Bezpieczny dom to prawo seniora

Kategoria: Polityka Społeczna
Opublikowano: piątek, 10, kwiecień 2026 08:34
Tomasz Smaś
Odsłony: 626

Problem niedostosowanych mieszkań osób starszych w Polsce przybiera skalę społeczną. Szacuje się, że dotyczy on aż 3 milionów seniorów – liczby porównywalnej z populacją trzech największych polskich miast. Kompendium „Bezpieczny dom prawem seniora", przygotowane przez Habitat for Humanity Poland, zwraca uwagę na realne zagrożenia, z jakimi codziennie mierzą się osoby starsze w swoich własnych domach.

Opracowanie analizuje przyczyny złych warunków mieszkaniowych seniorów oraz ich konsekwencje zdrowotne, społeczne i ekonomiczne. Wnioski są jednoznaczne – przestrzeń, która powinna zapewniać bezpieczeństwo, często staje się źródłem ograniczeń i ryzyka.

Starzejące się społeczeństwo, stare problemy

Polska należy do najszybciej starzejących się społeczeństw w Europie. Już dziś ponad 10 milionów osób przekroczyło 60. rok życia, a w kolejnych dekadach liczba ta będzie dynamicznie rosnąć. Jednocześnie znaczna część seniorów mieszka w lokalach powstałych kilkadziesiąt lat temu, które nie były projektowane z myślą o osobach o ograniczonej sprawności.

Charakterystyczne dla starszego budownictwa są brak wind w niższych blokach, wąskie korytarze, małe łazienki czy ciężkie drzwi wejściowe. Dla osób młodszych nie stanowi to problemu, jednak wraz z wiekiem i pogarszającą się sprawnością fizyczną bariery te stają się poważnym utrudnieniem, a często także zagrożeniem.

Bariery zaczynają się od progu

Trudności pojawiają się już na etapie wejścia do budynku. Schody bez poręczy, śliskie powierzchnie, niewystarczające oświetlenie czy różnice poziomów mogą prowadzić do upadków. W przypadku osób starszych nawet drobne przeszkody mogą skutkować poważnymi konsekwencjami zdrowotnymi.

Po przekroczeniu progu mieszkania sytuacja często się nie poprawia. Najwięcej problemów występuje w łazienkach – wysokie wanny, brak uchwytów czy ograniczona przestrzeń znacząco utrudniają codzienne funkcjonowanie. W kuchniach z kolei wysokie szafki zmuszają do wspinania się, co zwiększa ryzyko wypadków.

Dodatkowe zagrożenia stanowią śliskie podłogi, niezabezpieczone dywany, kable czy niewystarczające oświetlenie. Nagromadzenie tych elementów sprawia, że seniorzy coraz częściej ograniczają wychodzenie z domu, co prowadzi do izolacji społecznej.

Upadki i ich kosztowne konsekwencje

Najczęstszym skutkiem niedostosowania mieszkań są upadki. Szacuje się, że nawet 60 procent takich zdarzeń ma miejsce właśnie w domu. W przypadku osób najstarszych odsetek ten może być jeszcze wyższy.

Dla seniorów upadek często oznacza poważne konsekwencje – hospitalizację, długotrwałą rehabilitację, a niekiedy trwałą utratę samodzielności. W grupie osób powyżej 75. roku życia upadki należą do głównych przyczyn niepełnosprawności i jednych z najczęstszych przyczyn zgonów.

Phoca PDF

Problem ma także wymiar ekonomiczny. Koszty leczenia i opieki ponoszą nie tylko rodziny, lecz także system ochrony zdrowia i całe społeczeństwo.

Rozwiązania są prostsze, niż się wydaje

Eksperci podkreślają, że wiele zagrożeń można ograniczyć dzięki stosunkowo niewielkim zmianom. Modernizacja łazienki, montaż uchwytów, poprawa oświetlenia czy reorganizacja przestrzeni w kuchni mogą znacząco poprawić bezpieczeństwo i komfort życia seniorów.

Kluczowe jest jednak dostosowanie rozwiązań do indywidualnych potrzeb konkretnej osoby. Ważne pozostaje również włączenie seniorów w proces podejmowania decyzji, aby nie odbierać im poczucia sprawczości.

Potrzeba zmian systemowych

Choć pojedyncze działania mogą przynieść szybkie efekty, skala problemu wymaga rozwiązań systemowych. W Polsce brakuje spójnego programu wsparcia dostosowania mieszkań do potrzeb osób starszych, zarówno na poziomie centralnym, jak i samorządowym.

Eksperci wskazują, że polityka mieszkaniowa powinna nadążać za zmianami demograficznymi. W przeciwnym razie liczba osób zagrożonych utratą samodzielności będzie rosła wraz ze starzeniem się społeczeństwa.

Bezpieczny dom to podstawa godnego życia

W debacie publicznej coraz częściej podkreśla się, że seniorzy powinni mieć możliwość pozostania we własnych domach jak najdłużej. Odpowiednie dostosowanie przestrzeni pozwala nie tylko uniknąć wypadków, lecz także zachować niezależność i poczucie bezpieczeństwa.

Kampania „Bezpieczny dom prawem seniora” przypomina, że troska o warunki życia osób starszych nie jest wyłącznie kwestią indywidualną, lecz wspólną odpowiedzialnością społeczną. W obliczu zmian demograficznych temat ten będzie w najbliższych latach nabierał coraz większego znaczenia. Pełną treść raportu można pobrać TUTAJ.

Źródło: niepelnosprawni.pl

Phoca PDF