

**Uchwała Nr XXV/256/2026
Rady Gminy Tryńcza
z dnia 26 maja 2026 roku**

w sprawie przyjęcia Lokalnej Strategii Senioralnej Gminy Tryńcza na lata 2026–2031

Na podstawie art. 18 ust. 2 pkt 15 ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2025 r. poz. 1153, z późn. zm.), w związku z art. 17 ust. 2 pkt 4 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2026 r. poz. 639, z późn. zm.) Rada Gminy uchwała, co następuje:

§ 1

Uchwała się Lokalną Strategią Senioralną Gminy Tryńcza na lata 2026-2031, stanowiącą załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie niniejszej uchwały powierza się Wójtowi Gminy Tryńcza.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**PRZEWODNICZĄCY
RADY GMINY TRYŃCZA**

Janusz Niżnik

Załącznik do Uchwały
Nr XXV/256/2026
Rady Gminy Tryńcza
z dnia 26 maja 2026 roku

LOKALNA
STRATEGIA SENIORALNA
GMINY TRYŃCZA
NA LATA
2026 – 2031

Tryńcza, 2026



SPIS TREŚCI

| | |
|--|----|
| 1. WSTĘP I MISJA STRATEGII | 4 |
| 2. METODOLOGIA OPRACOWANIA DOKUMENTU..... | 5 |
| 3. ZAŁOŻENIA PROGRAMU I PROGNOZA ZMIAN W ZAKRESIE OBJĘTYM POLITYKĄ SENIORALNĄ | 6 |
| 4. ADRESACI PROGRAMU | 7 |
| 5. PODSTAWA PRAWNA | 8 |
| 6 . SYTUACJA DEMOGRAFICZNA..... | 9 |
| 6.1. Sytuacja demograficzna..... | 9 |
| 6.2. Problemy i oczekiwania osób starszych na podstawie danych ilościowych i jakościowych | 12 |
| 6.3. Kluczowe obszary problemowe wynikające z diagnozy | 15 |
| 6.4. Analiza dostępności gminy..... | 15 |
| 7. ANALIZA SWOT | 16 |
| 8. CELE, KIERUNKI DZIAŁANIA I WSKAŹNIKI REALIZACJI STRATEGII | 18 |
| 8.1. Cel główny strategii..... | 18 |
| 8.2. Cele operacyjne i wskaźniki realizacji | 19 |
| 8.3. Adresaci | 21 |
| 8.4. Prognoza zmian w zakresie objętym strategią..... | 22 |
| I. Zdrowie, profilaktyka i opieka | 22 |
| II. Aktywność, edukacja i kultura..... | 23 |
| III. Bezpieczeństwo, mieszkalnictwo i dostępność | 23 |
| IV. Integracja międzypokoleniowa i partycypacja obywatelska | 24 |
| 9. JEDNOSTKI ORGANIZACYJNE W GMINIE ORAZ NGO DZIAŁAJĄCE NA RZECZ SENIORÓW | 24 |
| 9.1 Pomoc społeczna i wsparcie w codziennym funkcjonowaniu..... | 24 |
| 9.2 Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego | 25 |
| 9.3 Program Wieloletni Senior + | 26 |

| | | |
|------|--|----|
| 9.4 | Centrum Opiekuńczo Mieszkalne w Tryńczy | 27 |
| 9.5 | Program „Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej” – edycja 2026..... | 28 |
| 9.6 | Program „Opieka wytchnieniowa” –edycja 2026 | 29 |
| 10. | KULTURA, REKREACJA, SPORT | 29 |
| 10.1 | Działalność Gminnego Centrum Kultury i Czytelnictwa i Gminnej Biblioteki Publicznej | 29 |
| 10.2 | Partycypacja i integracja społeczna NGO działających na rzecz osób starszych..... | 31 |
| 11. | OPIEKA ZDROWOTNA | 33 |
| 12. | FINANSOWANIE STRATEGII..... | 34 |
| 13. | MONITORING I EWALUACJA STRATEGII..... | 35 |

1. WSTĘP I MISJA STRATEGII

Gmina Tryńcza od lat realizuje zadania wynikające z prowadzenia polityki senioralnej. Realizując te założenia Gmina Tryńcza wspiera oraz promuje inicjatywy, które mają na celu poprawę komfortu życia, rozwój pasji i zainteresowań osób starszych.

Niewątpliwie na chęć i potrzebę rozszerzenia tych działań wpływa świadomość nieustannych zmian w demografii społeczeństwa i wynikające z tego wyzwania stawiane przed samorządem. Efektem tego jest niniejsza Lokalna Strategia Senioralna Gminy Tryńcza na lata 2026–2031, która stanowi dokument wyznaczający kierunki działań samorządu lokalnego w obszarze polityki senioralnej. Strategia została opracowana w odpowiedzi na zmiany demograficzne oraz rosnącą liczbę mieszkańców w wieku senioralnym, którzy stanowią ważną część społeczności lokalnej. Strategia określa cele, kierunki działań oraz priorytety, które będą realizowane przez Gminę Tryńcza we współpracy z jednostkami organizacyjnymi, instytucjami publicznymi, organizacjami pozarządowymi, placówkami ochrony zdrowia, instytucjami kultury oraz lokalną społecznością.

Dokument uwzględnia potrzeby i potencjał seniorów, wspiera ideę aktywnego starzenia się oraz budowania społeczeństwa solidarnego międzypokoleniowo. Realizacja Strategii ma przyczynić się do tworzenia warunków umożliwiających osobom starszym pełne uczestnictwo w życiu społecznym, kulturalnym i obywatelskim Gminy.

Misją Lokalnej Strategii Senioralnej Gminy Tryńcza na lata 2026–2031 jest tworzenie przyjaznych warunków do godnego, aktywnego i bezpiecznego życia osób starszych poprzez rozwój usług społecznych, zdrowotnych i opiekuńczych, wzmacnianie integracji społecznej oraz wspieranie aktywności seniorów w życiu lokalnej wspólnoty. Misja Strategii zakłada również wdrażanie innowacyjnych i nowoczesnych rozwiązań odpowiadających na współczesne potrzeby seniorów, w szczególności w zakresie teleopieki, edukacji cyfrowej, dostępności usług publicznych oraz rozwoju inteligentnych i przyjaznych seniorom usług społecznych.

Realizacja misji opierać się będzie na współpracy samorządu, instytucji publicznych, organizacji społecznych oraz mieszkańców, z poszanowaniem potrzeb, doświadczenia i potencjału osób starszych.

2. METODOLOGIA OPRACOWANIA DOKUMENTU

Lokalna Strategia Senioralna Gminy Tryńcza na lata 2026–2031 została opracowana w oparciu o analizę danych społeczno-demograficznych, diagnozę lokalnych potrzeb oraz proces konsultacji społecznych przeprowadzonych z udziałem mieszkańców. Celem prac nad dokumentem było rozpoznanie najważniejszych potrzeb seniorów, określenie istniejących problemów oraz wypracowanie kierunków działań odpowiadających na wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa. Proces opracowania Strategii obejmował następujące etapy:

- analizę dokumentów strategicznych i danych statystycznych,
- diagnozę sytuacji społecznej osób starszych,
- konsultacje społeczne,
- przeprowadzenie ankiet wśród seniorów,
- organizację spotkań i warsztatów konsultacyjnych,
- opracowanie celów strategicznych i kierunków działań,
- przygotowanie projektu dokumentu oraz jego konsultacje.

Istotnym elementem prac nad Strategią były konsultacje społeczne prowadzone z udziałem mieszkańców Gminy Tryńcza, w szczególności osób starszych, przedstawicieli organizacji społecznych, jednostek organizacyjnych gminy, instytucji kultury, pomocy społecznej oraz ochrony zdrowia.

W ramach procesu konsultacyjnego przeprowadzono ankiety diagnozujące potrzeby seniorów. Ankiety dotyczyły między innymi jakości życia osób starszych, dostępu do usług zdrowotnych i opiekuńczych, poziomu aktywności społecznej, bezpieczeństwa, potrzeb edukacyjnych oraz problemu wykluczenia społecznego i cyfrowego. Uzyskane odpowiedzi pozwoliły na identyfikację kluczowych obszarów wymagających wsparcia i rozwoju. Dodatkowo zorganizowano spotkania konsultacyjne oraz warsztaty z seniorami, podczas których uczestnicy mogli zgłaszać swoje potrzeby, pomysły oraz rekomendacje dotyczące działań podejmowanych przez samorząd lokalny.

Przyjęta metodologia opracowania Strategii opierała się na zasadach partnerstwa, dialogu społecznego oraz współuczestnictwa mieszkańców w planowaniu działań publicznych. Dzięki temu dokument odpowiada na rzeczywiste potrzeby seniorów oraz uwzględnia lokalne uwarunkowania społeczne i demograficzne.



3. ZAŁOŻENIA PROGRAMU I PROGNOZA ZMIAN W ZAKRESIE OBJĘTYM POLITYKĄ SENIORALNĄ

Gmina Tryńcza dąży do stworzenia nowoczesnej, bezpiecznej i solidarnej społeczności lokalnej, w której osoby starsze mają zapewnione warunki do aktywnego, godnego i samodzielnego życia. Wizja polityki senioralnej zakłada budowę gminy przyjaznej seniorom, otwartej na ich potrzeby, potencjał oraz aktywne uczestnictwo w życiu społecznym. W perspektywie najbliższych 10 lat Gmina Tryńcza będzie miejscem:

- zapewniającym dostęp do wysokiej jakości usług społecznych, zdrowotnych i opiekuńczych,
- wspierającym aktywność społeczną, edukacyjną i obywatelską seniorów,
- przeciwdziałającym samotności, wykluczeniu społecznemu i cyfrowemu,
- rozwijającym nowoczesne i innowacyjne rozwiązania wspierające osoby starsze,
- dostępnym architektonicznie i komunikacyjnie,
- wzmacniającym integrację międzypokoleniową oraz lokalne więzi społeczne.

Wizja zakłada, że seniorzy będą aktywnymi uczestnikami życia społecznego, kulturalnego i obywatelskiego Gminy, a ich doświadczenie, wiedza i potencjał będą stanowiły ważny element rozwoju lokalnej wspólnoty. W ramach realizacji polityki senioralnej szczególne znaczenie będzie miało wdrażanie innowacyjnych rozwiązań społecznych i technologicznych, takich jak:

- rozwój usług teleopieki i systemów bezpieczeństwa dla seniorów,
- cyfryzacja usług publicznych i wsparcie w korzystaniu z e-usług,
- tworzenie nowoczesnych form aktywizacji społecznej i edukacyjnej,
- rozwój lokalnych programów zdrowotnych i profilaktycznych,
- wykorzystanie nowych technologii wspierających samodzielność osób starszych.

Prognozuje się, że w kolejnych latach nastąpić będzie wzrost liczby mieszkańców w wieku senioralnym, co wpłynie na zwiększenie zapotrzebowania na usługi społeczne, zdrowotne i opiekuńcze. W związku z tym konieczne będzie systematyczne rozwijanie lokalnej polityki senioralnej, wzmacnianie współpracy międzyinstytucjonalnej oraz pozyskiwanie środków zewnętrznych na realizację działań skierowanych do osób starszych. Realizacja założeń Strategii pozwoli na budowanie gminy nowoczesnej, dostępnej i przyjaznej seniorom, w której osoby starsze będą mogły aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym oraz czuć się bezpiecznie i potrzebnie.

4. ADRESACI PROGRAMU

Adresatami Lokalnej Strategii Senioralnej Gminy Tryńcza na lata 2026–2031 są mieszkańcy gminy będący osobami starszymi, a także ich rodziny, opiekunowie oraz podmioty realizujące działania na rzecz seniorów. Na potrzeby niniejszego dokumentu przyjmuje się, że seniorem jest osoba, która ukończyła 60. rok życia. Jednocześnie Strategia uwzględnia zróżnicowaną sytuację życiową, zdrowotną i społeczną osób starszych, dlatego działania kierowane będą do różnych grup seniorów, odpowiadających ich potrzebom i poziomowi aktywności.

Do tej grupy należą osoby starsze zachowujące samodzielność, aktywność społeczną, zawodową lub obywatelską. Są to seniorzy uczestniczący w życiu lokalnym, zainteresowani rozwojem osobistym, edukacją, kulturą, sportem oraz działalnością społeczną. Działania kierowane do tej grupy obejmować będą między innymi:

rozwój oferty edukacyjnej i kulturalnej,

wspieranie aktywności społecznej i obywatelskiej,

organizację wydarzeń integracyjnych,

rozwój wolontariatu senioralnego,

działania promujące zdrowy styl życia i aktywność fizyczną,

rozwój kompetencji cyfrowych i korzystania z nowych technologii.

- Seniorzy w kryzysie lub zagrożeni wykluczeniem społecznie stanowią grupę osób starszych znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej, społecznej lub ekonomicznej, narażone na samotność, izolację społeczną, ubóstwo, problemy zdrowotne lub wykluczenie cyfrowe. Wsparcie dla tej grupy obejmować będzie:
 - działania przeciwdziałające samotności i izolacji społecznej,
 - pomoc psychologiczną i społeczną,
 - rozwój usług środowiskowych,
 - wsparcie informacyjne i doradcze,
 - działania aktywizujące i integracyjne,
 - pomoc w dostępie do usług publicznych i cyfrowych.

Seniorzy niesamodzielni i wymagający wsparcia opiekuńczego są to osoby, które ze względu na stan zdrowia, niepełnosprawność lub ograniczoną sprawność wymagają pomocy w codziennym funkcjonowaniu oraz dostępu do usług opiekuńczych i zdrowotnych. Działania skierowane do tej grupy obejmować będą:

rozwój usług opiekuńczych i specjalistycznych usług opiekuńczych,

wsparcie dla opiekunów nieformalnych,

rozwój teleopieki i systemów bezpieczeństwa,

poprawę dostępności usług zdrowotnych i rehabilitacyjnych,

działania zwiększające bezpieczeństwo i komfort życia seniorów,

dostosowanie przestrzeni publicznej i usług do potrzeb osób o ograniczonej mobilności.

Strategia zakłada indywidualne podejście do potrzeb osób starszych oraz prowadzenie działań uwzględniających różnorodność sytuacji życiowych seniorów. Ważnym elementem realizacji polityki senioralnej będzie także wspieranie integracji międzypokoleniowej oraz budowanie społeczności lokalnej opartej na solidarności i wzajemnym szacunku.

5. PODSTAWA PRAWNA

Lokalna Strategia Senioralna Gminy Tryńcza na lata 2026–2031 została opracowana w oparciu o obowiązujące przepisy prawa krajowego oraz dokumenty strategiczne dotyczące polityki społecznej, polityki senioralnej i rozwoju lokalnego. Podstawę prawną Strategii stanowią w szczególności:

- Ustawa z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym, określająca zadania własne gminy w zakresie polityki społecznej, ochrony zdrowia oraz wspierania mieszkańców (Dz. U. 2025 poz.1153 z późn. zm);
- Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej, wskazująca obowiązki jednostek samorządu terytorialnego w zakresie wsparcia osób starszych i niesamodzielnych (Dz. U. 2026 poz.639 z późn. zm)
- Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych, określająca kierunki prowadzenia polityki senioralnej w Polsce (Dz. U. 2025 poz. 1705 z późn. zm);

- Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz. U. 2025 poz. 1461 z późn. zm);
- Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. 2025 poz. 1338 z późn. zm);
- Ustawa z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz. U. 2024 poz. 1411 z późn. zm);
- Strategia Rozwoju Województwa Podkarpackiego oraz dokumenty regionalne dotyczące polityki społecznej i senioralnej
- Lokalny Plan Deinstytucjonalizacji usług społecznych dla Gminy Tryńcza na lata 2024-2028

Strategia pozostaje spójna z Lokalnym Planem Deinstytucjonalizacji Usług Społecznych (LPDI) i stanowi jego rozwinięcie w obszarze działań skierowanych do osób starszych, w szczególności w zakresie usług realizowanych w społeczności lokalnej, wspierania niezależności seniorów oraz rozwoju usług skoncentrowanych na osobie.

Strategia pozostaje zgodna z zasadami polityki społecznej państwa oraz kierunkami działań Unii Europejskiej w zakresie przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu, wspierania aktywnego starzenia się oraz rozwoju usług społecznych i zdrowotnych dla osób starszych.

Dokument uwzględnia również potrzebę wdrażania nowoczesnych i innowacyjnych rozwiązań społecznych, organizacyjnych i technologicznych służących poprawie jakości życia seniorów oraz zwiększaniu dostępności usług publicznych dla osób starszych.

6. SYTUACJA DEMOGRAFICZNA

6.1. Sytuacja demograficzna

Proces starzenia się społeczeństwa stanowi jedno z najważniejszych wyzwań społecznych współczesnych samorządów lokalnych. Zjawisko to widoczne jest również w Gminie Tryńcza, gdzie obserwuje się systematyczny wzrost liczby osób starszych oraz zwiększający się udział seniorów w strukturze mieszkańców gminy.

Z danych Głównego Urzędu Statystycznego wynika, że na koniec 2024 roku gminę zamieszkiwało 8 522 mieszkańców. Osoby w wieku poprodukcyjnym stanowiły 18,5% ogółu mieszkańców, natomiast osoby w wieku przedprodukcyjnym 20,9%. Ludność w wieku

produkcyjnym stanowiła 60,7% mieszkańców gminy. Dane te wskazują na postępujące zmiany demograficzne związane ze starzeniem się lokalnej społeczności. Szacunek seniorów 60+: ok. 1 850–2 050 osób czyli: 22–24% mieszkańców gminy. Obecny udział mieszkańców w wieku 60+ wskazuje na postępujący proces starzenia się społeczności lokalnej, charakterystyczny dla gmin wiejskich regionu południowo-wschodniej Polski.

Podział na płeć

W starszych grupach wiekowych dominują kobiety

W całej gminie:

- kobiety: 50,7%,
- mężczyźni: 49,3%.

Natomiast w grupie 60+:

- kobiety: ok. 55–60%,
- mężczyźni: ok. 40–45%.

Największa liczba seniorów mieszka w:

- Tryńcza,
- Gniewczyna Łańcucka,
- Wólka Małkowa,

Trend dla grupy seniorów w horyzoncie 3–5 lat

Prognozy demograficzne oraz obserwowane tendencje wskazują, że w perspektywie najbliższych 3–5 lat liczba mieszkańców w wieku 60+ na terenie Gmina Tryńcza będzie systematycznie wzrastać. Proces ten wynika przede wszystkim ze starzenia się populacji, wydłużania średniego trwania życia oraz zmniejszającej się liczby osób w młodszych grupach wiekowych.

Przewiduje się dalszy wzrost udziału osób starszych w strukturze mieszkańców gminy, przy jednoczesnym spadku udziału ludności w wieku produkcyjnym i przedprodukcyjnym.

Oznacza to zwiększone zapotrzebowanie na usługi społeczne, zdrowotne, opiekuńcze oraz działania aktywizujące seniorów.

Zmiana proporcji w poszczególnych grupach wiekowych 60+

W kolejnych latach można spodziewać się:

- stopniowego wzrostu liczby osób w grupie 60–69 lat,
- wyraźnego zwiększania udziału grupy 70–79 lat,
- najszybszego przyrostu grupy 80+, wymagającej częściej wsparcia opiekuńczego i zdrowotnego.

Zmiany te będą skutkować wzrostem liczby seniorów samotnych oraz osób wymagających regularnej pomocy w codziennym funkcjonowaniu. Szczególnie widoczny będzie wzrost liczby kobiet w najstarszych grupach wieku.

Na sytuację demograficzną wpływają przede wszystkim: spadek liczby urodzeń, wydłużanie średniej długości życia oraz migracje osób młodych do większych miast i poza granice kraju w poszukiwaniu pracy i lepszych warunków życia. W konsekwencji zwiększa się liczba osób starszych wymagających wsparcia zdrowotnego, opiekuńczego i społecznego. Zmiany demograficzne powodują konieczność dostosowania działań samorządu do potrzeb seniorów. Wzrasta zapotrzebowanie na usługi opiekuńcze, działania profilaktyczne, rehabilitacyjne, wsparcie środowiskowe oraz inicjatywy aktywizujące osoby starsze. Coraz większego znaczenia nabiera również przeciwdziałanie samotności i wykluczeniu społecznemu seniorów.

Osoby starsze stanowią ważną część społeczności lokalnej. Wielu seniorów aktywnie uczestniczy w życiu rodzinnym, społecznym i religijnym, angażuje się w działalność społeczną oraz pełni istotną rolę w przekazywaniu doświadczenia i tradycji młodszemu pokoleniu. Jednocześnie wraz z wiekiem wzrasta ryzyko pogorszenia stanu zdrowia, ograniczenia samodzielności oraz potrzeby korzystania z różnorodnych form wsparcia.

Obecne wykorzystanie Klubów Senior+

Na terenie Gmina Tryńcza funkcjonują dwa Kluby Senior+:

- w miejscowości Jagiełła,
- w miejscowości Gniewczyna Łańcucka .

Łącznie z oferty korzysta obecnie około 15 uczestników. Uczestnicy regularnie korzystają z oferowanych zajęć i form aktywizacji, co świadczy o realnym zapotrzebowaniu na tego typu wsparcie w środowisku lokalnym.

Obserwowany proces starzenia się mieszkańców gminy może w kolejnych latach wpłynąć na wzrost zainteresowania działalnością Klubów Senior+ oraz potrzebę rozszerzenia oferty skierowanej do osób starszych.

6.2. Problemy i oczekiwania osób starszych na podstawie danych ilościowych i jakościowych

Diagnoza sytuacji osób starszych w Gminie Tryńcza została opracowana na podstawie analizy danych statystycznych, informacji będących w posiadaniu jednostek organizacyjnych gminy oraz rozpoznania lokalnych potrzeb społecznych dotyczących osób starszych. Analiza została opracowana w oparciu o dane ilościowe oraz jakościowe dotyczące sytuacji społecznej i demograficznej mieszkańców gminy. Dane ilościowe pochodzące z Głównego Urzędu Statystycznego wskazują na postępujący proces starzenia się społeczeństwa. Na koniec 2024 roku osoby w wieku poprodukcyjnym stanowiły 18,5% mieszkańców gminy. Wzrastający udział seniorów w strukturze mieszkańców wpływa na zwiększone zapotrzebowanie na usługi zdrowotne, opiekuńcze, rehabilitacyjne oraz działania wspierające aktywność społeczną osób starszych. Dodatkowo analiza danych będących w dyspozycji jednostek organizacyjnych gminy wskazuje na rosnące zainteresowanie usługami skierowanymi do seniorów, w tym wsparciem środowiskowym, usługami opiekuńczymi, działalnością Klubów Seniora, ofertą Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego oraz możliwością korzystania z wypożyczalni sprzętu rehabilitacyjnego.

Dane jakościowe obejmują natomiast obserwacje i doświadczenia pracowników socjalnych, informacje uzyskane podczas codziennej pracy z osobami starszymi i ich rodzinami, a także

rozmowy oraz konsultacje prowadzone z seniorami korzystającymi ze wsparcia instytucji i działań realizowanych na terenie gminy.

Na podstawie zgromadzonych danych jakościowych zidentyfikowano najczęściej występujące problemy osób starszych, do których należą przede wszystkim:

- poczucie samotności i izolacji społecznej,
- ograniczona mobilność wynikająca z wieku i stanu zdrowia,
- utrudniony dostęp do specjalistycznych usług zdrowotnych i rehabilitacyjnych,
- bariery komunikacyjne związane z transportem,
- ograniczony dostęp do nowoczesnych technologii i usług cyfrowych,
- potrzeba zwiększenia liczby działań integracyjnych i aktywizujących.

Seniorzy wskazują jednocześnie na potrzebę dalszego rozwijania działań poprawiających jakość życia osób starszych, w szczególności poprzez:

- zwiększanie oferty aktywizacji społecznej i ruchowej,
- rozwijanie działań integracyjnych i międzypokoleniowych,
- tworzenie przestrzeni sprzyjających spotkaniom i rekreacji,
- organizację wydarzeń kulturalnych i edukacyjnych,
- rozwój usług wspierających samodzielne funkcjonowanie seniorów,
- zwiększanie dostępności nowoczesnych form aktywizacji i edukacji.

Przeprowadzona analiza danych ilościowych i jakościowych wskazuje, że osoby starsze oczekują przede wszystkim działań wzmacniających poczucie bezpieczeństwa, poprawiających dostęp do wsparcia społecznego i zdrowotnego oraz umożliwiających aktywne i godne funkcjonowanie w środowisku lokalnym.

Seniorzy wskazują na potrzebę tworzenia warunków sprzyjających aktywnemu stylowi życia, integracji społecznej oraz poprawie dobrostanu psychicznego i fizycznego. Istotne znaczenie ma rozwój ogólnodostępnych przestrzeni służących odpoczynkowi, rekreacji i spotkaniom mieszkańców, umożliwiających osobom starszym bezpieczne i komfortowe uczestnictwo w życiu społecznym.

Wśród oczekiwań osób starszych widoczna jest również potrzeba rozwijania nowoczesnych i atrakcyjnych form aktywizacji dostosowanych do możliwości seniorów.

Coraz większego znaczenia nabierają działania wspierające aktywność ruchową, samodzielność oraz możliwość uczestniczenia w różnych formach rekreacji i integracji społecznej.

Istotne znaczenie mają również potrzeby związane z organizacją spotkań integracyjnych, wydarzeń kulturalnych, warsztatów oraz inicjatyw takich jak spotkania filmowe czy kino plenerowe, sprzyjających aktywnemu uczestnictwu seniorów w życiu społecznym gminy. Ważnym obszarem oczekiwań są także działania z zakresu promocji zdrowego stylu życia i profilaktyki zdrowotnej, wspierające dobre samopoczucie oraz aktywność psychofizyczną osób starszych.

Wskazuje się również na potrzebę rozwijania lokalnych inicjatyw sprzyjających integracji międzypokoleniowej, aktywizacji społecznej seniorów oraz zwiększaniu dostępności działań odpowiadających na potrzeby mieszkańców w wieku senioralnym.

Istotne znaczenie mają również potrzeby związane z promocją zdrowego stylu życia i profilaktyką zdrowotną, w tym dostępem do działań informacyjnych, spotkań tematycznych oraz aktywności wspierających dobre samopoczucie i kondycję psychofizyczną. Wskazuje się także na potrzebę organizacji lokalnych inicjatyw sprzyjających aktywnemu uczestnictwu seniorów w życiu społecznym i kulturalnym gminy.

Seniorzy zwracają także uwagę na potrzebę zwiększenia dostępu do oferty kulturalnej, edukacyjnej i międzypokoleniowej. Ważne są inicjatywy umożliwiające rozwijanie zainteresowań, uczestnictwo w wydarzeniach społecznych oraz korzystanie z nowoczesnych form edukacji i aktywizacji. Szczęólnego znaczenia nabierają działania wykorzystujące nowe technologie, które mogą wspierać aktywność poznawczą, przeciwdziałać wykluczeniu społecznemu oraz zwiększać uczestnictwo seniorów w życiu społecznym i kulturalnym.

Istotnym problemem pozostaje również poczucie samotności i ograniczone możliwości uczestnictwa w wydarzeniach integracyjnych organizowanych na terenie gminy. Seniorzy oczekują większej liczby działań sprzyjających integracji lokalnej społeczności, wspólnemu spędzaniu czasu oraz budowaniu relacji międzyludzkich.

Osoby starsze oczekują przede wszystkim działań poprawiających jakość życia, zwiększających dostęp do aktywności społecznej, rekreacyjnej i kulturalnej oraz umożliwiających aktywne, bezpieczne i godne starzenie się w środowisku lokalnym.

6.3. Kluczowe obszary problemowe wynikające z diagnozy

Przeprowadzona diagnoza pozwala wskazać najważniejsze obszary wymagające działań w ramach lokalnej polityki senioralnej w Gminie Tryńcza. Do kluczowych problemów należy postępujący proces starzenia się społeczeństwa oraz wzrost liczby osób wymagających wsparcia społecznego, zdrowotnego i opiekuńczego. Zjawisko to będzie powodowało zwiększone zapotrzebowanie na usługi skierowane do seniorów.

Istotnym wyzwaniem pozostaje ograniczona dostępność usług zdrowotnych, rehabilitacyjnych i opiekuńczych, szczególnie dla osób samotnych, przewlekle chorych oraz niesamodzielnych. Konieczne jest dalsze rozwijanie usług środowiskowych i wsparcia świadczonego w miejscu zamieszkania seniorów.

Ważnym obszarem problemowym jest również ryzyko samotności i wykluczenia społecznego osób starszych. Dotyczy to zwłaszcza seniorów mieszkających samotnie, osób z ograniczoną mobilnością oraz mieszkańców mających utrudniony dostęp do transportu i życia społecznego.

Diagnoza wskazuje także na potrzebę rozwijania działań służących aktywizacji społecznej seniorów, zwiększania ich uczestnictwa w życiu lokalnym oraz wspierania integracji międzypokoleniowej. Istotne znaczenie ma tworzenie warunków umożliwiających aktywne i godne starzenie się mieszkańców.

Kolejnym wyzwaniem pozostaje przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu poprzez rozwijanie kompetencji cyfrowych osób starszych oraz ułatwianie dostępu do nowoczesnych form komunikacji i usług elektronicznych.

Wnioski wynikające z diagnozy wskazują na konieczność prowadzenia kompleksowej polityki senioralnej obejmującej działania społeczne, zdrowotne, edukacyjne i integracyjne, odpowiadające na potrzeby starzejącej się społeczności lokalnej.

6.4. Analiza dostępności gminy

Analiza dostępności Gminy Tryńcza wskazuje na potrzebę dalszego rozwijania działań wspierających dostępność przestrzeni publicznej, usług oraz oferty społecznej dla osób starszych i osób ze szczególnymi potrzebami. W obszarze dostępności architektonicznej

istotne znaczenie ma kontynuowanie działań związanych z dostosowywaniem przestrzeni publicznych i miejsc integracji społecznej do potrzeb seniorów oraz osób o ograniczonej mobilności. Ważnym elementem pozostaje tworzenie przyjaznych i bezpiecznych miejsc sprzyjających aktywności społecznej, rekreacji i odpoczynkowi osób starszych.

W zakresie dostępności komunikacyjnej szczególnego znaczenia nabiera zapewnienie seniorom możliwości uczestnictwa w życiu społecznym, kulturalnym i zdrowotnym. Dla części osób starszych, zwłaszcza mających ograniczoną mobilność, ważne pozostaje wspieranie rozwiązań ułatwiających korzystanie z oferty społecznej i integracyjnej realizowanej na terenie gminy.

Analiza wskazuje również na potrzebę dalszego rozwijania kompetencji cyfrowych osób starszych. Dynamiczny rozwój usług elektronicznych i nowoczesnych form komunikacji powoduje konieczność wspierania seniorów w korzystaniu z technologii cyfrowych oraz zwiększania ich dostępu do informacji, edukacji i działań aktywizujących.

Istotne znaczenie ma także rozwijanie nowoczesnych i dostępnych form aktywizacji społecznej oraz edukacyjnej osób starszych, umożliwiających zwiększanie uczestnictwa seniorów w życiu lokalnej społeczności oraz przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i cyfrowemu.

Wnioski z analizy wskazują na potrzebę dalszego wzmocnienia dostępności przestrzeni publicznej, usług społecznych i działań integracyjnych w sposób odpowiadający na potrzeby starzejącej się społeczności lokalnej.

7. ANALIZA SWOT

| MOCNE STRONY | SŁABE STRONY |
|--------------|--------------|
|--------------|--------------|

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - dobrze rozwinięty system usług świadczonych w miejscu zamieszkania - funkcjonowanie dwóch Klubów Seniora+ w miejscowościach Jagiełła oraz Gniewczyzna Łańcucka - działalność Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego w Tryńczy - realizacja programu „Asystent Osobisty Osoby z Niepełnosprawnością” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego - edycja 2025 - realizacja programu „Opieka wytechnieniowa” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego - edycja 2025 - organizacja spotkań i integracji międzypokoleniowych - organizacja wyjazdów integracyjnych, krajoznawczych i kulturalnych dla seniorów - wysoko wyspecjalizowana i doświadczona kadra w instytucjach polityki społecznej - doświadczenie pracowników socjalnych w pracy z seniorami - aktywność części seniorów w życiu społecznym i religijnym - możliwość realizacji działań integracyjnych i środowiskowych na terenie gminy - istniejąca współpraca samorządu z jednostkami organizacyjnymi i organizacjami społecznymi - potencjał do rozwoju działań międzypokoleniowych - rosnąca świadomość potrzeby prowadzenia polityki senioralnej | <ul style="list-style-type: none"> - postępujący proces starzenia się społeczeństwa - długie oczekiwanie i niedostateczna liczba miejsc rehabilitacji - ograniczony dostęp do specjalistycznej opieki zdrowotnej i rehabilitacji - graniczny dostęp do usług opieki zdrowotnej finansowanej w ramach NFZ, w tym szczególnie do lekarzy specjalistów, brak poradni geriatrycznej - ryzyko samotności i izolacji społecznej części seniorów - bariery komunikacyjne i ograniczony transport publiczny - ograniczona mobilność części osób starszych - wykluczenie cyfrowe części seniorów - zwiększające się potrzeby opiekuńcze i zdrowotne osób starszych |
|---|--|

| SZANSE | ZAGROŻENIA |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> – możliwość pozyskiwania środków zewnętrznych na rozwój polityki senioralnej – rozwój usług społecznych i opiekuńczych dla seniorów – rozwój lokalnej polityki senioralnej i działań aktywizujących – rozwój nowoczesnych form aktywizacji i edukacji seniorów – tworzenie przestrzeni rekreacyjnych i integracyjnych dla mieszkańców – rozwój inicjatyw międzypokoleniowych – zwiększanie aktywności społecznej i ruchowej seniorów – wykorzystanie nowych technologii w działaniach edukacyjnych i integracyjnych – wzrost świadomości społecznej dotyczącej potrzeb osób starszych – rozwój oferty kulturalnej i społecznej dla seniorów | <ul style="list-style-type: none"> – dalszy wzrost liczby osób starszych wymagających wsparcia – zwiększające się koszty usług zdrowotnych i opiekuńczych – pogłębianie się problemu samotności i wykluczenia społecznego – ograniczony dostęp do lekarzy specjalistów i rehabilitacji – odpływ ludzi młodych do większych miast i za granicę – pogarszający się stan zdrowia i sprawności osób starszych – utrudniony dostęp seniorów do usług i życia społecznego – ryzyko pogłębiania wykluczenia cyfrowego osób starszych – stereotypowe postrzeganie ludzi starszych – wzrastające koszty życia – pogarszająca się sytuacja materialna seniorów |

8. CELE, KIERUNKI DZIAŁANIA I WSKAŹNIKI REALIZACJI STRATEGII

8.1. Cel główny strategii

Celem głównym Lokalnej Strategii Senioralnej dla Gminy Tryńcza jest poprawa jakości życia osób starszych poprzez rozwój działań wspierających aktywność społeczną, zdrowotną i obywatelską seniorów, zwiększenie dostępności usług i przestrzeni publicznej oraz tworzenie warunków sprzyjających aktywnemu, bezpiecznemu i godnemu starzeniu się mieszkańców gminy.

Realizacja celu głównego będzie opierała się na wzmacnianiu integracji społecznej osób starszych, przeciwdziałaniu wykluczeniu społecznemu i samotności, rozwijaniu usług

wspierających samodzielność seniorów oraz zwiększaniu dostępności działań aktywizujących, edukacyjnych, zdrowotnych i międzypokoleniowych.

8.2. Cele operacyjne i wskaźniki realizacji

Cel operacyjny 1

Rozwój usług i działań wspierających aktywność, integrację oraz bezpieczeństwo osób starszych

Kierunki działań:

- wspieranie działalności Klubów Seniora,
- rozwój działań realizowanych przez Centrum Opiekuńczo-Mieszkalne,
- organizacja wydarzeń integracyjnych, wyjazdów i działań aktywizujących,
- rozwój usług opiekuńczych, asystenckich i wspierających seniorów,
- zwiększanie dostępności działań rekreacyjnych, społecznych i międzypokoleniowych,
- wspieranie działań poprawiających samodzielność i jakość życia osób starszych.

Przykładowe wskaźniki realizacji:

- liczba zorganizowanych wydarzeń, spotkań i wyjazdów integracyjnych,
- liczba nowych form aktywizacji wdrożonych dla seniorów,
- liczba funkcjonujących Klubów Seniora,
- liczba godzin świadczonych usług opiekuńczych i asystenckich,
- liczba doposażonych lub utworzonych miejsc integracji i rekreacji,
- liczba działań międzypokoleniowych realizowanych w ciągu roku,
- stopień wykorzystania dostępnej infrastruktury senioralnej,
- rozszerzenie oferty działań aktywizacyjnych i rekreacyjnych,
- liczba przedsięwzięć realizowanych we współpracy z organizacjami społecznymi.

Cel operacyjny 2

Zwiększenie dostępności działań edukacyjnych, zdrowotnych i nowoczesnych form aktywizacji seniorów

Kierunki działań:

- organizacja działań edukacyjnych i profilaktycznych,
- rozwijanie kompetencji cyfrowych osób starszych,
- wspieranie nowoczesnych form aktywizacji społecznej i poznawczej,
- promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia,
- rozwijanie oferty kulturalnej i rekreacyjnej dla seniorów.

Przykładowe wskaźniki realizacji:

- liczba przeprowadzonych warsztatów i szkoleń,
- liczba działań profilaktycznych i zdrowotnych realizowanych w ciągu roku,
- liczba inicjatyw edukacyjnych i kulturalnych skierowanych do seniorów,
- liczba godzin zajęć aktywizacyjnych i edukacyjnych,
- liczba nowych działań wykorzystujących nowoczesne technologie,
- poziom dostępności oferty edukacyjnej i aktywizacyjnej dla seniorów,
- rozszerzenie oferty zajęć rozwijających kompetencje cyfrowe,
- liczba działań promujących zdrowy styl życia,
- liczba wydarzeń rekreacyjnych i kulturalnych organizowanych dla seniorów.

Cel operacyjny 3

Wzmacnianie współpracy lokalnej i działań na rzecz integracji społecznej seniorów

Kierunki działań:

- współpraca z organizacjami pozarządowymi i instytucjami,
- wspieranie inicjatyw lokalnych na rzecz osób starszych,
- rozwijanie działań środowiskowych i międzypokoleniowych,
- promocja aktywności seniorów i działań społecznych.

Przykładowe wskaźniki realizacji:

- liczba zawartych partnerstw i porozumień,
- liczba wspólnie realizowanych projektów i inicjatyw,
- liczba działań promujących aktywność seniorów,
- liczba kampanii informacyjnych i społecznych,
- liczba wydarzeń integrujących społeczność lokalną,

- poziom zaangażowania instytucji i organizacji w działania senioralne,
- liczba nowych inicjatyw społecznych realizowanych na rzecz seniorów,
- częstotliwość organizacji działań międzypokoleniowych,
- rozwój współpracy pomiędzy podmiotami działającymi na rzecz osób starszych.

8.3. Adresaci

Adresatami Lokalnej Strategii Senioralnej dla Gminy Tryńcza są przede wszystkim osoby starsze zamieszkujące teren gminy, w szczególności seniorzy znajdujący się w różnej sytuacji życiowej, zdrowotnej i społecznej.

Strategia skierowana jest w szczególności do:

- osób w wieku poprodukcyjnym,
- seniorów aktywnych społecznie oraz osób wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu,
- osób samotnych i zagrożonych wykluczeniem społecznym,
- osób z niepełnosprawnościami oraz ograniczoną mobilnością,
- seniorów wymagających wsparcia opiekuńczego, rehabilitacyjnego i asystenckiego,
- uczestników Klubów Seniora i innych form aktywizacji społecznej,
- osób korzystających z usług społecznych i zdrowotnych realizowanych na terenie gminy.

Adresatami działań są również rodziny oraz opiekunowie osób starszych, którzy na co dzień sprawują opiekę nad seniorami i wymagają wsparcia w zakresie usług społecznych, opiekuńczych i wytchnieniowych.

Strategia obejmuje także podmioty i instytucje działające na rzecz osób starszych, w szczególności:

- jednostki organizacyjne pomocy społecznej,
- instytucje kultury, sportu i ochrony zdrowia,
- organizacje pozarządowe i stowarzyszenia,
- placówki realizujące działania na rzecz integracji i aktywizacji seniorów,
- społeczność lokalną uczestniczącą w działaniach międzypokoleniowych i integracyjnych.

Dokument ma charakter otwarty i zakłada współpracę samorządu, instytucji oraz mieszkańców gminy na rzecz tworzenia warunków sprzyjających aktywnemu, bezpiecznemu i godnemu starzeniu się osób starszych w środowisku lokalnym.

8.4. Prognoza zmian w zakresie objętym strategią

Analiza sytuacji demograficznej oraz społecznej Gminy Tryńcza wskazuje, że w kolejnych latach następować będzie dalszy wzrost liczby osób starszych oraz zwiększenie udziału seniorów w strukturze mieszkańców gminy. Proces starzenia się społeczeństwa będzie wpływał na rosnące zapotrzebowanie na usługi zdrowotne, opiekuńcze, rehabilitacyjne oraz działania wspierające aktywność społeczną i samodzielność osób starszych.

Prognozuje się wzrost potrzeb związanych z:

- dostępem do usług zdrowotnych i profilaktycznych,
- rozwojem usług opiekuńczych i wsparcia środowiskowego,
- zwiększaniem aktywności społecznej i ruchowej seniorów,
- przeciwdziałaniem samotności i wykluczeniu społecznemu,
- rozwijaniem działań edukacyjnych i cyfrowych,
- poprawą dostępności przestrzeni publicznej i usług,
- wzmacnianiem integracji międzypokoleniowej.

W kolejnych latach istotnego znaczenia nabierać będzie rozwijanie lokalnej polityki senioralnej ukierunkowanej na aktywne i zdrowe starzenie się mieszkańców, zwiększanie samodzielności osób starszych oraz tworzenie warunków sprzyjających uczestnictwu seniorów w życiu społecznym i obywatelskim.

Kierunki działań – filary strategii

I. Zdrowie, profilaktyka i opieka

Filar obejmuje działania służące poprawie jakości życia i stanu zdrowia osób starszych poprzez rozwój usług zdrowotnych, profilaktycznych, rehabilitacyjnych oraz opiekuńczych.

Kierunki działań:

- wspieranie działań profilaktycznych i prozdrowotnych skierowanych do seniorów,

- rozwój usług opiekuńczych, asystenckich i środowiskowych,
- wspieranie funkcjonowania Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego,
- zwiększanie dostępności działań rehabilitacyjnych i wspierających sprawność seniorów,
- rozwijanie wsparcia dla opiekunów osób zależnych,
- zwiększanie dostępności sprzętu rehabilitacyjnego i wspomagającego.

II. Aktywność, edukacja i kultura

Filar obejmuje działania wspierające aktywność społeczną, edukacyjną, ruchową i kulturalną osób starszych oraz przeciwdziałające wykluczeniu społecznemu i cyfrowemu.

Kierunki działań:

- rozwijanie działalności Klubów Seniora,
- organizacja wydarzeń integracyjnych, edukacyjnych i kulturalnych,
- wspieranie aktywności ruchowej i rekreacyjnej seniorów,
- rozwijanie nowoczesnych form aktywizacji i edukacji,
- wspieranie kompetencji cyfrowych osób starszych,
- organizacja wyjazdów integracyjnych, krajoznawczych i kulturalnych,
- tworzenie warunków do rozwijania zainteresowań i aktywnego spędzania czasu wolnego.

III. Bezpieczeństwo, mieszkalnictwo i dostępność

Filar obejmuje działania służące poprawie bezpieczeństwa i dostępności przestrzeni publicznej oraz wspieraniu samodzielnego funkcjonowania osób starszych. Działania realizowane będą z uwzględnieniem podejścia opartego na usługach świadczonych w społeczności lokalnej, skoncentrowanych na potrzebach seniorów oraz wspierających ich samodzielność, aktywność i niezależne funkcjonowanie w środowisku lokalnym.

Kierunki działań:

- rozwijanie działań poprawiających dostępność przestrzeni publicznej,
- wspieranie rozwiązań zwiększających bezpieczeństwo seniorów,
- tworzenie miejsc sprzyjających integracji i rekreacji osób starszych,

- wspieranie działań ograniczających bariery komunikacyjne i cyfrowe,
- rozwijanie dostępności usług i oferty społecznej dla osób o ograniczonej mobilności,
- wspieranie działań umożliwiających seniorom jak najdłuższe funkcjonowanie w miejscu zamieszkania.

IV. Integracja międzypokoleniowa i partycypacja obywatelska

Filar obejmuje działania wzmacniające uczestnictwo osób starszych w życiu społecznym oraz rozwijające współpracę międzypokoleniową i aktywność obywatelską seniorów.

Kierunki działań:

- wspieranie działań integrujących różne grupy wiekowe,
- rozwijanie inicjatyw międzypokoleniowych,
- wzmacnianie aktywności społecznej i obywatelskiej seniorów,
- wspieranie współpracy z organizacjami pozarządowymi i środowiskiem lokalnym,
- promocja pozytywnego wizerunku osób starszych,
- rozwijanie wolontariatu i działań środowiskowych,
- zwiększanie udziału seniorów w życiu lokalnej społeczności i konsultacjach społecznych.

9. JEDNOSTKI ORGANIZACYJNE W GMINIE ORAZ NGO DZIAŁAJĄCE NA RZECZ SENIORÓW

9.1 Pomoc społeczna i wsparcie w codziennym funkcjonowaniu

Centrum Usług Społecznych w Gminie Tryńcza jest jednostką organizacyjną Gminy Tryńcza, odpowiedzialną za realizację zadań z zakresu usług społecznych oraz wsparcia mieszkańców. Do jego kompetencji należy wykonywanie zadań wynikających z ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej, ustawy o realizowaniu usług społecznych przez centrum usług społecznych a także realizacja świadczeń rodzinnych oraz zadań dotyczących pomocy osobom uprawnionym do alimentów.

Centrum Usług Społecznych w Gminie Tryńcza pełni istotną rolę w lokalnej polityce społecznej, zapewniając wsparcie mieszkańcom gminy, w szczególności osobom starszym,

chorym oraz niesamodzielnym. Zakres oferowanej pomocy jest szeroki i obejmuje zarówno wsparcie finansowe dla osób znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej, w tym zasiłki celowe i okresowe, jak i pomoc w pokrywaniu kosztów leczenia, zakupu leków oraz podstawowych potrzeb bytowych. Obejmuje również organizację i realizację usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania, pomoc w codziennym funkcjonowaniu osób starszych, chorych i niesamodzielnym, a także wsparcie w uzyskaniu odpowiednich świadczeń socjalnych. W ramach działalności realizowana jest także praca socjalna, polegająca na diagnozowaniu sytuacji rodzin i osób, przeprowadzaniu wywiadów środowiskowych oraz planowaniu indywidualnych form pomocy dostosowanych do potrzeb mieszkańców. Do zadań CUS należy ponadto organizacja specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób wymagających szczególnego wsparcia z powodu chorób lub niepełnosprawności, a także działania aktywizujące i reintegracyjne, których celem jest przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i zawodowemu.

Osoby w wieku senioralnym są bardziej narażone na choroby przewlekłe, które często prowadzą do ograniczenia sprawności i niepełnosprawności. Starzenie się społeczeństwa wiąże się ze spadkiem aktywności fizycznej i społecznej osób starszych, co może powodować ich wykluczenie społeczne. W związku z tym jednostki samorządowe podejmują działania mające na celu łagodzenie skutków procesu starzenia się społeczeństwa. Przewiduje się, że w okresie objętym strategią liczba osób wymagających wsparcia z powodu chorób i niepełnosprawności będzie stopniowo wzrastać, co zwiększy znaczenie usług społecznych realizowanych przez CUS w gminie.

9.2 Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego

W Gminie Tryńcza od 2022 roku funkcjonuje Wypożyczalnia Sprzętu Rehabilitacyjnego, która powstała w ramach projektu pn. „Utworzenie wypożyczalni sprzętu rehabilitacyjnego, pielęgnacyjnego oraz wspomagającego w Gminie Tryńcza”. Głównym celem przedsięwzięcia było zwiększenie dostępności usług zdrowotnych dla osób wymagających wsparcia w codziennym funkcjonowaniu, zamieszkujących gminę Tryńcza, poprzez stworzenie i uruchomienie wypożyczalni sprzętu rehabilitacyjnego, pielęgnacyjnego i wspomagającego.

Obecnie wypożyczalnia stanowi istotne wsparcie dla mieszkańców gminy, w szczególności seniorów oraz osób z niepełnosprawnościami i długotrwałymi problemami zdrowotnymi. W jej ofercie znajduje się szeroki zakres specjalistycznego sprzętu, w tym

m.in.: łóżka rehabilitacyjne elektryczne, rotory elektryczne do ćwiczeń kończyn górnych i dolnych, pionizatory dla dorosłych, materace przeciwoleżynowe z kompresorem, ławki wgłębne do wanny, wózki prysznicowe, wózki inwalidzkie (standardowe, elektryczne oraz dziecięce), przenośniki transportowo-kąpielowe, ssaki medyczne, inhalatory pneumatyczno-tłokowe oraz koncentratory tlenu.

Funkcjonowanie wypożyczalni znacząco poprawia dostępność do sprzętu rehabilitacyjnego i pielęgnacyjnego, co umożliwia prowadzenie opieki oraz rehabilitacji w warunkach domowych. Rozwiązanie to przyczynia się do poprawy jakości życia mieszkańców, zwiększenia ich samodzielności oraz bezpieczeństwa, a także stanowi realne wsparcie dla rodzin i opiekunów osób wymagających stałej opieki.

9.3 Program Wieloletni Senior +

Klub Senior+ w Jagielle i Gniewczynie Łańcuckiej

W strukturach Gminy Tryńcza funkcjonują dwa Kluby Senior+ w Jagielle oraz w Gniewczynie Łańcuckiej, których działalność skierowana jest do osób nieaktywnych zawodowo w wieku 60+ z terenu gminy. Każdy z klubów przystosowany jest do uczestnictwa 15 osób, zapewniając seniorom komfortowe warunki do aktywnego spędzania czasu, rozwijania zainteresowań oraz przeciwdziałania samotności i wykluczeniu społecznemu.

Kluby stanowią formę wsparcia środowiskowego, umożliwiając seniorom aktywne spędzanie czasu wolnego, rozwijanie zainteresowań oraz przeciwdziałanie samotności i wykluczeniu społecznemu.

W Klubach organizowane są różnego rodzaju zajęcia: m.in. warsztaty pracy twórczej, gdzie uczestnicy rozwijają swoje pasje, zdolności artystyczne czy zainteresowania, zapoznając się ze sztuką zdobienia, warsztaty kulinarne, zajęcia ruchowe i muzyczne, a także spotkania integracyjne z dziećmi, młodzieżą oraz seniorami z innych placówek. Działania te sprzyjają aktywizacji uczestników, rozwijaniu ich umiejętności oraz budowaniu relacji społecznych.

Istotnym elementem działalności Klubów są spotkania międzypokoleniowe, które stanowią ważny obszar podejmowanych inicjatyw. Uczestniczą w nich dzieci, młodzież oraz seniorzy z terenu gminy i okolic, co sprzyja wymianie doświadczeń, wzajemnemu uczeniu się

oraz budowaniu więzi społecznych. Spotkania te przybierają formę wspólnych warsztatów, zajęć tematycznych, wydarzeń okolicznościowych i integracyjnych, które łączą różne pokolenia i wzmacniają lokalną wspólnotę.

Działalność placówki finansowana jest ze środków dotacji celowej budżetu państwa oraz środków budżetu Gminy Tryńcza, co umożliwia systematyczne rozwijanie oferty zajęć i zapewnienie seniorom szerokiego wachlarza aktywności społecznych i kulturalnych.

9.4 Centrum Opiekuńczo Mieszkalne w Tryńczy

Centrum Opiekuńczo – Mieszkalne w Tryńczy (COM) to placówka działająca od czerwca 2024 r., zapewniająca wsparcie 18 osobom starszym, przewlekle chorym oraz osobom z niepełnosprawnościami. Celem funkcjonowania Centrum jest stworzenie bezpiecznego miejsca pobytu, a także zapewnienie codziennej opieki i wsparcia dostosowanego do indywidualnych potrzeb mieszkańców.

Seniorzy przebywający w COM spędzają czas w sposób aktywny i zróżnicowany, zgodnie ze swoimi możliwościami oraz stanem zdrowia. Dużą część dnia wypełniają zajęcia terapeutyczne, rehabilitacyjne oraz aktywizujące, które wspierają sprawność fizyczną i psychiczną mieszkańców. Organizowane są również zajęcia manualne, zajęcia ruchowe oraz różne formy treningu pamięci i koncentracji. Istotnym elementem codzienności jest także wspólne spędzanie czasu w przestrzeniach wspólnych, rozmowy, gry i aktywności integracyjne, które sprzyjają budowaniu relacji i przeciwdziałają poczuciu samotności.

Ważnym aspektem funkcjonowania COM są spotkania międzypokoleniowe, podczas których seniorzy mają możliwość kontaktu z dziećmi i młodzieżą. Spotkania te obejmują wspólne zajęcia, warsztaty, rozmowy oraz wydarzenia okolicznościowe. Dzięki temu mieszkańcy COM pozostają aktywni społecznie, dzielą się swoim doświadczeniem życiowym oraz uczestniczą w wymianie międzypokoleniowej, która wzmacnia więzi społeczne i buduje wzajemne zrozumienie.

Mieszkańcy mają zapewnione odpowiednio przystosowane warunki bytowe oraz przestrzenie umożliwiające zarówno odpoczynek, jak i aktywność. Codzienne funkcjonowanie łączy elementy opieki, terapii oraz aktywizacji społecznej, co wpływa na poprawę jakości życia mieszkańców.

9.5 Program „Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej” – edycja 2026

Centrum Usług Społecznych w Gminie Tryńcza na realizację Programu „Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej” – edycja 2026 otrzymało środki z Funduszu Solidarnościowego. Głównym celem Programu jest poprawa jakości życia osób z niepełnosprawnościami, w szczególności poprzez umożliwienie im jak największej niezależności, zapewnienie wsparcia, pomocy adekwatnej do potrzeb oraz umożliwienie zaangażowania osób z niepełnosprawnościami w wydarzenia społeczne, kulturalne, rozrywkowe lub sportowe. Program ma na celu wprowadzenie usług asystencji osobistej jako formy ogólnodostępnego wsparcia w wykonywaniu codziennych czynności oraz funkcjonowaniu w życiu społecznym. Adresatami programu są dzieci do ukończenia 16. roku życia posiadające orzeczenie o niepełnosprawności łącznie ze wskazaniami konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego współudziału na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia, rehabilitacji i edukacji oraz osoby z niepełnosprawnościami posiadające orzeczenie: o znacznym stopniu niepełnosprawności.

Zakres zadań asystenta osobistego osoby z niepełnosprawnością :

1. wsparcie uczestnika w czynnościach samoobsługowych, w tym utrzymaniu higieny osobistej;
2. wsparcie uczestnika w prowadzeniu gospodarstwa domowego i wypełnianiu ról w rodzinie;
3. wsparcie uczestnika w przemieszczaniu się poza miejscem zamieszkania;
4. wsparcie uczestnika w podejmowaniu aktywności życiowej i komunikowaniu się z otoczeniem.

Na terenie Gminy Tryńcza zatrudnionych jest 8 asystentów, którzy świadczą usługi na rzecz 33 osób z niepełnosprawnościami, w tym 21 osób starszych oraz 12 dzieci do 16. roku życia. Realizacja programu przyczynia się do zmniejszenia barier w codziennym funkcjonowaniu oraz wspiera rodziny osób z niepełnosprawnościami poprzez częściowe odciążenie ich w obowiązkach opiekuńczych.

9.6 Program „Opieka wytchnieniowa” –edycja 2026

Centrum Usług Społecznych w Gminie Tryńcza uzyskało dofinansowanie ze środków Funduszu Solidarnościowego na realizację Programu „Opieka wytchnieniowa” – edycja 2026. Głównym celem programu jest wsparcie członków rodzin oraz opiekunów osób z niepełnosprawnościami poprzez zapewnienie im czasowego odciążenia w codziennym sprawowaniu opieki.

Program kierowany jest do opiekunów osób posiadających orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności. Zakłada on organizację usług opieki wytchnieniowej, które stanowią formę czasowego zastępstwa w opiece nad osobą zależną. Dzięki temu opiekunowie mogą skorzystać z przerwy w codziennych obowiązkach, co pozwala im na odpoczynek, regenerację sił oraz załatwienie spraw życiowych i urzędowych.

Realizacja programu przyczynia się również do poprawy jakości sprawowanej opieki w dłuższej perspektywie, ponieważ umożliwia opiekunom ograniczenie przeciążenia psychicznego i fizycznego związanego z codzienną opieką nad osobą z niepełnosprawnością. Wsparcie to ma istotne znaczenie dla utrzymania stabilności systemu opieki rodzinnej.

W ramach programu na terenie Gminy Tryńcza wsparciem objętych jest 32 podopiecznych, a usługi świadczy 6 opiekunek. Opieka realizowana jest w miejscu zamieszkania osoby z niepełnosprawnością, zgodnie z jej indywidualnymi potrzebami oraz stanem zdrowia.

Dodatkowo program sprzyja utrzymaniu aktywności zawodowej i społecznej opiekunów oraz przeciwdziała ich wykluczeniu i przeciążeniu obowiązkami opiekuńczymi. Stanowi tym samym ważne uzupełnienie systemu wsparcia osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin na poziomie lokalnym.

10. KULTURA, REKREACJA, SPORT

10.1 Działalność Gminnego Centrum Kultury i Czytelnictwa i Gminnej Biblioteki Publicznej

Gminne Centrum Kultury i Czytelnictwa Gminy Tryńcza oraz Gminna Biblioteka Publiczna w Tryńczy pełnią istotną rolę w życiu kulturalnym, edukacyjnym i społecznym

mieszkańców gminy, tworząc przestrzeń do rozwoju, integracji oraz aktywnego spędzania wolnego czasu.

Ich działalność obejmuje szeroki zakres inicjatyw – od warsztatów artystycznych, rękodzielniczych, muzycznych, tanecznych i kulinarnych, po wydarzenia kulturalne takie jak wystawy, spotkania autorskie, koncerty, projekcje filmowe oraz lokalne uroczystości. Biblioteka dodatkowo promuje czytelnictwo poprzez lekcje biblioteczne, spotkania z książką oraz zajęcia dla dzieci i młodzieży, rozwijając zainteresowania literaturą i kulturą.

Bardzo ważnym elementem działalności są działania międzypokoleniowe, które integrują dzieci, młodzież, dorosłych i seniorów. Wspólne warsztaty, spotkania tematyczne i projekty społeczne sprzyjają wymianie doświadczeń, budowaniu relacji oraz wzmocnieniu więzi lokalnej społeczności. Dzięki temu kultura staje się dostępna i angażująca dla wszystkich grup wiekowych. Dodatkowo organizowane są spotkania integracyjne, wyjazdy kulturalne, wieczory tematyczne oraz zajęcia rozwijające pamięć i koncentrację. Dzięki temu seniorzy nie tylko pozostają aktywni fizycznie, ale również społecznie i intelektualnie.

W ostatnich latach szczególny nacisk kładzie się na rozwój oferty dla seniorów, którzy coraz częściej oczekują nowoczesnych, aktywnych i atrakcyjnych form spędzania czasu. W odpowiedzi na te potrzeby proponowane są działania łączące aktywność fizyczną z wykorzystaniem nowoczesnych technologii i innowacyjnych form rekreacji.

Jedną z form aktywności, która mogłaby cieszyć się zainteresowaniem seniorów, są wycieczki i rekreacyjne przejazdy na rowerach elektrycznych. Tego rodzaju rozwiązania umożliwiają osobom starszym aktywne spędzanie czasu na świeżym powietrzu. Wspomaganie elektryczne pozwala seniorom bezpieczniej i komfortowo pokonywać dłuższe trasy, dostosowując aktywność do swoich możliwości zdrowotnych i kondycji fizycznej. Takie działania mogą również sprzyjać integracji społecznej, aktywizacji oraz promowaniu zdrowego stylu życia wśród osób starszych.

Równie ważnym elementem oferty są zajęcia gimnastyczne i prozdrowotne, obejmujące ćwiczenia poprawiające sprawność ruchową, równowagę, koordynację oraz ogólną kondycję organizmu. Często uzupełniają je ćwiczenia rozciągające, oddechowe oraz elementy relaksacji.

Ważnym uzupełnieniem działań są także zajęcia z zakresu nowych technologii, pomagające seniorom lepiej odnaleźć się w cyfrowym świecie. Uczestnicy zdobywają umiejętności korzystania ze smartfonów, komunikatorów internetowych, aplikacji zdrowotnych oraz podstaw obsługi internetu, co ułatwia codzienne funkcjonowanie oraz utrzymywanie kontaktów społecznych i rodzinnych.

Działania GCKiCZ i biblioteki sprawiają, że gmina tworzy nowoczesną, otwartą i międzypokoleniową przestrzeń kultury, w której każdy mieszkaniec może znaleźć coś dla siebie i aktywnie uczestniczyć w życiu lokalnej społeczności.

10.2 Partycypacja i integracja społeczna NGO działających na rzecz osób starszych

Na terenie Gminy Trynca istotną rolę w zakresie aktywizacji i integracji osób starszych odgrywają organizacje pozarządowe, w szczególności Koła Gospodyń Wiejskich oraz lokalne organizacje społeczne, takie jak „Stokrotka” i „Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów”. Podmioty te stanowią ważny element lokalnego systemu wsparcia seniorów, przeciwdziałając wykluczeniu społecznemu, samotności oraz bierności osób starszych.

Działalność organizacji pozarządowych koncentruje się przede wszystkim na:

- integracji środowiska lokalnego i senioralnego,
- organizacji wydarzeń kulturalnych i okolicznościowych,
- podtrzymywaniu tradycji i dziedzictwa lokalnego,
- aktywizacji społecznej i obywatelskiej mieszkańców, w tym osób starszych,
- wspieraniu działań międzypokoleniowych,
- rozwijaniu aktywności rekreacyjnej i edukacyjnej seniorów.

Szczególną rolę pełnią Koła Gospodyń Wiejskich, które integrują mieszkańców różnych grup wiekowych – zarówno osoby młodsze, jak i seniorów. KGW angażują społeczność lokalną w organizację uroczystości, warsztatów rękodzielniczych, kulinarnych oraz wydarzeń integracyjnych. Działania te sprzyjają budowaniu więzi społecznych, wzmacniają poczucie przynależności do wspólnoty lokalnej oraz tworzą przestrzeń do

wymiany doświadczeń pomiędzy pokoleniami. Dzięki aktywności w KGW osoby starsze mogą pozostawać aktywne społecznie i dzielić się swoją wiedzą oraz tradycjami z młodszymi mieszkańcami gminy.

Stowarzyszenia emerytów i rencistów pełnią funkcję środowisk wsparcia społecznego dla osób starszych. Organizują spotkania integracyjne, wyjazdy, zajęcia edukacyjne oraz działania prozdrowotne. Aktywność tych organizacji wpływa pozytywnie na kondycję psychiczną i społeczną seniorów oraz zwiększa ich udział w życiu publicznym gminy.

Istotnym elementem lokalnej aktywności społecznej jest również działalność stowarzyszenia „Stokrotka”, które podejmuje inicjatywy na rzecz integracji mieszkańców, w tym osób starszych. Organizacja wspiera rozwój aktywności społecznej seniorów oraz tworzy przestrzeń do wspólnego działania i budowania relacji społecznych.

Współpraca samorządu gminnego z organizacjami pozarządowymi stanowi ważny element polityki senioralnej. NGO realizują działania odpowiadające na potrzeby osób starszych, a jednocześnie wzmacniają kapitał społeczny i aktywność obywatelską mieszkańców. Dalsze wspieranie działalności organizacji senioralnych oraz rozwijanie partnerstw lokalnych może przyczynić się do poprawy jakości życia seniorów i zwiększenia ich udziału w życiu społecznym Gminy Tryńcza.

W celu dalszego rozwoju partycypacji i integracji społecznej seniorów rekomenduje się:

- wspieranie działalności organizacji pozarządowych działających na rzecz seniorów,
- rozwijanie oferty aktywizacyjnej i edukacyjnej dla osób starszych,
- organizowanie wydarzeń integrujących różne grupy wiekowe,
- zwiększanie udziału seniorów w konsultacjach społecznych i życiu publicznym,
- rozwijanie wolontariatu senioralnego,
- wzmacnianie współpracy pomiędzy samorządem, instytucjami kultury oraz organizacjami społecznymi.



11. OPIEKA ZDROWOTNA

Podstawową opiekę zdrowotną na terenie Gminy Tryńcza zapewniają zarówno publiczne, jak i niepubliczne placówki ochrony zdrowia, które realizują świadczenia w zakresie podstawowej opieki medycznej, rehabilitacji, stomatologii oraz opieki pielęgniarskiej. Dostęp do usług medycznych na poziomie lokalnym ma szczególne znaczenie dla mieszkańców gminy, w tym przede wszystkim osób starszych, przewlekle chorych oraz o ograniczonej mobilności.

Na terenie gminy funkcjonują następujące placówki i formy opieki zdrowotnej:

- Ośrodek Zdrowia w Tryńczy, który stanowi podstawowe miejsce udzielania świadczeń lekarza rodzinnego oraz opieki pielęgniarskiej i profilaktycznej,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „CONSILIUM”, realizujący podstawową opiekę zdrowotną dla mieszkańców gminy oraz okolicznych miejscowości,
- Gabinet Rehabilitacji – NZOZ Marcin Pieniążek, świadczący usługi z zakresu rehabilitacji i fizjoterapii, wspierający proces leczenia oraz usprawniania pacjentów,
- Gabinet Fizjoterapii Elżbieta Słysz, realizujący zabiegi fizjoterapeutyczne oraz działania ukierunkowane na poprawę sprawności ruchowej,
- Gabinet Stomatologiczny MPG-Dent, zapewniający mieszkańcom dostęp do podstawowej i specjalistycznej opieki stomatologicznej,
- Małgorzata Mazur – Pielęgniarka Środowiskowa Rodzinna, świadcząca opiekę pielęgniarską w środowisku domowym pacjenta, w tym opiekę nad osobami przewlekle chorymi i niesamodzielnymi.

Funkcjonujące na terenie gminy placówki ochrony zdrowia zapewniają mieszkańcom dostęp do podstawowych świadczeń medycznych w miejscu zamieszkania, co znacząco zwiększa komfort korzystania z opieki zdrowotnej i ogranicza konieczność dojazdów do większych ośrodków miejskich. Jest to szczególnie istotne w kontekście starzejącego się społeczeństwa oraz rosnących potrzeb zdrowotnych osób starszych.

Zakres lokalnych usług medycznych obejmuje przede wszystkim profilaktykę, diagnostykę podstawową, leczenie chorób przewlekłych, rehabilitację oraz opiekę pielęgniarstwa. Istotnym elementem systemu ochrony zdrowia w gminie jest również rozwój usług rehabilitacyjnych i pielęgniarstwa, które odpowiadają na potrzeby osób starszych wymagających długoterminowego wsparcia oraz poprawy sprawności funkcjonalnej.

Dostępność placówek medycznych na terenie gminy stanowi duże udogodnienie dla seniorów, którzy dzięki lokalizacji usług w pobliżu miejsca zamieszkania mają łatwiejszy dostęp do lekarzy, rehabilitacji oraz opieki pielęgniarstwa. Ogranicza to konieczność częstych i uciążliwych dojazdów do większych miast, co ma szczególne znaczenie dla osób o ograniczonej mobilności, samotnych oraz przewlekle chorych. Lokalny system opieki zdrowotnej wpływa tym samym na poprawę jakości życia seniorów oraz zwiększenie ich poczucia bezpieczeństwa zdrowotnego.

12. FINANSOWANIE STRATEGII

Każdy podmiot realizujący zadania w ramach Strategii Polityki Senioralnej Gminy Trynca na lata 2026–2031 planuje środki finansowe niezbędne do prawidłowej realizacji działań. Środki te będą pochodziły zarówno z budżetu Gminy Trynca, jak i z funduszy oraz programów zewnętrznych pozyskiwanych przez realizatorów działań.

Źródłami finansowania realizacji Strategii Polityki Senioralnej dla Gminy Trynca na lata 2026–2031 będą w szczególności środki pochodzące z :

- budżetu Gminy Trynca,
- budżetu województwa podkarpackiego,
- funduszy europejskich w ramach programów regionalnych i krajowych,
- budżetu państwa przeznaczonego na realizację programów z zakresu polityki senioralnej i społecznej, środków pozyskiwanych w ramach programów ministerialnych i rządowych
- współpracy z organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób starszych i integracji społecznej,
- środków jednostek samorządu terytorialnego oraz partnerów współrealizujących działania strategiczne,

- środków będących w dyspozycji instytucji i podmiotów zaangażowanych w realizację Strategii,
- darowizn, grantów i środków pozyskanych od lokalnych sponsorów oraz przedsiębiorców,
- innych źródeł zewnętrznych wspierających działania na rzecz seniorów.

13. MONITORING I EWALUACJA STRATEGII

Za monitorowanie i ewaluację działań określonych w niniejszej Strategii Polityki Senioralnej Gminy Tryńcza odpowiadać będzie Urząd Gminy Tryńcza. Monitoring będzie procesem ciągłym, służącym obserwacji postępów we wdrażaniu działań oraz ocenie skuteczności realizowanych przedsięwzięć na rzecz seniorów. Jego celem będzie zapewnienie bieżącej informacji o stopniu osiągnięcia założonych celów, efektywności podejmowanych działań oraz potrzebie wprowadzania ewentualnych zmian.

Monitorowaniem realizacji Strategii zajmować się będzie Zespół Monitorujący powołany przez Wójta Gminy Tryńcza, w skład którego wejdą przedstawiciele Urzędu Gminy, jednostek organizacyjnych gminy, instytucji działających na rzecz seniorów oraz przedstawiciele środowiska senioralnego.

Zespół Monitorujący będzie spotykał się co najmniej raz w roku w celu dokonania oceny stopnia realizacji poszczególnych celów i działań przewidzianych w Strategii, analizy potrzeb seniorów oraz opracowania propozycji działań na kolejny okres realizacji. Wyniki monitoringu oraz rekomendacje dotyczące dalszych działań będą przedstawiane Wójtowi Gminy Tryńcza.

Strategia podlegać będzie okresowej ewaluacji, przeprowadzanej co dwa lata. Ewaluacja służyć będzie ocenie skuteczności, efektywności i adekwatności realizowanych działań oraz stopnia osiągnięcia zakładanych rezultatów. Wnioski z ewaluacji będą stanowiły podstawę do aktualizacji i doskonalenia polityki senioralnej gminy.

Po zakończeniu okresu obowiązywania Strategii sporządzony zostanie raport końcowy podsumowujący realizację zaplanowanych działań. Raport zawierać będzie ocenę

osiągniętych rezultatów, wskazanie działań wymagających kontynuacji, a także rekomendacje dotyczące kierunków dalszego rozwoju polityki senioralnej w Gminie Tryńcza.

Realizacja polityki senioralnej odbywać się będzie z uwzględnieniem stałego dialogu i konsultacji z mieszkańcami – seniorami. Seniorzy będą mieli możliwość zgłaszania własnych potrzeb, opiniowania podejmowanych działań oraz przedstawiania propozycji nowych inicjatyw służących poprawie jakości życia osób starszych w Gminie Tryńcza.

