

Opieka nad osobą z niepełnosprawnością to zadanie wymagające ogromnego zaangażowania, często porównywane do pracy na pełen etat, wykonywanej 24 godziny na dobę, bez dni wolnych czy premii za nadgodziny. Rodziny i bliscy, na co dzień poświęcający się trosce o osoby zależne, często funkcjonują na granicy wyczerpania fizycznego i psychicznego. W odpowiedzi na te potrzeby rozwija się w Polsce koncepcja turystyki wytchnieniowej – nowoczesnej formy wsparcia, której celem jest regeneracja sił opiekunów i jednocześnie zapewnienie opieki osobom z niepełnosprawnościami.

Turystyka wytchnieniowa to forma wypoczynku wpisująca się w nurt turystyki społecznej, adresowana do osób z ograniczonym dostępem do wyjazdów rekreacyjnych – z przyczyn finansowych, zdrowotnych lub organizacyjnych. W jej ramach opiekunowie mogą skorzystać z wyjazdów, które pozwalają im odpocząć i odzyskać równowagę psychiczną, a jednocześnie umożliwiają osobom z niepełnosprawnościami udział w osobnych zajęciach lub wspólnym, dostosowanym programie. Dzięki temu obie strony zyskują – osoby zależne przełamują codzienną rutynę, a ich opiekunowie mają szansę na chwilę wytchnienia, która procentuje w postaci lepszego zdrowia, większej motywacji i poprawy relacji rodzinnych.

Naukowe badania jednoznacznie pokazują, że przewlekłe zmęczenie opiekunów negatywnie wpływa na ich zdrowie oraz jakość świadczonej opieki. Stres, brak snu i poczucie osamotnienia często prowadzą do wypalenia, depresji czy chorób somatycznych. Tymczasem nawet kilkudniowy wypoczynek pozwala na obniżenie poziomu kortyzolu i poprawę samopoczucia. W dłuższej perspektywie turystyka wytchnieniowa może przyczynić się także do obniżenia kosztów systemowych – zmniejszając konieczność interwencji medycznych i wsparcia społecznego dla wyczerpanych opiekunów.

W Polsce rozwój turystyki wytchnieniowej napotyka jednak bariery organizacyjne i finansowe. Dotychczas inicjatywy te były realizowane głównie przez organizacje pozarządowe. Obecnie jednak pojawia się wsparcie instytucjonalne, które może zmienić sytuację. Przykładem jest projekt „Urlop od opieki. Model turystyki wytchnieniowej”, finansowany z Funduszy Europejskich dla Rozwoju Społecznego 2021–2027, a realizowany przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych we współpracy z Fundacją Ładne Historie i hiszpańską Fundación También.

Budżet projektu wynosi blisko 27 mln zł, z czego ponad 82% pochodzi ze środków unijnych. Działania potrwać do lipca 2028 roku. W pierwszym etapie zaplanowano opracowanie modelu świadczenia usług wytchnieniowych, a następnie jego praktyczne przetestowanie. Aż 24 organizacje otrzymają do 800 tys. zł na pilotażowe wyjazdy dla grup 50 opiekunów i 50 osób z niepełnosprawnościami. Projekt zakłada też szeroką kampanię edukacyjną – z udziałem materiałów multimedialnych i webinarów. Istotną rolę odgrywa także badanie opinii i potrzeb zainteresowanych – niezbędne do stworzenia skutecznego i dostosowanego do realiów rozwiązania.

Celem projektu nie jest jednorazowe wsparcie, lecz opracowanie systemowego standardu, który w przyszłości może stać się podstawą szerszego wdrożenia usług wytchnieniowych w Polsce. Jeśli model się sprawdzi, może to otworzyć drogę do uznania prawa do odpoczynku opiekunów jako nieodłącznej części systemu wsparcia społecznego.

Turystyka wytchnieniowa, choć nie zastąpi innych form pomocy, może znacząco poprawić jakość życia tysięcy rodzin. Jej rozwój stanowi test dla instytucji publicznych i społeczeństwa – czy jesteśmy gotowi spojrzeć na opiekę nie tylko jako na obowiązek, ale również jako na wspólne wyzwanie, wymagające solidarności i realnego wsparcia.

Turystyka wytchnieniowa - nowy standard wsparcia rodzin

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: sobota, 07, czerwiec 2025 08:28

Katarzyna Sekuła

Odsłony: 925

Źródło: funduszeuropejskie.gov.pl