

# SENIORZY WALCZĄ O SVOJE PRAWA

RADA SENIORÓW STRAŻNIKIEM PRZESTRZEGANIA PRAW PODSTAWOWYCH

Barbara Kazior, Katarzyna Siudowska



# SENIORZY WALCZĄ O SVOJE PRAWA

RADA SENIORÓW STRAŻNIKIEM PRZESTRZEGANIA PRAW PODSTAWOWYCH

Barbara Kazior, Katarzyna Siudowska

Kraków 2025



Copyright © Fundacja Miejsc i Ludzi Aktywnych  
Kraków 2025

**Redakcja:**

Barbara Kazior, Katarzyna Siudowska

**Rysunki:**

Iwona Siwek-Front

**Fotografia na okładce:**

Archiwum Fundacji MiLA

**Projekt graficzny i skład:**

Mariusz Front

**Druk:**

Drukarnia Gomeo, Kraków

**Źródło finansowania:**

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ decydujący nie ponoszą za nie odpowiedzialności. Projekt współfinansowany przez Komisję Europejską w ramach Projektu „Building Bridges - Civic Capital in Local Communities”, realizowanego ze środków programu CERV finansowanego ze środków Komisji Europejskiej w ramach programu „Obywatele, Równość, Prawa i Wartości” na lata 2021 – 2027.



Dodatkowe informacje o projekcie można znaleźć na stronie:

**[www.mila.org.pl](http://www.mila.org.pl)**

**Wydawca:**

Fundacja Miejsc i Ludzi Aktywnych  
[www.mila.org.pl](http://www.mila.org.pl)



ISBN 978-83-944156-3-1

## Spis treści

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| Wstęp .....                                                                  | 5  |
| Prawa podstawowe ważne dla seniorów .....                                    | 8  |
| Przykłady łamania praw podstawowych w stosunku do osób w podeszłym wieku . . | 11 |
| Działania rad seniorów a Karta praw podstawowych .....                       | 16 |
| Wnioski .....                                                                | 24 |

## Zespół redakcyjny



**Barbara Kazior** - fundatorka i prezes zarządu Fundacji MILA, trenerka, moderatorka, koordynatorka programów i projektów, specjalista ds. budowania partnerstwa trójsektorowego, partycypacji obywatelskiej i turystyki dziedzictwa. Posiada wiedzę i doświadczenie w zakresie zarządzania organizacją, zarządzania projektami, budowania partnerstwa trójsektorowego, partycypacji publicznej, animacji i aktywizacji społecznej, mapowania zasobów, identyfikacji potencjału dziedzictwa i wykorzystania go w rozwoju. Prowadzi szkolenia, warsztaty i doradztwo, moderuje spotkania. Propagatorka ekomuzeów i questingu w Polsce. Od roku 2014 wspiera aktywność społeczną i obywatelską seniorów, a od 2015 zajmuje się inicjowaniem tworzenia rad seniorów i wspomaganiem ich funkcjonowania poprzez prowadzenie szkoleń, warsztatów, konsultacje i doradztwo oraz moderowanie spotkań. Aktywnie pomagała budować Małopolską Sieć Rad Seniorów „Działamy Wspólnie”. Od roku 2018 uczestniczy w pracach Małopolskiej Rady ds. Polityki Senioralnej.



**Katarzyna Siudowska** – animatorka, specjalista ds. wspierania aktywności obywatelskiej, specjalistka ds. ekonomii współdzielenia. Posiada dwudziestoletnie doświadczenie w pracy przy projektach współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej. Współautorka wielu projektów, realizowanych ze środków zewnętrznych, w tym we współpracy międzynarodowej. Ekspertka Małopolskiego Centrum Przedsiębiorczości w dziedzinie edukacji. Koordynatorka projektów skierowanych do seniorów. Od ponad 6 lat wspiera organizacyjnie i merytorycznie aktywność rad seniorów i Małopolską Sieć Rad Seniorów. Pasjonatka podróży bliższych i dalszych, w wolnych chwilach koordynuje krakowski foodsharing.

## Wstęp

**Karta Praw Podstawowych Unii Europejskiej** to dokument, który definiuje najważniejsze prawa mieszkańców Unii Europejskiej, które podlegają ochronie na jej terytorium. Została ona ogłoszona na szczycie Unii w Nicei w 2000 roku, a oficjalnie weszła w życie wraz z Traktatem Lizbońskim w 2009 roku. Od tego czasu jest prawnie wiążąca w każdym państwie członkowskim Unii Europejskiej.

Przed uchwaleniem Karty, przepisy i uregulowania dotyczące praw obywateli Unii Europejskiej były ustanawiane w różnych krajach na różne sposoby i w różnym czasie, były też rozproszone w wielu dokumentach. Unia Europejska postanowiła zająć się tematem kompleksowo, opracowując nowoczesny dokument, w którym zgromadziła wszystkie osobiste, obywatelskie, polityczne, gospodarcze i społeczne prawa swoich obywateli. Karta składa się z Preambuły oraz 54 artykułów, zebranych w 7 rozdziałach (godność, wolność, równość, solidarność, prawa obywatelskie, wymiar sprawiedliwości, postanowienia ogólne).

Karta uzupełnia systemy krajowe, lecz ich nie zastępuje. W przypadku spraw dotyczących naruszenia praw podstawowych jednostek orzekają sądy krajowe. Indywidualni obywatele mogą również kierować skargi do Europejskiego Trybunału Praw

Człowieka, który orzeka w sprawach o łamanie praw obywatelskich i politycznych, ustanowionych w Europejskiej konwencji o ochronie praw człowieka i podstawowych wolności. W szczególnych przypadkach, gdy państwo członkowskie nie przestrzega prawodawstwa UE i narusza prawa jednostki, Komisja Europejska może również wnieść sprawę przeciwko danemu państwu członkowskiemu do Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej.



**Gminne rady seniorów** to ciała kolegialne o charakterze konsultacyjnym, doradczym i inicjatywnym, które wspierają organy samorządu lokalnego w realizacji polityki senioralnej. Powoływanie ich umożliwia ustawa o samorządzie gminnym, która w art. 5c stanowi, m.in.: „Rada gminy, z własnej inicjatywy lub na wniosek zainteresowanych

środowisk, może utworzyć gminną radę seniorów". Gmina „sprzyja solidarności międzypokoleniowej oraz tworzy warunki do pobudzania aktywności obywatelskiej osób starszych w społeczności lokalnej". Rady z reguły składają się z przedstawicieli osób starszych, liderów senioralnych, w szczególności przedstawicieli organizacji pozarządowych, grup nieformalnych (np. klubów seniora) czy członków Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Gminne rady seniorów wpływają na pobudzenie aktywności obywatelskiej osób starszych w społeczności lokalnej, pozwalają na poznanie opinii dotyczących potrzeb środowiska seniorów, zwrócenie uwagi na problemy tej grupy społecznej oraz wykorzystanie potencjału osób starszych. Są to więc także gremia, które mają ustawowe uprawnienie do reagowania w sytuacjach naruszeń praw seniorów i proponowania systemowych rozwiązań, mogących zagwarantować ich przestrzeganie. Rady mogą też mieć swój wkład w propagowanie praw podstawowych, o których wiedza nie jest w tym środowisku powszechna.

## Prawa podstawowe ważne dla seniorów

Podczas warsztatów z przedstawicielami rad seniorów, zrzeszonych w Małopolskiej Sieci Rad Seniorów, zastanawiano się nad wyborem tych zapisów Karty, które dotyczą w szczególności seniorów i na straży przestrzegania których mogą stać rady seniorów. Rady seniorów mogą się powoływać w swoich działaniach doradczych i interwencyjnych na wybrane zapisy Karty praw podstawowych Unii Europejskiej, wykorzystując ją do wzmocnienia swojej argumentacji w dialogu z władzami.

Z 54 artykułów Karty, najważniejszym i równocześnie bezpośrednio dotyczącym osób starszych, jest **Artykuł 25. Prawa osób w podeszłym wieku**, stanowiący, iż „Unia uznaje i szanuje prawo osób w podeszłym wieku do godnego i niezależnego życia oraz do uczestniczenia w życiu społecznym i kulturalnym”. Ten zapis odnosi się bezpośrednio do prawa do poszanowania godności seniorów i ich aktywności społeczno-kulturalnej. Poza tym, wiele zapisów Karty dotyczy konkretnych aspektów życia, a przestrzeganie tych praw ma istotne znaczenie dla jakości funkcjonowania seniorów w życiu społecznym i obywatelskim. Dokument odnosi się do różnorodnych obszarów życia seniorów w sposób bardziej precyzyjny, podkreśla fundamentalne prawa obywatelskie i może być podstawą do walki o ich przestrzeganie w konkretnych sytuacjach.

Wśród wybranych na warsztatach zapisów, **Artykuł 1. Godność człowieka** podkreśla, że „jest ona nienaruszalna. Musi być szanowana i chroniona”. Godność ludzka stanowi w Karcie podstawę systemu praw człowieka, stąd nie dziwi fakt, że zapis ten znalazł się także na wysokim miejscu w wybranym przez seniorów zbiorze istotnych praw, które należy włączyć w obszar zainteresowań rad seniorów.

Seniorzy zwrócili także uwagę na takie zapisy jak **Artykuł 6. Prawo do wolności i bezpieczeństwa, Artykuł 7. Poszanowanie życia prywatnego i rodzinnego czy Artykuł 8.**

**Ochrona danych osobowych.** Ostatni z wyżej wymienionych kojarzył się dyskutującym podczas warsztatów seniorom z ważnym problemem, dotyczącym szczególnie osób starszych, związanym ze stosowaniem technik manipulacyjnych, których celem jest wykorzystanie i oszukanie seniorów. Metody te bazują zwykle na ich niewiedzy i ufności. Ważne z punktu widzenia seniorów okazały się także zapisy dotyczące **Wolności wypowiedzi i informacji** (Artykuł 11), **Wolności gromadzenia się i stowarzyszania** (Artykuł 14), a także **Prawo do nauki** (Artykuł 15) – wiążące się między innymi z możliwością działania w radach seniorów czy uczestniczenia w aktywnościach, realizowanych przez Uniwersytety Trzeciego Wieku, a także bezpośrednio z tym związany Artykuł 40, podejmujący temat **Prawa do głosowania i kandydowania w wyborach lokalnych.**

Wśród artykułów, które bardziej niż inne dotyczą sytuacji seniorów, wyróżniono także **Artykuł 20. Karty Równość wobec prawa** oraz związany z nim **Artykuł 21. Niedyskryminacja.** Ten drugi zresztą w swojej treści odnosi się bezpośrednio do osób starszych, zakazując wszelkiej dyskryminacji ze względu na szereg różnorodnych czynników, wśród których został również wymieniony wiek. Zwrócono też uwagę na **Artykuł 34. Zabezpieczenie społeczne i pomoc społeczna,** w którym zagwarantowano uprawnienia do świadczeń i zabezpieczenia oraz powszechny dostęp do usług



społecznych, zapewniając tym samym ochronę w takich przypadkach, jak np. podeszły wiek.

Nie powinno dziwić, że artykułem, któremu poświęcono sporo uwagi, był **Artykuł 35. Karty praw podstawowych, dotyczący Ochrony zdrowia**. Seniorzy przytaczali wiele przykładów sytuacji związanych z wizytami u lekarza czy dotyczących świadczeń opieki zdrowotnej, w których osoby starsze nie do końca traktowane były we właściwy sposób. Zarówno sposób zwracania się do osób starszych, jak również niezapewnienie pełnej informacji nt. stanu zdrowia i zaleceń (zbyt szybkie i skomplikowane wypowiedzi, nieuwzględnienie częstych u osób starszych problemów ze słuchem). W wielu miejscach seniorzy nie mają dostępu do najważniejszych specjalistów, np. geriatrów oraz zadawalającej opieki rehabilitacyjnej.

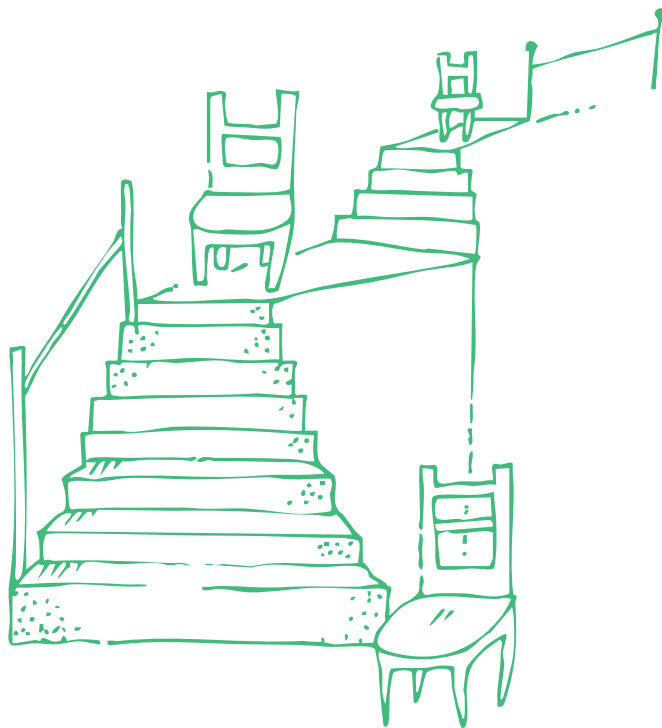
Na koniec podkreślono także istotność zapisów związanych z bezpośrednim kontaktem seniora-obywatela z przedstawicielami władzy oraz możliwością ochrony zapisanych praw i wprowadzania zmian służących ich przestrzeganiu. Odpowiednie zapisy znajdują się w Artykułach: **41. Prawo do dobrej administracji, 43. Rzecznik Praw Obywatelskich** oraz **44. Prawo do petycji**.

## Przykłady łamania praw podstawowych w stosunku do osób w podeszłym wieku

Warto zwrócić uwagę na kilka często powtarzających się problemów, związanych z naruszeniami praw podstawowych osób starszych.

Pierwszy z nich dotyczy języka komunikacji z seniorami, który został nazwany „**dziadurzeniem**”. Dziadurzenie to specyficzny i dyskryminujący język, używany w kontaktach z osobami starszymi. Charakteryzuje się on m.in. uproszczonym językiem, zbyt częstym używaniem zdrobnień czy posługiwaniem się zwrotami typu „Jak się czujemy?” w miejsce grzecznościowych form, w tym przypadku „Jak się Pan/Pani czuje?”. Powtarzającym się problemem jest też zwracanie się do niespokrewnionych osób starszych „babciu” czy „dziadku”. Dziadurzenie jest zjawiskiem powszechnym i pojawia się nie tylko w sytuacjach prywatnych, ale także np. w urzędach, szpitalach czy domach opieki. Dziadurzenie narusza jedno z podstawowych praw człowieka, jakim jest prawo do godności. Często nie wynika ono ze złej woli ani chęci poniżenia, ale spowodowane jest przypisaniem osobom starszym skłonności do „zdziecinnienia” i traktowania ich w sposób pozornie miły i bezpośredni.

**„Syndrom czwartego piętra”** to kolejny z problemów, dotyczących niejednokrotnie osoby starsze. Architekci, socjologowie i psycholodzy użyli tego określenia do nazwania barier, na jakie natrafiają ludzie starsi lub z niepełnosprawnością, w swobodnym wychodzeniu i powrocie do swojego miejsca zamieszkania. Osoby, które muszą żyć wyłącznie w czterech ścianach swoich mieszkań z powodu trudności z pokonaniem kilku kondygnacji schodów nazywa się też często **„więźniami czwartego piętra”**.



Problem dotyczy przede wszystkim mieszkańców czteropiętrowych bloków wybudowanych w ubiegłym wieku. Zgodnie z przepisami budowlanymi, w budynkach wielorodzinnych mających nie więcej niż pięć kondygnacji (licząc z parterem) nie było obowiązku montowania wind. Teraz te bloki najczęściej zamieszkują emeryci, którym często ograniczona sprawność ruchowa nie pozwala lub utrudnia wchodzenie i schodzenie po kilku piętrach, niekiedy wysokich schodów. „Czwarte piętro” w tym kontek-

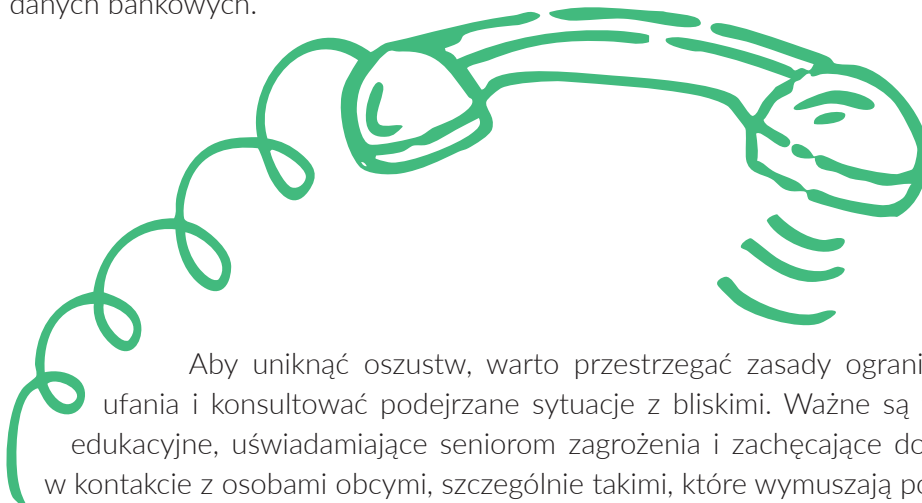
ście stanowi przenośnię czy symbol niemożności pokonania barier, które są przeszkodą dla specyficznej grupy osób: osób z ograniczoną mobilnością w tym licznych seniorów, dla których niekiedy pokonanie nawet kilku schodów na wysoki parter, może tworzyć barierę oddzielającą ich od świata zewnętrznego.

Z poruszonym wyżej tematem wiąże się problem dostępności i dostosowania m.in. budynków i miejsc do potrzeb osób z niepełnosprawnościami czy ograniczeniami. W tej grupie często znajdują się osoby starsze. Problem ten odnosi się do wielu obszarów życia, takich jak transport, architektura, opieka zdrowotna czy nowe technologie. Wiele budynków i przestrzeni publicznych nadal nie jest dostosowanych do potrzeb osób starszych, co utrudnia im codzienne funkcjonowanie. Problemy mogą wynikać z barier architektonicznych, takich jak brak wind, poręczy, występowanie wysokich krawężników, schodów czy odpowiednich oznaczeń (np. opisy drobnym drukiem). Seniorzy napotykają także na trudności w dostępie do usług cyfrowych, ponieważ nie wszystkie strony internetowe i aplikacje są dostosowane do ich potrzeb. Problemem jest także przeniesienie wielu usług do świata cyfrowego, co utrudnia osobom starszym dostęp (np. obsługa kont bankowych, rejestracja do lekarzy). Poprawa dostępności, np. poprzez likwidację barier, może znacząco poprawić jakość życia osób starszych i zwiększyć ich samodzielność. Dodatkowo warto pamiętać o potrzebach tej grupy i tworzyć wsparcie edukacyjne i doradcze, tak żeby nie były one skazane na wykluczenie cyfrowe i marginalizację.

Kolejnym tematem, wspomnianym już w poprzednim rozdziale, jest podatność seniorów na **manipulację** czy wręcz oszustwa, w których wykorzystywana jest ich ufnosć i potrzeba kontaktu z drugim człowiekiem. Jednym z popularnych mechanizmów manipulacji są stosowane przez oszustów techniki sprzedażowe, polegające na organizacji pokazów produktów czy „darmowe” spotkania, które w rzeczywistości są próbami wywierania presji i nieuczciwe przekonywanie do zakupu drogich, często niepotrzebnych przedmiotów. Seniorzy są też narażeni na nieuczciwe oferty sprzedaży przez telefon, gdzie pod presją namawia się ich do zakupów. Są to też metody polegające na zawieraniu z seniorami usług, np. finansowych, w których niebezpieczne klauzule zapisane są małymi literami.

Oszuści stosują względem osób starszych różne metody, aby wyłudzić od nich pieniądze. Jedną z najczęstszych jest tak zwana metoda „na wnuczka”, w której oszust

podsztywa się pod członka rodziny i prosi o pilną pomoc finansową. Inną popularną techniką jest „na policjanta”, gdzie przestępcy dzwonią do seniora, podając się za funkcjonariuszy i namawiają do przekazania pieniędzy w ramach rzekomego śledztwa. Coraz częściej wykorzystywane są także oszustwa internetowe, np. fałszywe wiadomości e-mail lub SMS-y, które nakłaniają do kliknięcia w zainfekowany link lub podania danych bankowych.



Aby uniknąć oszustw, warto przestrzegać zasady ograniczonego zaufania i konsultować podejrzaną sytuację z bliskimi. Ważne są też działania edukacyjne, uświadamiające seniorom zagrożenia i zachęcające do ostrożności w kontakcie z osobami obcymi, szczególnie takimi, które wymuszają podjęcie szybkiej decyzji lub działania bez możliwości skonsultowania się z rodziną czy znajomymi.

Barierą w korzystaniu lub obronie swoich praw przez seniorów może czasem być dostęp do nowoczesnych technologii. Seniorzy coraz częściej mają do nich dostęp, ale ich poziom zaawansowania w korzystaniu z nich bywa różny. Wiele osób starszych uczy się obsługi smartfonów, komputerów czy Internetu, co ułatwia im kontakt z rodziną i dostęp do informacji, jednak dla znacznej części seniorów nowoczesne technologie wciąż stanowią wyzwanie ze względu na brak odpowiedniego przygotowania (szkoleń, instruktaży) lub obawy przed popełnieniem błędu. Wsparcie ze strony innych osób oraz organizowanie kursów komputerowych dla seniorów mogą pomóc w przełamywaniu barier i zwiększaniu cyfrowej samodzielności osób starszych.

Seniorzy mierzą się także z przypisanymi do ich grupy wiekowej stereotypami, poprzez które postrzegani są przez członków innych grup wiekowych. Tymczasem istnieje wiele stereotypów na temat osób starszych, które nie odzwierciedlają rzeczywistości. Często uważa się, że seniorzy są niezaradni, niechętni do nauki nowych rzeczy

i zamknięci na zmiany, podczas gdy wielu z nich aktywnie rozwija swoje pasje, korzysta z nowoczesnych technologii i angażuje się społecznie. Inny powszechny mit to przekonanie, że starość zawsze wiąże się z chorobami i słabością, choć w rzeczywistości wiele osób w podeszłym wieku prowadzi zdrowy i aktywny tryb życia. Stereotypem jest również postrzeganie seniorów jako osób samotnych i smutnych, mimo że wielu z nich nadal prowadzi bogate życie towarzyskie i rodzinne. Przełamywanie tych uprzedzeń jest kluczowe dla budowania społeczeństwa opartego na szacunku i zrozumieniu potrzeb i stylu życia osób starszych. Warto pamiętać, że ta grupa wiekowa jest bardzo zróżnicowana. Różnice mogą wynikać z wielu czynników, takich jak wiek, stan zdrowia, styl życia, wykształcenie, status materialny czy poziom aktywności społecznej. Ta różnorodność pokazuje, że nie można generalizować i przypisywać wszystkim seniorom tych samych cech czy potrzeb. Ważne jest indywidualne podejście i przekonanie, że seniorzy jako grupa także się zmieniają i rozwijają i to, co kiedyś wydawało się być obrazem stereotypowej „babci” czy „dziadka”, dziś już niekoniecznie jest adekwatne w odniesieniu do seniora XXI wieku.

## Działania rad seniorów a Karta praw podstawowych

Rady seniorów prowadzą wiele działań na rzecz środowiska seniorów, służących poprawie jakości usług dostarczanych przez gminę, wprowadzeniu systemowych rozwiązań uwzględniających specyficzne potrzeby tej grupy wiekowej i przeciwdziałaniu wykluczeniu społecznemu. Rady prowadzą stały dialog z władzami lokalnymi, podejmują inicjatywy i prowadzą działania interwencyjne. Wiele tych działań można powiązać z bezpośrednim lub pośrednim naruszeniem praw z katalogu praw podstawowych UE. W toku realizacji warsztatów dla członków Małopolskiej Sieci Rad Seniorów, zebrano przykłady działań, w których rady seniorów występowały z wnioskami w sprawie poprawy sytuacji osób starszych, zaprzestania naruszeń czy usprawnienia systemu.

### **Artykuł 35. Ochrona zdrowia**

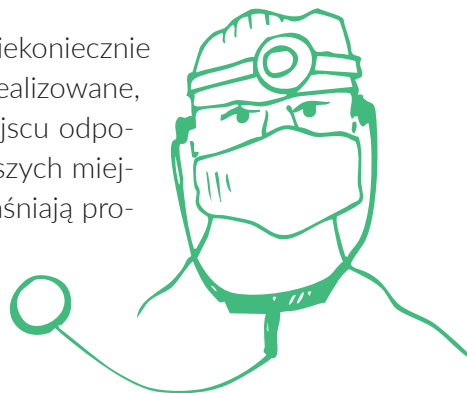
Częstym tematem, wokół którego obraca się działalność rad, jest zagadnienie ochrony zdrowia. Rady podejmują działania na rzecz usprawnienia systemu opieki zdrowotnej, zabiegają o zapewnienie dostępu do specjalistów i usług rehabilitacyjnych.

**Rada Seniorów w Oświęcimiu** interweniowała u Ministra Zdrowia w kwestii braku lekarza geriatry w mieście. Interwencja nie była skuteczna ze względu na brak lekarzy tej specjalności. Z tym samym postulatem wystąpiła **Rada Seniorów z Nowego Targu**, na moment opracowania niniejszej broszury, sprawa nie została rozpatrzona.

**Miejska Rada Seniorów w Krzeszowicach** również zauważyła brak na swoim terenie odpowiednich specjalistów. W tym wypadku chodziło o dostęp do poradni neurologicznej, diabetologicznej i dermatologicznej. Również w tym przypadku sprawa nie została zakończona.

Problem braku odpowiednich specjalistów, tym razem Poradni K, podnosiła także **Miejska Rada Seniorów z Jordanowa**. Zgłoszono problem do burmistrza, pomagano w zbieraniu podpisów popierających konieczność otwarcia tej placówki. W tym przypadku zabiegi rady seniorów zostały uwieńczone sukcesem, pracownia została otwarta i wyposażona.

Działania rad seniorów nie zawsze są skuteczne, co niekoniecznie wynika ze złej woli Włodarzy. Czasem postulaty nie są realizowane, bo nie ma możliwości ich wdrożenia – np. nie ma na miejscu odpowiednich specjalistów i trudno jest ściągnąć ich do mniejszych miejscowości. Jednak, dzięki interwencjom rad, seniorzy nagłaśniają problem ograniczonego dostępu do różnych specjalistów medycznych, przekazując informację na ten temat do władz różnego szczebla i naciskając na podjęcie działań w tym zakresie.



**Miejska Rada Seniorów w Krzeszowicach** skłoniła do interwencji Radę Miasta w sprawie podziału terenu gminy i przypisania jej mieszkańców do dwóch różnych placówek leczenia specjalistycznego. Przeciwno takiemu rozwiązaniu protestują mieszkańcy, którzy uważają, że placówki te różnią się poziomem jakości usług. Pacjenci na podstawie miejsca zamieszkania zostali przypisani do szpitala w Chrzanowie lub do szpitala w Olkuszu. Na wniosek rady seniorów Rada Miasta, korzystając

z prawa do petycji, skierowała ją do NFZ oraz pogotowia ratunkowego w Krakowie i zaplanowano otwartą debatę, z udziałem przedstawicieli władz wojewódzkich.

**Miejska Rada Seniorów w Jordanowie** podjęła się także rozwiązania innego problemu, związanego z dostępem do służby zdrowia. Podczas pandemii COVID-19 budynek przychodni NFZ został zamknięty dla czekających na wizytę. Rada seniorów wystąpiła z wnioskiem do przychodni o udostępnienie, proponując usprawnienia w działaniach instytucji. Kierownik placówki przychylił się do postulatów i zmienił sposób funkcjonowania placówki na korzyść pacjentów.

Warto dodać, że interwencje rad seniorów często przyczyniają się do rozwiązania problemów, które nie dotyczą tylko tej grupy wiekowej, ale wpływają na działania instytucji oraz poprawie jakości usług, z których korzystają też inni mieszkańcy.

### **Artykuł 25. Prawa osób w podeszłym wieku**

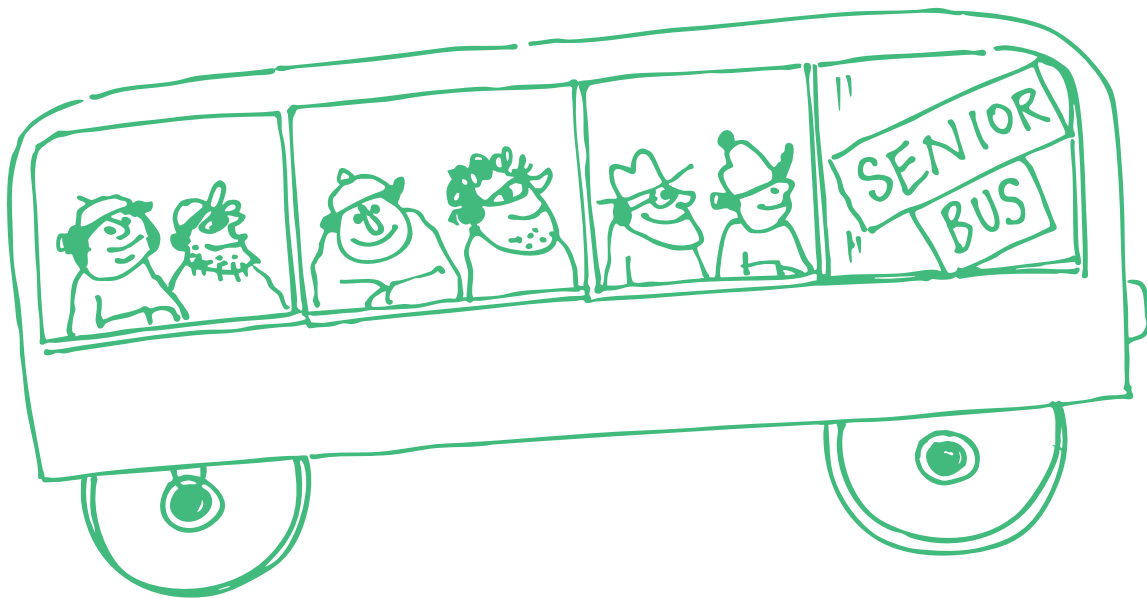
Prawo to zwraca szczególną uwagę na seniorów i zabezpieczenie ich godnego i niezależnego życia oraz uczestniczenia w życiu społecznym i kulturalnym.

Kolejnym zagadnieniem, poruszonym przez radnych senioralnych jest dostępność komunikacyjna, zapewniająca realizację praw osób starszych, do niezależnego i samodzielnego życia oraz integralności społecznej, co w szczególności dotyczy osób z niepełnosprawnością lub o szczególnych potrzebach. Rady seniorów podejmowały interwencje w następujących tematach:

- 1) niedostosowanie rozkładów jazdy komunikacji publicznej do potrzeb seniorów

W gminie Wielka Wieś w tej sprawie głos zabrało wiele lokalnych środowisk, w tym **Rada Seniorów Gminy Wielka Wieś**. W efekcie, po rozmowach z wójtem, rozkłady zostały zmienione i dostosowane do sugestii mieszkańców.

Podobnie sytuacja wyglądała w gminie Zielonki, gdzie problemem był brak komunikacji lokalnej lub dopasowania jej do potrzeb mieszkańców, w tym także seniorów i/lub osób z niepełnosprawnością. Po interwencji **Gminnej Rady Seniorów w Zielonkach**, gmina poprawiła komunikację pomiędzy sołectwami i ze „stolicą” gminy.



## 2) brak połączeń z miejscowościami spoza gminy

**Rada Seniorów z Andrychowa** podjęła też temat komunikacji publicznej, nie tylko na terenie gminy, ale także połączeń międzymiastowych. Rada wystosowała petycję do burmistrzów Andrychowa, Kęt i Wadowic, a pasażerowie pikietowali pod Urzędem Miasta w Wadowicach. Obecnie w gminie funkcjonuje komunikacja miejsko-gminna do każdego sołectwa i dodatkowych 10 kursów autobusowych na trasie Andrychów – Wadowice.

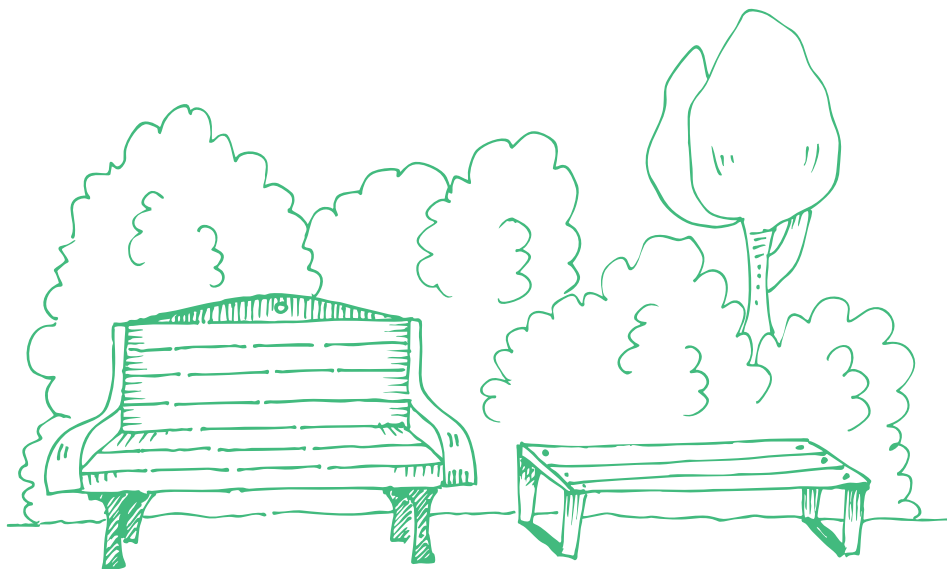
## 3) rozmieszczenie przystanków

**Skawińska Rada Seniorów** także interweniowała w sprawie komunikacji publicznej, skupiając się jednak na niewłaściwym (niewystarczającym) rozmieszczeniu przystanków autobusowych. Dzięki działaniom rady seniorów, dodatkowe przystanki w komunikacji publicznej przy marketach w Skawinie mają powstać do czerwca 2025 r.

#### 4) dostosowanie przestrzeni publicznej do potrzeb osób starszych

**Skawińska Rada Seniorów** postulowała postawienie w przestrzeni miejskiej / gminnej większej liczby ławek do odpoczynku. Wniosek do burmistrza dotyczył tego, by na osiedlu i przy głównej ulicy pojawiły się „ławeczki-przysiadki”. W następstwie m.in. wspólnego spotkania zamontowano 7 nowych ławek i wyremontowano ponad 20 starych.

Dzięki interwencji **Nowotarskiej Rady Seniorów**, dodatkowe ławki pojawiły się także wzdłuż głównych ulic oraz w miejscach spacerów w mieście, a działania **Gminnej Rady Seniorów w Zabierzowie** doprowadziły do przyznania na nie środków, przez co realizacja ławeczek spoczynkowych dla seniorów, ustawionych w ciągach komunikacyjnych sołectw, jest w toku.



Ławeczki mogą się wydawać kwestią trywialną. Jednak dla seniorów, dla których przejście dłuższych odcinków bez odpoczynku jest trudne bądź niemożliwe, są czynnikiem decydującym o tym, czy mogą oni korzystać ze spacerów i aktywności na świeżym powietrzu, tak istotnych dla ich zdrowia.

**Gminna Rada Seniorów w Zabierzowie** podejmowała więcej inicjatyw, mających na celu lepsze, bezpieczniejsze lub przyjaźniejsze korzystanie z przestrzeni publicznej. Wystosowano petycję do Ministerstwa Rozwoju oraz podjęto uchwałę Gminnej Rady Seniorów oraz – skierowaną do rady gminy i do wójta – w sprawie zbudowania kładki pieszo-rowerowej w Rudawie, nad linią kolejową. Obecnie kładka jest w trakcie realizacji.

Interesujący przykład, niestety pozostawiony, póki co bez reakcji władz, wynika z działania z **Gminnej Rady Seniorów w Krynicy-Zdroju**. Zawniosowała ona o zmianę lokalizacji siedziby Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, umieszczonej na trzecim piętrze i przeniesienie jej na parter. Ułatwiłoby to znacząco wizyty w Ośrodku osobom starszym i/lub z niepełnosprawnościami ruchowymi, będącymi jednymi z grup, najczęściej korzystającymi ze wsparcia MOPS.

#### **Artykuł 34. Zabezpieczenie społeczne i pomoc społeczna**

Kolejnym z zagadnień, istotnych z punktu widzenia seniorów, poruszonych podczas warsztatów dla Małopolskiej Sieci Rad Seniorów, był temat wykluczenia seniorów z życia społecznego. Wskazano tutaj na następujące problemy:

##### **1) wykluczenie cyfrowe**

Na wniosek **Skawińskiej Rady Seniorów**, dostrzegającej problemy osób starszych z codziennym używaniem komputera lub telefonu, w gminie powstał punkt pomocy informatycznej, działający na początek jeden raz w miesiącu. W punkcie tym dyżuruje osoba, pomagająca w podstawowej konfiguracji sprzętu, instalacji niezbędnych aplikacji i ich w obsłudze.



## 2) wykluczenie z dostępu do życia społecznego

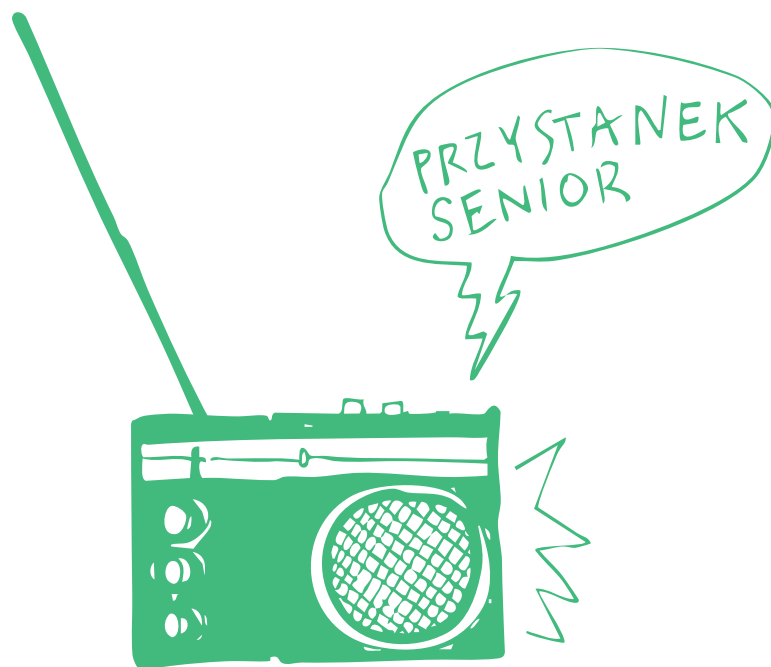
Na wniosek **Gminnej Rady Seniorów w Wieliczce** seniorzy, dysponujący ograniczonymi środkami finansowymi, uzyskali dofinansowanie do zorganizowanych specjalnie dla nich zajęć na basenie, a w lokalnej kawiarni zainicjowano akcję „kawa dla seniora” w preferencyjnej cenie.

### **Artykuł 11. Wolność wypowiedzi i informacji**

Ostatnim przytoczonym podczas warsztatów projektowych przykładem interwencji rady seniorów, mającym polepszyć sytuację osób starszych, była kwestia braku odpowiedniej, kompletnej i aktualnej informacji dla opiekunów osób zależnych, przekazywanej przez pracowników Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. **Miejska Rada Seniorów w Jordanowie** zaprosiła więc kierownika MOPS na swoją sesję i tam przedstawiła problem z uzyskaniem informacji od pracowników. W następstwie, MOPS przygotował broszurę z wyjaśnieniem i opisem swoich działań w tym zakresie oraz prawami osób ubiegających się o świadczenia. Dodatkowo, dzięki tej inicjatywie MRS w Jordanowie, poprawiła się również jakość informacji, przekazywanych przez pracowników osobom przychodzącym z problemami dotyczącymi opieki nad osobami zależnymi.

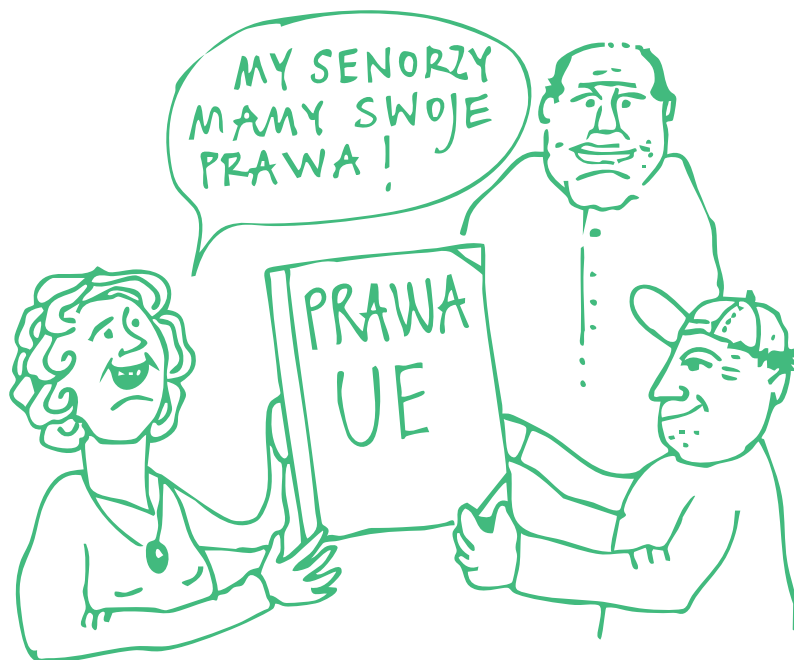
Dostęp do informacji ważnych z punktu widzenia osób starszych był także jednym z działań **Gminnej Rady Seniorów w Miechowie**. Dzięki jej staraniom w formie przystępnej ulotki został wydany krótki informator, zawierający dane teleadresowe wszystkich instytucji i organizacji, które działają na rzecz osób starszych w gminie.

**Miejska Rada Seniorów w Andrychowie** wyszła z inicjatywą nadawania audycji radiowych dla seniorów. Udało się nawiązać relacje z lokalnym radiem i seniorzy przygotowują audycje pn. „Przystanek Senior” na tematy ważne dla seniorów, a następnie w nich występują. Programy radiowe dla seniorów trafiają na fale eteru raz na tydzień lub raz na dwa tygodnie w określone dni i zawsze o tej samej godzinie. Dzięki audycjom radiowym do seniorów trafiają ważne informacje. Audycje są popularne wśród seniorów, a odbyło się ich już blisko 60.



Wiele rad prowadzi regularne dyżury dla seniorów. Z jednej strony służą one zbieraniu informacji o problemach i potrzebach tej grupy wiekowej, z drugiej zaś osoby, które przychodzą na dyżur mogą uzyskać bieżące informacje czy porady (w tym prawne). Dyżury prowadzą m.in. **Rada Krakowskich Seniorów**, **Rada Seniorów w Miechowie** czy **Kętach**, zaś w prawnik z **Gminnej Rady Seniorów w Zielonkach** pomaga rozwikłać kwestie prawne. **Miejska Rada Seniorów w Jordanowie** organizuje co środowowe spotkania otwarte, podczas których seniorzy dyskutują o ważnych sprawach i wymieniają się informacjami.

## Wnioski



Rady seniorów odgrywają kluczową rolę w reprezentowaniu interesów osób starszych i przeciwdziałaniu naruszeniom ich praw. Dzięki swojej działalności mogą wpływać na decyzje władz lokalnych, inicjować zmiany korzystne dla seniorów oraz zwracać uwagę na problemy, z jakimi się borykają. Znajomość swoich praw oraz możliwość powoływania się na nie to istotne narzędzie w walce o godne życie i równe traktowanie. Świadomi swoich praw seniorzy, wspierani przez rady seniorów, mają większą siłę przebicia i mogą skuteczniej egzekwować należne im prawa, co przyczynia się do budowania bardziej sprawiedliwego i przyjaznego społeczeństwa. Znajomość zapisów Karty praw podstawowych Unii Europejskiej i możliwość powołania się na nie w sytuacjach, w których seniorzy mają do czynienia z niekorzystnymi zjawiskami, noszącymi znamiona naruszenia ich podstawowych praw, mogą wzmocnić głos seniorów i argumentację na rzecz pozytywnych zmian.



Fundacja Miejsc i Ludzi Aktywnych (MiLA) od blisko 15 lat wspiera społeczności lokalne w rozwoju z wykorzystaniem zasobów dziedzictwa i współpracy międzysektorowej.

W swoich działaniach nie tylko szkoli, ale też wspiera aktywnie wdrażanie sprawdzonych rozwiązań, tj. ekomuzea, questy, pomaga tworzyć gminne rady seniorów i budować partnerską współpracę, rozwijać ekonomię społeczną i współdzielenia. Wsparcie opiera na autorskich metodach szkoleniowo-doradczych i korzystaniu z różnorodnych doświadczeń z Polski i całego świata.

Fundacja MiLA od roku 2016 koordynuje i wspiera działalność Małopolskiej Sieci Rad Seniorów. W ramach projektu „Rady seniorów – stosowanie i propagowanie praw podstawowych” specjaliści miłowi przybliżyli seniorom unijną Kartę praw i moderowali debatę na temat możliwości zaangażowania rad seniorów w popularyzację i przestrzeganie tych praw w stosunku do osób starszych.



Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ decydujący nie ponoszą za nie odpowiedzialności. Projekt współfinansowany przez Komisję Europejską w ramach Projektu „Building Bridges - Civic Capital in Local Communities”, realizowanego ze środków programu CERV finansowanego ze środków Komisji Europejskiej w ramach programu „Obywatele, Równość, Prawa i Wartości” na lata 2021 – 2027.



Finansowane przez  
Unię Europejską