

Senior Café: filiżanka kawy, która zmienia system opieki nad seniorami

Michał Szewczyk



Fot. Michał Szewczyk

W Konstancinie-Jeziornie, w ogrodzie Domu Seniora Polskiej Akademii Nauk, pod koniec maja odbyła się kolejna edycja projektu „Senior Café. Optymalizacja opieki długoterminowej” łączącego ludzi gotowych realnie wpłynąć na przyszłość opieki długoterminowej w Polsce. Zorganizowane w otwartej formule spotkanie przyciągnęło ekspertów, opiekunów, przedstawicieli samorządów, a przede wszystkim – seniorów.

W obliczu starzejącego się społeczeństwa i coraz większych potrzeb opiekuńczych „Senior Café” ma być impulsem do zmiany – oddolnym, ale bardzo konkretnym. Inicjatywa zakłada stworzenie trwałej platformy współpracy różnych środowisk: od opiekunów rodzinnych i zawodowych, po lekarzy, farmaceutów, pielęgniarzy, instytucje państwowe i samorządowe.

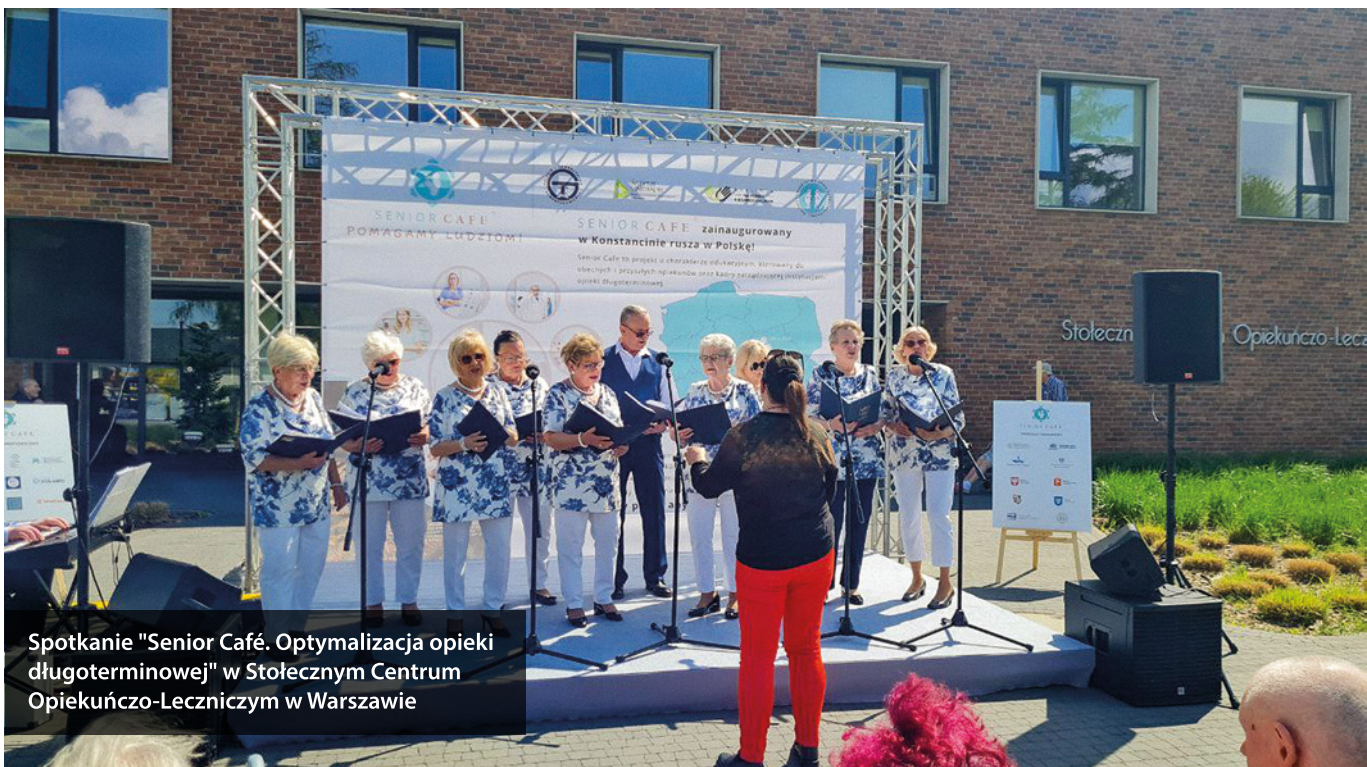
– *To nasze zaproszenie do dialogu. Chcemy, aby ta kawa symbolizowała zmianę systemową – realną, a nie deklaracyjną* – stwierdziła Barbara Misińska, prezeska Stołecznego Centrum Opiekuńczo-Leczniczego, które jest partnerem merytorycznym cyklu spotkań „Senior Café”.

„Białe miasteczko” dla seniorów, a warsztaty dla decydentów

W ogrodzie Domu Seniora PAN powstało „białe miasteczko”. Na seniorów czekały w nim stoiska poradnictwa zdrowotnego i stanowiska konsultacyjne, przy

których mogli bezpłatnie skorzystać z porad lekarzy, psychologów, fizjoterapeutów, dietetyków i farmaceutów na temat nietrzymania moczu, cukrzycy, opieki paliatywnej czy odpowiedniego doboru leków. – *To spotkanie edukacyjne, ale też bardzo ludzkie. Seniorzy i ich opiekunowie przychodzą tu z realnymi problemami. Czasem wystarczy rozmowa, innym razem potrzebna jest specjalistyczna konsultacja. My to łączymy* – podkreślała prof. Agnieszka Neumann-Podczaska, dyrektorka Instytutu Senioralnego Uniwersytetu Vizja w Warszawie.

Drugiego dnia dla decydentów i kadry zarządzającej placówkami opieki długoterminowej zorganizowano warsztaty poświęcone m.in. dobrym praktykom, standaryzacji procedur, konieczności ujednolicenia opieki oraz zwiększenia obecności farmaceutów klinicznych i specjalistów w domach opieki i środowisku domowym. Problem nietrzymania moczu, o którym często nie mówi się głośno, był jednym z tych, które pojawiały się w kontekście potrzeby całościowego podejścia do pacjenta



Spotkanie "Senior Café. Optymalizacja opieki długoterminowej" w Stołecznym Centrum Opiekuńczo-Lecznicznym w Warszawie

Fot. Michał Szewczyk

starszego. Eksperti wskazywali, że NTM często jest objawem choroby przewlekłej lub efektem ubocznym farmakoterapii, a nie tylko fizjologiczną przypadłością związaną z wiekiem. Właściwe rozpoznanie i opieka interdyscyplinarna mogą znacząco poprawić komfort życia pacjentów dotkniętych tym problemem.

Jednym z gości spotkania była prof. Katarzyna Wieczorowska-Tobis, przewodnicząca Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego, która zaprezentowała tzw. test babci stosowany w Czechach jako sposób na ocenę domów opieki. – *Trzeba zadać pytanie: czy wystąpiłbyś tu swoją babcię? Jeśli nie, to znaczy, że to miejsce nie spełnia swojej roli* – powiedziała. Zdaniem prof. Wieczorowskiej-Tobis „Senior Café” ma potencjał, by stać się takim „testem” dla całego systemu – miejscem, gdzie oddolnie „rodzą się” nowe standardy.

Stolica może być wzorem do naśladowania

Podczas pierwszego z cyklu zaplanowanych spotkań, które odbyło się w kwietniu na warszawskiej Białoleśce, o skali wyzwań w opiece długoterminowej mówiła wiceprezydentka m.st. Warszawy Renata Kaznowska. Podkreśliła wówczas, że to właśnie stolica, dzięki Stołecznemu Centrum Opiekuńczo-Lecznicznemu (SCOL), wyznacza dziś wzorce. A Katarzyna Słodka, dyrektor Mazowieckiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ przypominała, że aż 800 z 1200 zakontraktowanych łóżek dla seniorów w stolicy należy właśnie do Stołecznego Centrum Opiekuńczo-Lecznicznego. To pokazuje, że realne wsparcie instytucji i ich dobra współpraca przekładają się na konkretne efekty.

Organizatorzy, wśród których znaleźli się m.in. Koalicja „Na pomoc niesamodzielnym”, Instytut Senioralny Uniwersytetu Vizja, Polskie Towarzystwo Gerontologiczne i Polskie Towarzystwo Opieki Farmaceutycznej – zapowiadają kolejne odsłony wydarzeń. Już teraz wiadomo, że „Senior Café” ruszy w Polskę. Planowane są spotkania w województwach, gdzie problemy demograficzne i niedofinansowanie opieki długoterminowej są jeszcze bardziej odczuwalne.

Wnioski z warsztatów i rekomendacje ekspertów trafią do specjalnego zespołu ds. polityki senioralnej przy wojewodzie mazowieckim, który prześle je minister ds. polityki senioralnej Marzenie Okle-Drewnowicz.

„Senior Café” nie tylko dla mieszkańców Warszawy

„Senior Café” to dziś nie tylko filiżanka kawy – to początek rozmowy, która może odmienić życie tysięcy seniorów i ich rodzin. Rozmowy, która musi się toczyć również wokół tematów trudnych, jak nietrzymanie moczu, samotność, przewlekłe choroby czy brak opiekunów. Bo jeśli mamy zmieniać system – zacznijmy od słuchania tych, których on dotyczy najbardziej.

Projekt obejmuje cykl spotkań i warsztatów edukacyjnych realizowanych od kwietnia do października 2025 r. na terenie Warszawy i kilku innych miast (Ciechanów, Radom, Łódź, Kielce, Ostrowiec Świętokrzyski, Poznań, Kalisz). Spotkania mają zazwyczaj charakter plenerowy (otwarty) – skierowany do szerokiej publiczności, w szczególności do seniorów, jak również ich opiekunów oraz warsztatowy (zamknięty) – dla kadry zarządzającej zakładami opieki długoterminowej.