

WRÓĆMY DO NIEWIDZIALNEJ RĘKI

- Rozdział pokoleń to coś sztucznego - mówi prof. Maria Zralek, ekspertka z zakresu polityki społecznej oraz problemów ludzi starych.

ROZMOWA Z
PROF. MARIA ZRALEK,
przewodniczącą Śląskiej Rady ds.
Seniorów przy Marszałku
Województwa Śląskiego

MAGDALENA WARCHALA: Dlaczego warto wspierać integrację starszych i młodszych mieszkańców miast?

PROF. MARIA ZRALEK: To bezdyskusyjna kwestia funkcjonowania społeczeństwa, w którym są dzieci, młodzież, młodzi i starsi dorośli oraz osoby w podeszłym wieku. Wszyscy żyją w tym samym miejscu, więc dlaczego nie mieliby mieć wspólnych tematów do rozmów, świadczyć sobie wzajemnej pomocy? Rozdział pokoleń to coś sztucznego. Kiedyś rodziny były wielopokoleniowe, człowiek rodził się i umierał w rodzinie, w sposób naturalny akceptował dojrzewanie do starości. Młodzi ludzie uczyli się szacunku do osób starszych i wspomagania ich. W procesie powstawania rodzin nuklearnych te więzi zostały zerwane, a w konsekwencji osoby starsze w coraz większym stopniu zaczęły doświadczać poczucia osamotnienia. Ważnym aspektem rozważań dotyczących integracji międzypokoleniowej jest to, że po zachłnięciu się nowoczesnością młodzi ludzie, poprzez kontakty ze starszymi, mają szansę na poznanie świata wartości, korzystania z wzorów zachowań oraz odkrywania przeszłości. Oni sami mogą wspierać osoby starsze w poznawaniu nowoczesnych rozwiązań, zwłaszcza w sferze posługiwania się urządzeniami informatyczno-komunikacyjnymi. W relacjach międzypokoleniowych ważną rolę odgrywają wszelkie inicjatywy młodych pomagające osobom starszym w zmaganiu się z trudnościami dnia codziennego.

Jakie są przykłady takich dobrych praktyk?

- W Polsce od zawsze podejmowaliśmy wiele takich działań. Przykładem jest choćby zapomniana już akcja „niewidzialnej ręki” czy zdobywanie sprawności harcerskich, ukierunkowane na pomaganie potrzebującym. Warto do takich działań wracać. Na szczęście ostatnio rośnie liczba inicjatyw skierowanych na integrację międzypokoleniową. Dużą rolę odgrywają tu uniwersytety trzeciego wieku, gdzie coraz częściej podejmuje się wspólne działania z dziećmi czy młodzieżą.

Na przykładzie Międzypokoleniowego Uniwersytetu w Wyższej Szkole Humanitas w Sosnowcu widzę, że aktywizuje się seniorów do udziału w zajęciach dla najmłodszych słuchaczy Uniwersytetu Dziecięcego. Osoby starsze zapraszane są na warsztaty plastyczne, imprezy plenerowe, wspólne czytanie czy tzw. wymianę doświadczeń, podczas której spotyka się „mały ekspert” z tym



Prof. Maria Zralek jest przewodniczącą Śląskiej Rady ds. Seniorów przy Wojciechu Sałudzie, marszałku województwa śląskiego



- Dużym obszarem wymagającym zagospodarowania jest zapewnienie czasu ludzi starszych - mówi prof. Maria Zralek. Na zdjęciu uczestnicy I Katowickiego Dnia Seniora w październiku 2015 roku

Rozwiązań opartych na wolontariacie może być mnóstwo. W niektórych miastach są wspólne spacery seniorów i młodych ludzi szlakiem tradycji. Na Śląsku, gdzie niemal w oczach ginie typowy dla regionu krajobraz poprzemysłowy, seniorzy stanowią nieocenione źródło informacji o tradycji pracy i architekturze przemysłowej

dorosłym. To dobry kierunek. Dobrym pomysłem może być też „adopcja” dziadka czy babci przez dzieci, których naturalni dziadkowie nie żyją albo mieszkają daleko i nie ma z nimi dobrego kontaktu. Dużym obszarem wymagającym zagospodarowania jest zapewnienie czasu ludzi starszych. Tu ogromną rolę odgrywałyby osoby młodsze, pełniące rolę lektorów czytających książki ludziom starszym, często mającym problemy ze wzrokiem. Rozwiązań opartych na wolontariacie może być mnóstwo i tylko od inwencji liderów zależy, jak ta współpraca będzie się układać.

Innym przykładem, realizowanym w niektórych miastach, są wspólne spacery seniorów i młodych ludzi szlakiem tradycji. Na Śląsku, gdzie niemal w oczach ginie typowy dla regionu krajobraz poprzemysłowy, seniorzy stanowią nieocenione źródło

Na Śląsku mamy bardzo ciekawą inicjatywę Laboratorium Architektury 60+, czyli LAB60+. Prowadzą ją młodzi ludzie, którzy dostrzegli konieczność współpracy z osobami starszymi przy kształtowaniu przestrzeni publicznych

informacji o tradycji pracy i architektury przemysłowej. Dla młodych ludzi to często całkowicie nowe informacje, pozwalające na większą identyfikację z małą ojczyzną. Inną cen-

ną inicjatywą są wspólne spacery po mieście studentów architektury z osobami starszymi, które wskazują na bariery utrudniające im poruszanie się w przestrzeni publicznej. To pozwala wypracować założenia przestrzeni przyjaznej seniorom, uwzględnić młodych na potrzeby osób starszych, a w konsekwencji wyrobić zrozumienie dla ograniczeń fizycznych związanych z wiekiem. Na Śląsku mamy bardzo ciekawą inicjatywę Laboratorium Architektury 60+, czyli LAB60+. To pierwsza w Polsce pracownia, która zwróciła uwagę na konieczność innowacyjnego podejścia do planowania i projektowania dla starzejącego się społeczeństwa. Prowadzą ją młodzi ludzie, którzy dostrzegli konieczność współpracy z osobami starszymi przy kształtowaniu przestrzeni publicznych.

Jakie rozwiązania możemy przezszyć z zagranicy?

- Jestem pod wrażeniem rozwiązania stosowanego we Francji. W programie Ensemble 2 générations chrześcijańskie stowarzyszenie rekomenduje studentów lub uczniów chętnych do zamieszkania w domu osoby starszej. Osoby starsze określają pożądany profil studenta, który ma u nich zamieszkać, a organizacja monitoruje realizację umowy. Dzięki takiej formule osoby starsze mogą czuć się bezpiecznie, obniżają koszty utrzymania mieszkania, zmniejsza się ich poczucie osamotnienia. Z kolei młodzi zyskują wygodne i niedrogi zakwaterowanie na czas nauki. Warunki są różne określone. Najczęściej chodzi o drobne usługi, jak robienie zakupów, spożywanie jednego wspólnego posiłku dziennie, prowadzenie samochodu, pomoc w prowadzeniu dokumentacji, czytanie prasy i książek albo zwykłe towarzyszenie w wyjściu do teatru czy na wystawę. Podobne rozwiązanie stosuje się w Belgii w ramach programu Itoit2ages. To dobry pomysł, jeśli jest realizowany przez zaufaną organizację. Korzyści dla osób starszych, często mieszkających w za dużych, drogich mieszkaniach, są niezmierznie cenne.

Jakie działania na rzecz integracji międzypokoleniowej podejmuje Śląska Rada ds. Seniorów?

- Rada jako organ doradczy marszałka sugeruje pewne rozwiązania. Zaproponowała, by nadchodzące Senioralia, które będą poświęcone zdrowiu, nie ograniczały się tylko do działań na rzecz osób starszych, ale skierowały uwagę także na zdrowie dzieci. Zdrowe odżywianie czy aktywne spędzanie czasu powinny łączyć pokolenia. Poszczególne członkowie Rady włączają się też w inicjatywy na swoim terenie. Np. Rada Seniorów i Rada ds. Młodzieży w Sosnowcu zorganizowały równoległe posiedzenia swoich gremiów, dyskutując o działaniach, które mogą poprawić jakość życia wszystkich mieszkańców miasta. Wypracowane postulaty okazały się w większości zbieżne. Wprawdzie członkowie rad mówili swoim językiem, jednak zaistniała ogromna zgodność w diagnozowaniu problemów i propozycjach ich rozwiązania. Spotkanie potwierdziło, że dialog międzypokoleniowy może być rzeczywistością, a nie tylko marzeniem. Podobne spotkania miały miejsce w kilku innych miastach. ●

ROZMAWIAŁA MAGDALENA WARCHALA