestycję prowadzi Katowickie Towarzystwo Budownictwa Społecznego. Nowi mieszkańcy - seniorzy - wprowadzali się sukcesywnie od czerwca 2025 r. W pierwszych miesiącach zamieszkania byli w dużej mierze skupieni na adaptacji do nowego miejsca. Znali oni jednak okolicę, ponieważ przeprowadzki zaplanowano tak, aby seniorzy ze śródmieścia mogli pozostać w swoim dotychczasowym otoczeniu, tyle że w lokalach przystosowanych do ich potrzeb i o mniejszym metrażu niż wcześniej. Wszystkie mieszkania zostały zasiedlone w krótkim czasie, a obawy o brak zainteresowania taką inicjatywą ze strony osób starszych nie potwierdziły się.

W ramach inwestycji, poza mieszkaniami, powstała także przestrzeń wspólna - świetlica, przeznaczona do wspólnego przebywania mieszkańców. W części użytkowej kamienicy, liczącej około 100 m², powstał również Klub Seniora prowadzony przez organizację pozarządową. Od świetlicy różnił się on tym, że był miejscem z personelem i własnym programem aktywności. Klub Seniora funkcjonował niezależnie od KTBS i w nomenklaturze lokali miał charakter komercyjny. Mimo to udział w jego działaniach był bezpłatny i nieograniczony terytorialnie. Z Klubu korzystali zarówno mieszkańcy kamienicy, jak i osoby mieszkające w pobliżu - co w warunkach ścisłego centrum miasta oznaczało duży potencjał uczestnictwa.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl |
www.patroni.pl

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

W ramach zadania wprowadzono więc rolę Asystentów Osób Starszych do obiektu mieszkaniowego, który z założenia był w połowie zamieszkały przez osoby starsze. Były to osoby o dużym stopniu samodzielności i niezależności, które nie były jeszcze beneficjentami systemu opieki społecznej w klasycznym rozumieniu. Rozpoznawanie ich potrzeb przez zespół asystentów oraz osvajanie seniorów z samą ideą asystentury przebiegało stopniowo. Tempo dołączania kolejnych osób do grupy objętej wsparciem było początkowo niewielkie. Nie oznaczało to jednak braku dopasowania oferty do potrzeb, lecz wskazywało, że adaptacja do nowych form wsparcia wymaga czasu i cierpliwości ze strony organizatorów. Proces budowania zaufania jest długotrwały, ale ostateczny przyrost liczby osób korzystających ze wsparcia okazał się zaskakująco wysoki jak na sześciomiesięczny projekt.

Pilotaż - najważniejsze liczby

| | | |
|------------|-------------------------|---------------------------------------|
| 5 | 50 | 19 + 2 |
| Asystentów | Osób objętych wsparciem | Spotkań klubowych i okolicznościowych |

W trakcie zadania rolę Asystentów Osób Starszych pełniło łącznie pięć osób. W ciągu sześciu miesięcy ze wsparcia skorzystało 50 osób. Wszystkie miały indywidualny kontakt z asystentami, jednak zdecydowana większość preferowała uczestnictwo w zajęciach odbywających się w strefie wspólnej, czyli w Klubie Seniora prowadzonym przez Fundację. Spotkania nie musiały mieć liczego charakteru - czasem do Klubu przychodziły dwie lub trzy osoby, aby porozmawiać i wspólnie napić się herbaty. Seniorzy poznawali siebie nawzajem i poznawali pracowników - asystentów. Stopniowo budowała się więź zaufania, która okazała się kluczowa dla stworzenia społeczności wokół Klubu i roli Asystenta Osoby Starszej.

Z czasem pojawiały się pierwsze indywidualne prośby o pomoc w załatwieniu różnych spraw, najczęściej związane z ochroną zdrowia lub codziennymi zakupami. Wraz z rozwojem inicjatywy klub stał się również punktem zbiórki do wspólnych wyjść - do muzeum, na spacer i inne aktywności. Asystenci, odwiedzając osoby korzystające ze wsparcia indywidualnego, zachęcali je do włączania się w formy grupowe. Dla części osób, mimo fizycznej bliskości Klubu, taka forma nadal okazywała się jednak zbyt krępująca i w czasie trwania zadania nie zdecydowały się one na udział.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl | www.patroni.pl

Zadanie realizowane z dofinansowaniem ze środków Wojewody Śląskiego.



WOJEWODA ŚLĄSKI

Początkowo zakładano, że wsparcie będzie uruchomione głównie dla mieszkańców zrewitalizowanej kamienicy i przede wszystkim w formule domowej. Po etapie diagnozy potrzeb i rekrutacji okazało się jednak, że najbardziej dostępna i akceptowana przez seniorów jest formuła łącząca wsparcie indywidualne z grupowymi spotkaniami w Klubie Seniora - i to nie tylko dla mieszkańców kamienicy, ale również dla osób z sąsiedztwa. Dlatego model w trakcie realizacji rozszerzono o asystenturę grupową - nadal osadzoną w strukturze osiedla lub budynku, ale wykorzystującą wspólną przestrzeń Klubu Seniora do:

- integrację i wsparcie rówieśnicze: rozmowy, budowanie relacji, włączanie osób mniej aktywnych oraz tworzenie bezpiecznej atmosfery sprzyjającej przeciwdziałaniu samotności;
- aktywizację poznawczą i społeczną: gry, w tym karciane, jako formę ćwiczenia koncentracji, uwagi, planowania oraz podtrzymywania kontaktów społecznych;
- aktywizację twórczą: zajęcia artystyczne i rękodzielnicze, na przykład przygotowywanie ozdób i dekoracji, wzmacniające sprawność manualną, ekspresję twórczą i poczucie sprawczości;
- elementy ruchowe: proste aktywności wspierające mobilność i "rozruszanie" uczestników w zakresie możliwym do realizacji w Klubie;
- komponent prozdrowotny: dwie pogawędki zdrowotne poświęcone profilaktyce i nawykom sprzyjającym zdrowemu starzeniu się.

W pierwotnym, modelowym założeniu miejscem pracy asystentów miały być mieszkania podopiecznych. Doświadczenie pilotażu pokazało jednak, że posiadanie dziennej strefy wspólnego przebywania - takiej jak Klub Seniora - stało się jednym z kluczowych czynników sukcesu tego modelu wsparcia.

Po pierwszym, krótkim okresie obserwacji można stwierdzić, że inwestycja została w pełni zasiedlona w III kwartale 2025 r. Po pierwszym kwartale funkcjonowania świetlica - lokal wspólny przypisany do mieszkań do użytku własnego mieszkańców - była wykorzystywana symbolicznie, podczas gdy Klub Seniora odwiedzało codziennie od kilkunastu do kilkudziesięciu osób, zależnie od programu dnia, pogody i innych okoliczności. Co więcej, Klub nie może nazywać się dziennym domem opieki - nazewnictwo ukierunkowane na potencjały, a nie deficyty, odegrało tu bardzo dużą rolę.

Klub seniora wraz z aktywnością Asystentów Osób Starszych jest kontynuowany po zakończeniu zadania ze środków własnych Fundacji. Obserwowanie potrzeb osób starszych oraz badanie akceptowanych i skutecznych form wsparcia będzie dalej prowadzone jako realizacja celu statutowego Fundacji Patroni.

Zadanie pod tytułem: „Wspieranie działań mających na celu poprawę warunków do godnego i zdrowego starzenia się”, numer umowy (PSI.946.3.1.9.2025) jest współfinansowane ze środków Wojewody Śląskiego.

Biuro Fundacji: Fundacja Patroni | ul. Mariacka 34 | 40-014 Katowice | e-mail: fundacja@patroni.pl |
www.patroni.pl