

Informacja o sytuacji mieszkańców Miasta Bełchatowa w wieku emerytalnym za 2013 rok

Bełchatów, 2014 rok



Urząd Miasta Bełchatowa

ul. Kościuszki 1 tel. +48 447 335 116
97-400 Bełchatów tel. +48 447 335 115
um@belchatow.pl www.belchatow.pl



Definicja wieku emerytalnego nie jest szczegółowo określona. Wiek emerytalny jest ogólnie rozumiany jako czas, kiedy ludzie w starszym wieku przestają pracować i zaczynają pobierać świadczenia emerytalne. W zależności od indywidualnej sytuacji, w jakiej się znajdujemy postrzegamy emerytów bardzo indywidualnie.

Przyjęcie wieku granicznego, który uznaje się za początek starości, jest umowny, ponieważ trudno jest go ustalić dla wszystkich osób na jednakowym poziomie ze względu na różne procesy biologiczne, psychologiczne czy społeczne, jakim każdy z nas podlega. „Ludzie starzeją się bowiem niejednakowo”¹. W niektórych przypadkach proces starzenia może wyprzedzać ustaloną granicę wieku, w innych zaś następować z opóźnieniem. Na ustawowe ustalenie wieku emerytalnego ma wpływ wiele różnych czynników, m.in.:

- długofalowe tendencje w zakresie kształtowania się stanu zdrowia ludności,
- zmiany demograficzne (np. wydłużenie się długości życia ludzkiego),
- płeć - często dla kobiet ustala się niższą granicę wieku emerytalnego,
- rodzaj wykonywanej pracy - obniżenie granicy wieku emerytalnego może dotyczyć osób wykonujących prace uciążliwe, niebezpieczne i szkodliwe dla zdrowia (np. górnicy) lub charakteryzujące się odpowiedzialnym i obciążającym nerwowo charakterem,
- sytuacja na rynku pracy - może skłaniać do stwarzania zachęt do zatrzymywania ludzi starszych w pracy lub też do ułatwienia im odejścia z grupy osób aktywnych zawodowo².

Niniejszej informacji wiek 60 lat dla kobiety i 65 lat dla mężczyzny przyjęto jako moment początkowy tego okresu w życiu człowieka.

Sytuacja mieszkańców Bełchatowa w wieku emerytalnym przedstawiona została w oparciu o dane pozyskane z poszczególnych instytucji, zakładów opieki zdrowotnej oraz organizacji pozarządowych i obejmuje okres od 1 stycznia do 31 grudnia 2013 r.

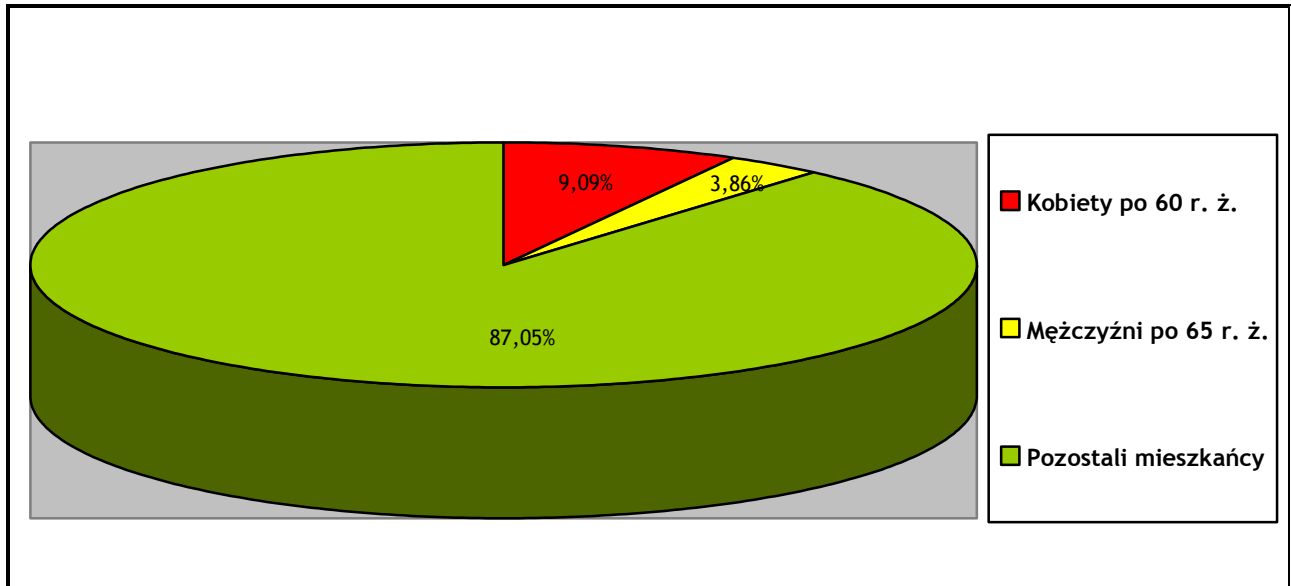
Dane demograficzne dotyczące liczby ludności Miasta Bełchatowa w roku 2013 obejmowały **60.402** osób. W wieku poprodukcyjnym znajdowało się **7.820** osób, w tym **5.488** to kobiety oraz **2.332** to mężczyźni. Stanowi to **12,95%** ludności.

¹ Bogusława Urbaniak, Praca zawodowa po przejściu na emeryturę, społeczno-ekonomiczne przesłanki powrotu emerytów do aktywnego życia zawodowego, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 1998, s. 20.

² Wacław Szubert, Ubezpieczenie społeczne. Zarys systemu, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1987, s. 104-106.



Wykres nr 1 Procentowy wskaźnik ludności Miasta Bełchatowa z uwzględnieniem osób w wieku emerytalnym.



Sytuacja społeczno - ekonomiczna osób starszych odnosi się przede wszystkim do wysokości dochodu jakim dysponują oraz do głównych źródeł utrzymania. Ważną informację stanowią dane o przeciętnym dochodzie osiąganym przez osobę w wieku poprodukcyjnym. W niniejszym opracowaniu wzięto pod uwagę przeciętną miesięczną emeryturę, rentę z tyt. niezdolności do pracy oraz rentę rodzinną mieszkańca województwa łódzkiego. Aby to ustalić skorzystano z danych Wojewódzkiego Urzędu Statystycznego w Łodzi za rok 2013. Z danych tych wynika, że przeciętna miesięczna emerytura mieszkańca województwa łódzkiego to kwota **1.836,35 zł brutto**. Przeciętna miesięczna renta z tytułu niezdolności do pracy to kwota **1.296,45 zł brutto**, natomiast przeciętna renta rodzinna to kwota **1.581,89 zł brutto**.

Często powyższe kwoty w wartości netto mogą nie być wystarczające na bieżące utrzymanie osób starszych i wówczas mogą one liczyć na pomoc instytucji min. Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Bełchatowie. Ośrodek ten realizuje politykę społeczną państwa, mającą na celu umożliwienie osobom takim przezwycięzenie trudnych sytuacji życiowych, których nie mogą sami pokonać wykorzystując własne uprawnienia, zasoby i możliwości.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej oferuje pomoc w formie świadczeń pieniężnych w postaci zasiłków celowych, okresowych, stałych oraz świadczeń niepieniężnych w formie m.in. usług opiekuńczych, posiłków, czy pracy socjalnej.

Dane uzyskane z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Bełchatowie przedstawiają się następująco:

Liczba osób w wieku poprodukcyjnym objętych pomocą, na które została wydana decyzja administracyjna - 167, w tym liczba kobiet - 127, liczba mężczyzn - 40.

Poniższa tabela obrazuje rodzaj oraz liczbę świadczeń socjalnych, udzielonych w 2013 r. osobom w wieku poprodukcyjnym przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Bełchatowie.



Tabela nr 1 MOPS świadczenia socjalne.

Rodzaj świadczenia	Kobiety po 60 roku życia	Mężczyźni po 65 roku życia
Zasitek celowy na zakup posiłków	49	16
Zasitek celowy na zakup opału	35	10
Zasitek celowy na leki i leczenie	9	4
Zasitek okresowy	7	10
Zasitek stały	11	5
Usługi, w tym:		
- usługi opiekuńcze	58	11
- specjalistyczne usługi opiekuńcze	15	7
- usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi	3	1
Obiady w Jadłodajni	2	5
Zasitek specjalny celowy	8	-
Zasitek celowy zwrotny bez orzekania do zwrotu na żywność	4	-
Zasitek celowy zwrotny bez orzekania do zwrotu na leki	5	-
Zasitek celowy zwrotny bez orzekania do zwrotu na opał	2	-
Pobyty w Środowiskowym Domu Samopomocy	6	5
Obiady w Środowiskowym Domu Samopomocy	6	5

W 2013 roku 199 osób w wieku poprodukcyjnym skorzystało z pomocy w formie zasiłku pielęgnacyjnego, w tym 129 kobiet i 70 mężczyzn. Z pomocy w formie zasiłku rodzinnego wraz z dodatkami skorzystały 3 kobiety w wieku poprodukcyjnym.

Przyznano również świadczenia pielęgnacyjne z tytułu opieki - 8 kobietom i specjalny zasiłek opiekuńczy - 1 kobiecie w wieku poprodukcyjnym. Ze świadczeń w formie funduszu alimentacyjnego skorzystały 3 kobiety.

Poniżej przedstawiono dane dotyczące osób w wieku poprodukcyjnym przebywających w Domach Pomocy Społecznej w 2013 r., umieszczonych przez MOPS w Bełchatowie

I. Liczba osób w wieku poprodukcyjnym umieszczonych w DPS w 2013 r. - 2

liczba kobiet (od 60 lat) - 1

liczba mężczyzn (od 65 lat) - 1

II. Liczba osób przebywających w DPS w wieku poprodukcyjnym - 29



liczba kobiet (od 60 lat) - 23

liczba mężczyzn (od 65 lat) - 6

III. Miejsce pobytu osób w wieku poprodukcyjnym skierowanych do DPS:

DPS dla przewlekłe somatycznie chorych w Bełchatowie - 20

DPS dla przewlekłe psychicznie chorych w Zabłotach - 5

DPS dla osób w podeszłym wieku w Sieradzu - 1

DPS dla przewlekłe psychicznie chorych w Łochyńsku - 2

DPS dla przewlekłe somatycznie chorych w Raciborowicach - 1

IV. Liczba osób w wieku poprodukcyjnym przebywających w DPS z problemem niepełnosprawności - 15

Znaczny stopień niepełnosprawności / inwalidzi I grupy / całkowita niezdolność do pracy i samodzielnej egzystencji - 9

Umiarkowany stopień niepełnosprawności / inwalidzi II grupy / całkowita niezdolność do pracy - 6

V. Liczba osób przebywających w DPS z problemem długotrwałej choroby - 29

VI. Liczba emerytów i rencistów - 28

ze świadczeniem emerytalnym - 19

z wcześniejszą emeryturą - 1

ze świadczeniem rentowym (ZUS) - 8

Typy schorzeń występujące u osób przebywających w Domach Pomocy Społecznej zawarte zostały w Tabeli nr 2.

Tabela nr 2 Typy schorzeń występujące u osób przebywających w Domach Pomocy Społecznej.

Schorzenie	Liczba osób
Somatyczne	
choroby układu krążenia	10
stan po udarze mózgu z niedowładem połowicznym	2
Schorzenia i zaburzenia psychiczne	
schizofrenia paranoidalna	3
otępienie umysłowe o wieloprzyczynowej etiologii	12
niedorozwój umysłowy, dziecięce porażenie mózgowe	2

Poniżej przedstawiono dane pozyskane ze Środowiskowego Domu Samopomocy „Koniczynka” w Bełchatowie dotyczące osób w wieku poprodukcyjnym, kobiet po 60 roku życia i mężczyzn po 65 roku życia.



Środowiskowy Dom Samopomocy „Koniczynka” mieszczący się w Bełchatowie, przy ul. Św. Barbary 5 jest placówką dziennego pobytu typu ABC i zapewnia wsparcie społeczne osobom przewlekle psychicznie chorym (typ A), osobom upośledzonym umysłowo (typ B) i osobom wykazującym inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych (typ C). Głównym celem funkcjonowania Domu jest kształtowanie umiejętności i sprawności niezbędnych do realizacji zadań życia codziennego oraz podejmowanie różnych ról społecznych w swoim naturalnym środowisku w miarę możliwości samodzielnie, niezależnie i godnie. Uczestnikami Domu mogą być osoby, które ukończyły 18 rok życia.

W 2013 r. w Środowiskowym Domu Samopomocy „Koniczynka” w Bełchatowie przebywało 6 kobiet i 4 mężczyzn w wieku poprodukcyjnym. Wszystkie osoby korzystały z posiłków oferowanych przez placówkę, tj. obiadów oraz II śniadania i podwieczorku.

Realizacja przyjętych założeń programowych odbywa się poprzez prowadzenie różnorodnych form aktywizacji kondycji psychofizycznej.

Formy działania Domu, w których ww. osoby biorą czynny udział to m.in.:

1. Kształtowanie umiejętności niezbędnych w życiu codziennym.
2. Kształtowanie umiejętności interpersonalnych i rozwiązywanie problemów.
3. Stymulowanie do samodzielnej organizacji czasu wolnego.
4. Pomoc psychologiczna.
5. Pomoc w realizacji spraw urzędowych i w kontaktach z instytucjami.
6. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych.
7. Terapia ruchem - utrzymanie pełnej sprawności psychofizycznej uczestnika.
8. Rozwijanie umiejętności w celu podtrzymania aktywności psychospołecznej.
9. Niezbędna opieka.

Rodzaj organizowanych przedsięwzięć kulturalnych z udziałem ww. osób:

- 1) Imprezy okolicznościowe;
- 2) Spotkania integracyjne i przeglądy twórczości osób niepełnosprawnych (organizacja spotkań na terenie Bełchatowa, udział w spotkaniach w innych miejscowościach tj. Głowno, Aleksandrów Łódzki, Osiek, Łódź, Łask, Sędziejowice, Drzewociny. Przeglądy twórczości osób niepełnosprawnych (konkursy plastyczne, muzyczne, sportowe).

Tabela nr 3 przedstawia wykaz osób (kobiet po 60 roku życia i mężczyzn po 65 roku życia) korzystających z pobytu w Środowiskowym Domu Samopomocy w 2013 roku z podziałem na rodzaj zaburzenia oraz stopień niepełnosprawności tych osób.



Tabela nr 3 Rodzaj zaburzeń oraz stopień niepełnosprawności występujących u poszczególnych uczestników ŚDS.

Lp.	Rodzaj zaburzenia		Stopień niepełnosprawności	
	dominujące	współwystępujące	ZUS	PCPR
1.	zespół Alzheimera	zaburzenia otępienne (upośledzenie mowy, procesów myślowych, narządu ruchu)	brak	znaczny stopień niepełnosprawności
2.	schizofrenia paranoidalna	brak	I grupa inwalidzka, całkowita niezdolność do pracy i samodzielnej egzystencji	brak
3.	stan otępienny o typie Alzheimera	brak	brak	brak
4.	zespół depresyjno - lękowy	ślepotą obuoczną, choroba niedokrwienna serca, łuszczyca, choroba nowotworowa	brak	znaczny stopień niepełnosprawności
5.	zespół depresyjno - lękowy	nadciśnienie tętnicze, cukrzyca	brak	umiarkowany stopień niepełnosprawności
6.	schizofrenia paranoidalna	brak	I grupa inwalidzka, całkowita niezdolność do pracy i samodzielnej egzystencji	brak
7.	upośledzenie umysłowe w stopniu lekkim	zaćma, przerost gruczołu krokowego	III grupa inwalidzka	brak
8.	zespół Alzheimera	nadciśnienie tętnicze, cukrzyca typu 2	I grupa inwalidzka, całkowita niezdolność do samodzielnej egzystencji	znaczny stopień niepełnosprawności
9.	zespół psychoorganiczny, zaburzenia popędów i impulsów	choroba zwyrodnieniowa kręgosłupa, nadciśnienie, przerost gruczołu krokowego	brak	umiarkowany stopień niepełnosprawności
10.	stan otępienny o typie Alzheimera	nadciśnienie tętnicze, choroba niedokrwienna serca, stan po zawale	brak	brak



Jednym z istotnych czynników warunkujących aktywność społeczną osoby starszej jest jej stan zdrowia. Wiedza o stanie zdrowia jest potrzebna ze względu na konieczność zaspokojenia potrzeb zdrowotnych starszej populacji. Potrzeby te wiążą się nie tylko ze specyfiką wyrażającą się w wieku - chorobowości i znacznym udziale chorób przewlekłych w ogólnej liczbie chorób, na które cierpi senior, ale i ze skalą ich występowania.

Aby sprawdzić sytuację zdrowotną osób w wieku poprodukcyjnym, poniżej przedstawiono informacje pozyskane od poszczególnych zakładów opieki zdrowotnej działających na terenie Miasta Bełchatowa.

Tabela nr 4 Liczba pacjentów zadeklarowanych w poszczególnych zakładach opieki zdrowotnej (dane obejmują kobiety po 60 r.ż. i mężczyzn po 65 r.ż.).

Wyszczególnienie	Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II	NZOZ „Mega Med”	NZOZ „Eskulap”	NZOZ „Twoje Centrum Medyczne”	NZOZ „Puls”
Ogółem liczba zadeklarowanych pacjentów	601	2.754	941	525	695
liczba kobiet	410	1631	600	385	512
liczba mężczyzn	191	1123	341	140	183

Proces starzenia zwykle przebiega łagodnie i pozwala ludziom na kontynuowanie ich aktywności życiowych w sposób akceptowany przez nich samych i przez innych.

Jednak proces ten może z powodu obecnych warunków życia stworzonych przez współczesną cywilizację zwiększyć podatności na uszkodzenia i zmniejszyć odporność, co w efekcie będzie miało przełożenie na stan zdrowia i łatwo stanie się stanem chorobowym, objawiającym się np. nadciśnieniem tętniczym, cukrzycom, zmniejszoną wydolnością oddechową, nadciśnieniem tętniczym krwi, czy przewlekłą chorobą niedokrwienną serca.

Tabele od nr 5 do nr 10 uwzględniają rodzaje najczęściej występujących chorób wśród kobiet i mężczyzn w wieku poprodukcyjnym. Dane zostały wykazane przez poszczególne placówki opieki zdrowotnej działające na terenie Miasta Bełchatowa.



Tabela nr 5 Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II w Bełchatowie - zachorowalność ogółem.

Ogółem liczba pacjentów, która zgłosiła się do lekarza POZ	
Liczba kobiet po 60 roku życia - 1552	Liczba mężczyzn po 65 roku życia - 1099
Najczęstsze dolegliwości występujące wśród pacjentów	
Nadciśnienie tętnicze	
Bóle zwyrodnieniowe	
Infekcje górnych dróg oddechowych	

Tabela nr 6 NZOZ „Mega Med.” w Bełchatowie - zachorowalność ogółem.

Ogółem liczba pacjentów, która zgłosiła się do lekarza POZ	
Liczba kobiet po 60 roku życia - 4227	Liczba mężczyzn po 65 roku życia - 2921
Najczęstsze dolegliwości występujące wśród pacjentów	
Samoistne (pierwotne nadciśnienie)	
Zaburzenia przemian lipidów i inne lipidemie	
Cukrzyca insulinozależna	
Przewlekła choroba niedokrwienna serca	
Ostre zapalenie nosa i gardła (przeziębienie)	
Ostre zakażenie górnych dróg oddechowych o umiejscowieniu mnogim lub nieokreślonym	
Ostre zapalenie oskrzeli	
Zaburzenia korzeni rdzeniowych i splotów nerwowych	
Zapalenie pęcherza moczowego	
Niewydolność serca	
Zmiany zwyrodnieniowe kręgosłupa	
Zarzucanie (refluks) żołądkowo - przetykowe	
Inna przewlekła zaporowa choroba płuc	



Tabela nr 7 NZOZ „Medyk” - zachorowalność ogółem.

Ogółem liczba pacjentów, która zgłosiła się do lekarza POZ	
Liczba kobiet po 60 roku życia - 3720	Liczba mężczyzn po 65 roku życia - 1195
Najczęstsze dolegliwości występujące wśród pacjentów	
Samoistne (pierwotne) nadciśnienie	
Przewlekła choroba niedokrwienna serca	
Ostre zapalenie oskrzeli	
Ostre zapalenie gardła	
Ostre zapalenie górnych dróg oddechowych	
Niewydolność serca	
Cukrzyca	
Przewlekła zaporowa choroba płuc	

Tabela nr 8 NZOZ „Eskulap” - zachorowalność ogółem.

Ogółem liczba porad udzielonych przez lekarza POZ - 31779	
kobietom po 60 roku życia	mężczyzną po 65 roku życia
Najczęstsze dolegliwości występujące wśród pacjentów	
Infekcje górnych dróg oddechowych	
Nadciśnienie tętnicze	
Choroby zwyrodnieniowe kręgosłupa i stawów	
Zaburzenia gospodarki lipidowej	
Choroba niedokrwienna serca	
Cukrzyca typu 2	
Choroba refluksowa	



Tabela nr 9 NZOZ „Twoje Centrum Medyczne” - zachorowalność ogółem.

Ogółem liczba pacjentów, która zgłosiła się do lekarza POZ	
Liczba kobiet po 60 roku życia - 385	Liczba mężczyzn po 65 roku życia - 140
Najczęstsze dolegliwości występujące wśród pacjentów	
Cukrzyca insulinozależna	
Samoistne (pierwotne) nadciśnienie	
Niewydolność serca	
Przewlekła choroba niedokrwienna serca	
Dusznicza bolesna	
Choroba nadciśnieniowa z zajęciem serca	
Choroby naczyń włosowatych	
Zaburzenia korzeni nerwów rdzeniowych i splotów nerwowych	
Zmiany zwyrodnieniowe kręgosłupa	

Tabela nr 10 NZOZ „Puls” sp.j. - zachorowalność ogółem.

Ogółem liczba pacjentów, która zgłosiła się do lekarza POZ	
Liczba osób w wieku 55-64 lata- 1458	Liczba osób w wieku 65 lat i więcej - 967
Najczęstsze występujące wśród pacjentów dolegliwości	
Choroby tarczycy	
Cukrzyca	
Niedokrwistość	
Choroby obwodowego układu nerwowego	
Choroby układu krążenia	
Przewlekła choroba reumatyczna	
Choroba nadciśnieniowa	
Niedokrwienna choroba serca	
Przewlekłe choroby układu trawiennego	
Choroby układu mięśniowo - kostnego i tkanki łącznej	



Otrzymane z poszczególnych zakładów opieki zdrowotnej dane nie pozwalają wysunąć jednoznacznych wniosków, które dawałyby ogólny obraz sytuacji zdrowotnej Mieszkańców Bełchatowa. Należy również wziąć pod uwagę fakt, że posiadamy tylko ogólną liczbę pacjentów, zgłaszających się do poradni POZ, która de facto nie jest zawsze równa liczbie jednostek, na które byli leczeni chorzy zgłaszający się do lekarza POZ. Porównując jednak te dane, którymi dysponujemy widoczna jest większa zachorowalność u kobiet niż u mężczyzn na choroby wymienione w tabeli od nr 5 do nr 10.

Poniżej przedstawiono poradnie specjalistyczne, do których najczęściej zgłaszali się pacjenci w wieku poprodukcyjnym.

Tabela nr 11 Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II. Poradnie specjalistyczne i inne formy świadczonych usług.

Poradnie, do których najczęściej zgłaszali się pacjenci	Liczba osób , które zgłosiły się do lekarzy specjalistów	
	Kobiety	Mężczyźni
Chirurgii urazowo - ortopedycznej	6.558	5101
Okulistycznej		
Urologicznej		

Tabela nr 12 NZOZ „Zdrowie”. Poradnie specjalistyczne.

Poradnia	Kobiety	Mężczyźni
Diabetologiczna	170	75

Tabela nr 13 NZOZ „Twoje Centrum Medyczne”. Poradnie specjalistyczne i inne formy świadczonych usług.

Poradnie, do których najczęściej zgłaszali się pacjenci	Liczba osób , które zgłosiły się do lekarzy specjalistów	
	Kobiety	Mężczyźni
Ortopedycznej	213	143
Urologicznej		
Chirurgicznej		
Poradni Zdrowia Psychicznego		

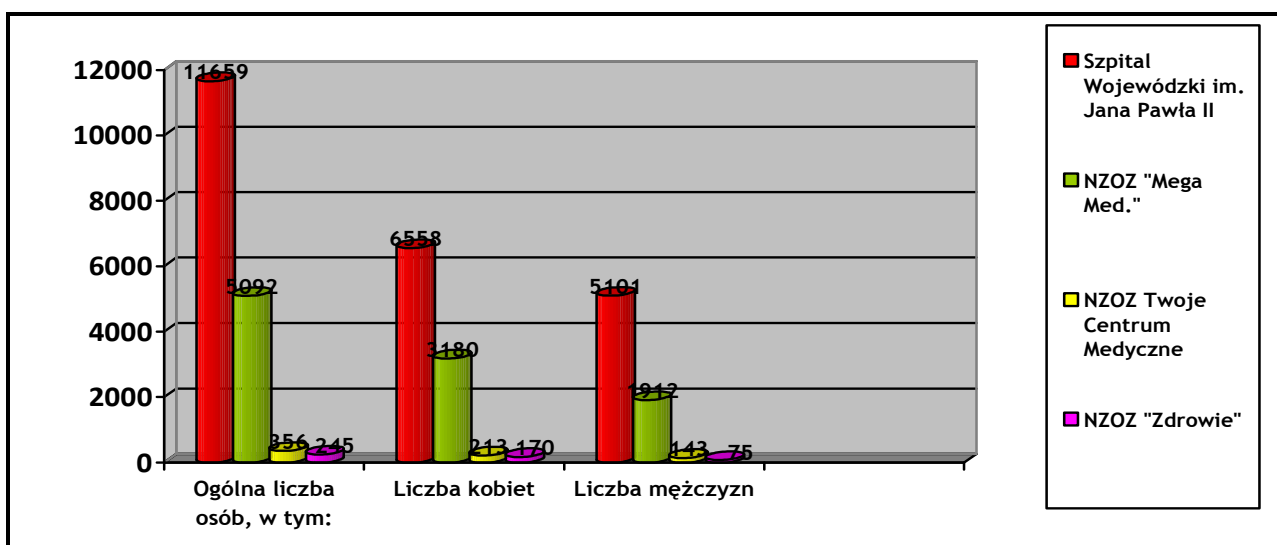


Tabela nr 14 NZOZ „Mega Med”. Poradnie specjalistyczne.

Poradnie do których najczęściej zgłaszali się pacjenci	Liczba osób, które zgłosiły się do lekarzy specjalistów	
	Kobiety	Mężczyźni
Okulistyczna	3180	1912
Chirurgii urazowo - ortopedycznej		
Neurologiczna		
Otolaryngologiczna		
Rehabilitacyjna		
Kardiologiczna		
Diabetologiczna		
Pulmonologiczna		
Urologiczna		

Dane przedstawione w tabelach od nr 11 do nr 14 wskazują, iż wśród osób w wieku poprodukcyjnym korzystających z poradni specjalistycznych przeważają kobiety. Porównując powyższe dane można zauważyć, że poradniami, z których najczęściej korzystali pacjenci są: poradnia chirurgii urazowo - ortopedycznej, okulistyczna, neurologiczna, rehabilitacyjna, kardiologiczna czy urologiczna.

Pozyskane dane pozwalają również na przedstawienie danych statystycznych na wykresie.



Wykres nr 2 Liczba pacjentów w wieku poprodukcyjnym, którzy skorzystali z poradni specjalistycznych w poszczególnych zakładach opieki zdrowotnej.



Tabela nr 15 NZOZ „VITARA”.

Wyszczególnienie	Kobiety	Mężczyźni
Świadczenia zdrowotne udzielane przez pielęgniarki i położne	304	48

Wartym podkreślenia jest fakt, iż do osób w wieku poprodukcyjnym kierowanych jest wiele programów profilaktycznych, które mają na celu wczesne rozpoznanie, zapobieganie i leczenie chorób najczęściej spotykanych u osób w omawianym wieku. Są to min.:

- program profilaktyki chorób serca (pomiar glukozy i cholesterolu, pomiar ciśnienia tętniczego krwi RR, echo serca) - NZOZ „Puls”;
- profilaktyka osteoporozy - NZOZ „Puls” , NZOZ „Medyk”;
- profilaktyka chorób naczyniowych (badanie dopplerowskie) - NZOZ „Puls”, NZOZ „Medyk”;
- profilaktyka gruźlicy - NZOZ „Mega Med”;
- profilaktyka chorób płuc - badania spirometryczne - NZOZ „Puls”;
- profilaktyczne badanie wzroku - NZOZ „Medyk”;
- profilaktyczne badania zatok- NZOZ „Medyk”;
- profilaktyczne badania kręgosłupa - NZOZ „Medyk”;
- profilaktyka - cytologia - NZOZ „Twoje Centrum Medyczne”;
- densytometria - NZOZ „Twoje Centrum Medyczne”;
- profilaktyczne badanie cholesterolu- - NZOZ „Twoje Centrum Medyczne”;
- profilaktyka wczesnego wykrywania prostaty - NZOZ „Twoje Centrum Medyczne”;
- echo serca - NZOZ „Medyk”.

Do osób w wieku poprodukcyjnym skierowane są również szczepienia przeciwko WZW typu A i B, WZW typ B, przeciw grypie i Polio. Ilość osób poddających się iniekcjom nie jest zbyt wysoka.

W 2014 roku uzupełnieniem oferty ZOZ w zakresie szczepień przeciwko grypie będzie przeprowadzenie akcji szczepień skierowanych do mieszkańców w wieku 60 +. Realizacja szczepień planowana jest na miesiąc październik i sfinansowana zostanie z budżetu Miasta Bełchatowa.

Tabela nr 16 Szczepienia wykonywane w poszczególnych placówkach.

Nazwa szczepienia	Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II		NZOZ „Mega Med”		NZOZ „Puls”		NZOZ „Medyk”		NZOZ „Twoje Centrum Medyczne”		NZOZ „Eskulap”	
	K*	M*	K*	M*	K*	M*	K*	M*	K*	M*	K*	M*
WZW A i B	-	-	-	-	2	1	-	-	-	-	-	-
WZW B	3	-	47	34	17	5	9	4	-	-	12	8
Grypa	6	5	72	93	7	7	22	10	26	4	15	10
Polio	-	-	-	-	2	1	-	-	-	-	-	-

* K - kobiety * M - mężczyźni



Opiekę nad pacjentami chorującymi na nieuleczalne, postępujące choroby oferuje Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II w ramach m.in. Oddziału opieki paliatywno -hospicyjnej oraz hospicjum domowego. Oddział opieki paliatywno - hospicyjnej sprawuje wielodyscyplinarną opiekę medyczną, psychologiczną, duchową i społeczną nad chorymi, których schorzenie nie oddziałuje na terapię przyczynową. Opieka ta obejmuje uśmierzanie bólu i innych objawów (leczenie objawowe), łagodzenie cierpień psychicznych, duchowych i socjalnych oraz wspomaganie rodziny chorych w czasie trwania choroby, jak i po śmierci chorego w okresie osierocenia. Celem tych wielokierunkowych działań jest poprawa jakości życia chorych i ich rodzin. Integralną częścią opieki paliatywnej i zapewniającą ciągłość opieki jest domowa opieka paliatywna sprawowana w domu chorego przez zespół interwencyjny świadczący wizyty domowe. W skład zespołu wchodzi lekarz i pielęgniarka z oddziału. Osoby z zespołu udzielają konsultacji i pomocy w prowadzeniu chorych w domu, prowadząc edukację w zakresie praktycznego sprawowania opieki.

W tabeli nr 17 zawarto dane dot. liczby osób w wieku poprodukcyjnym, które w 2013 r. przebywały na Oddziale opieki paliatywno - hospicyjnej oraz liczbę osób objętych opieką hospicjum domowego.

Tabela nr 17 Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II.

Wyszczególnienie	Kobiety	Mężczyźni
Liczba kobiet i mężczyzn przebywających na Oddziale opieki paliatywno - hospicyjnej	124	97
Liczba kobiet i mężczyzn objętych opieką hospicjum domowego	38	46

Zagadnienie lęku i niepokoju w starszym wieku wydaje się być szczególnie ważne dla tej grupy wiekowej. Ta epoka życia stawia człowieka w obliczu wielu trudnych sytuacji i problemów do rozwiązania, których nie można już odkładać na później i odraczać. Sama perspektywa zbliżającego się kresu życia zawiera element zagrożenia, z którym trzeba sobie jakoś poradzić. Różne powody i objawy lęku kumulują się w ciągu życia. Na starość zagrożone mogą zostać wartości, które mają istotne znaczenie dla istnienia człowieka nie tylko samo życie fizyczne, ale także wolność psychiczna. Zagrożenie może dotyczyć także innych wartości, takich jak miłość określonej osoby, prestiż zawodowy, umiłowana praca lub uświadomienie sobie że zostaliśmy sami, nasze dzieci dorosły i już ich przy nas nie ma. Zagrożenie tych wartości może prowadzić do lęków, niepokoju, nadużywania alkoholu, bezradności, poczucia osamotnienia.

Aby przeciwdziałać powyższemu na terenie Miasta Bełchatowa funkcjonują instytucje, które potrafią zmierzyć się z tymi problemami.



Koordinacja działań w zakresie profilaktyki, leczenia i rehabilitacji osób z problemami natury psychicznej stanowi podstawę wypracowania programów pomocnych w codziennej pracy z osobami uzależnionymi i zaburzonymi oraz ich rodzinami. Takie działania na terenie Miasta Bełchatowa prowadzi m.in. Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II, NZOZ „WOLMED” oraz Stowarzyszenie Abstynenckie Klub Wzajemnej Pomocy „Przyjaciel”.

Szpital Wojewódzki im. Jana Pawła II mając na uwadze dobro osób zmagających się z problemami natury psychicznej świadczy swoje usługi w zakresie Poradni Zdrowia Psychicznego. Zakres prowadzonych świadczeń obejmuje diagnostykę i leczenie pacjentów z zaburzeniami psychicznymi (nie kwalifikujących się do leczenia szpitalnego), jak również ustalanie wskazań do leczenia szpitalnego, czy kontynuację leczenia po zakończonej hospitalizacji. Z usług Poradni w roku 2013 skorzystały 622 osoby w wieku poprodukcyjnym, w tym 445 kobiet po 60 r. ż. i 177 mężczyzn po 65 r. ż. Najczęstsze powody wizyt pacjentów to m.in. depresje i zaburzenia lękowe.

Ponadto w ramach Ośrodka Terapii Uzależnień od Alkoholu Szpital prowadzi działania służące zachowaniu trzeźwości, przywracaniu do życia w trzeźwości i poprawie zdrowia psychicznego pacjentów. Do zadań Ośrodka należy udzielanie osobom powyżej 18 roku życia świadczeń zdrowotnych obejmujących m.in:

- diagnozowanie zaburzeń spowodowanych spożywaniem alkoholu lub używaniem innych substancji psychoaktywnych oraz zaburzeń nawyków i popędów;
- realizację programów psychoterapii dla osób uzależnionych od alkoholu, uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych oraz dla osób z zaburzeniami nawyków i popędów;
- udzielanie indywidualnych świadczeń zapobiegawczo-leczniczych dla pozostających w programie terapii osób uzależnionych od alkoholu, uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych oraz dla osób z zaburzeniami nawyków i popędów;
- prowadzenie działań konsultacyjno-edukacyjnych dla członków rodzin dotkniętych następstwami spożywania alkoholu lub używania innych substancji psychoaktywnych oraz osób z zaburzeniami nawyków i popędów;
- przygotowanie pacjenta do kontynuowania terapii w poradni uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia.

Z informacji uzyskanych ze Szpitala Wojewódzkiego im. Jana Pawła II wynika, że w roku 2013 dwie osoby znajdujące się w wieku poprodukcyjnym (1 kobieta po 60 r. ż. oraz 1 mężczyzna po 65 r. ż. zgłosiły się z problemem alkoholowym do Ośrodka. Kobięcie udzielono 8 porad, natomiast mężczyźni 16 porad w/w zakresie .

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej WOLMED - Poradnia Zdrowia Psychicznego - pomaga ludziom w leczeniu wszelkiego rodzaju występujących zaburzeń psychicznych. Z pomocy oferowanej przez Poradnię w 2013 korzystało 1196 osób, w tym 158 kobiet po 60 roku życia oraz 30 mężczyzn po 65 roku życia. Osoby te leczyły się najczęściej z powodu organicznych zaburzeń afektywnych, epizodów depresyjnych i depresji nawracających.



Poradnia prowadzi wiele działań profilaktycznych skierowanych do wszystkich zainteresowanych, w tym także do osób z w/w kategorii wiekowej. Są to m.in.: Dni Walki z Depresją, Dni otwarte dla Osób z Zaburzeniami Pamięci i Chorobą Alzheimera.

Stowarzyszenie Abstynenckie Klub Wzajemnej Pomocy „Przyjaciel” - pomaga ludziom uzależnionym wyleczyć się z nałogu. Wspiera także rodziny osób uzależnionych (osoby współuzależnione). Z pomieszczeń klubu korzysta 7 grup AA, 2 grupy Al- Anon, 4 grupy terapeutyczne, grupa dla dzieci z rodzin alkoholowych Al -Atin, grupa dla dorosłych dzieci alkoholików DDA oraz grupa dla anonimowych hazardzistów.

Z pomocy oferowanej przez w/w Klub w 2013 roku skorzystało:

- w ramach grupy samopomocowej: AA i Al Anon (10 kobiet po 60 r. ż. oraz 30 mężczyzn po 65 r.ż.);
- w ramach grupy terapeutycznej: (7 kobiet po 60 r. ż. oraz 15 mężczyzn po 65 r. ż.).

Ważnym czynnikiem wpływającym na poprawę stanu zdrowia, zachowanie sprawności ciała i duszy, pozytywną samoocenę, zapobieganie poczuciu pustki i udrękom osamotnienia jest zagospodarowanie czasu wolnego. Owe zagospodarowanie grupuje się najczęściej wokół zaspokajania różnego rodzaju zainteresowań. Tendencja ta sprzyja wszystkim rodzajom aktywności z zakresu wypoczynku, sportu czy rekreacji. Wywoływane są zwykle przez potrzeby, aspiracje i zainteresowania danej osoby, lecz utrwalenie zaangażowań w wybranych rodzajach aktywności wymaga ich ciągłego pobudzania i wzmacniania. Człowiek starszy, świadomy, iż jego zaangażowania stanowią „eliksir młodości”, że wywierają wielki wpływ na dobrą formę psychofizyczną - na wygląd, zachowanie się - powinien chętnie podejmować pracę nad sobą w tym zakresie. Czuwać nad przyswojeniem nawyków aktywności, nad ciągłym odświeżaniem określonych zainteresowań. Póki trwa zaangażowanie w tych czy innych rodzajach aktywności, trwa „młodość w starości”.

Jedną z wspomnianych wyżej aktywności może być aktywność tzw. „klubowa” przejawiająca się poprzez uczęszczanie do różnych klubów seniora czy Uniwersytetu III Wieku w celu zaspokajaniu potrzeb kulturalnych, naukowych, towarzyskich czy krajoznawczych i turystycznych.

Na terenie Miasta Bełchatowa działa wiele instytucji, klubów, organizacji, w tym zrzeszających w swoich gronach osoby w wieku poprodukcyjnym. Wśród nich są podmioty otrzymujące wsparcie od miasta, szczególnie w formie dotacji na prowadzenie zadań publicznych. Poprzez swoje działanie uzupełniają one ofertę kulturalno-oświatową, społeczną jak i światopoglądową, naukową i zdrowotną.

Należą do nich m.in.:

Sercańska Akademia Seniora działająca przy Rzymskokatolickiej Parafii N.M.P. Matki Kościoła i Św. Barbary w Bełchatowie to propozycja spotkań ogólnorozwojowych i profilaktycznych dla mieszkańców miasta w wieku emerytalnym i dla rencistów. W spotkaniach Akademii w ubiegłym roku uczestniczyły 42 osoby. Głównym celem spotkań było uświadomienie osobom w starszym wieku znaczenia profilaktyki i kształtowania nawyków zdrowego stylu życia. Akademia funkcjonuje od 2012 roku, zajęcia w ramach projektu organizowane są cyklicznie. Seniorzy w trakcie spotkań zapoznają się z różnymi formami aktywności prozdrowotnej uczestniczą m.in. w zajęciach gimnastyki korekcyjno - kompensacyjnej,



gimnastyki na basenie, informatyki, zajęciach wykładowych głównie turystyczno - krajoznawczych, ale i również psychologicznych i prozdrowotnych.

W poszczególnych grupach zajęciowych brało udział:

- ✓ w zajęciach gimnastyki korekcyjno - kompensacyjnej - 35 osób;
- ✓ w zajęciach gimnastyki na basenie - 35 osób;
- ✓ w zajęciach informatyki - dwie grupy po 15 osób;
- ✓ w zajęciach warsztatowych, wykładach - od 25 do 35 osób;
- ✓ w wyjazdach pielgrzymkowo - turystycznych - 45 osób.

Zajęcia z gimnastyki korekcyjno - kompensacyjnej oraz gimnastyki na basenie pozwoliły seniorom utrzymać dobry stan zdrowia, zaś zajęcia o tematyce psychologicznej - warsztaty wpłynęły na poprawę kondycji psychicznej, zwiększenie poczucia pewności siebie, potrzebę utrzymywania kontaktów towarzyskich. Wykłady o charakterze profilaktycznym pogłębiły wiedzę na temat zapobiegania chorobom związanym z wiekiem - osteoporozy, cukrzycy, otyłości, chorobom układu krążenia. Tematyka zajęć wynikała zawsze ze zgłaszanych przez seniorów potrzeb. Zajęcia z informatyki umożliwiły natomiast zainteresowanym poznać zalety dostępu do internetu.

Uczestnicy Akademii spotykali się nie tylko podczas zajęć, ale także poza nimi. Spędzali razem swój wolny czas oraz organizowali okazjonalne spotkania. Chętnie również brali udział w wyjazdach pielgrzymkowo - turystycznych. Ponadto w 2013 roku nawiązano merytoryczne kontakty z Uniwersytetem III Wieku w Bełchatowie, polegające na wspólnym organizowaniu spotkań oraz uroczystości. Dzięki tej współpracy seniorzy z Sercańskiej Akademii Seniora mieli możliwość wspólnego uczestniczenia w seansach filmowych Kina Seniora oraz wyjazdach organizowanych w ramach sekcji turystycznej Uniwersytetu. Wszystkie proponowane seniorom w ramach Akademii zajęcia są okazją nie tylko do pogłębienia lub zdobycia nowej wiedzy, ale także do nawiązania nowych przyjaźni i rozszerzenia kontaktów towarzyskich. Dodatkowo w tym miejscu należy zaznaczyć, że zapisy do Akademii prowadzone są od września. Szczegółowe informacje w tym zakresie pojawiają się w ogłoszeniach parafialnych, na stronie internetowej Parafii oraz w Domu Parafialnym Parafii NMP Matki Kościoła i Św. Barbary w Bełchatowie.

Sercańska Akademia Seniora to zadanie realizowane w ramach otwartego konkursu ofert.

Ośrodek Wsparcia Rodziny działający przy Rzymskokatolickiej Parafii Zestania Ducha Świętego w Bełchatowie funkcjonuje od 2007 roku. Dla osób starszych oferuje wsparcie psychologa, psychoterapeuty oraz duchownego. Seniorom w ramach zagospodarowania czasu wolnego w Ośrodku proponuje się wspólne oglądanie filmów, naukę gry w szachy, zajęcia rozwijające zdolności manualne oraz organizuje się spotkania okolicznościowe. Ośrodek w miarę możliwości zapewnia również seniorom pomoc materialną poprzez możliwość skorzystania z magazynu odzieży używanej znajdującej się w Ośrodku oraz przekazuje, w zależności od potrzeb, pozyskane od darczyńców artykuły spożywcze czy gospodarstwa domowego. W roku 2013 z oferty Ośrodka korzystało ok. 20 osób starszych.

Ośrodek Wsparcia Rodziny to zadanie realizowane w ramach otwartego konkursu ofert.



Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów w roku 2013 zrzeszał 300 osób i działał na rzecz ochrony zdrowia osób starszych i niepełnosprawnych. W ramach zadań z zakresu ochrony zdrowia członkowie Związku wyjechali na turnus rehabilitacyjno - wypoczynkowy do ośrodka „Sztorm” w Rewalu. Z turnusu skorzystało 39 osób. Osoby te podczas wyjazdu wspólnie się integrowali, korzystali z rehabilitacji, co w widoczny sposób wpłynęło na poprawę ich zdrowia fizycznego i psychicznego. W 2013 roku Związek zorganizował również spotkanie okazjonalne, tj. Dzień Kobiet, które odbyło się w kawiarni „Magia”, podczas którego Panie recytowały poezję Wisławy Szymborskiej.

Polski Związek Niewidomych - Koło Terenowe w Bełchatowie prowadzi działalność, która ma na celu przewyciężanie trudnych sytuacji życiowych osób niewidomych i słabo widzących. Organizacja pełni dyżury 2 razy w tygodniu we wtorki i czwartki. W 2013 roku Związek zrzeszał 82 osoby, w tym 19 kobiet po 60 r. ż. i 17 mężczyzn po 65 r. ż. W 2013 r. Koło organizowało grupy wsparcia i spotkania biblioteczne. Czterdziestoosobowa grupa chętnych osób (25 niewidomych i 15 opiekunów) miała również okazję uczestniczyć w jednodniowej, integracyjnej wycieczce do Łęczycy i Tumu. Grupa oprowadzana przez przewodnika zapoznała się z historią i kulturą Łęczycy. Osoby niewidome i niedowidzące uczestniczące w wycieczce zwiększyły swoje umiejętności integracyjne i adaptacyjne. W trakcie wycieczki instruktor orientacji przestrzennej instruował osoby niewidome oraz ich opiekunów w zakresie poruszania się, prowadzenia i porozumiewania się z osobą niewidomą, czy pokonywania barier architektonicznych. W roku 2013 odbyło się również szkolenie z zakresu orientacji przestrzennej i z gospodarstwa domowego. W szkoleniu z orientacji przestrzennej uczestniczyło 6 osób niewidomych oraz 6 opiekunów i obejmowało instruktora i ćwiczenia schodzenia i wchodzenia po schodach z przewodnikiem i białą laską, poruszanie się po budynku oraz w terenie miejskim. Szkolenie z zakresu gospodarstwa domowego połączone zostało z przygotowaniem i obchodami Dnia Osób Niewidomych, w którym udział wzięło łącznie 30 osób niewidomych i niedowidzących i 4 opiekunów. Uczestnicy zapoznali się z obsługą sprzętu gospodarstwa domowego. Szkolenia z zakresu orientacji przestrzennej i gospodarstwa domowego poprawiły umiejętności samoobsługi oraz samodzielnego poruszania się i orientacji w przestrzeni wcześniej nieznannej. Sprawily u osób niewidomych i niedowidzących zwiększenie wiary we własne siły i możliwości.

Bełchatowskie Stowarzyszenie „Amazonki” zrzesza 32 kobiety po 60 roku życia. W 2013 r. „Amazonki” uczestniczyły w spotkaniach integracyjnych oraz spotkaniach okolicznościowych. Trzy kobiety wzięły udział w XIX Ogólnopolskiej Spartakiadzie w Szczecinku przez co miały możliwość uczestniczenia w zajęciach rehabilitacyjnych i sportowo - rekreacyjnych, wymiany doświadczeń oraz integracji z innymi „Amazonkami” z naszego województwa. W maju siedem „Amazonek” wzięło udział w akcji profilaktycznej pn. „Dzień serca”, a w czerwcu po raz kolejny włączyło się w organizację Festynu profilaktycznego pn. „Zdrowa Niedziela”. We wrześniu odbyła się wycieczka do Brennej, w której udział wzięło ok. 38 osób, w październiku odbył się wyjazd do Częstochowy (udział wzięło ok. 30 osób) i do teatru do Łodzi (udział wzięło ok. 40 osób). Przez cały rok raz w tygodniu ok. 20 członkiń Stowarzyszenia uczęszczało również na basen i zajęcia rehabilitacyjne. Ponadto wśród młodzieży niektórych szkół gimnazjalnych Stowarzyszenie zorganizowało szkolenia i prelekcje, podczas których zaprezentowano



m.in. naukę samobadania piersi w zakresie wczesnego wykrywania raka piersi, rozdawano ulotki informacyjne. W prelekcjach uczestniczyło ok. 120 uczniów. W listopadzie odbyła się również prelekcja specjalisty doktora nauk medycznych na temat leczenia obrzęku limfatycznego, udział wzięły 32 członkinie. Prelekcja pozwoliła pogłębić wiadomości na temat choroby nowotworowej i sposobu walki z nią oraz radzenia sobie ze stresem.

Stowarzyszenie Przyjaciół Bełchatowa powstało w 1991 roku i jest organizacją skupiającą sympatyków Miasta Bełchatowa. Należą do niego osoby w różnym wieku, o różnorodnych zainteresowaniach. Ich wspólnym celem jest szeroko rozumiana działalność społeczna na rzecz miasta. Do najważniejszych zadań Stowarzyszenia należą: aktywne uczestniczenie w życiu społecznym, kulturalnym, gospodarczym miasta i regionu, kultywowanie pamięci o wydarzeniach, osobach ważnych dla historii miasta i regionu. W roku 2013 Stowarzyszenie zrzeszało ok. 1400 członków, w tym około 50-60 osób w wieku poprodukcyjnym. Stowarzyszenie corocznie organizuje kwestę na bełchatowskich cmentarzach w celu uzyskania środków na remont zabytkowych nagrobków. Prowadzi również działalność wydawniczą popularyzując historię i tradycję miasta - biuletyny jak również książki i albumy.

Miejskie Centrum Kultury w swojej szerokiej ofercie przedstawia wiele propozycji dla starszych osób. Aktywizacja seniorów poprzez prowadzenie działań skierowanych do tej grupy wiekowej stanowi niezwykle istotną część działalności Miejskiego Centrum Kultury. Działania te obejmują prowadzenie Uniwersytetu III Wieku, Klubów Seniora, a także organizację kół artystycznych. Wszystkie te formy cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem, a jednocześnie seniorzy korzystający z tej oferty chętnie także uczestniczą w koncertach, spektaklach teatralnych, spotkaniach Klubu Podróżnika czy wystawach organizowanych przez MCK.

W ramach prowadzonego **Uniwersytetu III Wieku** Miejskie Centrum Kultury oferuje od 2012 r. bogatą ofertę zajęć. Słuchaczem Uniwersytetu może zostać każda osoba, która jest na emeryturze lub na rencie, bez względu na wiek i poziom wykształcenia oraz osoba w wieku 55+ nie pracująca zawodowo, jeśli min. zapisze się przed rozpoczęciem roku akademickiego i spełni warunki określone w regulaminie UTW. Zapisy odbywają się co roku we wrześniu i deklaracja uczestnictwa jest ważna do końca danego roku akademickiego. Frekwencja słuchaczy z roku na rok rośnie, w 2013 roku w zajęciach uniwersytetu uczestniczyły 184 osoby.

Program Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Bełchatowie budowany jest w oparciu o zapotrzebowanie słuchaczy. Bogata oferta programowa ma na celu włączenie emerytów i rencistów do systemu kształcenia ustawicznego. Aktywizacja intelektualna, psychiczna i fizyczna wprowadza osoby starsze w nowy, a zarazem pełen wyzwań okres jesieni życia. Dlatego też bełchatowski UTW wychodzi naprzeciw słuchaczom, proponując ciekawą ofertę zajęć i wykładów.

Słuchacze mogą skorzystać z zajęć informatyki, psychologii, nauki języków obcych, rozwinąć swoją pasję podróżnika w sekcji turystycznej czy pośpiewać w chórze UTW. W trosce o sprawność fizyczną zaproponowano basen, gimnastykę korekcyjną, jogę, taniec czy pilates. Słuchacze Uniwersytetu biorą także udział w wykładach o szerokiej tematyce. Dotyczą one zagadnień z dziedziny zdrowia, historii,



kultury czy socjologii. W 2013 r. były to wykłady o następującej tematyce: „Kulturowe konteksty ciała człowieka”, „Wywiad we współczesnym świecie”, „ZASADY DZIEDZICZENIA czyli wszystko o spadkach, testamentach, darowiznach”, „Jak oswoić się z upływem czasu”, „Genom człowieka - nadzieje i obawy”, „Bezpieczeństwo Energetyczne Polski”, „Sposoby radzenia sobie ze stresem, techniki relaksacyjne”, „Wolontariat seniorów”, czy „Kobieta w kulturze”.

Z myślą o słuchaczach przygotowywane były także specjalne kursy i warsztaty. Wszystkie te formy aktywności są formą samorealizacji seniorów. Członkowie UTW brali też udział w różnych projektach.

W roku 2013 w ramach uniwersytetu prowadzono następujące sekcje:

- ✓ **Sekcja języka angielskiego** - liczy 4 grupy. Średnio w każdej grupie jest ok. 10 osób. Słuchacze chętnie korzystają z zajęć językowych. Zajęcia mają formę lektoratu praktycznego. Program nauczania ma za zadanie by słuchacz w szybkim czasie nabył umiejętność podstawowej komunikacji w języku angielskim;
- ✓ **Sekcja pilatesu** - liczy 2 grupy po ok. 25 osób. Pilates jest to system ćwiczeń, którego celem jest rozciągnięcie i uelastycznienie wszystkich mięśni ciała. System pilates to połączenie jogi, baletu i ćwiczeń izometrycznych;
- ✓ **Sekcja taneczna** - liczy 1 grupę, do której należy 15 osób. Głównym celem tej grupy jest nabycie umiejętności tanecznych z zakresu tańca towarzyskiego. Ważne jest również wyrażanie emocji przez taniec oraz nauka ruchu scenicznego;
- ✓ **Gimnastyka korekcyjna** - liczy 2 grupy. Uczestniczy w niej ok. 60 osób. Zadaniem gimnastyki w wieku starszym jest podnoszenie stanu zdrowia, zachowanie sprawności fizycznej i ogólnej aktywności życiowej oraz wyhamowywanie procesów inwolucyjnych.
Racjonalne stosowanie ćwiczeń fizycznych w wieku starszym skutecznie przeciwdziała procesom starzenia się oraz umożliwia podtrzymywanie sprawności ruchowej, tak niezbędnej w wieku podeszłym w życiu codziennym, co także wywiera korzystny wpływ na sferę psychiczną.
Gimnastyka korekcyjna to jedna z najliczniejszych sekcji;
- ✓ **Zajęcia na basenie** - liczą 2 grupy, w której uczestniczy średnio 60 osób. Zajęcia odbywają się w Powiatowym Centrum Sportu w Bełchatowie i cieszą się ogromnym powodzeniem. Oprócz nauki pływania słuchacze pod okiem instruktorów uczestniczą w zajęciach aerobiku wodnego oraz rehabilitacji wodnej;
- ✓ **Sekcje psychologiczne** - liczy 2 grupy. Cieszy się dużym zainteresowaniem, gdyż rozwój osobisty jest bardzo ważnym elementem życia osób w wieku 55+. Poza warsztatami, których celem jest poznawanie siebie i dystansowanie się do świata, do przemijania czy do starości prowadzone są również prelekcje, prezentacje multimedialne dotyczące ciekawych tematów związanych z psychologią;
- ✓ **JOGA** - liczy 1 grupę ok. 15 osób. Joga pozwala zwolnić tempo negatywnych zmian, a czasami nawet zdecydowanie poprawić kondycję osób starszych. Joga pozwala cieszyć się zdrowiem. Ruch powolny i stateczny jaki odbywa się w jodze jest wskazany dla osób starszych;



- ✓ **Chór Pasjonata** - liczy 1 grupę ok. 20 osób. Grupa ta dba o oprawę wokalną na większości organizowanych przez UTW uroczystości. Chór reprezentuje Uniwersytet na zewnątrz, biorąc udział w miejskich uroczystościach, ale również na spotkaniach innych Uniwersytetów Trzeciego Wieku;
- ✓ **Sekcja turystyczna** - liczy 1 grupę. Liczebność sekcji zmieniała się od grupy około 20 osobowej do ponad 120 obecnie. Sekcja turystyczna UTW działa od początku jego istnienia Uniwersytetu. Formy działania są różnorodne: wykłady, pokazy slajdów, filmy podróżnicze oraz wycieczki. Tematyka wykładów dotyczy głównie atrakcji turystycznych różnych regionów Polski, Europy i świata. Słuchacze poznają i recenzują prasę, filmy i literaturę podróżniczą, przewodniki, książki, reportaże, foldery. Wykłady ilustrowane są pokazami slajdów wykonywanych przez uczestników tych eskapad. Również sami słuchacze włączają się we współprowadzenie wykładów prezentując swoje podróżnicze fascynacje.
Zapraszani są ciekawi ludzie podróżnicy, którzy opowiadają o swoich podróżach. Ostatnio kolejny raz goszczono mężczyznę, który podróżując autostopem zwiedził ponad 120 krajów. O swojej pieszej pielgrzymce do Santiago Compostela opowiadały również 2 bełchatowianki.
Członkowie UTW brali udział w krajowych targach turystycznych w Łodzi. Byli również na Światowych Targach Turystycznych w Berlinie. Podczas wycieczek poznali swój region i kraj. Odbywali także cykliczne wycieczki do Łodzi. Były to wycieczki tematyczne: Łódź Filmowa, Śladami Tuwima, Śladami „Ziemi Obiecanej”, Łódź Żydowska, Łódź miastem 4 kultur, pałace i wille łódzkich fabrykantów itp. Wycieczki regionalne: śladami Władysława Reymonta”, Arboretum w Rogowie, po ziemi piotrkowskiej i tomaszowskiej. Wycieczki w bardziej odległe zakątki krajowe to wycieczki do: Zakopanego, Wrocławia, Warszawy, Krakowa, Torunia, Rzeszowa, Przemyśla i Zamościa.
W ramach cyklu słuchacze poznali kraje naszych sąsiadów. Zwiedzili: Wilno, Lwów, Berlin, Drezno, Pragę, Karlowe Wary, Marcińskie Łąźnie wraz z okolicznymi zamkami. Odbyły się również liczne wyjazdy do teatrów: w Łodzi, Częstochowie, Warszawie oraz na Festiwal kultury żydowskiej” w Krakowie i „Wileńskie Kaziuki”. Organizowane były również wyjazdy rekreacyjne do miejscowości uzdrowiskowych posiadających atrakcyjne termy: Białka Tatrzańska, Bukowina Tatrzańska, Biały Dunajec - Szaflary, Uniejów.
Członkowie UTW uczestniczyli również w licznych wydarzeniach kulturalnych organizowanych w Bełchatowie przez MCK lub inne instytucje. Współpracują ze Społeczną Akademią Nauk i Sercańską Akademią Seniora w Bełchatowie. W celu podtrzymania niezbędnej do pokonywania trudów podróżniczych, część słuchaczy oprócz planowych zajęć gimnastycznych i basenu organizowało wycieczki rowerowe i piesze typu „Nordic Walking” do ciekawych miejsc w obrębie miasta Bełchatowa i powiatu bełchatowskiego.

Uniwersytet III Wieku cały czas się rozwija i jest otwarty na nowe inicjatywy i wyzwania. Stąd też wymiana z grupą słuchaczy UTW z Piotrkowa Trybunalskiego. Nowe kontakty, wymiana doświadczeń z innymi placówkami skierowanymi do osób 50+, międzypokoleniowe inicjatywy są dla Bełchatowskiego



Uniwersytetu nowym kierunkiem rozwoju . W ramach tej idei w grudniu 2013 r. goszczono seniorki z Łowicza, które zaprezentowały swój bogaty folklor.

Jak można zauważyć, zajęcia organizowane przez Uniwersytet III Wieku stwarzają okazję nie tylko do pogłębienia lub zdobycia nowej wiedzy, ale także do nawiązania nowych przyjaźni i rozwinięcia kontaktów towarzyskich. Członkowie uniwersytetu tworzą społeczność, która spotyka się nie tylko podczas zajęć, ale także poza nimi.

W Bełchatowie osoby w wieku emerytalnym mogły skorzystać również z oferty Pracowni oraz Klubów działających zarówno w Miejskim Centrum Kultury jak i w siedzibie Zespołu Szkolno - Przedszkolnego nr 9.

Poniżej przedstawiono ofertę każdego z nich.

Pracownia Mozaiki - działa w Miejskim Centrum Kultury w Bełchatowie i przyciąga swoją ofertą także osoby w wieku poprodukcyjnym. W okresie od stycznia do grudnia 2013 r. na zajęcia uczęszczało 7 kobiet, w tym 3 kobiety po 60 r. ż. Zajęcia odbywają się w środy w MCK oddział „Gwarek”. W ciągu roku odbyły się 42 czterogodzinne spotkania. Celem zajęć było zachęcanie do twórczego spędzania wolnego czasu oraz zapoznanie się z ciekawą techniką dekoratorską. Uczestniczki wykonały wiele dekoracyjnych oraz użytkowych prac m.in.: obrazy, blaty stołów oraz oryginalne podkładki pod naczynia.

Klub Strefa Kobiet - to Klub, który powstał w 2007 roku z myślą właśnie o kobietach. Zajęcia odbywają się w czwartki w MCK „Gwarek” w Bełchatowie. Klub zrzesza 20 pań (2 po 60 roku życia), które poprzez uczestnictwo w zajęciach chcą się rozwijać, odkrywać swój potencjał twórczy i uczestniczyć w życiu kulturalnym. Strefa Kobiet ma za zadanie dotrzeć przede wszystkim do kobiet, które szukają swego celu i miejsca w życiu, a także do Pań, które w sposób konstruktywny chcą spędzić swój wolny czas. W programie zajęć znajdowały się różnorodne zajęcia m.in. artystyczne (decoupage, filcowanie, scrapbooking, witraże), warsztaty rozwojowe i relaksacyjne, warsztaty wizażu i stylizacji, wieczorki poetyckie i śpiewane sesje zdjęciowe, spotkania integracyjne. W roku 2013 odbył się również VI Festiwal Kobiecości.

Klub Rękodziela Artystycznego działający od 22 lat w Miejskim Centrum Kultury w Bełchatowie zrzesza wiele kobiet w wieku poprodukcyjnym. W okresie od stycznia do grudnia 2013 r. do Klubu uczęszczało 25 kobiet, w tym 19 po 60 roku życia. W ciągu roku odbyło się 40 cotygodniowych trzygodzinnych spotkań. Zajęcia odbywały się w poniedziałki w MCK oddział „Gwarek”. Celem zajęć było upowszechnianie tradycyjnych technik rękodzielniczych tj. koronkarstwa, hafciarstwa czy tkactwa oraz propagowanie nowych technik, zyskujących na popularności. Zajęcia te miały na celu zachęcanie do rozwijania zainteresowań i twórczego spędzania wolnego czasu.

Uczestniczki w czasie zajęć wykonały wiele przedmiotów artystycznych i użytkowych w różnych technikach:



- techniką quillingu wykonały ozdoby świąteczne,
- techniką koronki szydełkowej wykonały serwety, bieżniki, dekoracyjną garderobę oraz drobne elementy nawiązujące swą formą do tradycyjnych świąt,
- techniką beading wykonały komplety biżuterii - korale i bransolety oraz kolczyki,
- techniką papierowej wikliny wyplatały choinki i zdobiły różnymi elementami.

Uczestniczki Klubu Rękodziela Artystycznego prowadziły warsztaty quillingu na Jarmarku Wielkanocnym oraz prezentowały swoją twórczość podczas Dni Otwartych MCK.

Klub Przyjaciół Znaczka Poczтового w okresie od stycznia do grudnia 2013r. zrzeszał 19 mężczyzn w wieku poprodukcyjnym. Spotkania Klubu odbywały się w trzecią środę miesiąca przez cały rok. Klub filatelistyczny organizuje wystawy zbiorów oraz wydaje karty okolicznościowe.

Klub seniora „Bajeczka” działa przy Miejskim Centrum Kultury ponad 20 lat. Wśród członków grupy 59 osób to osoby w wieku poprodukcyjnym, w tym 36 kobiet i 23 mężczyzn. Członkowie Klubu w 2013 r. spotykali się raz w tygodniu przy herbacie, kawie, ciastkach. Spędzając razem czas, rozwijali zainteresowania zyskując nowych przyjaciół. Seniorzy organizowali wycieczki krajoznawcze, wyjazdy na basen, na grzyby i na grilla. W 2013 r. wypoczywali w Dąbkach. Uczestniczyli w organizowanej przez Starostwo Powiatowe akcji „Sprzątanie Świata” oraz w spotkaniu edukacyjnym w szkółce leśnej w Borowinach. Atutem spotkań w ramach Klubu seniora była możliwość spotkania się, zwłaszcza wtedy, kiedy samotność jest szczególnie uciążliwa. Członkowie w roku 2013 zorganizowali również spotkania okolicznościowe, czasem imprezy taneczne. Członkowie Klubu uczestniczyli również w życiu kulturalnym, chodząc na koncerty, do kina lub teatru. Spotkania członków klubu stanowią źródło niewyczerpanych inspiracji, pole wymiany doświadczeń i poglądów.

Klub Seniora „Barwy jesieni” w 2013 r. do Klubu należało 46 osób w wieku poprodukcyjnym, w tym 36 kobiet i 10 mężczyzn. Klubowicze spotykali się 1 raz w tygodniu we wtorki w MCK w Bełchatowie. Uczestnicy Klubu rozmawiali o swoich problemach, śpiewali piosenki i recytowali wiersze. Kulturowali tradycję świąt polskich, organizując zabawy i imprezy okolicznościowe oraz wycieczki. W 2013 r. byli na Grobli i we Wsi Szczercowskiej na całodniowym pobycie połączone z ogniskiem.

Klub seniora „Grocholice” w roku 2013 zrzeszał 22 kobiety po 60 r.ż. Spotkania Klubu seniora odbywały się raz w tygodniu w poniedziałki. Raz w miesiącu w ramach tych spotkań odbywały się zajęcia warsztatowe, na których panie robiły unikatowe prace artystyczne. W roku 2013 na spotkaniach klubowych odbywały się spotkania okolicznościowe z udziałem dzieci zarówno ze Szkoły Podstawowej nr 5 jak i Przedszkola Samorządowego nr 8 w Bełchatowie. Dzieci występowały z przedstawieniami z okazji Dnia Babci, Dnia Wiosny, Dnia seniora. W Klubie organizowane były również wycieczki turystyczno-integracyjne i spotkania plenerowe. W roku 2013 Klub brał udział w konkursie plastycznym na „Palmę Wielkanocną” organizowanym przez MCK.



Klub seniora „Energetyk” - w roku 2013 zrzeszał ogólnie 228 osób, w tym 125 kobiet po 60 r. ż. oraz 70 mężczyzn po 65 r.ż. Spotkania integracyjne odbywały się dwa razy w miesiącu w piątki. W każdy wtorek miesiąca miały miejsce wyjazdy do Kleszczowa na basen i do komory solnej. Odbyły się dwa wyjazdy do Uniejowa na termy, wyjazd do Ustronia Morskiego oraz do Krynicy Morskiej do ośrodka rehabilitacyjnego z zabiegami. Ponadto w roku 2013 zorganizowane zostały wycieczki krajoznawcze w Bieszczady, na Majorkę oraz do Chorwacji. Klubowicze zgłębiali również województwo Łódzkie poprzez zorganizowanie powitania lata w Napoleonowie i pożegnania lata w miejscowości Malutkie koło Radomska. W okresie letnim organizowano również spotkania przy grillu, czytano wiersze napisane przez Klubowiczów, wystawiono także prace artystyczne Klubowiczów na festynie z okazji Dnia Energetyka.

Klub Seniora „Sami Swoi” - istnieje od 2002 roku. Początkowo siedzibą Klubu był oddział MCK „Gwarek”. W chwili obecnej Klubowicze spotykają się w każdą środę w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 9 w Bełchatowie. Klub 2013 roku liczył 42 członków, w tym 32 kobiety i 10 mężczyzn. Na cotygodniowych spotkaniach zawsze panuje miła atmosfera. Seniorzy „Samych Swoich” umilają sobie czas śpiewając. Letnie dni są okazją do wspólnych wyjść na basen oraz wyjazdów na wycieczki krajoznawcze. Klubowicze spotykają się też na wspólnych ogniskach i wyjściach do lasu. Życie Klubu uatrakcyjniają imprezy okolicznościowe oraz organizowane wieczorki taneczne.

Klub Seniora „Nie ma mocnych” - istnieje od 2007 roku. W 2013 rok należało do niego 35 członków, w tym 28 kobiet i 7 mężczyzn. Seniorzy spotykają się regularnie w każdy czwartek w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 9. Podobnie jak Klub „Sami Swoi” wcześniejszą siedzibą Klubu był oddział MCK Gwarek. Czwartkowym spotkaniom zawsze przyświeca miła atmosfera. Seniorzy aktywnie uczestniczą w życiu kulturalnym, chętnie wyjeżdżają do kina i teatru. Przynajmniej raz w miesiącu organizowane są wieczorki taneczne z udziałem zespołu. Nie brak także spotkań okolicznościowych. Przynależność do Klubu daje seniorom także szansę wyjazdów na wycieczki turystyczne i wczasy.

Filmowy Klub Seniora - to cykl comiesięcznych projekcji filmowych przeznaczonych dla dojrzałych odbiorców żywo zainteresowanych sztuką filmową. W ramach cyklu pokazywane są wielkie i uznane dzieła oraz filmy, które nie zyskały rozgłosu jednak pod różnymi względami zainteresować mogą np. studentów Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Niewysoka cena biletu ma na celu umożliwienie uczestnictwa w kulturze i miłe spędzenie czasu dużej grupie widzów w wieku emerytalnym.

W roku 2013 w Filmowym Klubie Seniora widzowie mogli zobaczyć następujące filmy: „Dwoje do poprawki”, „Piąta pora roku”, „Zamieszkajmy razem”, „Niebo w gębie”, „Mój rower”, „Kwartet”, „Kobiety z 6. piętra”, „Oszukane”, „Wielkie wesele”, „Wałęsa. człowiek nadziei”, „Układ Zamknięty”, „Wielki Gatsby”. Filmy te obejrzało w sumie: 1.270 widzów.

Polski Związek Działkowców Okręgowy Zarząd Łódzki na terenie Bełchatowa prowadził w 2013 roku sześć rodzinnych ogrodów o łącznej liczbie działek 1.301. Z posiadanych rejestrów członków Polskiego Związku Działkowców złożonych przez zarządy ogrodów wynika, że 800 działkowców to mężczyźni a ok. 500 kobiety. Szacunkowo ok. 2/3 z nich to osoby w wieku emerytalnym.



Urząd Stanu Cywilnego w 2013 roku zarejestrował 5 związków małżeńskich wśród osób po 60 roku życia.

Zakończenie

Sytuacja mieszkańców Bełchatowa w wieku emerytalnym przedstawia się bardzo różnorodnie. U każdego człowieka starzenie, pomimo wspólnych cech, przebiega w sposób indywidualny i z odmienną dynamiką. Niniejsze opracowanie pokazuje, że udział osób starszych w życiu społecznym zależy nie tylko od ich zdrowia i zasobów ekonomicznych, ale także od aktywności intelektualnej, edukacyjnej, kulturalnej i fizycznej oraz warunków, sprzyjających rozwijaniu i utrzymywaniu takiej aktywności.

Dane jakie uzyskano od poszczególnych podmiotów pozwoliły pokazać, że praca z seniorami stanowi bardzo ważny czynnik działalności bełchatowskich instytucji, czy organizacji pozarządowych, że właśnie ta grupa osób znajduje w Bełchatowie miejsca, w którym może aktywnie spędzać czas i realizować swoje zainteresowania.

Jak wskazano w niniejszej informacji w roku 2013 takimi miejscami były po pierwsze Miejskie Centrum Kultury, które od ubiegłego roku zwiększyło ofertę dla seniorów o działalność Uniwersytetu III Wieku, Kluby Seniora, Sercańska Akademia Seniora prowadzona przez Parafię NMP Matki Kościoła i Świętej Barbary czy wspomniany wyżej Ośrodek Wsparcia Rodziny działający przy Parafii Zesłania Ducha Świętego i organizacje pozarządowe skupione na osobach starszych.

Wszystkie te instytucje pełnią rolę ważnych placówek edukacyjno - aktywizujących dla osób starszych. Umożliwiają seniorom nie tylko aktualizację wiedzy, rozwój kulturalny i zdobywanie nowych umiejętności, ale także aktywne uczestnictwo w życiu społeczności lokalnych. Inspirują poprzez wielopłaszczyznowe działania, do szeroko rozumianej aktywności indywidualnej i społecznej coraz większe rzesze bełchatowskich seniorów. Gwarantują osobom w wieku poprodukcyjnym uczestnictwo w spotkaniach ogólnorozwojowych, integracyjnych czy kulturalnych. Swoją działalnością wpajają osobom w dojrzałym wieku wagę znaczenia zarówno aktywności społecznej jak i kształtowania nawyków zdrowego stylu życia i dbania o własne zdrowie nie tylko fizyczne ale i psychiczne.

Różnorodna oferta kulturalna, sportowa czy oświatowa zaproponowana przez Kluby, Uniwersytet czy organizacje pozarządowe działające na terenie Miasta Bełchatowa, jej elastyczne dostosowanie do potrzeb osób w wieku poprodukcyjnym wpływa na propagowanie dostępnych w Bełchatowie ciekawych form spędzania czasu wolnego i powoduje, że uczestnictwo coraz większej liczby osób 60 + w organizowanych formach aktywności jest wyrazem zmieniającej się świadomości społecznej i obywatelskiej, w trosce o lepszą jakość życia na emeryturze.

Zainteresowanych ofertą Uniwersytetu III Wieku czy Klubów Seniora zachęcamy do zapoznania się ze stroną internetową Miasta Bełchatowa, gdzie w zakładce „Dla seniorów” dostępnej poprzez ścieżkę Mieszkaniec - Dla seniorów można zapoznać się z zamieszczonymi informacjami nt. oferty przygotowanej dla bełchatowskich seniorów.



Bełchatów
Tylko dobre re:akcje