

WSPIERAJMY SENIORÓW

Droga Młodzieży☺

Z dnia na dzień czuć zbliżające się święta i nadchodzącą zimę, a przynajmniej mroźniejsze powietrze, bardziej śliskie chodniki, ulice - generalnie jeszcze trudniejsze warunki dla osób starszych, dlatego postanowiłam, że w moim dzisiejszym monologu (choćby byłoby mi bardzo miło, gdybyście włączyli się do moich rozważań i również podzielili się swoimi poglądami, refleksjami na poruszane tematy☺) omówię sytuację osób starszych w naszym społeczeństwie.

Grupa ta, jak na moje spostrzeżenia, nie jest do końca doceniana tak, jak na to w pełni zasługuje. Pozwolę sobie mój wywód ☺ rozpocząć wspierając się słowami Papieża Jan Paweł II z „Listu do Ludzi Starych”:

***„Jeżeli dzieciństwo i młodość są czasem,
w którym człowiek stopniowo uczy się człowieczeństwa
i rozpoznaje swoje możliwości,
to starość jest szczególną wartością,
ponieważ łagodząc namiętności pomnaża mądrość
i służy dojrzałszymi radami.
Jest to czas szczególnie nacechowany mądrością.”***

Starość to etap życia danym nam przez matkę naturę, który każdego z nas czeka ☺. Osoby starsze zasługują na nasz szacunek nie tylko wtedy, gdy jeszcze w pełni są aktywne i mogą na przykład pomagać w gospodarstwie domowym, ale również, jako ważny element życia społecznego pozwalający na zachowanie pamięci zbiorowej, społecznej. Dzięki nim możemy spojrzeć, na życie z perspektywy upływających lat, ważnych wydarzeń, nabytej mądrości życiowej. Przez pryzmat przeżytych, minionych lat, których my jeszcze nie doświadczyliśmy - nie przeżyliśmy.

Dlatego też korzystając z młodości i sił, które posiadamy powinniśmy wspierać starsze pokolenie, ponieważ życie człowieka starzejącego się staje się z dnia na dzień trudniejsze, coraz więcej w nim jest problemów, kłopotów, które wcześniej nie występowały.

Z upływem lat pogarsza się stan zdrowia oraz ogólna sprawność, a co za tym idzie pogarsza się również ich sytuacja oraz pozycja społeczna. Rośnie zależność starszego pokolenia od pokoleń młodszych. Zwłaszcza w obecnej sytuacji ludzie starsi, bardziej niż pozostali, odczuwają braki w zaspokajaniu swoich potrzeb.

I chociaż wiem, że na obecną chwilę zaspokojenie ich jest bardzo trudne to przedstawię Wam, zgodnie z rozważaniami Brunona Synaka, 5 głównych potrzeb występujących u ludzi w podeszłym wieku. Są to:

- I. Potrzeba przynależności** - inaczej zwana potrzebą integracji lub towarzystwa. O jej zaspokojeniu lub nie świadczy intensywność kontaktów, osamotnienie, więź z dawnym środowiskiem, miejsce w rodzinie.
- II. Potrzeba użyteczności i uznania** - wyraża się ona poprzez udział w zinstytucjonalizowanych formach aktywności społecznej (np. w klubach seniora, osiedlowych domach kultury, itd.) lub w wykonywaniu różnych czynności na rzecz rodziny.
- III. Potrzeba niezależności** - związana jest ona ze stopniem samodzielności osoby starszej w nowym dla niej środowisku i w nowych warunkach.
- IV. Potrzeba bezpieczeństwa** - chodzi tu o bezpieczeństwo fizyczne i psychiczne. Składa się na nie możliwość oraz stopień korzystania z instytucji i urzędzeń miejskich, samopoczucie w osiedlu, oparcie w rodzinie i gronie przyjaciół.
- V. Potrzeba satysfakcji życiowej** - dotyczy ona subiektywnego zadowolenia z własnego usytuowania w nowym środowisku (zaadoptowania się osoby starszej w nowych dla niej realiach).

Reasumując - pomagając, wspierając i włączając osoby starsze w aktywne życie, pobudzimy ich do życia, zapewnimy im poczucie własnej wartości jednocześnie korzystając z ich doświadczenia i mądrości.

W tym okresie jest to niezwykle ważne i potrzebne, zarówno pomoc i wsparcie dla swoich bliskich dziadków i pradziadków (jeżeli macie szczęście i jeszcze są z Wami), jak również osób samotnych czekających na łaskę i dobroć innych.

Dbając o zabezpieczenie potrzeb osób starszych, o stworzenie im jak najlepszych, najwygodniejszych warunków do życia nie bagatelizujcie przy tym zasad reżimu sanitarnego, aby nie narazić innych na ryzyko utraty zdrowia a nawet życia!

Poniżej podaję informacje dostępne na stronie:

[www.gov.pl>web>koronawirus](http://www.gov.pl/web/koronawirus)

dla osób, które są świadome, że w ciężkich chwilach ważne jest, aby pomagać osobą w potrzebie a w danej sytuacji ta pomoc niestety jest bardzo potrzebna.

Starsze osoby, zwłaszcza te samotne, nie tylko są zagubione, ale również strasznie przerażone i każda pomocna dłoń to promyk słońca w ich życiu ☺.

„Chęć wsparcia osób starszych w czasie pandemii zadeklarowało już ponad 3 tys. wolontariuszy. Do tej pory zarejestrowano również blisko 4300 zgłoszeń od seniorów złożonych za pośrednictwem dedykowanej infolinii. Solidarnościowy Korpus Wsparcia Seniorów ruszył pełną parą.



Jak to działa?

Osoba starsza dzwoniąc pod numer 22 505 11 11, może poprosić o pomoc w czynnościach, które wymagają wyjścia z domu, ale ze względu na pandemię zostało to uniemożliwione. To np. zrobienie zakupów spożywczych czy higienicznych.

Konsultant przyjmie zgłoszenie - adres i numer telefonu - i przekaże je do odpowiedniego ośrodka pomocy społecznej.

Najbliższy ośrodek pomocy społecznej skontaktuje się z osobą, która potrzebuje pomocy, i ustali z nią wszelkie szczegóły.



Ci, którzy chcą włączyć się w działania Solidarnościowego Korpusu Wsparcia Seniorów, mogą się zgłosić za pomocą strony internetowej

www.wspierajseniora.pl

lub można to też zrobić osobiście zgłaszając się do lokalnego ośrodka pomocy społecznej”.

Jeżeli w danej chwili nie jesteście gotowi na taką pomoc, to chociaż zwróćcie uwagę, czy mieszkające w waszym sąsiedztwie starsze, samotne osoby wiedzą, że mogą liczyć na takie wsparcie i pomóżcie im w zgłoszeniu potrzebnej pomocy.

Pozdrawiam: Alina Tyda.