

Raport z badania:
„Sopocka starość –
potrzeby i aktywność
starszych mieszkańców Sopotu”.

Badania zostały sfinansowane przez Miasto Sopot i przeprowadzone w ramach budowania Sopockiego Programu Senioralnego.

Zamawiający:
Urząd Miasta Sopotu

Wykonawca:
PBS Sp. z o. o.

Opracował:
Rafał Węgliński
Sopot, kwiecień 2014



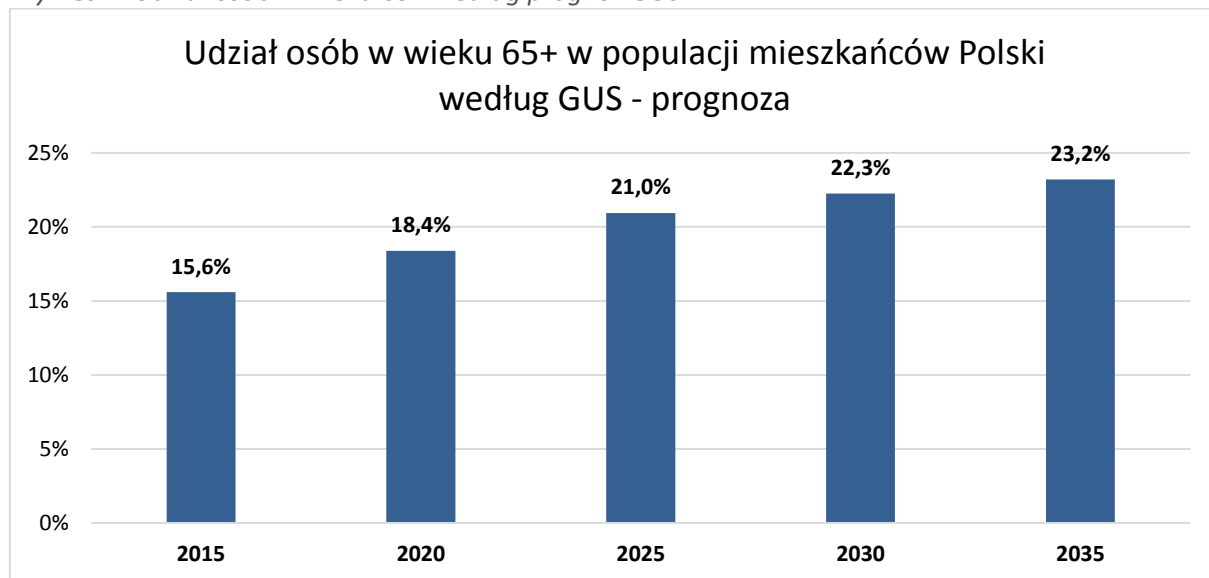
Spis treści

1. Wprowadzenie	3
2. Metodologia badania	5
3. Charakterystyka społeczno-demograficzna Sopocian.....	6
4. Aktywność seniorów	16
4.1. Aktywność społeczna.....	16
4.2. Aktywność zawodowa.	24
4.3 Aktywność fizyczna.....	27
4.4 Aktywność kulturalna i edukacyjna	33
4.5 Podsumowanie aktywności sopockich seniorów	40
5. Ocena miasta.....	46
6. Podsumowanie i rekomendacje	51

1. Wprowadzenie

W Polsce, podobnie jak w większości rozwiniętych krajów, następuje obecnie proces starzenia się społeczeństwa, co oznacza zwiększenie odsetka osób starszych w populacji. Według prognoz głównego urzędu statystycznego proces ten w najbliższych latach będzie jeszcze przyspieszał. Poniższy wykres przedstawia prognozowany udział osób w wieku 65 i więcej lat w ogólnej populacji kraju:

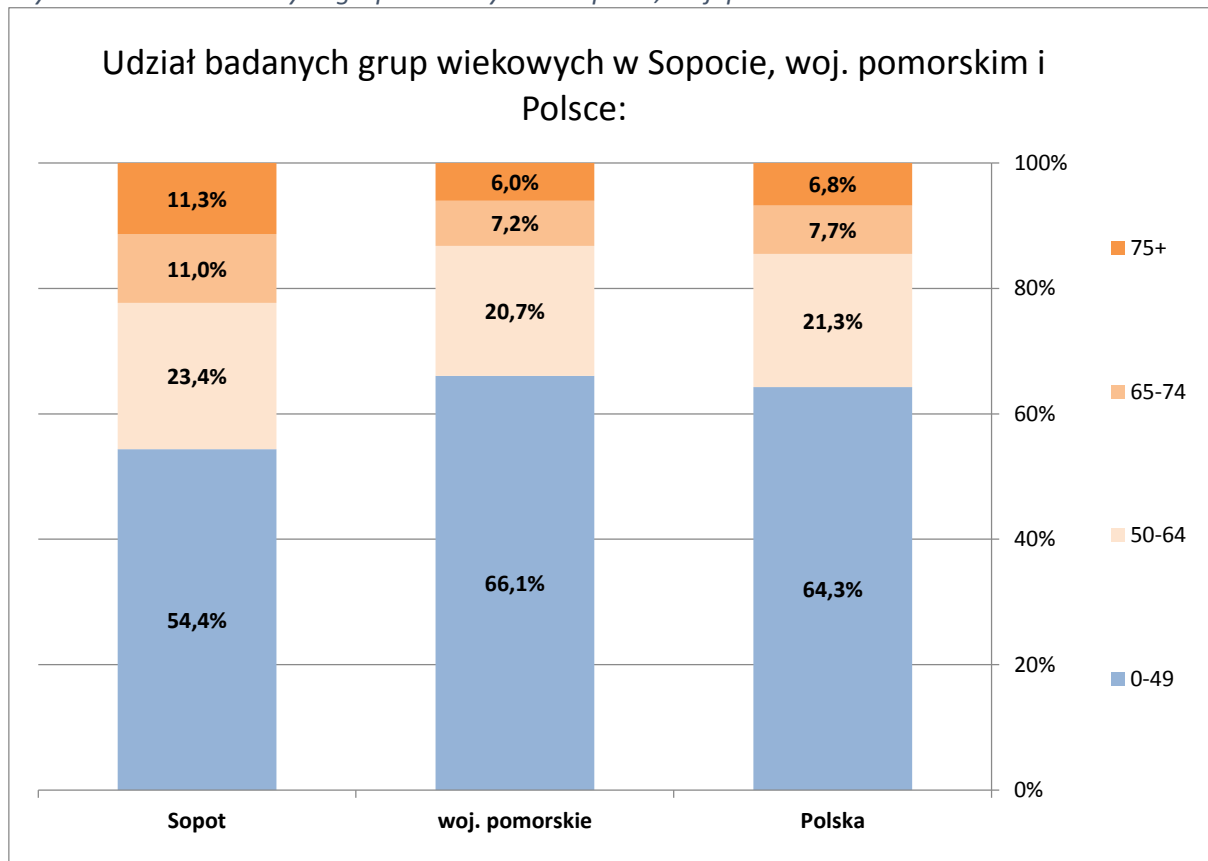
Wykres 1. Udział osób w wieku 65+ według prognoz GUS.



Źródło: Opracowanie własne na podstawie „Prognoza ludności na lata 2008-2035” GUS 2009.

Wzrost odsetka ludzi starszych w społeczeństwie niesie za sobą cały przekrój wyzwań dla polityki społecznej, zdrowotnej i gospodarczej na wszystkich szczeblach władzy: centralnej, samorządowej i lokalnej. Niniejsze badanie ma na celu zdiagnozowanie sytuacji osób starszych mieszkających w Sopocie pod względem poziomu ich życia, podejmowanych aktywności, problemów, ograniczeń i możliwości. Dodatkowym aspektem była ocena Sopotu przez jego najstarszych mieszkańców jako miejsca zamieszkania oraz ich oczekiwań w stosunku do miasta. Taka diagnoza pozwoli na podjęcie działań skierowanych na poprawę sytuacji seniorów oraz opracowanie polityki dostosowanej do ich potrzeb. Działania takie w Sopocie są wyjątkowo ważne, ze względu na nietypowy rozkład wieku wśród mieszkańców. Populacja Sopotu już dziś ma strukturę wiekową o znacznie większym udziale osób po 50 roku życia niż inne miasta w Polsce. W związku z tym rozpoznanie sytuacji osób starszych jest wyjątkowo istotne dla władz samorządowych, w celu podjęcia odpowiednich działań skierowanych do już licznej i nadal rosnącej liczby seniorów. Porównanie udziału osób w grupach wiekowych objętych działaniem do sytuacji w Polsce i w województwie pomorskim przedstawia wykres:

Wykres 2. Udział badanych grup wiekowych w Sopocie, woj. pomorskim i Polsce.



Źródło: Opracowanie własne na podstawie GUS 2013.

2. Metodologia badania

Badanie „Sopocka starość – potrzeby i aktywności starszych mieszkańców Sopotu” zostało zrealizowane przez PBS Sp. z o. o. na zlecenie Urzędu Miasta Sopotu. Badanie Sopockich seniorów było realizowane techniką PAPI, na wydrukowanych kwestionariuszach wywiadu w domach respondentów. Kwestionariusz był wypełniany przez przeszkolonych ankieterów PBS na podstawie odpowiedzi respondentów.

Próba do badania została wylosowana z bazy Zamawiającego, pochodzącej z Wydziału Obywatelskiego Urzędu Miasta aktualnej na dzień 11 marca 2014. Operat losowania stanowił kompletną listę mieszkańców Sopotu zawierającą rok urodzenia, płeć oraz adres zamieszkania co umożliwiło wylosowanie do badania konkretnych respondentów bez konieczności przetwarzania imion i nazwisk respondentów. Do badania została wylosowana próba 500 osób w równolicznym podziale na trzy grupy wiekowe: 50-64 lata, 65-74 lata i 75 lat i więcej wraz z adresami rezerwowymi. Decyzja o równolicznym podziale próby na grupy wiekowe pozwoliła na wyrównanie błędu szacunku dla każdej grupy, co umożliwiło poprawne porównywanie wyników uzyskanych w każdej z grup. Zastosowano losowanie proste systematyczne z wiązowaniem według rejonów statystycznych. Przed badaniem do wylosowanych osób wysłane zostały listy informujące o możliwości pojawienia się ankietera.

Przed badaniem głównym odbył się pilotaż w ilości 9 wywiadów (po 3 z każdej grupy wiekowej) w celu kontroli czasu trwania wywiadu, jasności zawartych w nim sformułowań i reakcji respondentów na poszczególne pytania. Na podstawie wniosków z pilotażu w porozumieniu z Zamawiającym podjęto decyzję o skróceniu kwestionariusza, jednak jego zasadnicza część pozostała bez zmian. W związku z tym wywiady z pilotażu ostatecznie włączono do analiz prowadzonych po badaniu głównym.

W ramach badania głównego przeprowadzono 489 wywiadów we wszystkich grupach wiekowych, odpowiednio 158 z osobami w wieku 50-64 lata, 168 z osobami w wieku 65-74 lata i 163 z osobami w wieku 75 i więcej lat. Realizacja prac terenowych odbywała się pomiędzy 15, a 29 marca.

Ostateczny zbiór z badania zawierał 498 obserwacji, 161 dla osób w wieku 50-64 lata, 171 w wieku 65-74 lata i 166 dla osób w wieku 75 i więcej lat. Do zbioru wprowadzone zostały wagi analityczne, w celu dostosowania struktury zbioru do populacji mieszkańców Sopotu pod względem udziału poszczególnych grup wiekowych.

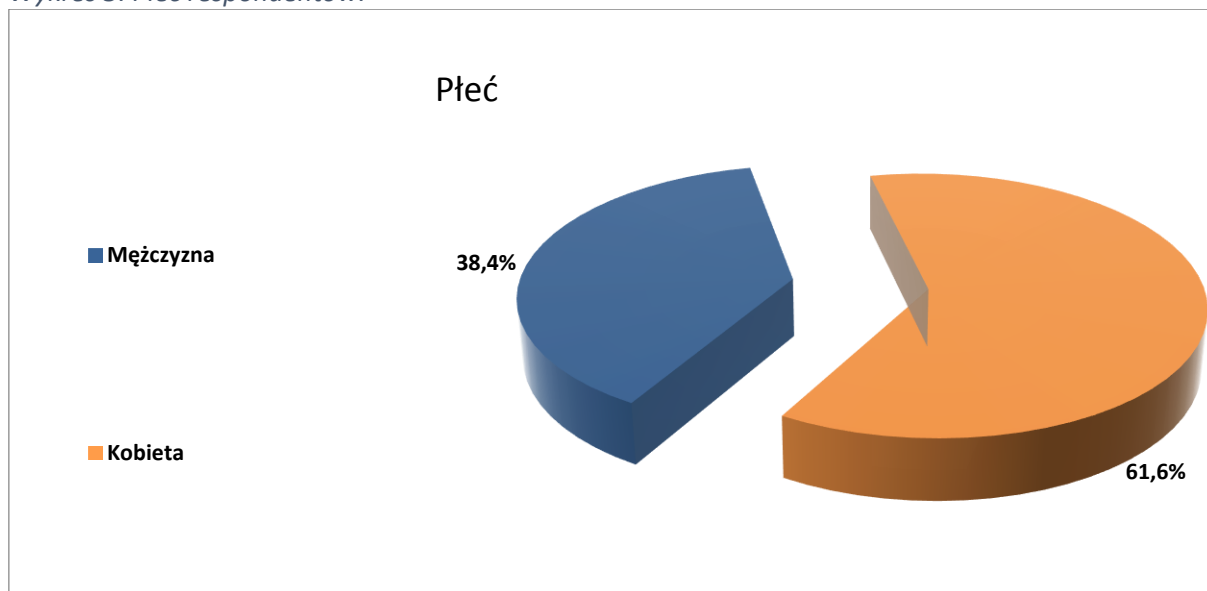
Podczas realizacji terenowej badania istotnym problemem był bardzo wysoki odsetek nieobecności wylosowanych do badania osób. W przypadku niezastania respondenta ankieter miał obowiązek odwiedzić adres minimum dwukrotnie, a mimo to z próby głównej udało się zrealizować jedynie 181 wywiadów. Oprócz adresów, pod którymi nie udało się nikogo zastać, pojawiały się także takie, pod którymi ankieterzy otrzymywali informacje, że poszukiwana osoba nie mieszka w tym miejscu, a jedynie jest tam zameldowana. Informacje takie były przekazywane zarówno przez rodzinę wylosowanej osoby, jak i przez lokatorów wynajmujących mieszkanie. Pod adresami z próby głównej ankieterzy spotkali się dodatkowo z 51 przypadkami zdecydowanej odmowy udziału w badaniu.

W kwestionariuszu wywiadu kilka pytań zadano w taki sam sposób jak w ogólnopolskim badaniu *PolSenior*, jednak ze względu na znaczne różnice w metodologii obu badań, zwłaszcza zasad doboru próby wyniki nie są ze sobą bezpośrednio porównywane.

3. Charakterystyka społeczno-demograficzna Sopocian

W badaniu wzięło udział 307 kobiet i 191 mężczyzn. Rozkład płci badanych jest bardzo zbliżony do rozkładu w badanej populacji.

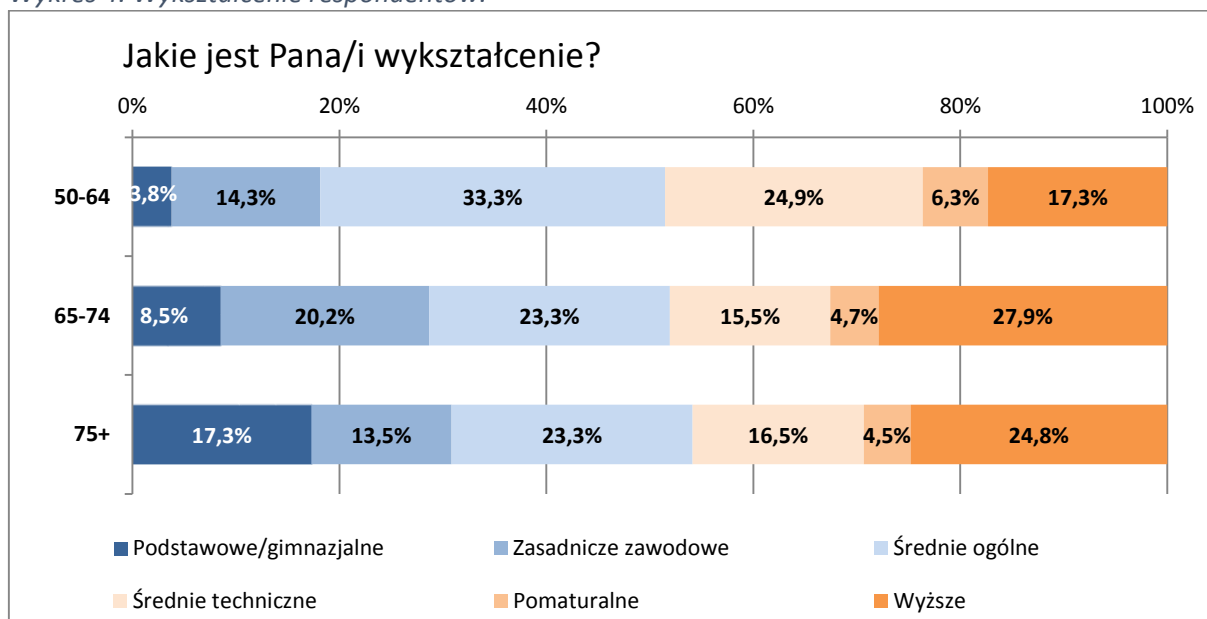
Wykres 3. Płeć respondentów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Sopocky seniorzy to grupa charakteryzująca się relatywnie wysokim poziomem wykształcenia:

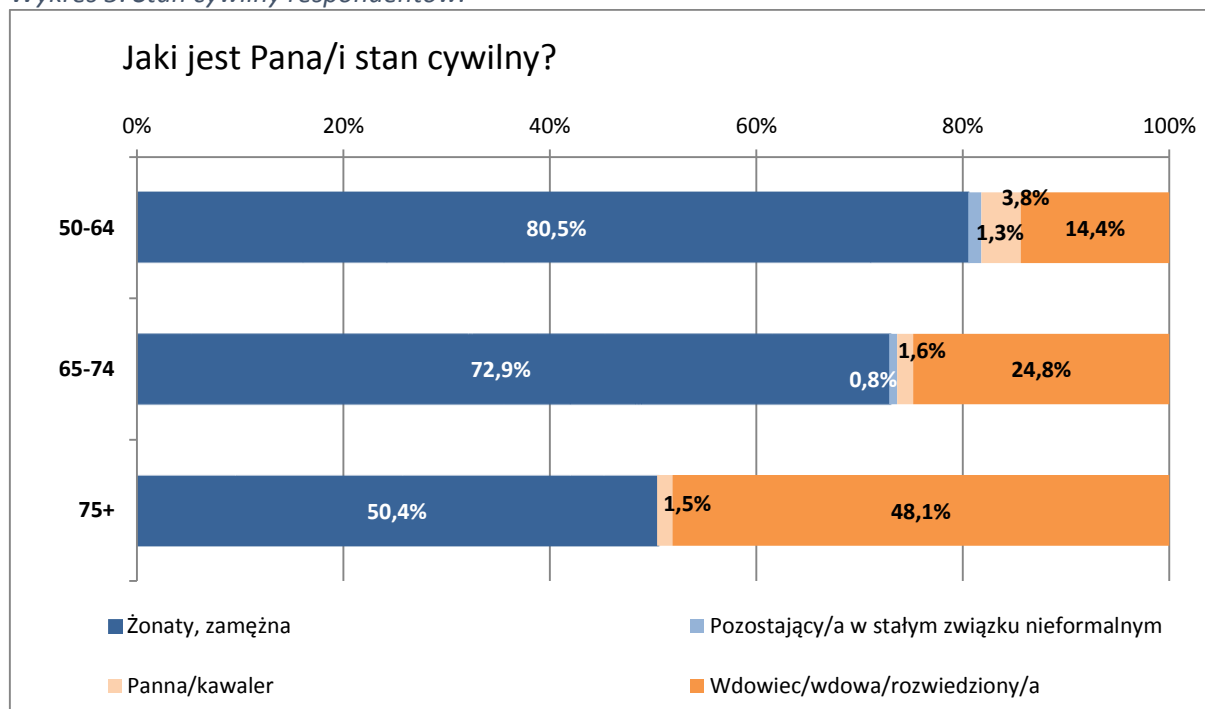
Wykres 4. Wykształcenie respondentów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Dane wskazują, że wraz z przynależnością do starszej grupy wiekowej zwiększa się odsetek osób z wykształceniem podstawowym. W grupie 65-74 lat jest on ponad dwa razy większy (8,5%) niż w grupie młodszej (3,8%), a w grupie powyżej 75 roku życia jest już cztery razy większy (17,3%). Dodatkowo możemy zauważyć, że w grupie starszych seniorów znacząco wyższa jest liczba osób z wyższym wykształceniem. Wśród seniorów z najmłodszej grupy badawczej absolwentów wyższych uczelni jest prawie o połowę mniej niż w grupach 65-74 i starszych. Jednakże respondenci do 64 roku życia wykazują się zdecydowanie wyższym odsetkiem jeśli chodzi o wykształcenie średnie.

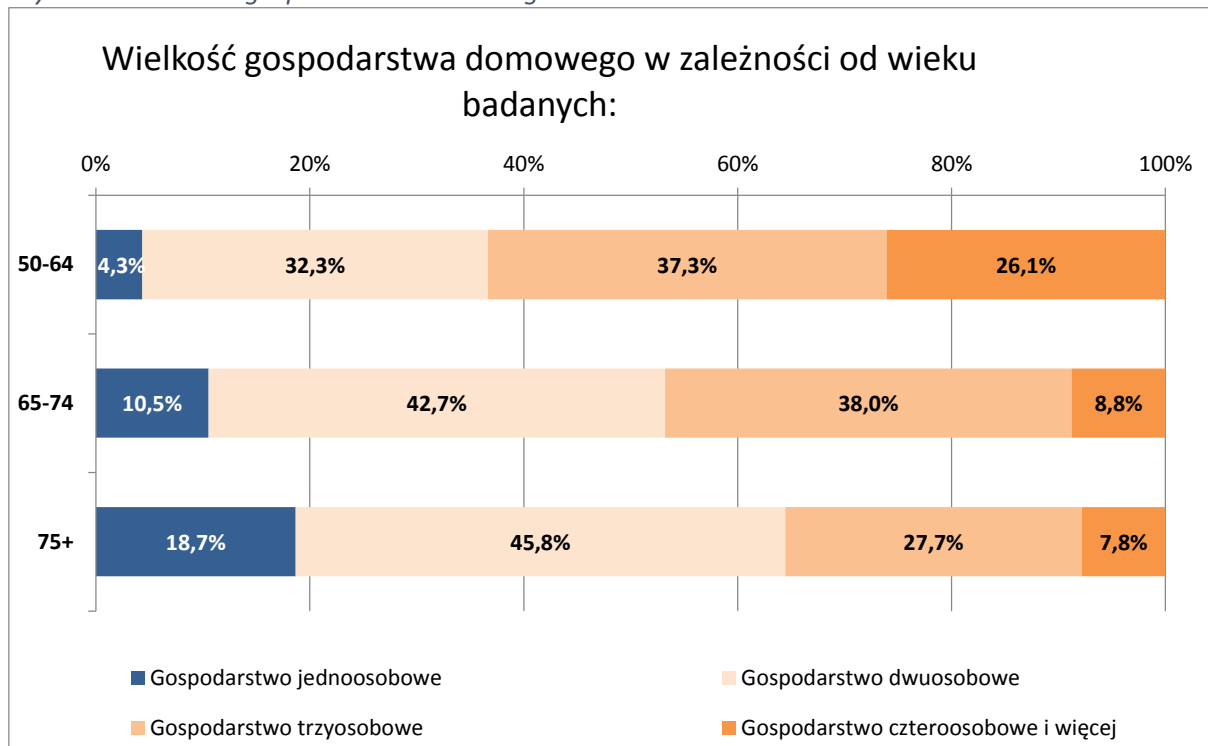
Wykres 5. Stan cywilny respondentów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Na podstawie danych możemy stwierdzić, iż wraz z wiekiem rośnie liczba osób samotnych. Przyczyn wyżej wymienionej tendencji możemy szukać w zwiększającej się wraz z latami życia śmiertelności partnerów. Dla najstarszej grupy badawczej prawie połowa respondentów to osoby rozwiedzione lub po stracie współmałżonka, w porównaniu do grupy młodszej - to tylko jedna czwarta, a dla najmłodszej - jedynie jedna szósta.

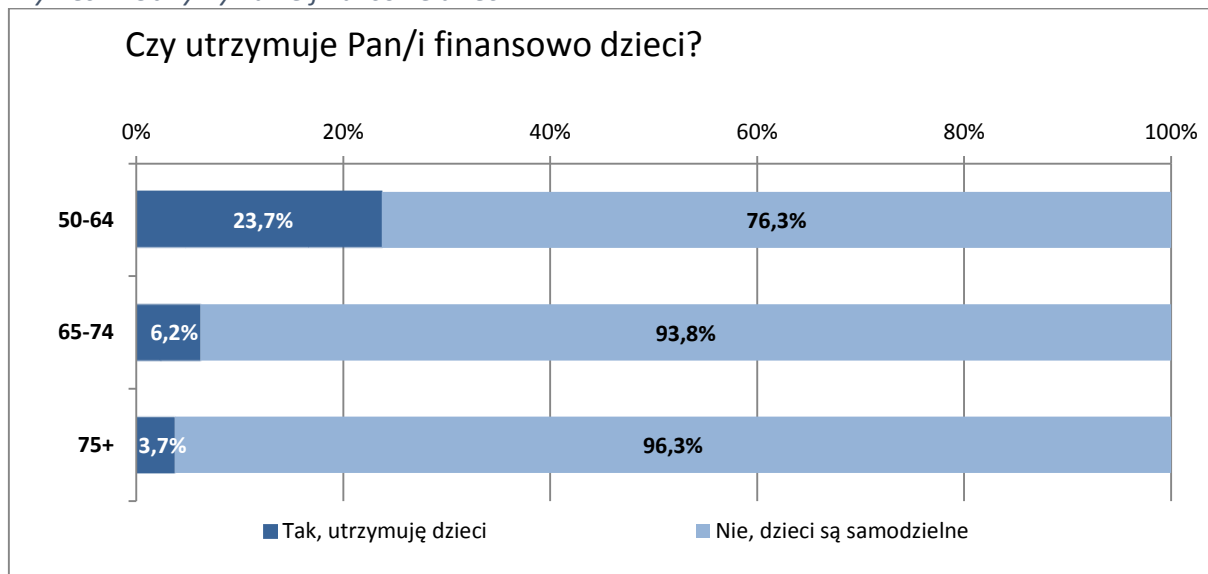
Wykres 6. Wielkość gospodarstwa domowego.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Wraz z wiekiem zmienia się wielkość gospodarstw domowych Sopotian - znacznie zwiększa się odsetek osób żyjących samodzielnie, a spada liczba dużych gospodarstw domowych. Niewątpliwie zmiany te wynikają najpierw z usamodzielniania się dzieci (spadek liczby dużych gospodarstw), a później także śmierci współmałżonka (wzrost liczby gospodarstw jednoosobowych).

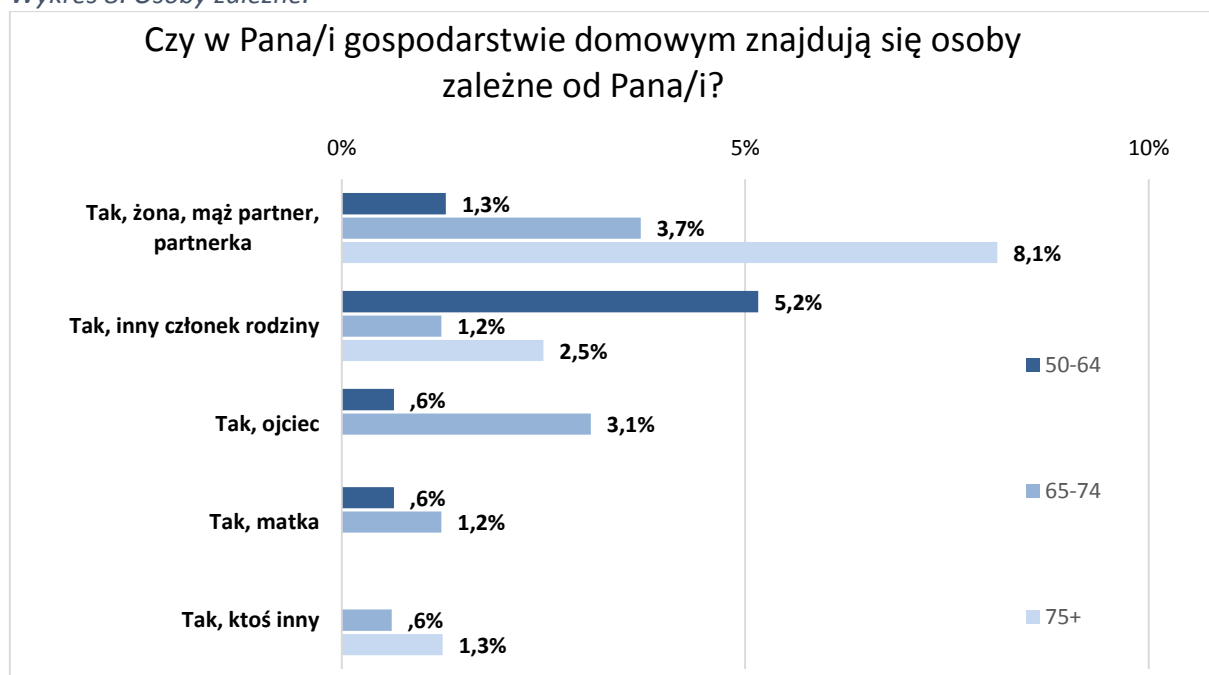
Wykres 7. Utrzymywanie finansowe dzieci.



Odpowiadają: wszyscy badani.

W najmłodszej grupie seniorów prawie jedna czwarta respondentów utrzymuje swoje dzieci. Jednakże dla starszych grup badawczych ten odsetek znacznie się zmniejsza. Wśród osób w wieku 65-74 już tylko co dwudziesty respondent utrzymuje swoje dzieci, a w najstarszej grupie ta liczba wykazuje się dalszym spadkiem do 3,7%. Dane potwierdzają tendencje wskazujące na stopniowe usamodzielnianie się dzieci, połączone z odejściami z domów rodzinnych. Można założyć, że sytuacje w których osoby po 65 roku życia utrzymują dzieci jest podyktowana wyjątkowymi okolicznościami.

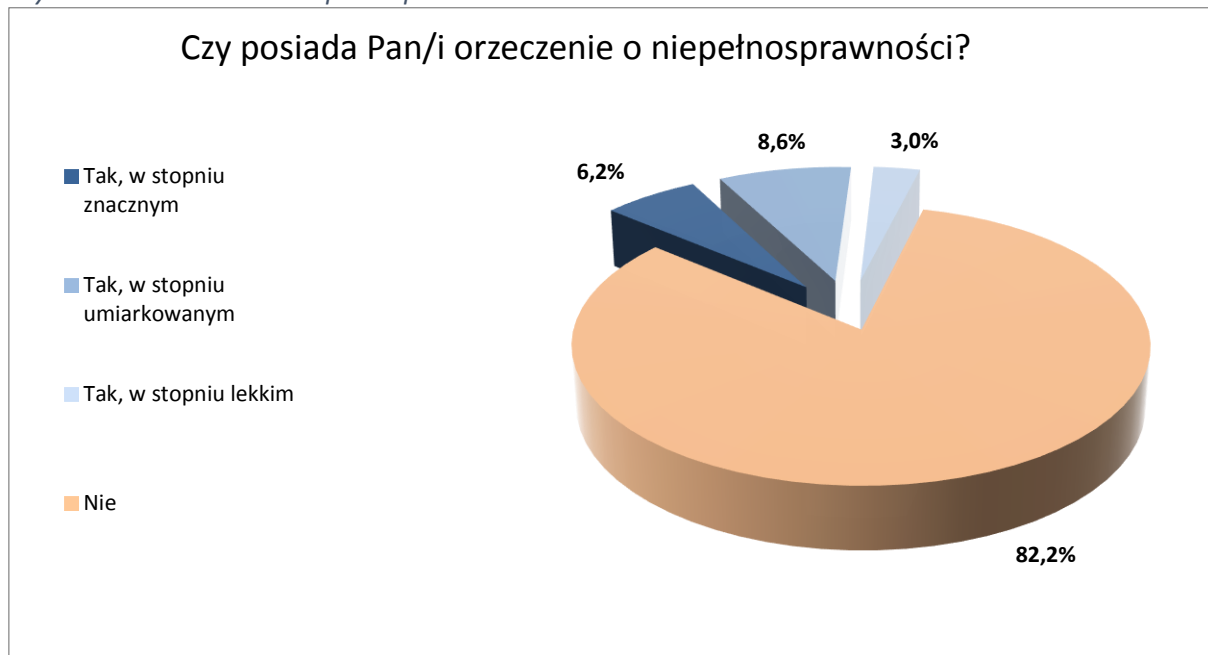
Wykres 8. Osoby zależne.



Odpowiadają: wszyscy badani.

W zdecydowanej większości gospodarstw domowych nie ma osób zależnych od respondentów. Badani powyżej 75 roku życia najczęściej (8,1%) opiekują się osobą, z którą pozostają w związku (np. partnerem, żoną, mężem). Wspomaganiem rodziców najczęściej zajmują się osoby ze średniej i młodszej grupy wiekowej (50-74 lata).

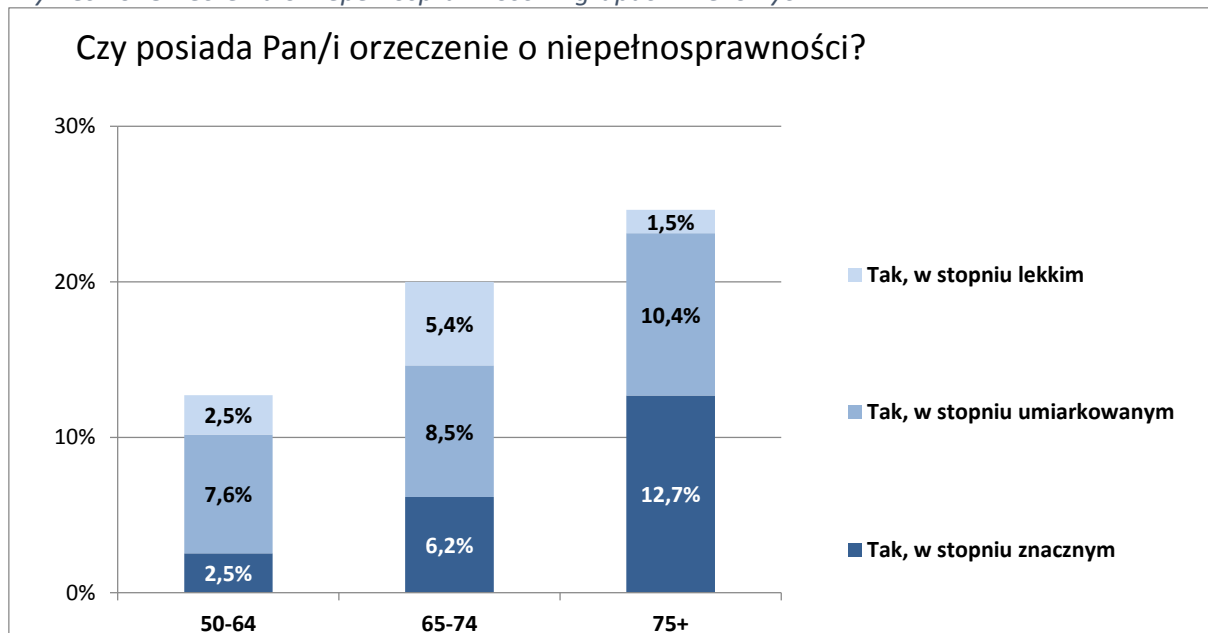
Wykres 9. Orzeczenia o niepełnosprawności.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Wśród osób badanych prawie jedna piąta posiada orzeczenie o niepełnosprawności (17,8%). Najczęściej jest to orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym (8,6%), lub znacznym (6,2%), rzadziej w stopniu lekkim (3%).

Wykres 10. Orzeczenia o niepełnosprawności w grupach wiekowych.

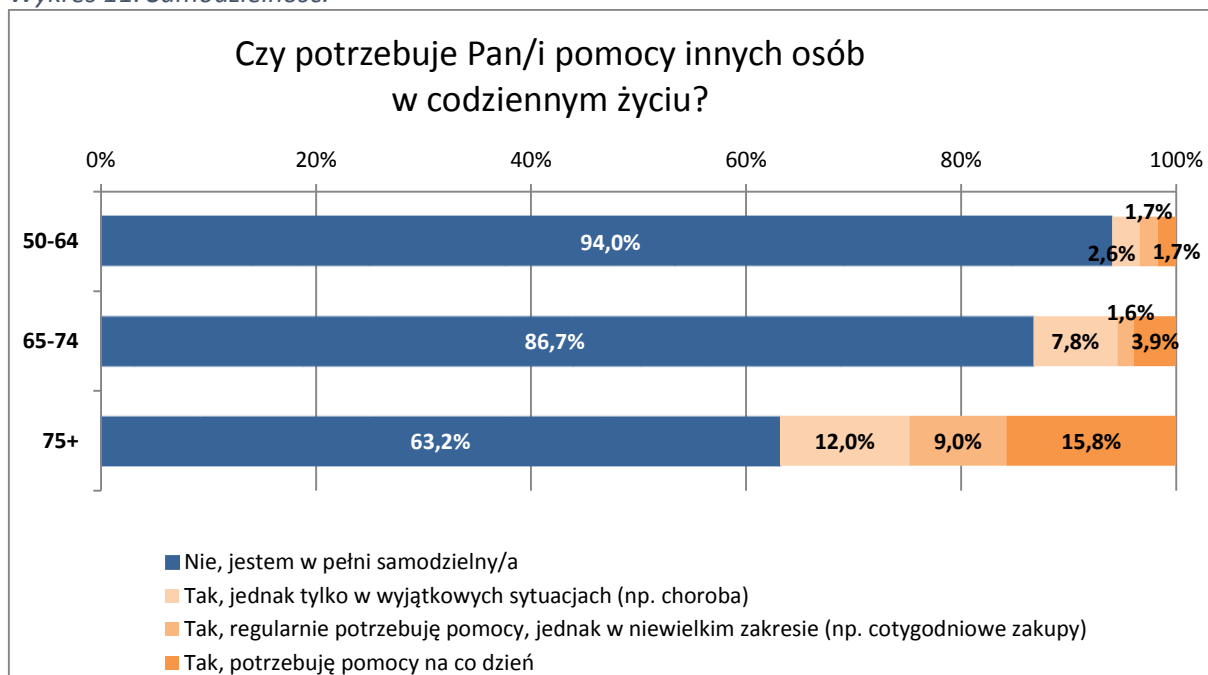


Odpowiadają: wszyscy badani. Wykres przedstawia tylko odpowiedzi twierdzące.

Wraz z wiekiem zwiększa się ilość problemów związanych z fizycznym funkcjonowaniem seniorów, co potwierdza się w liczbie osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności. Osoby z

grupy 75+ posiadają orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacznym sześciokrotnie częściej, niż badani między 50 a 65 rokiem życia (2,5%) i dwa razy częściej niż seniorzy w wieku 65-74 lata (6,2%). Ponadto możemy zauważyć, że osoby między 65 a 74 rokiem życia dwukrotnie częściej posiadają orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu lekkim niż osoby młodsze. Co więcej, wśród najstarszej grupy badawczej nieznaczne problemy z funkcjonowaniem deklaruje już tylko 1,5% badanych. Uzyskane dane potwierdzają trend wskazujący, że wraz z wiekiem seniorzy doświadczają coraz to poważniejszych problemów ze zdrowiem.

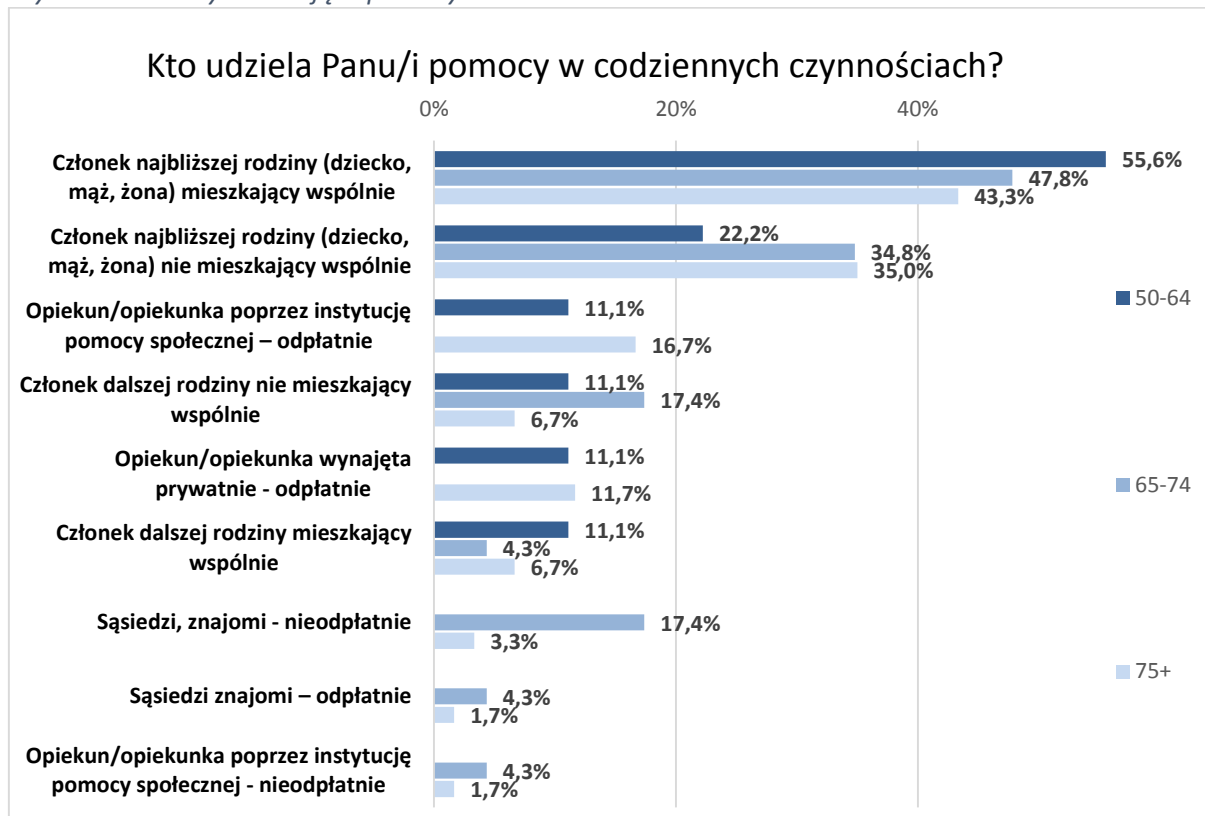
Wykres 11. Samodzielność.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Większość badanych seniorów deklaruje, że jest w pełni samodzielna. Wśród osób przed 75 r.ż. jest to prawie 90% respondentów, ale w grupie 75+ ten odsetek jest znacznie niższy (około 60%). Blisko jedna szóstą osób z tej grupy wiekowej deklaruje, że potrzebuje pomocy na co dzień, prawie tyle samo - w wyjątkowych sytuacjach, a jedna dziesiąta - regularnie, ale w niewielkim zakresie np. przy robieniu zakupów. W drugiej grupie badanych seniorów (65-74 lata) możemy zauważyć subtelny wzrost zapotrzebowania na pomoc, ponieważ wzrasta w tym okresie ilość potrzebnego wsparcia w sytuacjach wyjątkowych np. choroba.

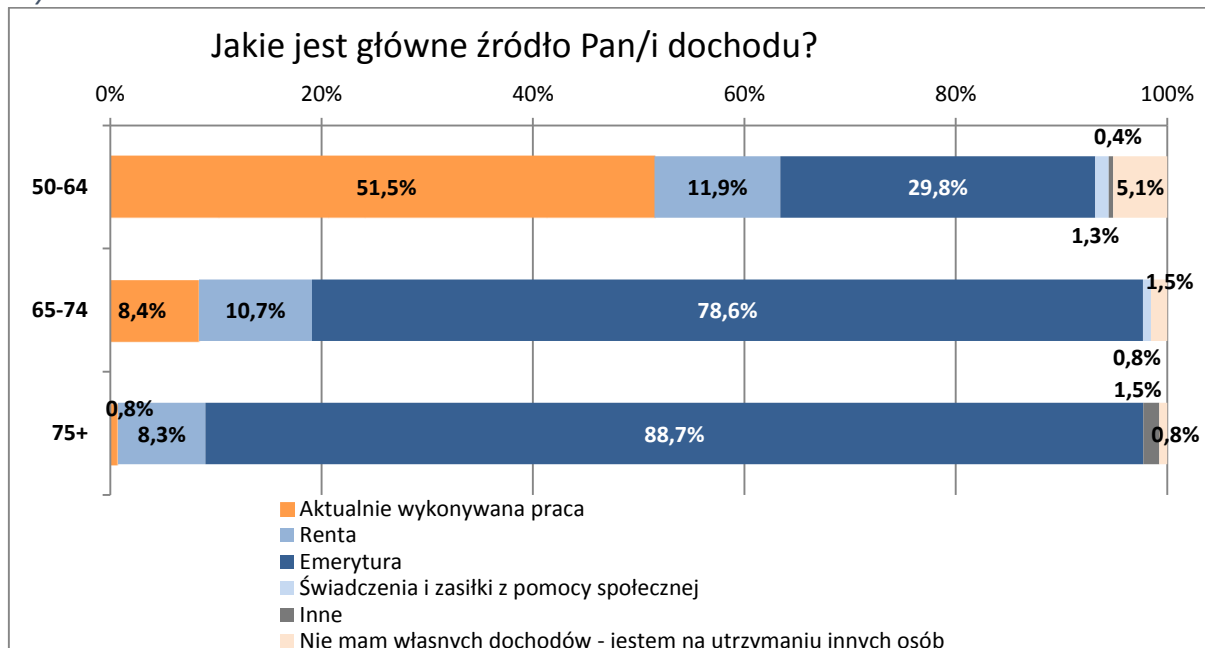
Wykres 12. Osoby udzielające pomocy.



Odpowiadają: osoby potrzebujące pomocy w codziennym życiu.

Dane wskazują, że najczęściej pomoc osobom starszym udziela zamieszkujący razem członek najbliższej rodziny, jednakże wraz z wiekiem respondenta ta tendencja obniża się, co może być związane z odchodzeniem dzieci z domów rodzinnych. Osobom starszym pomagają prawdopodobnie te same osoby, jednak nie zamieszkują one już razem. Warto zauważyć, że osoby w wieku poniżej 65 lat nie korzystają z pomocy sąsiadów. Seniorom od 65 roku zaczynają częściej pomagać ludzie z ich otoczenia sąsiedzkiego (nieodpłatnie lub odpłatnie). Zinstytucjonalizowana pomoc społeczna najczęściej dociera do osób 75+, ale także do osób w wieku 50-64 lata. Z prywatnej (odpłatnej) opieki korzystają tylko seniorzy najstarsi i najmłodszy. Analizując powyższy wykres należy pamiętać, że na pytanie odpowiadały tylko osoby potrzebujące pomocy w codziennym życiu.

Wykres 13. Główne źródło dochodów.

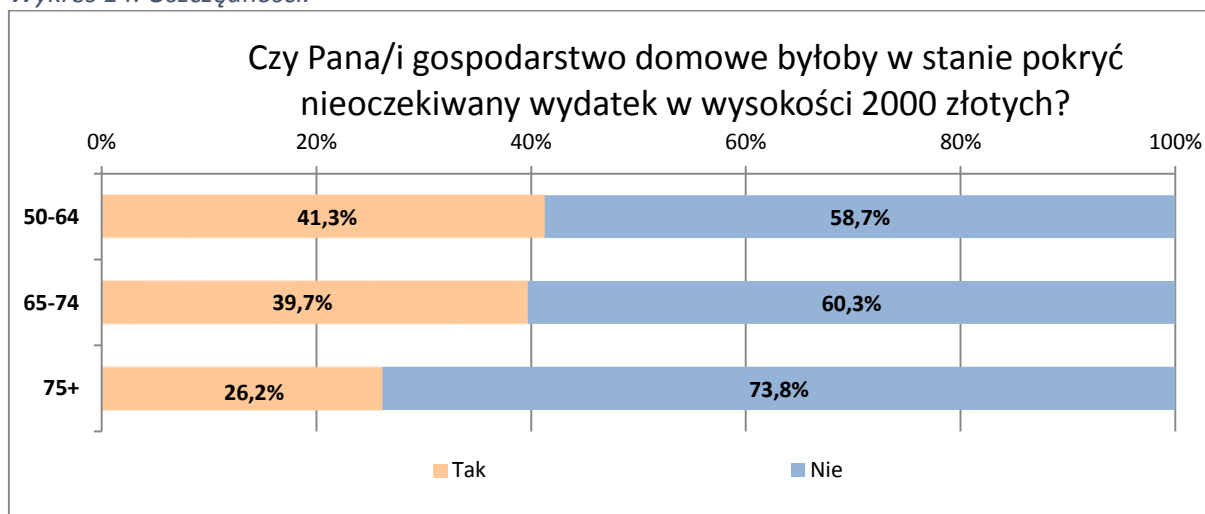


Odpowiadają: wszyscy badani.

Po 65 roku życia zdecydowanie wzrasta odsetek osób niepracujących, co związane jest z osiągnięciem wieku emerytalnego i przechodzeniem na emeryturę. Po 65 roku życia liczba osób pracujących spada pięciokrotnie, a osób na emeryturze jest ponad dwa razy więcej. Wśród najstarszych osób pojawia się również grupa korzystająca z innych źródeł dochodu, np. korzystaniu z pomocy dzieci lub/i wnuków ze względu na brak środków finansowych związany z większym zapotrzebowaniem na pieniądze, np. na zakup leków..

W ramach projektu postanowiono sprawdzić jak mieszkańcy Sopotu w wieku 50+ oceniają swoją sytuację materialną. W tym celu zadano m. in. pytanie o oszczędności.

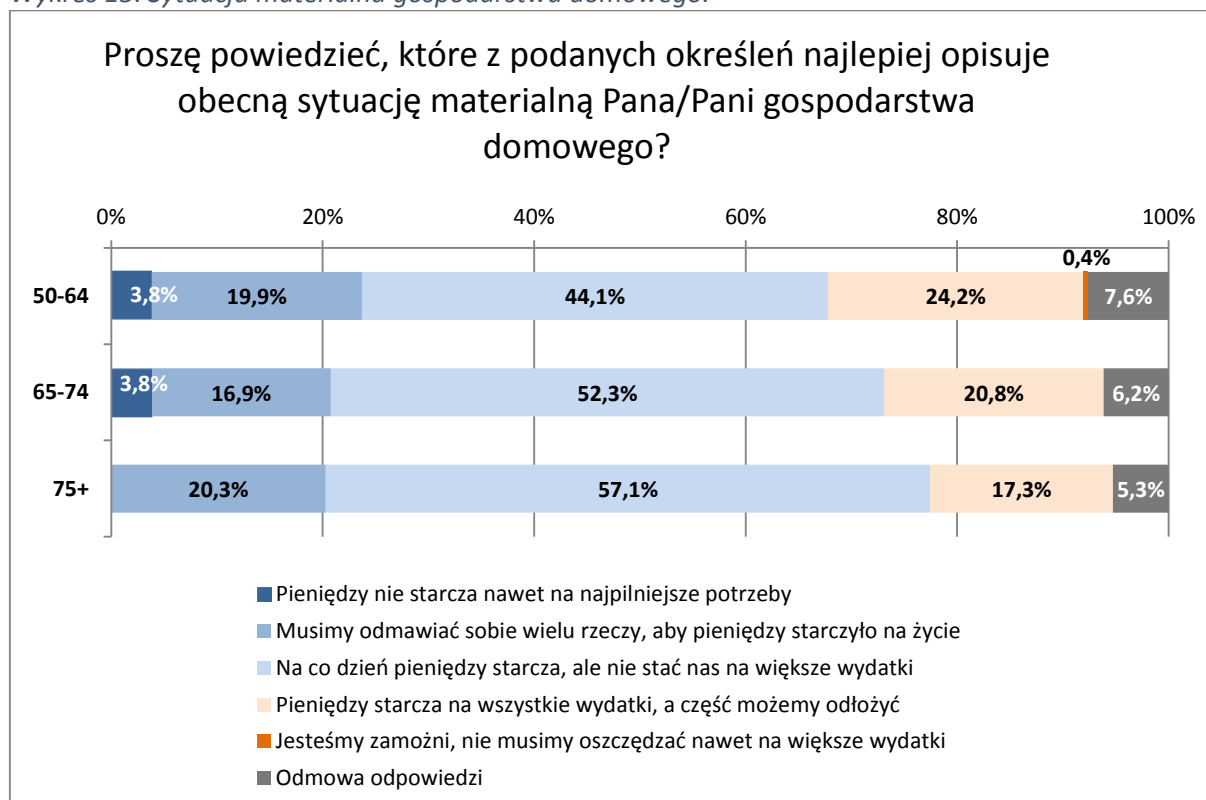
Wykres 14. Oszczędności.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Jak widzimy sytuacja materialna seniorów wraz z wiekiem pogarsza się. Znaczący spadek możemy zauważyć u osób 75+. W tej grupie już tylko jedna czwarta osób może pokryć nieoczekiwany wydatek w wysokości 2000 złotych. Osoby między 50 a 75 rokiem życia raczej nie różnią się pod względem możliwości finansowych i ponad połowa seniorów w tym wieku może pokryć niespodziewane wydatki.

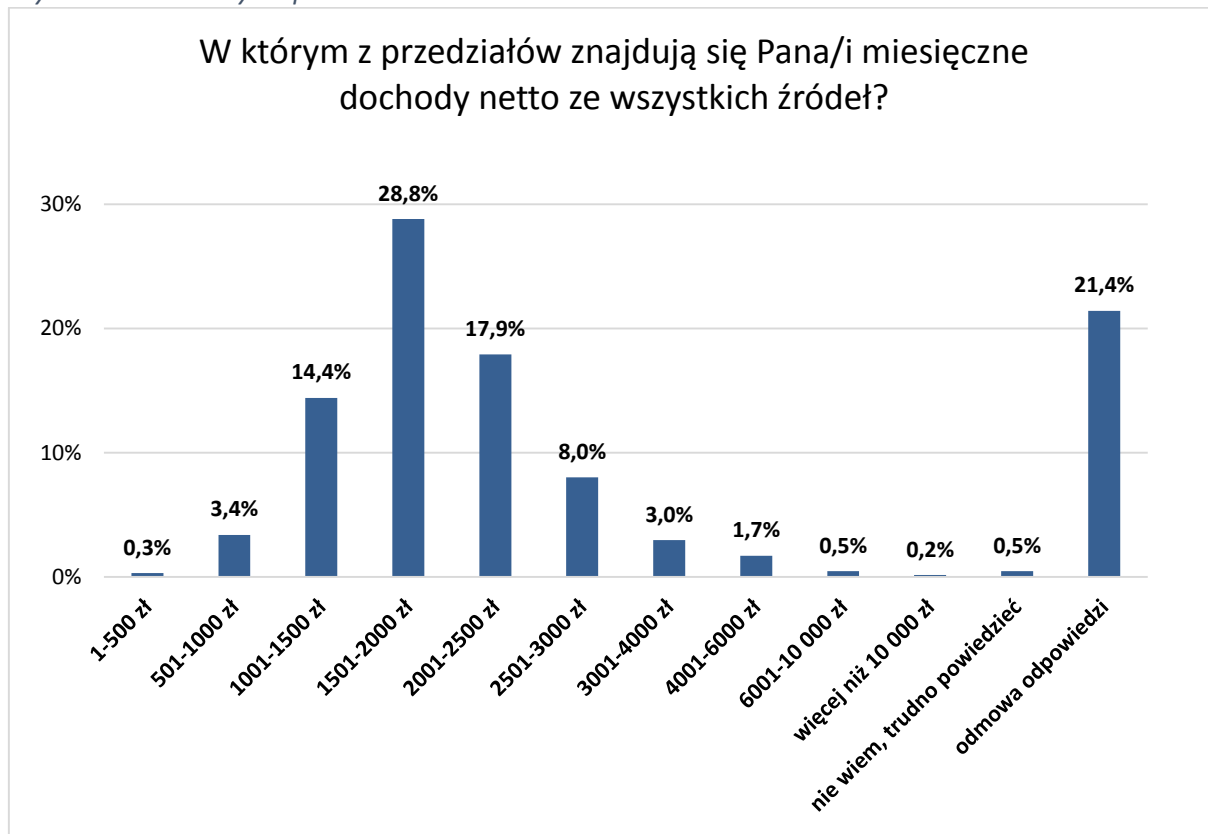
Wykres 15. Sytuacja materialna gospodarstwa domowego.



Odpowiadają: wszyscy badani.

W każdej z grup wiekowych badanej populacji ponad połowa osób deklaruje, że wystarczy jej pieniędzy na co dzień. Mimo to wraz z wiekiem seniorzy muszą coraz więcej oszczędzać, aby pozwolić sobie na większe wydatki. Co ciekawe, w najstarszej grupie brakuje osób, które deklarują, że brakuje im pieniędzy na najpilniejsze potrzeby. Być może jest to związane z większą oszczędnością osób starszych i zmniejszeniem ich wydatków na przyjemności, zabawę i rozrywkę.

Wykres 16. Dochody respondentów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

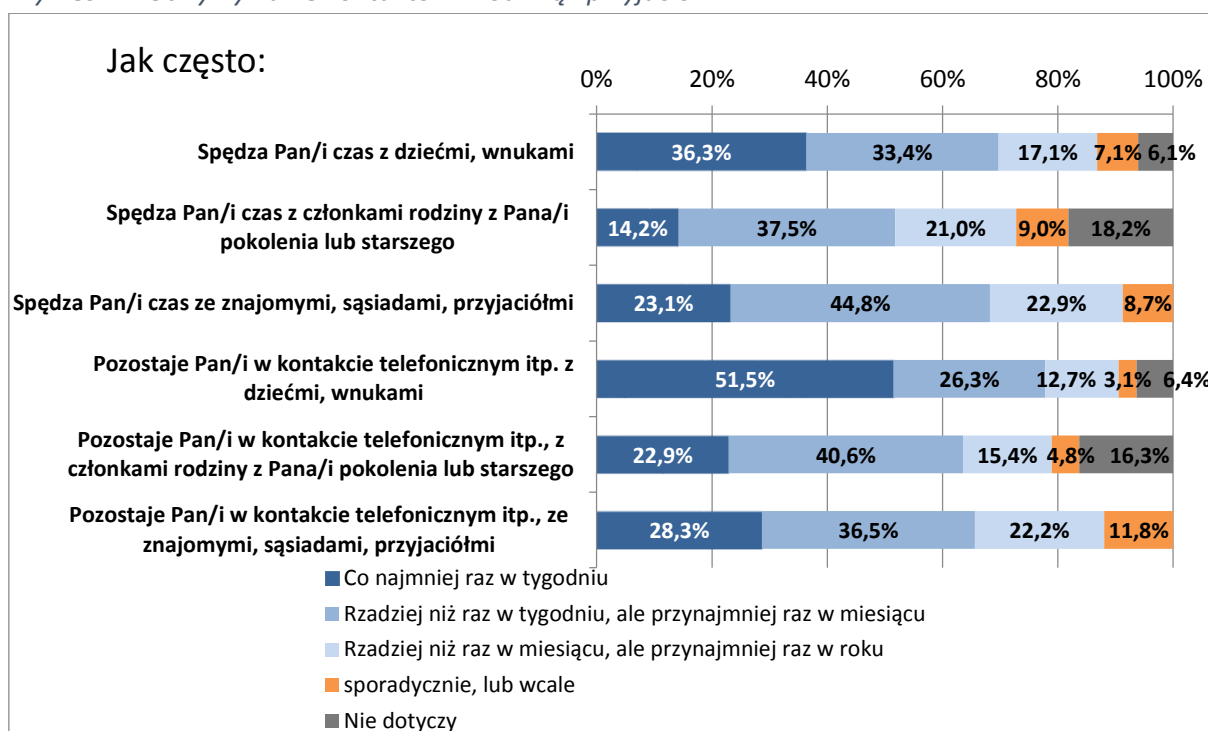
Dochody większości seniorów mieszczą się w między 1000-3000 złotych netto, co wydaje się potwierdzać wcześniejsze wnioski o umiarkowanie dobrej sytuacji materialnej mieszkańców Sopotu po 50 roku życia. Bardzo niewielki odsetek badanych (3,7%) uzyskuje dochody poniżej 1000 złotych netto, co stawia takie osoby w trudnej sytuacji w przypadku, gdy prowadzą jednoosobowe gospodarstwa domowe. Dochody 5,4% mieszkańców Sopotu przekraczają 3000 złotych. Analizując powyższy wykres należy pamiętać, że prezentuje on jedynie dochody respondenta, podczas gdy na sytuację materialną mają także wpływ dochody innych członków gospodarstwa domowego.

4. Aktywność seniorów

4.1. Aktywność społeczna

Podstawowym polem aktywności społecznej i międzyludzkiej jest rodzina i przyjaciele. Sopoccy seniorzy utrzymują z tymi grupami aktywne kontakty, zarówno bezpośrednie jak i telefoniczne, listowne i internetowe.

Wykres 17. Utrzymywanie kontaktów z rodziną i przyjaciółmi.



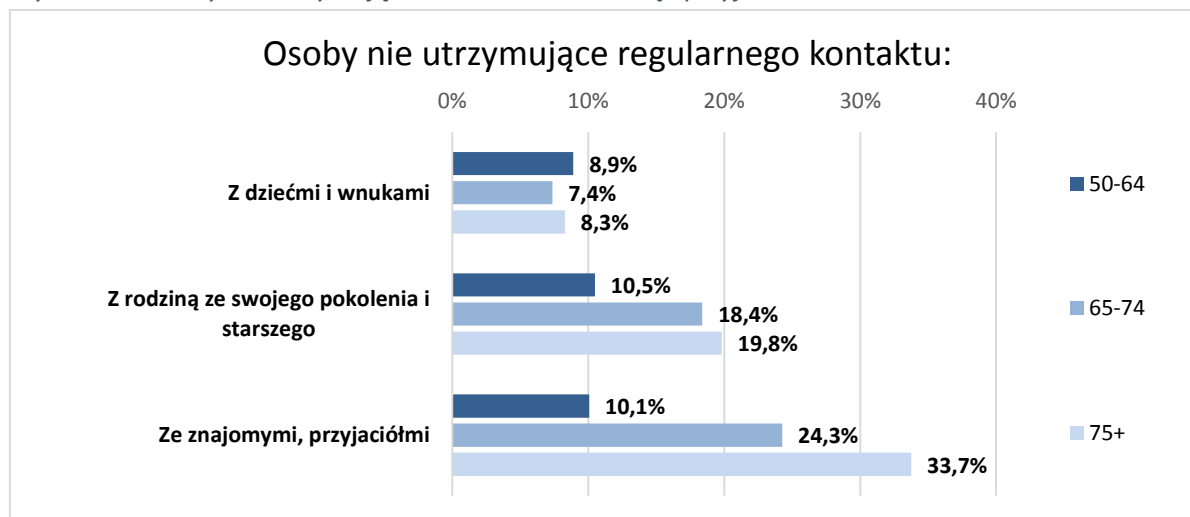
Odpowiadają: wszyscy badani.

Przynajmniej raz w miesiącu czas z dziećmi lub wnukami nie mieszkającymi razem spędza 70 procent mieszkańców Sopotu po 50 roku życia. Co druga osoba (51,7%) widuje się z taką częstotliwością z członkami rodziny ze swojego pokolenia lub starszego (rodzeństwem, rodzicami), przy czym co piąta osoba nie ma takiej możliwości (nie posiada żyjących, nie mieszkających razem członków rodziny ze swojego lub starszego pokolenia). Ponad dwie trzecie (67,9%) intensywnie spotyka się także ze znajomymi, przyjaciółmi lub sąsiadami.

Kontakty telefoniczne, listowne i internetowe w ramach rodziny są jeszcze częstsze niż kontakty osobiste. Ponad trzy czwarte seniorów pozostaje w takim kontakcie z dziećmi lub/i wnukami minimum raz miesiącu (77,8%), a ponad połowa (51,5%) przynajmniej raz w tygodniu. Także z członkami rodziny ze swojego lub starszego pokolenia częstsze są kontakty telefoniczne – 63,5 procent pozostających w kontakcie minimum raz w miesiącu. Z grupą przyjaciół, znajomych i sąsiadów kontakty telefoniczne i podobne są równie częste jak bezpośrednie spotkania.

Zdecydowana większość osób starszych, jeżeli ma taką możliwość utrzymuje regularne kontakty zarówno z członkami rodziny nie mieszkającymi wspólnie, jak i znajomymi sąsiadami, przyjaciółmi. Niestety nie wszyscy. Poniższy wykres prezentuje odsetek osób nieutrzymujących regularnych kontaktów (ani osobistych, ani telefonicznych) z rodziną i znajomymi z podziałem na wiek:

Wykres 18. Osoby nie utrzymujące kontaktów z rodziną i przyjaciółmi.

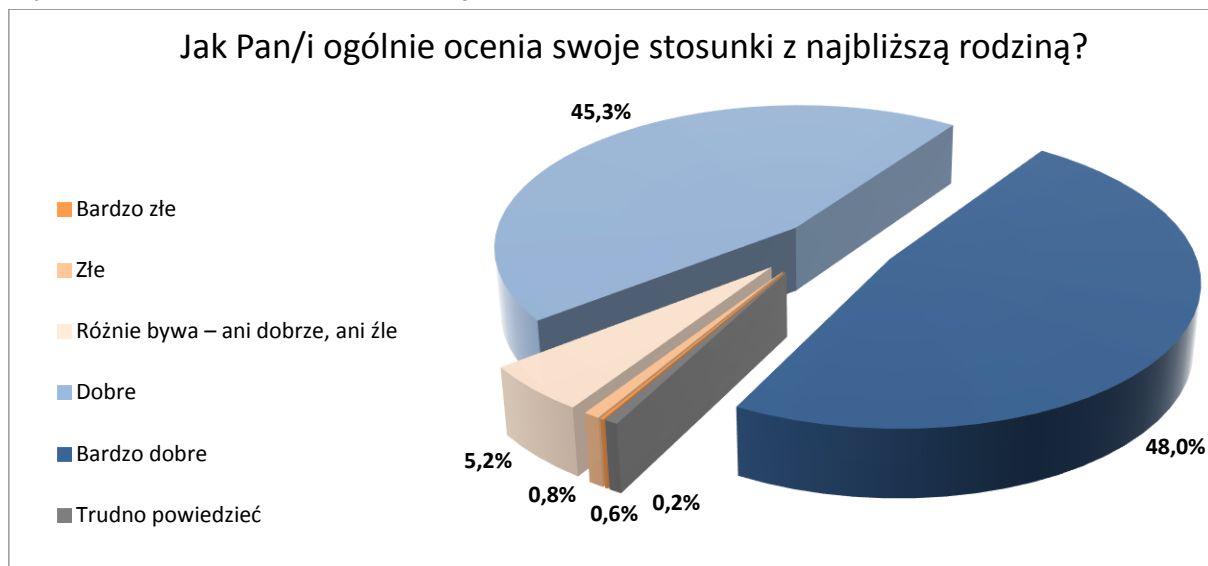


Odpowiadają: wszyscy badani.

Brak kontaktu z dziećmi i wnukami nie zależy od wieku. Około 8% mieszkańców Sopotu nie utrzymuje regularnego kontaktu w żadnej formie z młodszymi członkami swojej rodziny nie mieszkającymi razem, pomimo, że ma taką możliwość. Kontakty z rodzeństwem, rodzicami i innymi członkami rodziny z tego samego lub starszego pokolenia ulegają zmniejszeniu wraz z wiekiem. Co dziesiąta osoba w przedziale wiekowym 50-64 lata nie deklaruje utrzymywania takich kontaktów, a wśród osób starszych nawet co piąta. Znacznie wyraźniejszym ograniczeniu wraz z wiekiem ulegają kontakty ze znajomymi i przyjaciółmi. Wśród najmłodszych badanych jedna na dziesięć osób nie utrzymuje takich kontaktów, podczas gdy wśród najstarszych są to trzy osoby na dziesięć.

Brak lub bardzo rzadkie i nieregularne kontakty z rodziną mogą sugerować, że starsi mieszkańcy Sopotu mają złe relacje z rodzinami lub pozostają z nimi w konflikcie. Jednak zdecydowana większość Sopocian w wieku 50 lat i więcej dobrze ocenia swoje stosunki z najbliższą rodziną – 93,3 procent zagregowanych wskazań „dobre” i „bardzo dobre”. Jedynie co dwudziesty uważa je za „ani dobre, ani złe”, a nieliczni oceniają jako „złe”. Nie da się także zaobserwować powiązania między częstotliwością kontaktów, a oceną stosunków rodzinnych. Należy jednak pamiętać, że niemal we wszystkich badaniach sondażowych uzyskuje się deklaracje dobrych relacji w rodzinie. Dokładny rozkład odpowiedzi na pytanie o relacje rodzinne przedstawia wykres:

Wykres 19. Ocena stosunków z rodziną.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Powyższe wyniki nie różnią się od uzyskanych w ogólnopolskim badaniu *PolSenior*.¹ Zdecydowana większość badanych utrzymuje regularne kontakty z rodziną, zarówno bezpośrednie jak i telefoniczne. Najczęstsze, niezależnie od wieku są kontakty z młodszymi członkami rodzin (dzieci, synowie, zięciowie oraz wnuki), nieco rzadsze z osobami z tego samego i starszego pokolenia. Wraz z wiekiem zmniejsza się krąg osób otaczających osoby starsze, zarówno jeżeli chodzi o członków rodziny jak i (w jeszcze większym stopniu) znajomych i przyjaciół. Niewątpliwie głównym czynnikiem pozostaje tutaj biologia, a więc choroby lub/i śmierć członków rodziny oraz choroba/ograniczenie sprawności samych badanych.

W celu określenia poziomu aktywności społecznej, poza częstotliwością kontaktów z rodziną niezamieszkującą wspólnie oraz znajomymi i przyjaciółmi poproszono respondentów o ocenę, w jakim stopniu zgadzają się ze stwierdzeniami dotyczącymi poczucia osamotnienia oraz zadowolenia z kontaktów z innymi ludźmi. Na podstawie analizy czynnikowej każdemu stwierdzeniu przyporządkowano wagę, jaką ma odpowiedź na dane pytanie w ustalaniu zadowolenia z kontaktów międzyludzkich. Stwierdzenia do których odnosili się respondenci oraz ich wagę prezentuje tabela:

¹ *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce* pod. Red. M. Mossakowska, A. Więcek, P. Błędowski, Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań 2012.

Tabela 1. Składowe indeksu aktywności społecznej.

Stwierdzenie:	Waga:
A. Zawsze znajdzie się ktoś, z kim mogę porozmawiać o moich codziennych problemach	0,774
B. Chciałbym/abym mieć naprawdę bliskiego przyjaciela	0,190
C. Mam wrażenie, że otacza mnie pustka	0,729
D. Wokół mnie jest dużo ludzi, na których mogę polegać, gdybym miał/a kłopoty	0,570
E. Brakuje mi przyjemności, jaką daje mi przebywanie z innymi ludźmi	0,712
F. Mam wrażenie, że krąg moich przyjaciół i znajomych jest zawężony	0,529
G. W moim otoczeniu jest dużo ludzi, na których mogę liczyć	0,620
H. Wokół mnie jest wystarczająco dużo bliskich mi ludzi	0,679
I. Brakuje mi towarzystwa innych ludzi	0,800
J. Często czuje się odrzucona	0,785
K. Zawsze mogę wpaść do znajomych, jeśli ich potrzebuje	0,613

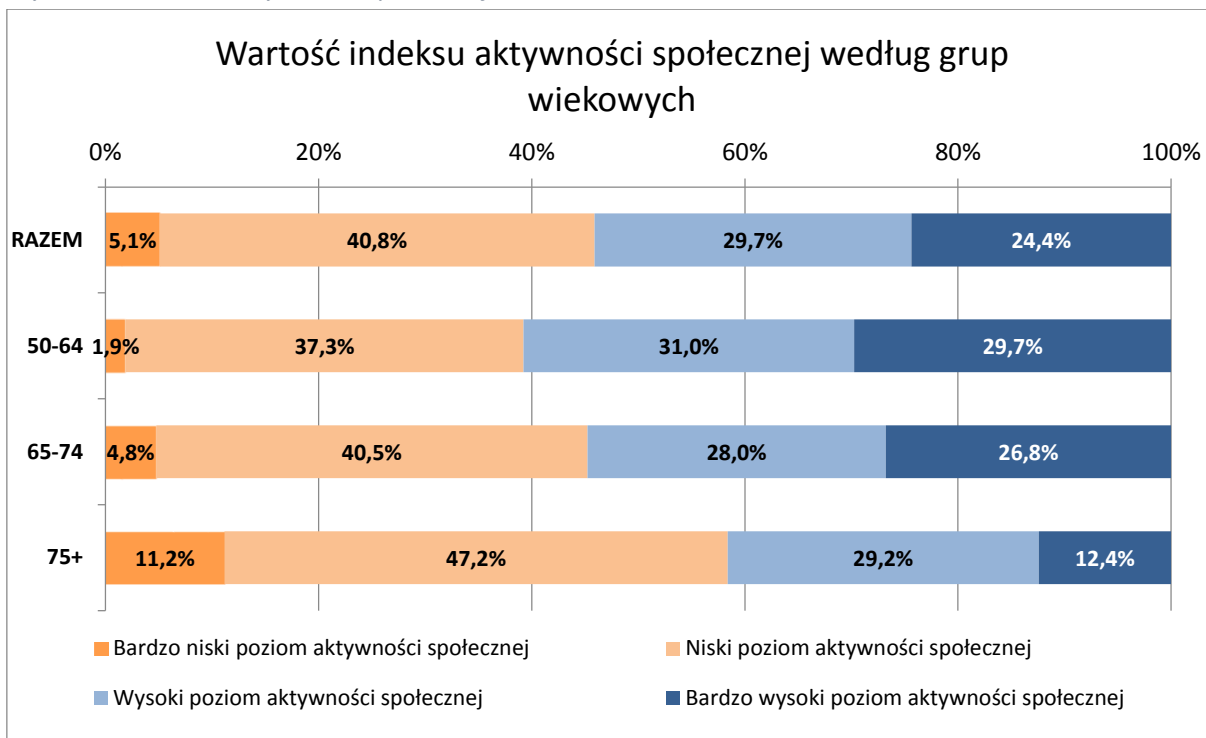
Przy każdym stwierdzeniu respondenci odpowiadali według skali: zdecydowanie się zgadzam, raczej się zgadzam, ani się zgadzam, ani nie zgadzam, raczej się nie zgadzam, zdecydowanie się nie zgadzam. Na podstawie rozkładów odpowiedzi oraz wagi każdego stwierdzenia, stworzono indeks aktywności społecznej, który przyjmuje wartości od 1 do 5, gdzie 1 oznacza wynik bardzo niski, świadczący o niskiej aktywności społecznej, osamotnieniu i braku satysfakcji płynącej z kontaktów z ludźmi, a 5 wynik bardzo wysoki, świadczący o zadowoleniu z kontaktów międzyludzkich. Respondenci, którzy nie ocenili wszystkich stwierdzeń (11 osób) nie zostali włączeni do analizy.

Średnia wartość indeksu aktywności społecznej wyniosła 3,7 z odchyleniem standardowym 0,83 punktu. Oznacza to, że sopoccy seniorzy częściej zgadzali się ze stwierdzeniami pozytywnymi, wyrażającymi zadowolenie z relacji międzyludzkich, a rzadziej z negatywnymi, mogącymi świadczyć o osamotnieniu. Na podstawie rozkładu odpowiedzi respondentów przydzielono do jednej z 4 grup:

Tabela 2. Grupy na podstawie indeksu aktywności społecznej.

Nazwa grupy na podstawie wartości indeksu	Zakres wartości:
Bardzo niski poziom aktywności społecznej	0 – 2,5
Niski poziom aktywności społecznej	2,51 – 3,5
Wysoki poziom aktywności społecznej	3,51 – 4,5
Bardzo wysoki poziom aktywności społecznej	4,51 – 5

Wykres 20. Indeks aktywności społecznej.

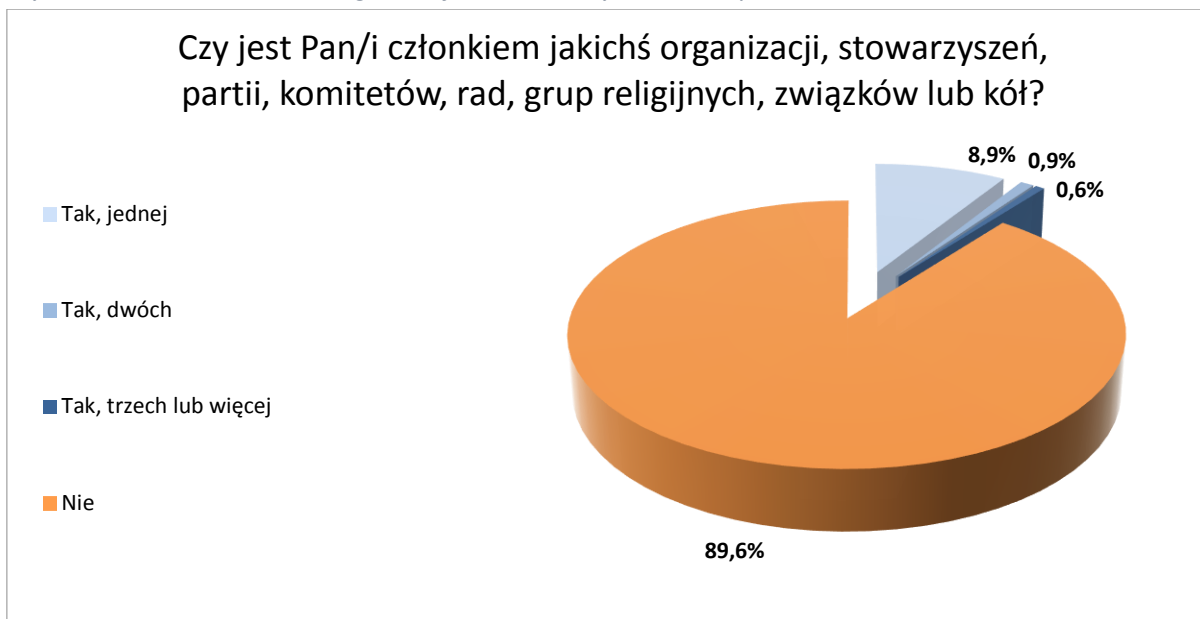


Odpowiadają: wszyscy badani.

Jak widać na wykresie odsetek osób o niskiej aktywności społecznej, odczuwających osamotnienie rośnie wraz z wiekiem (od około 2 procent w najmłodszej badanej grupie do ponad 11 procent w najstarszej). Można także zauważyć zmiany wysokości wskaźnika w zależności od wykształcenia (im wyższe tym wyższa wartość indeksu) oraz wielkości gospodarstwa domowego (im większe gospodarstwo domowe tym wyższa wartość indeksu).

W ramach badania w celu zdiagnozowania aktywności społecznej sopocky seniorzy byli także pytani o członkostwo w organizacjach, stowarzyszeniach, zrzeszeniach itp. Co dziesiąty mieszkaniec Sopotu w wieku 50+ jest członkiem jakiejś organizacji i większość (8 na 10) obecnie aktywnie w niej działa. Zdecydowanie wyższą od średniej aktywność w tej sferze deklarują osoby z wyższym wykształceniem, wśród których taką aktywność podejmuje co piąta z nich.

Wykres 21. Członkostwo w organizacjach, stowarzyszeniach itp.

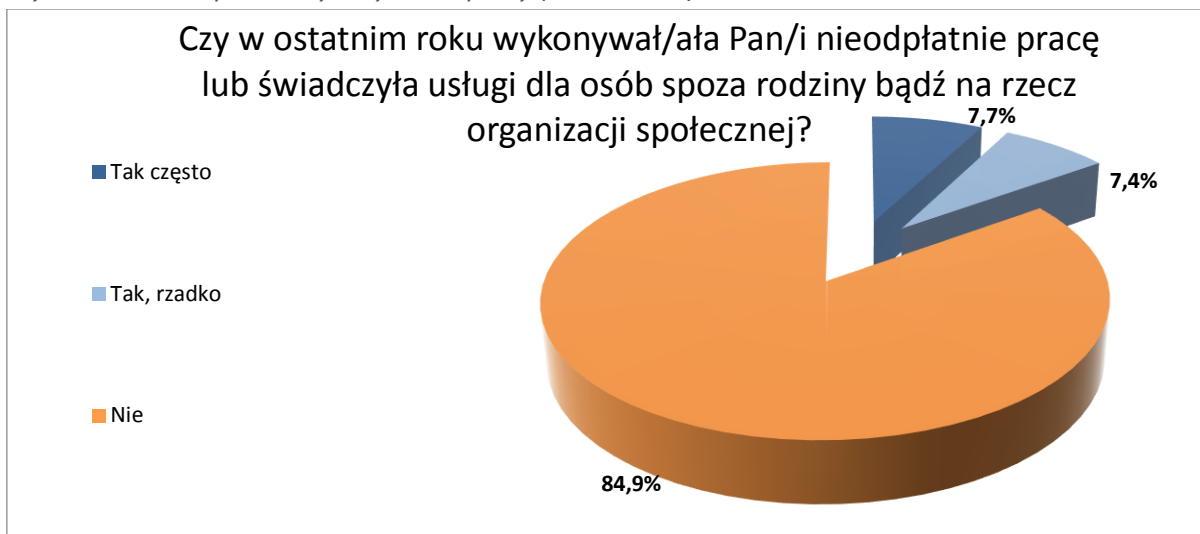


Odpowiadają: wszyscy badani.

Najczęściej badani należą do organizacji religijnych, biznesowych lub partii politycznych, jednak ze względu na niskie liczebności oraz bardzo duże zróżnicowanie odpowiedzi nie można stwierdzić jednoznacznie, jakie profile działalności są bardziej popularne wśród mieszkańców Sopotu po pięćdziesiątym roku życia. Wyniki uzyskane w badaniu są zbliżone do wyników *Diagnozy Społecznej*.²

Sopoccy seniorzy rzadko (15,1%) deklarują nieodpłatne wykonywanie pracy lub świadczenie usług jako wolontariusz na rzecz osób spoza rodziny lub/i organizacji społecznych.

Wykres 22. Nieodpłatne wykonywanie pracy (wolontariat).

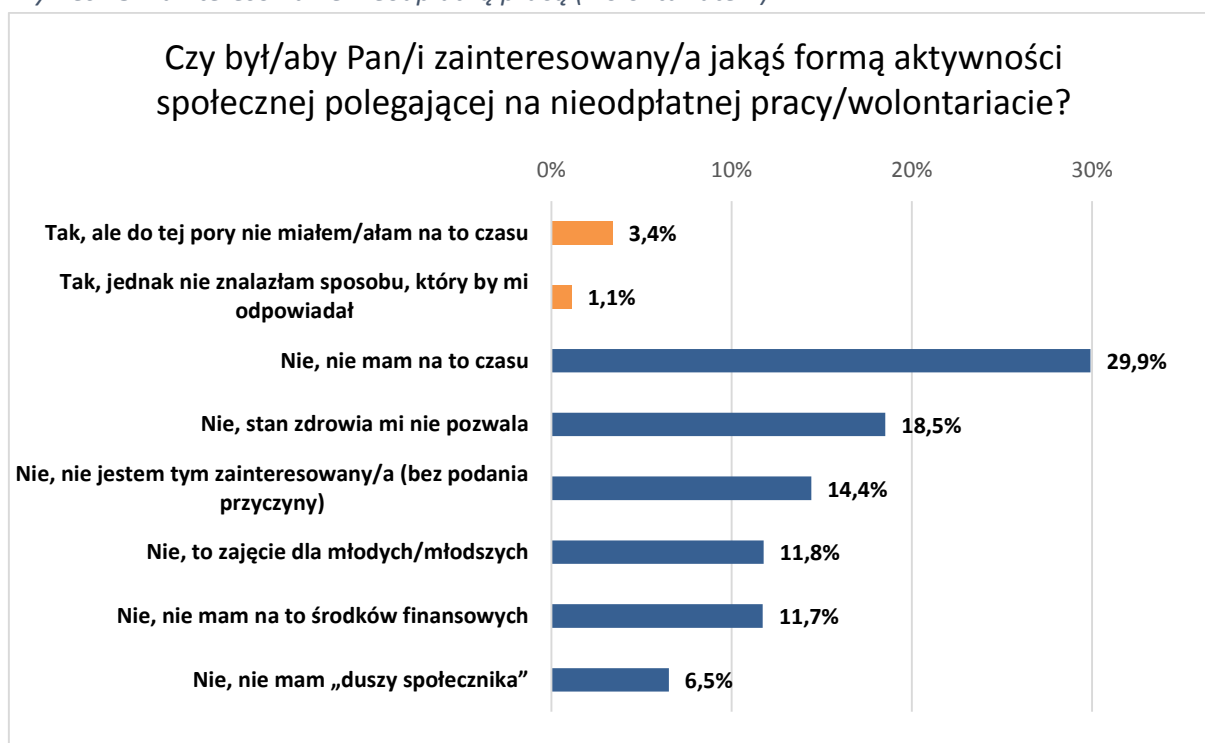


Odpowiadają: wszyscy badani.

²Diagnoza społeczna 2013. Warunki i jakość życia Polaków.

Prawie 85 procent badanych w ciągu ostatniego roku nie wykonywało żadnej pracy, ani nie świadczyło nieodpłatnie żadnych usług dla osób spoza rodziny lub/i organizacji społecznych. 7,7 procent mieszkańców zadeklarowało, że podejmowało takie działania często i podobny odsetek (7,4%) - że podejmowało je rzadko. Odsetek osób podejmujących się wolontariatu lub/i pomocy społecznej jest najwyższy wśród osób z wyższym wykształceniem i nie zależy od pozostałych zmiennych demograficznych (płeć, wiek). Osoby nie podejmujące dotychczas działań tego typu najczęściej nie są nimi zainteresowane:

Wykres 23. Zainteresowanie nieodpłatną pracą (wolontariatem).



Odpowiadają: osoby które w ostatnim roku nie podejmowały aktywności społecznej polegającej na nieodpłatnej pracy (wolontariacie).

Najczęstszym powodem braku zainteresowania wolontariatem, pomocą sąsiedzka i podobnymi działaniami wśród seniorów jest brak czasu. Należy jednak zauważyć, że tę odpowiedź wskazują najczęściej osoby w wieku 50-64 lata (39,2% wskazań), które często są jeszcze aktywne zawodowo. Wraz z wiekiem powód ten traci na znaczeniu (27,7% w grupie 65-74 i tylko 16,3% wskazań w grupie 75+), zyskuje natomiast na znaczeniu stan zdrowia (12,2% w najmłodszej grupie wiekowej i 29,6% w najstarszej) oraz przekonanie, że „to zajęcie dla młodych/młodszych (4,8% wśród najmłodszych i 24,4% wśród najstarszych).

Podsumowując aktywność społeczną seniorów trzeba podkreślić, że podstawowym kręgiem społecznym, w którym są aktywni jest rodzina, a zwłaszcza dzieci i wnuki. Sopoccy seniorzy na przedpolu starości i w jej pierwszej fazie utrzymują także regularne kontakty ze znajomymi i przyjaciółmi, jednak wraz z wiekiem stają się one coraz rzadsze (także ze względów biologicznych).

Mieszkańcy Sopotu powyżej 50 roku życia w większości są zadowoleni z ilości i jakości swoich kontaktów międzyludzkich, jednak istnieje grupa, która odczuwa ich zdecydowany brak, czuje się osamotniona. Najczęściej dotyczy to osób po 75 roku życia, mieszkających samotnie, wdowców/wdów i osób rozwiedzionych.

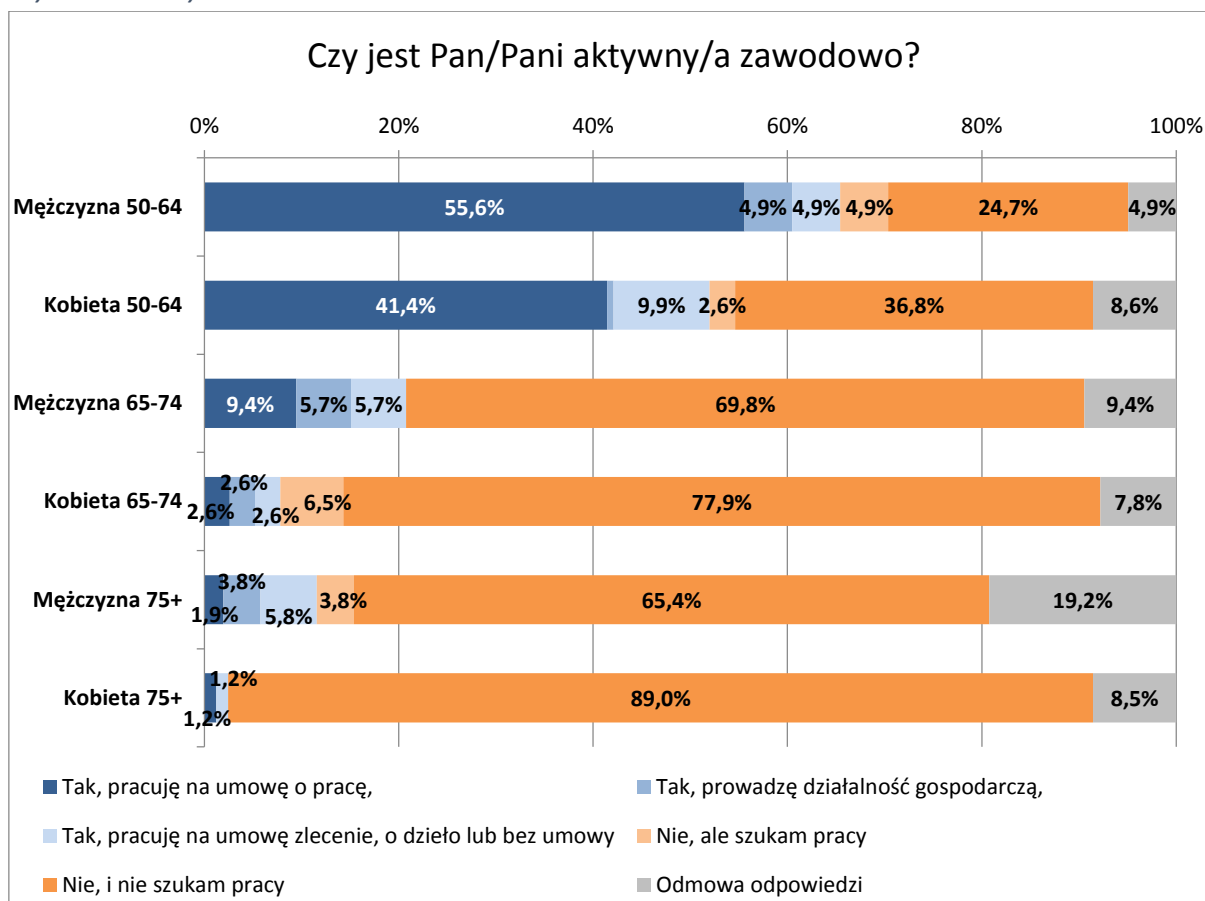
Zdecydowana większość Sopocian po 50 roku życia nie należy do żadnych organizacji, nie podejmuje się wolontariatu, ani pomocy sąsiedzkiej. W zależności od wieku najczęstszymi powodami bierności w tym zakresie jest brak czasu (osoby młodsze), stan zdrowia i przekonanie, że to zajęcie dla młodych/młodszych (osoby starsze).

Przyglądając się aktywności społecznej starszych mieszkańców Sopotu należy podkreślić, że zdecydowana większość z nich utrzymuje aktywne kontakty międzyludzkie. Podstawowym otoczeniem seniorów niezależnie od wieku jest ich rodzina, zwłaszcza dzieci i ich partnerzy oraz wnuki. Aktywne kontakty ze znajomymi utrzymują głównie osoby w wieku 50-64 lat, wraz z wiekiem jednak coraz więcej z nich dobrowolnie lub przymusowo zaprzestaje takich kontaktów. Podsumowaniem aktywności społecznej jest indeks aktywności społecznej, którego wartości wskazują, że badani w większości są usatysfakcjonowani swoim otoczeniem i życiem towarzyskim, istnieje jednak grupa osób pozbawiona kontaktów międzyludzkich, która odczuwa osamotnienie (niski poziom wskaźnika aktywności społecznej). Odsetek takich osób jest najwyższy wśród osób najstarszych.

4.2. Aktywność zawodowa.

Aktywność zawodowa to aspekt, w którym w naturalny sposób występują bardzo duże różnice pomiędzy badanymi grupami, ponieważ najmłodsza grupa znajduje się jeszcze w wieku produkcyjnym, podczas gdy dwie starsze grupy posiadają już uprawnienia do świadczeń emerytalnych.

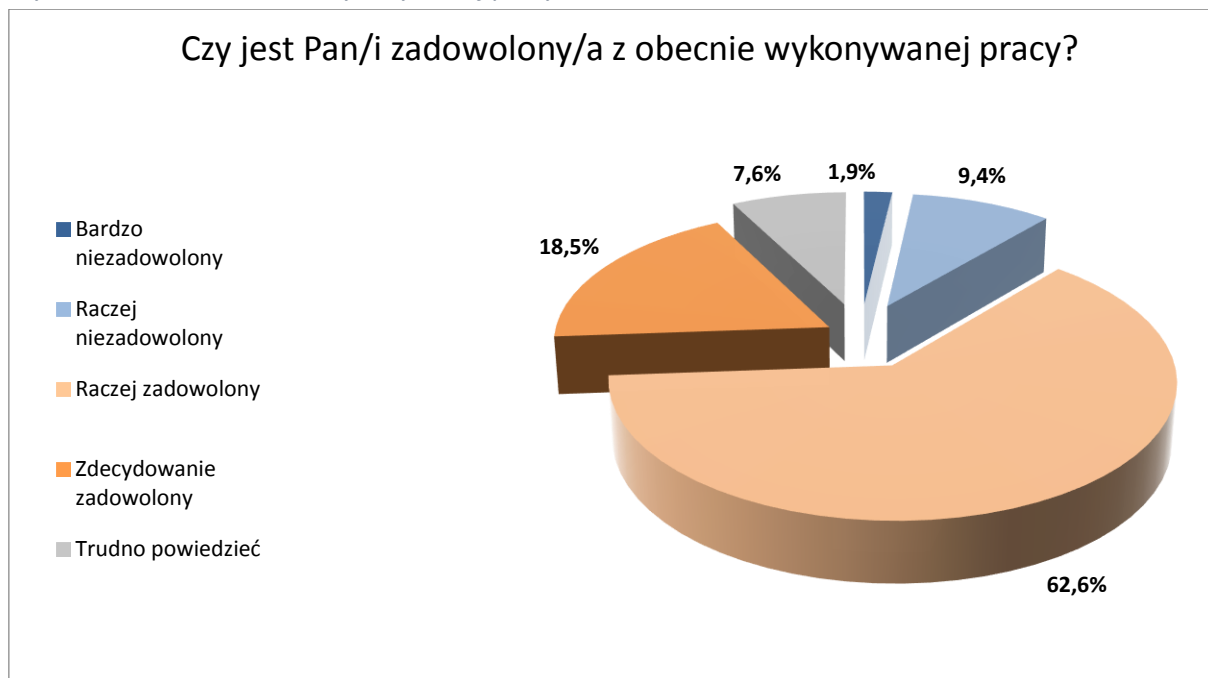
Wykres 24. Aktywność zawodowa.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Aktywność zawodowa seniorów oprócz wieku zależy także od płci. Wśród mężczyzn w grupie wiekowej 50-64 lata aktywnych zawodowo jest dwie trzecie mężczyzn (65,4%) i połowa (52%) kobiet. Wraz z osiągnięciem wieku emerytalnego aktywność zawodowa znacznie spada – wśród mężczyzn w wieku 65-74 lata wynosi 20,8 procent, wśród kobiet jedynie 7,8 procent, a po 75 roku życia – odpowiednio 11,5 procent wśród mężczyzn i 2,4 procent wśród kobiet. Osoby, które przestają być aktywne zawodowo przechodzą na emeryturę (ewentualnie rentę, świadczenie przedemerytalne) i nie poszukują pracy.

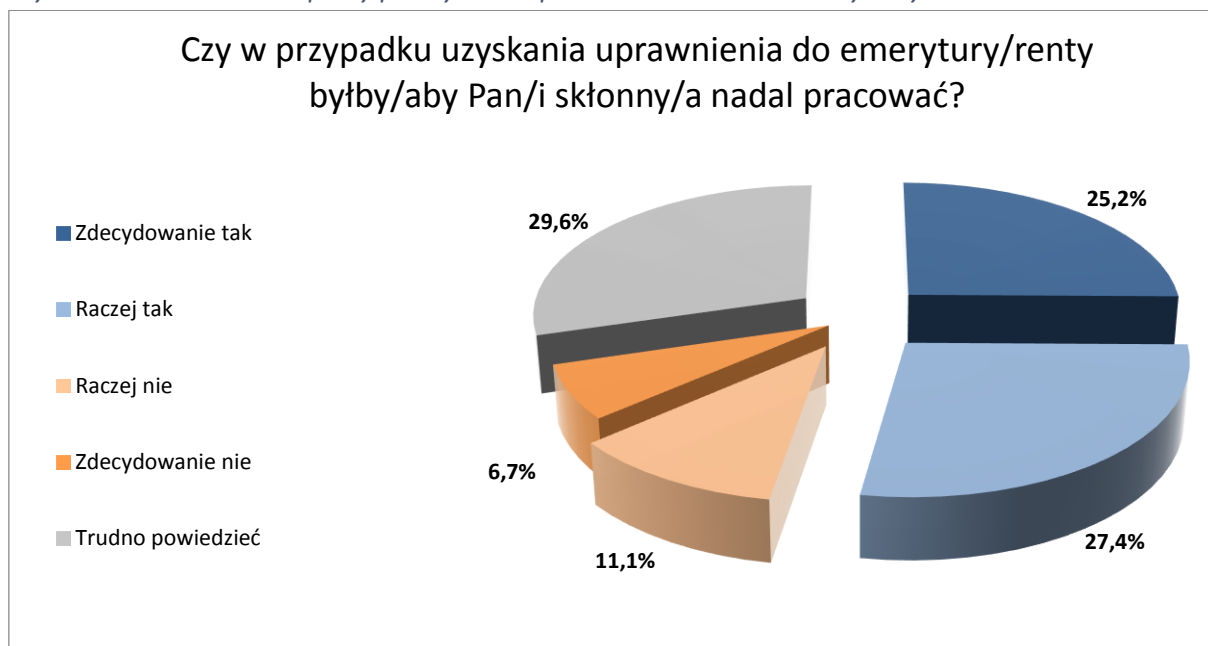
Wykres 25. Zadowolenie z wykonywanej pracy.



Odpowiadają: aktywni zawodowo.

Zdecydowana większość mieszkańców Sopotu, którzy są aktywni zawodowo jest raczej zadowolona (62,6%) lub bardzo zadowolona (18,5%) z obecnie wykonywanej pracy. Warto zauważyć, że odpowiedzi negatywne pojawiły się tylko w grupie wiekowej 50-64 lata, co można tłumaczyć tym, że osoby te w większości nie mają jeszcze prawa do emerytury i pracować muszą, podczas gdy starsi najczęściej pracują tylko wtedy, jeżeli czują taką potrzebę.

Wykres 26. Skłonność do pracy po uzyskaniu prawa do świadczeń emerytalnych.



Odpowiadają: aktywni zawodowo w wieku 50-64 lata.

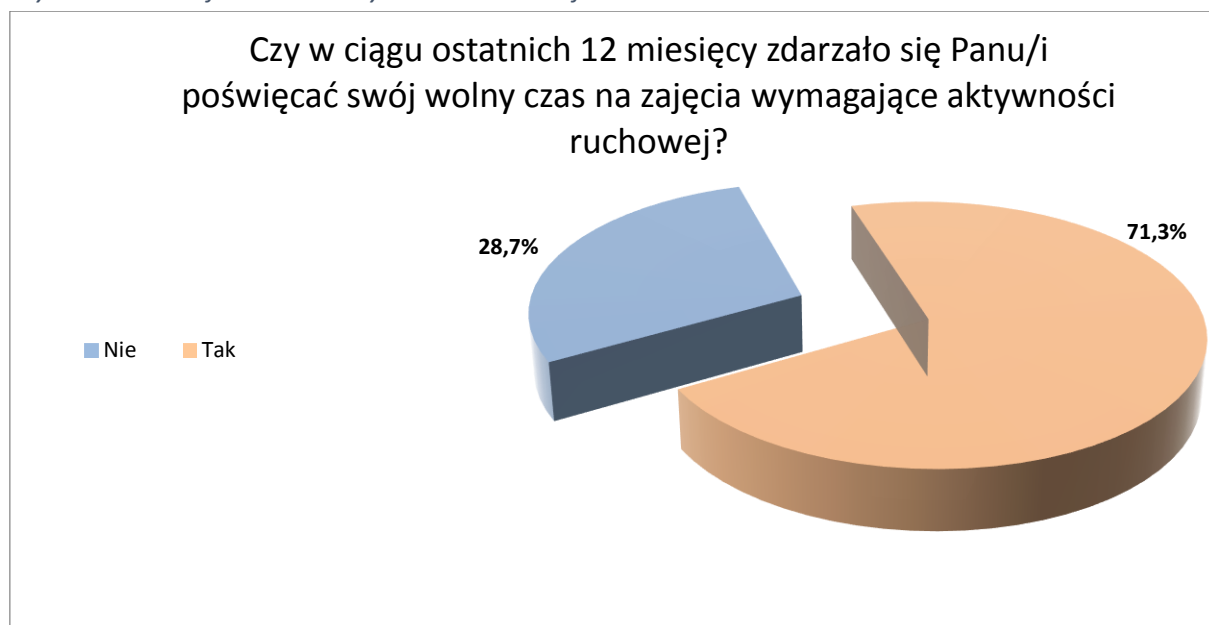
W grupie badanych w wieku 50-64 lata bardzo wiele osób deklaruje, że w przypadku osiągnięcia uprawnień emerytalnych byliby skłonni nadal pracować (52,7% zagregowanych odpowiedzi „raczej tak” i „zdecydowanie tak”). Niemal co trzeci badany nie potrafił jednoznacznie odpowiedzieć na to pytanie i tylko 17,8% nie jest skłonna do pracy po osiągnięciu uprawnień emerytalnych.

Sopoccy seniorzy wykazują się wysoką aktywnością zawodową, wielu z nich pracuje nadal po osiągnięciu wieku emerytalnego. Także wśród osób w wieku 50-64, w większości nie posiadających jeszcze prawa do emerytury połowa deklaruje chęć dalszej pracy po uzyskaniu prawa do świadczeń emerytalnych. Zdecydowana większość aktywnych zawodowo osób jest zadowolona ze swojej pracy, co potwierdza, że respondenci pracujący po 65 roku życia często pracują nie tylko dlatego, że wymaga tego sytuacja materialna, ale także ze względu na satysfakcję i spełnienie, jakie daje praca zawodowa.

4.3 Aktywność fizyczna.

Aktywność fizyczna jest bardzo ważnym elementem życia człowieka. Pomaga podtrzymać zdrowie i sprawność, co przekłada się na wiele innych aspektów życia osób starszych. Sopoccy seniorzy w większości podejmują rekreacyjną aktywność fizyczną.

Wykres 27. Podejmowanie aktywności ruchowej.



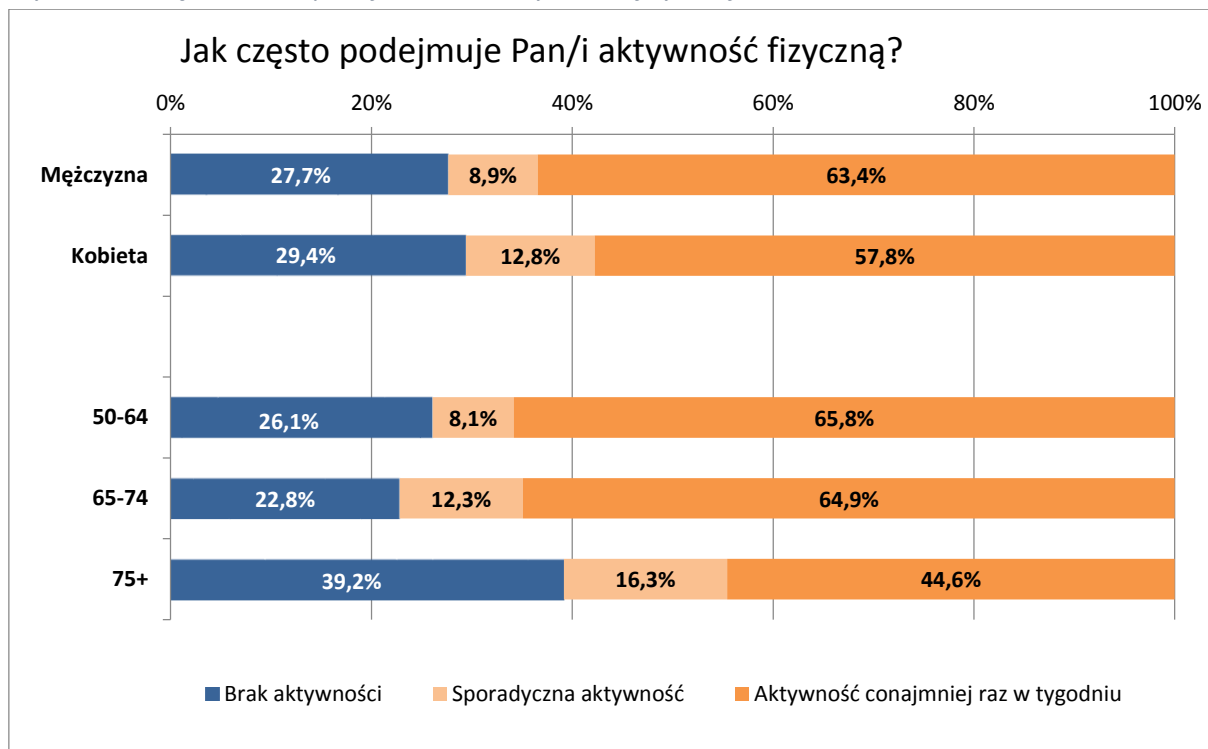
Odpowiadają: wszyscy badani.

28,7 procent mieszkańców Sopotu deklaruje brak aktywności fizycznej, odsetek ten rośnie wraz wiekiem. Wśród osób w wieku 50-64 i 65-74 jest podobny i wynosi odpowiednio 26,1 procent i 22,8 procent – wśród najstarszych (75 i więcej lat) wynosi aż 39,2 procent.

Aby określić poziom aktywności fizycznej zapytano mieszkańców Sopotu o wykonywanie następujących czynności: Nordic Walking, długie spacery i piesze wycieczki, ćwiczenia gimnastyczne i aerobik, jazda na rowerze, bieganie, pływanie, jazda na nartach, gry zespołowe, żeglarstwo, jeździectwo, tenis ziemny, tenis stołowy, taniec, praca na działce lub w ogrodzie i zbieranie grzybów. Poniższy wykres prezentuje częstość wykonywania co najmniej jednej z podanych czynności.

Badani zostali poproszeni o określenie, jak często odbywają krótkie spacery w okolicy domu. Pytanie to nie zostało włączone do analizy aktywności fizycznej, ponieważ wymaga znacznie mniej wysiłku niż pozostałe aktywności i nie jest traktowane jako rekreacyjne uprawianie sportu.

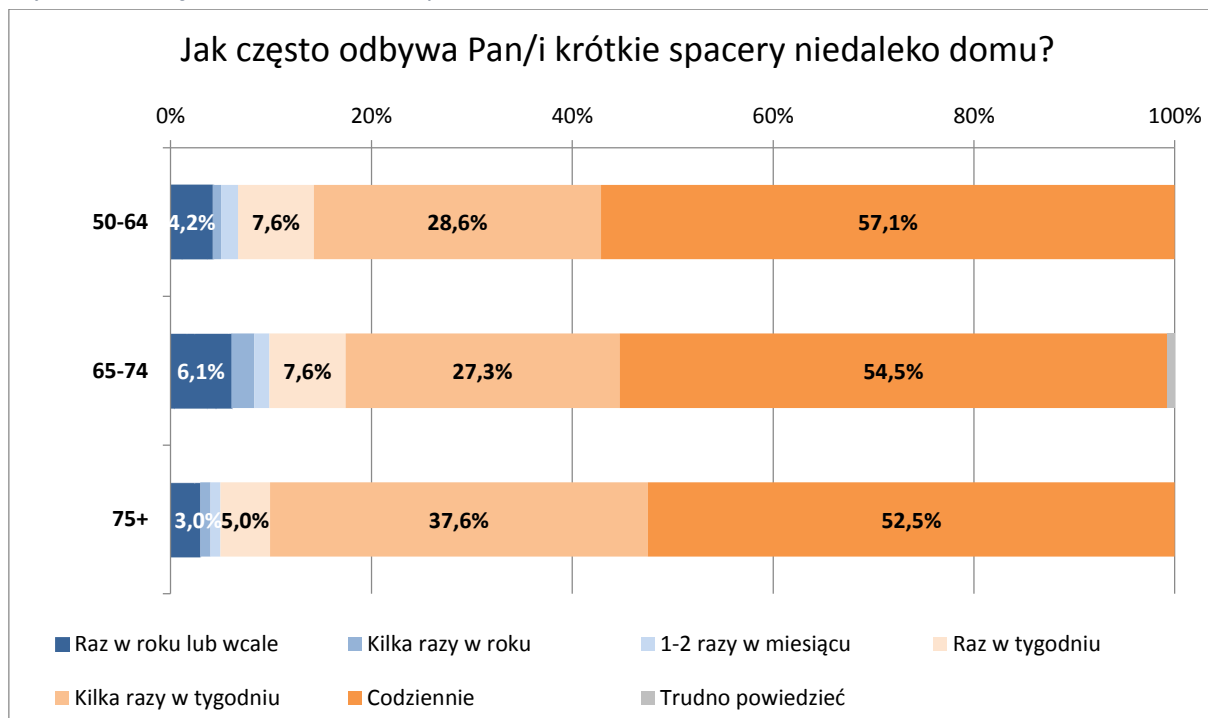
Wykres 28. Częstotliwość podejmowania aktywności fizycznej.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Niezależnie od wieku oraz płci większość osób, które podejmują aktywność fizyczną robi to regularnie – co najmniej raz w tygodniu, przy czym minimalnie częściej, niezależnie od wieku aktywność fizyczną podejmują mężczyźni – 63,4 procent w porównaniu do kobiet we wszystkich grupach wiekowych - 57,8 procent. Wraz z wiekiem spada liczba osób regularnie uprawiających sport – stają się oni pasywni lub podejmują aktywność jedynie sporadycznie.

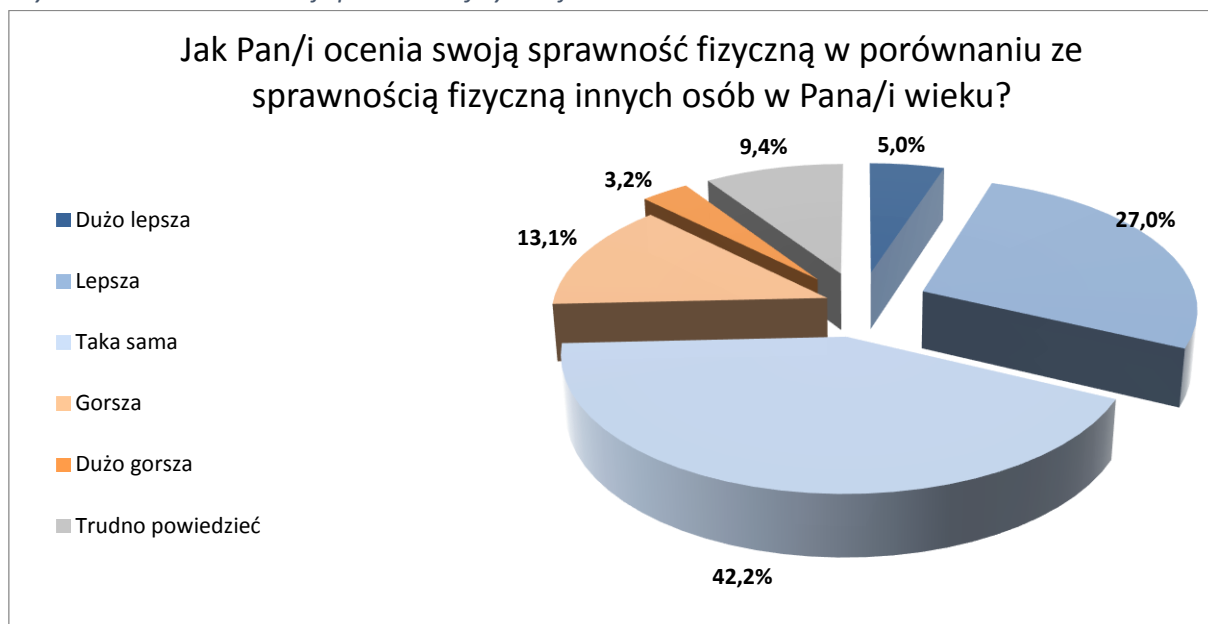
Wykres 29. Częstotliwość krótkich spacerów wokół domu.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Niezależnie od wieku niemal wszyscy seniorzy odbywają krótkie spacerunki. Pomimo, że nie można porównywać tej aktywności z uprawianiem sportu (nawet rekreacyjnym), ani jej wpływu na zdrowie i sprawność respondentów, to jest to bardzo wysoki wynik, który bardzo dobrze świadczy o mobilności i energii do życia sopockich seniorów.

Wykres 30. Ocena własnej sprawności fizycznej.

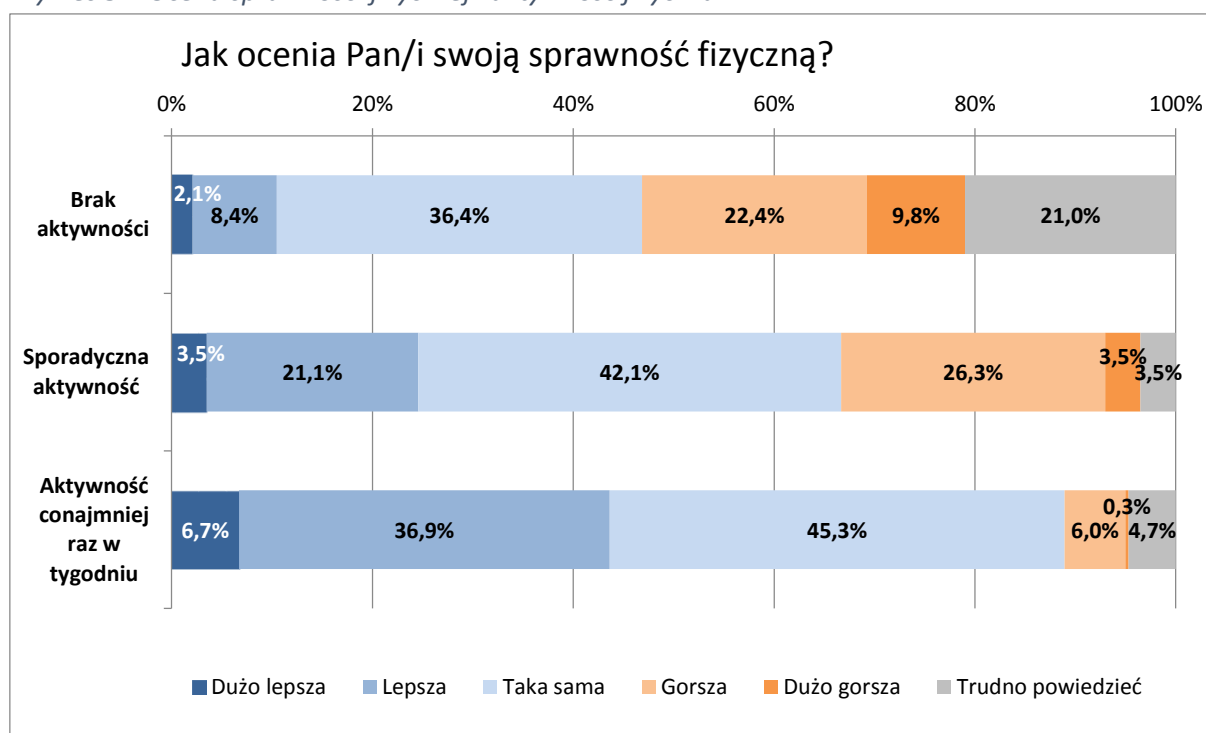


Odpowiadają: wszyscy badani.

Badani pytani o porównanie swojej sprawności fizycznej do innych osób w swoim wieku zazwyczaj określali, że jest taka sama (42,2%). Co dziesiąta osoba nie potrafiła jednoznacznie odpowiedzieć na to pytanie. Co czarty respondent (27%) uważa, że jest bardziej sprawny od swoich rówieśników, a co ósmy (13,1%), że mniej. Badani bardzo rzadko wskazywali odpowiedzi skrajne, „dużo lepsza” i „dużo gorsza sprawność fizyczna”.

Bardzo wyraźnie widać powiązanie oceny własnej sprawności z podejmowaniem aktywności fizycznej:

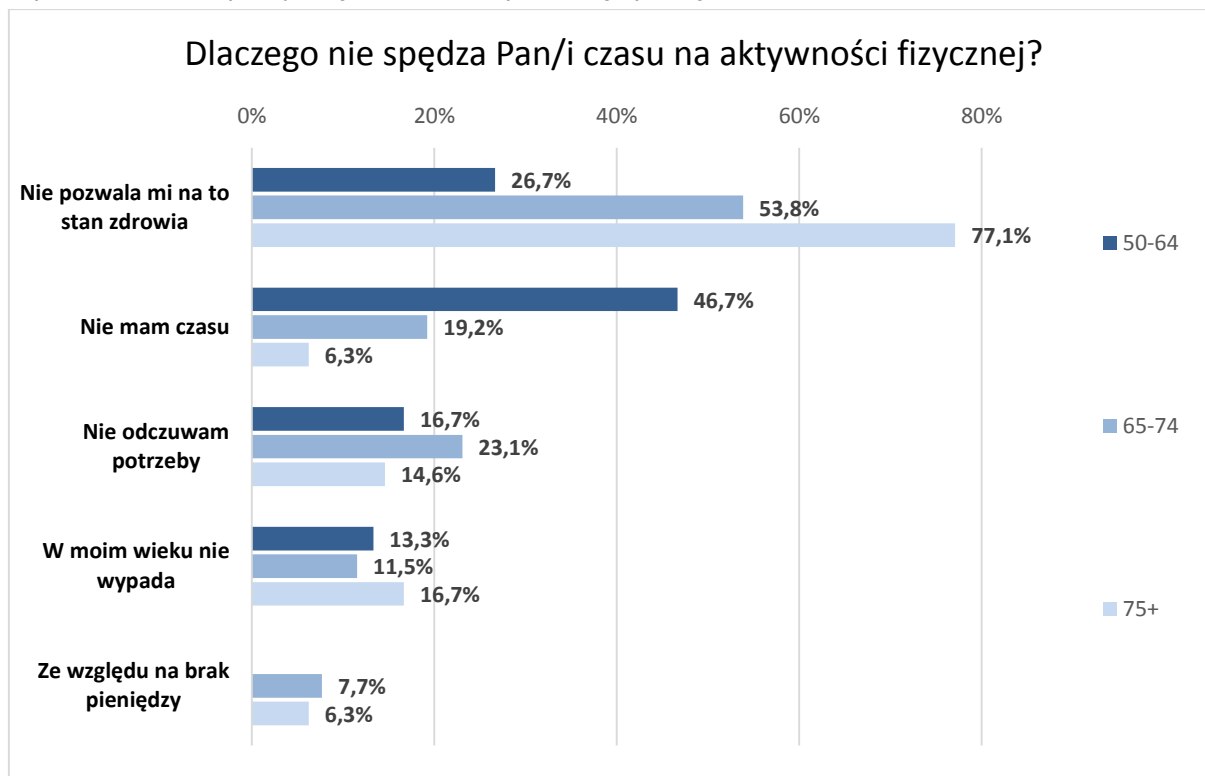
Wykres 31. Ocena sprawności fizycznej i aktywność fizyczna.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Osoby, które podejmują aktywność fizyczną oceniają swoją sprawność zdecydowanie lepiej niż pozostali. Wśród osób aktywnych minimum raz w tygodniu aż 43,6 procent uważa, że jest bardziej sprawna od swoich rówieśników. Biorąc pod uwagę powody braku aktywności wskazywane przez badanych nie można jednak jednoznacznie stwierdzić, czy to bardziej aktywni respondenci czują się bardziej sprawni, czy jednak aktywność podejmuje te osoby, którym pozwala na to stan zdrowia.

Wykres 32. Powody niepodjęcia aktywności fizycznej.



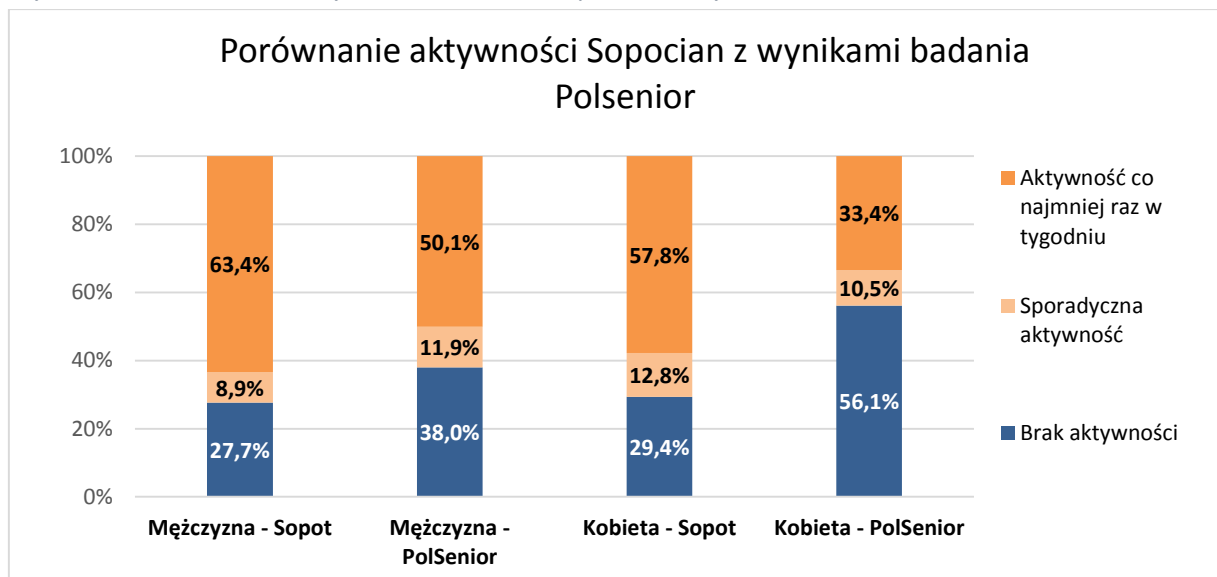
Odpowiadają: osoby niepodjmujące aktywności fizycznej.

Najczęściej wskazywanym powodem braku aktywności fizycznej jest zły stan zdrowia. Odsetek osób wskazujących ten powód bardzo wyraźnie rośnie wraz z wiekiem badanych – od 26,7 procent w grupie 50-64 lata, 53,8 procent w grupie 65-74, aż do 77,1 procent w grupie 75 i więcej lat. Drugim najczęściej wskazywanym powodem jest brak czasu, jednak ten powód dotyczy głównie najmłodszej badanej grupy, co prawdopodobnie jest silnie powiązane z aktywnością zawodową tych osób.

Pod względem aktywności fizycznej starsi mieszkańcy Sopotu wypadają dużo lepiej niż seniorzy badani w ogólnopolskim badaniu PolSenior³. Poniższy wykres prezentuje porównanie wyników z obu badań, analizując je należy jednak pamiętać o różnicach w metodologii, przede wszystkim doborze próby oraz przyjętej metodzie analizy danych. Dlatego nie można (!) traktować poniższego porównania jako reprezentatywnego dla różnic między populacją najstarszych mieszkańców Sopotu, a populacją seniorów w Polsce.

³ *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce* pod. Red. M. Mossakowska, A. Więcek, P. Błędowski, Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań 2012.

Wykres 33. Porównanie aktywności seniorów Sopockich z wynikami "PolSenior".

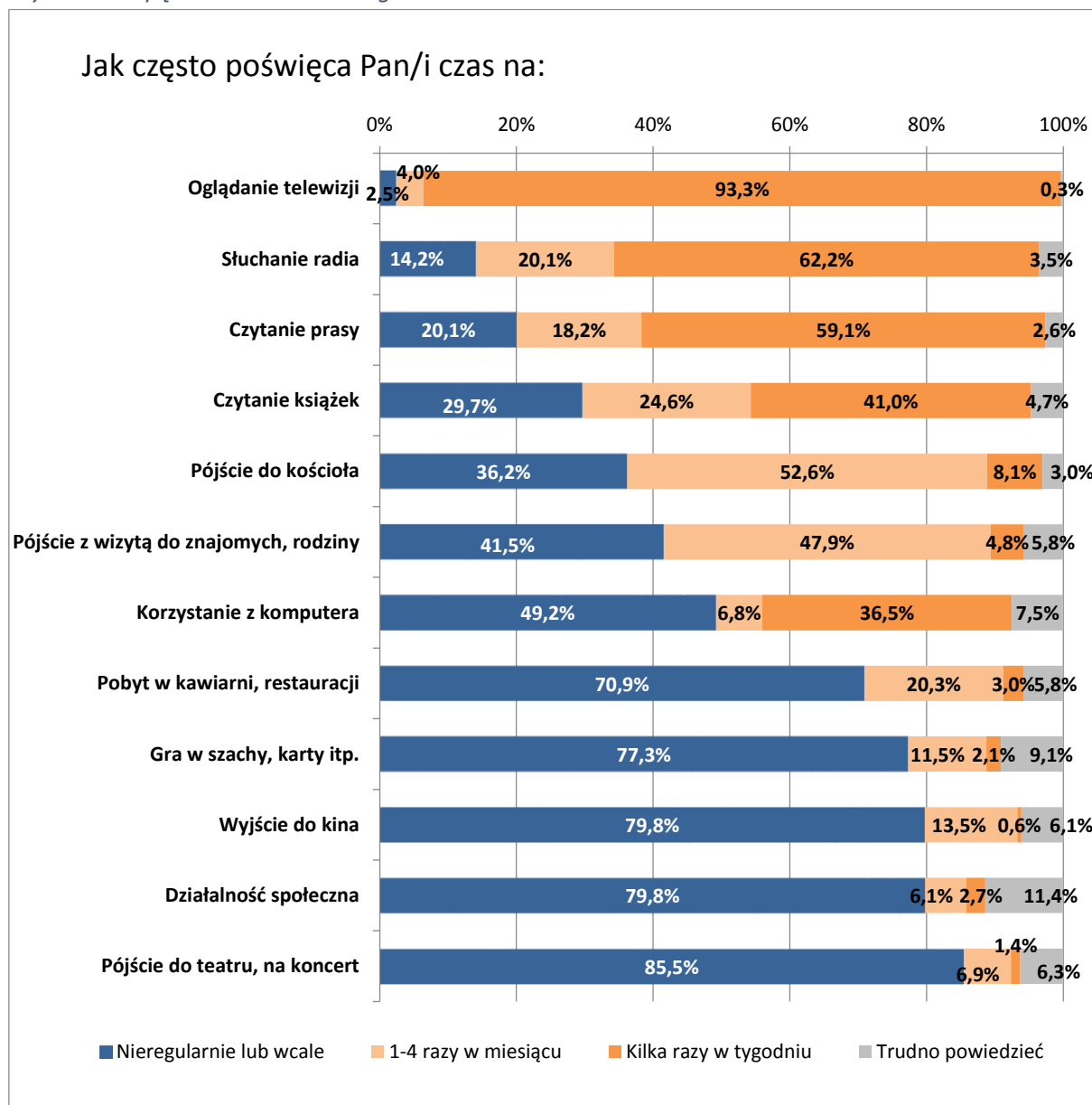


Podsumowując trzeba podkreślić, że mieszkańcy Sopotu w wieku 50+ zachowują relatywnie wysoką aktywność fizyczną. Istnieje grupa około 20 procent populacji, która nie podejmuje żadnej aktywności sportowej, jednak należy pamiętać, że w badanej grupie wiekowej stan zdrowia może być obiektywnym czynnikiem uniemożliwiającym podejmowanie aktywności na większą skalę. Bardzo niski odsetek osób, które nie spacerują nawet w okolicy domu świadczy o naprawdę niewielkiej liczbie osób spędzających cały swój czas w domu.

4.4 Aktywność kulturalna i edukacyjna

W ramach badania aktywności kulturalnej respondenci określali, jak często spędzają czas na różnych czynnościach. Nie wszystkie z nich związane były bezpośrednio z potocznie rozumianą kulturą (kino, teatr, muzyka itp.), ale także z religią, czy kontaktami międzyludzkimi (wizyta u znajomych). Wykres prezentuje ogólne wyniki dla wszystkich badanych grup:

Wykres 34. Spędzanie czasu wolnego.



Odpowiadają: wszyscy badani.

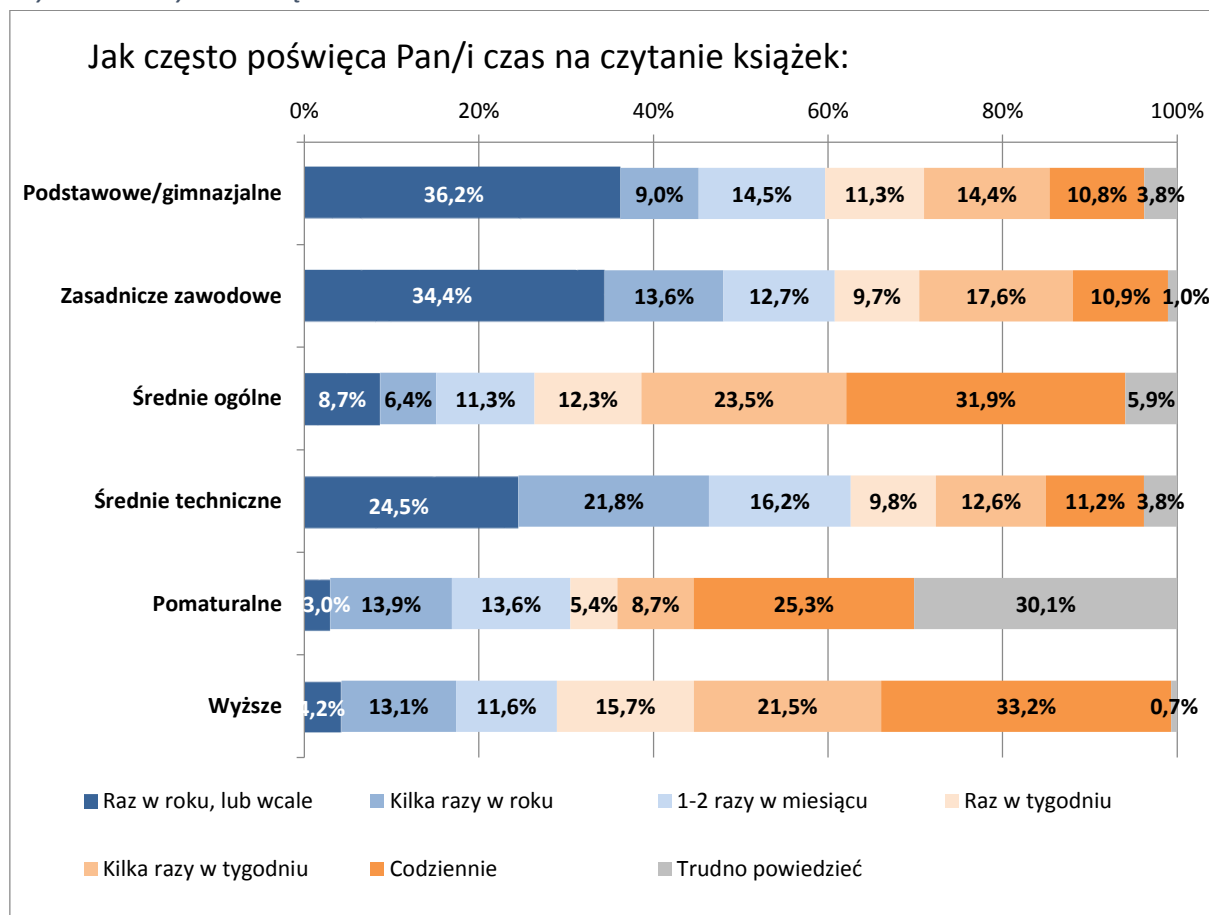
Zdecydowanie najczęściej respondenci poświęcają czas na oglądanie telewizji – 93,3 procent robi to kilka razy w tygodniu. Wśród czynności, które badani wykonują kilka razy w tygodniu znalazły

się także: słuchanie radia (62,2%), czytanie prasy (59,1%), czytanie książek (41%) oraz, co może być zaskoczeniem, korzystanie z komputera (36,5%).

Tylko nieliczni seniorzy regularnie wychodzą do kina (14,1%), teatru, czy na koncert (8,3%).

Do dalszej analizy wybrano cztery sposoby spędzania czasu: czytanie książek, korzystanie z komputera, wizyty u znajomych, spędzanie czasu poza domem, w mieście (wyjście do kina, teatru, na koncert, do kawiarni, restauracji).

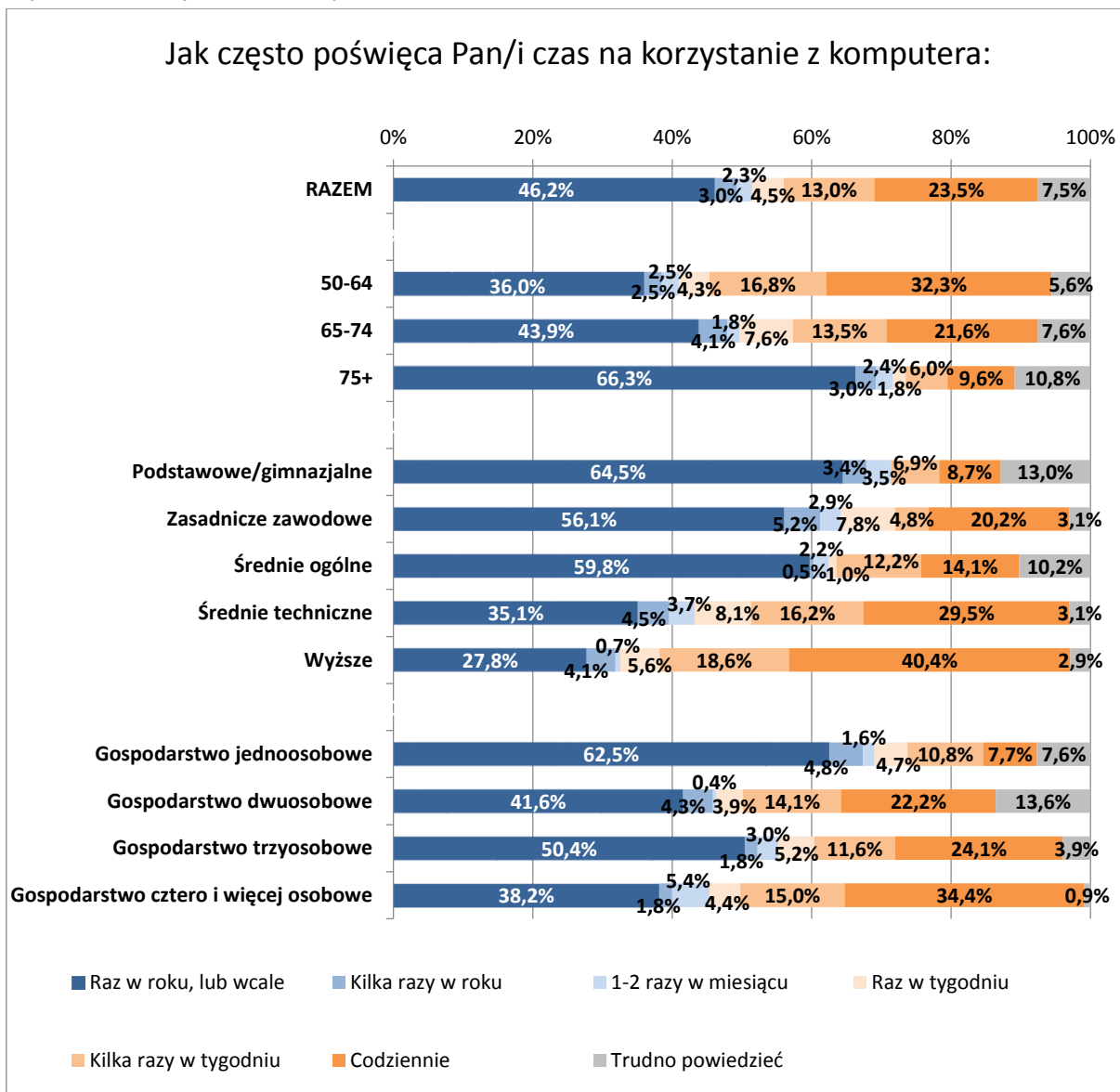
Wykres 35. Czytanie książek.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Po książki sięga większość badanych Sopotian, niezależnie od wieku, płci czy wykształcenia. Najczęściej czas w ten sposób spędzają osoby z wykształceniem wyższym, pomaturalnym i średnim ogólnym – w tych grupach ponad dwie trzecie badanych robi to kilka razy w tygodniu. Nieco rzadziej zajmują się tym osoby z wykształceniem podstawowym, gimnazjalnym, zawodowym i średnim technicznym, jednak w tych grupach także ponad połowa sięga po książkę przynajmniej raz w miesiącu.

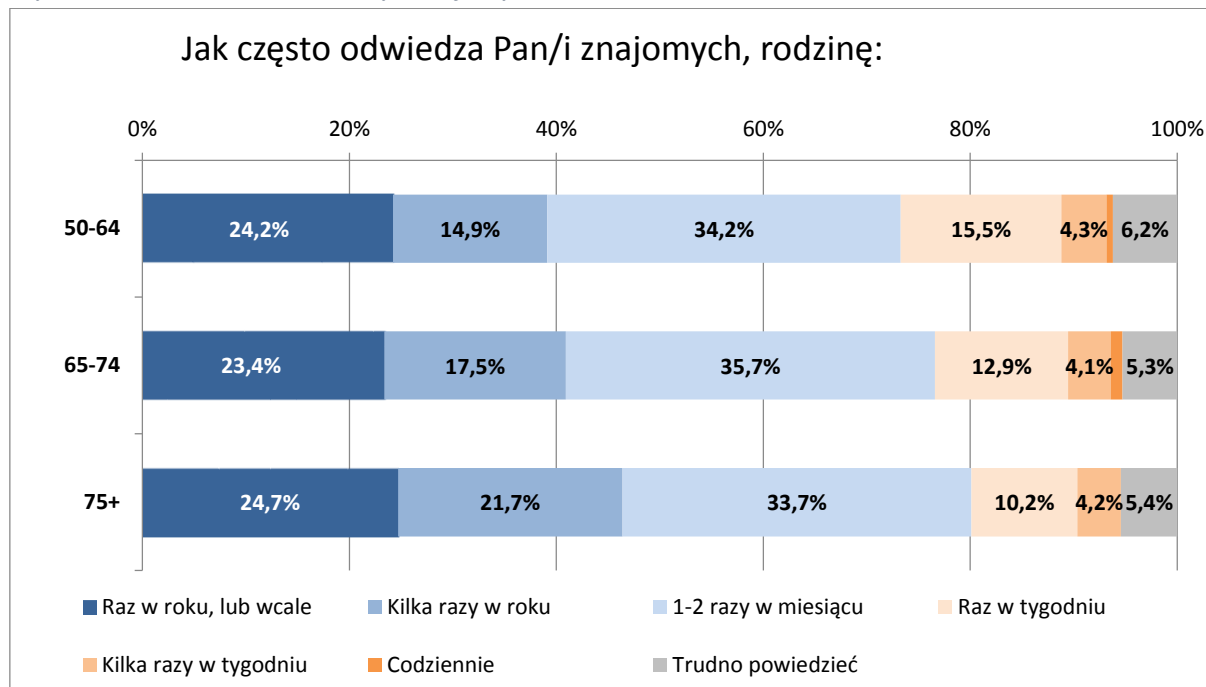
Wykres 36. Korzystanie z komputera.



Bardzo zróżnicowane jest korzystanie z komputera w zależności od wieku, wykształcenia i wielkości gospodarstwa domowego. Rozkład odpowiedzi na to pytanie bardzo wyraźnie pokazuje podział na osoby, które potrafią korzystać z komputera - te robią to regularnie, co najmniej kilka razy w tygodniu - i osoby, które tego nie potrafią i nie robią tego w ogóle. W badanej populacji 46,2 procent nie korzysta z komputera w ogóle. Odsetek ten jest znacząco wyższy wśród osób po 75 roku życia, gdzie wynosi 66,3 procent. Także wykształcenie ma duży wpływ na korzystanie z komputera – wśród osób z wykształceniem podstawowym, gimnazjalnym, zawodowym i średnim ogólnym odsetek niekorzystających wynosi około 60 procent, podczas gdy wśród osób z wykształceniem średnim technicznym 35,1 procent i wyższym 27,8 procent. Ciekawe jest znacznie częstsze korzystanie z komputera przez osoby mieszkające w większych gospodarstwach domowych. W gospodarstwach cztero- i więcej osobowych jest dwukrotnie więcej aktywnych użytkowników komputerów. Prawdopodobnie przyczyną jest częstsze przebywanie z osobami młodszymi (dziećmi, wnukami) przez

osoby mieszkające w dużych gospodarstwach domowych, gdzie inni użytkownicy uczą seniorów korzystania z komputera.

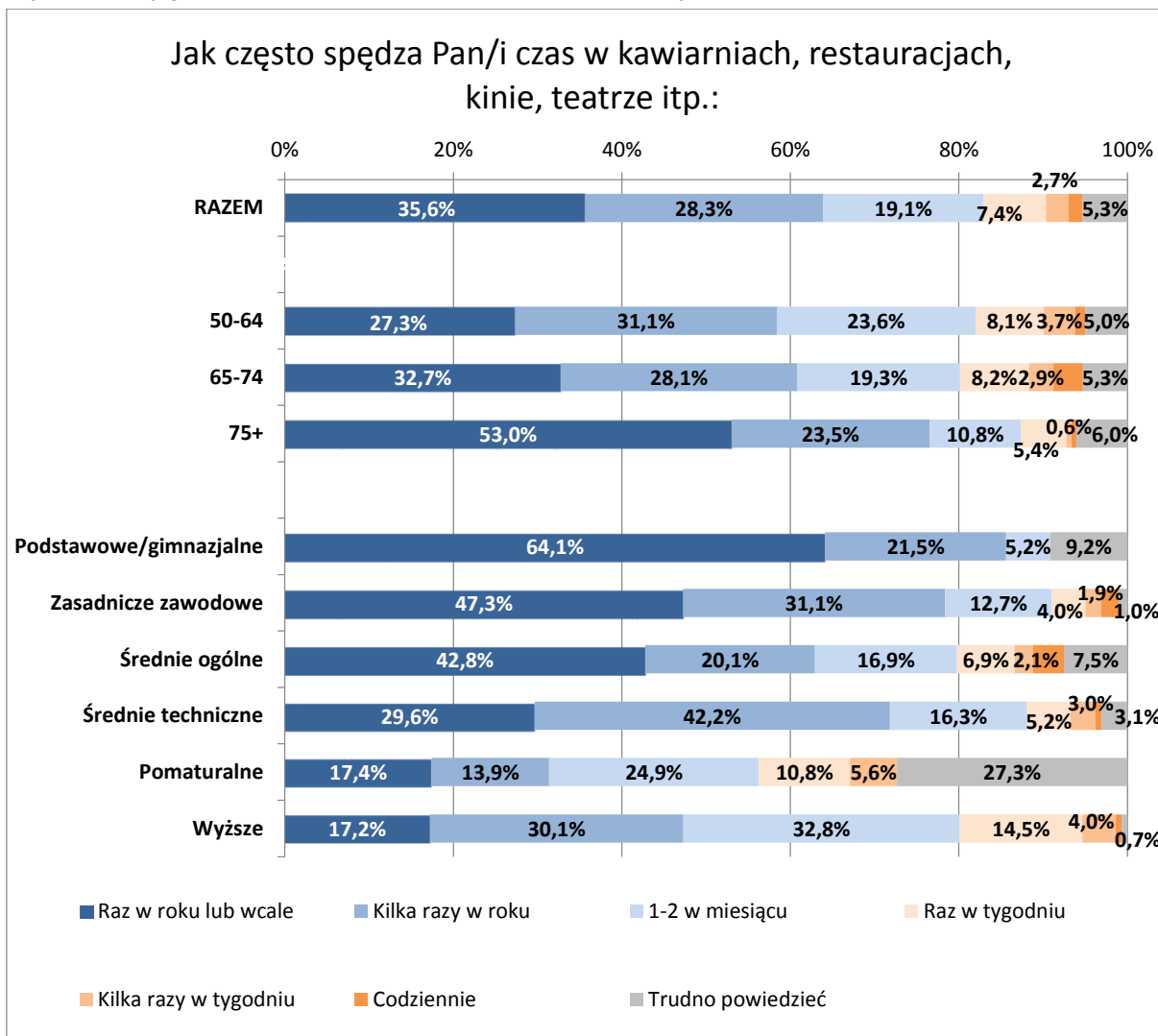
Wykres 37. *Odwiedzanie rodziny i znajomych.*



Odpowiadają: wszyscy badani.

Wiek nie wpływa znacząco na częstotliwość odwiedzin u znajomych i rodziny. Niezależnie od grupy wiekowej co czwarty Sopocianin nie bywa u znajomych i rodziny. Wraz z wiekiem rośnie odsetek osób, które jedynie kilka razy w roku decydują się na taką wizytę (z 14,9% do 21,7%), a jednocześnie spada procent tych, którzy spędzali w ten sposób czas raz w tygodniu (z 15,5% do 10,2%). Wyniki te trudno poddać jednoznacznej ocenie, ponieważ z jednej strony ponad połowa osób niezależnie od wieku składa komuś wizytę przynajmniej raz w miesiącu, co może świadczyć o utrzymywaniu aktywnych kontaktów społecznych, z drugiej jednak strony, wśród osób rzadko odwiedzających rodzinę i znajomych można przypuszczać, że wizyty te ograniczają się do świąt i okazji.

Wykres 38. Spędzanie czasu w kinie, teatrze, kawiarniach itp.

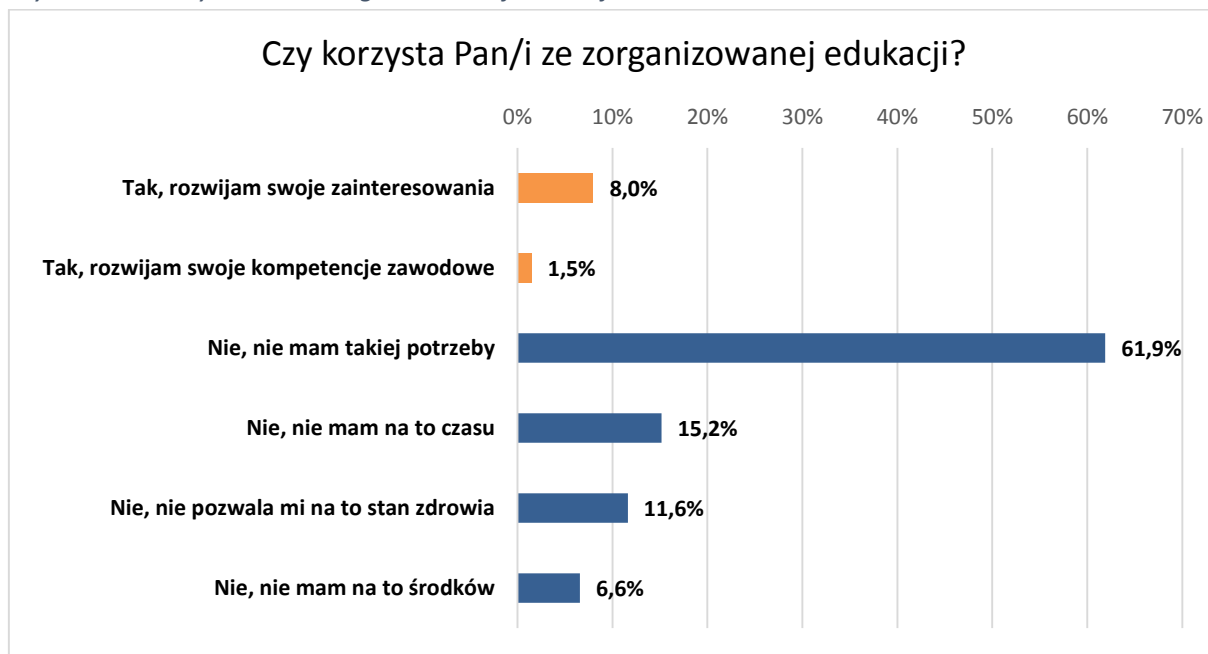


Odpowiadają: wszyscy badani.

Wycieczki do kina, teatru, kawiarni czy restauracji to sposób spędzania czasu, który zazwyczaj kojarzy się z osobami młodszymi lub w średnim wieku, jednak Sopot jest znany z infrastruktury tego typu. Analizując wykres przede wszystkim widać wysoki odsetek osób, które w ogóle nie spędzają czasu w ten sposób (35,6%), jest on zasadniczo wyższy wśród osób najstarszych (53%) oraz z wykształceniem podstawowym/gimnazjalnym (64,1%). Należy jednak wziąć pod uwagę, że w całym społeczeństwie istnieje duża grupa osób, która niezależnie od wieku nie korzysta z tego typu form spędzania wolnego czasu. Wśród osób z wykształceniem wyższym ponad połowa (52%) przynajmniej raz w miesiącu wychodzi do kina, teatru, kawiarni itp.

W większości dużych aglomeracji miejskich działają obecnie Uniwersytety Trzeciego Wieku oraz inne instytucje edukacyjne skierowane do seniorów. Sopocianie także mają możliwość korzystania z takiej oferty, choć nie korzystają z niej zbyt często.

Wykres 39. Korzystanie ze zorganizowanej edukacji.

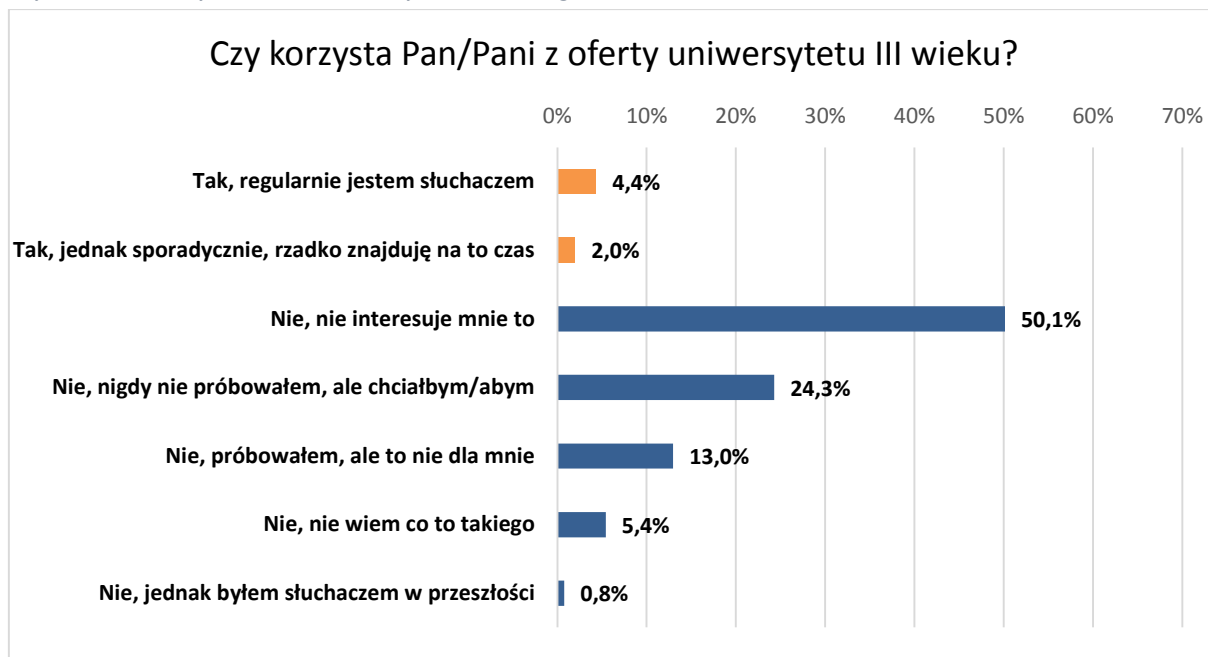


Odpowiadają: wszyscy badani.

Mieszkańcy Sopotu po 50 roku życia w większości (61,9%) nie odczuwają potrzeby korzystania ze zorganizowanej edukacji w postaci kursów, szkoleń czy zajęć Uniwersytetu Trzeciego Wieku. 15,2 procent z nich deklaruje, że nie ma na to czasu, przy czym odsetek takich osób jest wyższy w grupie wiekowej 50-64 lata, w której wynosi 18 procent i spada wraz z wiekiem do 7,5 procent. Kolejnym powodem niekorzystania z edukacji jest stan zdrowia. Problem ten dotyczy głównie osób po 75 roku życia, wśród których 23 procent wskazało tę odpowiedź.

Osoby, które korzystają ze zorganizowanej edukacji częściej rozwijają swoje zainteresowania (8%), a znacznie rzadziej kompetencje zawodowe (tylko 1,5%). Jest to niewątpliwie powiązane z niskim poziomem aktywności zawodowej w badanej grupie – po zakończeniu pracy zawodowej, jeżeli mają taką możliwość i chęci, zajmują się swoimi pasjami.

Wykres 40. Korzystanie z Uniwersytetu Trzeciego Wieku.



Odpowiadają: wszyscy badani.

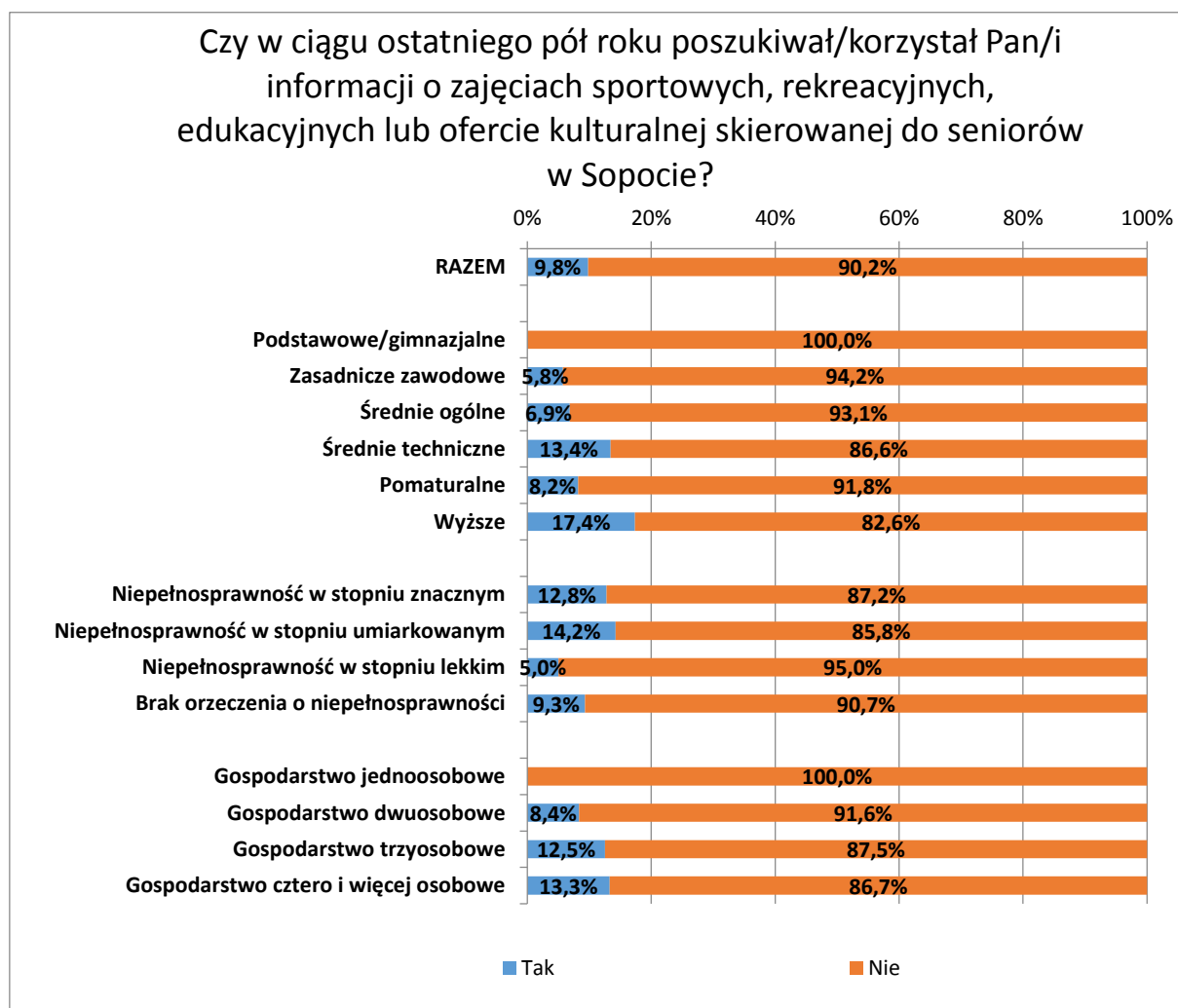
Uniwersytet Trzeciego Wieku cieszy się umiarkowaną popularnością wśród sopockich seniorów. 4,4 procent z nich jest regularnym słuchaczem, a kolejne 2 procent czasami bierze udział w zajęciach. Okazuje się także, że bardzo duża grupa mieszkańców Sopotu nie próbowała jeszcze udziału w takich zajęciach, ale jest nimi zainteresowana. Odpowiedź taką wskazało aż 24,3 procent badanych. Można więc zakładać, że istnieje jeszcze szerokie pole do rozwoju tej formy działań skierowanych do seniorów.

Podsumowując należy stwierdzić, że Sopocky seniorzy są aktywni na różnych polach związanych z kulturą i edukacją, jednak niewątpliwie istnieje pole do rozwoju skierowanej do nich oferty. Podobnie jak w przypadku innych form aktywności istnieje także spora grupa osób, które zupełnie nie były aktywne we wskazanych w badaniu formach. Znajdują się w niej osoby, którym na aktywność nie pozwala stan zdrowia, takie, które nie są nią zainteresowane, ale także takie, które byłyby zainteresowane większą aktywnością, do których powinny zostać skierowane działania informacyjne o ofercie dla seniorów.

4.5 Podsumowanie aktywności sopockich seniorów

Jak wynika z zaprezentowanych powyżej danych mieszkańcy Sopotu po przekroczeniu 50 wieku życia są aktywni na wielu polach, a jeżeli pozwala im zdrowie to także po 75 roku życia. Okazało się jednak, że nie poszukują oni informacji o ofercie do nich skierowanej.

Wykres 41. Poszukiwanie informacji o ofercie dla seniorów.

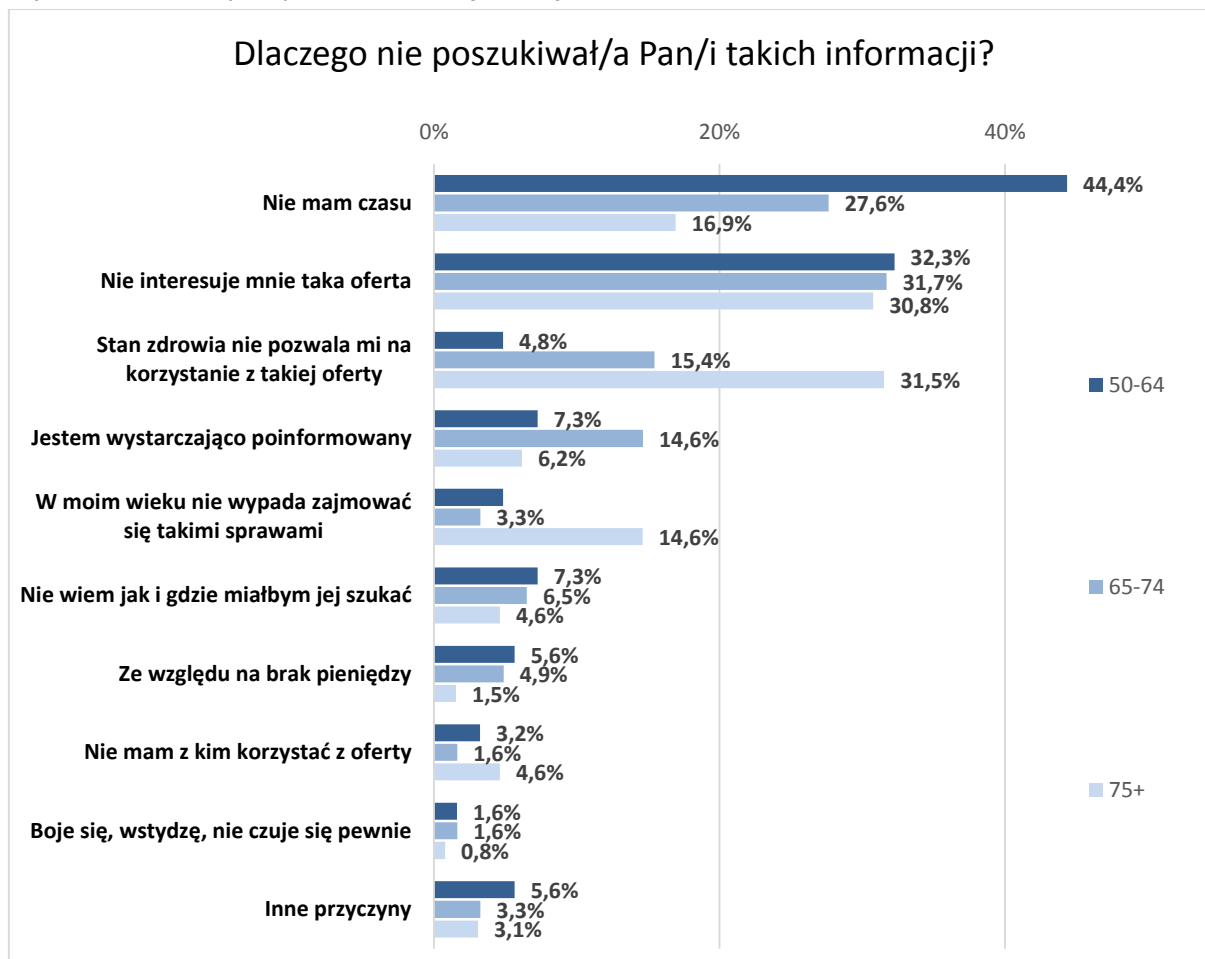


Odpowiadają: wszyscy badani.

Jedynie co 10 osoba zadeklarowała, że w ciągu ostatniego roku poszukiwała informacji o ofercie skierowanej do seniorów. Odsetek ten był znacząco wyższy wśród osób z wyższym wykształceniem (17,4%), a także wśród osób mieszkających w większych gospodarstwach domowych. Obie te grupy po raz kolejny okazały się ponadprzeciętnie zainteresowane różnego typu aktywnością.

Przy tak małej liczbie osób poszukujących informacji wyjątkowo istotne są powody takiego stanu rzeczy. Okazało się, że powody te są spójne z najczęstszymi powodami niepodejmowania aktywności.

Wykres 42. Powody nieposzukiwania informacji.



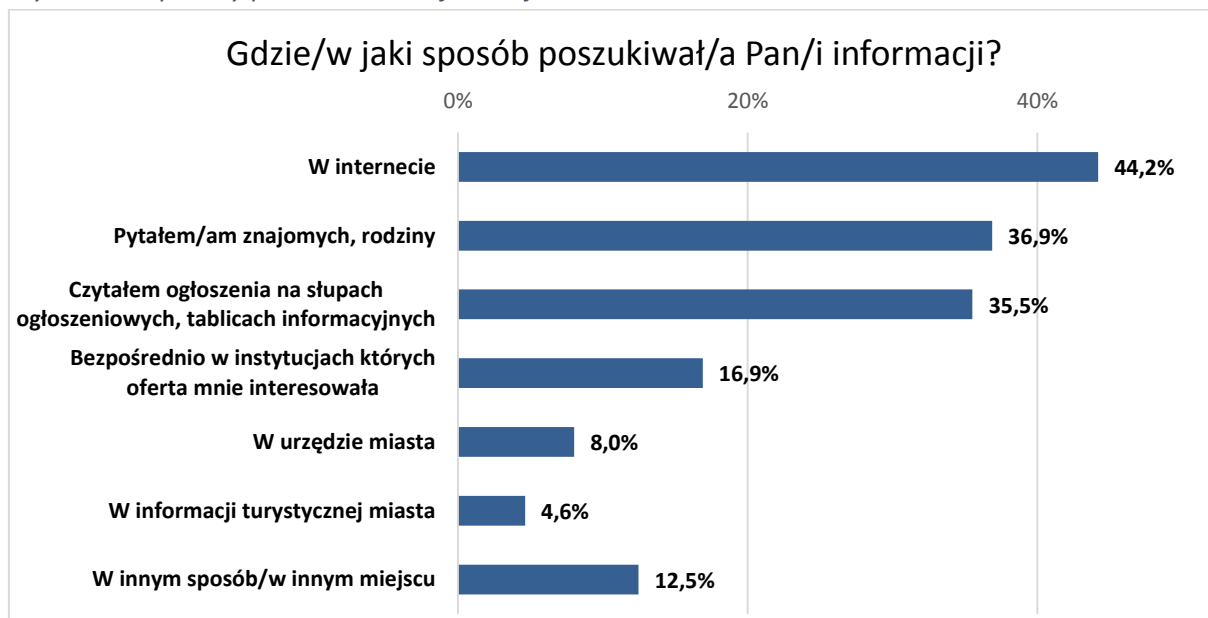
Odpowiadają: osoby nieposzukujące aktywnie informacji o ofercie skierowanej do seniorów.

Najczęściej podawanym powodem nie poszukiwania informacji o ofercie dla seniorów był brak czasu, przy czym zdecydowanie najczęściej dotyczy to osób w wieku 50-64 lata, a więc grupy, która w większości jest jeszcze aktywna zawodowo. Wśród starszych osób powód braku czasu traci na znaczeniu – w grupie wiekowej 65-74 lata wskazuje go 27,6 procent osób, a wśród osób najstarszych tylko 16,9 procent. Niezależnie od wieku jedna trzecia osób nie jest zainteresowana taką ofertą. Wynik ten jest spójny z powyższymi analizami i potwierdza tezę o istnieniu sporej grupy nieaktywnej i niezainteresowanej zmianą tej sytuacji. Kolejnym powodem był stan zdrowia, wskazywany przede wszystkim przez najstarszą grupę wiekową. Jest to powód obiektywny i zrozumiałe jest jego częste występowanie w najstarszej grupie wiekowej. Pozytywnie należy odebrać znaczący odsetek osób nieposzukujących informacji, ponieważ może to sugerować, że są wystarczająco poinformowani – zwłaszcza w grupie wiekowej 65-74 lata, która już nie tak często „nie ma czasu” i jeszcze nie tak często ma problemy ze zdrowiem uniemożliwiające aktywność. Grupa osób, która nie poszukiwała informacji, ponieważ nie wiedziała gdzie, nie jest bardzo liczna (5,8%). Jednak pojawianie się tej odpowiedzi sygnalizuje, że warto nadal ułatwiać seniorom dostęp do informacji i edukować, gdzie mogą jej szukać.

Zaskakująco przedstawia się rozkład odpowiedzi na pytanie o źródła poszukiwania informacji – najczęściej wskazywaną odpowiedzią okazał się internet. Pokazuje to, że do informacji próbują dotrzeć najbardziej aktywni seniorzy, a więc także ci bardziej wykształceni, bardziej zaznajomieni z

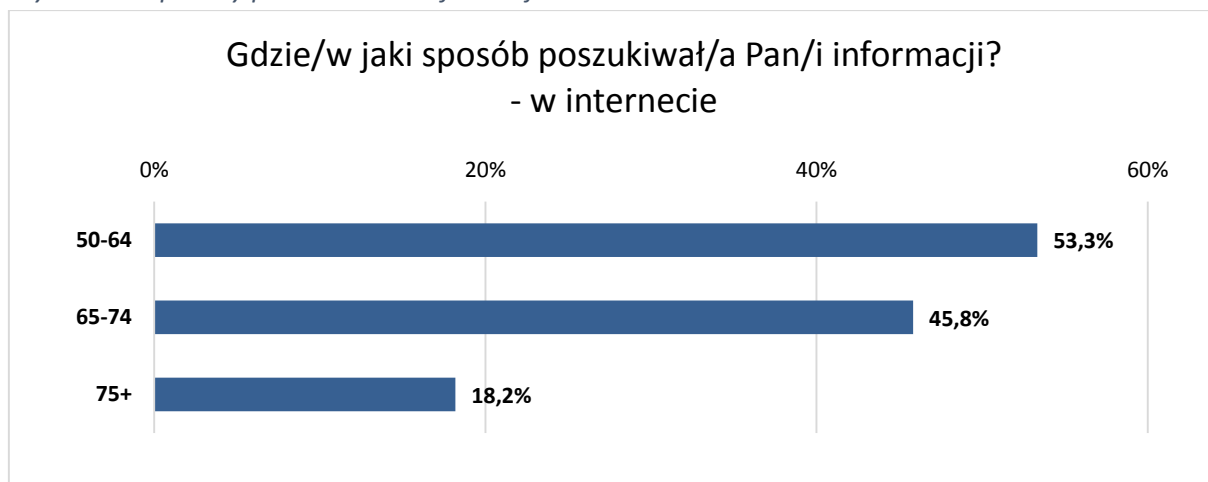
funkcjonowaniem w świecie uzależnionym od komputerów. Oprócz internetu istotnymi źródłami informacji dla seniorów byli znajomi i rodzina oraz ogłoszenia na tablicach i słupach informacyjnych, które uzyskały odpowiednio 36,9 i 35,5 procent wskazań.

Wykres 43. Sposoby poszukiwania informacji.



Odpowiadają: Osoby które aktywnie poszukiwały informacji o ofercie skierowanej do seniorów.

Wykres 44. Sposoby poszukiwania informacji - internet.

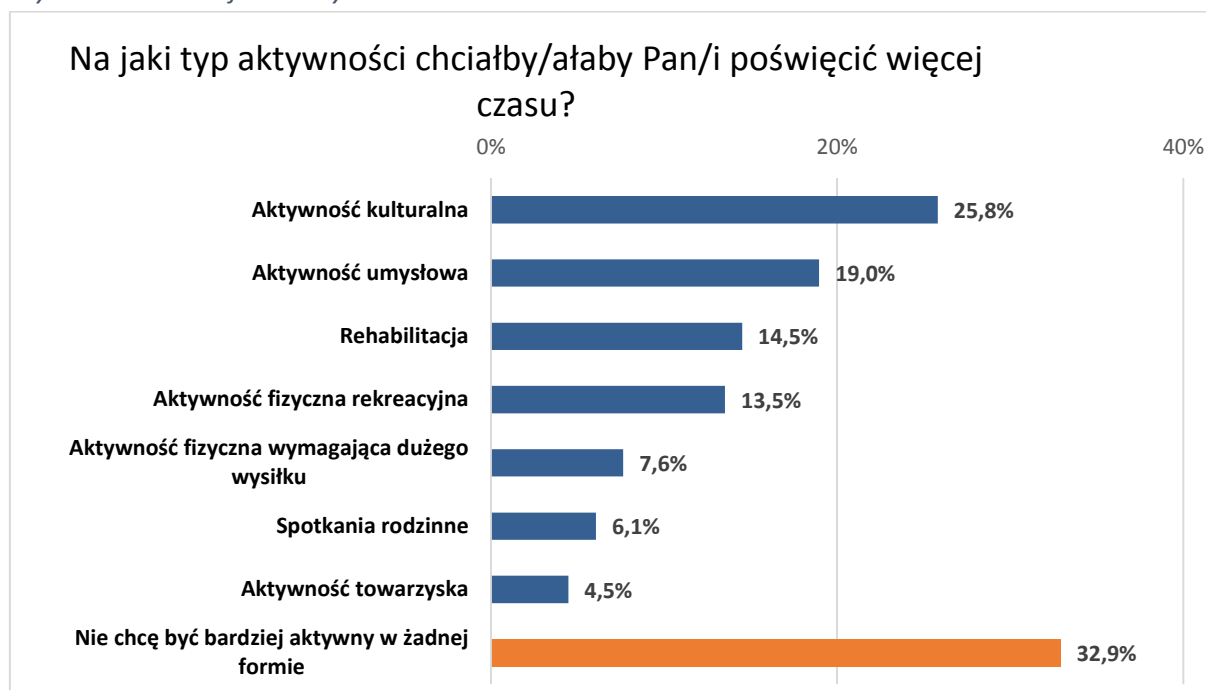


Odpowiadają: osoby które aktywnie poszukiwały informacji o ofercie skierowanej do seniorów.

Bardzo wyraźnie widać zróżnicowanie w korzystaniu z internetu do poszukiwania informacji w zależności od grupy wiekowej. W dwóch młodszych grupach ten kanał informacji wykorzystuje co drugi mieszkaniec Sopotu, podczas gdy w grupie najstarszej jedynie co piąty. Mimo tak dużej różnicy należy podkreślić, że 18,2 procent wskazań na internet jako źródło informacji to i tak bardzo wysoki wynik.

W związku z niewielkim odsetkiem osób poszukujących informacji istotne jest pytanie, czy respondenci są w ogóle zainteresowani poświęcaniem większej ilości czasu na którąś z badanych aktywności.

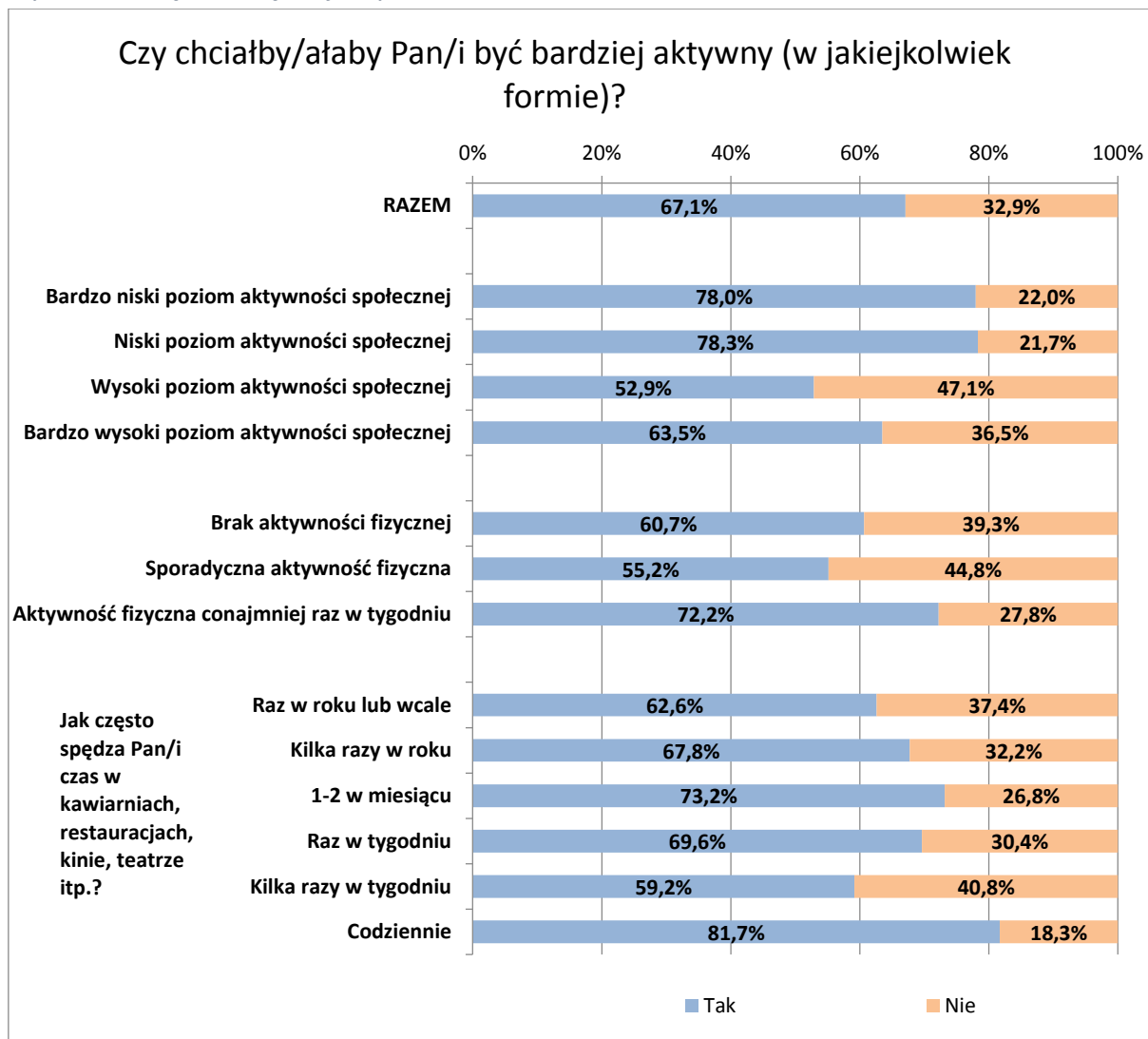
Wykres 45. Potencjalne aktywności seniorów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Najczęściej wskazywanym typem aktywności, na który mieszkańcy Sopotu chcieliby poświęcić więcej czasu jest aktywność kulturalna, a więc wyjścia do kina, teatru, na wystawy itp. (25,8%). Co piąty respondent deklaruje chęć zwiększenia czasu poświęcanego na aktywność umysłową, a więc wizyty w bibliotece, czytanie książek, zajęcia Uniwersytetu Trzeciego Wieku czy grę w szachy. Na kolejnym miejscu pod względem częstości wskazań znalazła się rehabilitacja (14,5%), co prawdopodobnie powiązane jest z jednym z najczęściej podawanych powodów braku aktywności – złym stanem zdrowia. Powyżej 10 procent mieszkańców Sopotu chciałoby także częściej podejmować rekreacyjną aktywność fizyczną (13,5%). Pozostałe aktywności były wskazywane znacznie rzadziej. Większość sopockich seniorów wyraża chęć większej aktywności, jednak 32,9 procent nie wskazało żadnej i zadeklarowało, że nie chce być bardziej aktywna w żadnej formie. Nie oznacza to jednak, że są to tylko osoby bierne, które nie chcą zmienić tego stanu.

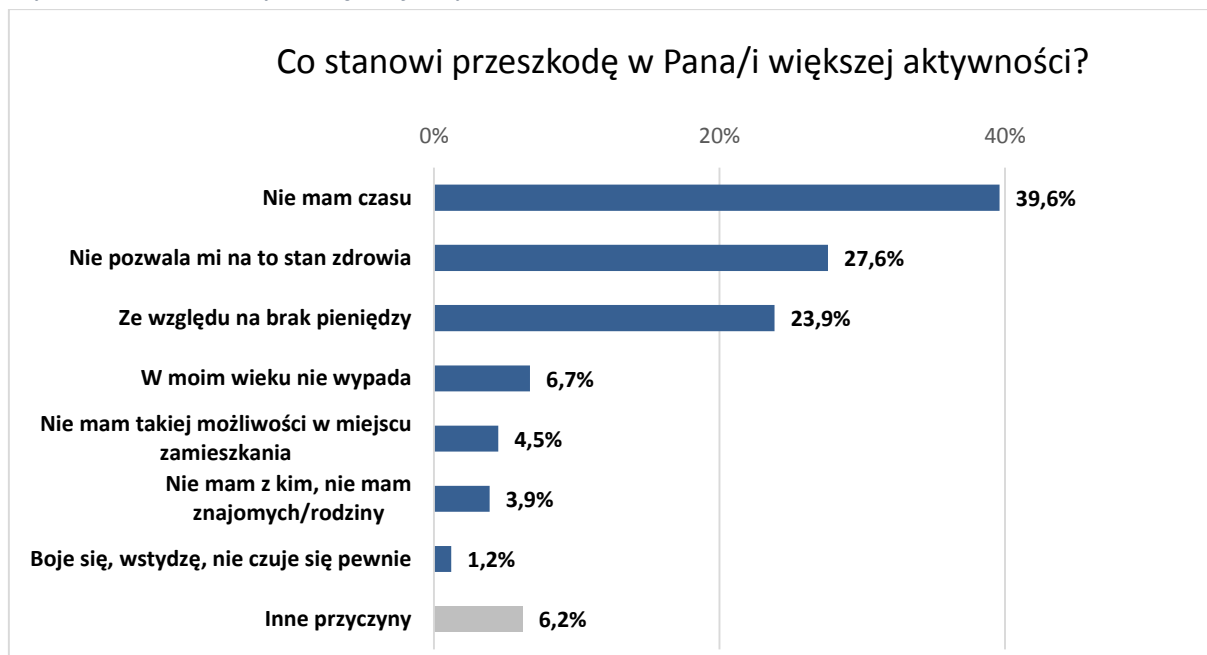
Wykres 46. Chęci do większej aktywności.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Analiza odpowiedzi na pytanie o chęć wyższej/dodatkowej aktywności pokazuje, że bardziej aktywni chcą być przede wszystkim: osoby codziennie spędzające czas poza domem, osoby regularnie podejmujące aktywność fizyczną oraz osoby o niskim i bardzo niskim poziomie aktywności społecznej. Niezależnie jednak od charakterystyki badanych większość jest zainteresowana wyższą aktywnością.

Wykres 47. Przeszkody w większej aktywności.



Odpowiadają: osoby zainteresowane większą aktywnością.

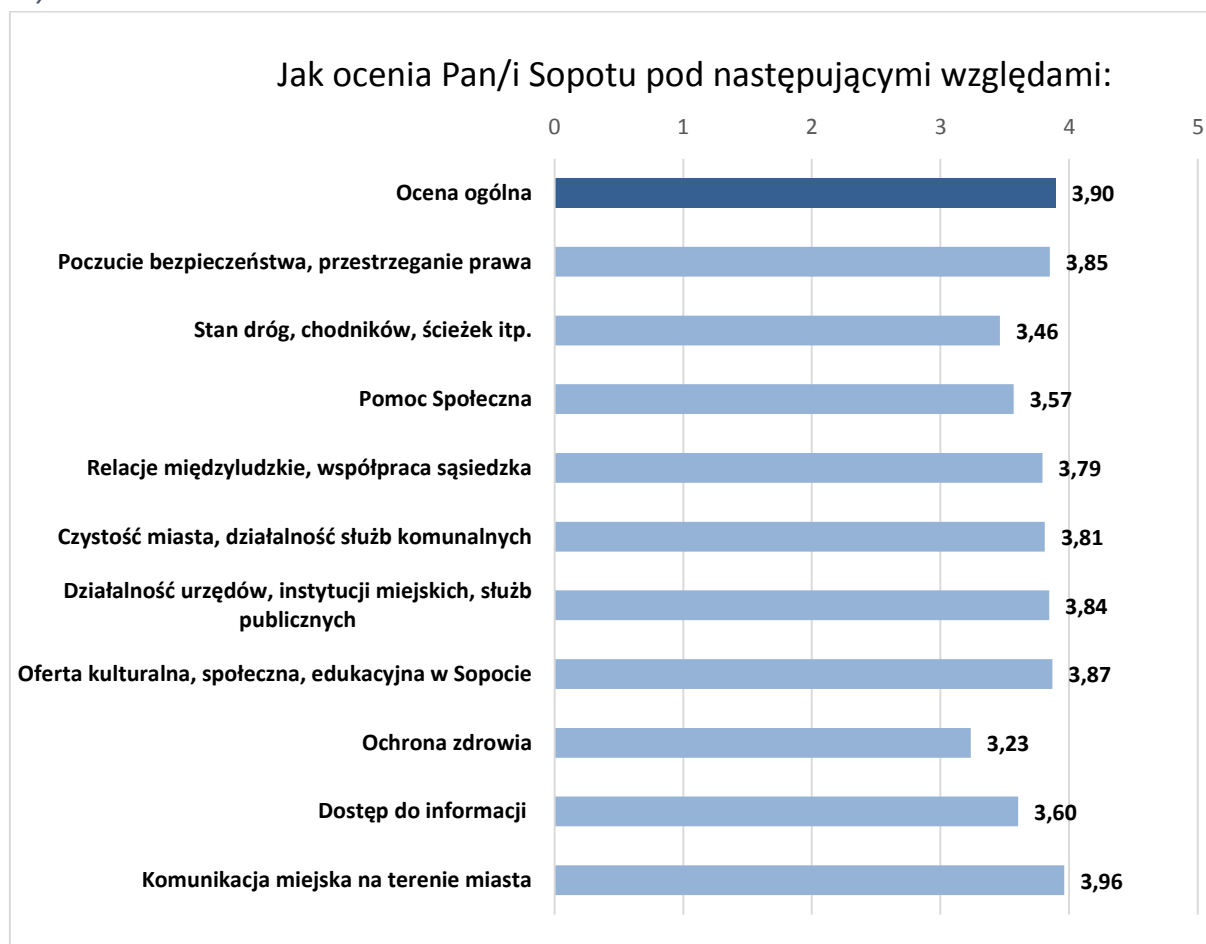
Najczęściej podawanym powodem niepodjęcia większej aktywności jest brak czasu (39,6%), który wskazywany był głównie przez osoby w wieku 50-64 lata (w większości aktywne zawodowo) oraz stan zdrowia (27,6%) – częściej wskazywany przez osoby starsze (75+). Trzecim powodem wskazywanym przez wysoki odsetek badanych był brak pieniędzy (23,9%).

Na podstawie dotychczas przedstawionych wyników można wyciągnąć wniosek, że wyższą aktywnością nie są zainteresowane, bądź nie mogą jej podejmować trzy główne grupy: bardzo aktywni, którzy już robią wszystko, na co mają ochotę lub na co wystarcza im czasu, osoby wycofane, które nie podejmują żadnej aktywności i nie wykazują inicjatywy i chęci do zmiany tego stanu rzeczy oraz osoby, którym stan zdrowia nie pozwala na aktywne życie.

5. Ocena miasta

W ramach badania sopocky seniorzy zostali poproszeni o ocenę miasta przy użyciu skali – od 1 do 5, gdzie 1 to ocena najłabsza, a 5 najlepsza. Badani oceniali Sopot ogólnie, jako miejsce do życia oraz bardziej szczegółowo - pod dziesięcioma wskazanymi aspektami. Średnią ocenę ogólną oraz dla każdego elementu przedstawia wykres:

Wykres 48. Ocena miasta.



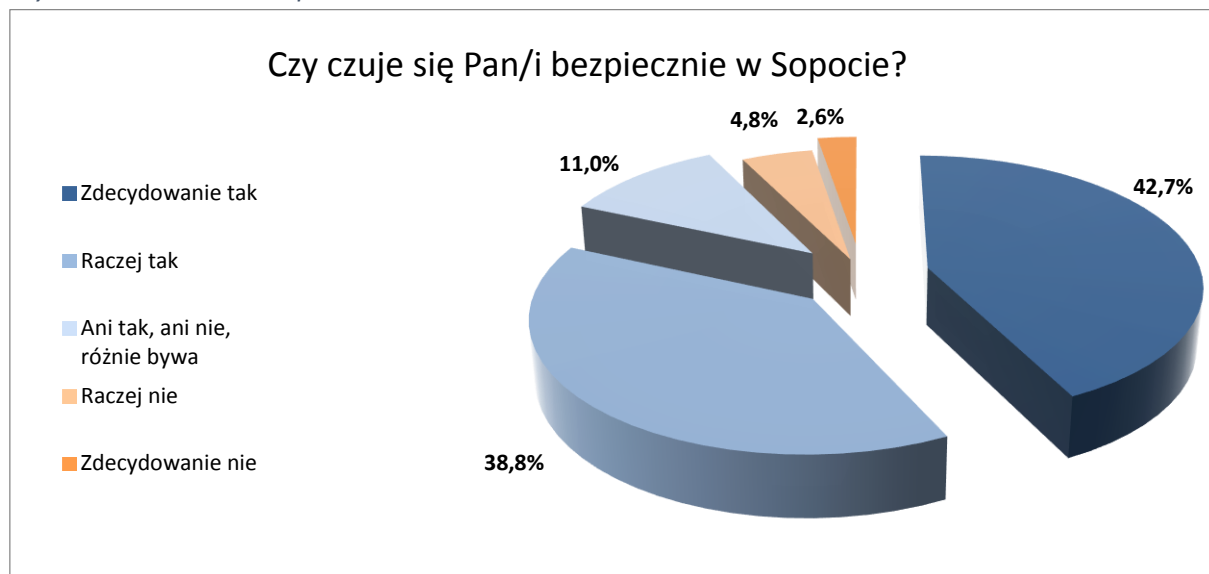
Odpowiadają: wszyscy badani.

Sopot uzyskał wysoką ocenę ogólną jako miejsce do życia (3,9). Poszczególne elementy zostały w większości ocenione minimalnie niżej, jednak ciągle wysoko. Najlepiej (i jako jedyna powyżej oceny ogólnej) oceniona została komunikacja na terenie miasta. Taka ocena może tym bardziej powodem do dumy, że Sopot nie posiada swojej organizacji transportu miejskiego, a korzysta z usług komunikacji Gdańska i Gdyńskiego, a mimo to udało się stworzyć siatkę połączeń bardzo dobrze ocenianą przez mieszkańców. Najłabiej, jednak ciągle nieźle - ponieważ powyżej wartości środkowej - ocenione zostały ochrona zdrowia (3,23), stan dróg, chodników i ścieżek (3,46), pomoc społeczna (3,57) oraz dostęp do informacji (3,6). Stosunkowo niska ocena ochrony zdrowia powiązana jest prawdopodobnie z brakiem szpitala w mieście, na temat którego od dawna toczy się debata społeczna. Zaskakująco wiele osób nie potrafiło ocenić pomocy społecznej – co dziesiąty respondent nie wystawił oceny w tym

zakresie. Dodatkowo na ocenę pomocy społecznej w Mieście mogło mieć wpływ stereotypowe postrzeganie pomocy społecznej w kraju utożsamiane wyłącznie z opieką i wypłatą zasiłków.

Bardzo ważnym czynnikiem wpływającym na zadowolenie z miejsca zamieszkania jest poczucie bezpieczeństwa.

Wykres 49. Poczucie bezpieczeństwa.

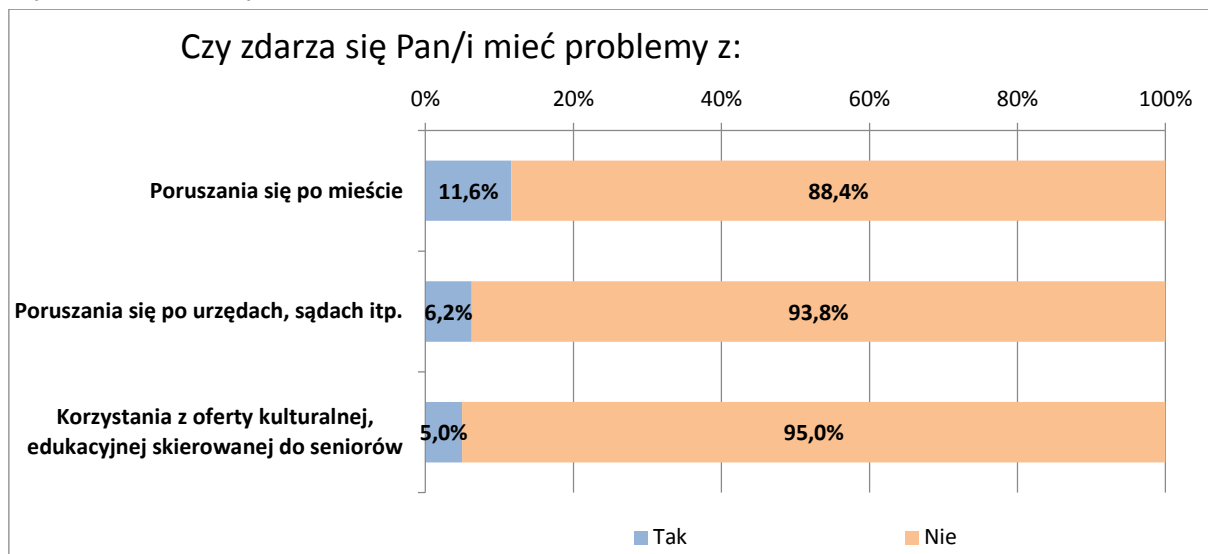


Odpowiadają: wszyscy badani.

Mieszkańcy Sopotu w zdecydowanej większości czują się bezpiecznie w swoim mieście, 42,7% odpowiedziało zdecydowanie tak, 38,8% raczej tak. Co dziesiąty mieszkaniec wskazał odpowiedź ani tak, ani nie, różnie bywa, a 7,5% nie czuje się bezpiecznie (zagregowane odpowiedzi raczej nie i zdecydowanie nie).

Zdecydowana większość dojrzałych mieszkańców Sopotu nie ma problemów z poruszaniem się po mieście, załatwianiu spraw urzędowych czy korzystaniu z oferty kulturalnej i edukacyjnej skierowanej do seniorów.

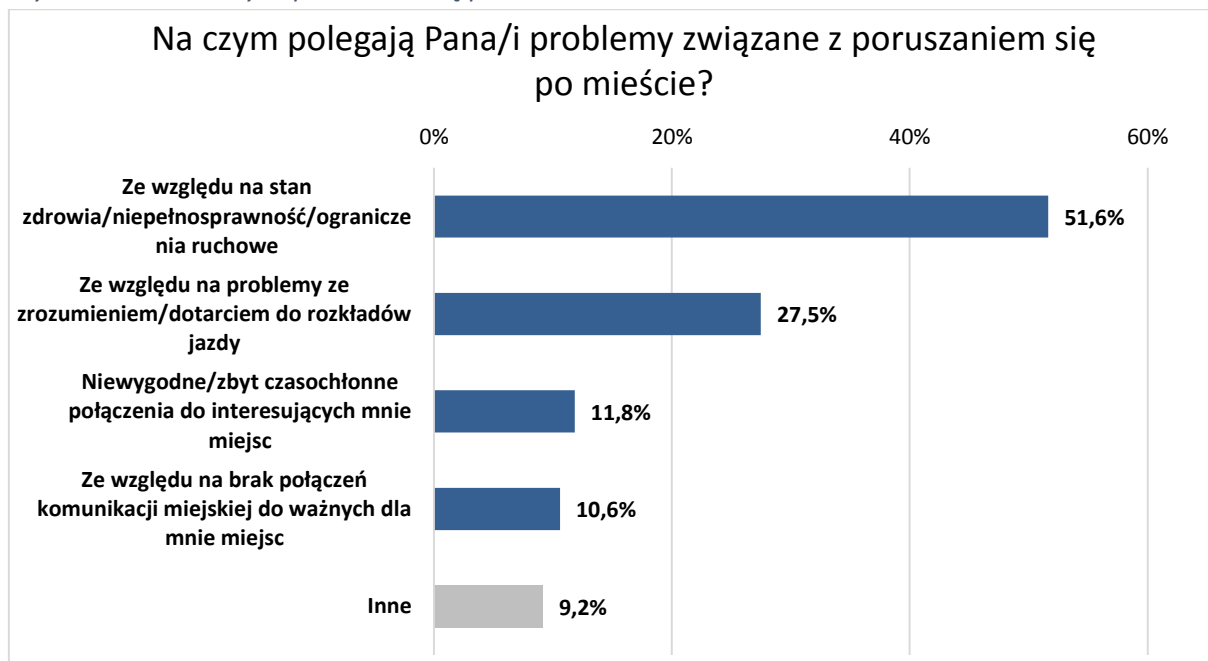
Wykres 50. Problemy seniorów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Pomimo bardzo wysokiej oceny komunikacji na terenie miasta co 10 mieszkańców Sopotu miewa problemy z poruszaniem się po mieście. Najczęściej problemy te związane są z ograniczeniami ruchowymi, złym stanem zdrowia lub niepełnosprawnością badanych (51,6%).

Wykres 51. Problemy w poruszaniu się po mieście.



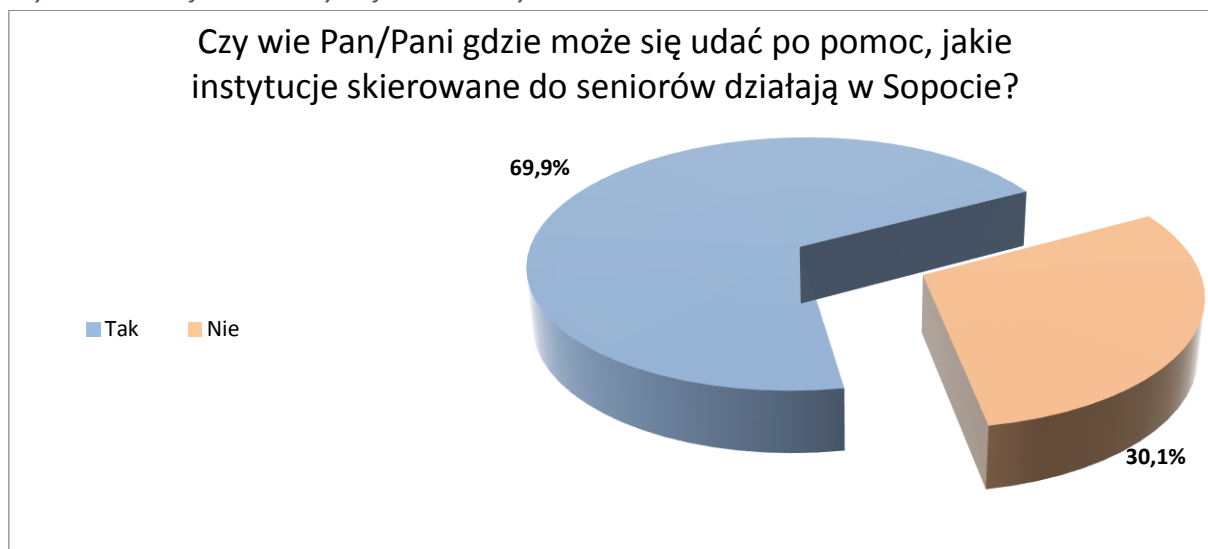
Odpowiadają: osoby które mają problemy z poruszaniem się po mieście.

Z poruszaniem się po urzędach, sądach i podobnych instytucjach problemy miał tylko co 20 badany mieszkaniec Sopotu, poszczególne problemy wskazywane były więc przez maksymalnie kilka osób. Najczęściej dotyczyły one problemów z dojazdem do urzędów, ich nieprzystosowaniem do

potrzeb osób niepełnosprawnych oraz trudności w uzyskaniu i zrozumieniu informacji („nie wiem gdzie pójść”, „nie rozumiem przysyłanych pism” itp.).

W Sopocie działa szereg instytucji oferujących pomoc, wsparcie oraz ofertę spędzania wolnego czasu dla seniorów. Większość seniorów zna te instytucje, jednak tylko część korzysta z ich oferty/pomocy.

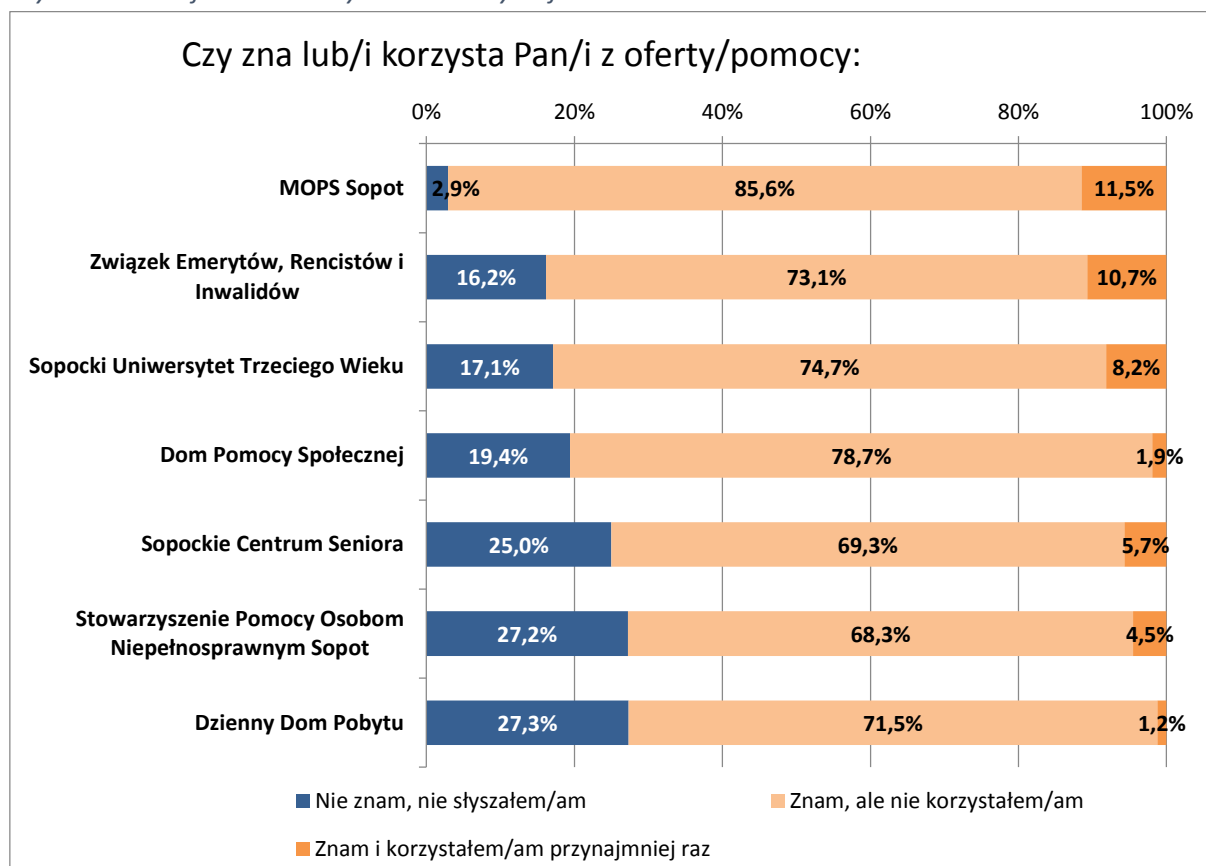
Wykres 52. Znajomość instytucji skierowanych do seniorów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Ponad dwie trzecie sopockich seniorów deklaruje, że zna instytucje skierowane do seniorów działające w Sopocie, wie, gdzie może udać się po pomoc. Znajomość i korzystanie z poszczególnych instytucji prezentuje wykres:

Wykres 53. Znajomość i korzystanie z instytucji dla seniorów.



Odpowiadają: wszyscy badani.

Najszerzej znaną instytucją działającą w Sopocie ujętą w badaniu jest Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (tylko 2,9% wskazań „nie znam, nie słyszałem”). Jest to także instytucja, z której pomocy/oferty skorzystało najwięcej mieszkańców – 11,5%. Co dziesiąty mieszkaniec po 50 roku życia korzystał także z oferty/pomocy Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów (10,7%), a co dwunasty z Sopockiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku (8,2%). Z Sopockiego Centrum Seniora korzystało 5,7 procent badanych, a z oferty/pomocy Stowarzyszenia Pomocy Osobom Niepełnosprawnym Sopot 4,5 procent. Z Domu Pomocy Społecznej oraz Dziennego Domu Pobytu korzystał znikomy odsetek badanych mieszkańców. Wszystkie instytucje wypadają dobrze jeżeli chodzi o ich znajomość wśród mieszkańców. Odsetek osób które znają instytucję, ale nie korzystały z jej oferty wyniósł od 68,9 do 85,6 procent.

6. Podsumowanie i rekomendacje

Podsumowując wyniki badania należy podkreślić, że sopoccy seniorzy to bardzo niejednorodna grupa, o zróżnicowanym stylu życia, potrzebach i możliwościach. Podstawowym czynnikiem, który wpływa na różnice w życiu starszych mieszkańców Sopotu jest wiek – badane grupy (50-64, 65-74 i 75+) znacznie różnią się między sobą w większości badanych aspektów. Poza wiekiem wiele zależy od powiązanego z nim stanu zdrowia, składu i wielkości gospodarstwa domowego, posiadania partnera życiowego, wykształcenia oraz aktywności zawodowej.

Większość sopockich seniorów to osoby aktywne, utrzymujące regularne kontakty z rodziną i przyjaciółmi, podejmujące rekreacyjną aktywność fizyczną, zainteresowane otaczającą ich rzeczywistością - korzystające ze środków masowego przekazu, czytające książki, spędzające czas poza domem. W wynikach badania widać wyraźnie, że istnieją także grupy o innym stylu życia. Spora część badanych nie podejmuje aktywności ze względu na stan zdrowia, pomimo, że były zainteresowane zarówno kulturą, edukacją jak i aktywnością fizyczną. Najmłodsza grupa badanych, która jest w większości aktywna zawodowa często nie ma czasu na uczestniczenie w życiu społecznym i kulturalnym. Wraz z wiekiem rośnie także odsetek osób osamotnionych, nie utrzymujących aktywnych kontaktów społecznych, spędzających czas głównie w domu. Czynniki wpływające na taką sytuację to głównie śmierć partnera, prowadzenie jednoosobowego gospodarstwa domowego, niskie wykształcenie oraz słabsze więzi rodzinne.

Zdecydowana większość mieszkańców Sopotu po 50 roku życia dobrze lub bardzo dobrze ocenia swoje miasto, zarówno ogólnie, jak i w kontekście konkretnych elementów wpływających na komfort życia w mieście. Badani w większości znają sopockie instytucje skierowane do seniorów, jednak rzadko korzystają z ich oferty.

Z poruszaniem się po urzędach, sądach i podobnych instytucjach problemy miał tylko co 20 badany mieszkaniec Sopotu, poszczególne problemy wskazywane były więc przez maksymalnie kilka osób. Najczęściej dotyczyły one problemów z dojazdem do urzędów, ich nieprzystosowaniem do potrzeb osób niepełnosprawnych oraz trudności w uzyskaniu i zrozumieniu informacji („nie wiem gdzie pójść”, „nie rozumiem przysyłanych pism” itp.).

W przypadku osób reprezentujących najmłodszą badaną grupę wiekową nie wydaje się konieczne stosowanie specjalnego podejścia. Osoby te potrafią poszukiwać informacji, korzystają z internetu, są mobilne. Wydaje się, że aktywność i korzystanie z oferty kulturalnej zależy głównie od chęci, posiadania środków finansowych i znalezienia czasu. W związku z zazwyczaj wyższą mobilnością osoby te prawdopodobnie korzystają także z oferty instytucji i firm także w Gdańsku i Gdyni - jedynym więc działaniem mogącym zwiększyć ich zainteresowanie ofertą sopocką jest dbałość o wysoki poziom, konkurencyjności oraz o dostępność i pełność informacji.

Osoby starsze, będące przeważnie na emeryturze, spotykają się z zupełnie innymi barierami w podejmowaniu aktywności. Znacznie częściej problemem jest zdrowie lub/i trudności w poruszaniu. Sprofilowanie oferty pod kątem takich osób może przekonać je, że mogą pokonać swoje ograniczenia i, pomimo ich istnienia, być bardziej aktywne. Osoby te zainteresowane są także bardzo zajęciami rehabilitacyjnymi, masażami itp. W związku ze znacznie mniejszymi umiejętnościami informatycznymi większości tych osób wyzwaniem staje się dotarcie z ofertą do ewentualnych zainteresowanych. W komunikacji z osobami po 65 roku życia rośnie znaczenie tradycyjnych form przekazu: gazet, słupów i tablic informacyjnych, ulotek i przede wszystkim kontaktów bezpośrednich. Osoby starsze najczęściej dowiadują się o ofercie z bezpośrednich rozmów z rodziną i znajomymi, często po informacji udają się

bezpośrednio do instytucji których oferta ich interesuje. Konieczna jest prostota przekazu oraz możliwość pogłębienia informacji, najlepiej w rozmowie z drugą osobą. Wyniki badania pozwalają także rozważyć możliwość uruchomienia punktu informacyjnego na wzór informacji turystycznej, gdzie mieszkańcy, także osoby starsze, mogłyby uzyskać kompleksową informację o wydarzeniach i ofercie do nich skierowanej.

Najtrudniejszym wyzwaniem jest aktywizacja osób wycofanych, osamotnionych, które często nie szukają już możliwości spędzenia czasu poza domem. Osoby te mają ograniczony kontakt z innymi ludźmi, nie uczestniczą w życiu społecznym. Dodatkowo, trudne jest zdiagnozowanie przyczyn takiego stanu rzeczy. Wiele starszych osób znacznie ogranicza swoją aktywność w momencie śmierci partnera życiowego. Przekonanie takich osób do spędzania czasu poza domem, kontaktu z innymi ludźmi jest bardzo trudne. Często też osoby starsze, zwłaszcza wykonujące w przeszłości nisko płatne prace, słabiej wykształcone, nie były przyzwyczajone do aktywności kulturalnej i społecznej, co jeszcze pogłębia się wraz z odejściem z pracy. Niewątpliwie ewentualne konflikty rodzinne lub zwyczajne osłabienie kontaktów z dziećmi może wpływać na seniorów negatywnie i ograniczać ich chęci do kontaktów międzyludzkich, aktywności kulturalnej czy fizycznej. Podsumowując, grupa osób nieaktywnych - wycofanych jest bardzo trudna do zdiagnozowania, a w związku tym najtrudniej jest zarekomendować działania skierowane do niej skierowane. Niewątpliwie nie ma prostej metody aktywizacji takich osób, ani nawet dotarcia do nich z pomocą (większość takich osób nie ukrywa poczucia osamotnienia), ze względu na bardzo zróżnicowane i często delikatne czynniki wpływające na ich sytuację.

Na podstawie zebranych danych można wyróżnić kilka kierunków działania jakie mogą zostać podjęte przez władze miejskie w celu poprawy sytuacji życiowej seniorów:

- dalszy rozwój oferty kulturalnej, rekreacyjnej i edukacyjnej pozwoli na podtrzymanie i rozwinięcie aktywności osób zainteresowanych taką ofertą. Duże pole rozwoju dla uniwersytetu trzeciego wieku – 24,3% badanych chciałoby spróbować wziąć udział w zajęciach;
- szczególnie istotne wydaje się w tym kontekście ułatwienie dostępu do informacji w celu dotarcia do jak najszerzego grona odbiorców. Z badania wynika, że nie ma jednego kanału informacji, który zapewni dotarcie do wszystkich seniorów, wykorzystywane muszą być zróżnicowane sposoby, uwzględniające zarówno osoby korzystające z nowoczesnych mediów (internet), tradycyjnych (gazety, ulotki, słupy ogłoszeniowe), jaki i informacji bezpośredniej/osobistej;
- zróżnicowanie oferty tak, aby stan zdrowia lub/i niepełnosprawność nie eliminowały z możliwości uczestniczenia w wydarzeniach i zajęciach;
- w związku ze spadającą wraz z wiekiem częstotliwością kontaktów z przyjaciółmi i rodziną warto stworzyć możliwości i zainteresować seniorów zastępowaniem tych kontaktów inną aktywnością towarzyską. W badaniu zdiagnozowano istnienie grupy osób odczuwających brak kontaktów międzyludzkich i wyrażających chęć do zmiany tej sytuacji.