

## VARIA

AGNIESZKA ŻEJMO

### SERWIS MALIBRACIA.ORG.PL JAKO MEDIALNY INSTRUMENT WSPARCIA SPOŁECZNEGO OSÓB STARSZYCH

#### Wprowadzenie

Podobnie jak w przypadku innych państw Zachodu, także w Polsce społeczeństwo starzeje się. Jest to trend nasilający się niezmiennie od 2006 r. i nie prognozuje się jego zatrzymania. Według danych GUS na koniec 2021 r. w naszym kraju żyło 9,7 mln osób w wieku 60+, które stanowiły 25,7% polskiej społeczności. Przewiduje się, że w roku 2030 liczba ta wzrośnie do 10,8 mln, natomiast w 2050 r. osiągnie poziom 13,7 mln, a osoby starsze będą stanowiły ok. 40% ogółu ludności<sup>1</sup>.

Liczba osób najstarszych zwiększa się w jeszcze większym tempie niż liczba seniorów ogółem<sup>2</sup>. W 2015 r. udział demograficzny osób 80+ wynosił ok. 1,5 mln. Na podstawie prognoz szacuje się, że do 2030 r. seniorów w tej grupie wiekowej będzie w Polsce ok. 2,2 mln<sup>3</sup>. Jednym z najistotniejszych problemów, jakie dotyczą najbardziej zaawansowane wiekiem osoby, jest samotność. Już w 2015 r. dotyczył on połowy seniorów w wieku 80+<sup>4</sup>. Podczas gdy mężczyźni z tej grupy najczęściej mają jeszcze żyjącą żonę, to większość kobiet stanowią wdowy<sup>5</sup>. Do tego jedna piąta osób w wieku 80 lat nie wychodzi z domu<sup>6</sup>.

AGNIESZKA ŻEJMO – Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4757-3223>, e-mail: [agnieszka.zejmo@o2.pl](mailto:agnieszka.zejmo@o2.pl)

<sup>1</sup> GUS, *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2021 r.*, Warszawa–Białystok 2022, s. 10, [https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/6002/2/4/1/sytuacja\\_osob\\_starszych\\_w\\_polsce\\_w\\_2021\\_r.pdf](https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/6002/2/4/1/sytuacja_osob_starszych_w_polsce_w_2021_r.pdf); J. Frączyk, *Polska starzeje się coraz szybciej. GUS bije na alarm*, „Businessinsider.com.pl” [online], 29.12.2021, <https://businessinsider.com.pl/gospodarka/polska-starzeje-sie-coraz-szybciej-gus-bije-na-alarm/9139rn3>.

<sup>2</sup> *Polacy żyją coraz dłużej*, „Newsweek.pl” [online], 21.03.2015, <https://www.newsweek.pl/polska/polskie-spoleczenstwo-sie-starzeje-ile-jest-starych-osob-w-polsce/55nh19l>.

<sup>3</sup> Tamże.

<sup>4</sup> *Stowarzyszenie dla seniorów*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/>.

<sup>5</sup> *Polacy żyją coraz dłużej*, „Newsweek.pl” [online].

<sup>6</sup> Dane na podstawie badania „Sytuacja społeczna osób w wieku 65+” przeprowadzonego przez agencję ARC Rynek i Opinia na zlecenie Stowarzyszenia mali bracia Ubogich w 2018 r. – *Program*

W świetle wspomnianych statystyk i faktów zasadne jest przybliżenie działań wspomagających osoby starsze, wpisujących się we wsparcie społeczne<sup>7</sup>. W niniejszym artykule przedmiotem refleksji jest m.in. sposób, w jaki do tego rodzaju inicjatyw została wykorzystana witryna internetowa Stowarzyszenia mali bracia Ubogich. W opracowaniu wyznaczono następujące cele: wyjaśnienie istoty wsparcia społecznego, przedstawienie historii i misji organizacji, zaprezentowanie jej przedsięwzięć, w których w różnym stopniu użytkowany jest serwis WWW, a także omówienie dostępnych możliwości finansowania działalności stowarzyszenia przez darczyńców. Aby zrealizować owe cele, dokonano analizy literatury oraz materiałów źródłowych – zasobów witryny organizacji. Uwzględniono też dane uzyskane z wywiadu z jej dyrektorem. Ponadto przeanalizowano wybrane świadectwa podopiecznych opublikowane w mediach społecznościowych, dokumentujące odbiór działań pomocowych stowarzyszenia przez seniorów.

## Istota wsparcia społecznego

W literaturze przedmiotu wyróżnia się trzy podejścia w definiowaniu wsparcia społecznego: strukturalne, funkcjonalne i percepcyjne<sup>8</sup>. W perspektywie strukturalnej wyjaśnia się omawiany termin jako „istnienie lub brak znaczących dla jednostki relacji i więzi między nią a jej społecznym otoczeniem”<sup>9</sup>. Poziom wsparcia otrzymywanego przez daną jednostkę jest uzależniony od stopnia rozbudowania sieci społecznej, w której ona funkcjonuje<sup>10</sup>. Należy jednak zauważyć, że nie każde względnie trwałe i znaczące powiązanie z drugim człowiekiem stanowi źródło wsparcia (może bowiem być również powodem obciążenia i problemów). Dlatego inni badacze tej orientacji, zamiast ujmować wsparcie społeczne jedynie w kategorii ilości kontaktów społecznych, podejmują próby ukazania najistotniejszych cech sieci związków społecznych jednostki. Pomimo tego trzeba podkreślić, iż także na podstawie samych cech owej sieci nie można wyciągnąć wniosku, że środowisko społeczne danej osoby jest dla niej źródłem wsparcia. Istnieją stanowiska, zgodnie z którymi taka charakterystyka sieci przedstawia raczej poziom integracji społecznej, zaś pojęcie to należy odróżnić od wsparcia społecznego. W myśl takiego podejścia: „integracja społeczna odnosi się do istnienia i jakości społecznych powiązań, natomiast wsparcie odnosi się

---

*Obecność*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/program-obecnosc/>; *Polacy żyją coraz dłużej*, „Newsweek.pl” [online].

<sup>7</sup> Wsparcie społeczne odgrywa rolę pozytywną dla zdrowia. Przynosi człowiekowi, szczególnie osobom starszym, poczucie przynależności, które z kolei dodaje sił, a także wzmacnia poczucie dobrostanu – P. Olejniczak, *Wsparcie społeczne i jego znaczenie dla osób starszych*, „Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne” 3(2013), nr 2, s. 185, <https://pzp.umw.edu.pl/pdf/2013/3/2/183.pdf>.

<sup>8</sup> B. Dudek, J. Koniarek, *Wsparcie społeczne jako modyfikator procesu stresu – wybrane problemy teoretyczne i narzędzie pomiaru*, „Medycyna Pracy” 54(2003), nr 5, s. 427–428, <https://cybra.lodz.pl/dlibra/publication/11707/edition/8844/content>.

<sup>9</sup> Tamże, s. 427.

<sup>10</sup> Tamże, s. 428.

do pozytywnej funkcji, jaką te więzi odgrywają w życiu jednostki, szczególnie wtedy, gdy znajdzie się ona w trudnej sytuacji”<sup>11</sup>.

W rozumieniu ujęcia funkcjonalnego wsparcie społeczne to właśnie „zasoby dostarczane przez innych i pomagające jednostce w trudnych sytuacjach”<sup>12</sup>. W tym podejściu, definiując analizowane pojęcie, zakłada się, iż jest to rodzaj interakcji społecznej odznaczającej się następującymi cechami:

- zostaje zainicjowana przez jedną albo obie strony w położeniu problemowym;
- w jej trakcie zachodzi wymiana emocji, informacji, instrumentów działania bądź dóbr materialnych;
- owa wymiana może być jednostronna lub dwustronna (kierunek „dawca – biorca” może być stały albo ulegać zmianie w różnych odstępach czasowych, począwszy od bardzo małych);
- w układzie tej interakcji wyróżnić można osobę wspierającą (pomagającą) oraz odbierającą wsparcie;
- dla efektywności owej wymiany ważna jest adekwatność rodzaju udzielanego wsparcia do potrzeb jego odbiorcy;
- celem interakcji wspierającej jest przybliżenie jednej bądź obu jej stron do rozwiązania problemu i przezwyciężenia trudnej sytuacji (ukonkretnienie owego celu jest zależne od rozpoznania problemu oraz diagnozy jego trudności)<sup>13</sup>.

W orientacji percepcyjnej, w odróżnieniu od dwóch wcześniejszych perspektyw, kładzie się nacisk na to, czy i w jakim stopniu jednostka odczuwa rzeczywiste wsparcie ze strony otoczenia. W tym podejściu „wsparcie nie jest cechą relacji, transakcji, interakcji społecznej, ale strukturą poznawczą jednostki, jej poczuciem bycia wspieranym przez innych, które powstaje dzięki doświadczaniu określonych aktów pomocy i życzliwych gestów ze strony innych”<sup>14</sup>. Przybliżany termin jest wyjaśniany jako „przekonanie jednostki, że jest przedmiotem troski i miłości, że jest ona ceniona i szanowana, i należy do społecznej sieci komunikacyjnej i wzajemnych zobowiązań”<sup>15</sup>. Percepcyjne przedstawianie omawianego pojęcia pozwala uwzględniać istotne jego aspekty: poziom wsparcia otrzymywanego z różnych źródeł oraz stopień zadowolenia, jakie z tego powodu odczuwa osoba wspomaganą<sup>16</sup>.

## Rys historyczny Stowarzyszenia mali bracia Ubogich

Stowarzyszenie wywodzi się z Francji. Jego idea narodziła się w 1939 r., natomiast organizacja została założona w 1946 r. przez filantropa Armanda Marquiseta (1900–1981). Powstała, aby skupić młodych ludzi pragnących nieść pomoc najbiedniejszym. Jako że po zakończeniu II wojny światowej najuboższymi

---

<sup>11</sup> Tamże.

<sup>12</sup> Tamże.

<sup>13</sup> Tamże.

<sup>14</sup> Tamże.

<sup>15</sup> Tamże.

<sup>16</sup> Tamże.

były osoby starsze (opuszczone, samotne, pozbawione szans na wsparcie), „mali bracia” objęli opieką właśnie tę, wówczas najbardziej potrzebującą część społeczeństwa. Pierwsi wolontariusze zajmowali się dostarczaniem ubogim francuskim seniorom posiłków oraz węgla. Współcześnie stowarzyszenie jest obecne w dziesięciu krajach: Francji, Hiszpanii, Irlandii, Kanadzie, Niemczech, Stanach Zjednoczonych, Szwajcarii, Polsce, Meksyku i Rumunii<sup>17</sup>.

Za początek istnienia organizacji w Polsce przyjmuje się dzień 1 grudnia 2002 r., kiedy rozpoczęła się realizacja akcji społecznych na terenie naszego kraju. Pierwszą z nich było seminarium pt.: „Przerwijmy samotność tych, którzy w niej żyją”, odbyło się ono na przełomie listopada i grudnia 2002 r. Owo spotkanie zakończyło się ukonstytuowaniem polskiego Stowarzyszenia mali bracia Ubogich. Wcześniej młodzi Polacy wyjeżdżali do Francji, aby w tamtejszych oddziałach organizacji razem z innymi wolontariuszami wspierać jej francuskich podopiecznych, m.in. w czasie pobytów seniorów w domach wakacyjnych. Z grona tych młodych osób wywodzą się polscy uczestnicy wspomnianego seminarium założycielskiego. Od 6 maja 2003 r. stowarzyszenie posiada wpis do KRS, a od 29 maja 2006 r. ma status Organizacji Pożytku Publicznego. Jest też członkiem Międzynarodowej Federacji mali bracia Ubogich. Działa w dziesięciu polskich miastach: Warszawie, Poznaniu, Lublinie, Wrocławiu, Krakowie, Łodzi, Pruszkowie, Świdniku, Gnieźnie i Tarnowie<sup>18</sup>.

## Misja organizacji

Motto stowarzyszenia brzmi *Kwiaty przed chlebem*. Oznacza ono, że „dawać miłość można tylko dając coś więcej niż to, co najpotrzebniejsze”<sup>19</sup>. Jest realizowane poprzez towarzyszenie osobom starszym i umiejętne ich wysłuchiwanie, co prowadzi do budowania międzypokoleniowych wzajemnych relacji. W misję organizacji wpisuje się też alarmowanie społeczeństwa oraz instytucji publicznych o sprawach dotyczących seniorów, w tym zajmowanie się kwestią ich warunków mieszkaniowych. Ponadto we Francji członkowie stowarzyszenia są obecni przy osobach umierających, a także udzielają pomocy starszym osobom bezdomnym<sup>20</sup>.

Mali bracia Ubogich, opierając się na ideach Armanda Marqueta, odwołują się do wartości fundamentalnych, takich jak: niepowtarzalność każdej istoty ludzkiej; godność każdego człowieka niezależnie od jego płci, pochodzenia, sytuacji społecznej, stanu zdrowia fizycznego czy psychicznego; prawo każdego do wolności, braterstwa oraz wierności własnym przekonaniom<sup>21</sup>.

---

<sup>17</sup> *Historia organizacji*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/historia-organizacji/>.

<sup>18</sup> Tamże.

<sup>19</sup> Tamże.

<sup>20</sup> Tamże.

<sup>21</sup> *Manifest*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/manifest/>.

W manifestcie organizacji zostały wymienione poniższe elementy jej misji:

- **jednoczyć** – umożliwić wolontariuszom, pracownikom oraz darczyńcom wspólne przeżywanie przyświecających stowarzyszeniu wartości fundamentalnych; towarzyszyć osobom dotkniętym samotnością i ubóstwem, jak również znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej (priorytetem jest udzielanie pomocy osamotnionym seniorom w wieku powyżej 60 lat);
- **żyć w braterstwie** – poprzez konkretne akcje odnawiać zerwane więzi solidarności, do czego zobowiązuje idea braterstwa; pielęgnować braterskie relacje dzięki stałemu otwieraniu się na drugiego człowieka, co pozwala poznać go w wymiarze indywidualnym oraz grupowym;
- **poszukiwać wartości życia** – podkreślać znaczenie relacji międzyludzkich, umożliwiających dzielenie z kimś radości oraz smutków, ale też wspólne rozwiązywanie problemów życia codziennego;
- **czuć** – dostrzegać osoby w trudnej sytuacji życiowej; wykazywać wobec nich czułość; podejmować próby zmiany społeczeństwa w zakresie postrzegania ludzi będących w potrzebie i postępowania wobec nich; wdrażać przedsięwzięcia przeciwdziałające izolacji<sup>22</sup>.

Wytyczne w odniesieniu do działania w ramach stowarzyszenia określono następująco:

- **być obok** – starać się jak najlepiej poznać podopiecznego, zaakceptować jego wyjątkowość i odmienność, szanować jego godność osobistą oraz prywatność; być partnerem w rozmowie; respektować to, co robi, a także wspomagać go w odkrywaniu nieuświadomianych przez niego umiejętności, najgłębszych pragnień oraz aspiracji; towarzyszyć mu, uznając jego rytm rozwoju, stale dostosowywać się do jego potrzeb; udzielić wsparcia w zaakceptowaniu pomocy przy równoczesnym pozostawieniu wolności wyboru; szanować podopiecznego jako osobę – taką, jaką obecnie jest, oraz taką, jaką będzie się stawać;
- **działać wspólnie** – traktować bycie obok seniorów jako cel wymagający współpracy wolontariuszy oraz pracowników organizacji; nawiązywać kontakt również z rodziną, przyjaciółmi i sąsiadami podopiecznych; współpracować też z profesjonalnymi partnerami w duchu wzajemnego współdziałania;
- **dawać świadectwo** – informować o działalności organizacji opinię publiczną oraz polityków; świadczyć o niej poprzez realizowane wspólnie projekty i akcje, jak również zajmowane przez stowarzyszenie stanowiska<sup>23</sup>.

## Wolontariat na rzecz osób starszych

Poprzez swój serwis internetowy omawiana organizacja informuje o programie „Twoja obecność pozwala mi żyć”, który stworzyła. Realizuje go sieć kilkuset wolontariuszy, których rolą jest dostarczanie samotnym seniorom oparcia i poczucia bezpieczeństwa. Stowarzyszenie tak oto przedstawia cel przedsięwzięcia:

---

<sup>22</sup> Tamże.

<sup>23</sup> Tamże.

„poprawa jakości życia osób starszych poprzez przeciwdziałanie ich izolacji i wyobcowaniu społecznemu”<sup>24</sup>. Pomocą objętych jest obecnie prawie 700 seniorów<sup>25</sup>. W ramach wolontariatu jego uczestnicy regularnie (co najmniej raz w tygodniu) odwiedzają podopiecznych w ich domach, systematycznie telefonują do nich, aby dowiedzieć się o ich samopoczuciu (zdrowiu i kondycji psychicznej), wspierają w nagłych, trudnych sytuacjach, zabierają ich na spacer, do teatru, na wystawy, a także na krótkie wspólne wycieczki za miasto. Ponadto nie zapominają o uroczystościach, takich jak urodziny bądź imieniny seniorów. Poświęcają swój czas podopiecznym również w okresie świąt (każdego roku stowarzyszenie organizuje spotkania świąteczne z okazji Wielkanocy oraz Bożego Narodzenia). Wolontariusze oferują też swoje towarzystwo w dni wakacyjne (akcja „Wakacje jednego dnia”) oraz organizują różne formy aktywności grupowej w ramach działania „Małe inicjatywy wolontariuszy”<sup>26</sup>.

Wielu seniorów po 80. roku życia nie ma już bliskich z rodziny ani z grona przyjaciół. Jak zauważają autorzy witryny stowarzyszenia, skazanie na samotność często prowadzi do utraty poczucia sensu życia, a także do takich dolegliwości, jak apatia, brak apetytu i lęk przed kolejnym dniem. Aby tworzyły się bliskie relacje oparte na empatii, przyjaźni i zaufaniu, każdy wolontariusz przydzielony jest do jednego podopiecznego<sup>27</sup>.

Zgłoszenie osoby starszej do programu możliwe jest dzięki informacji w serwisie stowarzyszenia. Na podstronie „Seniorzy” umieszczony jest numer telefonu: 600 615 110, pod który można dzwonić od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00–14:00<sup>28</sup>. W tym miejscu wyjaśniono też krótko, na czym polega program wolontariacki, czyli na co podopieczny może liczyć ze strony wolontariusza i organizacji (dodano także zastrzeżenie, że odwiedziny nie mają na celu wykonywania czynności usługowych, takich jak zakupy czy sprzątanie)<sup>29</sup>.

Z kolei pod linkiem „Historie Wolontariuszy” na podstronie „Program Obecność” zapoznać się można z relacjami czterech osób zaangażowanych w towarzyszenie osobom starszym, w których krótko przedstawiono, jak kształtują się ich więzi z podopiecznymi<sup>30</sup>. Natomiast łącze „Jak zostać wolontariuszem” prowadzi

---

<sup>24</sup> *Stowarzyszenie dla seniorów*.

<sup>25</sup> *Obecność pomaga*, <https://www.obecnoscpomaga.pl/>.

<sup>26</sup> *Program Obecność; Stowarzyszenie dla seniorów*.

<sup>27</sup> *Stowarzyszenie dla seniorów; Program Obecność; Testament*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/testament/>.

<sup>28</sup> Najczęściej z prośbą o przydzielenie wolontariusza telefonują sami seniorzy. Niekiedy w ich imieniu ze stowarzyszeniem kontaktują się ich bliscy lub znajomi, bywa także, że czynią to pracownicy instytucji i organizacji pomocowych. Dowiadują się o programie z mediów, materiałów informacyjnych (ulotek, plakatów), które stowarzyszenie dystrybuuje w wielu miejscach (np. bibliotekach, przychodniach zdrowia, aptekach, urzędach, miejscach usługowych typu fryzjer czy kosmetyczka, siedzibach innych organizacji), a także biorąc udział w różnego rodzaju wydarzeniach miejskich, np. piknikach, targach, konferencjach – wywiad z 23 września 2022 r. z Joanną Mielczarek, dyrektor Stowarzyszenia mali bracia Ubogich (aktualizacja: 22.04.2023).

<sup>29</sup> *Seniorzy*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/seniorzy/>.

<sup>30</sup> *Historie wolontariuszy*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/historie-wolontariuszy/>.

do opisu sześciu kroków, jakie należy uczynić, by dołączyć do programu. Stowarzyszenie tak oto prezentuje swoją rolę w wolontariacie: „Organizacja przydziela wolontariuszom zadania stosowne do ich zgłoszeń i umiejętności, koordynuje działania, udziela niezbędnego wsparcia i przeprowadza odpowiednie szkolenia. Doceniamy doświadczenia i ułatwiamy ich wymianę, dokonując regularnej oceny przeprowadzonych działań i dostosowujemy je do zmieniających się potrzeb”<sup>31</sup>. W zakładce „Pytania i odpowiedzi” można znaleźć bardziej szczegółowe informacje wyjaśniające sposób funkcjonowania wolontariatu<sup>32</sup>. Link „Wyślij zgłoszenie” przekierowuje na stronę, gdzie kliknięcie przycisku „Przejdź do formularza” umożliwi wypełnienie i przesłanie kwestionariusza zgłoszeniowego<sup>33</sup>.

## Telefon zaufania dla seniorów

Stowarzyszenie udostępnia w swojej witrynie numer, który pełni funkcję telefonu zaufania: 22 635 09 54. Działa on od 2013 r. Jego motto brzmi: „*Troski i kłopoty dzielone z drugim człowiekiem maleją o połowę*”. Połączenia obsługują doświadczeni psychologowie (obecnie pięć osób<sup>34</sup>), a partnerami merytorycznymi inicjatywy są eksperci Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Zadaniem telefonu jest przeciwdziałanie izolacji społecznej seniorów. Spełnia on także rolę informacyjną i doradczą (jego pracownicy pomagają znaleźć wyjście z różnych sytuacji i udzielają wsparcia w trudnych chwilach). Osoby zaangażowane w funkcjonowanie telefonu pełnią dyżury w poniedziałki, środy i czwartki w godzinach 17:00–20:00, natomiast w środy można dodatkowo skontaktować się w godzinach 14:00–16:00 (jest to czas poświęcony tematyce choroby Alzheimera; pomocą służy wówczas psychoterapeutka i gerontolog, autorka treningów pamięci i innych funkcji poznawczych dla osób starszych, specjalistka w zakresie rozwiązywania problemów emocjonalnych oraz psychicznych związanych z wiekiem)<sup>35</sup>.

## Rejestracja wspomnień osób starszych

Kolejną inicjatywą organizacji, realizowaną w latach 2008–2016, było nagrywanie wspomnień podopiecznych (będących w wieku 80+) przez wolontariuszy. Główną tematyką rejestrowanych relacji było życie seniorów w Warszawie. Pomocy

---

<sup>31</sup> *Jak zostać wolontariuszem*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/jak-zostac-wolontariuszem/>.

<sup>32</sup> *Pytania i odpowiedzi*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/pytania-i-odpowiedzi/>.

<sup>33</sup> *Wyślij zgłoszenie*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/wyslij-zgloszenie/>.

<sup>34</sup> Stan na 22 kwietnia 2023 r. – wywiad z 23 września 2022 r. z Joanną Mielczarek, dyrektor Stowarzyszenia mali bracia Ubogich (aktualizacja: 22.04.2023).

<sup>35</sup> *Telefon Zaufania*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/telefon-zaufania-dla-osob-starszych/>; Wywiad z 23 września 2022 r. z Joanną Mielczarek, dyrektor Stowarzyszenia mali bracia Ubogich (aktualizacja: 22.04.2023).

przy tym działaniu udzielił Dom Spotkań z Historią (warszawska instytucja kultury). Polegała ona na przeszkoleniu pracowników stowarzyszenia w zakresie dokumentowania wspomnień. Akcja stanowiła część projektu „Pamięć. Przyjaźń. Pomoc”, który był współfinansowany przez berlińską Fundację „Pamięć, Odpowiedzialność i Przyszłość”, wspierającą międzynarodowe przedsięwzięcia na rzecz osób poszkodowanych przez III Rzeszę<sup>36</sup>.

Zarejestrowane wspomnienia wiążą się przede wszystkim z osobistymi przeżyciami z okresu okupacji niemieckiej. Są to również historie życia codziennego sprzed II wojny światowej, a także powojenne. Powodem uwieczniania tych relacji była chęć ocalenia ich od zapomnienia oraz przekazania kolejnym pokoleniom. Stworzone nagrania zasilily multimedialne Archiwum Historii Mówionej (prowadzone przez Dom Spotkań z Historią), co daje możliwość ich wykorzystania do celów kulturalnych bądź naukowych. Oprócz utrwalania relacji osób starszych, wolontariusze zajmowali się też archiwizacją ocalałych źródeł materialnych – wypożyczali i skanowali stare zdjęcia należące do seniorów. Ponadto fotografowane były przedmioty codziennego użytku mające dużą wartość historyczną<sup>37</sup>.

Nośnikiem części zgromadzonych materiałów jest witryna internetowa Stowarzyszenia mali bracia Ubogich. Opublikowane są na niej fotografie przedstawiające podopiecznych, biogramy tekstowe oraz fragmenty wspomnień w formie plików audio, opracowane na podstawie danych zebranych od dwudziestu czterech osób. Dodatkowo w siedzibie warszawskiego oddziału organizacji możliwe jest wypożyczenie pełnych nagrań wspomnień, umieszczonych na płytach CD<sup>38</sup>.

## Inicjatywa „Przystanek Alzheimer”

Innym przedsięwzięciem stowarzyszenia było organizowanie szkoleń dla opiekunów osób dotkniętych chorobą Alzheimera<sup>39</sup>. Pierwsze tego typu spotkanie odbyło się 12 maja 2012 r. Warsztat ten poprowadzili dr Barbara Romero (autorka skierowanej do osób z demencją Terapii Stabilizującej Tożsamość oraz integracyjnego programu terapeutycznego przeznaczonego dla chorych z demencją i ich opiekunów), a także Klaus Werner Pawletko (dyrektor berlińskiej organizacji wchodzącej w skład Międzynarodowej Federacji mali bracia Ubogich). Niemiecki

---

<sup>36</sup> *Nagrywanie wspomnień*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/nagrywanie-wspomnien/>; *Projekt „Wsparcie. Świadomość. Godność”*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/projekt-dla-osob-po-80-roku-zycia/>; Wywiad z 23 września 2022 r. z Joanną Mielczarek, dyrektor Stowarzyszenia mali bracia Ubogich (aktualizacja: 22.04.2023).

<sup>37</sup> *Nagrywanie wspomnień*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/nagrywanie-wspomnien/>; Wywiad z 23 września 2022 r. z Joanną Mielczarek, dyrektor Stowarzyszenia mali bracia Ubogich (aktualizacja: 22.04.2023).

<sup>38</sup> Informacja zawarta w serwisie stowarzyszenia na podstronach poświęconych poszczególnym seniorom.

<sup>39</sup> Projekt został przerwany przez pandemię COVID-19. Wszystkie spotkania, które odbyły się w ramach tej inicjatywy, były nieodpłatne dla uczestników – wywiad z 23 września 2022 r. z Joanną Mielczarek, dyrektor Stowarzyszenia mali bracia Ubogich (aktualizacja: 22.04.2023).



trener, dostrzegając duży potencjał osób biorących udział w szkoleniu, dał impuls do stworzenia grupy roboczej przy merytorycznym wsparciu Stowarzyszenia mali bracia Ubogich. Po kilku tygodniach, z inicjatywy uczestnika majowego warsztatu Piotra Czostkiewicza, zebrania owego zespołu przekształciły się w regularne, comiesięczne spotkania pod nazwą „Przystanek Alzheimer”, a P. Czostkiewicz stał się liderem projektu. W jego ramach 12 lipca 2012 r. zorganizowano pierwsze spotkanie otwarte, na którym poddano refleksji, na co opiekunowie chorych mają wpływ, a na co nie. Drugim tematem było przyglądanie się temu, co było istotne w „poprzednim życiu” osób dotkniętych schorzeniem (czyli przed diagnozą), jak również temu, co jest dla nich ważne obecnie. Grupa wysłuchiwała też uczestników, aby dowiedzieć się, jakiej pomocy oczekują, jakie zagadnienia należałoby poruszyć na kolejnych zebraniach, a także kogo warto poprosić o podzielenie się wiedzą w trakcie przyszłych warsztatów<sup>40</sup>.

Wśród osób zapraszanych na spotkania projektu „Przystanek Alzheimer” znaleźli się m.in.: prof. dr hab. med. Tadeusz Parnowski, kierownik 2. Kliniki Psychiatrycznej w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie oraz członek Polskiej Koalicji Alzheimerowskiej (2012); dr hab. Dariusz Stępkowski, profesor nadzwyczajny Instytutu Biologii Doświadczalnej im. Marcelego Nenckiego PAN (2012); senator Mieczysław Augustyn, przewodniczący Parlamentarnego Zespołu ds. Osób Starszych i przewodniczący Komisji ds. Rodziny i Polityki Społecznej (2013). Poruszana przez nich problematyka to m.in.: kompendium wiedzy o chorobie, leczeniu i profilaktyce; rezultaty badań francuskich naukowców, zgodnie z którymi w średnim stadium zaawansowania choroby możliwe jest uzyskanie trzypunktowego progresu (w trzydziestopunktowej skali badania Mini Mental Science Examination) dzięki stosowaniu witaminy D oraz memantyny; projekt ustawy o pomocy osobom niesamodzielnym. Jako szczególnie istotną odnotowano wypowiedź prof. T. Parnowskiego: „Człowiek choruje tak, jak żył”. Na stronie stowarzyszenia zamieszczono następującą jej interpretację: „To ważne przesłanie i zachęta, by już teraz stawać się lepszym, kochającym, wrażliwszym, otwartym na innych ludzi”<sup>41</sup>.

W związku z obchodami Światowego Dnia Choroby Alzheimera, w latach 2014–2016 odbyły się trzy edycje imprezy plenerowej, której celem była integracja osób zdrowych z chorymi oraz ich rodzinami. Ideą przewodnią tego przedsięwzięcia było nakłonienie opiekunów do wychodzenia wraz ze swoimi podopiecznymi na zewnątrz (w przestrzeń przyjazną dla chorych, otwartą, pełną zieleni i spokoju). W ramach inicjatywy specjaliści różnych dziedzin przeprowadzili kilkugodzinne miniwykłady na temat choroby. Podjęto też działania warsztatowo-terapeutyczne<sup>42</sup>.

W 2015 r. rozpoczął się pilotażowy projekt tworzenia grup samopomocy poświęconych seniorom, w tym osobom cierpiącym na chorobę Alzheimera oraz inne zespoły otępienne. W rezultacie tego działania zainicjowano przygotowanie

---

<sup>40</sup> *Przystanek Alzheimer*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/przystanek-alzheimer/>.

<sup>41</sup> Tamże.

<sup>42</sup> Tamże.

kilkunastu liderów, którzy mieli za zadanie m.in. budować i prowadzić nowe grupy wsparcia dla opiekunów chorych, a także otwierać nowe punkty konsultacyjno-informacyjne. Projekt ten był kontynuowany w 2016 r., dając liderom pomoc organizacyjną i prawną przy uruchamianiu wsparcia środowiskowego dla osób chorych oraz ich rodzin<sup>43</sup>.

Zgodnie z deklaracją w witrynie stowarzyszenia, pozostaje ono otwarte na współpracę w ramach inicjatywy „Przystanek Alzheimer” z innymi ośrodkami i organizacjami. Jej celem jest poprawa sytuacji opiekunów (zarówno stanowiących rodzinę chorych, jak i zawodowych) poprzez ich edukowanie i zwiększanie samoświadomości. Osoby związane w tym przedsięwzięciem dostarczają konkretnych narzędzi wsparcia, m.in. podają potrzebującym adresy miejsc, gdzie jeszcze możliwe jest otrzymanie pomocy<sup>44</sup>.

Stowarzyszenie informuje w swoim serwisie internetowym o objawach schorzenia (na podstronie „Przystanek Alzheimer”). W omawianym miejscu prezentowane są ponadto wskazówki przybliżające konieczne do podjęcia pierwsze kroki w ramach diagnozy i leczenia choroby adresowane do osób, które podejrzewają wystąpienie schorzenia u siebie lub swojego bliskiego<sup>45</sup>.

## Informacje i narzędzia dla darczyńców

Na pasku nawigacyjnym serwisu organizacji znajduje się rozwijana zakładka „Jak pomóc”. Pierwszą z opcji jest link „Wspieraj co miesiąc”, który kieruje do odrębnej strony (obecnoscpomaga.pl), poświęconej programowi „Obecność”, na której umieszczone są następujące treści:

- informacja, że 32 zł miesięcznie może odmienić czyjeś życie na stałe;
- narzędzie umożliwiające comiesięczne obciążenie karty płatniczej na kwotę 32 zł, 64 zł lub inną;
- narzędzie pozwalające na wpłatę jednorazowej darowizny;
- komunikat: „280 tysięcy seniorów w Polsce cierpi z powodu samotności”;
- krótki opis, na czym polega program „Obecność”;
- informacja, na co przeznaczane są wpłaty darczyńców;
- film z wypowiedziami trójki seniorów o tym, jak samotność wpływa na ich życie;
- numer konta bankowego programu „Obecność”, KRS organizacji i dane kontaktowe<sup>46</sup>.

Drugi link – „Przeznacz 1% podatku” odsyła do podstrony głównego serwisu stowarzyszenia zawierającej poniższe elementy:

- przyciski „Przeznacz 1,5%” oraz „e-pity uruchom” dające możliwość wypełnienia online deklaracji podatkowej, w której zawarty jest numer KRS stowarzyszenia;

<sup>43</sup> Tamże.

<sup>44</sup> Tamże.

<sup>45</sup> Tamże.

<sup>46</sup> *Obecność pomaga*, <https://www.obecnoscpomaga.pl/>.

- informację, że jedna osoba na dwadzieścia w wieku 80 lat nawet przez chwilę nie ma z kim porozmawiać;
- wyjaśnienie, że środki pochodzące z „1,5 procenta” wspierają funkcjonowanie telefonu zaufania organizacji;
- ostatni raport roczny z działalności stowarzyszenia, który można wyświetlić przyciskiem „Przeczytaj raport”;
- formularz wpłaty jednorazowej pozwalający na wybór 32 zł, 64 zł, 100 zł albo innej kwoty; jednocześnie w jego dolnej części znajduje się link umożliwiający ustawienie płatności cyklicznej;
- numer konta bankowego<sup>47</sup>.

Trzeci link – „Uwzględnij nas w testamencie” prowadzi do podstrony, gdzie opublikowane są takie dane, jak:

- przycisk „Pobierz broszurę”, za pomocą którego można ściągnąć informator na temat testamentów;
- krótka informacja, w jaki sposób stowarzyszenie pomaga, w tym zwięzły opis programu „Obecność”;
- komunikat, że organizacja nie przyjmuje zapisów testamentowych od swoich podopiecznych;
- dane i formularz do kontaktu z osobą mogącą odpowiedzieć na pytania oraz pomóc w formalnościach związanych ze sporządzeniem testamentu;
- przycisk „Przekaż darowiznę” kierujący do narzędzia wpłaty jednorazowej, pozwalający na wybór 32 zł, 64 zł, 100 zł albo innej kwoty;
- numer konta bankowego programu „Obecność”, numer KRS stowarzyszenia, dane kontaktowe organizacji<sup>48</sup>.

Czwarty link – „Wpłać na konto” łączy z podstroną, na której podane są numery kont bankowych (głównego, poświęconego programowi „Twoja obecność pomaga mi żyć” oraz przeznaczonego dla wpłat w euro)<sup>49</sup>.

Ponadto sam pasek nawigacyjny serwisu zawiera przyciski „Przekaż 1,5%” i „Wspieram”. Pierwszy z nich odsyła do podstrony opisanej powyżej przy drugim linku. Drugi przycisk kieruje do narzędzia wpłaty jednorazowej.

Poza opisanymi wyżej opcjami dla osób fizycznych, na pasku nawigacyjnym stowarzyszenie udostępnia rozwijaną zakładkę „Dla biznesu”, gdzie pod łączem „Wspieraj jako firma” umieszczono propozycje rozwiązań dla darczyńców firmowych. Są to:

- darowizny – mogą mieć postać: przelewu od przedsiębiorstwa, ofiarowanej nieodpłatnie usługi czy zbiórki pieniężnej zorganizowanej wśród pracowników firmy (przeznaczyć je można na cele statutowe organizacji bądź konkretny, wybrany przez darczyńcę program);

---

<sup>47</sup> *Procent*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/procent/>.

<sup>48</sup> *Testament*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/testament/>.

<sup>49</sup> *Wpłać na konto*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/jak-pomoc-seniorom/wplac-darowizne-na-konto/>.

- wolontariat pracowniczy – zaangażowanie pracowników w wolontariat i wspieranie ich w takich działaniach przez pracodawcę (możliwość bezpośredniego włączenia się pracowników przedsiębiorstwa w organizowanie aktywności dla seniorów albo wsparcia stowarzyszenia kompetencjami pracowników);
- payroll – automatycznie przekazywany datek z każdego wynagrodzenia pracownika (dobrowolne odpisy od pensji);
- marketing społecznie zaangażowany – procent ze sprzedaży wybranego produktu albo usługi kierowany na rzecz stowarzyszenia<sup>50</sup>.

Na wspomnianej podstronie znajdują się linki, gdzie umieszczono przykłady przedsiębiorstw, które już zdecydowały się na wymienione powyżej rozwiązania. Opisy podjętych przez nie działań uwzględniają osiągnięte cele oraz korzyści dla darczyńcy. Organizacja deklaruje ponadto możliwość zaplanowania innych form współpracy. Elementem podstrony jest też przycisk umożliwiający wypełnienie i wysłanie formularza inicjującego wolontariat pracowniczy<sup>51</sup>.

Drugi odsyłacz zakładki „Dla biznesu” prowadzi do danych osoby, z którą firmy mogą kontaktować się w razie pytań czy chęci wejścia w partnerstwo („Kontakt dla firm”)<sup>52</sup>. Natomiast ostatnie łącze – „Nasi partnerzy” umożliwia zapoznanie się z informacją, które przedsiębiorstwa już współpracują ze stowarzyszeniem<sup>53</sup>.

## **Odbiór działań pomocowych stowarzyszenia przez podopiecznych**

Biorąc pod uwagę orientację percepcyjną w definiowaniu wsparcia społecznego, istotne jest ukazanie, jak seniorzy, którymi zajmuje się organizacja, postrzegają podejmowane na ich rzecz aktywności.

W mediach społecznościowych stowarzyszenia można odnaleźć wypowiedzi podopiecznych akcentujące m.in. następujące odczucia:

- wdzięczność:
  - za pamięć („Przesyłam [...] gorące podziękowanie za pamięć o moich urodzinach”<sup>54</sup>; „Miło, że pamiętacie”<sup>55</sup>);
  - za obecność („Dziękuję Kasi [wolontariuszce – A.Ż.], że była”<sup>56</sup>);

<sup>50</sup> *Wspieraj jako firma*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/wspolpraca-z-biznesem/wspieraj-jako-firma/>.

<sup>51</sup> Tamże.

<sup>52</sup> *Kontakt dla firm*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/wspolpraca-z-biznesem/kontakt-dla-firm/>.

<sup>53</sup> *Nasi partnerzy*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <https://www.malibracia.org.pl/wspolpraca-z-biznesem/partnerzy/>.

<sup>54</sup> Post Stowarzyszenia mali bracia Ubogich z 19.10.2022, Facebook [online], <https://www.facebook.com/malibracia/posts/pfbid02QHk6Yua28vg1G4AnesRqUTqt7HWXJmdM6cxfZPSUya3f2MkfxQYfjnd3aC7vpKQl>.

<sup>55</sup> Tamże.

<sup>56</sup> Tamże.

- za miło spędzony czas („Przesyłam [...] gorące podziękowanie za [...] umilenie mi tego dnia”<sup>57</sup>);
- za sprawienie niespodzianki („Wolontariuszka Kasia zrobiła niespodziankę”<sup>58</sup>);
- za trafienie w gust („na odwiedziny przyszła z pięknym tortem bezowym (pamiętając, że taki lubię, choć rzadko jadam)”<sup>59</sup>);
- za pomoc w kryzysie („To mnie uratowało trochę z tej mojej choroby, z tej zapaści mojego życia, bo już myślałam, że to właściwie koniec. Właśnie oni. Oni mnie dużo wspierali, mieli ze mną kontakt”<sup>60</sup>);
- za pomoc w potrzebie („był czas, że ja leżałam dłuższy czas w szpitalu. Prawie 12 miesięcy [...]. Kasia [wolontariuszka – A.Ż.] przychodziła do mnie bardzo często, odwiedzała mnie. To było dla mnie bardzo dużo. Jak coś poprosiłam ją, to mi załatwiła, kupiła mi”<sup>61</sup>);
- za okazywanie miłości („daje [wolontariuszka – A.Ż.] w tej swojej rozmowie, w tym swoim głosie tyle miłości, tyle zainteresowania [...]. Aby tylko ją usłyszeć i z nią być”<sup>62</sup>);
- satysfakcja:
  - z posiadania towarzystwa („To jest ważne. Żeby być razem, żeby razem porozmawiać. Żeby ktoś był ze mną”<sup>63</sup>);
  - z doświadczania rozrywek („ja tam idę do tego domu, do tego klubu, bo ja to nazywam klub [...]. Chodzę, ile tylko mogę. Byliśmy w kinie, Kasia [wolontariuszka – A.Ż.] mi pomogła”<sup>64</sup>);
  - z możliwości dzielenia się przeżyciami („Dzielimy się ze sobą [z wolontariuszką – A.Ż.] radościami i troskami”<sup>65</sup>);
  - z możliwości doświadczania wsparcia ([z wolontariuszką – A.Ż.] wspieramy się”<sup>66</sup>);
- przyjemne wrażenia emocjonalne („kiedy zdmuchnęłam świece na torciku – w sercu zrobiło się jasno i ciepło”<sup>67</sup>).

Wspomniane doznania stanowią potwierdzenie faktu otrzymywania przez seniorów wsparcia ze strony organizacji. Przytoczone wypowiedzi dowodzą doświadczania aktów pomocy i życzliwych gestów, a także odczuwania zadowolenia z ich powodu.

---

<sup>57</sup> Tamże.

<sup>58</sup> Tamże.

<sup>59</sup> Tamże.

<sup>60</sup> *Historia pewnej relacji* (film Stowarzyszenia mali bracia Ubogich), 26.04.2017, YouTube [online], <https://www.youtube.com/watch?v=q8mtLZBzay4>.

<sup>61</sup> Tamże.

<sup>62</sup> Tamże.

<sup>63</sup> Tamże.

<sup>64</sup> Tamże.

<sup>65</sup> *Poznański Targ Dobra 2020* (film Stowarzyszenia mali bracia Ubogich), 08.10.2020, YouTube [online], <https://www.youtube.com/watch?v=-Coa9vIMtrI>.

<sup>66</sup> Tamże.

<sup>67</sup> Post Stowarzyszenia mali bracia Ubogich z 19.10.2022, Facebook [online], <https://www.facebook.com/malibracia/posts/pfbid02QHk6Yua28vg1G4AnesRqUTqt7HwXJmdM6cfxfZPSUya3f2MkfxQYfjnd3aC7vpKQl>.

## Podsumowanie

Dla poczucia dobrostanu człowiek potrzebuje m.in. relacji interpersonalnych. W starzejącym się społeczeństwie, przy stale wydłużającym się średnim okresie życia, coraz większego znaczenia nabiera problem samotności seniorów. Wiele osób po 80. roku życia nie ma już małżonka (zwłaszcza kobiety), rodziny ani przyjaciół. Duża część z nich nie ma zatem z kim na co dzień porozmawiać. W istniejącej sytuacji warto prezentować przedsięwzięcia, których celem jest wspomaganie osób starszych.

Wywodzące się z Francji, a funkcjonujące w Polsce od 2002 r. Stowarzyszenie mali bracia Ubogich podejmuje inicjatywy podnoszące jakość życia seniorów. W swojej działalności wykorzystuje m.in. narzędzie, jakim jest serwis internetowy.

Podstawową sferą aktywności organizacji jest koordynowanie wolontariatu towarzyszącego, który pozwala budować więzi międzypokoleniowe wśród osób starszych i wolontariuszy. Objęci tym programem seniorzy doświadczają troski młodszych osób o ich zdrowie, kondycję psychiczną, potrzeby kulturalne, rekreacyjne oraz towarzyskie. Okazywany im szacunek i zainteresowanie, a także możliwość uzyskania wsparcia w trudnych sytuacjach, mogą przywracać poczucie sensu życia i bezpieczeństwa. Witryna Stowarzyszenia mali bracia Ubogich przybliża zasady funkcjonowania wolontariatu oraz umożliwia wysłanie zgłoszenia pozwalającego na dołączenie do grona wolontariuszy.

Innym przedsięwzięciem „małych braci” jest prowadzenie telefonu zaufania, dostępnego dla potrzebujących trzy dni w tygodniu. Wsparcia seniorom udzielają doświadczeni psychologowie. Na stronie organizacji opublikowany jest numer telefonu oraz terminy dyżurów.

Kolejna inicjatywa stowarzyszenia to nagrywanie wspomnień podopiecznych i ich prezentacja, wraz z fotografiami i krótkimi zyciorysami, w jego serwisie WWW. Poza ową witryną pliki audio z zarejestrowanymi relacjami można pobrać w archiwum multimedialnym. Celem, jaki przyświecał utrwaleniu przeżyć starszych osób, był zamiar ich przekazania następnym pokoleniom. Ponadto działanie to dało seniorom możliwość odczucia, że historia ich życia kogoś interesuje.

Jeszcze innym projektem organizacji jest przybliżanie problematyki choroby Alzheimerera. Formą jego realizacji były szkolenia dla opiekunów osób dotkniętych tym schorzeniem. Obecnie stowarzyszenie skupia się na informowaniu w witrynie o symptomach choroby oraz o krokach w zakresie diagnozy i leczenia, które należy podjąć w przypadku podejrzenia, że zainteresowany lub osoba mu bliska może zmagać się ze schorzeniem.

Poza wspomnianymi wyżej zastosowaniami Internetu, został on też wykorzystany do powiadomienia o opcjach dofinansowania organizacji oraz o sposobach pozyskiwania otrzymywanych funduszy, a także do umożliwienia przekazania środków za pomocą specjalnych narzędzi.

Omawiany serwis Stowarzyszenia mali bracia Ubogich może zostać określony jako medialny instrument wsparcia seniorów, ponieważ prowadzona w nim aktywność przyczynia się do poprawy ich sytuacji życiowej oraz ich rozwoju. Ponadto umożliwia podejmowanie i propagowanie działań integrujących pokolenia.

## BIBLIOGRAFIA

- Dudek B., Koniarek J., *Wsparcie społeczne jako modyfikator procesu stresu – wybrane problemy teoretyczne i narzędzie pomiaru*, „Medycyna Pracy” 54(2003), nr 5, s. 427–435, <<https://cybra.lodz.pl/dlibra/publication/11707/edition/8844/content>>, dostęp: 24.09.2022.
- Fraćczyk J., *Polska starzeje się coraz szybciej. GUS bije na alarm*, „Businessinsider.com.pl” [online], 29.12.2021, <<https://businessinsider.com.pl/gospodarka/polska-starzeje-sie-coraz-szybciej-gus-bije-na-alarm/9139rn3>>, dostęp: 19.09.2022.
- GUS, *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2021 r.*, Warszawa–Białystok 2022, <[https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/6002/2/4/1/sytuacja\\_osob\\_starszych\\_w\\_polsce\\_w\\_2021\\_r.pdf](https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/6002/2/4/1/sytuacja_osob_starszych_w_polsce_w_2021_r.pdf)>, dostęp: 23.12.2022.
- Olejniczak P., *Wsparcie społeczne i jego znaczenie dla osób starszych*, „Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne” 3(2013), nr 2, s. 183–188, <<https://pzp.umw.edu.pl/pdf/2013/3/2/183.pdf>>, dostęp: 20.09.2022.
- Polacy żyją coraz dłużej*, „Newsweek.pl” [online], 21.03.2015, <<https://www.newsweek.pl/polska/polskie-zrodlo-stowarzyszenia-sie-starzeje-ile-jest-starych-osob-w-polsce/55nh19l>>, dostęp: 19.09.2022.
- Materiały źródłowe:**
- Historia organizacji*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/historia-organizacji/>>, dostęp: 03.09.2022.
- Historia pewnej relacji* (film Stowarzyszenia mali bracia Ubogich), 26.04.2017, YouTube [online], <<https://www.youtube.com/watch?v=q8mtLZBzay4>>, dostęp: 23.12.2022.
- Historie wolontariuszy*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/historie-wolontariuszy/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Jak zostać wolontariuszem*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/jak-zostac-wolontariuszem/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Kontakt dla firm*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/wspolpraca-z-biznesem/kontakt-dla-firm/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Manifest*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/manifest/>>, dostęp: 20.09.2022.
- Nagrywanie wspomnień*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/nagrywanie-wspomnien/>>, dostęp: 18.09.2022.
- Nasi partnerzy*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/wspolpraca-z-biznesem/partnerzy/>>, dostęp: 22.09.2022.
- Obecność pomaga*, <<https://www.obecnoscpomaga.pl/>>, dostęp: 23.12.2022.
- Post Stowarzyszenia mali bracia Ubogich z 19.10.2022, Facebook [online], <<https://www.facebook.com/malibracia/posts/pfbid02QHk6Yua28vg1G4AnesRqUTqt7HWXJmdM6cxfZPSUya3f2MkfxQYfjnd3aC7vpKQl>>, dostęp: 08.12.2022.
- Poznański Targ Dobra 2020* (film Stowarzyszenia mali bracia Ubogich), 08.10.2020, YouTube [online], <<https://www.youtube.com/watch?v=-Coa9vIMtrI>>, dostęp: 23.12.2022.
- Procent*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/procent/>>, dostęp: 23.12.2022.
- Program Obecność*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/program-obecnosc/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Projekt „Wsparcie. Świadomość. Godność”*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/projekt-dla-osob-po-80-roku-zycia/>>, dostęp: 18.09.2022.
- Przystanek Alzheimer*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/przystanek-alzheimer/>>, dostęp: 18.09.2022.
- Pytania i odpowiedzi*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/pytania-i-odpowiedzi/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Seniorzy*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/seniorzy/>>, dostęp: 22.09.2022.
- Stowarzyszenie dla seniorów*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/>>, dostęp: 19.09.2022.

- Telefon Zaufania*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/telefon-zaufania-dla-osob-starszych/>>, dostęp: 17.09.2022.
- Testament*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/testament/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Wpłać na konto*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/jak-pomoc-seniorom/wplac-darowizne-na-konto/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Wspieraj jako firma*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/wspolpraca-z-biznesem/wspieraj-jako-firma/>>, dostęp: 22.09.2022.
- Wyślij zgłoszenie*, w: *Stowarzyszenie mali bracia Ubogich* [online], <<https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/wysluj-zgloszenie/>>, dostęp: 19.09.2022.
- Wywiad z 23 września 2022 roku z Joanną Mielczarek, dyrektor Stowarzyszenia mali bracia Ubogich (aktualizacja: 22.04.2023).

## THE MALIBRACIA.ORG.PL SERVICE AS A MEDIA INSTRUMENT OF SOCIAL SUPPORT FOR THE ELDERLY

### SUMMARY

Seniors, who are growing in number in society, are at risk of social isolation. Meanwhile, ties with others are essential for everyone's well-being. It is worth publicizing initiatives that support the elderly and improve their quality of life. One of them is the practice of the Little Brothers of the Poor Association. The object of reflection in the article is, among other things, the way in which the organization's website has been used in its activities. The following goals were formulated: explaining the essence of social support, presenting the history and mission of the association, showing its undertakings in which the web service is used to varying degrees, as well as discussing the available possibilities of financing the organization's activities by donors, also with the role of cyberspace. To achieve the above-mentioned goals, an analysis of the literature and source materials – the resources of the association's website – was carried out. Data obtained from an interview with its director were also taken into account. The basic sphere of the organization's practice is the conduct of volunteer work, which enables the formation of intergenerational ties among volunteers and lonely elderly people. The seniors covered by this program experience the concern of younger people for their health, mental condition, cultural, recreational and social needs. The respect and interest shown to them, as well as the opportunity to receive support in difficult situations, can contribute to improving their situation. The article analyzes selected testimonies of the association's mentees published in its social media, which document the reception of the organization's assistance activities by seniors.

**KEYWORDS:** Internet service, elderly, social support, intergenerational relations, volunteering, helpline, memories, Alzheimer's disease