

Załącznik do uchwały Nr LXXXI/2652/2023

Rady m.st. Warszawy z 25 maja 2023 r.

# Polityka senioralna m.st. Warszawy



**Warszawa**

## Spis treści

Część 1. Wstęp .....	3
Część 2. Dlaczego wprowadzamy politykę senioralną? .....	6
Część 3. Jak rozumiemy politykę senioralną? .....	18
Część 4. Główne obszary polityki senioralnej Warszawy .....	21
Część 5. Wartości i zasady polityki senioralnej Warszawy .....	23
Część 6. Rekomendacje .....	29
Część 7. Podmioty odpowiedzialne za uwzględnianie wytycznych wynikających z polityki senioralnej .....	36
Część 8. Wykaz dokumentów i opracowań wykorzystywanych w pracach nad „Polityką senioralną m.st. Warszawy” .....	38

## Część 1. Wstęp

Na świecie od wielu lat organizacje międzynarodowe podejmują inicjatywy, które mają zwrócić uwagę opinii publicznej na proces starzenia się ludności i rosnącą liczbę osób starszych. Najwcześniej z takimi inicjatywami wystąpiła Organizacja Narodów Zjednoczonych<sup>1</sup>, a następnie Rada Europy i Unia Europejska. Zachęcały one rządy państw do prowadzenia polityki, która uwzględniałaby potrzeby, oczekiwania i możliwości coraz liczniejszej grupy seniorów i senierek. W naszym kraju politykę senioralną zapoczątkowano w 2012 roku. Z inicjatywy Unii Europejskiej ogłoszono go Europejskim Rokiem Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej<sup>2</sup>. Jednym z efektów podjętych wówczas prac były uchwalone przez Radę Ministrów Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020<sup>3</sup> (zastąpione w 2018 r. przez dokument Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. Bezpieczeństwo – Uczestnictwo – Solidarność<sup>4</sup>). W powiązaniu z rządową polityką senioralną powstawały i powstają programy władz samorządowych, np. Program Warszawa Przyjazna Seniorom na lata 2013-2020.

W 2021 roku Miasto podjęło decyzję, by powstał kompleksowy dokument odnoszący się do jednego z wyzwań wskazanych w „Strategii #Warszawa 2030”. Są nim „zmiany demograficzne, a szczególnie starzenie się społeczeństwa”. „Polityka senioralna m.st. Warszawy” jest dokumentem kierunkowym, deklaracją zasad i wartości ważnych dla tej polityki<sup>5</sup>. Zgodnie bowiem z ustalonymi przez Prezydenta m.st. Warszawy Standardami dokumentów programujących rozwój m.st. Warszawy<sup>6</sup> dokument, który opisuje wybraną miejską politykę nie ma charakteru wykonawczego. Omawiamy w nim najważniejsze zagadnienia związane z potrzebami warszawskich seniorów, które zmieniają się na różnych etapach procesu starzenia się. Proponujemy określony sposób myślenia o osobach starszych, starości i międzypokoleniowej wspólnocie mieszkanek i mieszkańców naszego miasta. Nasz dokument zawiera rekomendacje, które wskazują, czym powinny charakteryzować się

---

<sup>1</sup> W 1982 roku odbyło się w Wiedniu pierwsze Światowe Zgromadzenie w sprawie Starzenia się. Drugie Światowe Zgromadzenie w sprawie Starzenia się odbyło się w 2002 roku w Madrycie.

<sup>2</sup> Decyzja Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 14 września 2011 r. (COD 2010/0242) oraz poprzedzający ją komunikat Komisji Europejskiej (COM (2010) 462).

<sup>3</sup> Uchwała nr 238 Rady Ministrów z dnia 24 grudnia 2013 r. w sprawie przyjęcia dokumentu Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014-2020, Monitor Polski, 2014 r., poz. 118.

<sup>4</sup> Uchwała nr 161 Rady Ministrów z dnia 26 października 2018 r. w sprawie przyjęcia dokumentu Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. BEZPIECZEŃSTWO - UCZESTNICTWO – SOLIDARNOŚĆ, Monitor Polski, 2018 r., poz. 1169.

<sup>5</sup> Wynika to z Zarządzenia nr 1868/2017 Prezydenta m.st. Warszawy z dnia 5 grudnia 2017 r. w sprawie wprowadzenia standardów dokumentów programujących rozwój m.st. Warszawy str. 15.

<sup>6</sup> Zarządzenie nr 1868/2017 Prezydenta m.st. Warszawy z dnia 5 grudnia 2017 r. w sprawie wprowadzenia standardów dokumentów programujących rozwój m.st. Warszawy

realizowane w mieście programy i projekty, aby Warszawa stawała się miastem coraz bardziej przyjaznym osobom starszym.

„Polityka senioralna m.st. Warszawy” jest spójna z dwoma dokumentami określającymi cele Miasta: „Strategią #Warszawa 2030”<sup>7</sup> oraz „Strategią rozwiązywania problemów społecznych 2030”<sup>8</sup>. Wskazuje kierunki działań Miasta w realizacji celów strategicznych i operacyjnych określonych w obu tych dokumentach. Działania te mają prowadzić do poprawy jakości życia na wszystkich etapach starzenia się człowieka. Zaproponowane przez nas rekomendacje powiązane są z niemal wszystkimi celami operacyjnymi ustalonymi w obu strategiach.

„Polityka senioralna m.st. Warszawy” składa się z następujących części:

- uzasadnienie potrzeby opracowania polityki senioralnej,
- wyjaśnienie, czym jest polityka senioralna,
- główne obszary polityki senioralnej Miasta,
- wartości i zasady polityki senioralnej,
- rekomendacje polityki senioralnej, które dotyczą realizacji celów operacyjnych określonych w dokumentach programujących rozwój,
- podmioty odpowiedzialne za uwzględnianie rekomendacji wynikających z polityki senioralnej,
- wykaz dokumentów urzędowych i opracowań wykorzystywanych w pracach nad naszym dokumentem.

„Polityka senioralna m.st. Warszawy” została przygotowana z inicjatywy i przy współudziale Warszawskiej Rady Seniorów i przedstawicieli Dzielnicowych Rad Seniorów. W Urzędzie m.st. Warszawy za zorganizowanie i koordynację pracy nad tym dokumentem oraz za jego opracowanie odpowiadało Biuro Pomocy i Projektów Społecznych. Prace trwały od grudnia 2021 r. do lutego 2023 r. i miały charakter partycypacyjny. Objęły:

- siedem warsztatów poświęconych poszczególnym zagadnieniom omawianym w dokumencie, z udziałem przedstawicieli warszawskich senierek i seniorów (w tym Warszawskiej Rady Seniorów), osób reprezentujących organizacje pozarządowe oraz pracowników Urzędu m.st. Warszawy i innych instytucji samorządowych;
- dwa spotkania w formule otwartych seminariów;
- spotkania robocze z udziałem reprezentacji Warszawskiej Rady Seniorów;
- konsultacje społeczne projektu dokumentu;

---

<sup>7</sup> Uchwała LXVI/1800/2018 Rady Miasta Stołecznego Warszawy z dnia 10 maja 2018 r. w sprawie przyjęcia strategii rozwoju miasta stołecznego Warszawy do 2030 roku.

<sup>8</sup> Uchwała nr LV/1735/2021 Rady Miasta Stołecznego Warszawy z 14 października 2021 r. w sprawie przyjęcia Strategii rozwiązywania problemów społecznych 2030.

- konsultacje dokumentu z organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób starszych.

W pracy nad polityką senioralną była zaangażowana i merytorycznie jej przewodziła prof. dr hab. Barbara Szatur-Jaworska z Wydziału Nauk Politycznych i Studiów Międzynarodowych Uniwersytetu Warszawskiego, ekspertka z zakresu polityki społecznej i gerontologii społecznej.

Z powodu pandemii COVID-19 warsztaty oraz część spotkań roboczych zorganizowaliśmy w formie zdalnej. Konsultacje społeczne odbyły się stacjonarnie.

## Część 2. Dlaczego wprowadzamy politykę senioralną?

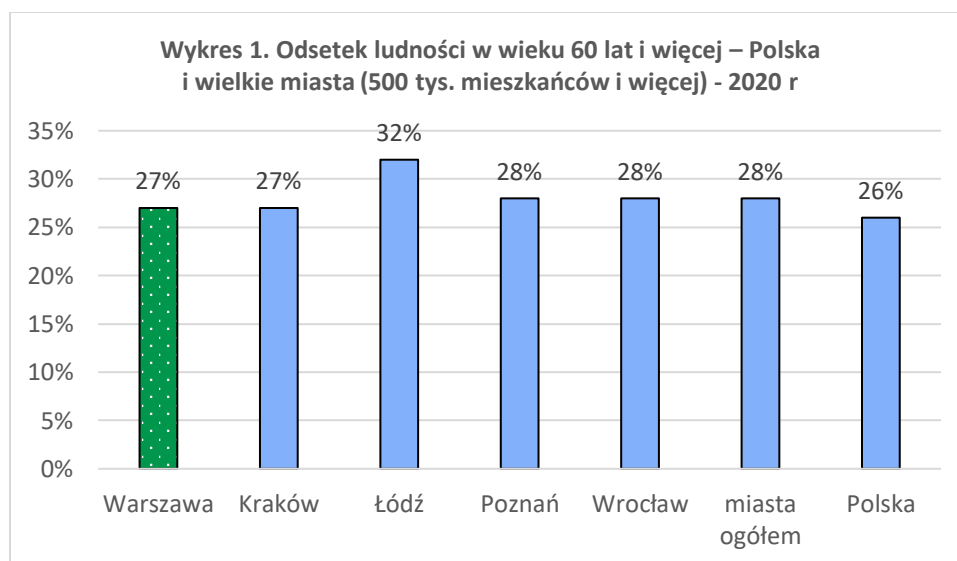
Jest wiele powodów, dla których Warszawie potrzebna jest polityka senioralna. Należą do nich:

- sytuacja demograficzna miasta,
- sytuacja, potrzeby i oczekiwania starszych warszawianek i warszawiaków,
- konieczność kształtowania rozwoju miasta w oparciu o potencjał mieszkańców, w tym osób starszych,
- pozytywne doświadczenia zdobyte w trakcie realizacji społecznych projektów przeznaczonych dla osób starszych,
- światowe i europejskie trendy kształtowania życia społecznego i gospodarczego w warunkach starzenia się ludności.

### Sytuacja demograficzna – „siwiejąca Warszawa”

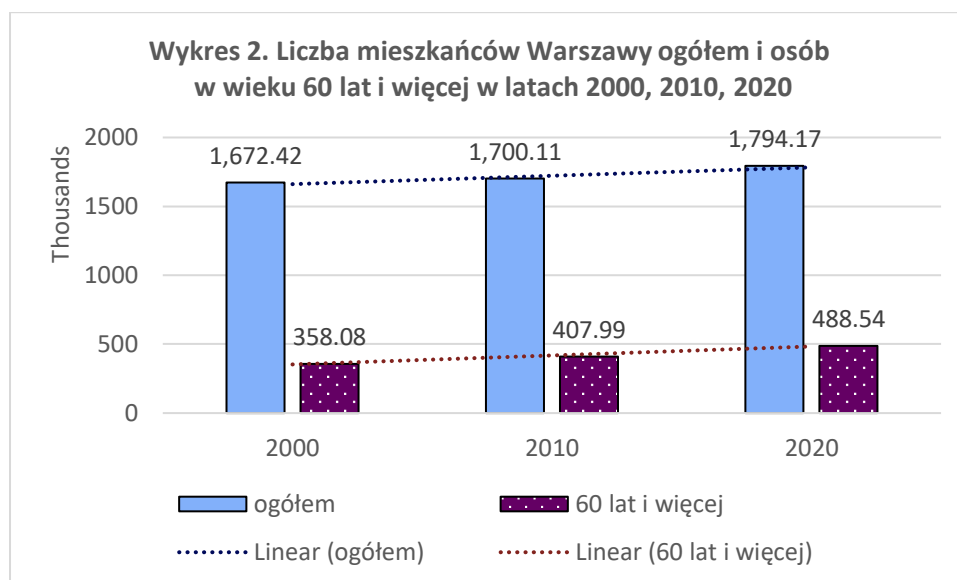
Pojęcie „siwienia” jakiegoś obszaru geograficznego jest metaforą używaną do opisu procesu starzenia się ludności. Najczęściej stosowaną przez demografów miarą tego procesu jest procentowy udział osób starszych w ogólnej liczbie ludności mieszkającej na danym terenie. W 2020 roku osoby w wieku 60 lat i więcej stanowiły 27% spośród 1794,2 tys. zamieszkujących Warszawę. Wśród dorosłych (w wieku 18 lat i więcej) seniorem była co trzecia osoba mieszkająca w naszym mieście.

Poziom starości demograficznej Warszawy był podobny do tego w innych wielkich polskich miastach (500 tys. mieszkańców i więcej), ale niższy niż w Łodzi. Jest ono najstarszym demograficznie wielkim miastem w Polsce (wykres 1).



Źródło: opracowanie własne na podstawie Rocznika Statystycznego Warszawy 2021, Urząd Statystyczny w Warszawie, Warszawa 2021.

Od początku XXI wieku odsetek osób starszych w ogólnej liczbie mieszkańców naszego miasta zwiększył się z 21% (2000 r.) do 27% (2020 r.). W 2020 roku mieszkało w Warszawie prawie 489 tys. osób starszych i było ich o 37% więcej niż w 2000 r. (358 tys.). W tym okresie ogólna liczba zamieszkujących nasze miasto także wzrastała, ale ten przyrost był mniej dynamiczny niż wzrost liczby osób starszych (wykres 2).

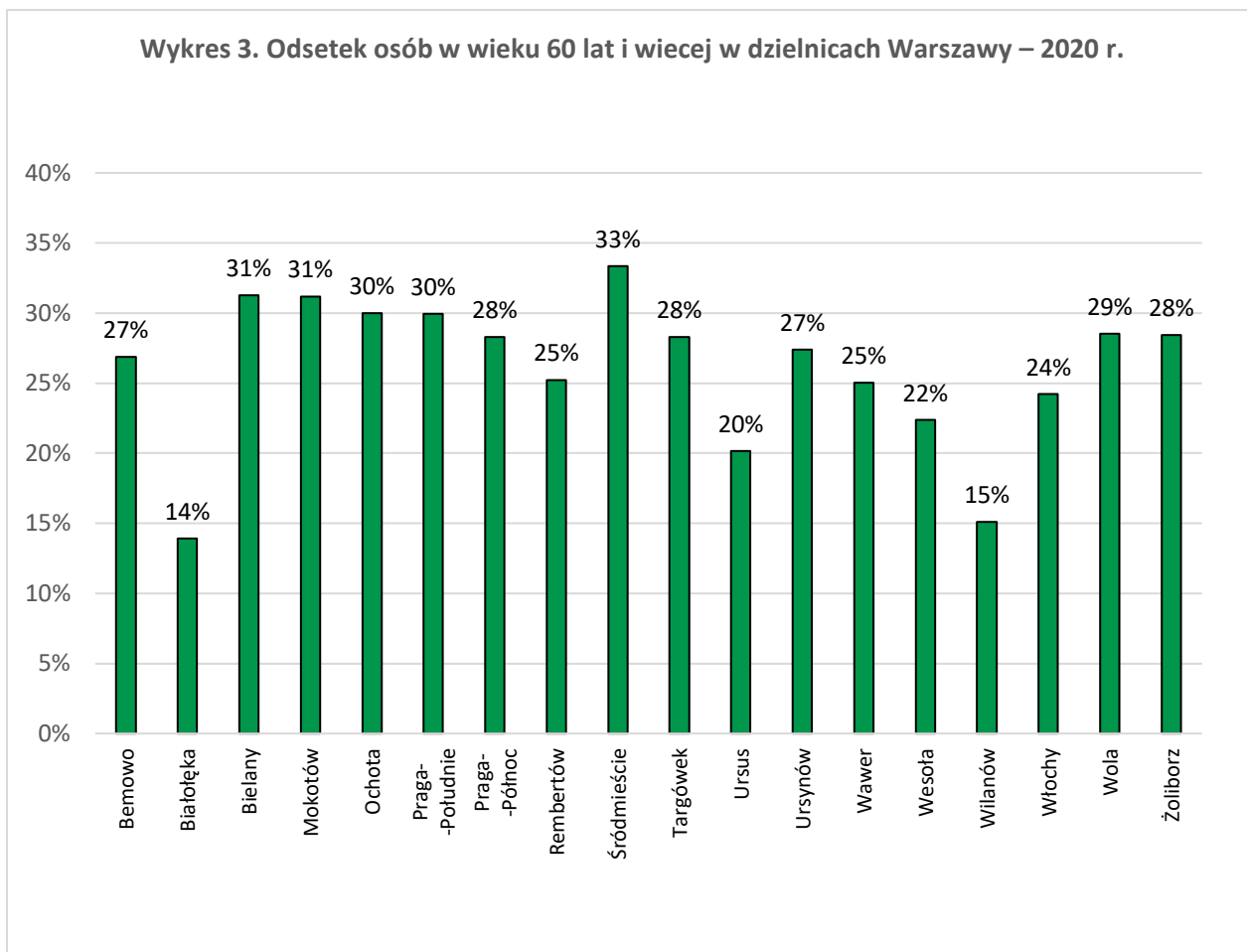


Źródło: opracowanie własne na podstawie Rocznika Statystycznego Warszawy 2021, Urząd Statystyczny w Warszawie, Warszawa 2021.

Główny Urząd Statystyczny prognozuje, że w trzeciej dekadzie XXI wieku przyrost liczby osób w wieku 60 lat i więcej będzie w Warszawie znacznie mniejszy niż we wcześniejszych latach. Ich liczbę w 2030 r. szacuje się na 490 tys. Zarazem znacząco zwiększy się wśród seniorów liczba osób w wieku sędziwym – 80 lat i więcej (127 tys.). Nasili się zatem proces określany przez demografów jako podwójne starzenie się ludności.<sup>9</sup>

Poziom starości demograficznej jest zróżnicowany w poszczególnych dzielnicach Warszawy. Najwyższy odsetek osób w wieku 60 lat i więcej (30% i więcej) odnotowano w 2020 r. w Śródmieściu, na Bielanach, Mokotowie, Ochocie i Pradze-Południe. Najmłodsze demograficznie (20% lub mniej osób starszych) były: Białołęka, Wilanów i Ursus (wykres 3).

<sup>9</sup> Prognoza ludności gmin na lata 2017-2030 (opracowanie eksperymentalne), Główny Urząd Statystyczny, Warszawa 2017. Tablice w formacie Excel: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosc/prognoza-ludnosc-gmin-na-lata-2017-2030-opracowanie-eksperymentalne,10,1.html>

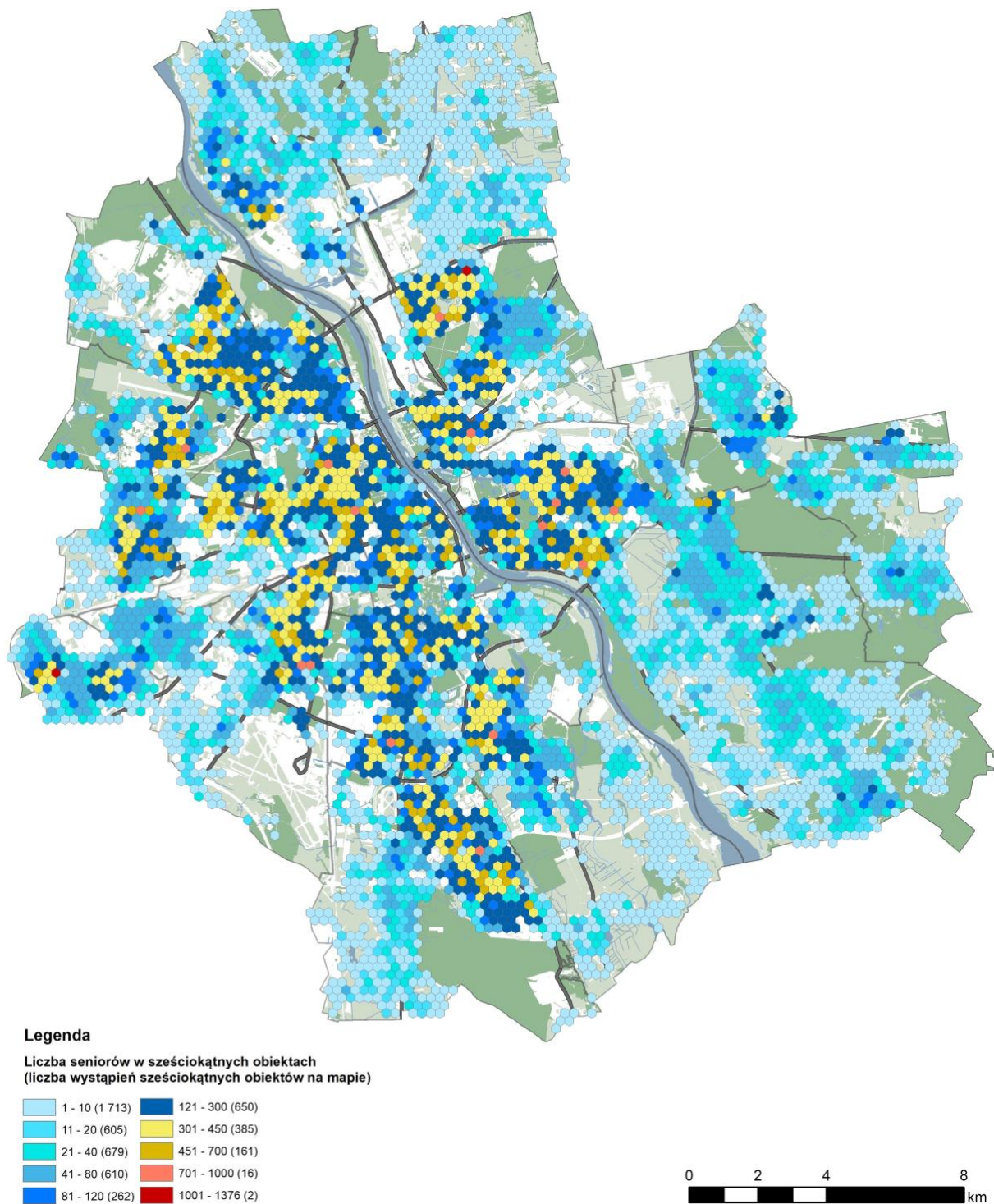


Źródło: opracowanie własne na podstawie Panoramy dzielnic Warszawy 2021, Urząd Statystyczny w Warszawie, Warszawa 2021.

Największa liczba osób starszych mieszkała na Mokotowie (67,8 tys.) i Pradze-Południe (53,9 tys.). To oznacza, że w dwóch największych dzielnicach mieszkała 25% warszawskich senierek i seniorów. Przestrzenne zróżnicowanie rozmieszczenia osób starszych na terenie Warszawy ilustruje mapa 1.



Mapa 1. Rozmieszczenie osób w wieku 60 lat i więcej na terenie Warszawy w 2020 r.



Źródło: opracowanie własne Urząd m.st. Warszawy.<sup>10</sup>

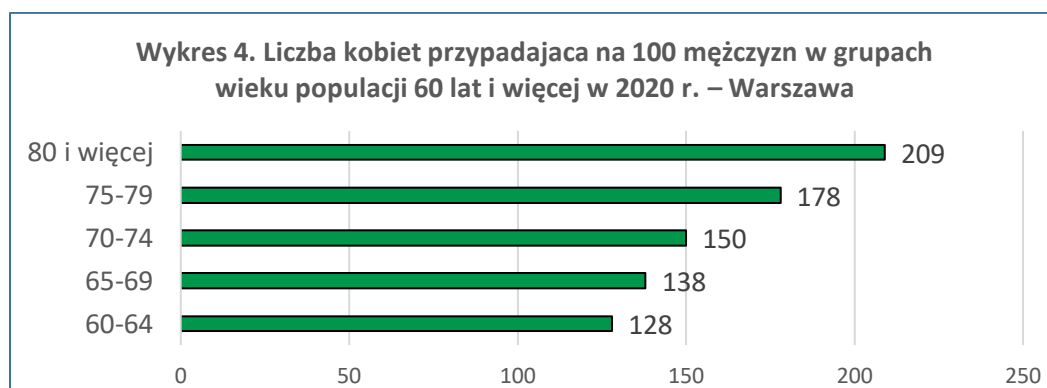
<sup>10</sup> Sześciokątny obiekt – seniorzy zostali pokazani w hexagonach. To figura geometryczna o sześciu równych bokach. Liczby przy kolorze w zakresach pokazują liczbę mieszkańców pow. 60 r.ż. w danym hexagonie, liczby w nawiasach to liczba wystąpień hexagonów w tych zakresach na całej mapie.

Dane nie uwzględniają zmian, jakie zaszły w strukturze płci i wieku, spowodowanych napływem do Warszawy osób, które uciekły przed wojną z Ukrainy. Z powodu przybycia w 2022 r. dużej liczby dzieci i dorosłych, którzy należą do młodszych pokoleń<sup>11</sup>, może nastąpić demograficzne odmłodzenie Warszawy. Oczywiście, jeśli zostaną oni na dłużej. Należy wówczas liczyć się ze spadkiem procentowego udziału osób starszych. Liczba senierek i seniorów pozostanie jednak na dotychczasowym poziomie – blisko pół miliona osób.

## Sytuacja, potrzeby i potencjał warszawskich seniorek i seniorów

### Struktura populacji osób starszych

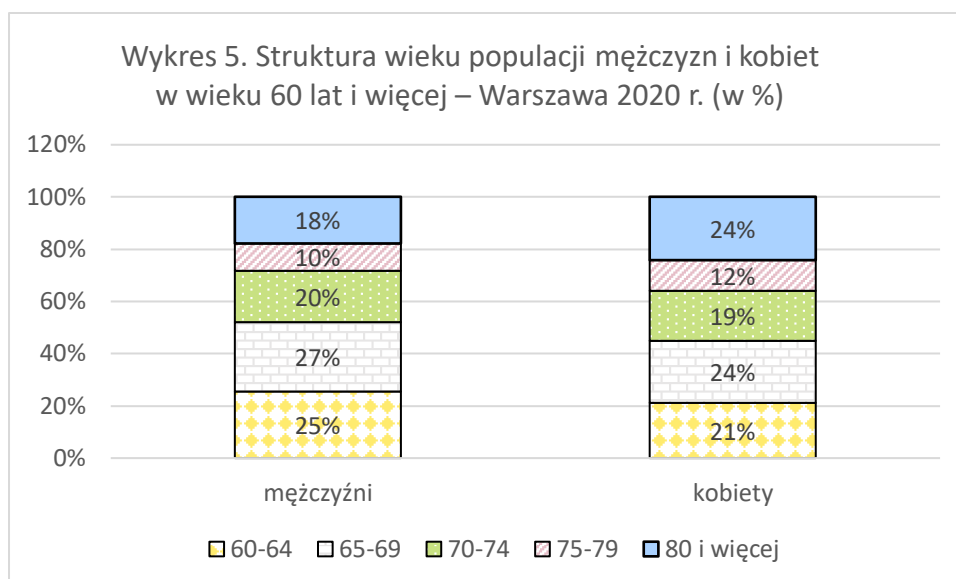
Rozważając, jakie są potrzeby starszych mieszkańców Warszawy, należy pamiętać, że w większości są to kobiety (w 2020 roku – 60%). Co więcej, im starsza grupa wieku, tym większy w niej odsetek kobiet. W 2020 r. w grupie wieku 60–64 lata na 100 mężczyzn przypadało 128 kobiet, ale wśród osób w wieku 80 lat i więcej – aż 209 (wykres 4).



Źródło: opracowanie własne na podstawie Rocznika Statystycznego Warszawy 2021, Urząd Statystyczny w Warszawie, Warszawa 2021.

Przeciętnie kobiety żyją dłużej niż mężczyźni, dlatego wśród warszawskich seniorek jest relatywnie większa grupa osób najstarszych (24% stanowią osoby w wieku 80 lat i więcej) niż wśród warszawskich seniorów (18% w wieku 80 lat i więcej) (wykres 5).

<sup>11</sup> Z danych Urzędu m.st. Warszawy wynika, że w październiku 2022 r. osoby w wieku 60 lat i więcej stanowiły mniej niż 8% zarejestrowanych w naszym mieście osób, które uciekły przed wojną z Ukrainy.



Źródło: opracowanie własne na podstawie Rocznika Statystycznego Warszawy 2021, Urząd Statystyczny w Warszawie, Warszawa 2021.

Starość jest wewnątrznie zróżnicowaną fazą życia. Demografowie wyróżniają w niej przynajmniej dwa etapy: wczesną starość (nazywaną też trzecim wiekiem) i późną starość (nazywaną czwartym wiekiem lub wiekiem sędziwym). Jeśli przyjmiemy, że granicą czwartego wieku jest 80 lat, w 2020 roku mieszkało w Warszawie blisko 106 tys. osób w tym wieku – 71,6 tys. kobiet, i 34,3 tys. mężczyzn. Osoby, które są w fazie późnej starości statystycznie częściej lub poważniej chorują<sup>12</sup>. Częściej też dotknięte są ograniczeniami samodzielności i niepełnosprawnością, niestety również częściej są samotne. Wśród osób sędziwych obserwuje się też największe nasilenie objawów depresji<sup>13</sup>. Dlatego, choć nie każda osoba po 80 roku życia doświadcza tych trudności i ograniczeń, uznaje się, że liczba osób w czwartym wieku dobrze obrazuje skalę nasilonych potrzeb zdrowotnych i opiekuńczych.

<sup>12</sup> Z przeprowadzonego przez GUS badania stanu zdrowia ludności Polski (2019 r.) wynika, że odsetek osób oceniających swój stan zdrowia jako zły lub bardzo zły gwałtownie rośnie wraz z wiekiem. W grupie wiekowej 60-69 lat wynosił on 17%, w grupie wiekowej 70-79 lat – 27%, a wśród osób w wieku 80 lat i więcej – 40%. (Obliczenia własne na podstawie tablicy IV/1 w formacie XLSX dostępnej na: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/zdrowie/zdrowie/stan-zdrowia-ludnosci-polski-w-2019-r-,6,7.html>)

<sup>13</sup> W badaniach stanu zdrowia ludności Polski (2019 r.) GUS ustalił występowanie objawów depresji na podstawie odpowiedzi udzielanych przez uczestników badania, a więc nie jest to diagnoza medyczna. Ze zgromadzonych danych wynika, że w grupie wiekowej 80 lat i więcej odsetek osób wykazujących poważne objawy depresji wynosił aż 29%. (Tablica V/7 w formacie XLSX dostępna na: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/zdrowie/zdrowie/stan-zdrowia-ludnosci-polski-w-2019-r-,6,7.html>)

Z badań przeprowadzonych na zlecenie Miasta<sup>14</sup> wśród osób z niepełnosprawnościami wynika, że co piąta osoba w wieku 60–69 lat deklaruje, że ma niepełnosprawność. Wśród osób w wieku 80 lat i więcej taką deklarację złożyła co druga osoba. W grupie osób z niepełnosprawnościami w wieku 80 lat i więcej 75% z nich potrzebowało pomocy, głównie finansowej i w formie usług opiekuńczych.

Głównym źródłem wsparcia dla osób starszych z niepełnosprawnościami i tych, które potrzebują pomocy w samodzielnym funkcjonowaniu, jest rodzina. Pomagają jej zarówno członkowie mieszkający z potrzebującymi, jak i ci, którzy mieszkają osobno. Często rolę opiekuna pełni małżonek lub małżonka, a więc również osoby starsze, które same wymagają wsparcia i pomocy. Potrzeba wszechstronnego wsparcia opiekunów nieformalnych jest coraz częściej dostrzegana przez organizatorów pomocy. Należy też wypracować nowe sposoby dotarcia do osób i rodzin, które potrzebują wsparcia, ale nie potrafią go szukać.

W Warszawie, podobnie jak w innych dużych miastach, wiele osób starszych mieszka samodzielnie<sup>15</sup> w jednoosobowych gospodarstwach domowych. Większość tej grupy stanowią kobiety. Jak pokazują badania ogólnopolskie, w związku ze śmiercią małżonków udział samodzielnie mieszkających jest większy wśród osób w czwartym wieku niż wśród osób w trzecim wieku<sup>16</sup>. Samodzielne zamieszkiwanie jest dla wielu starszych osób warunkiem poczucia niezależności. Jest jednak także źródłem osamotnienia oraz kłopotów w codziennym funkcjonowaniu, gdy nie można liczyć na stałą pomoc rodziny. Zwłaszcza wówczas, gdy osoby samotne mają ograniczoną sprawność, a mieszkają na wyższych kondygnacjach w budynkach bez wind. Oczywiście tak zwanymi „więźniami czwartego piętra” są nie tylko osoby samotne. Jednak dla nich brak możliwości wyjścia z domu jest szczególnie dotkliwy.

Są jeszcze wyzwania związane ze środowiskiem zamieszkania osób starszych, między innymi z dostosowaniem mieszkań do potrzeb osób z ograniczoną sprawnością i pogarszającym się stanem zdrowia.

Prognozowany dla Warszawy wzrost liczby osób powyżej 80 roku życia będzie wymagał rozwijania i dalszego doskonalenia usług opiekuńczych, tworzenia nowych instytucji wspierających. Dobry system wsparcia dla osób najstarszych musi uwzględniać specyfikę

---

<sup>14</sup> Skala i struktura zjawiska niepełnosprawności w m.st. Warszawie. PBS Sp. z o.o. 2018 r.

<sup>15</sup> Wg badania PolSenior 2 w miastach liczących powyżej 200 tys. mieszkańców 27% osób w wieku 60 lat i więcej mieszkało samodzielnie (B. Szatur-Jaworska – dane niepublikowane, materiały własne). Można przypuszczać, że w Warszawie skala samodzielnego zamieszkiwania osób starszych jest zbliżona.

<sup>16</sup> B. Szatur-Jaworska, Sytuacja rodzinna i więzi rodzinne (w:) P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski (red.) Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021, s. 871.

potrzeb i możliwości kobiet i mężczyzn, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji osób mieszkających samodzielnie.

### **Aktywność osób starszych i czynniki, które ją kształtują**

Największa zachorowalność mieszkanek i mieszkańców Warszawy związana jest z chorobami układu krążenia. Na drugim miejscu są choroby nowotworowe, a na trzecim choroby układu oddechowego. Wskaźniki zachorowalności rosną wraz z wiekiem. Podobnie jak odsetek osób doświadczających kilku chorób jednocześnie. Jak wynika z badań ogólnopolskich, przewlekłymi chorobami i dolegliwościami nasilającymi się w starszym wieku są: nadciśnienie, bóle pleców, choroba wieńcowa, choroba zwyrodnieniowa stawów, cukrzyca oraz przerost gruczołu krokowego u mężczyzn. Wśród osób w czwartym wieku znaczącym problemem jest ponadto nietrzymanie moczu<sup>17</sup> oraz zaburzenia poznawcze.

Osoby starsze są szczególnie wrażliwe na efekt zmian klimatycznych. Uciążliwe są dla nich szczególnie fale upałów w mieście.

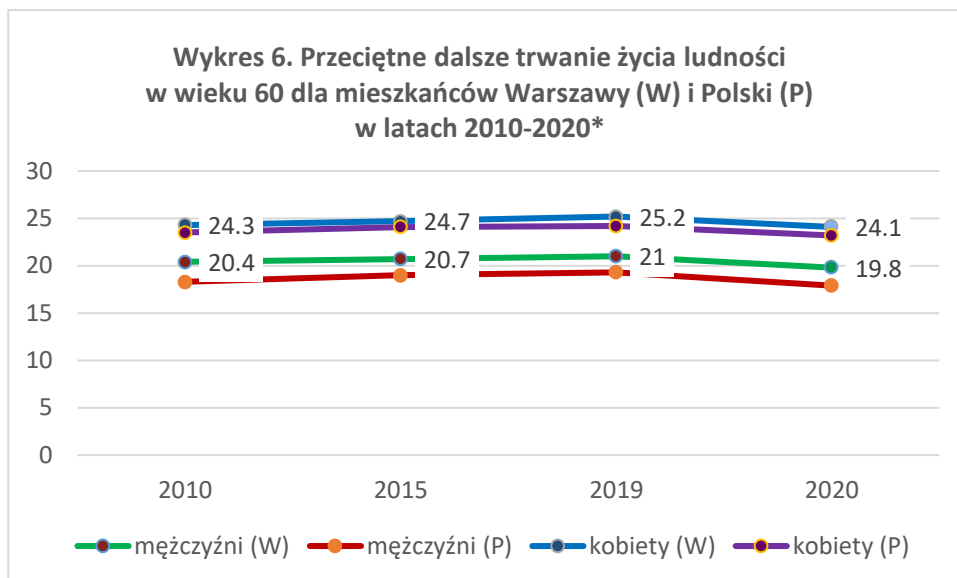
Pandemia COVID-19 przyniosła osobom starszym dodatkowe ryzyka zdrowotne.

Powszechnie stosowanym wskaźnikiem kondycji zdrowotnej ludności jest oczekiwane dalsze trwanie życia. Liczba lat, jakie mają przeciętnie przed sobą osoby w wieku 60 lat, drastycznie spadła między 2019 i 2020 rokiem – zarówno w całej Polsce jak i w Warszawie (wykres 6). Potrzeby zdrowotne warszawskich seniorek i seniorów wymagają zatem monitorowania. Jak wynika z badań, najczęściej potrzeby zgłaszane przez starszych mieszkańców Warszawy z niepełnosprawnościami dotyczą dostępu do lekarzy specjalistów, zabiegów rehabilitacyjnych oraz nowoczesnych metod leczenia i leków<sup>18</sup>.

---

<sup>17</sup> Stan zdrowia ludności Polski w 2019 r., GUS, Warszawa 2021. (Tablica IV/16 w formacie XLSX dostępna na: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/zdrowie/zdrowie/stan-zdrowia-ludnosci-polski-w-2019-r-,6,7.html>)

<sup>18</sup> Skala i struktura zjawiska niepełnosprawności w m.st. Warszawie. Raport badawczy, PBS Sp. z o.o., Warszawa/Sopot 2018.



\* Liczby na liniach wykresu dotyczą tylko Warszawy.

Źródło: opracowanie własne na podstawie Rocznika Statystycznego Warszawy 2021, GUS, Warszawa 2021.

Wkroczenie w wiek senioralny z reguły wiąże się z wygaszaniem lub zaprzestaniem aktywności zawodowej. O ile wysoka jest aktywność zawodowa starszych warszawianek i warszawiaków przed osiągnięciem wieku emerytalnego, to później jest ona bardzo niewielka. Z danych ogólnopolskich z ostatnich lat wynika jednak, że przybywa osób w wieku emerytalnym, które pracują zawodowo<sup>19</sup>. Potencjał – szczególnie osób w trzecim wieku – nie jest należycie wykorzystywany na rynku pracy. Przyczyn tego zjawiska jest bardzo wiele. Jeśli chodzi o same osoby starsze, może to być między innymi ich sytuacja rodzinna, stan zdrowia, oczekiwania wobec fazy starości jako czasu wypoczynku. Są też niezależne od nich bariery zatrudnienia: negatywny stereotyp starości i człowieka w tym wieku, niechęć pracodawców do organizowania i finansowania szkoleń osób starszych, brak gotowości pracodawców do dostosowywania form zatrudnienia i organizacji pracy do potrzeb takich pracowników, złe stosunki międzyludzkie w miejscu pracy, brak umiejętności budowania wielopokoleniowych zespołów pracowniczych. Aktywizację zawodową osób starszych utrudniają też bariery prawne. Miasto ma ograniczone możliwości oddziaływania na lokalny rynek pracy. Może jednak starać się przezwyciężać negatywne stereotypy, które dotyczą starszych pracowników, oraz wspierać ich zatrudnienie. Możemy to osiągnąć dzięki kampaniom społecznym, programom zwiększającym kompetencje zawodowe, niestandardowym formom

<sup>19</sup> Wartość wskaźnika zatrudnienia osób w wieku poprodukcyjnym wzrosła z 6,2% w 2010 r. do 8,4% w 2020 r. Podają za: Aktywność ekonomiczna ludności Polski w I kwartale 2021 roku, GUS, Warszawa 2021, tablice w formacie xls <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/pracujacy-bezrobotni-bierni-zawodowo-wg-bael/aktywnosc-ekonomiczna-ludnosci-polski-i-kwartal-2021-roku,4,41.html>

pośrednictwa pracy itd. Dalszy rozwój Warszawy jako nowoczesnej metropolii wymaga lepszego wykorzystania potencjału wiedzy, umiejętności i zawodowych doświadczeń starszego pokolenia. Tym bardziej że warszawscy seniorzy i seniorki są dobrze wyedukowani, bo zdecydowana większość ma co najmniej średnie wykształcenie.

Niska aktywność osób starszych na rynku pracy nie oznacza wycofania się z innych form aktywności. Wiele z nich poszukuje możliwości samorealizacji i wartościowego spędzania czasu wolnego – uczestniczy w kulturze, uprawia amatorsko sport, kształci się lub rozwija zainteresowania. Te formy aktywności mogą mieć charakter indywidualny lub grupowy. Mogą być realizowane w domu i jego najbliższym otoczeniu, w bardziej odległych częściach miasta lub poza Warszawą. Mogą być okazją do spotkań w gronie rówieśniczym, ale i do spotkań międzypokoleniowych.

Badania socjologiczne, które ukazują, jak warszawscy seniorzy spędzają wolny czas i jakie podejmują aktywności dostarczają tylko fragmentarycznego obrazu. Wynika z nich, na przykład, że osoby starsze rzadko stanowią publiczność różnego typu wydarzeń kulturalnych. Stosunkowo rzadko też odwiedzają instytucje kultury – najrzadziej teatry, muzea i galerie sztuki, zaś nieco częściej domy kultury i biblioteki dzielnicowe. Najważniejszymi barierami dla aktywności kulturalnej osób starszych są: zbyt wysokie koszty, zmęczenie, stan zdrowia i brak czasu<sup>20</sup>. Z badań wynika także, że mniejszość warszawskich senierek i seniorów deklaruje aktywność fizyczną<sup>21</sup>. Najczęściej jest to efekt ograniczeń zdrowotnych. Promowanie aktywności fizycznej jako elementu zdrowego stylu życia i stwarzanie warunków, aby osoby starsze tę aktywność podejmowały, jest od wielu lat celem, jaki stawia sobie Miasto. Oczywiście musi być ona dostosowana do indywidualnych możliwości, potrzeb i zainteresowań.

Część osób starszych podejmuje aktywność edukacyjną – w Uniwersytetach Trzeciego Wieku (jest ich w Warszawie blisko 30) lub uczestnicząc w realizowanych przez miasto programach edukacyjnych (np. rozwijających kompetencje cyfrowe). Oferta edukacyjna dla starszych osób jest coraz bogatsza. Równie istotne jest dalsze wzmacnianie inicjatyw, które służą rozwijaniu kompetencji zawodowych osób starszych. Ważne też jest poszerzenie wiedzy obywatelskiej. Wszyscy potrzebujemy także rozwijania wiedzy i świadomości ekologicznej.

Aktywność kulturalną, edukacyjną, sportową lub rekreacyjną podejmuje mniejszość warszawskich seniorów i senierek. Realizowane są działania, które wzmacniają rolę

---

<sup>20</sup> T. Płachecki (red.), Relacje i różnice. Uczestnictwo warszawiaków i warszawianek w kulturze, Warszawa 2019.

<sup>21</sup> Raport z badania. Aktywność sportowa warszawiaków w 2018 r., Biuro Sportu i Rekreacji Urzędu m.st. Warszawy, Warszawa 2019

otoczenia społecznego i instytucjonalnego osób starszych, aby kształtować te potrzeby, stymulować i promować aktywność. Posługując się językiem ekonomii, można je określić jako budowanie kapitału ludzkiego, który jest potrzebny rozwijającemu się miastu.

Osoby starsze współtworzą społeczny kapitał Warszawy. Podtrzymują więzi sąsiedzkie, interesują się sprawami domu i osiedla<sup>22</sup>. Coraz liczniejsza grupa w tym wieku angażuje się w działalność na rzecz miejskiej wspólnoty, np. w ramach Warszawskiej Rady Seniorów i Dzielnicowych Rad Seniorów, organizacjach pozarządowych czy w wolontariacie. Aktywni społecznie seniorzy nie zabiegają tylko o interesy swojego pokolenia, lecz także o potrzeby młodszych pokoleń i rozwój Warszawy jako dobrego miejsca do życia dla każdego. Systematycznie wzrasta liczba osób starszych, które uczestniczą w programach promocji zdrowia i aktywności fizycznej.

### Potrzeba kontynuacji działań na rzecz osób starszych

Zachętę dla podjęcia prac nad polityką senioralną stanowiły dobre doświadczenia wyniesione z realizacji programu „Warszawa Przyjazna Seniorom na lata 2013–2020”<sup>23</sup>.

Raport ewaluacyjny<sup>24</sup> ocenił realizację tego programu. Jego mocnymi stronami okazały się:

- zaangażowanie Miasta w realizację działań;
- włączenie do działania organizacji pozarządowych;
- dobra współpraca realizujących go instytucji;
- trafność programu, czyli uwzględnienie realnych potrzeb odbiorców;
- zaangażowanie oraz aktywność seniorów i seniorek uczestniczących w programie;
- różnorodność realizowanych działań;
- dobra polityka informacyjna.

Dostrzeżono niezadowalające rezultaty w realizacji celu, który dotyczył aktywizacji zawodowej. Poważnym utrudnieniem w wykonaniu zadań zaplanowanych na końcowy etap realizacji programu „Warszawa Przyjazna Seniorom” były obostrzenia sanitarne, które wyniknęły z epidemii COVID-19. Z tego powodu nie wszystkie zamierzenia udało się zrealizować.

Autorzy raportu ewaluacyjnego zawarli w nim m.in. rekomendacje jak:

- poprawić wizerunek osób starszych na rynku pracy i przeciwdziałać ich wykluczeniu;

---

<sup>22</sup> Badanie jakości życia mieszkańców warszawskich dzielnic Raport z badań, PBS, Warszawa, marzec 2016.

<sup>23</sup> Program Warszawa Przyjazna Seniorom na lata 2013-2020, Załącznik do Uchwały nr LXXIII/1870/2013 Rady m. st. Warszawy z dnia 5 grudnia 2013 r.

<sup>24</sup> Ewaluacja Programu Warszawa Przyjazna Seniorom na lata 2013-2020, EU-Consult, Gdańsk 2020.



- wspierać osoby starsze na rynku pracy;
- dalej rozwijać ich kompetencje cyfrowe;
- przeprowadzić różnorodne działania, które służą poprawie kondycji zdrowotnej;
- wykorzystywać nowe formy animacji społecznej;
- integrować międzypokoleniowo;
- realizować programy edukacyjne o starzeniu się;
- wykorzystywać nowoczesne technologie w usługach społecznych;
- stworzyć system wsparcia psychologicznego.

Dorobkiem programu „Warszawa Przyjazna Seniorom” są nie tylko bezpośrednie rezultaty poszczególnych działań, które odczuwają uczestniczące w nich osoby oraz wynikające z ewaluacji rekomendacje. Program ten przyniósł dodatkowe efekty, do których można odwoływać się kształtując i realizując politykę senioralną Warszawy w perspektywie 2030 roku. Są to między innymi:

- zwiększenie zainteresowania osób starszych sprawami lokalnej społeczności i zaangażowania w jej życie;
- wzmocnienie współpracy pracowników samorządowych w planowaniu i wykonywaniu zadań na rzecz starszych mieszkanek i mieszkańców miasta;
- rozpoznanie barier utrudniających realizację projektów na rzecz tej grupy wiekowej;
- wymiana doświadczeń ze współpracy Miasta z organizacjami pozarządowymi i podmiotami rynkowymi w realizacji projektów społecznych;
- wdrażanie innowacyjnych rozwiązań.

### **Warszawa miastem realizującym standardy europejskie i światowe**

W 2013 roku została opracowana „Deklaracja dublińska miast i społeczności przyjaznych osobom starszym”<sup>25</sup>. Złożyła pod nią podpis Prezydent m.st. Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz<sup>26</sup>. W dokumencie wymieniono cztery priorytetowe obszary działań władz miasta i innych wspólnot lokalnych:

- całościowe podejście do cyklu życia i wzmacnianie ludzi;
- walka z najpoważniejszymi problemami zdrowotnymi w Europie;
- wzmocnienie systemów ukierunkowanych na obywateli;
- tworzenie prężnych (odpornych na problemy) wspólnot oraz wspierających środowisk.

<sup>25</sup> The Dublin Declaration on Age-Friendly Cities and Communities in Europe 2013.

<sup>26</sup> Hanna Gronkiewicz-Waltz była Prezydentem m.st. Warszawy w latach 2006–2018.

Zwrócono też uwagę na potrzebę współpracy między miastami i społecznościami na rzecz innowacyjnych rozwiązań służących osobom starszym, by sprawniej funkcjonowały w społeczeństwie cyfrowym.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) stworzyła sieć miast i społeczności przyjaznych wiekowi – „Age-friendly cities”. Warszawska Polityka senioralna powinna dążyć do uwzględnienia w działaniach ośmiu dziedzin wskazywanych przez WHO:

- mieszkania,
- transport,
- komunikacja i informacja,
- aktywność obywatelska i zatrudnienie,
- partycypacja społeczna,
- wsparcie społeczne i zdrowie,
- przestrzenie zewnętrzne i budynki,
- szacunek i integracja społeczna.

W styczniu 2021 r. Komisja Europejska opublikowała „Zieloną Księgę w sprawie starzenia się. Wspieranie solidarności i odpowiedzialności między pokoleniami”<sup>27</sup>. W dokumencie tym mówi się o odpowiedzialności władz publicznych za prowadzenie polityk, które sprzyjają zdrowemu i aktywnemu starzeniu się oraz uczeniu się przez całe życie. Ważnym efektem tych działań powinien być wzrost znaczenia osób starszych w gospodarce. Dzięki prowadzeniu odpowiednich polityk starzenie się ludności może być procesem przynoszącym pozytywne zmiany dla rozwoju społecznego i gospodarczego.

To podejście potwierdzają „Konkluzje Rady [Europejskiej] w sprawie uwzględniania w politykach publicznych problematyki starzenia się” z 12 marca 2021 r.<sup>28</sup>. W dokumencie z jednej strony wymieniono najważniejsze problemy starszych Europejczyków, ale jednocześnie podkreślono ich potencjał. Ponadto w punkcie 11 „Konkluzji...” napisano: „Oczekiwania, możliwości i potrzeby osób starszych muszą być uwzględniane w procesie decyzyjnym rządów i innych organów publicznych, zarówno na szczeblu krajowym, regionalnym, jak i lokalnym.” Opracowanie polityki miejskiej kierowanej do seniorów i senierek a tworzonej przy ich współudziale jest więc europejskim standardem, który władze Warszawy uwzględniają w swojej działalności.

---

<sup>27</sup> Zielona Księga w sprawie Starzenia się. Wspieranie solidarności i odpowiedzialności między pokoleniami, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PL/TXT/HTML/?uri=CELEX:52021DC0050&from=PL>

<sup>28</sup> Konkluzje Rady w sprawie uwzględniania w politykach publicznych problematyki starzenia się (z 12 marca 2021 r.) <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-6976-2021-INIT/pl/pdf>

### Część 3. Jak rozumiemy politykę senioralną?

**Polityka senioralna miasta stołecznego Warszawy** określa wartości i zasady oraz wytyczne, które należy uwzględniać w celowych działaniach miasta oraz współpracujących z nim organizacji, instytucji i grup mieszkańców. Służą one poprawie jakości życia warszawiaków i warszawianek na wszystkich etapach procesu starzenia się oraz wydłużeniu ich aktywności społecznej i zawodowej. Naszym celem jest także budowanie międzypokoleniowej wspólnoty. Działania te powinny mieć charakter systemowy, długookresowy i ciągły.

Polityka senioralna ma charakter horyzontalny, co oznacza, że w jej zakres wchodzi skoordynowane działania, które należą do różnych miejskich polityk. **Najważniejsze dziedziny polityki senioralnej to:**

- ochrona zdrowia (w tym profilaktyka zdrowotna i promocja zdrowia),
- pomoc społeczna,
- mieszkalnictwo,
- zapewnienie bezpieczeństwa osobistego i prawnego,
- wsparcie finansowe,
- całościowa edukacja,
- rekreacja,
- aktywność fizyczna,
- uczestnictwo w kulturze,
- aktywność twórcza,
- aktywność społeczna,
- aktywność zawodowa,
- dostępny transport,
- przyjazna przestrzeń publiczna.

Polityka senioralna zaspokaja potrzeby i wzmacnia możliwości osób starszych, czyli takich, które ukończyły 60 lat<sup>29</sup>. W niektórych dziedzinach polityki ta granica wieku może być niższa (np. w programach rynku pracy) lub wyższa (np. w opiece geriatrycznej).

Prowadząc politykę senioralną należy uwzględniać bardzo duże zróżnicowanie zbiorowości warszawskich seniorów i senierek ze względu na płeć, wiek, stan zdrowia, sytuację materialną i inne cechy.

---

<sup>29</sup> Tę granicę wieku przyjęto w Ustawie z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych i w Uchwale nr 161 Rady Ministrów z dnia 26 października 2018 r. w sprawie przyjęcia dokumentu „Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. Bezpieczeństwo – Uczestnictwo – Solidarność”.

Miasto i współpracujące z nim instytucje, organizacje oraz grupy mieszkańców przy planowaniu działań na rzecz seniorów będą realizowały politykę senioralną wykorzystując **następujące instrumenty:**

- ekonomiczne, np.
  - finansować lub współfinansować inwestycje, które przyczynią się do poprawy jakości życia w Warszawie,
  - finansować projekty społeczne, które przyczynią się do poprawy sytuacji osób starszych i zwiększą ich aktywizację,
  - dofinansowywać usługi społeczne,
- infrastrukturalne, np. przestrzeń, która:
  - jest odpowiednio zagospodarowana i dostępna komunikacyjnie,
  - obejmuje rozwiązania, które zmniejszają uciążliwość upałów,
  - stwarza możliwość zaspokojenia potrzeb np.: miejsca spotkań dla osób starszych, placówki ochrony zdrowia, obiekty rekreacyjne, dzienne domy pomocy, miejsca aktywności lokalnej, biblioteki, centra aktywności międzypokoleniowej,
- kadrowe, np.
  - angażować różne osoby w realizację działań na rzecz seniorów,
- informacyjne, np.
  - internet,
  - prasa lokalna,
  - spotkania informacyjne z mieszkańcami,
  - kampanie społeczne,
- edukacyjne, np. projekty
  - skierowane do osób starszych,
  - przeznaczone dla pracodawców,
  - międzypokoleniowe, które mają służyć lepszemu wzajemnemu poznaniu się osób w różnym wieku,
  - zwiększające świadomość ekologiczną,
- zdrowotne, np. programy:
  - polityki zdrowotnej,
  - profilaktyczne (np. realizowany obecnie program szczepień "Grypa 65+"),
  - promocji zdrowia,
- prawne, np.
  - uchwały Rady m.st. Warszawy, rad dzielnic,
  - zarządzenia Prezydenta m.st. Warszawy i uchwały zarządów dzielnic.

#### Część 4. Główne obszary polityki senioralnej Warszawy

Zarządzanie funkcjonowaniem miasta, rozwijanie go, aby stawało się nowoczesną metropolią, która zapewnia szeroko rozumianą spójność społeczną, w tym lepszą jakość życia, wymaga dokonywania wyborów, ustalania celów i zadań. Proponujemy listę najważniejszych obszarów polityki senioralnej, które uwzględnimy w działaniach miasta.

1. Do podstawowych potrzeb człowieka należy bezpieczeństwo. Miasto podejmie działania, aby zapewnić seniorom i seniorkom poczucie bezpieczeństwa tj.:
  - fizycznego (np. usługi podtrzymujące zdrowie, ochrona przed przemocą i nadużyciami),
  - socjalnego (świadczenia socjalne),
  - społecznego (zapewnienie społecznego uczestnictwa),
  - mieszkaniowego,
  - cyfrowe (wsparcie ochrony przed zagrożeniami cyfrowymi i cyberprzemocą).
2. We wszelkich obszarach działań, których adresatami – wyłącznymi lub jednymi z wielu – są osoby starsze, uwzględnimy potrzebę jak najdłuższego utrzymania ich niezależności i aktywności uwzględniając poszanowanie ich godności. Aktywność rozumiemy bardzo szeroko – od codziennego funkcjonowania w domu czy w kręgu rodzinnym do działalności na rzecz ogółu społeczeństwa. Instytucje i usługi miasta powinny służyć jak najdłuższemu zachowaniu sprawności i samodzielności w starszym wieku oraz zachęcać do zdobywania nowej wiedzy i uczestnictwa w kulturze czy aktywności fizycznej.
3. Ograniczenia możliwości w pełni samodzielnego zaspokajania swoich potrzeb nie dotyczą wszystkich osób starszych. Jednak znaczna ich część – szczególnie ta w wieku sędziwym – potrzebuje społecznego wsparcia. Takich osób będzie w Warszawie coraz więcej. Polityka senioralna Miasta będzie służyć wzmocnieniu nieformalnych więzi społecznych, które tworzą sieć wsparcia. Będzie też stwarzać możliwości zastępowania tych więzi wsparciem formalnym, gdy zajdzie taka potrzeba.
4. Zmiana środowiska zamieszkania, opuszczenie zajmowanego przez wiele lat mieszkania, rozstanie z sąsiadami – może być wynikiem wyborów podejmowanych przez osoby starsze, ale może to być też konieczność. Polityka Miasta będzie sprzyjać tym seniorom i seniorkom, którzy sami decydują się na zmianę miejsca zamieszkania. Jednocześnie wesprze tych, którzy chcą pozostawać w swoim dotychczasowym środowisku. Wsparcie takie może być świadczone w mieszkaniach osób starszych oraz w instytucjach lokalnych i w placówkach dziennego pobytu. Organizacja pomocy i opieki powinna być zgodna z założeniami deinstytucjonalizacji.

5. Praca zawodowa jest dla osób starszych formą aktywności, okazją do podtrzymywania kontaktów społecznych, sposobem na samorealizację i źródłem dochodów, które podnoszą poziom bezpieczeństwa ekonomicznego. Osoby w tym wieku wnoszą wkład w rozwój gospodarczy i stanowią potencjał rozwojowy miasta. Dlatego polityka Miasta powinna sprzyjać zwiększaniu aktywności zawodowej osób starszych, w tym wspierać ich przedsiębiorczość.
6. Aby budować miasto przyjazne osobom w każdym wieku, należy wzmacniać integrację międzypokoleniową, włączać seniorów i seniorki w obszary, które przeznaczone są dla osób w różnym wieku. Należy także wzmacniać wzajemny szacunek w relacjach międzypokoleniowych oraz odchodzić od postaw izolujących starsze osoby.
7. Potrzebne jest wzmacnianie wpływu seniorów na rozwój miasta. Należy włączać starsze warszawianki i warszawiaków do obywatelskiego udziału w programowaniu jego rozwoju.

## Część 5. Wartości i zasady polityki senioralnej Warszawy

Wartości i zasady, jakie powinny być uznawane i przestrzegane w polityce wobec osób starszych i starości odnaleźć można w licznych dokumentach programowych. Określają one, jak seniorzy i seniorki powinni być traktowani przez współobywateli i przez państwo.

Dokumenty te przedstawiają prawa przysługujące osobom starszym. Wskazują też, jak powinno być zorganizowane życie gospodarcze i społeczne, aby wspierać osoby starsze, a zarazem korzystać z ich potencjału. Dokumenty te stanowiły inspirację dla dyskusji prowadzonych w toku przygotowywania „Polityki senioralnej m.st. Warszawy”, podczas których zastanawialiśmy się, które z tych uniwersalnych wartości i zasad są szczególnie ważne dla polityki prowadzonej na poziomie Miasta<sup>30</sup>.

**Wartości polityki senioralnej** – to cenione przez społeczeństwo dobra niematerialne, idee i instytucje życia społecznego, które powinny być uwzględniane w planowaniu polityki senioralnej, projektowaniu oraz w toku realizacji działań na rzecz seniorów. Wartości polityki senioralnej stoją na straży zarówno tego, co ważne i cenne dla poszczególnych osób, jak i tego co ważne dla życia społecznego – szczególnie na poziomie lokalnych wspólnot samorządowych.

### 1. Podmiotowość człowieka

Każda osoba starsza ma prawo do decydowania o sobie. Musi mieć rozstrzygający głos we wszystkich dotyczących jej sprawach. Chodzi, między innymi, o wybór potrzebnych form wsparcia społecznego, kontynuację lub zaprzestanie pracy zawodowej, wybór stylu życia i miejsca zamieszkania. Podmiotowość osoby starszej oznacza jej prawo do niezależności.

### 2. Godność i prawa człowieka

Każdemu człowiekowi należy się szacunek, niezależnie od wieku, płci, poziomu wykształcenia, stopnia samodzielności, stanu zdrowia itp. Musi on znajdować wyraz w codziennych międzyludzkich kontaktach, w stosowanym wobec osób starszych języku, ale także w kształcie rozwiązań instytucjonalnych. Należy szanować godność i prywatność osób starszych, także wówczas, gdy mieszkają poza własnym domem m.in. w instytucjach ochrony zdrowia, placówkach pomocy społecznej.

---

<sup>30</sup> Wykaz wybranych dokumentów międzynarodowych i krajowych znajduje się w części 8 dokumentu.

### **3. Zdrowie**

Zdrowie jest stanem organizmu człowieka, jak i wartością wysoko cenioną przez ludzi w każdym wieku. Pandemia COVID-19 uczyniła zdrowie najważniejszą wartością w hierarchii wartości polskiego społeczeństwa, szczególnie wśród osób starszych. Zdrowie nie jest tylko brakiem choroby, lecz jest to całokształt dobrostanu fizycznego, psychicznego i społecznego człowieka.

### **4. Więzy i relacje społeczne**

Poczucie wspólnoty z innymi ludźmi, przynależność do różnych grup społecznych jest wartością wysoko cenioną przez osoby starsze. Brak trwałych więzi z innymi ludźmi negatywnie rzutuje na stan zdrowia, wywołuje poczucie osamotnienia, potęguje życiową bierność. Polityka senioralna powinna chronić więzi. Powinna zapobiegać społecznej izolacji osób starszych, wspierać ich relacje rodzinne, stwarzać warunki do rozwijania społecznych kontaktów – międzypokoleniowych i wewnątrzpokoleniowych.

### **5. Aktywność**

Aktywność jest wartością, bo jest warunkiem dobrego funkcjonowania człowieka. Aktywność fizyczna, intelektualna i społeczna służy zdrowiu. Dzięki niej człowiek rozwija kontakty społeczne i poprawia swoją sytuację materialną. Aktywność sprzyja też samorozwojowi. Osiągnięciu tej wartości powinny zatem służyć bardzo różne działania podejmowane w ramach polityki senioralnej.

### **6. Bezpieczeństwo**

Bezpieczeństwo jest jedną z najważniejszych potrzeb człowieka, a jej zaspokojenie jest wysoko cenioną wartością. Polityka senioralna powinna wspierać wzrost bezpieczeństwa zdrowotnego, socjalnego i ekonomicznego. Powinna także przeciwdziałać przemocy i nadużyciom, zapewniać bezpieczeństwo osobiste.

### **7. Samorealizacja**

Możliwość osobistego rozwoju jest potrzebna osobom w każdym wieku. Tymczasem stereotypy dotyczące starości określają tę fazę życia jako „zierzchową” lub „bezproduktywną”. Polityka senioralna powinna, wbrew tym stereotypom, zapewniać seniorom i seniorkom warunki dla rozwoju ich potencjału. Powinna zapewnić dostęp do istniejących w mieście zasobów edukacyjnych, kulturowych,



duchowych i rekreacyjnych. Ważne jest również wsparcie twórczości i innowacyjności osób starszych.

## **8. Solidarność społeczna**

Solidarność jest ważną wartością, wokół której buduje się życie społeczne. Przejawia się we wspólnych działaniach w interesie całego społeczeństwa lub lokalnej wspólnoty. Jej wyrazem jest chociażby tworzenie systemu wsparcia dla osób, które potrzebują pomocy w przezwyciężeniu trudnych sytuacji życiowych. Polityka senioralna powinna sprzyjać solidarności wewnątrzpokoleniowej – starszych ze starszymi i międzypokoleniowej – starszych z młodszymi.

## **9. Akceptacja społeczna i niedyskryminacja**

Wszyscy, którzy tworzą wspólnotę społeczną są jej potrzebni. Stanowią wartość dla społeczeństwa. Osoby starsze często czują się spychane na społeczny margines, nieakceptowane przez osoby w młodszym wieku, dyskryminowane bądź wykluczane. Narusza to ich godność, poczucie własnej wartości. Jest też źródłem niechęci wobec osób młodszych i wobec samych siebie. Polityka senioralna powinna budować pozytywny wizerunek osób starszych i starości oraz zapobiegać wszelkim formom pomijania seniorów.

## **10. Równość**

W polityce senioralnej bardzo ważne jest równe traktowanie osób starszych w porównaniu z osobami z młodszych pokoleń i stwarzanie wszystkim pokoleniom jednakowych szans. Równość dotyczy dostępu do usług społecznych, do udziału w decydowaniu o sprawach miasta, do korzystania z przestrzeni publicznej, do informacji itd.

**Zasady polityki senioralnej** – to ogólne wytyczne i normy działania, jakimi powinno kierować się Miasto, instytucje i organizacje oraz grupy obywateli zaangażowane w realizację tej polityki.

### **1. Partycypacja obywatelska**

Działania podejmowane w ramach polityki senioralnej w Warszawie powinny być prowadzone z uwzględnieniem pomysłów, opinii i inicjatyw osób starszych i reprezentujących ich organizacji. Miasto prowadzi z nimi dialog, przeprowadza konsultacje społeczne.

## **2. Otwartość i dostępność instytucji i publicznej przestrzeni**

Działające w mieście instytucje muszą być projektowane i prowadzone tak, aby osoby starsze miały takie same jak młodsze możliwości korzystania z nich. O otwartości i dostępności instytucji decyduje wiele czynników, w tym zapewnienie dostępności architektonicznej, cyfrowej i komunikacyjno-informacyjnej. Ważne, aby instytucje kultury i placówki edukacyjne uwzględniały:

- ofertę programową dla różnych grup mieszkańców, w tym osób starszych,
- godziny i dni działalności dostosowane do potrzeb osób starszych,
- przyjazną obsługę.

## **3. Dopasowanie działań do różnych potrzeb osób starszych**

Populację w wieku 60 lat i więcej tworzą osoby, których potrzeby znacząco różnią się od siebie. Różnicuje je m.in:

- płeć,
- wiek,
- wygląd,
- orientacja psychoseksualna,
- światopogląd,
- narodowość,
- pochodzenie,
- sytuacja rodzinna,
- miejsce zamieszkania,
- stan zdrowia,
- stopień samodzielności,
- poziom kompetencji,
- poziom zaangażowania w życie społeczne,
- aktywność zawodowa,
- życiowe doświadczenia.

Realizując politykę senioralną trzeba mieć na uwadze osoby o określonych możliwościach i ograniczeniach. Należy szukać odpowiedzi na pytanie: „Do kogo kieruję moją inicjatywę lub usługę?”, „Jaki wpływ będą miały moje działania na poszczególne grupy osób?”.

#### **4. Wielosektorowość polityki senioralnej**

Politykę senioralną Warszawy tworzą i realizują władze samorządowe, we współpracy z sektorem prywatnym i sektorem obywatelskim (organizacje pozarządowe, ruchy obywatelskie).

#### **5. Uwzględnianie we wszystkich politykach publicznych potrzeb, możliwości i potencjału seniorów<sup>31</sup>**

Zgodnie z tą zasadą potrzeby starszego pokolenia, aktywność osób starszych i budowanie sprawiedliwych relacji międzypokoleniowych uwzględniamy we wszystkich politykach publicznych (nie tylko w polityce społecznej). Szczególny nacisk kładziemy na uwzględnianie osób starszych w planach rozwoju społecznego i gospodarczego.

#### **6. Subsydiarność**

Nazywana też zasadą pomocniczości. Dotyczy podziału zadań między:

- rodzinę,
- społeczność lokalną,
- instytucje i organizacje pozarządowe.

Dzieląc zadania, które wynikają z polityki senioralnej, należy ustalić na jakim poziomie struktury organizacyjnej miasta będą one najlepiej zaplanowane i realizowane. Istotne jest też określenie, jaką część zadań polityki senioralnej realizować mogą sami obywatele, otrzymując wsparcie ze strony Miasta. Miasto powinno mieć rolę pomocniczą w stosunku do inicjatyw podejmowanych przez seniorów i seniorki.

#### **7. Koordynacja działań**

Zasada ta dotyczy współpracy instytucji oraz działań na rzecz poszczególnych osób i rodzin. Działania instytucji i organizacji realizujących politykę senioralną powinny wspierać się wzajemnie i uzupełniać, powinny obejmować różne grupy osób starszych i ich potrzeby. Biuro Urzędu m.st. Warszawy odpowiedzialne za realizację polityki senioralnej pełni rolę jej koordynatora.

Koordynacja działań polega też na stworzeniu – wspólnie z osobami starszymi i ich rodzinami – takiego systemu wsparcia, w którym uczestniczą instytucje i osoby, które

---

<sup>31</sup> Zasada propagowana od wielu lat przez Organizację Narodów Zjednoczonych. W języku angielskim określana jako mainstreaming ageing.

na co dzień współpracują ze sobą i dzielą się wiedzą o potrzebach i możliwościach danej osoby starszej lub rodziny.

## **8. Samorządność**

Stanowi realizację takich wartości jak wolność i podmiotowość człowieka. Zasada ta jest realizowana przez taką organizację życia społecznego, aby jednostki i grupy miały zagwarantowane prawo do aktywnego udziału w istniejących już instytucjach społecznych oraz do tworzenia nowych instytucji. Samorządność służy skuteczniejszemu zaspokajaniu potrzeb oraz realizowaniu indywidualnych i grupowych interesów. Polityka senioralna powinna sprzyjać powstawaniu samorządowych struktur tworzonych przez osoby starsze, które łączą różne więzi. Może to być samorządność osób, które mieszkają w danej dzielnicy, uczestników zajęć w instytucjach kultury i placówkach edukacyjnych lub mieszkańców i mieszanek instytucji opiekuńczych. Dzięki samorządom głos osób starszych jest lepiej słyszalny.

## Część 6. Rekomendacje

Polityka senioralna m.st. Warszawy będzie realizowana przede wszystkim przez uwzględnianie jej zapisów w programach wykonawczych opracowywanych dla realizacji celów operacyjnych „Strategii #Warszawa2030” oraz „Strategii rozwiązywania problemów społecznych 2030”. Polityka senioralna ma horyzontalny charakter, więc uznajemy za uzasadnione przedstawienie rekomendacji dla niemal wszystkich celów operacyjnych obu strategii. Rekomendacje te posłużą do opracowania przez biura urzędu i urzędy dzielnic m.st. Warszawy założeń do programów wykonawczych oraz do zaplanowania powiązanych z nimi projektów. Programy, projekty oraz procesy dotyczące działań na rzecz osób starszych powinny uwzględniać zasady i wartości określone w polityce senioralnej.

### Rekomendacje polityki senioralnej do programów wykonawczych „Strategii #Warszawa2030”

Cele strategiczne „Strategii #Warszawa2030”	Cele operacyjne „Strategii #Warszawa2030”	Rekomendacje
1. Odpowiedzialna wspólnota	1.1. Dbamy o siebie nawzajem	Realizacja i propagowanie inicjatyw międzypokoleniowych, które służą lepszemu wzajemnemu poznaniu osób w różnym wieku oraz współdziałaniu różnych pokoleń na rzecz dobra wspólnego – na poziomie miasta, dzielnic i osiedli. Wzmacnianie relacji sąsiedzkich.  Rozwijanie wolontariatu senioralnego oraz międzypokoleniowych działań wolontariackich.  Inicjowanie działań na rzecz bezpieczeństwa mieszkańców Warszawy, które uwzględniają specyficzne ryzyka i zagrożenia, na jakie narażone są osoby starsze, w tym m.in. nieuczciwe praktyki handlowe, wyłudzenia, przestępczość cyfrowa.
	1.2. Wspólnie decydujemy o naszym mieście	Tworzenie warunków dla realnego wpływu osób starszych na rozwój miasta. Umożliwienie oddziaływania na projektowanie

Cele strategiczne „Strategii #Warszawa2030”	Cele operacyjne „Strategii #Warszawa2030”	Rekomendacje
		rozwiązań, które mają na względzie wspólne dobro wszystkich mieszkańców.
		Rozwijanie różnorodnych form edukacji obywatelskiej.
2. Wygodna lokalność	2.1. Mamy dostęp do szerokiej oferty mieszkań	Kontynuowanie polityki mieszkaniowej miasta uwzględniającej potrzeby osób starszych.  Rozwijanie procedur i rozwiązań wspierających zamianę mieszkań, w tym z zasobu miasta.
	2.2. Aktywnie spędzamy czas wolny blisko domu	Planowanie oferty kulturalnej i sportowej miasta z uwzględnieniem potrzeb i opinii osób starszych. Upowszechnianie informacji o tej ofercie.  Rozwijanie różnych form edukacji przez całe życie i upowszechnianie informacji na ich temat.  Zwiększenie udziału osób starszych w kształtowaniu i promowaniu oferty sportowej, rekreacyjnej i kulturalnej.
	2.3. Korzystamy z usług blisko domu	Poprawa dostępu do usług, a w szczególności podstawowych usług ochrony zdrowia i profilaktyki zdrowotnej – zdrowia fizycznego i psychicznego warszawskich seniorów i senierek.
	2.4. Działamy w warunkach przyjaznych rozwojowi biznesu	Podejmowanie działań na rzecz zwiększenia aktywności zawodowej osób starszych. Wspieranie ich w tworzeniu własnej przedsiębiorczości.  Wspieranie działań i inicjatyw gospodarczych, które odpowiadają na potrzeby osób starszych

Cele strategiczne „Strategii #Warszawa2030”	Cele operacyjne „Strategii #Warszawa2030”	Rekomendacje
		<p>(rozwijanie tzw. srebrnej gospodarki).</p> <p>Prowadzenie działań informacyjnych o roli seniorów i senierek w gospodarce, ich ważnego miejsca na rynku pracy i zysków dla pracodawców płynących z dojrzałości i rozwijania zespołów wielopokoleniowych.</p> <p>Wspieranie rozwoju drobnych usług, które ułatwiają codzienne życie i dbanie o mieszkanie. Upowszechnianie informacji o takich usługach.</p>
3. Funkcjonalna przestrzeń	3.1. Korzystamy z atrakcyjnej przestrzeni publicznej	<p>Wdrażanie zasad uniwersalnego projektowania w procesie tworzenia i modernizowania przestrzeni publicznej, w tym także uwzględniając zmiany klimatyczne.</p> <p>Włączenie osób starszych w projektowanie przyjaznej i zielonej przestrzeni miejskiej.</p> <p>Kształtowanie otwartych, wspólnych przestrzeni w osiedlach, aby wzmocnić integrację mieszkańców oraz stworzyć miejsca relaksu i wypoczynku.</p>
	3.2. Żyjemy w czystym środowisku przyrodniczym	<p>Rozwijanie możliwości zaangażowania osób starszych w tworzenie rozwiązań redukujących negatywny wpływ działalności człowieka na zmiany klimatu i zanieczyszczenia środowiska.</p> <p>Inicjowanie działań na rzecz adaptacji do zmian klimatu, które uwzględniają specyficzne potrzeby osób starszych.</p>

Cele strategiczne „Strategii #Warszawa2030”	Cele operacyjne „Strategii #Warszawa2030”	Rekomendacje
		Upowszechnienie dostępu do edukacji ekologicznej oraz rozwiązań technologicznych przyjaznych środowisku przyrodniczemu.
	3.3. Korzystamy z przyjaznego systemu transportowego	Dostosowywanie transportu publicznego do potrzeb osób starszych, w tym poprawa informacji.
4. Twórcze środowisko	4.1. Rozwijamy nasz twórczy potencjał	Wykorzystanie i promowanie społecznego i intelektualnego potencjału osób starszych oraz wspieranie rozwoju ich talentów.
	4.2. Generujemy innowacje	Tworzenie społecznych innowacji przy udziale osób starszych i we współpracy międzypokoleniowej.
	4.3. Przyciągamy talenty i liderów	Kreowanie wizerunku Warszawy jako miasta atrakcyjnego dla twórczych osób starszych i miejsca rozwoju ich pasji.

**Rekomendacje polityki senioralnej do programów wykonawczych „Strategii rozwiązywania problemów społecznych 2030” (SRPS 2030)**

Cele strategiczne SRPS 2030	Cele operacyjne SRPS 2030	Rekomendacje
1. Wspieramy samodzielność	1.1. Dbamy o samodzielność	Rozwijanie usług społecznych wspierających potrzebujących w miejscu zamieszkania, zgodnie z założeniami deinstytucjonalizacji.
		Rozwijanie specjalistycznych form wsparcia i pomocy dla osób o ograniczonej samodzielności.
		Rozwijanie różnych form pomocy świadczonej w społecznościach lokalnych, która wesprze kontakty społeczne seniorów i senierek. Szczególnie osób, które doświadczają



Cele strategiczne SRPS 2030	Cele operacyjne SRPS 2030	Rekomendacje
		ograniczeń samodzielności np. w ośrodkach wsparcia.
		Rozwijanie mieszkalnictwa chronionego i wspomagane.
	1.2. Zapewniamy wsparcie opiekunkom i opiekunom	Rozwijanie oferty wsparcia dla opiekunek i opiekunów osób, które potrzebują wsparcia w samodzielnym funkcjonowaniu, z uwzględnieniem ich sytuacji życiowej.
		Rozwijanie opieki wytchnieniowej <sup>32</sup> , która wspiera opiekunów i opiekunki osób starszych z niepełnosprawnościami i ograniczoną samodzielnością.
2. Wsparcie „szyte na miarę”	2.1. Reagujemy na potrzeby	<p>Rozwój zawodowy pracowników instytucji, firm i organizacji, które udzielają pomocy niesamodzielnym osobom starszym.</p> <p>Planowanie oferty wsparcia i pomocy z uwzględnieniem różnorodności potrzeb osób starszych i ich sytuacji życiowej, w tym m.in. zapobieganie ubóstwu.</p> <p>Edukacja osób, które pracują z seniorami i seniorkami o sposobach komunikacji i właściwego podejścia do osób starszych.</p> <p>Integracja placówek, które świadczą usługi dla osób starszych ze środowiskiem lokalnym.</p> <p>Tworzenie przyjaznej, wspierającej atmosfery w domach pomocy</p>

Cele strategiczne SRPS 2030	Cele operacyjne SRPS 2030	Rekomendacje
		społecznej, w tym budowanie dobrych relacji i więzi między mieszkańcami i mieszkankami.
	2.2. Rozwijamy wspierające technologie	Rozwijanie teleopieki na rzecz wsparcia osób starszych.
	Wspieranie osób starszych w wykorzystywaniu technologii informacyjno-komunikacyjnych, aby ich aktywizować i umożliwić samokontrolę.	
	Wykorzystywanie najnowszej wiedzy i nowoczesnych technologii we wspieraniu starszych osób.	
	2.3. Razem możemy więcej	Tworzenie warunków do współpracy między branżami, sektorami, instytucjami i zespołami w tworzeniu rozwiązań na rzecz seniorów i senierek wymagających wsparcia.
Wspieranie grup samopomocowych nastawionych na rozwiązywanie różnych kwestii życiowych przez i dla osób starszych.		
3. Pomagamy zdrowiej żyć	3.1. Przeciwdziałamy uzależnieniom i innym zachowaniom ryzykownym	Tworzenie i wzmacnianie w lokalnych środowiskach więzi i relacji społecznych seniorów oraz personelu placówek.
Przeciwdziałanie przemocy wobec osób starszych, w tym zaniedbaniom i nadużyciom.		
Planowanie profilaktyki i oferty wsparcia specjalistycznego dla osób starszych.		
4. Włączamy pomoc	4.1. Staramy się zrozumieć	Upowszechnianie wiedzy o różnych aspektach starości, stylu życia i potrzebach tej grupy. Promowanie pozytywnego wizerunku osób starszych.

Cele strategiczne SRPS 2030	Cele operacyjne SRPS 2030	Rekomendacje
	4.2. Projektujemy lepszą pomoc	<p data-bbox="871 304 1386 421">Cykliczne diagnozowanie sytuacji osób starszych w mieście i w poszczególnych dzielnicach.</p> <p data-bbox="871 443 1353 555">Diagnozowanie potrzeb osób starszych, które potrzebują wsparcia w samodzielnym funkcjonowaniu.</p> <p data-bbox="871 577 1369 689">Rozwijanie i wdrażanie nowoczesnych form usług społecznych dla osób starszych.</p> <p data-bbox="871 712 1342 869">Utworzenie nowoczesnego systemu oceny jakości funkcjonowania placówek opieki nad osobami starszymi.</p>

## Część 7. Podmioty odpowiedzialne za uwzględnianie wytycznych wynikających z polityki senioralnej

Podmiotem wiodącym jest biuro odpowiedzialne za koordynację polityki senioralnej m.st. Warszawy. Do jego zadań należy m.in. monitorowanie realizacji zadań z zakresu polityki senioralnej. Wdrażanie zapisów dokumentu oraz przestrzeganie jego zasad musi być udziałem wielu podmiotów i grup. W poniższej tabeli prezentujemy kluczowe podmioty wewnętrzne (w ramach Urzędu m.st. Warszawy) i zewnętrzne, których zaangażowanie we wdrażanie zapisów polityki będzie istotne.

Kluczowi realizatorzy wewnętrzni (w ramach Urzędu m.st. Warszawy)	Kluczowi realizatorzy zewnętrzni (wobec Urzędu m.st. Warszawy)
<p>Biura Urzędu m.st. Warszawy odpowiedzialne za:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– bezpieczeństwo publiczne,</li> <li>– koordynację polityki rozwoju,</li> <li>– obsługę prawną urzędu,</li> <li>– politykę cyfryzacji,</li> <li>– politykę edukacyjną,</li> <li>– politykę gospodarczą,</li> <li>– politykę informacyjno-promocyjną,</li> <li>– politykę infrastrukturalną,</li> <li>– politykę kadrową urzędu,</li> <li>– politykę kulturalną,</li> <li>– politykę mieszkaniową,</li> <li>– politykę przestrzenną,</li> <li>– politykę społeczną,</li> <li>– politykę transportową,</li> <li>– politykę zdrowotną,</li> <li>– politykę rewitalizacji,</li> <li>– politykę dla sportu i rekreacji,</li> <li>– sporządzanie analiz społeczno-gospodarczych,</li> <li>– współpracę międzynarodową,</li> <li>– wzmacnianie wspólnoty lokalnej i równe traktowanie.</li> </ul> <p>Urzędy dzielnic m.st. Warszawy.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– organizacje pozarządowe,</li> <li>– uczelnie wyższe,</li> <li>– służby porządkowe i ratunkowe,</li> <li>– instytucje kultury i instytucje sportu,</li> <li>– przedsiębiorcy,</li> <li>– Warszawska Rada Seniorów,</li> <li>– Dzielnicowe Rady Seniorów,</li> <li>– inni partnerzy zewnętrzni zapraszani do współpracy w zależności od rodzaju zadania publicznego.</li> </ul>

Jednostki organizacyjne i osoby prawne  
m.st. Warszawy, m.in.:

- Centra Aktywności  
Międzypokoleniowej, w tym Centrum  
Aktywności Międzypokoleniowej  
„Nowolipie”,
- Centrum Usług Społecznych „Społeczna  
Warszawa”,
- Warszawskie Centrum Pomocy  
Rodzinie,
- Urząd Pracy m.st. Warszawy.

## Część 8. Wykaz dokumentów i opracowań wykorzystywanych w pracach nad „Polityką senioralną m.st. Warszawy”

### Dokumenty programowe i akty prawne dotyczące osób starszych i polityki senioralnej

#### Międzynarodowe

##### Organizacja Narodów Zjednoczonych

- Rapport de l'Assemblée Mondiale sur le Vieillissement, Nations Unies, New York 1982. <https://www.un.org/esa/socdev/ageing/documents/Resources/VIPEE-French.pdf>
- Rezolucja Zgromadzenia Ogólnego ONZ 46/91, Annex: Principes des Nations Unies pour les personnes âgées. <https://www.un.org/development/desa/ageing/resources/international-year-of-older-persons-1999/principles/les-principes-des-nations-unies-pour-les-personnes-agees.html>
- Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing, Second World Assembly on Ageing, Madrid 8–12 April 2002. <https://www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/MIPAA/political-declaration-en.pdf>
- Regional Implementation Strategy for the Madrid International Plan of Action on Ageing 2002, UNECE Ministerial Conference on Ageing, Berlin (Germany), 11–13 September 2002. <https://unece.org/DAM/pau/RIS.pdf>
- Resolution adopted by the General Assembly on 14 December 2020 [without reference to a Main Committee (A/75/L.47 and A/75/L.47/Add.1)] 75/131. United Nations Decade of Healthy Ageing (2021–2030). <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N20/363/87/PDF/N2036387.pdf?OpenElement>

##### Unia Europejska

- Opinia Europejskiego Komitetu Ekonomiczno-Społecznego w sprawie wniosku dotyczącego decyzji Parlamentu Europejskiego i Rady w sprawie Europejskiego Roku Aktywności Osób Starszych (2012 r.) COM (2010) 462 wersja ostateczna 2011/C 51/11. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PL/TXT/HTML/?uri=CELEX:52010AE1377&from=EN>
- Decyzja Parlamentu Europejskiego i Rady nr 940/2011/UE z dnia 14 września 2011 r. w sprawie Europejskiego Roku Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej (2012). <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32011D0940>
- The Dublin Declaration on Age-Friendly Cities and Communities in Europe 2013. [https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/05/Dublin\\_Declaration\\_2013.pdf](https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/05/Dublin_Declaration_2013.pdf)

- Zielona Księga w sprawie Starzenia się. Wspieranie solidarności i odpowiedzialności między pokoleniami. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PL/TXT/HTML/?uri=CELEX:52021DC0050&from=PL>
- Konkluzje Rady w sprawie uwzględniania w politykach publicznych problematyki starzenia się (z 12 marca 2021 r.). <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-6976-2021-INIT/pl/pdf>

### Krajowe

- Uchwała nr 238 Rada Ministrów z dnia 24 grudnia 2013 roku w sprawie przyjęcia dokumentu Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020, (M.P. z 2014 r. poz.118).
- Uchwała nr 161 Rady Ministrów z dnia 26 października 2018 r. w sprawie przyjęcia dokumentu Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. Bezpieczeństwo – Uczestnictwo – Solidarność (M.P. z 2018 r. poz. 1169).
- Uchwała nr 1118/62/19 Zarządu Województwa Mazowieckiego z dnia 6 sierpnia 2019 roku, Wojewódzki Program Polityki Senioralnej na lata 2019–2021 dla Województwa Mazowieckiego.
- Program Warszawa Przyjazna Seniorom na lata 2013–2020, Załącznik do Uchwały nr LXXIII/1870/2013 Rady m.st. Warszawy z dnia 5 grudnia 2013 r.
- Uchwała LXVI/1800/2018 Rady Miasta Stołecznego Warszawy z dnia 10 maja 2018 r. w sprawie przyjęcia strategii rozwoju miasta stołecznego Warszawy do 2030 roku; Strategia #Warszawa2030.
- Uchwała nr LV/1735/2021 Rady Miasta Stołecznego Warszawy z 14 października 2021 r. w sprawie przyjęcia Strategii rozwiązywania problemów społecznych 2030.
- Zarządzenia nr 1868/2017 Prezydenta m.st. Warszawy z 5 grudnia 2017 r. w sprawie wprowadzenia standardów dokumentów programujących rozwój m.st. Warszawy.

### Opracowania i raporty z badań

- Europejski Rok Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej 2012 w Polsce. Raport ewaluacyjny, Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2013.
- Czy osoby starsze są w naszym społeczeństwie dyskryminowane? CBOS, Warszawa listopad 2016. [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K\\_164\\_16.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K_164_16.PDF)
- Skala i struktura zjawiska niepełnosprawności w m.st. Warszawie. Raport badawczy, PBS Sp. z o.o., Warszawa/Sopot 2018. [Raporty i programy – Wsparcie \(um.warszawa.pl\)](https://um.warszawa.pl).
- Raport z badania. Aktywność sportowa warszawiaków w 2018 r., Biuro Sportu i Rekreacji Urzędu m.st. Warszawy, Warszawa 2019.

- T. Płachecki (red.), Relacje i różnice. Uczestnictwo warszawiaków i warszawianek w kulturze, Warszawa 2019. [http:// relacja i roznice.pdf \(kulturalna.warszawa.pl\)](http://relacja_i_roznice.pdf(kulturalna.warszawa.pl))
- Ewaluacja Programu Warszawa Przyjazna Seniorom na lata 2013-2020, EU-Consult, Gdańsk 2020.
- Wartości w czasach zarazy, CBOS, Warszawa grudzień 2020. [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K\\_160\\_20.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K_160_20.PDF)
- Guidelines for Mainstreaming Ageing, United Nations, Geneva 2021. [https://unece.org/sites/default/files/2021-03/ECE-WG.1-37\\_Guidelines\\_for-Mainstreaming\\_Ageing\\_1.pdf](https://unece.org/sites/default/files/2021-03/ECE-WG.1-37_Guidelines_for-Mainstreaming_Ageing_1.pdf)
- Rocznik Statystyczny Warszawy 2021, Urząd Statystyczny w Warszawie, Warszawa 2021.
- Panorama dzielnic Warszawy 2021, Urząd Statystyczny w Warszawie, Warszawa 2021.
- Stan zdrowia ludności Polski w 2019 r., Główny Urząd Statystyczny, Warszawa 2021.
- Aktywność ekonomiczna ludności Polski w I kwartale 2021 roku, GUS, Warszawa 2021, tablice w formacie xls. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/pracujacy-bezrobotni-bierni-zawodowo-wg-bael/aktywnosc-ekonomiczna-ludnosci-polski-i-kwartal-2021-roku,4,41.html>
- Strategia adaptacji do zmian klimatu dla m.st. Warszawy do roku 2030 z perspektywą do roku 2050. ([https://eko.um.warszawa.pl/documents/63448/23542443/strategia\\_2030.pdf](https://eko.um.warszawa.pl/documents/63448/23542443/strategia_2030.pdf))
- B. Szatur-Jaworska, Sytuacja rodzinna i więzi rodzinne (w:) P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski (red.) Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.

#### **Dokumenty i opracowania przygotowane przez Warszawską Radę Seniorów (WRS)**

- Stanowisko WRS w sprawie projektu Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych w Warszawie, Warszawa, 31 marca 2021 r.
- Stanowisko Prezydium WRS w sprawie pilnego opracowania Strategii Senioralnej, Warszawa 17 kwietnia 2021 r.
- Polityka senioralna Warszawy. Wstępne propozycje Warszawskiej Rady Seniorów, Warszawa 27 maja 2021 r.
- Wartości i zasady publicznych polityk. Sugestie dla polityki senioralnej (Konspekt roboczy na użytek Roboczego Zespołu WRS ds. polityki senioralnej), Warszawa 2022 r.
- Wartości w ocenach i rekomendacjach przedstawicieli i przedstawicielek warszawskich seniorów Warszawa 2022 r.
- J. Kostynowicz, B. Grzeszczuk, Polityka senioralna miast wojewódzkich, Warszawska Rada Seniorów, Warszawa 2021, t. 1.