



Pełnomocnik Rządu  
do spraw Polityki Senioralnej

---

# Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce za 2025 r.

Warszawa, 2026 r.

Dokument przyjęty przez Radę Ministrów ..... 2026 r.

## Spis treści

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| Wprowadzenie .....                                                      | 4  |
| Sytuacja społeczno-ekonomiczna osób starszych w Polsce .....            | 5  |
| 1. Liczebność i struktura populacji osób starszych .....                | 5  |
| 2. Sytuacja materialna i mieszkaniowa.....                              | 11 |
| 3. Sytuacja rodzinna.....                                               | 21 |
| 4. Usługi społeczne .....                                               | 21 |
| 5. Sytuacja na rynku pracy .....                                        | 30 |
| 6. Stan zdrowia i opieka zdrowotna .....                                | 31 |
| 7. Dostępne formy aktywności.....                                       | 42 |
| 8. Równe traktowanie i przeciwdziałanie dyskryminacji i przemocy .....  | 56 |
| 9. Sytuacja niepełnosprawnych osób starszych.....                       | 57 |
| 10. Wybrane elementy jakości życia.....                                 | 61 |
| Ocena realizacji polityki senioralnej oraz wnioski i rekomendacje ..... | 63 |
| Spis wykresów.....                                                      | 70 |
| Spis tabel .....                                                        | 71 |

# Wprowadzenie

Pani Marzena Okła-Drewnowicz, Pełnomocnik Rządu do spraw Polityki Senioralnej, opracowała kolejną, coroczną Informację o sytuacji osób starszych w Polsce, obejmującą dane za 2025 rok<sup>1)</sup>. Dokument przedstawia opis i diagnozę różnych aspektów życia seniorów<sup>2)</sup>. Został opracowany we współpracy z ministerstwami, instytucjami centralnymi oraz służbami społecznymi na szczeblu wojewódzkim.

Informacja prezentuje sytuację społeczno-ekonomiczną seniorów w Polsce, w szczególności w wymiarze demograficznym, ekonomicznym, rodzinnym i zdrowotnym. Obejmuje również sytuację osób starszych na rynku pracy, dostępność i poziom usług społecznych oraz różne formy aktywności seniorów.

Do przygotowania opracowania wykorzystano najnowsze, dostępne wyniki badań prowadzonych przez Główny Urząd Statystyczny. W przypadku badań publikowanych w cyklu kilkuletnim uwzględniono dane z ostatniej dostępnej edycji.

Pani Pełnomocnik Rządu do spraw Polityki Senioralnej dziękuje wszystkim osobom i instytucjom za współpracę i wkład w przygotowanie Informacji o sytuacji osób starszych w Polsce za 2025 r.

---

<sup>1)</sup> na podstawie art. 41 ust. 1 ustawy z dnia 11 czerwca 2026 r. o osobach starszych i koordynacji opieki długoterminowej (Dz. U. z 2026 r. poz. 986).

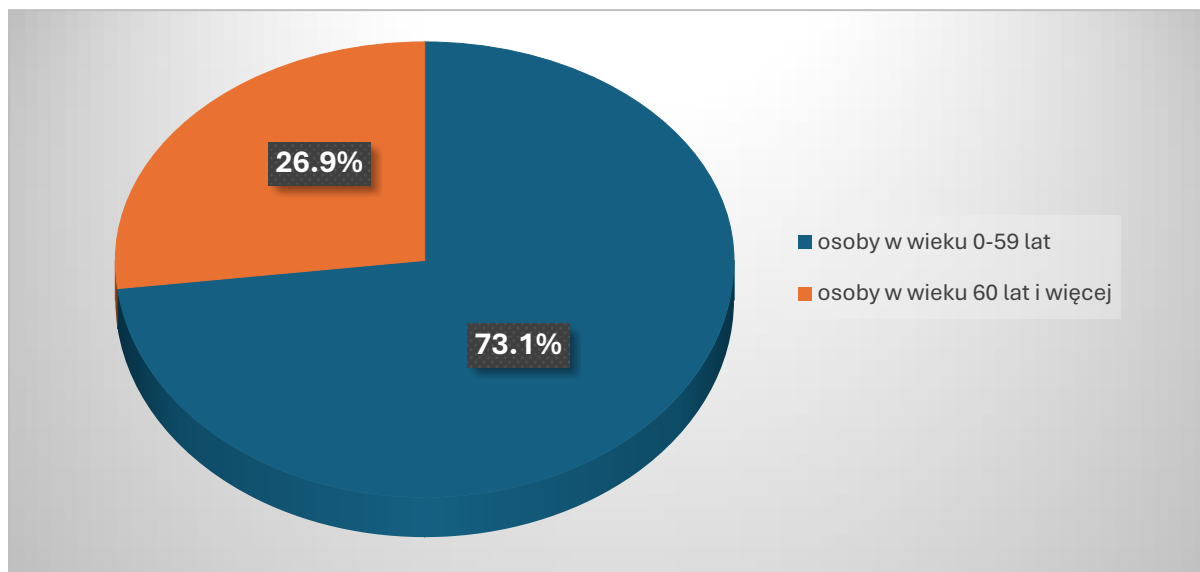
<sup>2)</sup> W Informacji za osoby starsze przyjęto osoby w wieku 60 lat i więcej, zgodnie z uregulowaniami ustawy z dnia 11 września 2015 r.

# Sytuacja społeczno-ekonomiczna osób starszych w Polsce

## 1. Liczebność i struktura populacji osób starszych

Na koniec 2025 r. liczba ludności Polski wyniosła 37332,5 tys., tj. o ponad 156,6 tys. mniej niż rok wcześniej. Liczba osób w wieku 60 lat i więcej przekroczyła 10 mln i wzrosła o 75,8 tys. w stosunku do 2024 r. Udział osób starszych w ludności ogółem w 2025 r. wyniósł 26,9%.

Wykres 1 Struktura ludności w 2025 r. według grup wieku (w%)

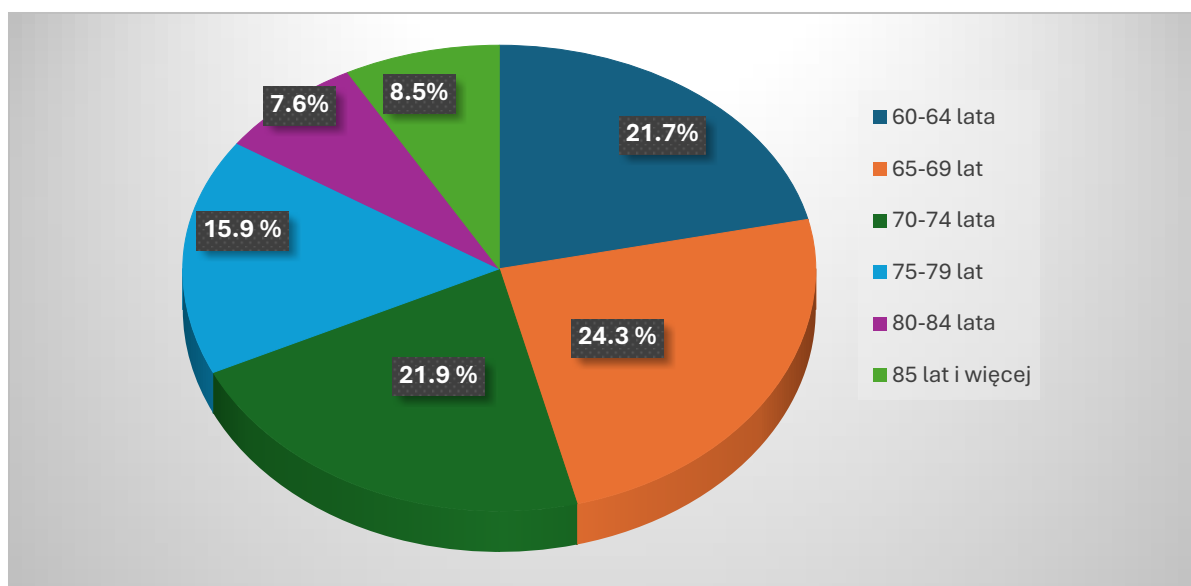


Źródło: GUS, Źródło: Wyniki bieżących bilansów ludności, GUS - stan w dniu 31 XII

Najliczniejszą grupę wśród osób starszych stanowią seniorzy w wieku 65–69 lat. W 2025 r. ich odsetek wyniósł 24,3% i spadł o 0,8 p. proc. w porównaniu z rokiem poprzednim. Drugą pod względem liczebności grupą były osoby w wieku 70–74 lata – ich udział wzrósł o 0,3 p. proc., osiągając poziom 21,9%. Z kolei udział grupy wieku 60–64 lata wyniósł 21,7% (wobec 22,6% rok wcześniej).

W 2025 r. największy wzrost udziału odnotowano w grupie wieku 75–79 lat. Udział tej grupy zwiększył się o 1,3 p. proc. i osiągnął poziom 15,9% populacji osób starszych. Warto również zauważyć, że w 2025 roku (podobnie jak w roku poprzednim) osoby w wieku 80 lat i więcej stanowiły 16,1% tej populacji.

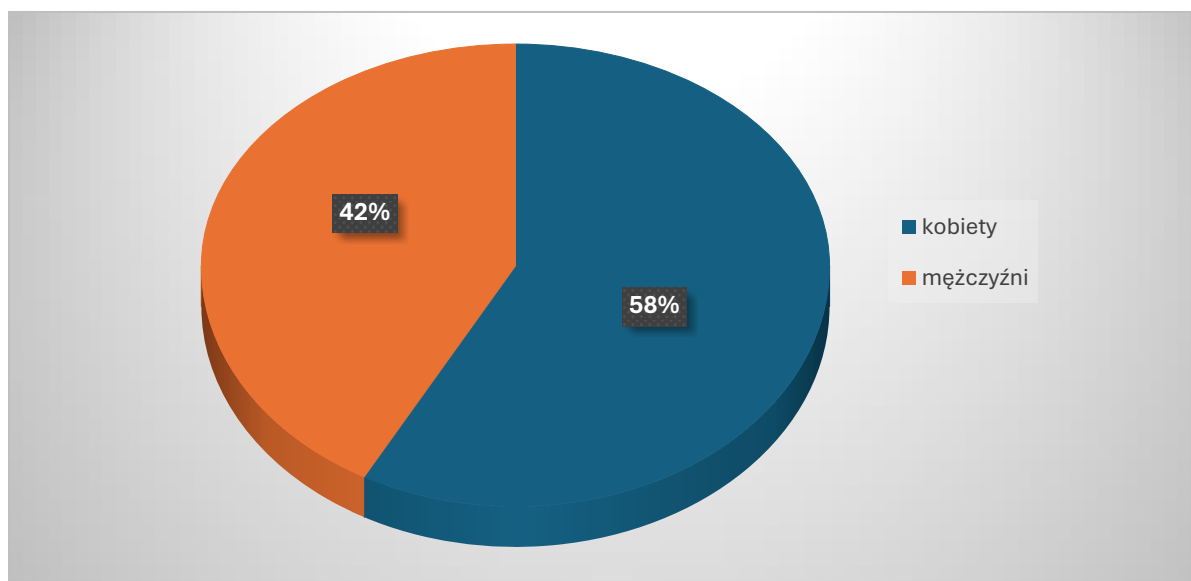
Wykres 2 Osoby starsze w 2025 r. w podziale na grupy wieku (w %)



Źródło: Wyniki bieżących bilansów ludności, GUS – stan w dniu 31 XII

W populacji osób starszych większość stanowią kobiety. W 2025 r. ich odsetek wyniósł 57,9%. Na 100 mężczyzn przypadało ich 138 (dla ludności Polski wskaźnik feminizacji wyniósł 107).

Wykres 3 Osoby starsze w 2025 r. w podziale na płeć (w %)

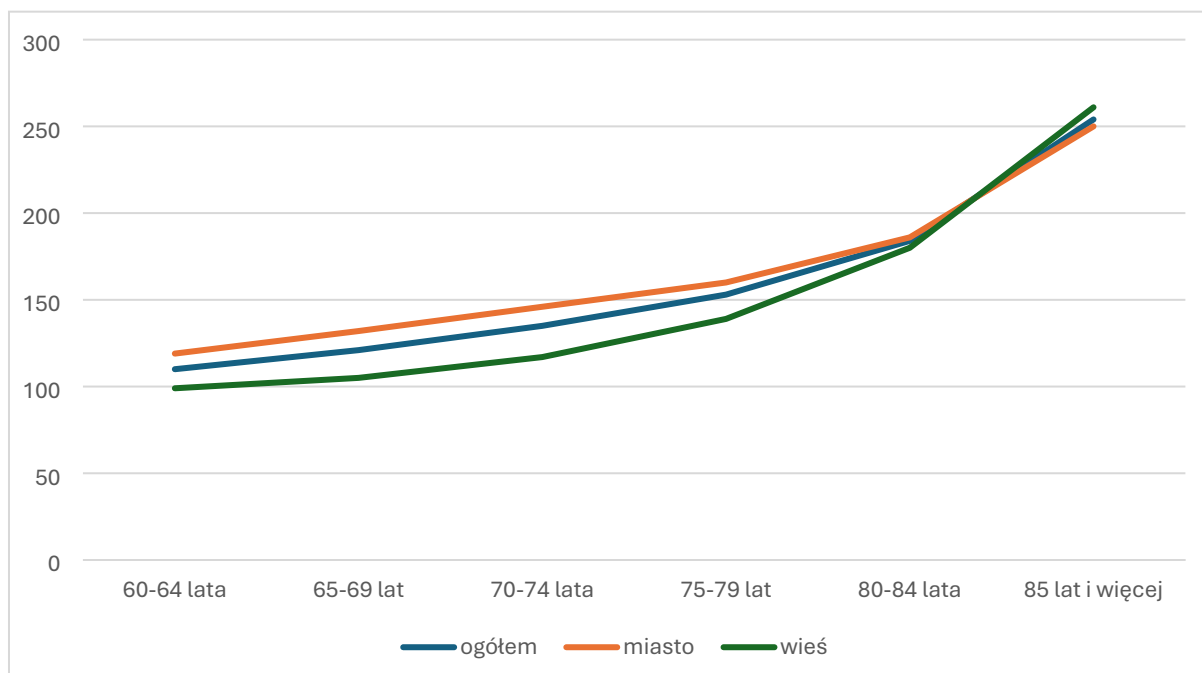


Źródło: Wyniki bieżących bilansów ludności, GUS – stan w dniu 31 XII

Przewaga liczebna kobiet wzrasta wraz z przechodzeniem do kolejnych grup wieku. W grupie wieku 60–64 lata kobiety w 2025 r. stanowiły 52,4% ogółu osób starszych (współczynnik feminizacji 110), podczas gdy wśród osób w wieku 85 lat i więcej kobiety stanowiły 71,7% (współczynnik feminizacji 254).

Poziom zróżnicowania międzypłciowego w dużym stopniu zależy od miejsca zamieszkania. W miastach współczynnik feminizacji wśród osób starszych wyniósł 148, natomiast na wsi – 122. Jedynie w najstarszej grupie wieku, tj. 85 lat i więcej współczynnik feminizacji na wsi jest wyższy niż w mieście (261 i wobec 250). Rosnący wraz z wiekiem udział kobiet w populacji osób starszych jest konsekwencją dłuższego przeciętnego trwania życia kobiet oraz nadumieralności mężczyzn.

Wykres 4 Współczynnik feminizacji<sup>3)</sup> w 2025 r.

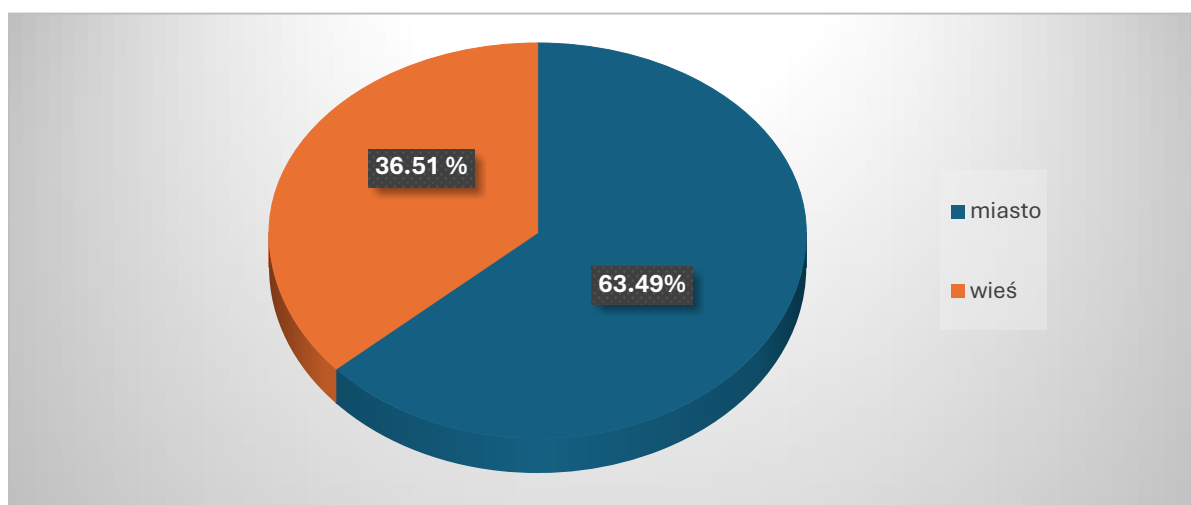


Źródło: Wyniki bieżących bilansów ludności, GUS

W miastach współczynnik feminizacji wśród osób starszych wyniósł 148, natomiast na wsi – 123. Jedynie w najstarszej grupie wieku, tj. 85 lat i więcej, współczynnik feminizacji na wsi jest wyższy niż w mieście, wyniósł odpowiednio 264 i 252. Rosnący wraz z wiekiem udział kobiet w populacji osób starszych jest konsekwencją dłuższego przeciętnego trwania życia kobiet oraz nadumieralności mężczyzn.

W 2025 r. odsetek ludności w wieku 60 lat i więcej w miastach wyniósł 28,8% (wobec 28,5% w roku poprzednim). Na terenach wiejskich odsetek ten kształtował się na poziomie 24,2% (tj. o 0,4 p. proc. więcej niż w 2024 r.).

Wykres 5 Osoby w wieku 60 lat i więcej w 2025 r. w podziale na miejsce zamieszkania (w %)



Źródło: Wyniki bieżących bilansów ludności, GUS – stan w dniu 31 XII

<sup>3)</sup> Liczba kobiet na 100 mężczyzn - w dniu 31 XII.

### Trwanie życia, zgony, umieralność

W 2025 r. w porównaniu z rokiem poprzednim nastąpiło wydłużenie przeciętnego dalszego trwania życia. Mężczyzna w wieku 60 lat miał przed sobą jeszcze średnio 20 lat dalszego życia (w 2024 r. było to 19,8 roku), zaś kobieta – 24,7 roku życia (w roku poprzednim 24,5 roku). Oznacza to, że przeciętne dalsze trwanie życia kobiet w wieku 60 lat jest blisko 5 lat dłuższe niż mężczyzn.

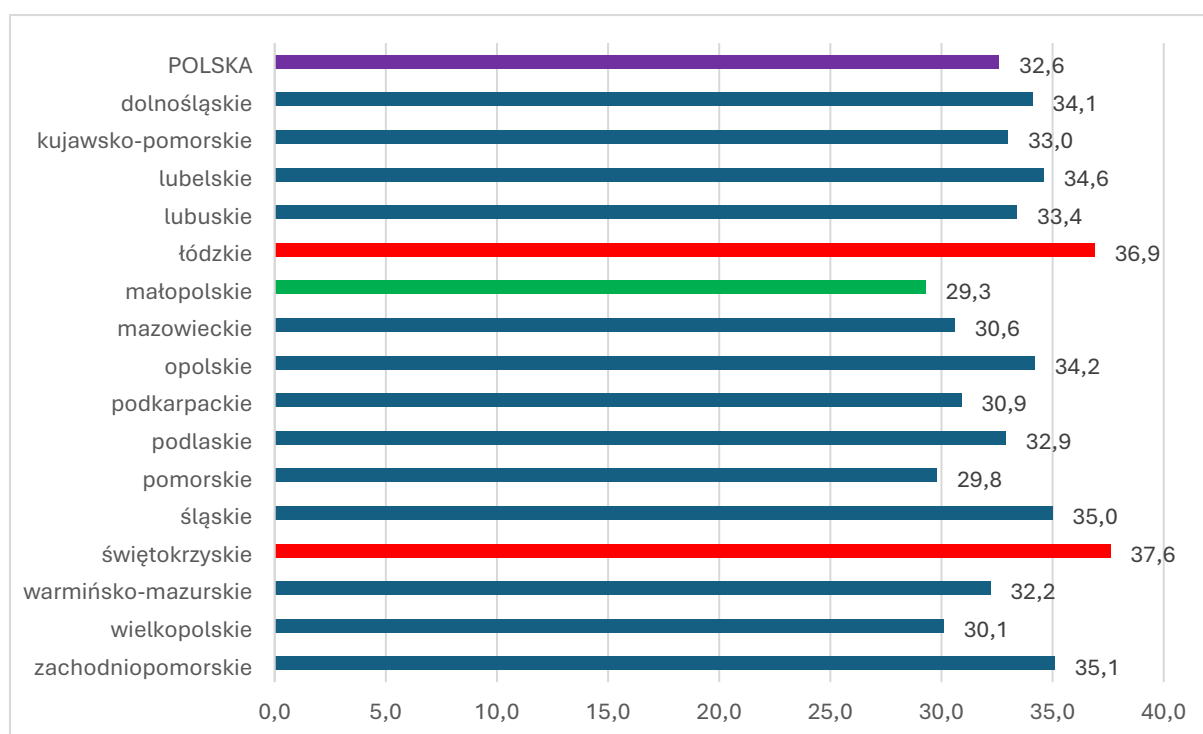
Przeciętne dalsze trwanie życia mężczyzn mających 60 lat zamieszkałych w miastach wynosiło 20,3 roku, tj. o 0,8 roku dłużej niż mężczyzn na wsi, natomiast dalsze trwanie życia kobiet w tym wieku zamieszkałych w miastach wyniosło 24,9 roku (tj. o 0,5 roku więcej niż na wsi).

W 2025 r. liczba zgonów osób w wieku 60 lat i więcej przypadająca na 1000 ludności w tym wieku wyniosła 35,4, co oznacza spadek tego wskaźnika w stosunku do roku poprzedniego o 0,4.

Umieralność wśród mężczyzn jest zdecydowanie wyższa niż wśród kobiet i proces ten nasila się wraz z wiekiem. W analizowanym roku współczynnik zgonów wśród mężczyzn w wieku 60 lat i więcej wyniósł 40,4, a wśród kobiet ukształtował się na poziomie 31,8. Obserwuje się ponadto wyższą umieralność wśród seniorów zamieszkałych na wsi niż w mieście. Współczynnik zgonów osób starszych na wsi wyniósł 36,5, podczas gdy w miastach ukształtował się na poziomie 34,8.

Spadek liczby ludności ogółem i wzrost liczby ludności w wieku senioralnym skutkuje wzrostem tzw. wskaźnika obciążenia demograficznego osobami starszymi<sup>4</sup>. Dynamiczny wzrost tego wskaźnika zauważalny jest od 2011 r. Wskaźnik ten ukształtował się w 2025 r. na poziomie 32,6. Dla porównania, w 2024 r. wyniósł on 31,8.

Wykres 6 Współczynnik obciążenia demograficznego<sup>5)</sup> osobami starszymi w 2025 r.



Źródło: Wyniki bieżących bilansów ludności, GUS

<sup>4</sup> tzw. wskaźnik obciążenia demograficznego - liczba osób w wieku 65 lat i więcej przypadająca na 100 osób w wieku od 15 do 64 lat.

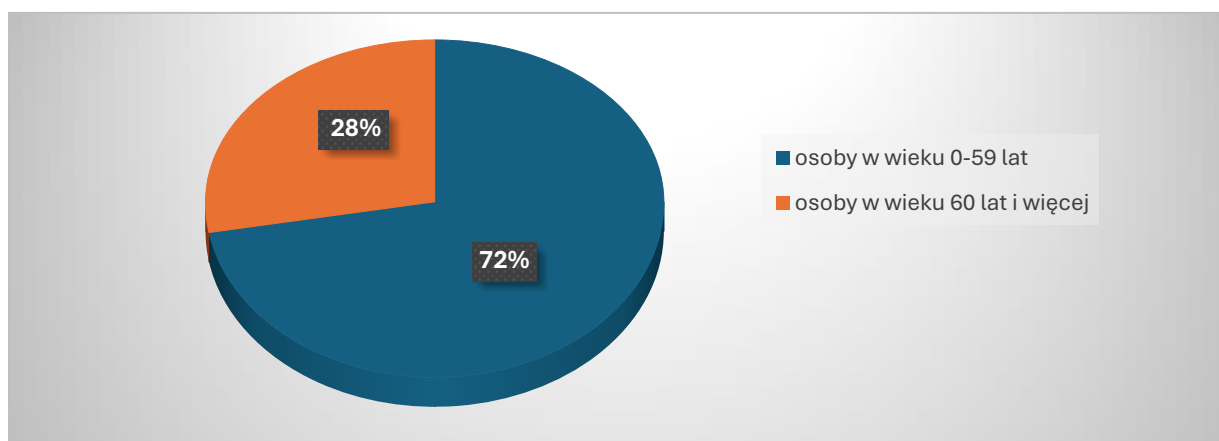
<sup>5)</sup> Liczba osób w wieku 65 lat i więcej przypadająca na 100 osób w wieku 15-64 lata.

W 2025 r. najwyższym tzw. współczynnikiem obciążenia demograficznego charakteryzowało się woj. świętokrzyskie – 37,6 oraz woj. łódzkie – 36,9, natomiast najniższym woj. małopolskie – z udziałem wynoszącym 29,3.

### Prognozy demograficzne

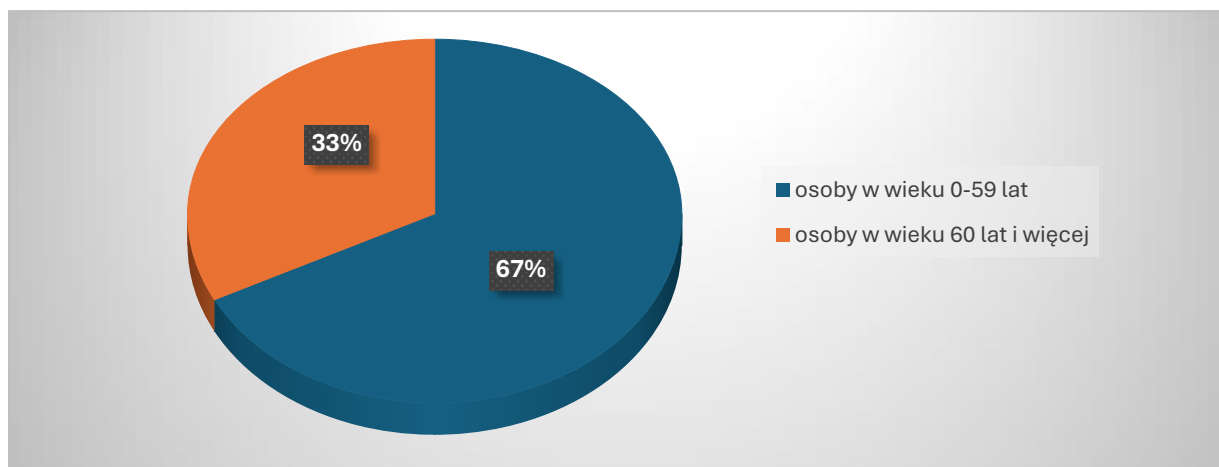
Wyniki Prognozy ludności na lata 2023–2060<sup>6)</sup> wskazują na pogłębianie się procesu starzenia społeczeństwa. Do 2060 r. przewidywany jest spadek liczby ludności Polski o ponad 7 mln oraz dalsze postępowanie procesu starzenia się społeczeństwa, oznaczające wzrost odsetka osób w wieku 60 lat i więcej. Populacja osób w tym wieku wzrośnie w końcu horyzontu prognozy do 11,9 miliona i będzie stanowiła prawie 40% ogółu ludności.

Wykres 7 Prognoza ludności w 2030 r. (w %)



Źródło: Prognozy GUS – stan w dniu 31 XII

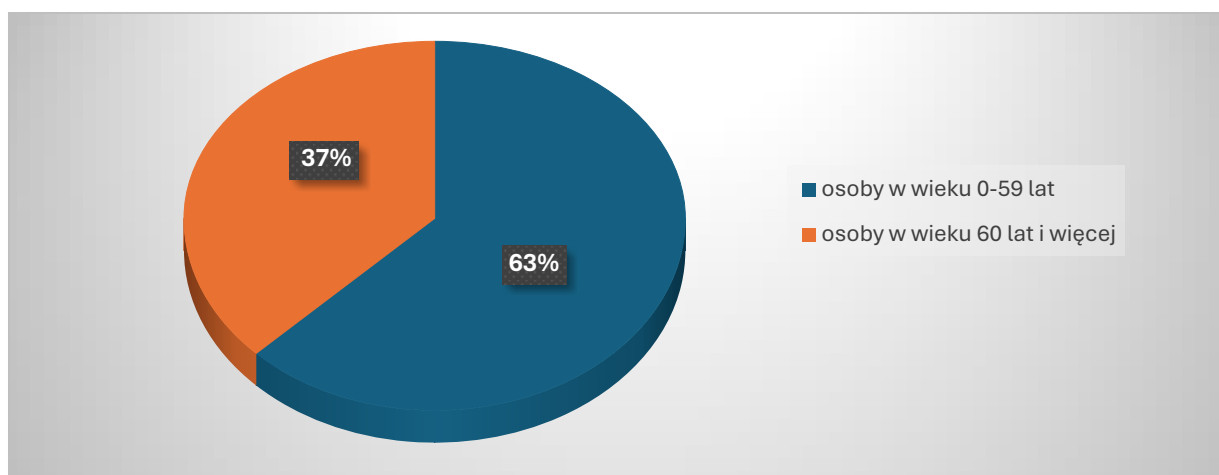
Wykres 8 Prognoza ludności w 2040 r. (w %)



Źródło: Prognozy GUS – stan w dniu 31 XII

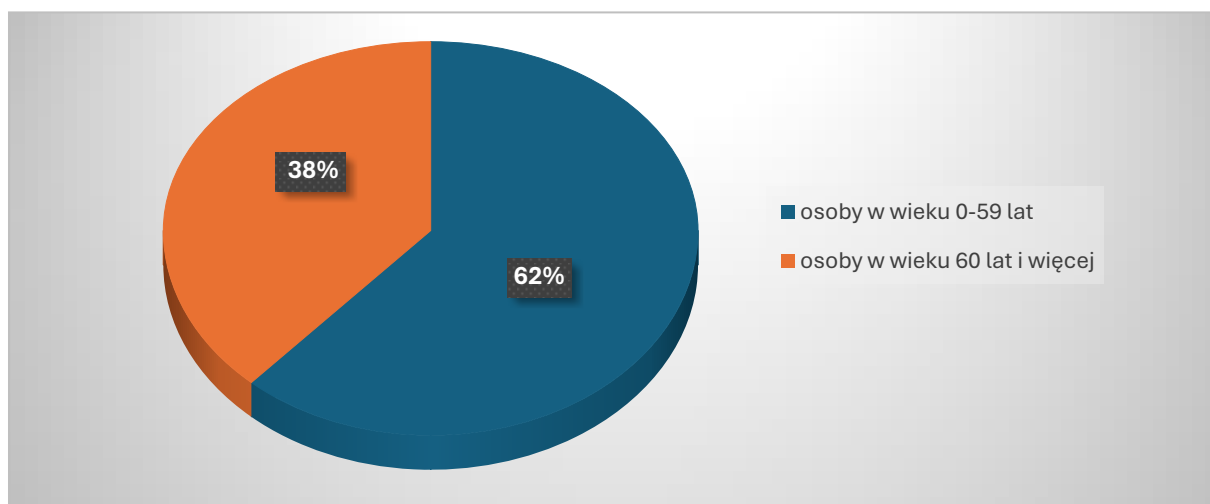
<sup>6)</sup> GUS, Prognoza ludności na lata 2023–2060.

Wykres 9 Prognoza ludności w 2050 r. (w %)



Źródło: Prognozy GUS – stan w dniu 31 XII

Wykres 10 Prognoza ludności w 2060 r. (w %)



Źródło: Prognozy GUS – stan w dniu 31 XII

Analiza sytuacji demograficznej Polski wskazuje, że zachodzące procesy ludnościowe stanowią jedno z najistotniejszych wyzwań rozwojowych państwa w perspektywie najbliższych dekad. Obserwowane od wielu lat niekorzystne zmiany w strukturze ludności mają charakter trwały i wynikają z nakładania się kilku zjawisk demograficznych, tj. utrzymującej się niskiej dzietności, wydłużania przeciętnego trwania życia, ujemnego przyrostu naturalnego oraz postępującego zmniejszania się liczby osób w wieku produkcyjnym.

Dane statystyczne oraz długookresowe prognozy demograficzne wskazują na systematyczne pogłębianie się procesu starzenia społeczeństwa. W ogólnej liczbie ludności wzrasta udział osób w wieku poprodukcyjnym (kobiety w wieku 60 lat i więcej oraz mężczyźni w wieku 65 lat i więcej), podczas gdy liczba dzieci i młodzieży oraz osób w wieku produkcyjnym stopniowo maleje. Konsekwencją tych zmian jest wzrost tzw. współczynnika obciążenia demograficznego, oznaczający, że na coraz mniejszą liczbę osób w wieku produkcyjnym przypada coraz większa liczba osób w wieku nieprodukcyjnym wymagających wsparcia ze strony systemów zabezpieczenia społecznego, ochrony zdrowia oraz opieki długoterminowej.

Kluczowym czynnikiem determinującym obecną sytuację pozostaje utrzymujący się od wielu lat niski poziom dzietności. Kolejnym jest systematyczne wydłużanie przeciętnego trwania życia, co w połączeniu z niską liczbą urodzeń prowadzi do dynamicznego wzrostu udziału osób starszych w populacji. Na sytuację demograficzną wpływają również procesy migracyjne.

Zmiany demograficzne mają zróżnicowany charakter przestrzenny. Największe tempo depopulacji oraz starzenia się ludności obserwowane jest w wielu gminach wiejskich i małych miastach, szczególnie w regionach peryferyjnych. Jednocześnie największe ośrodki miejskie oraz ich strefy podmiejskie nadal przyciągają osoby młode i aktywne zawodowo, co prowadzi do pogłębiania dysproporcji rozwojowych pomiędzy poszczególnymi obszarami kraju.

Biorąc pod uwagę postępujące starzenie się społeczeństwa, w najbliższych latach należy spodziewać się wzrostu zapotrzebowania na świadczenia zdrowotne, usługi opiekuńcze i opiekę długoterminową, a także na działania wspierające aktywne starzenie się i samodzielność osób starszych.

## 2. Sytuacja materialna i mieszkaniowa

### Sytuacja dochodowa i warunki bytu osób w wieku 60 lat i więcej

Zgodnie z wynikami reprezentacyjnego Badania budżetów gospodarstw domowych w 2025 r. przeciętny miesięczny dochód rozporządzalny na 1 osobę w gospodarstwach domowych wyłącznie z osobami starszymi wyniósł 3 765,33 zł, tj. o 9,1% więcej niż rok wcześniej. Gospodarstwa domowe wyłącznie z osobami w wieku 60 lat i więcej utrzymują się przede wszystkim z emerytur lub rent, które w 2025 r. stanowiły 80,7% ich dochodów. Dochody z pracy najemnej, w przypadku tych gospodarstw, stanowiły 9,5% ogółu dochodów, a dochody z pracy na własny rachunek poza gospodarstwem rolnym – 2,8%.

*Tabela 1 Przeciętne miesięczne dochody na 1 osobę w gospodarstwach domowych według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r.*

| Wyszczególnienie      | Gospodarstwa domowe                       |                                                         |                                                |           |                                                                  |
|-----------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------|
|                       | bez osób<br>w wieku<br>60 lat<br>i więcej | z przynajmniej<br>1 osobą<br>w wieku 60 lat<br>i więcej | wyłącznie z osobami w wieku 60 lat<br>i więcej |           |                                                                  |
|                       |                                           |                                                         | razem                                          | w tym     |                                                                  |
|                       |                                           |                                                         |                                                | 1-osobowe | 2-osobowe<br>(obydwie<br>osoby<br>w wieku 60<br>lat<br>i więcej) |
| OGÓŁEM                |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| w złotych             |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| Dochód rozporządzalny | 3 720,97                                  | 3 268,82                                                | 3 765,33                                       | 3 734,39  | 3 790,27                                                         |
| MIASTA                |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| w złotych             |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| Dochód rozporządzalny | 3 915,48                                  | 3 527,5                                                 | 3 909,26                                       | 3 872,36  | 3 938,69                                                         |
| WIEŚ                  |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| w złotych             |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| Dochód rozporządzalny | 3 383,22                                  | 2 949,4                                                 | 3 344,34                                       | 3 248,46  | 3 423,09                                                         |

Źródło: Badanie budżetów gospodarstw domowych, GUS

UWAGA: Dane za 2025 r. zostały uogólnione w oparciu o wyniki Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021, uwzględniając dodatkowo strukturę ludności według wieku i płci.

Przeciętne miesięczne wydatki na 1 osobę w gospodarstwach domowych wyłącznie z osobami starszymi w 2025 r. wyniosły 2 514,82 zł i wzrosły w porównaniu z rokiem poprzednim o 7,7%.

W 2025 r. udział przeciętnych miesięcznych wydatków na 1 osobę w dochodzie rozporządzalnym w gospodarstwach domowych składających się wyłącznie z osób w wieku 60 lat i więcej kształtował się na poziomie 66,8% (wobec 67,7% rok wcześniej).

*Tabela 2 Przeciętne miesięczne wydatki na 1 osobę w gospodarstwach domowych według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r.*

| Wyszczególnienie                 | Gospodarstwa domowe                       |                                                         |                                                |           |                                                                  |
|----------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------|
|                                  | bez osób<br>w wieku<br>60 lat<br>i więcej | z przynajmniej<br>1 osobą<br>w wieku 60 lat<br>i więcej | wyłącznie z osobami w wieku 60 lat<br>i więcej |           |                                                                  |
|                                  |                                           |                                                         | razem                                          | w tym     |                                                                  |
|                                  |                                           |                                                         |                                                | 1-osobowe | 2-osobowe<br>(obydwie<br>osoby<br>w wieku 60<br>lat<br>i więcej) |
| OGÓŁEM                           |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| w złotych                        |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| Wydatki gospodarstwa<br>domowego | 2 140,31                                  | 1 884,51                                                | 2 514,82                                       | 2 791,41  | 2 398,75                                                         |
| MIASTA                           |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| w złotych                        |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| Wydatki gospodarstwa<br>domowego | 2 342,24                                  | 2 123,9                                                 | 2 593,02                                       | 2 864,34  | 2 470,6                                                          |
| WIEŚ                             |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| w złotych                        |                                           |                                                         |                                                |           |                                                                  |
| Wydatki gospodarstwa<br>domowego | 1 789,69                                  | 1 588,91                                                | 2 286,11                                       | 2 534,56  | 2 220,99                                                         |

Źródło: Badanie budżetów gospodarstw domowych, GUS

UWAGA: Dane za 2025 r. zostały uogólnione w oparciu o wyniki Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021, uwzględniając dodatkowo strukturę ludności według wieku i płci.

W 2025 r. w gospodarstwach domowych, w skład których wchodziły wyłącznie osoby w wieku 60 lat i więcej, udział wydatków na żywność i napoje bezalkoholowe wyniósł 27,0% przeciętnych wydatkach ogółem na 1 osobę, (o 4,2 p. proc. więcej niż w gospodarstwach osób młodszych). Wydatki na użytkowanie mieszkania lub domu i nośniki energii stanowiły 22,8% ogółu wydatków gospodarstw wyłącznie z osobami w wieku 60 lat i więcej, a wydatki na zdrowie – 9,0%, tj. w obu przypadkach również o 4,2 p. proc. więcej w porównaniu z gospodarstwami osób młodszych.

Najwyższy poziom przeciętnych wydatków odnotowano w województwie dolnośląskim (2 303,16 zł), mazowieckim (2 259,85 zł) oraz śląskim (2 180,75 zł). Wysokie wartości wystąpiły również w województwach pomorskim, łódzkim oraz zachodniopomorskim. Z kolei najniższe wydatki zanotowano w województwie świętokrzyskim (1 548,97 zł). Niskie wartości wystąpiły również w województwach podkarpackim, warmińsko-mazurskim, podlaskim oraz małopolskim.

Przedstawione dane wskazują na utrzymujące się zróżnicowanie regionalne poziomu wydatków gospodarstw domowych. Wyższe wydatki występują przede wszystkim w województwach o szybszym poziomie rozwoju gospodarczego oraz większej liczbie dużych miast, natomiast niższe koncentrują się w regionach o bardziej rolniczym charakterze i słabszej sytuacji gospodarczej.

Sytuacja dochodowa gospodarstw domowych w miastach jest lepsza niż gospodarstw domowych na wsi. W 2025 r. w miastach gospodarstwa domowe wyłącznie z osobami w wieku 60 lat i więcej miały przeciętny dochód na 1 osobę o 16,9% wyższy niż gospodarstwa na wsi. Natomiast wydatki gospodarstw domowych w miastach były wyższe niż w gospodarstwach na wsi o 13,4%.

Tabela3 Subiektywna ocena sytuacji materialnej gospodarstwa domowego według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r.

| Wyszczególnienie                                     | Gospodarstwa domowe                       |                                                         |                                                |               |                                                                      |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------|
|                                                      | bez osób<br>w wieku<br>60 lat<br>i więcej | z przynajmniej<br>1 osobą<br>w wieku 60 lat<br>i więcej | wyłącznie z osobami w wieku 60<br>lat i więcej |               |                                                                      |
|                                                      |                                           |                                                         | razem                                          | w tym         |                                                                      |
|                                                      |                                           |                                                         |                                                | 1-<br>osobowe | 2-<br>osobowe<br>(obydwie<br>osoby<br>w wieku<br>60 lat<br>i więcej) |
|                                                      |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| w % danej grupy gospodarstw                          |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| OGÓŁEM                                               |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| Ocena sytuacji materialnej przez gospodarstwo domowe | 100,0                                     | 100,0                                                   | 100,0                                          | 100,0         | 100,0                                                                |
| Dobra i raczej dobra                                 | 66,9                                      | 52,0                                                    | 47,4                                           | 38,1          | 58,3                                                                 |
| Przeciętna                                           | 29,7                                      | 43,0                                                    | 46,0                                           | 52,1          | 39,2                                                                 |
| Raczej zła i zła                                     | 3,4                                       | 5,0                                                     | 6,6                                            | 9,8           | 2,5                                                                  |
| MIASTA                                               |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| Ocena sytuacji materialnej przez gospodarstwo domowe | 100,0                                     | 100,0                                                   | 100,0                                          | 100,0         | 100,0                                                                |
| Dobra i raczej dobra                                 | 69,5                                      | 53,1                                                    | 49,7                                           | 40,5          | 61,3                                                                 |
| Przeciętna                                           | 27,0                                      | 41,8                                                    | 44,1                                           | 50,7          | 36,3                                                                 |
| Raczej zła i zła                                     | 3,5                                       | 5,1                                                     | 6,2                                            | 8,8           | 2,4                                                                  |
| WIEŚ                                                 |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| Ocena sytuacji materialnej przez gospodarstwo domowe | 100,0                                     | 100,0                                                   | 100,0                                          | 100,0         | 100,0                                                                |
| Dobra i raczej dobra                                 | 61,2                                      | 49,9                                                    | 40,5                                           | 29,6          | 50,8                                                                 |
| Przeciętna                                           | 35,6                                      | 45,2                                                    | 51,7                                           | 57,1          | 46,5                                                                 |
| Raczej zła i zła                                     | 3,2                                       | 4,9                                                     | 7,8                                            | 13,3          | 2,7                                                                  |

Źródło: Badanie budżetów gospodarstw domowych, GUS

UWAGA: Dane za 2025 r. zostały uogólnione w oparciu o wyniki Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021, uwzględniając dodatkowo strukturę ludności według wieku i płci.

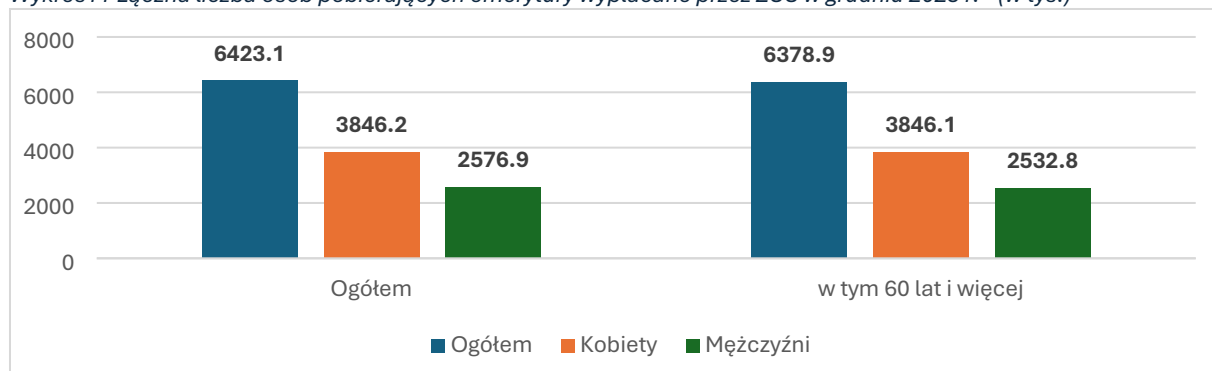
W 2025 r. 47,4% gospodarstw domowych składających się wyłącznie z osób starszych (tj. o 1,1 p. proc. więcej niż rok wcześniej) oceniło swoją sytuację materialną jako dobrą lub raczej dobrą, a 46,0% (47,0% - w 2024 r.) uznało ją za przeciętną. Z kolei 6,6% określiło ją jako złą lub raczej złą. Gospodarstwa domowe wyłącznie z osobami starszymi w porównaniu z gospodarstwami bez osób starszych rzadziej oceniały swoją sytuację materialną jako dobrą lub raczej dobrą, a częściej jako przeciętną oraz raczej złą lub złą. Najgorzej swoją sytuację materialną oceniały osoby w wieku 60 lat i więcej mieszkające samotnie, w szczególności na wsi – 13,3% z nich określiło swoją sytuację jako raczej złą lub złą, a tylko 29,6% jako dobrą lub bardzo dobrą.

#### Emerytury i renty wypłacane przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych

W 2025 r. Zakład Ubezpieczeń Społecznych wypłacał emerytury lub renty ponad 8 mln osób (8 040,5 tys.<sup>7)</sup>). W grudniu 2025 r. emerytury i renty z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych pobierało 8 154,8 tys. osób, w tym 7 618,2 tys. osób stanowiły osoby w wieku 60 lat i więcej. W tej grupie (60 lat i więcej) emerytury pobierało 6 378,9 tys. osób, z czego 60,3% stanowiły kobiety.

<sup>7)</sup> Liczba 8 040,5 tys. oznacza przeciętną miesięczną liczbę emerytów i rencistów w 2025 r.

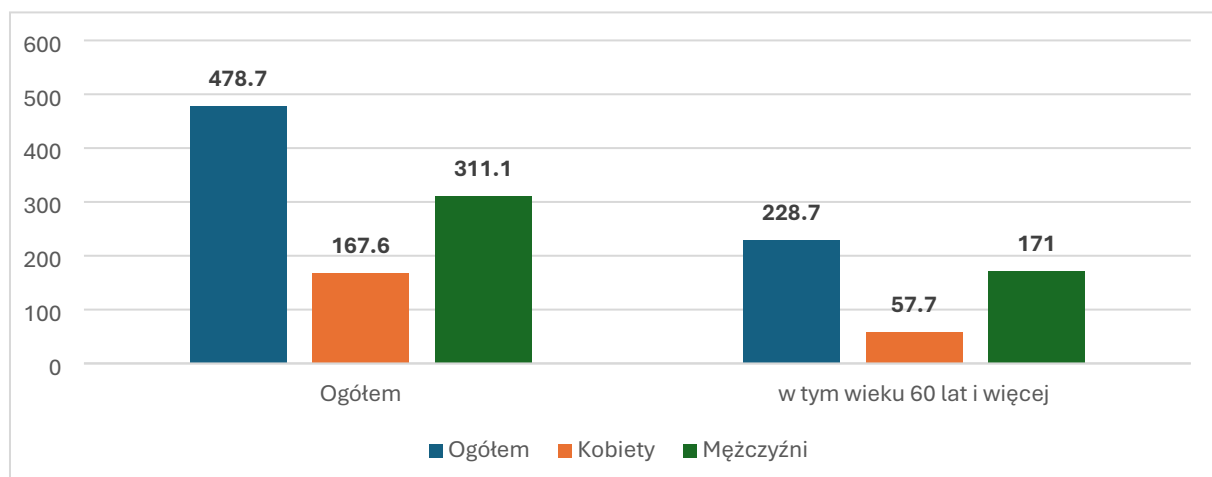
Wykres11 Łączna liczba osób pobierających emerytury wypłacane przez ZUS w grudniu 2025 r.<sup>8)</sup> (w tys.)



Źródło: dane z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

Renty z tytułu niezdolności do pracy pobierało 228,7 tys. osób w wieku 60 lat i więcej. Większość świadczeniobiorców (74,7%) stanowili mężczyźni.

Wykres12 Łączna liczba osób pobierających renty z tytułu niezdolności do pracy wypłacane przez ZUS w grudniu 2025 r.<sup>9)</sup> (w tys.)



Źródło: dane z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

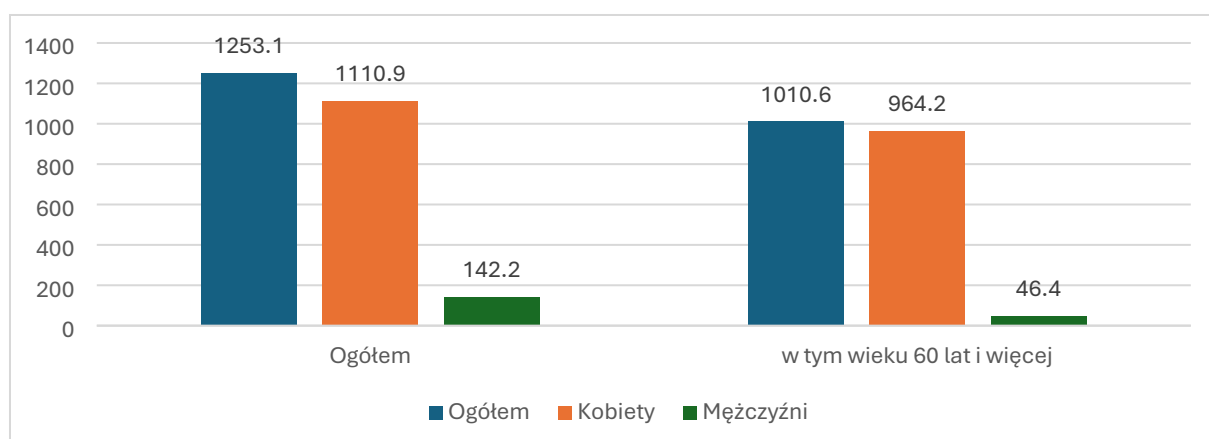
Renty rodzinne pobierało 1010,6 tys. osób w wieku 60 lat i więcej. Większość świadczeniobiorców stanowiły kobiety (ponad 95,4%). Średni wiek osób uprawnionych do renty rodzinnej<sup>10)</sup> wyniósł ogólnie 69,5 lat – w tym 73 lat kobiety oraz 42,4 lat mężczyźni.

<sup>8)</sup> Łącznie z rentami wypadkowymi finansowanymi z budżetu MON, MSWiA oraz MS, bez świadczeń realizowanych na mocy umów międzynarodowych, świadczeń pobieranych łącznie ze świadczeniami rolniczymi, bez emerytur pomostowych.

<sup>9)</sup> Łącznie z rentami wypadkowymi finansowanymi z budżetu MON, MSWiA oraz MS, bez świadczeń realizowanych na mocy umów międzynarodowych, świadczeń pobieranych łącznie ze świadczeniami rolniczymi, bez emerytur pomostowych.

<sup>10)</sup> – stan w grudniu 2025 r.

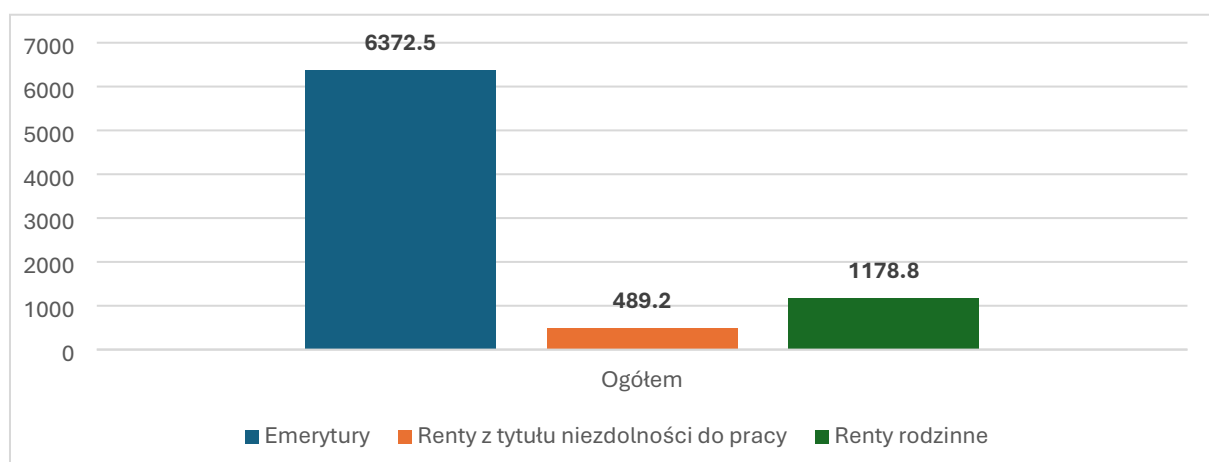
Wykres 13 Liczba osób uprawnionych do rent rodzinnych wypłacanych przez ZUS w grudniu 2025 r. (w tys.)



Źródło: dane z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

W okresie styczeń–grudzień 2025 r. przeciętna miesięczna liczba osób pobierających emerytury i renty realizowane przez ZUS wyniosła 8 040,5 tys. osób, w tym 6 372,5 tys. emerytów, 1 178,8 tys. osób pobierających rentę rodzinną, a najmniej – 489,2 tys. osób pobierało rentę z tytułu niezdolności do pracy.

Wykres 14 Przeciętna miesięczna liczba osób pobierających emerytury i renty realizowane przez ZUS w 2025 r.<sup>11)</sup> (w tys.)



Źródło: dane z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

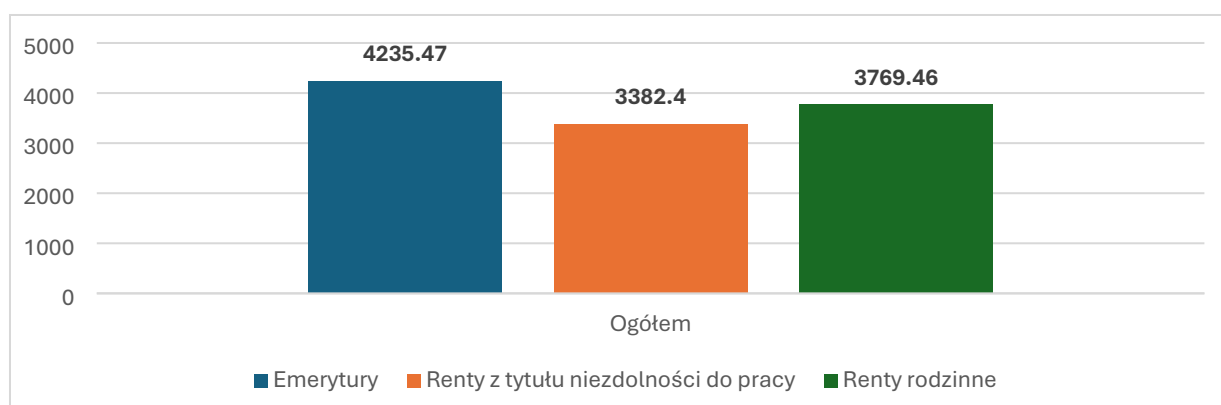
Zgodnie z danymi z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych przeciętna wysokość emerytury w 2025 r. wynosiła 4 235,47 zł (47,6% przeciętnego wynagrodzenia), renta z tytułu niezdolności do pracy 3 382,4 zł (38,0% przeciętnego wynagrodzenia), natomiast renta rodzinna 3 769,4 zł (42,3% przeciętnego wynagrodzenia)<sup>12)</sup>. Dla porównania, wartość minimum socjalnego w IV kwartale 2025 r. dla 1 osobowego gospodarstwa emeryckiego 1 931,97 zł<sup>13)</sup>. W związku z tym przeciętna emerytura była dwukrotnie wyższa od minimum socjalnego we wskazanym okresie.

<sup>11)</sup> Łącznie z rentami wypadkowymi finansowanymi z FUS, z wypłacanymi przez MON, MSWiA oraz MS w zbiegu z emeryturami finansowanymi z budżetu MON, MSWiA oraz MS. Bez świadczeń realizowanych na mocy umów międzynarodowych, świadczeń pobieranych łącznie ze świadczeniami rolniczymi, bez emerytur pomostowych.

<sup>12)</sup> Są to wysokości świadczeń bez wypłat wyrównawczych, z dodatkami pielęgnacyjnymi dla świadczeniobiorcy, łącznie z kwotą okresowej emerytury kapitałowej.

<sup>13)</sup> dane z Instytutu Pracy i Spraw Socjalnych.

Wykres 15 Wysokość przeciętnej wypłaty<sup>14)</sup> emerytury i renty wypłacanej przez ZUS w grudniu 2025 r. (w zł)



Źródło: dane z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

Zgodnie z danymi ZUS<sup>15)</sup>, w grudniu 2025 r. wypłacono 459,3 tys. emerytur nowo systemowych w wysokości niższej niż najniższa ustawowa wysokość emerytury – tj. ponad 6% więcej niż w grudniu 2024 r. (433,1 tys.) Były to emerytury przyznane osobom o niepełnym stażu, których to emerytur<sup>16)</sup> nie podwyższa się do kwoty najniższej emerytury.

#### Osoby w wieku 60 lat i więcej podlegające ubezpieczeniu w Kasie Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego

Kompleksową obsługę ubezpieczonych rolników i członków ich rodzin, dla których działalność rolnicza stanowi jedyne, bądź podstawowe źródło utrzymania, w zakresie ubezpieczenia społecznego prowadzi Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego (KRUS), na podstawie ustawy<sup>17)</sup>.

Liczba osób starszych objętych ubezpieczeniem społecznym rolników na koniec 2025 r. wyniosła 90 062 osób. W tej grupie dominowali mężczyźni – 80 893 osób (prawie 90%), natomiast ubezpieczone kobiety stanowiły 9 169 osób. Dysproporcje te należy bezpośrednio wiązać m.in. z ustawowym wiekiem przechodzenia na emeryturę rolniczą, który w przypadku kobiet wynosi 60 lat, a mężczyzn – 65 lat.

Na koniec 2025 r. wśród ubezpieczonych w KRUS dodatkowo pozarolniczą działalność gospodarczą prowadziło 63 197 osób<sup>18)</sup>. Według stanu na dzień 31 grudnia 2025 r. liczba osób w wieku 60 lat i więcej pobierających świadczenia emerytalne z KRUS wyniosła 798 978, w tym 540 746 kobiet i 258 232 mężczyzn. Renty z tytułu niezdolności do pracy pobierało 102 851 osób starszych, w tym 50 849 kobiet i 52 002 mężczyzn. Natomiast renty rodzinne pobierało 150 228 osób starszych. Średni wiek emeryta w 2025 r. wyniósł 74,6 lat, natomiast rencisty 62,3 lat.

<sup>14)</sup> Łącznie z rentami wypadkowymi finansowanymi z FUS, z wypłacanymi przez MON, MSWiA oraz MS w zbiegu z emeryturami finansowanymi z budżetu MON, MSWiA oraz MS. Bez świadczeń realizowanych na mocy umów międzynarodowych, świadczeń pobieranych łącznie ze świadczeniami rolniczymi, bez emerytur pomostowych.

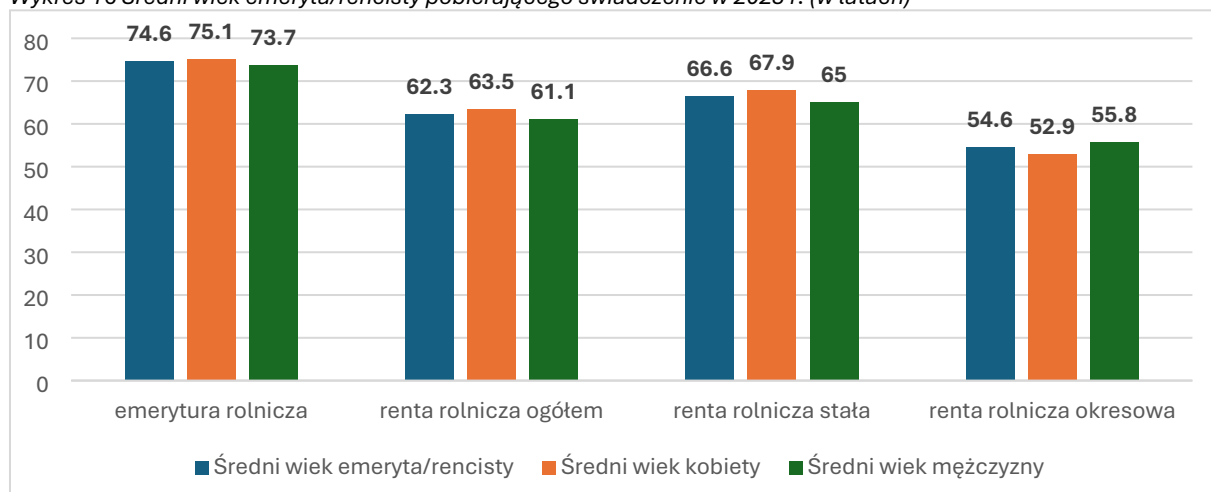
<sup>15)</sup> Raport: Emerytury nowosystemowe wypłacone w grudniu 2024 r. w wysokości niższej niż wysokość najniższej emerytury (tj. niższej niż 1 780,96 zł).

<sup>16)</sup> zgodnie z art. 87 ustawy o emeryturach i rentach z FUS (Dz. U. z 2024 r. poz. 1631, 1674).

<sup>17)</sup> ustawa z dnia 20 grudnia 1990 r. o ubezpieczeniu społecznym rolników (Dz. U. z 2025 r. poz. 197, z późn.zm.).

<sup>18)</sup> Prezentowana ogólna liczba osób prowadzących pozarolniczą działalność gospodarczą dotyczy nie tylko osób starszych, ale wszystkich ubezpieczonych.

Wykres 16 Średni wiek emeryta/rencisty pobierającego świadczenie w 2025 r. (w latach)



Źródło: dane z Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Średni okres pobierania świadczeń emerytalno-rentowych w 2025 r. wyniósł 22,6 lata w przypadku emerytury rolniczej, 15,6 lat w przypadku renty rolniczej (ogółem).

Ponadto 800 osób zostało skierowanych na rehabilitację leczniczą w ramach KRUS w 2025 r.

### Poziom ubóstwa

Według danych GUS, w 2025 r. oszacowany zasięg zagrożenia ubóstwem skrajnym wyniósł 5,3% osób w gospodarstwach domowych i był zbliżony do wartości oszacowanej dla 2024 r. (5,2%).

Zgodnie z konstytucyjną zasadą pomocniczości wyrażoną w ustawie<sup>19</sup>, pomoc społeczna jest instytucją polityki społecznej państwa mającą na celu umożliwienie osobom i rodzinom przezwyciężanie trudnych sytuacji życiowych, których nie są one w stanie pokonać, wykorzystując własne uprawnienia, zasoby i możliwości.

Zasada subsydiarności wyrażona w tym przepisie oznacza więc, że pomoc społeczna wspiera osoby i rodziny w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb. Instytucja ta ma zatem charakter pomocniczy w zakresie wsparcia osób w pokonywaniu życiowych trudności, a także dopełnia świadczenia, które prawnie zabezpieczone są przez inne systemy. Osoby ubiegające się o pomoc z systemu pomocy społecznej powinny w pierwszej kolejności skorzystać z przyznanych im przez przepisy innych ustaw uprawnień, z własnych zasobów majątkowych (pieniężnych i niepieniężnych) oraz z własnych możliwości działania.

Prawo do świadczeń pieniężnych z pomocy społecznej uzależnione jest od wysokości dochodu. Zgodnie z ustawą<sup>20</sup>, kryteria dochodowe podlegają weryfikacji co 3 lata, z uwzględnieniem wyniku badań progu interwencji socjalnej. Badania progu interwencji socjalnej dokonuje Instytut Pracy i Spraw Socjalnych w oparciu o rozporządzenie<sup>21</sup>.

W 2024 r. została przeprowadzona weryfikacja kryteriów dochodowych, w wyniku której podwyższono kryteria dochodowe w drodze rozporządzenia<sup>22</sup>. Podwyższone następujące kwoty kryteriów dochodowych w pomocy społecznej obowiązują od 1 stycznia 2025 r.:

<sup>19</sup> art. 2 ust. 1 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz.U. z 2024 r. poz. 1283, z późn. zm.)

<sup>20</sup> art. 9 ust. 1 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej

<sup>21</sup> Rozporządzenie Ministra Polityki Społecznej z dnia 7 października 2005 r. w sprawie progu interwencji socjalnej (Dz. U. poz. 1762).

<sup>22</sup> Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 14 lipca 2024 r. w sprawie zweryfikowanych kryteriów dochodowych oraz kwot świadczeń pieniężnych z pomocy społecznej (Dz. U. poz. 1044)

- dla osoby samotnie gospodarującej – 1 010 zł (wzrost o 30%, tj. o 234 zł),
- dla osoby w rodzinie – 823 zł (wzrost o 37%, tj. o 223 zł).

Zmiana kwot kryteriów dochodowych wpłynęła także na podwyższenie maksymalnej kwoty zasiłku stałego do 1 229 zł (wzrost o 23%, tj. o 229 zł). Nowe kryteria mają wpływ z jednej strony na objęcie wsparciem większej grupy osób i rodzin o najniższych dochodach, a z drugiej strony na transfer wyższych świadczeń także do osób korzystających z pomocy już dzisiaj.

Dodatkowo Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w ramach zabezpieczenia społecznego, dążąc do poprawy sytuacji bytowej osób samotnych, rodzin, w tym rodzin z dziećmi, osób starszych, czy osób z niepełnosprawnościami realizuje programy w obszarze pomocy społecznej, finansowane ze środków budżetu państwa/ środków krajowych, m.in. takich jak: Program „Posiłek w szkole i w domu”, Program „Opieka 75+, jak również finansowane ze środków unijnych - dot. Programu „Fundusze Europejskie na Pomoc Żywnościową 2021-2027”.

### Warunki mieszkaniowe gospodarstw domowych osób w wieku 60 lat i więcej

Gospodarstwa domowe składające się wyłącznie z osób starszych mieszkają głównie w budynkach wielorodzinnych (60,6% w 2025 r.). W domach jednorodzinnych, w analizowanym roku, mieszkało 39,3% tego typu gospodarstw. Przeciętna powierzchnia użytkowa mieszkania na 1 gospodarstwo domowe osób starszych wynosiła 72,8 m<sup>2</sup>, przy czym w miastach była ona o 29,5 m<sup>2</sup> mniejsza niż na wsi (65,6 m<sup>2</sup> wobec 95,1 m<sup>2</sup>).

Tabela 4 Sytuacja mieszkaniowa gospodarstw domowych według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r.

domowym w 2020 r.

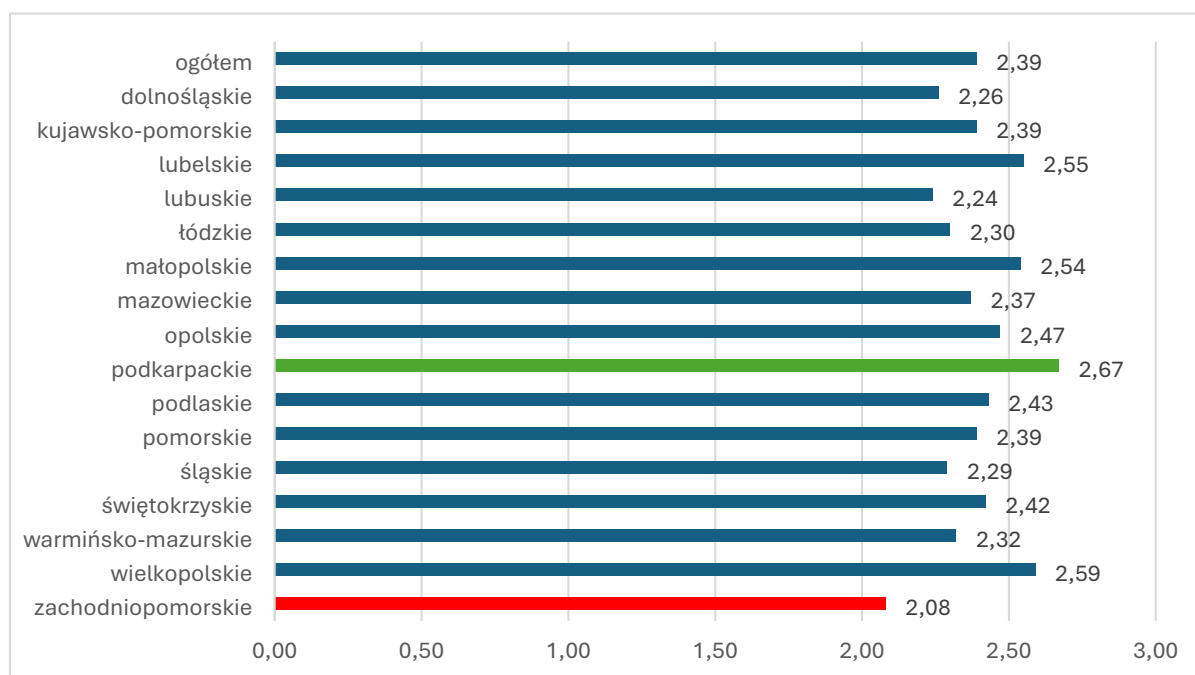
| Wyszczególnienie      | Gospodarstwa domowe                    |                                                         |                                             |           |                                                               |
|-----------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|
|                       | bez osób<br>w wieku 60<br>lat i więcej | z przynajmniej<br>1 osobą<br>w wieku 60 lat<br>i więcej | wyłącznie z osobami w wieku 60 lat i więcej |           |                                                               |
|                       |                                        |                                                         | razem                                       | w tym     |                                                               |
|                       |                                        |                                                         |                                             | 1-osobowe | 2-osobowe<br>(obydwie<br>osoby<br>w wieku 60<br>lat i więcej) |
|                       | w % danej grupy gospodarstw            |                                                         |                                             |           |                                                               |
| OGÓŁEM                |                                        |                                                         |                                             |           |                                                               |
| Ogółem                | 100,0                                  | 100,0                                                   | 100,0                                       | 100,0     | 100,0                                                         |
| Rodzaj budynku:       |                                        |                                                         |                                             |           |                                                               |
| budynek wielorodzinny | 56,1                                   | 45,8                                                    | 60,6                                        | 68,7      | 51,6                                                          |
| dom 1-rodzinny        | 43,9                                   | 54,2                                                    | 39,3                                        | 31,2      | 48,4                                                          |
| Inny                  | 0,0                                    | 0,0                                                     | 0,1                                         | 0,1       | 0,0                                                           |
| MIASTA                |                                        |                                                         |                                             |           |                                                               |
| Ogółem                | 100,0                                  | 100,0                                                   | 100,0                                       | 100,0     | 100,0                                                         |
| Rodzaj budynku:       |                                        |                                                         |                                             |           |                                                               |
| budynek wielorodzinny | 76,9                                   | 67,1                                                    | 76,2                                        | 83,5      | 68,3                                                          |
| dom 1-rodzinny        | 23,0                                   | 32,8                                                    | 23,8                                        | 16,4      | 31,7                                                          |
| Inny                  | 0,1                                    | 0,1                                                     | 0,0                                         | 0,1       | 0,0                                                           |
| WIEŚ                  |                                        |                                                         |                                             |           |                                                               |
| Ogółem                | 100,0                                  | 100,0                                                   | 100,0                                       | 100,0     | 100,0                                                         |
| Rodzaj budynku:       |                                        |                                                         |                                             |           |                                                               |
| budynek wielorodzinny | 10,3                                   | 7,5                                                     | 13,0                                        | 16,3      | 10,2                                                          |
| dom 1-rodzinny        | 89,6                                   | 92,4                                                    | 86,8                                        | 83,4      | 89,8                                                          |
| Inny                  | 0,1                                    | 0,1                                                     | 0,2                                         | 0,3       | 0,0                                                           |

Źródło: Badanie budżetów gospodarstw domowych, GUS

UWAGA: Dane za 2025 r. zostały uogólnione w oparciu o wyniki Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021, uwzględniając dodatkowo strukturę ludności według wieku i płci.

W 2025 r. przeciętna liczba osób w gospodarstwie domowym w Polsce wyniosła 2,39 osoby. Najbardziej liczne gospodarstwa domowe odnotowano w województwie podkarpackim, a także w wielkopolskim, lubelskim i małopolskim. Z kolei najmniejsza przeciętna liczba osób przypadała na gospodarstwa domowe w województwie zachodniopomorskim, a następnie lubuskim i dolnośląskim. Dane wskazują, że różnice między regionami są stosunkowo niewielkie, jednak wschodnia i południowo-wschodnia część kraju charakteryzuje się większą liczbą osób w gospodarstwach domowych niż regiony zachodnie.

Wykres 17 Przeciętna liczba osób w zbadanych gospodarstwach domowych w podziale na województwa w 2025 r.



Źródło: Badanie budżetów gospodarstw domowych, GUS

W 2025 r. w wodociąg wyposażonych było 99,9% mieszkań gospodarstw domowych wyłącznie z osobami starszymi. Łazienkę, ustęp spłukiwany oraz bieżącą ciepłą wodę posiadało około 99% z nich. Gaz z sieci miało doprowadzone do mieszkań 64,6% analizowanych gospodarstw, natomiast 23,5% korzystało z gazu z butli. Z ogrzewania centralnego (z elektrociepłowni, kotłowni osiedlowej lub lokalnego) korzystało 85,8% gospodarstw osób starszych, a 13,6% użytkowało piece. Piece były najczęściej użytkowane wśród jednoosobowych gospodarstw seniorów mieszkających na wsi – tam ten odsetek wyniósł aż 25,6%.

Dane za 2025 r. wskazują, że zdecydowana większość gospodarstw domowych, niezależnie od obecności osób w wieku 60 lat i więcej, pozytywnie ocenia warunki mieszkaniowe. Ponad 96% gospodarstw uznaje, że mieszkanie posiada odpowiednie warunki techniczno-sanitarne, a niemal wszyscy respondenci deklarują, że jest ono wystarczająco ciepłe zimą i chłodne latem. Większość gospodarstw posiada również balkon, taras lub ogródek.

Tabela 5 Subiektywna opinia na temat użytkowanego przez gospodarstwo domowe mieszkania według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w 2025 r.

| Wyszczególnienie                                                                               | Gospodarstwa domowe                       |                                                         |                                                |               |                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                | bez osób<br>w wieku<br>60 lat<br>i więcej | z przynajmniej<br>1 osobą<br>w wieku 60 lat<br>i więcej | wyłącznie z osobami w wieku 60<br>lat i więcej |               |                                                                      |
|                                                                                                |                                           |                                                         | razem                                          | w tym         |                                                                      |
|                                                                                                |                                           |                                                         |                                                | 1-<br>osobowe | 2-<br>osobowe<br>(obydwie<br>osoby<br>w wieku<br>60 lat<br>i więcej) |
|                                                                                                |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| w % danej grupy gospodarstw                                                                    |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| OGÓŁEM                                                                                         |                                           |                                                         |                                                |               |                                                                      |
| Posiada odpowiednie warunki techniczno-sanitarne                                               | 97,4                                      | 96,3                                                    | 96,2                                           | 95,0          | 97,6                                                                 |
| Jest położone w hałaśliwym lub zanieczyszczonym otoczeniu                                      | 7,6                                       | 7,0                                                     | 7,0                                            | 7,1           | 6,7                                                                  |
| Jest położone w rejonie szczególnie zagrożonym przestępczością, przemocą, wandalizmem          | 1,7                                       | 1,5                                                     | 1,6                                            | 1,9           | 1,1                                                                  |
| Jest położone w rejonie o złej infrastrukturze                                                 | 3,4                                       | 3,8                                                     | 3,2                                            | 3,0           | 3,4                                                                  |
| Jest położone w rejonie o szczególnych zaletach                                                | 8,4                                       | 6,2                                                     | 7,0                                            | 7,4           | 6,7                                                                  |
| Posiada balkon (taras), ogródek                                                                | 83,4                                      | 84,4                                                    | 80,4                                           | 75,5          | 86,4                                                                 |
| Jest wystarczająco ciepłe w zimie                                                              | 98,0                                      | 97,6                                                    | 97,3                                           | 96,1          | 98,7                                                                 |
| Jest wystarczająco chłodne w lecie                                                             | 96,5                                      | 96,9                                                    | 96,4                                           | 95,3          | 97,8                                                                 |
| Znajduje się w budynku posiadającym bariery architektoniczne utrudniające dostęp do mieszkania | 22,0                                      | 25,1                                                    | 27,8                                           | 28,7          | 26,4                                                                 |

Źródło: Badanie budżetów gospodarstw domowych, GUS

UWAGA: Dane za 2025 r. zostały uogólnione w oparciu o wyniki Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021, uwzględniając dodatkowo strukturę ludności według wieku i płci.

Jednocześnie gospodarstwa, w których mieszkają wyłącznie osoby w wieku 60 lat i więcej, częściej niż pozostałe wskazują na występowanie barier architektonicznych utrudniających dostęp do mieszkania (27,8% wobec 22,0% w gospodarstwach bez osób starszych). Pozostałe niedogodności, takie jak hałaśliwe otoczenie, zła infrastruktura czy zagrożenie przestępczością, są zgłaszane przez niewielki odsetek badanych i nie różnią się znacząco pomiędzy analizowanymi grupami gospodarstw.

Analiza sytuacji mieszkaniowej gospodarstw domowych osób starszych wskazuje, że choć większość seniorów dobrze ocenia warunki swoich mieszkań, konieczne jest dalsze rozwijanie działań wspierających dostosowanie zasobów mieszkaniowych do potrzeb starzejącego się społeczeństwa. Wraz z wiekiem pogarszający się stan zdrowia oraz zmniejszająca się sprawność fizyczna mogą ograniczać samodzielne funkcjonowanie, dlatego istotne jest tworzenie mieszkań i otoczenia sprzyjających niezależności osób starszych.

Istotnym zagadnieniem pozostaje likwidacja barier architektonicznych zarówno w budynkach mieszkalnych, jak i w przestrzeni publicznej. Dotyczy to przede wszystkim poprawy dostępności budynków wielorodzinnych, zwłaszcza pozbawionych wind, w których mieszkają osoby o ograniczonej mobilności. Brak odpowiednich udogodnień może zwiększać ryzyko izolacji

społecznej, utrudniać korzystanie z opieki zdrowotnej oraz ograniczać udział seniorów w życiu społecznym.

Szczególnego uwzględnienia wymaga również sytuacja osób starszych zamieszkujących obszary wiejskie, gdzie ograniczona dostępność transportu, większe odległości do placówek ochrony zdrowia i usług społecznych mogą utrudniać dostęp do niezbędnych usług.

### 3. Sytuacja rodzinna

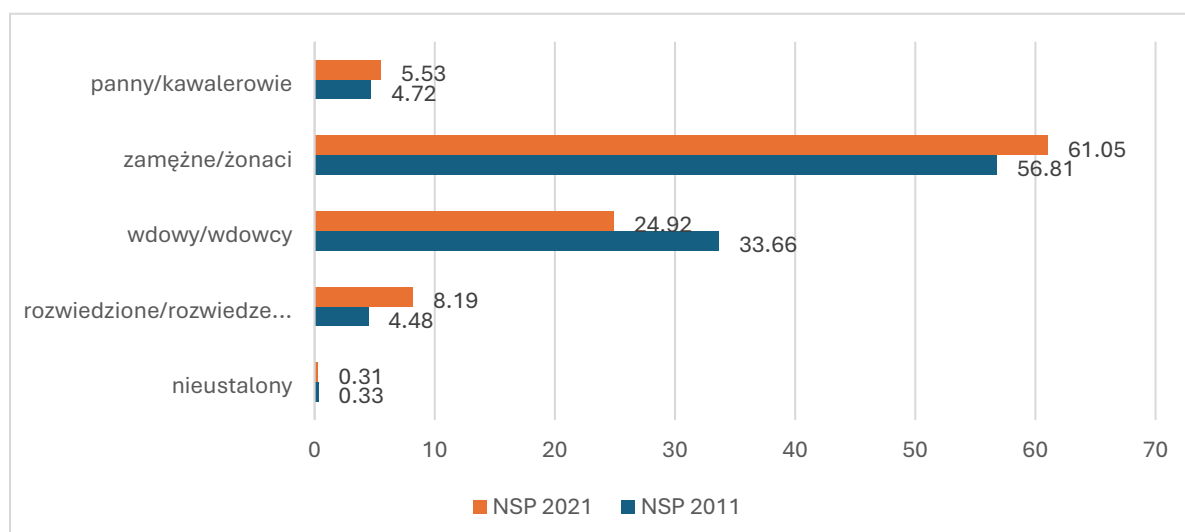
#### Stan cywilny osób starszych<sup>23)</sup>

Na podstawie danych porównawczych z Narodowego Spisu Powszechnego 2011 i 2021 można zauważyć, że spadek udziału wdów i wdowców w populacji Polski był znaczący. Różnica wynosi prawie 9 p. proc. (około 140 tys. osób). Prawdopodobnie jest to konsekwencją poprawy stanu zdrowia, dostępu do diagnostyki i długości życia osób starszych, w szczególności mężczyzn. Choć różnica między przeciętnym trwaniem życia kobiet i mężczyzn nadal jest znacząca to z biegiem lat się zmniejsza.

Dostrzegany jest także dwukrotny wzrost liczby osób rozwiedzionych w wieku 60 lat i więcej. W 2011 r. osoby te stanowiły 4,5%, a w 2021 r. ponad 8%. Jednocześnie wzrósł udział osób żonatych zameżnych o ponad 4 p. proc. (około 1,6 mln).

Na przestrzeni lat nieznaczny wzrost odnotowano w liczbie kawalerów i panien w wieku 60 lat i więcej, co może być efektem opóźniania decyzji o małżeństwie lub pozostawania w stanie wolnym do późniejszego wieku.

Wykres 18 Ludność w wieku 60 lat i więcej według stanu cywilnego (w %)



Źródło: dane z Głównego Urzędu Statystycznego

### 4. Usługi społeczne

System pomocy społecznej oferuje szereg różnorodnych form wsparcia. Skierowany jest do osób, które z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności wymagają opieki w codziennym życiu. Wsparcie dla osób starszych dotyczy szczególnie osób samotnych, w trudnej sytuacji finansowej, ale również tych, którzy z różnych przyczyn nie mogą liczyć na najbliższych. Pomoc ta może być

<sup>23)</sup> dane z Głównego Urzędu Statystycznego

udzielana w miejscu zamieszkania, podczas dziennego pobytu w ośrodkach wsparcia albo pobytu w placówce całodobowej.

W 2025 r. rzeczywista liczba rodzin objętych pomocą społeczną, w tym wyłącznie w postaci pracy socjalnej wyniosła 863,5 tys., w tym na wsi 334,3 tys.

W 2025 r. pomocą społeczną objęto 203,3 tys. rodzin emerytów i rencistów, w tym 67 tys. rodzin na wsi. Należy zwrócić uwagę, że prawie 75% rodzin składających się z emerytów i rencistów prowadziła gospodarstwa jednoosobowe.

## WSPARCIE ŚRODOWISKOWE

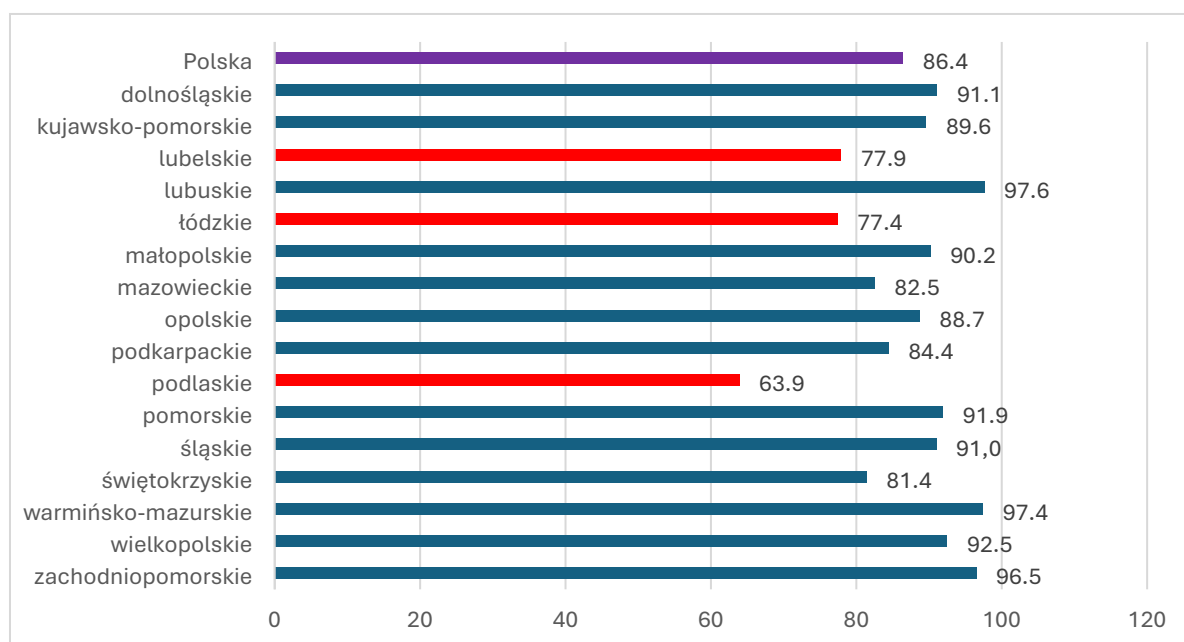
### Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania

Usługi opiekuńcze świadczone w miejscu zamieszkania, przysługują osobie, która jest samotna i z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn, wymaga pomocy innych osób, a jest jej pozbawiona. Usługi mogą zostać przyznane również osobie, która wymaga pomocy innych osób, a rodzina, a także wspólnie niezamieszkujący małżonek, wstępni i zstępni nie mogą jej takiej pomocy zapewnić.

Usługi te obejmują pomoc w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, opiekę higieniczną, zaleconą przez lekarza pielęgnację oraz w miarę możliwości, zapewnienie kontaktów z otoczeniem.

- liczba osób, w tym osób starszych, którym przyznano w drodze decyzji usługi opiekuńcze ogółem w ramach zadań własnych gminy<sup>24)</sup> – 107 108.

*Wykres 19 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których realizowane są usługi opiekuńcze ogółem (w tym specjalistyczne, sąsiedzkie) w %*



Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – sprawozdanie MRiPS-03R za 2025 r.

### Usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania w formie usług sąsiedzkich

Są to usługi opiekuńcze świadczone w miejscu zamieszkania, przyznane w formie usług sąsiedzkich. Jest to zatem jedna z form (nieobligatoryjna) świadczenia usług opiekuńczych.

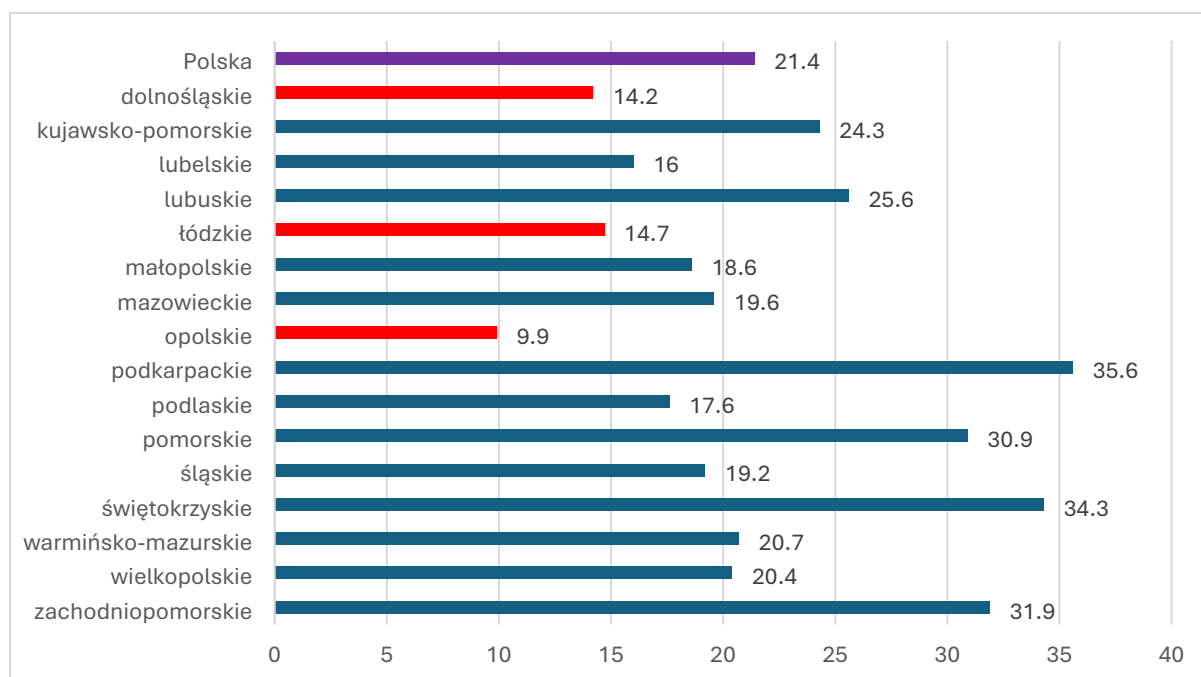
<sup>24)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-03 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

Usługi te obejmują pomoc w zaspokajaniu podstawowych potrzeb życiowych, podstawową opiekę higieniczno-pielęgniarską, przez którą należy rozumieć formy wsparcia niewymagające specjalistycznej wiedzy i kompetencji oraz w miarę potrzeb i możliwości, zapewnienie kontaktów z otoczeniem.

Usługi te mogą być świadczone przez osobę pełnoletnią, która spełnia wymagania określone w ustawie<sup>25)</sup>.

- liczba osób, w tym osób starszych, którym przyznano w drodze decyzji tego rodzaju usługi<sup>26)</sup> – 4 882.

Wykres 20 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których realizowane są usługi sąsiedzkie (z usług opiekuńczych ogółem) w %



Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – sprawozdanie MRiPS-03R za 2025 r.

### **Specjalistyczne usługi opiekuńcze świadczone w miejscu zamieszkania**

Specjalistyczne usługi opiekuńcze świadczone w miejscu zamieszkania przysługują osobie, która jest samotna i z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymaga pomocy innych osób, a jest jej pozbawiona. Mogą być przyznane również osobie, która wymaga pomocy innych osób, a rodzina, a także wspólnie niezamieszkujący małżonek, wstępni, zstępni nie mogą takiej pomocy zapewnić. Specjalistyczne usługi opiekuńcze są dostosowane do szczególnych potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności i świadczone są przez osoby ze specjalistycznym przygotowaniem zawodowym.

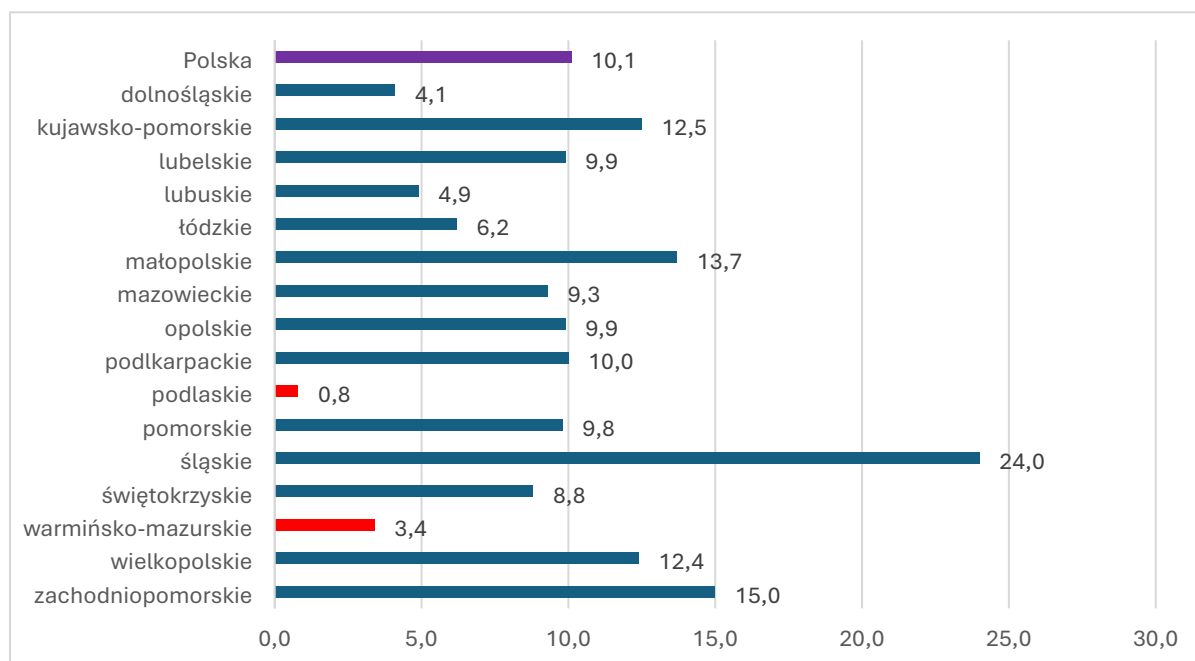
- liczba osób, w tym osób starszych, którym przyznano w drodze decyzji tego rodzaju usługi<sup>27)</sup> – 5 524.

<sup>25)</sup> ustawa o pomocy społecznej.

<sup>26)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-03 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>27)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-03 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

Wykres 21 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których realizowane są specjalistyczne usługi opiekuńcze (z usług opiekuńczych ogółem) w %



Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – sprawozdanie MRiPS-03R za 2025 r.

### **Specjalistyczne usługi dla osób z zaburzeniami psychicznymi**

Specjalistyczne usługi dla osób z zaburzeniami psychicznymi są świadczeniem należącym do zadań zleconych z zakresu administracji rządowej i realizowane są ze środków budżetu państwa dla szczególnej grupy osób wykazujących zaburzenia psychiczne.

- liczba osób, w tym osób starszych, którym przyznano w drodze decyzji tego rodzaju usługi<sup>28)</sup> – 13 766.

### **Usługi świadczone w ośrodkach wsparcia**

Osobom, które ze względu na wiek, chorobę lub niepełnosprawność wymagają częściowej opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych, mogą być przyznane usługi opiekuńcze, specjalistyczne usługi opiekuńcze lub posiłek, świadczone w ośrodku wsparcia.

Ośrodek wsparcia jest jednostką organizacyjną pomocy społecznej dziennego pobytu. W ośrodku wsparcia mogą być prowadzone miejsca całodobowe okresowego pobytu.

Ośrodkiem wsparcia może być ośrodek wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi, dzienny dom pomocy, schronisko dla osób bezdomnych z usługami opiekuńczymi oraz klub samopomocy.

- liczba ośrodków<sup>29)</sup> – 2 782
- liczba miejsc<sup>30)</sup> – 92 361
- liczba osób, w tym osób starszych, które skorzystały z tego rodzaju usług<sup>31)</sup> – 112 487.

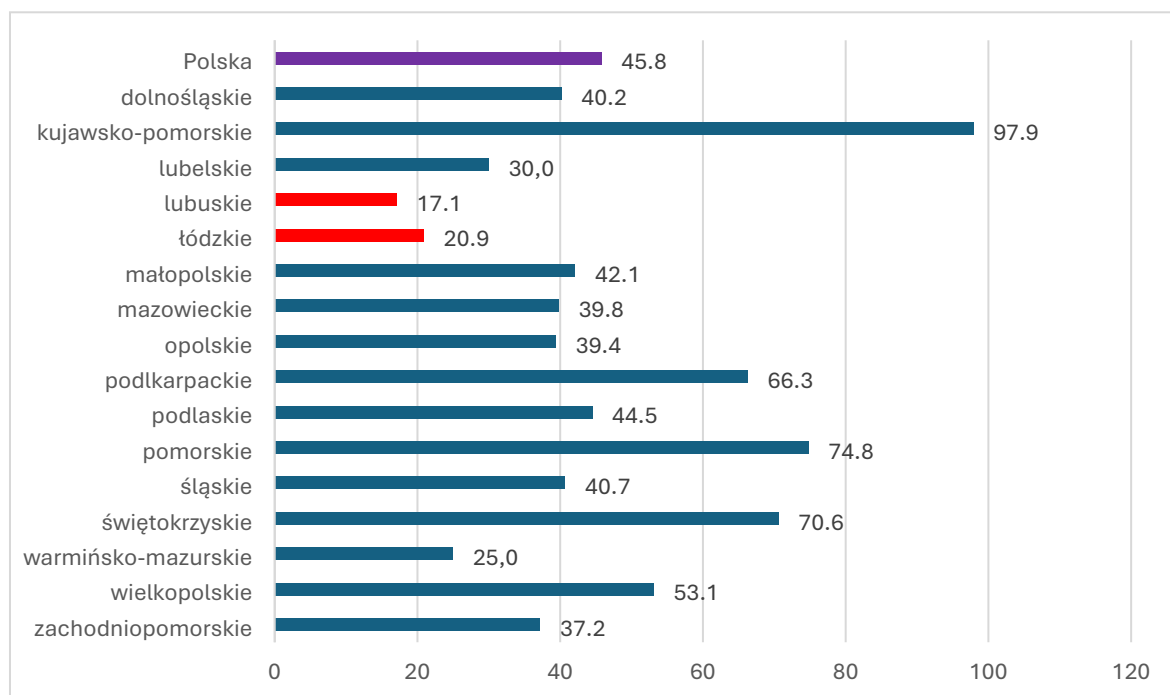
<sup>28)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-03 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>29)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>30)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>31)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

Wykres 22 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których realizowane są specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi w %



Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – sprawozdanie MRiPS-03R za 2025 r.

### **Mieszkania treningowe i wspomagane**

Mieszkania treningowe i wspomagane<sup>32)</sup> są formą przygotowującą, przy wsparciu specjalistów, osoby w nich przebywające do prowadzenia niezależnego życia lub wspierające te osoby w codziennym funkcjonowaniu.

Pobyt w mieszkaniu treningowym lub wspomaganim przysługuje osobom pełnoletnim, które ze względu na trudną sytuację życiową, wiek, niepełnosprawność lub chorobę potrzebują pomocy w funkcjonowaniu w codziennym życiu, ale nie wymagają usług w zakresie świadczonego przez jednostkę całodobowej opieki.

Każde mieszkanie treningowe i wspomagane musi spełniać minimalne standardy określone w rozporządzeniu<sup>33)</sup>.

- liczba ośrodków<sup>34)</sup> – 2 333
  - liczba miejsc<sup>35)</sup> – 5 990
- liczba osób, w tym osób starszych, które skorzystały z tego rodzaju usług<sup>36)</sup> – 5 553.

<sup>32)</sup> zgodnie z art. 53 ust. 2 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej.

<sup>33)</sup> Rozporządzenie Ministra Rodziny i Polityki Społecznej z dnia 30 października 2023 r. (Dz. U. 2023 r. poz. 2354) w sprawie mieszkań treningowych i wspomaganych.

<sup>34)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>35)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>36)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

Tabela 6 Mieszkania treningowe i wspomagane w 2025 r.

| Województwo         | liczba jednostek | liczba miejsc | liczba osób korzystających |
|---------------------|------------------|---------------|----------------------------|
| dolnośląskie        | 235              | 554           | 413                        |
| kujawsko-pomorskie  | 136              | 310           | 288                        |
| lubelskie           | 114              | 388           | 289                        |
| lubuskie            | 73               | 142           | 112                        |
| łódzkie             | 131              | 337           | 343                        |
| małopolskie         | 145              | 482           | 414                        |
| mazowieckie         | 94               | 297           | 276                        |
| opolskie            | 95               | 155           | 165                        |
| podkarpackie        | 65               | 162           | 107                        |
| podlaskie           | 37               | 108           | 66                         |
| pomorskie           | 171              | 515           | 603                        |
| śląskie             | 274              | 845           | 874                        |
| świętokrzyskie      | 331              | 419           | 407                        |
| warmińsko-mazurskie | 102              | 266           | 158                        |
| wielkopolskie       | 210              | 608           | 640                        |
| zachodniopomorskie  | 120              | 402           | 398                        |
| <b>RAZEM</b>        | <b>2333</b>      | <b>5990</b>   | <b>5553</b>                |

Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – sprawozdanie MRiPS-06 za I–XII 2025 r.

### Usługi wsparcia krótkoterminowego realizowane w domach pomocy społecznej

To usługi świadczone przez dom pomocy społecznej w formie pobytu całodobowego lub w formie dziennej osobom pełnoletnim wymagającym wsparcia z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, niebędącym mieszkańcami domu.

Usługi wsparcia krótkoterminowego mogą być przyznane osobie, która wymaga doraźnej pomocy w formie pobytu całodobowego lub w formie dziennej, ze względu na czasowe ograniczenie możliwości zapewnienia właściwego wsparcia w miejscu zamieszkania przez osoby na co dzień sprawujące opiekę nad tą osobą.

Usługi wsparcia krótkoterminowego w domach pomocy społecznej<sup>37)</sup>:

- liczba jednostek – 43
- liczba miejsc – 196
- liczba osób korzystających – 537<sup>38)</sup>.

### **INSTYTUCJONALNA POMOC CAŁODOBOWA**

Instytucjonalna pomoc całodobowa obejmuje całodobową opiekę i wsparcie dla osób będących w trudnej sytuacji życiowej. Dzięki tej formie pomocy możliwe jest zapewnienie godnych warunków życia, w tym bezpiecznych i komfortowych warunków pobytu oraz stałego monitorowania jej stanu zdrowia psychofizycznego.

<sup>37)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-03 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>38)</sup> Zgodnie z objaśnieniami: Należy wykazać liczbę osób korzystających z usługi wsparcia krótkoterminowego w ciągu całego roku sprawozdawczego (od 1 I 2025 do 31 XII 2025). Każdą osobę należy wykazać tylko jeden raz, nawet jeśli wielokrotnie skorzystała w ciągu roku z usług.

## Domy Pomocy Społecznej

Dom pomocy społecznej świadczy usługi bytowe, opiekuńcze, wspomagające i edukacyjne na poziomie obowiązującego standardu, w zakresie i formach wynikających z indywidualnych potrzeb osób, które w nim przebywają. Możliwość pobytu w domu pomocy społecznej przysługuje osobie, która wymaga całodobowej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, nie może samodzielnie funkcjonować w codziennym życiu oraz której nie można zapewnić niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych.

- liczba jednostek<sup>39)</sup> – 823
- liczba osób, w tym osób starszych, które skorzystały z tego rodzaju usług<sup>40)</sup> – 78 697 mieszkańców, w tym 49 775 osób w wieku 60 lat i więcej.

Tabela 7 Domy Pomocy Społecznej w 2025 r.

| Domy Pomocy Społecznej<br>w podziale na typy i sposoby ich łączenia <sup>41)</sup>                           | ogółem liczba |                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------------|
|                                                                                                              | jednostek     | Mieszkańców<br>urodzonych<br>w latach 1916–<br>1964 |
| <b>OGÓŁEM</b>                                                                                                | <b>823</b>    | <b>49 775</b>                                       |
| z tego dla:                                                                                                  |               |                                                     |
| 1) osób w podeszłym wieku                                                                                    | 80            | 4 929                                               |
| 2) osób przewlekłe somatycznie chorych                                                                       | 140           | 11 184                                              |
| 3) osób przewlekłe psychicznie chorych                                                                       | 176           | 11 304                                              |
| 4) dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie                                                                | 109           | 3 315                                               |
| 5) dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie                                                       | 35            | 184                                                 |
| 6) osób niepełnosprawnych fizycznie                                                                          | 6             | 304                                                 |
| 7) osób uzależnionych od alkoholu                                                                            | 1             | 25                                                  |
| 8) osób w podeszłym wieku oraz osób przewlekłe somatycznie chorych                                           | 125           | 9 112                                               |
| 9) osób przewlekłe somatycznie chorych oraz osób niepełnosprawnych fizycznie                                 | 12            | 1 169                                               |
| 10) osób w podeszłym wieku oraz osób niepełnosprawnych fizycznie                                             | 22            | 1 487                                               |
| 11) osób dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie oraz dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie | 67            | 1 078                                               |
| 12) inne, zgodnie z art. 56a, ust. 2 i 3 ustawy <sup>42)</sup>                                               | 50            | 5 684                                               |

Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

## Rodzinne Domy Pomocy

Usługi opiekuńcze i bytowe w rodzinnym domu pomocy świadczone są całodobowo przez osobę fizyczną lub podmiot uprawniony (o jakim mowa w art. 25 ustawy o pomocy społecznej). W domu takim może mieszkać od trzech do ośmiu osób wymagających wsparcia w tej formie.

<sup>39)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>40)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>41)</sup> zgodnie z art. 56 i 56a ustawy o pomocy społecznej.

<sup>42)</sup> Ustawy z dnia 12 marca 2025 r. o pomocy społecznej.

Z usług tych może skorzystać osoba, która spełnia łącznie następujące warunki: z powodu wieku lub niepełnosprawności wymaga pomocy innych osób, nie można zapewnić jej usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania.

- liczba ośrodków<sup>43)</sup> – 56 ogółem
- liczba miejsc, w tym dla osób starszych<sup>44)</sup> – 423 ogółem
- liczba osób, w tym osób starszych, które skorzystały z tego rodzaju usług<sup>45)</sup> – 442 ogółem.

Tabela 8 Rodzinne Domy Pomocy w 2025 r.

| Województwo         | Inny podmiot prowadzący na zlecenie gminy |               |                            |
|---------------------|-------------------------------------------|---------------|----------------------------|
|                     | liczba jednostek                          | liczba miejsc | liczba osób korzystających |
| dolnośląskie        | 3                                         | 22            | 15                         |
| kujawsko-pomorskie  | 3                                         | 24            | 23                         |
| lubelskie           | 4                                         | 32            | 32                         |
| lubuskie            | 1                                         | 3             | 3                          |
| łódzkie             | 1                                         | 4             | 4                          |
| małopolskie         | 1                                         | 8             | 8                          |
| mazowieckie         | 0                                         | 0             | 0                          |
| opolskie            | 0                                         | 0             | 0                          |
| podkarpackie        | 1                                         | 8             | 8                          |
| podlaskie           | 7                                         | 56            | 54                         |
| pomorskie           | 4                                         | 32            | 38                         |
| śląskie             | 1                                         | 8             | 9                          |
| świętokrzyskie      | 10                                        | 79            | 93                         |
| warmińsko-mazurskie | 14                                        | 101           | 107                        |
| wielkopolskie       | 5                                         | 38            | 40                         |
| zachodniopomorskie  | 1                                         | 8             | 8                          |
| <b>RAZEM</b>        | <b>56</b>                                 | <b>423</b>    | <b>442</b>                 |

Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – sprawozdanie MRiPS-06 za I-XII 2025 r.

#### **Placówki zapewniające całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku**

Działalność gospodarcza w zakresie prowadzenia placówki zapewniającej całodobową opiekę osobom z niepełnosprawnościami, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku może być prowadzona po uzyskaniu zezwolenia wojewody<sup>46)</sup>.

Wojewoda wydaje zezwolenie, jeżeli podmiot o nie występujący: spełnia warunki określone w ustawie o pomocy społecznej, spełnia standardy, o których mowa w ustawie<sup>47)</sup>. Standardy te określają zakres usług opiekuńczych i bytowych świadczonych w placówce, wymogi dotyczące budynku, w którym jest ona usytuowana, oraz pomieszczeń znajdujących się w tym budynku. Opieka w placówce zapewniającej całodobową opiekę osobom z niepełnosprawnościami, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku polega na świadczeniu przez całą dobę usług:

##### **1. opiekuńczych zapewniających:**

- udzielanie pomocy w podstawowych czynnościach życiowych,

<sup>43)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>44)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>45)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>46)</sup> zgodnie z art. 67 ust. 1 ustawy o pomocy społecznej

<sup>47)</sup> art. 68 ustawy o pomocy społecznej

- pielęgnację, w tym pielęgnację w czasie choroby,
- opiekę higieniczną,
- niezbędną pomoc w załatwianiu spraw osobistych,
- kontakty z otoczeniem;

2. bytowych zapewniających:

- miejsce pobytu,
- wyżywienie,
- utrzymanie czystości.

Sposób świadczenia usług powinien uwzględniać stan zdrowia, sprawność fizyczną i intelektualną oraz indywidualne potrzeby i możliwości osoby przebywającej w placówce, a także prawa człowieka, w tym w szczególności prawo do godności, wolności, intymności i poczucia bezpieczeństwa.

- liczba ośrodków<sup>48)</sup> – 772
- liczba miejsc, w tym dla osób starszych<sup>49)</sup> – 32 029
- liczba osób, w tym osób starszych, które skorzystały z tego rodzaju usług<sup>50)</sup> – 27 514 (w tym prowadzone w ramach działalności gospodarczej 23 850, statutowej 3 664), brak danych w zakresie osób starszych.

Tabela 9 Placówki zapewniające całodobową opiekę w 2025 r.

| Województwo         | Ogółem liczba |               |               |
|---------------------|---------------|---------------|---------------|
|                     | Placówek      | Miejsc        | Mieszkańców   |
| dolnośląskie        | 67            | 2 743         | 2 336         |
| kujawsko-pomorskie  | 32            | 1 095         | 761           |
| lubelskie           | 20            | 686           | 609           |
| lubuskie            | 15            | 447           | 378           |
| łódzkie             | 36            | 1 381         | 1 174         |
| małopolskie         | 57            | 2 569         | 2 284         |
| mazowieckie         | 160           | 7 402         | 6 262         |
| opolskie            | 34            | 1 364         | 1 244         |
| podkarpackie        | 19            | 844           | 675           |
| podlaskie           | 27            | 1 128         | 888           |
| pomorskie           | 91            | 3 186         | 2 843         |
| śląskie             | 94            | 4 264         | 3 784         |
| świętokrzyskie      | 21            | 975           | 823           |
| warmińsko-mazurskie | 23            | 852           | 713           |
| wielkopolskie       | 49            | 1 879         | 1 665         |
| zachodniopomorskie  | 27            | 1 214         | 1 075         |
| <b>RAZEM</b>        | <b>772</b>    | <b>32 029</b> | <b>27 514</b> |

Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej – sprawozdanie MRiPS-05 za 2025 r.

## KADRA POMOCY SPOŁECZNEJ

- liczba pracowników socjalnych (zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025) – 22 135 osób,
- liczba pracowników wykonujących usługi opiekuńcze<sup>51)</sup> – zatrudnieni w OPS – 6 013, w CUS – 714.

<sup>48)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12. 2025 r.

<sup>49)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12. 2025 r.

<sup>50)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12. 2025 r.

<sup>51)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

#### Kadra pomocy społecznej w domach pomocy społecznej (etatowi) wg stanu na 31.12.2025<sup>52)</sup>

- liczba pracowników socjalnych – 1 962,
- liczba pielęgniarek – 3 877,
- liczba opiekunów i opiekunów medycznych – 21 781,
- liczba terapeutów – 2 563,
- liczba fizjoterapeutów – 1 045 osób.

#### Kadra pomocy społecznej w środowiskowych domach samopomocy (etatowi) wg stanu na 31.12.2025<sup>53)</sup>

- liczba pracowników socjalnych – 361,
- liczba pielęgniarek – 156,
- liczba instruktorów terapii zajęciowej – 2 323.

## 5. Sytuacja na rynku pracy

W 2025 r. ludność aktywna zawodowo w wieku 60–89 lat liczyła 1 474 tys. osób, tj. o 2,5% więcej niż rok wcześniej<sup>54</sup>. Wśród nich 98,4% to osoby pracujące. Osoby aktywne zawodowo w wieku 60–89 lat, podobnie jak w roku poprzednim, stanowiły 8,3% ogółu aktywnych zawodowo osób w wieku 15–89 lat. Wśród aktywnych zawodowo seniorów przeważają mężczyźni, których odsetek w 2025 r., w analizowanej grupie wieku, wyniósł 64,4%.

W 2025 r. współczynnik aktywności zawodowej w grupie wieku 60–89 lat wyniósł 15,5%, co oznacza wzrost w porównaniu z rokiem poprzednim, kiedy to wynosił 15,2%. Wskaźnik zatrudnienia ukształtował się w 2025 r. na poziomie 15,3% (wobec 15,0% rok wcześniej).

Tabela 10 Aktywność ekonomiczna ludności w wieku 15–89 lat według płci i miejsca zamieszkania w 2025 r.

| Wyszczególnienie                                                                                                 | Ogółem | Mężczyźni | Kobiety | Miasto | Wieś   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|---------|--------|--------|
| <b>LUДНОŚĆ w tys.</b>                                                                                            | 30 365 | 14 568    | 15 796  | 18 283 | 12 081 |
| w tym osoby w wieku 60–89 lat                                                                                    | 9 498  | 4 034     | 5 463   | 6 040  | 3 458  |
| <b>Aktywni zawodowo – razem (w tysiącach). Dane średnioroczne.</b>                                               |        |           |         |        |        |
| Ogółem                                                                                                           | 17 799 | 9 556     | 8 242   | 10 777 | 7 022  |
| w tym osoby w wieku 60–89 lat                                                                                    | 1 474  | 949       | 525     | 943    | 531    |
| <b>Aktywni zawodowo – pracujący (w tysiącach). Dane średnioroczne.</b>                                           |        |           |         |        |        |
| Ogółem                                                                                                           | 17 241 | 9 280     | 7 961   | 10 457 | 6 784  |
| w tym osoby w wieku 60–89 lat                                                                                    | 1 450  | 929       | 521     | 928    | 522    |
| <b>Bierni zawodowo (w tysiącach). Dane średnioroczne.</b>                                                        |        |           |         |        |        |
| Ogółem                                                                                                           | 12 566 | 5 012     | 7 554   | 7 506  | 5 059  |
| w tym osoby w wieku 60–89 lat                                                                                    | 8 024  | 3 085     | 4 939   | 5 098  | 2 927  |
| <b>Współczynnik aktywności zawodowej – w %. Dane średnioroczne.</b>                                              |        |           |         |        |        |
| Ogółem                                                                                                           | 58,6   | 65,6      | 52,2    | 58,9   | 58,1   |
| w tym osoby w wieku 60–89 lat                                                                                    | 15,5   | 23,5      | 9,6     | 15,6   | 15,4   |
| <b>Wskaźnik zatrudnienia – w %. Dane średnioroczne.</b>                                                          |        |           |         |        |        |
| Ogółem                                                                                                           | 56,8   | 63,7      | 50,4    | 57,2   | 56,2   |
| w tym osoby w wieku 60–89 lat                                                                                    | 15,3   | 23,0      | 9,6     | 15,4   | 15,1   |
| <b>Bierni zawodowo w wieku 60–74 lata według wybranych przyczyn bierności (w tysiącach). Dane średnioroczne.</b> |        |           |         |        |        |
| Ogółem                                                                                                           | 5 306  | 2 068     | 3 239   | 3 256  | 2 050  |
| w tym:                                                                                                           |        |           |         |        |        |

<sup>52)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>53)</sup> zgodnie ze sprawozdaniem MRiPS-06 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12.2025 r.

<sup>54)</sup> Badanie Aktywności Ekonomicznej Ludności

|                                                                                        |       |       |       |       |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| osoby nieposzukujące pracy – razem                                                     | 5 305 | 2 067 | 3 238 | 3 255 | 2 050 |
| osoby nieposzukujące pracy – emerytura                                                 | 4 867 | 1 788 | 3 079 | 3 020 | 1 847 |
| osoby nieposzukujące pracy – choroba, niepełnosprawność                                | 290   | 219   | 71    | 150   | 140   |
| <b>Bezrobotni zarejestrowani w urzędach pracy (w tysiącach). Stan w końcu grudnia.</b> |       |       |       |       |       |
| Ogółem                                                                                 | 887,9 | 447,6 | 440,2 | 496,0 | 391,9 |
| w tym osoby w wieku 60 lat i więcej                                                    | 50,4  | 50,1  | 0,3   | 29,0  | 21,4  |

Z uwagi na reprezentacyjny charakter badania (BAEL), zalecana jest szczególna ostrożność w posługiwaniu się danymi w tych przypadkach, gdy zastosowano bardziej szczegółowe podziały i występują liczby niskiego rzędu, mniejsze niż 20 tys.

W związku z wdrożeniem w Badaniu Aktywności Ekonomicznej Ludności zmian metodologicznych, dane BAEL od 2021 r. nie mogą być porównywane z poprzednimi okresami.

Źródło: Badanie Aktywności Ekonomicznej Ludności (BAEL); dane dot. bezrobotnych – dane MRPiPS.

Liczba osób biernych zawodowo w wieku 60–89 lat wyniosła 8024 tys. i wzrosła o 0,2% w stosunku do roku poprzedniego. Bierni zawodowo stanowili 84,5% osób w analizowanej grupie wieku.

Główną przyczyną bierności zawodowej wśród osób w wieku 60–74 lata było pobieranie emerytury, którą w 2025 r. wskazało 91,7% biernych zawodowo osób w analizowanej grupie wieku. Drugą istotną przyczyną bierności była choroba lub niepełnosprawność, wskazana przez 5,5% biernych zawodowo w wieku 60–74 lata.

W końcu grudnia 2025 r. wśród bezrobotnych zarejestrowanych w urzędach pracy 50,4 tys. osób (tj. 5,7% ogółu) było w wieku 60 lat i więcej. W stosunku do 2024 r. liczba bezrobotnych seniorów wzrosła o 2,9%.

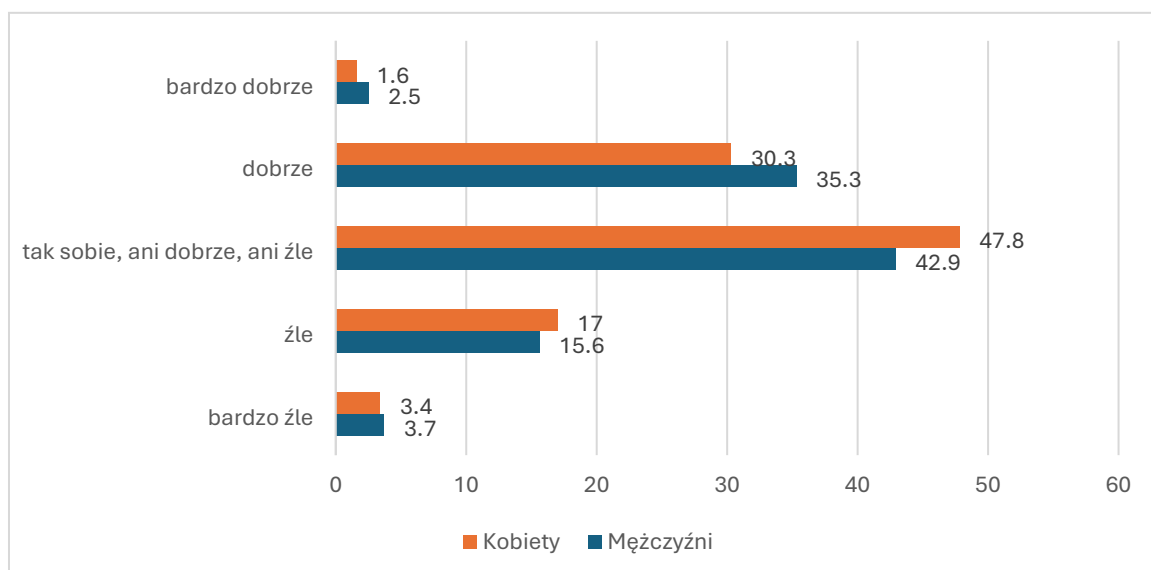
## 6. Stan zdrowia i opieka zdrowotna

### Samoocena stanu zdrowia

Na podstawie wyników Europejskiego Badania Warunków Życia Ludności (EU-SILC) można stwierdzić, że w 2025 r. 34,3% osób w wieku 60 lat i więcej (wobec 33,1% w roku poprzednim) oceniło swoje zdrowie jako „dobre” lub „bardzo dobre”.

Częściej jako „dobre” lub „bardzo dobre” określali swoje zdrowie mężczyźni (37,8%) niż kobiety (31,9%). Z kolei 19,9% osób starszych (19,7% rok wcześniej) uznało, że ich zdrowie jest „złe” lub „bardzo złe”. Częściej stwierdzały tak kobiety niż mężczyźni (20,4% wobec 19,3%).

Wykres 23 Samoocena zdrowia w 2025 r. w podziale na płeć – Jak ocenia Pan/Pani swoje zdrowie? (w %)

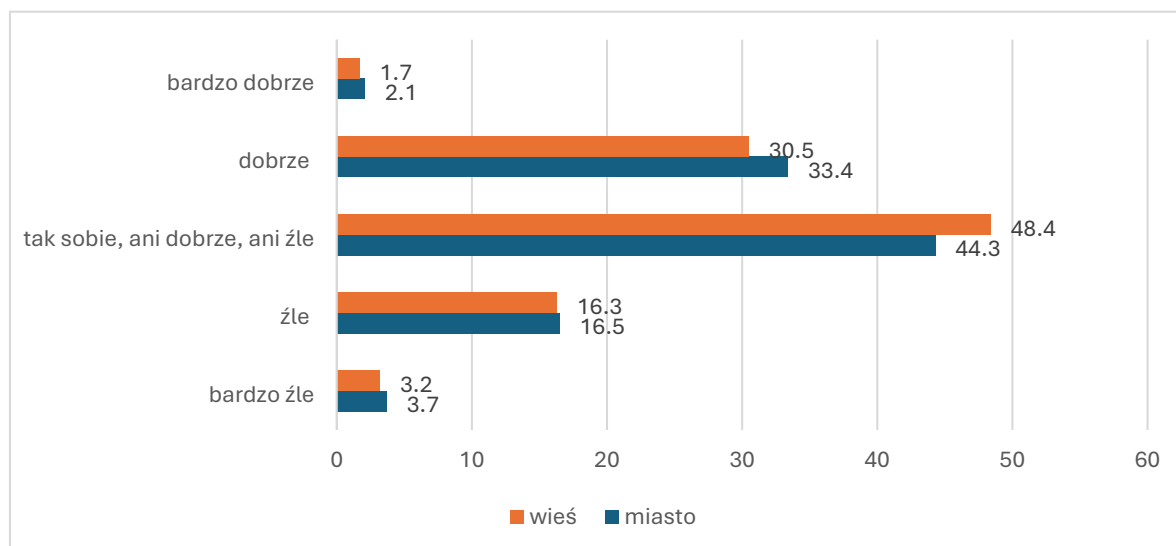


Źródło: Badanie EU-SILC, GUS

Zgodnie z samooceną, „dobrym” lub „bardzo dobrym” zdrowiem częściej cieszyły się osoby starsze mieszkające w miastach (35,5%) niż na wsi (32,2%), „zły” lub „bardzo zły” stan zdrowia wskazał również większy odsetek mieszkańców miast (20,2%) niż wsi (19,5%).

Jednocześnie prawie połowa wszystkich osób w wieku 60 lat i więcej nie określiła swojego zdrowia w sposób jednoznaczny, 45,8% z nich stwierdziło, że ogólnie ocenia swoje zdrowie jako „takie sobie, ani dobre, ani złe”.

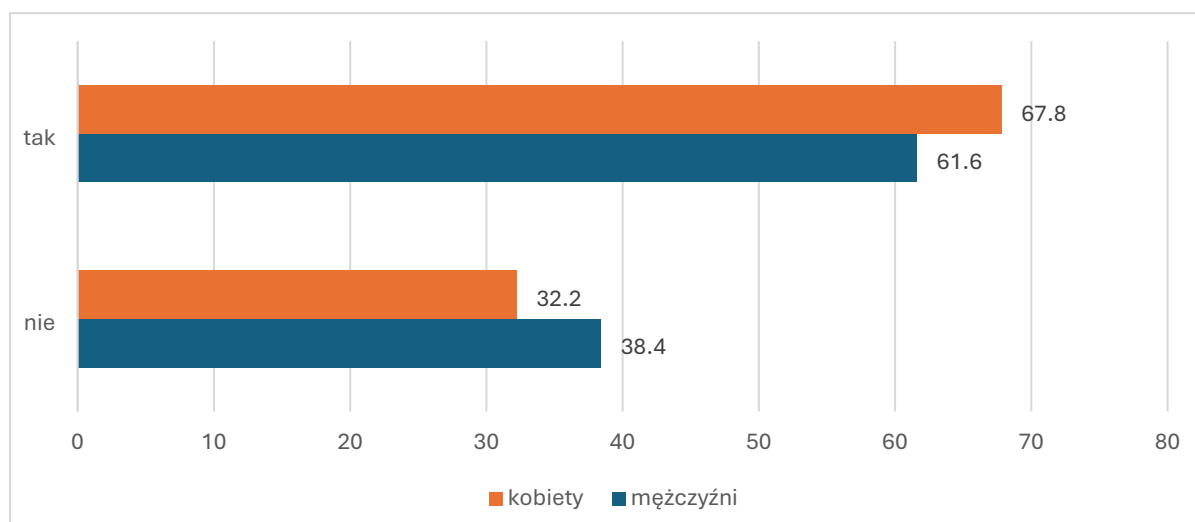
Wykres 24 Samoocena zdrowia w 2025 r. w podziale na miejsce zamieszkania – Jak ocenia Pan/Pani swoje zdrowie? (w %)



Źródło: Badanie EU-SILC, GUS

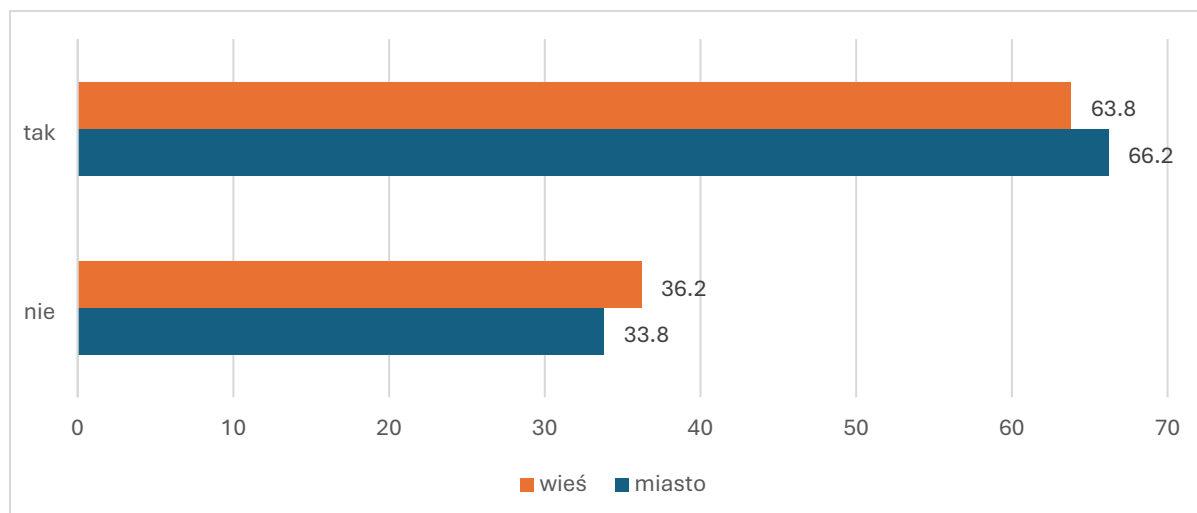
W 2025 r. 65,3% (nieco więcej niż rok wcześniej, tj. o 3,3 p. proc.) osób w wieku 60 lat i więcej wskazało, że ma długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe, które trwały (lub przewidywano, że będą trwały) co najmniej 6 miesięcy. Częściej odpowiadały tak kobiety (67,8%) niż mężczyźni (61,6%). Wyższy udział osób o długotrwałych problemach zdrowotnych lub chorobach przewlekłych odnotowano w miastach (66,2%) niż na wsi (63,8%).

Wykres 25 Długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe w 2025 r. w podziale na płeć- Czy ma Pan/Pani jakieś długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe, trwające (lub przewidywane, że będą trwały) przez 6 miesięcy lub dłużej? (w %)



Źródło: Badanie EU-SILC, GUS

Wykres 26 Długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe w 2025 r. w podziale na m-ce zamieszkania-Czy ma Pan/Pani jakieś długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe, trwające (lub przewidywane, że będą trwały) przez 6 miesięcy lub dłużej? (w %)



Źródło: Badanie EU-SILC, GUS

Poważnie ograniczoną lub ograniczoną, ale niezbyt poważnie zdolność do wykonywania codziennych czynności (trwającą od co najmniej 6 miesięcy) miało w 2025 r. 44,5% osób starszych (wobec 42,0% w roku poprzednim). Odsetek ten był o 4,7 p. proc. wyższy wśród kobiet niż wśród mężczyzn. Wyższy, choć nieznacznie, udział deklarujących ograniczoną zdolność do wykonywania codziennych czynności (w stopniu poważnym lub niezbyt poważnym) odnotowano wśród mieszkańców miast (44,5%) niż wsi (44,4%). Warto jednak zauważyć, że ponad połowa osób w wieku 60 lat i więcej, tj. 55,5% zadeklarowało brak ograniczeń w wykonywaniu czynności, jakie ludzie zwykle wykonują.

Tabela 11 Ograniczona zdolność wykonywania czynności w 2025 r.

| Wyszczególnienie              | Ogółem               | Czy z powodu problemów zdrowotnych miał(a) Pan/Pani ograniczoną zdolność wykonywania czynności, jakie ludzie zwykle wykonują, trwającą co najmniej ostatnie 6 miesięcy? |                      |                                   |                                     |
|-------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
|                               |                      | Tak                                                                                                                                                                     |                      |                                   | Nie                                 |
|                               |                      | Razem                                                                                                                                                                   | Poważnie ograniczoną | Ograniczoną, ale niezbyt poważnie | Nie miałem (-am) żadnych ograniczeń |
|                               | w % osób danej grupy |                                                                                                                                                                         |                      |                                   |                                     |
| Osoby w wieku 60 lat i więcej |                      |                                                                                                                                                                         |                      |                                   |                                     |
| Ogółem                        | 100                  | 44,5                                                                                                                                                                    | 13,2                 | 31,3                              | 55,5                                |
| Mężczyźni                     | 100                  | 41,7                                                                                                                                                                    | 12,4                 | 29,3                              | 58,3                                |
| Kobiety                       | 100                  | 46,4                                                                                                                                                                    | 13,7                 | 32,7                              | 53,6                                |
| Miasta                        | 100                  | 44,5                                                                                                                                                                    | 13,5                 | 31,0                              | 55,5                                |
| Wieś                          | 100                  | 44,4                                                                                                                                                                    | 12,5                 | 31,9                              | 55,6                                |

Źródło: Badanie EU-SILC, GUS

Biorąc pod uwagę 12 miesięcy poprzedzających badanie, rzeczywistą potrzebę leczenia lub badania<sup>55</sup> zadeklarowało 84,5% osób starszych, a 6,8% z nich przyznało, że nie zawsze skorzystało

<sup>55</sup> Dotyczy: konsultacji z lekarzem rodzinnym / pierwszego kontaktu lub specjalistą (wyłączając dentystę i ortodontę); leczenia szpitalnego, rehabilitacji; badania w laboratorium lub pracowni diagnostycznej.

z leczenia lub badania, gdy była taka potrzeba. Najwięcej z tych osób (48,5%) jako powód podało zbyt długą kolejkę lub listę oczekujących.

## ŚWIADCZENIA UDZIELANE OSOBOM STARSZYM

### Podstawowa opieka zdrowotna

Podstawowa Opieka Zdrowotna stanowi kluczowy element systemu opieki zdrowotnej w Polsce. Obejmuje świadczenia medyczne udzielane przez lekarza rodzinnego czy pielęgniarkę. Celem POZ jest zapewnienie pacjentom – w tym osobom starszym – łatwego dostępu do podstawowej diagnostyki, leczenia, profilaktyki oraz opieki zdrowotnej bez konieczności skierowania do specjalisty.

Dla seniorów POZ odgrywa kluczową rolę w monitorowaniu chorób przewlekłych, prowadzeniu badań kontrolnych i utrzymaniu dobrej jakości życia.

- ogólna liczba porad udzielona osobom w wieku 60 i więcej lat: 81 349 257
- liczba porad udzielona kobietom w wieku 60 i więcej lat: 49 359 464
- liczba porad udzielona mężczyznom w wieku 60 i więcej lat: 31 989 793

Przeciętna liczba porad udzielonych w podstawowej opiece zdrowotnej w przeliczeniu na 1 mieszkańca w Polsce w 2024 2025 r. wyniosła 5 porad, podczas gdy w przypadku osób w wieku 65 lat i więcej wskaźnik ten wyniósł 8,08 porady.

### Ambulatoryjna Opieka Specjalistyczna

Ambulatoryjna Opieka Specjalistyczna (AOS) – to część systemu opieki zdrowotnej w Polsce, która obejmuje świadczenia zdrowotne udzielane przez lekarzy specjalistów poza szpitalem, najczęściej w poradniach specjalistycznych. W ramach AOS pacjent może skorzystać z konsultacji, diagnostyki oraz leczenia w takich dziedzinach jak m.in. kardiologia, ortopedia, neurologia, dermatologia czy endokrynologia.

Do skorzystania z AOS (w ramach NFZ) zwykle wymagane jest skierowanie od lekarza POZ, z wyjątkiem niektórych specjalizacji (np. ginekologa, psychiatry, onkologa). AOS jest szczególnie ważna w leczeniu schorzeń przewlekłych i wymagających specjalistycznej wiedzy.

Tabela 12 Liczba porad udzielonych pacjentom 60+ w ambulatoryjnej opiece specjalistycznej, w podziale na płeć w 2025 r.

| Województwo        | płeć      | liczba porad |
|--------------------|-----------|--------------|
| dolnośląskie       | kobiety   | 812 060      |
| dolnośląskie       | mężczyźni | 1 142 506    |
| kujawsko-pomorskie | kobiety   | 1 269 169    |
| kujawsko-pomorskie | mężczyźni | 877 385      |
| lubelskie          | kobiety   | 1 565 763    |
| lubelskie          | mężczyźni | 989 503      |
| lubuskie           | kobiety   | 554 249      |
| lubuskie           | mężczyźni | 399 395      |
| łódzkie            | kobiety   | 1 998 945    |
| łódzkie            | mężczyźni | 1 212 940    |
| małopolskie        | kobiety   | 2 349 380    |
| małopolskie        | mężczyźni | 1 544 628    |
| mazowieckie        | kobiety   | 3 959 667    |
| mazowieckie        | mężczyźni | 2 399 372    |
| opolskie           | kobiety   | 534 904      |

|                     |                  |                   |
|---------------------|------------------|-------------------|
| opolskie            | mężczyźni        | 359 323           |
| podkarpackie        | kobiety          | 1 359 259         |
| podkarpackie        | mężczyźni        | 961 103           |
| podlaskie           | kobiety          | 908 351           |
| podlaskie           | mężczyźni        | 590 316           |
| pomorskie           | kobiety          | 1 650 936         |
| pomorskie           | mężczyźni        | 1 131 349         |
| śląskie             | kobiety          | 3 789 197         |
| śląskie             | mężczyźni        | 2 480 451         |
| świętokrzyskie      | kobiety          | 848 426           |
| świętokrzyskie      | mężczyźni        | 578 923           |
| warmińsko-mazurskie | kobiety          | 871 918           |
| warmińsko-mazurskie | mężczyźni        | 578 394           |
| wielkopolskie       | kobiety          | 1 959 523         |
| wielkopolskie       | mężczyźni        | 1 349 144         |
| zachodniopomorskie  | kobiety          | 1 102 194         |
| zachodniopomorskie  | mężczyźni        | 743 770           |
| <b>Polska</b>       | <b>kobiety</b>   | <b>26 533 941</b> |
| <b>Polska</b>       | <b>mężczyźni</b> | <b>17 338 502</b> |

Źródło: dane z Ministerstwa Zdrowia

Zgodnie z danymi Narodowego Funduszu Zdrowia w ambulatoryjnej opiece specjalistycznej udzielono łącznie 43,9 mln porad pacjentom w wieku 60 lat i więcej, w tym 60% z nich dotyczyła kobiet i 40% mężczyzn. Ponadto, lekarze dentyści udzielili osobom starszym 3,4 mln porad stomatologicznych.

### Opieka geriatryczna

Geriatry to specjalistyczna dziedzina medycyny, która zajmuje się zdrowiem i chorobami oraz opieką i pomocą osobom w podeszłym wieku. Opieka geriatryczna sprawowana jest m.in. na oddziałach geriatrycznych, które realizują całonocową, całodobową opiekę medyczną nad chorymi w wieku starszym. W przedmiotowych oddziałach hospitalizowani są pacjenci w ostrych stanach chorobowych, chorobami przewlekłymi bądź też w celach diagnostycznych.

Świadczenia z zakresu geriatry realizowane są również w ramach ambulatoryjnej opieki specjalistycznej (AOS). W ramach AOS osoby w wieku senioralnym mają prawo do świadczeń opieki zdrowotnej we wszystkich poradniach specjalistycznych dedykowanych pacjentom dorosłym, zgodnie z aktualnymi potrzebami wynikającymi ze stanu zdrowia.

Tabela 13 Opieka geriatryczna w 2025 r.

|                                        |                            |
|----------------------------------------|----------------------------|
| <b>liczba pacjentów geriatrycznych</b> | <b>68 702</b>              |
| <b>wartość rozliczonych świadczeń</b>  | <b>396 526 320 zł</b>      |
| <b>liczba świadczeniodawców</b>        | <b>146</b>                 |
| <b>liczba oddziałów geriatrycznych</b> | <b>66</b>                  |
| <b>liczba łóżek</b>                    | <b>1 294<sup>56)</sup></b> |
| <b>liczba korzystających</b>           | <b>37 539</b>              |
| <b>liczba poradni geriatrycznych</b>   | <b>117</b>                 |

Źródło: dane z Ministerstwa Zdrowia

<sup>56)</sup> dane za 2024 r.

## Opieka długoterminowa

W 2025 r. w Polsce nie funkcjonowała jednolita, ustawowa definicja opieki długoterminowej, obejmująca zarówno system ochrony zdrowia, jak i system pomocy społecznej. Odnosząc się do tego typu form wsparcia, zwyczajowo określało się je jako zakres usług udzielanych osobom z ograniczoną fizyczną, psychiczną lub poznawczą zdolnością funkcjonowania, które na skutek tych ograniczeń przez dłuższy czas stają się zależne od pomocy w podstawowych aktywnościach życia codziennego.

Przyjmowało się, że opieka długoterminowa to całokształt działań medycznych i społecznych polegających na świadczeniu długotrwałej opieki pielęgniarstwa, rehabilitacji, świadczeń terapeutycznych i usług pielęgnacyjno-opiekuńczych oraz kontynuacji leczenia farmakologicznego i dietetycznego osobom przewlekle chorym i niesamodzielnym, które nie wymagają hospitalizacji w warunkach oddziału szpitalnego. Opieka ta mogła być udzielana przez opiekunów formalnych (personel medyczny i pracowników pomocy społecznej) lub opiekunów nieformalnych (rodzinę, bliskich, wolontariuszy).

W Polsce pod pojęciem opieki długoterminowej zwyczajowo rozumiano korzystanie z systemu ochrony zdrowia. Znajdowało to swoje odzwierciedlenie w nazewnictwie systemu świadczeń gwarantowanych, w którym świadczenia pielęgnacyjne i opiekuńcze określano jako „świadczenia opieki długoterminowej”. Natomiast świadczenia opiekuńcze udzielane w ramach systemu pomocy społecznej funkcjonowały pod formalnie innymi nazwami, stosownie do ich rodzaju i zakresu.

Opieka długoterminowa w ramach systemu ochrony zdrowia dedykowana jest osobom przewlekle chorym, których stan zdrowia nie wymaga leczenia w warunkach ostrego oddziału szpitalnego, natomiast powoduje występowanie poważnych deficytów w samoopiece i samopielęgnacji, uniemożliwiając niezależne, samodzielne funkcjonowanie.

Tabela 14 Opieka długoterminowa w 2025 r.

|                                                                                                                                                            |                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>liczba zakładów pielęgnacyjno-opiekuńczych/opiekuńczo leczniczych</b>                                                                                   | <b>461</b>                                                                                |
| <b>liczba zakładów pielęgnacyjno-opiekuńczych dla pacjentów wentylowanych mechanicznie/opiekuńczo leczniczych dla pacjentów wentylowanych mechanicznie</b> | <b>64</b>                                                                                 |
| <b>liczba pacjentów korzystających ze świadczeń pielęgnacyjnych i opiekuńczych</b>                                                                         | <b>107 937 pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b>                                          |
| <b>wartość rozliczonych świadczeń</b>                                                                                                                      | <b>4 032 503 337 zł, pacjenci w wieku 60 lat i więcej</b>                                 |
| <b>liczba świadczeniodawców</b>                                                                                                                            | <b>1 407 świadczeniodawców</b>                                                            |
| <b>liczba wizyt pielęgniarki lub fizjoterapeuty (opieka domowa)</b>                                                                                        | <b>8 986 941 wizyty pielęgniarki lub fizjoterapeuty, pacjenci w wieku 60 lat i więcej</b> |
| <b>liczba porad lekarskich (w opiece stacjonarnej i domowej) w ramach świadczeń z zakresu opieki długoterminowej</b>                                       | <b>3 249 590 porad lekarskich, pacjenci w wieku 60 lat i więcej</b>                       |
| <b>liczba oczekujących do ZPO i ZOL-i</b>                                                                                                                  | <b>18 274 (dane NFZ)</b>                                                                  |
| <b>przeciętny czas oczekiwania na miejsce</b>                                                                                                              | <b>warunkowany wypisem pacjenta</b>                                                       |

Źródło: dane z Ministerstwa Zdrowia

W 2025 r. kontynuowano realizację kamienia milowego A70G Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO)<sup>57</sup>, w ramach którego należało między innymi opracować i wprowadzić do systemu prawnego definicję „opieki długoterminowej” obejmującą w spójny sposób wsparcie udzielane w systemie ochrony zdrowia, pomocy społecznej i wsparcie osób z niepełnosprawnościami. Działania w ramach kamienia milowego przewidywały również:

- wprowadzenie do systemu prawnego pojęć „opiekuna nieformalnego” oraz „opieki nieformalnej”;
- przyjęcie przepisów dotyczących standardów organizacyjnych opieki długoterminowej w ramach systemu opieki zdrowotnej oraz przyjęcie nowych przepisów regulujących standardy usług opieki świadczonych w miejscu zamieszkania;
- wskazanie organów odpowiedzialnych za koordynację systemu opieki długoterminowej, ogół działań w zakresie monitorowania i ewaluacji jakości oraz działalność informacyjną.

W 2025 r. prowadzono prace nad przygotowaniem zmian legislacyjnych, między innymi w ramach Międzyresortowego Zespołu do spraw systemowych rozwiązań związanych z opieką nad osobami starszymi. W grudniu 2025 r. opublikowano projekt ustawy o opiece długoterminowej, skierowany do dalszych uzgodnień, opiniowania i konsultacji. Zakończenie działań w ww. zakresie przewiduje się w połowie 2026 r.

#### Opieka paliatywna i hospicyjna

Opieka paliatywna i hospicyjna to wszechstronna, całościowa opieka i leczenie objawowe pacjentów chorujących na nieuleczalne, niepoddające się leczeniu przyczynowemu, postępujące, ograniczające życie choroby. Opieka ta jest ukierunkowana na poprawę jakości życia, ma na celu zapobieganie bólowi i innym objawom somatycznym oraz ich uśmierzanie. Świadczenia gwarantowane przysługują świadczeniobiorcom chorującym na nieuleczalne, postępujące, ograniczające życie choroby nowotworowe i nienowotworowe.

Świadczenia gwarantowane w ramach opieki paliatywnej i hospicyjnej osobom starszym są udzielane w warunkach:

- stacjonarnych – w hospicjach domowym i oddziałach medycyny paliatywnej;
- ambulatoryjnych – w poradni medycyny paliatywnej;
- domowych – w ramach hospicjum domowego przez zespół medycyny paliatywnej.

Tabela 15 Opieka paliatywna i hospicyjna w 2025 r.

|                                                                           |                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>liczba hospicjów stacjonarnych</b>                                     | <b>152</b>                                                    |
| <b>liczba łóżek</b>                                                       | <b>4 737<sup>58)</sup></b>                                    |
| <b>liczba hospicjów domowych</b>                                          | <b>569</b>                                                    |
| <b>liczba pacjentów korzystających z opieki paliatywnej i hospicyjnej</b> | <b>96 428 pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b>               |
| <b>wartość rozliczonych świadczeń</b>                                     | <b>2 060 826 561 zł dla pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b> |
| <b>liczba świadczeniodawców</b>                                           | <b>540</b>                                                    |

Źródło: dane z Ministerstwa Zdrowia

<sup>57</sup> w ramach reformy A4.6 „Wzrost współczynnika aktywności zawodowej określonych grup poprzez rozwój opieki długoterminowej”, przewidzianej w Krajowym Planie Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO).

<sup>58)</sup> dane za 2023 r. Dane za późniejsze lata. są aktualnie niedostępne.

## Rehabilitacja

Świadczenia rehabilitacyjne w ramach powszechnego ubezpieczenia finansowane i realizowane są w oparciu o rozporządzenie<sup>59)</sup>. Wykaz świadczeń w nim zawartych obejmuje świadczenia ambulatoryjne i stacjonarne. W systemie nie są realizowane świadczenia dedykowane wyłącznie osobom starszym – świadczeniobiorcy, w zależności od aktualnego stanu zdrowia, korzystają z rehabilitacji na zasadach ogólnych tj.

- 1. udzielanej w warunkach ambulatoryjnych:**
  - lekarskiej ambulatoryjnej opieki rehabilitacyjnej,
  - fizjoterapii ambulatoryjnej;
- 2. udzielanej w warunkach domowych – fizjoterapii domowej;**
- 3. udzielanej w warunkach ośrodka/oddziału dziennego:**
  - rehabilitacji ogólnoustrojowej,
  - rehabilitacji kardiologicznej,
  - rehabilitacji osób z dysfunkcją słuchu i mowy,
  - rehabilitacji osób z dysfunkcją wzroku,
  - rehabilitacji pulmonologicznej;
- 4. udzielanej w warunkach stacjonarnych:**
  - rehabilitacji neurologicznej,
  - rehabilitacji ogólnoustrojowej,
  - rehabilitacji kardiologicznej,
  - rehabilitacji pulmonologicznej.

Świadczeniami z zakresu rehabilitacji leczniczej mogą być objęci pacjenci z bardzo szerokim i różnorodnym spektrum zaburzeń i dysfunkcji (ortopedycznych, reumatologicznych, neurologicznych, onkologicznych itp.). W zależności od stanu zdrowia świadczeniobiorcy lekarz kierujący, wystawiając skierowanie decyduje w ramach jakiego zakresu prowadzona ma być rehabilitacja.

Tabela 16 Rehabilitacja w 2025 r.

|                                                                                          |                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>liczba pacjentów korzystających z rehabilitacji</b>                                   | <b>1 953 277 pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b>            |
| <b>wartość rozliczonych świadczeń</b>                                                    | <b>5 079 359 769 zł dla pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b> |
| <b>liczba świadczeniodawców</b>                                                          | <b>2 761</b>                                                  |
| <b>liczba porad lekarskich,</b>                                                          | <b>821 018 dla pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b>          |
| <b>liczba wizyt fizjoterapeutycznych,</b>                                                | <b>3 594 328 dla pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b>        |
| <b>liczba zabiegów fizjoterapeutycznych skierowanych do osób w wieku 60 lat i więcej</b> | <b>112 444 887 dla pacjentów w wieku 60 lat i więcej</b>      |

Źródło: dane z Ministerstwa Zdrowia

Do najczęściej występujących rozpoznań wśród pacjentów w wieku 60 lat i więcej, którym udzielane były świadczenia z zakresu rehabilitacji leczniczej należały: M47 – Zmiany zwyrodnieniowe kręgosłupa, M15 – Zwyrodnienia wielostawowe, M17 – Choroba zwyrodnieniowa stawów kolanowych (gonartroza).

<sup>59)</sup> rozporządzenie Ministra Zdrowia z zakresu rehabilitacji leczniczej (Dz. U. 2023 poz. 1954).

### Opieka psychiatryczna

Realizacja świadczeń gwarantowanych psychiatrycznych, psychologicznych, psychoterapeutycznych w rodzaju opieka psychiatryczna i leczenie uzależnień odbywa się, co do zasady, na zasadach określonych przepisami rozporządzenia<sup>60)</sup>.

Osoby dorosłe, tj. powyżej 18 r.ż., mogą również skorzystać z powyższych świadczeń (z wyłączeniem leczenia uzależnień) zorganizowanych w formie pilotażowego programu w centrach zdrowia psychicznego.

Rozporządzenie w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu psychiatrii wyróżnia następujące zakresy świadczeń dedykowane grupie osób w wieku 60 lat i więcej:

- świadczenia stacjonarne – świadczenia psychogeriatryczne obejmujące diagnostykę i leczenie osób z zaburzeniami psychicznymi, w szczególności zaburzeniami procesów poznawczych, u osób powyżej 60 roku życia;
- świadczenia dzienne psychiatryczne geriatryczne obejmujące diagnostykę, leczenie i rehabilitację osób z zaburzeniami psychicznymi powyżej 60. roku życia.

W roku 2025 w ramach umów z Narodowym Funduszem Zdrowia świadczenia w oddziałach dziennych psychiatrycznych geriatrycznych realizowane są w 23 miejscach udzielania świadczeń, natomiast świadczenie stacjonarne psychogeriatryczne w 31 oddziałach. Oddziały stacjonarne psychogeriatryczne dostępne są na terenie 14 województw (brak w województwie śląskim i zachodniopomorskim), oddziały dzienne psychiatryczne geriatryczne w obszarze 10 województw.

Pacjenci w wieku powyżej 60 r.ż. stanowią ok. 31% wszystkich dorosłych pacjentów opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień.

W 2025 r. świadczeń psychogeriatrycznych udzielono łącznie 8 005 osobom w wieku 60 lat i więcej.

### Ratownictwo medyczne

W 2025 r. ze świadczeń zdrowotnych udzielanych w ramach systemu Państwowego Ratownictwa Medycznego w zakresie pozaszpitalnym skorzystało 3 266,4 tys. osób, z tego 1 680,7 tys. osób stanowiły osoby w wieku 65 lat i więcej (51,5%). Ponadto 4 873,9 tys. osób skorzystało ze świadczeń w izbie przyjęć lub SOR w trybie ambulatoryjnym. Osoby w wieku 65 lat i więcej stanowiły prawie 24,8% tej grupy.

Tabela 17 Ratownictwo medyczne w 2025 r.

| Wyszczególnienie                                                                                                 | Ogółem         | Z ogółem w wieku |                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|----------------|
|                                                                                                                  |                | 65 lat i więcej  | 0–64 lata      |
| <b>Osoby, którym udzielono świadczeń w ramach systemu PRM na miejscu zdarzenia (w tys.)</b>                      | <b>3 266,4</b> | <b>1 680,7</b>   | <b>1 585,7</b> |
| Osoby, którym udzielono świadczeń w ramach systemu PRM na miejscu zdarzenia na 1 tys. ludności w danym wieku     | 87             | 216              | 5452           |
| <b>Osoby, którym udzielono świadczeń w izbie przyjęć i SOR w trybie ambulatoryjnym (w tys.)</b>                  | <b>4 873,9</b> | <b>1 208,4</b>   | <b>3 665,5</b> |
| Osoby, którym udzielono świadczeń w izbie przyjęć i SOR w trybie ambulatoryjnym na 1 tys. ludności w danym wieku | 130            | 155              | 124            |

Źródło: Badanie GUS (formularz ZD-4)

<sup>60)</sup> Rozporządzenie Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień.

## Lecznictwo uzdrowiskowe

Ponadto w 2025 r. z leczenia uzdrowiskowego w trybie stacjonarnym i ambulatoryjnym skorzystało 851 tys. kuracjuszy (z wyłączeniem cudzoziemców). Wśród nich 500,2 tys. stanowiły osoby w wieku 65 lat i więcej, tj. 58,8% ogółu kuracjuszy.

Najwięcej kuracjuszy odnotowano na terenie woj. zachodniopomorskiego (201,5 tys.) oraz woj. kujawsko-pomorskiego (176,6 tys.)

## **KADRA UDZIELAJĄCA ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH OSOBOM STARSZYM**

### Lekarze

Lekarze udzielający świadczeń osobom dorosłym w głównej mierze zapewniają wsparcie rosnącej liczbie osób starszych. Osoby w starszym wieku są bardzo niejednorodną grupą, zarówno pod względem fizycznym, psychicznym, jak i społecznym.

Specjalistami w sposób szczególnie predysponowanymi do sprawowania opieki nad pacjentami w wieku starszym, których problemy medyczne są najbardziej skomplikowane i którzy cechują się znacznym ryzykiem powstania lub nasilenia niesprawności, są geriatrzy.

Liczba pracujących geriatrów na koniec 2025 r. wyniosła 594, a liczba pracujących lekarzy specjalistów w dziedzinie chorób wewnętrznych wynosiła 29 088 osób. Na koniec 2025 r. specjalizację z geriatрії odbywało dodatkowych 123 lekarzy, natomiast z chorób wewnętrznych 2 242 lekarzy<sup>61)</sup>.

Według metodologii Ministerstwa Zdrowia za aktywnego zawodowo lekarza uważa się osobę posiadającą prawo wykonywania zawodu (PWZ), która znajduje się w Centralnym Wykazie Pracowników Medycznych (CWPM). Na podstawie danych z Centralnego Wykazu Ubezpieczonych (CWU) zweryfikowano czy dana osoba pracuje – czy odprowadza składki do ZUS (w tym są osoby na własnej działalności oraz pracujący emeryci).

Naczelna Izba Lekarska za aktywnego zawodowo lekarza uznaje osobę, która składa oświadczenie aktywności zawodowej w Naczelnej Izbie Lekarskiej i nie zgłasza zaprzestania aktywności zawodowej lub nie została zgłoszona jej śmierć ani nie zidentyfikowano zgonu w danych GUS (identyfikacja jest przeprowadzana 1–2 razy w roku).

Na koniec 2025 r. liczba lekarzy pracujących w dziedzinie:

- geriatрії była równa 594 lekarzy – najwięcej w woj. śląskim (114) oraz woj. małopolskim (91), najmniej w woj. świętokrzyskim (8) oraz woj. opolskim (9);
- chorób wewnętrznych była równa 29 088 lekarzy – najwięcej w woj. mazowieckim (4 973) oraz woj. śląskim (3 668), natomiast najmniej w woj. lubuskim (436) oraz woj. opolskim (521).

### Pielęgniarki

Opiekę nad osobami starszymi i niesamodzielnymi sprawują również pielęgniarki przygotowane na poziomie ogólnym do sprawowania opieki nad pacjentem w różnym okresie życia oraz w różnym stanie zdrowia, a także pielęgniarki z kwalifikacjami specjalistycznymi uzyskanymi w procesie kształcenia podyplomowego w poszczególnych dziedzinach:

---

<sup>61)</sup> Dane NIL.

- chorób wewnętrznych i pielęgniarstwa internistycznego,
- anestezjologii i pielęgniarstwa w zagrożeniu życia,
- pielęgniarstwa opieki długoterminowej,
- neurologii i pielęgniarstwa neurologicznego, geriatry i pielęgniarstwa geriatrycznego,
- opieki paliatywnej,
- podstaw rehabilitacji.

Zgodnie z danymi za 2025 r. zatrudnionych było łącznie 243 595 pielęgniarek (stan na 31 grudnia 2025 r.).

Za aktywną zawodowo pielęgniarkę uważa się osobę posiadającą prawo wykonywania zawodu (PWZ), która znajduje się w Centralnym Wykazie Pracowników Medycznych (CWPM)<sup>62)</sup>.

Na podstawie danych z Centralnego Wykazu Ubezpieczonych (CWU) zweryfikowano czy dana osoba pracuje – czy odprowadza składki do ZUS (w tym są osoby na własnej działalności oraz pracujący emeryci).

Ze względu na brak wystarczającej jakości danych dotyczących szkoleń specjalizacyjnych nie prowadzone są analizy zatrudnienia pielęgniarek i położnych w podziale na dodatkowe szkolenia czy kursy.

Według danych Naczelnej Izby Pielęgniarek i Położnych, według stanu na dzień 31.12.2025 r., liczba pielęgniarek z wybranymi specjalizacjami była równa:

- pielęgniarstwo geriatryczne – 2 920,
- pielęgniarstwo opieki długoterminowej – 3 326,
- pielęgniarstwo opieki paliatywnej – 3 024.

Naczelna Izba Pielęgniarek i Położnych nie publikuje danych dotyczących kursów specjalistycznych. Ze względu na brak wystarczającej jakości danych dotyczących szkoleń specjalizacyjnych nie prowadzone są analizy zatrudnienia pielęgniarek i położnych w podziale na dodatkowe szkolenia czy kursy.

NIPiP publikuje jednak dane dotyczące osób, które ukończyły kurs kwalifikacyjny w określonej dziedzinie pielęgniarstwa (stan na 31.12.2024 r.) i liczby te prezentują się następująco dla wybranych, przykładowych dziedzin:

- pielęgniarstwo geriatryczne – 540
- pielęgniarstwo internistyczne – 223
- pielęgniarstwo opieki długoterminowej – 12 156
- pielęgniarstwo opieki paliatywnej – 3 227
- pielęgniarstwo rodzinne – 24 714.

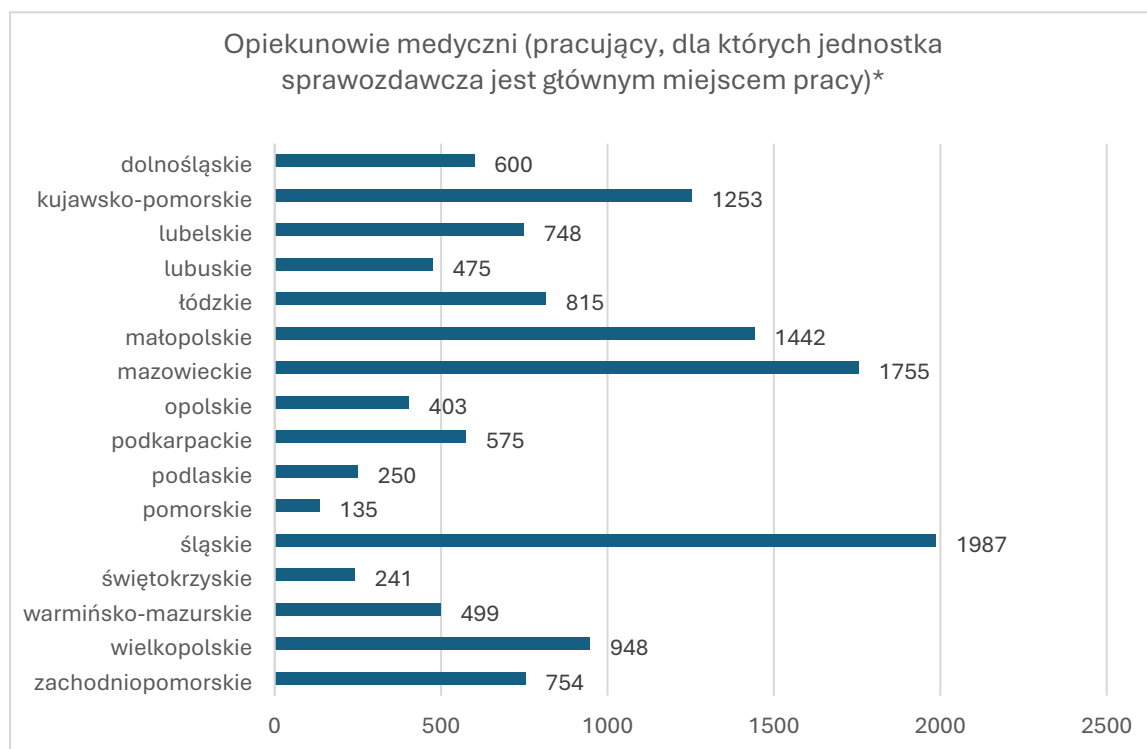
### Opiekunowie medyczni

Według stanu na dzień 31 grudnia 2025 r., w placówkach ochrony zdrowia pracowało 12 880 opiekunów medycznych<sup>63)</sup> – najwięcej w woj. śląskim (1 987) oraz woj. mazowieckim (1 755), natomiast najmniej w woj. pomorskim (135) oraz świętokrzyskim (241) oraz woj. podlaskim (250).

<sup>62)</sup> Według metodologii Ministerstwa Zdrowia.

<sup>63)</sup> Dane uzyskane z Centrum e-Zdrowia, MZ-88 Sprawozdanie o pracujących w podmiotach wykonujących działalność leczniczą wg stanu na dzień 31.12.2025 r. (Bez podmiotów podległych MSWiA oraz MS).

Wykres 27 Liczba opiekunów medycznych, która pracuje w podmiotach wykonujących działalność leczniczą w podziale na województwa – grudzień 2025 r.



Źródło: dane z Ministerstwa Zdrowia

Jednocześnie, łącznie 9 505 opiekunów medycznych pracowało w obszarze opieki długoterminowej – podobnie jak w przypadku liczb na poziomie ogólnokrajowym – najwięcej w woj. woj. śląskim (1 268) oraz mazowieckim (1 208), natomiast najmniej w woj. podlaskim (159) oraz woj. świętokrzyskim (239).

Starzenie się jest związane ze stopniowym pogorszeniem się stanu zdrowia i narastaniem problemów z wykonywaniem codziennych czynności. Stanowi to znaczące wyzwanie dla systemu ochrony zdrowia w zakresie dostępności świadczeń medycznych oraz opieki długoterminowej.

Realizowana reforma opieki długoterminowej, w ramach KPO, poprzez między innymi zdefiniowanie opieki długoterminowej wraz z określeniem usług i świadczeń zaliczanych do tego obszaru, pozwoli na określenie rzeczywistego zaspokojenia potrzeb w tym zakresie, identyfikację skali niezaspokojonych potrzeb oraz podjęcie działań zmierzających do lepszej koordynacji wsparcia pomiędzy systemem ochrony zdrowia i pomocy społecznej.

## 7. Dostępne formy aktywności

### Korzystanie z Internetu

Osoby starsze charakteryzują się najniższym poziomem kompetencji cyfrowych spośród wszystkich grup wiekowych. W 2025 roku w grupie seniorów w wieku 60-74 lat odsetek osób nieposiadających podstawowych umiejętności cyfrowych wyniósł 83%. Wśród mieszkańców Polski w wieku 65-74 lat aż 88% nie posiadało nawet podstawowych umiejętności cyfrowych<sup>64</sup> wobec 86,3% w 2024 r., co oznacza wzrost o 1,7 pkt proc.

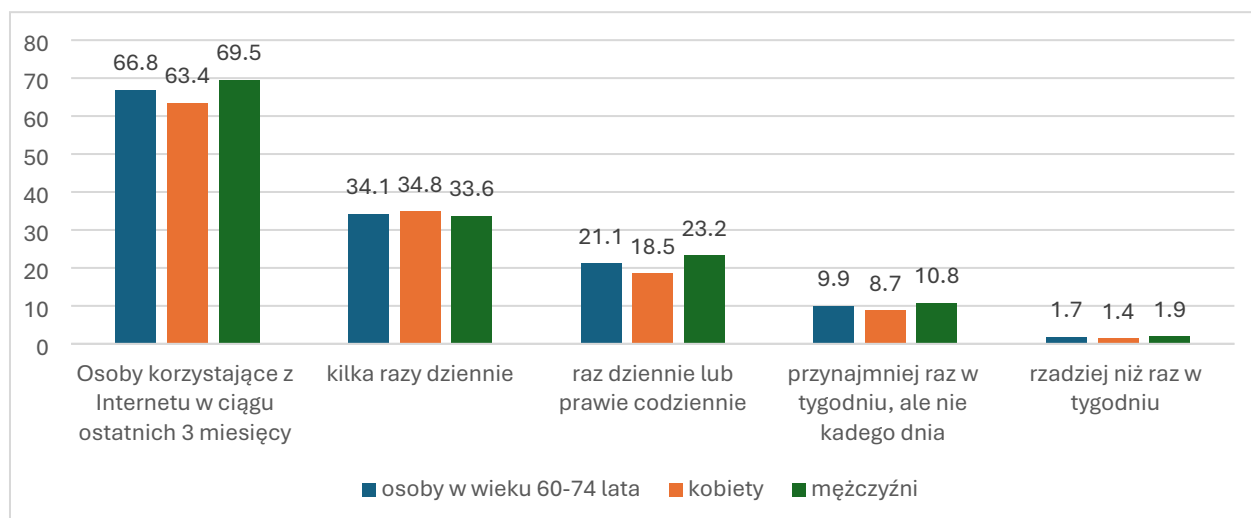
<sup>64</sup> Na podstawie danych Ministerstwa Cyfryzacji za 2025 rok

Seniorzy, w porównaniu z młodszymi pokoleniami, częściej mają trudności w wykonywaniu podstawowych czynności w środowisku cyfrowym, takich jak wyszukiwanie informacji, korzystanie z usług online czy zarządzanie bezpieczeństwem danych. Niski poziom kompetencji cyfrowych w tej grupie może ograniczać dostęp do usług publicznych i komercyjnych, utrudniać uczestnictwo w życiu społecznym oraz zwiększać ryzyko wykluczenia cyfrowego.

W 2025 roku skala wykluczenia cyfrowego w Polsce, rozumianego jako niekorzystanie z Internetu (z powodu braku potrzeby, umiejętności, braku sprzętu, łącza, pieniędzy itp.), w zbiorowości seniorów (w wieku 60-74 lata) kształtowała się na poziomie 26% - wśród osób w wieku 65-74 odsetek ten był nieco wyższy i wynosił 32%.<sup>65</sup>

W Polsce w 2025 r. z Internetu (w ciągu ostatnich 3 miesięcy poprzedzających badanie) korzystało 4507,8 tys. osób w wieku 60–74 lata, co stanowiło 66,8% ogółu osób w tej grupie wieku, wobec 66,5% w roku poprzednim.

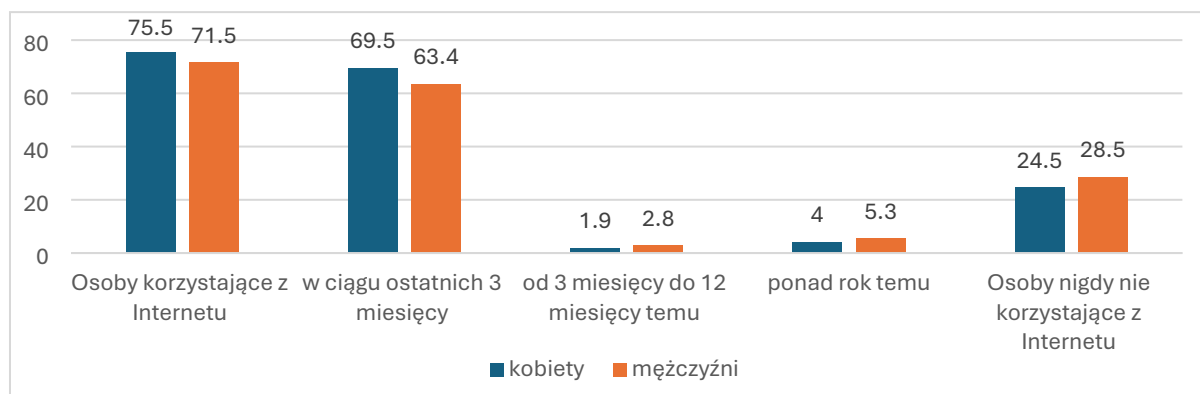
Wykres 28 Częstotliwość korzystania z Internetu w ciągu ostatnich 3 miesięcy w 2025 r. przez osoby w wieku 60–74 lata (w %)



Źródło: Badanie "Wykorzystanie technologii informacyjno-komunikacyjnych w gospodarstwach domowych", GUS

Kilka razy dziennie z Internetu korzystało 34,1% osób z tej grupy wieku, raz dziennie lub prawie codziennie – 21,1%, a przynajmniej raz w tygodniu, ale nie każdego dnia – 9,9%. Rzadziej niż raz w tygodniu z Internetem łączyło się 1,7% osób w wieku 60–74 lata.

Wykres 29 Osoby korzystające z Internetu w 2025 r. w wieku 60–74 lata (w %)



<sup>65</sup> Na podstawie danych Ministerstwa Cyfryzacji za 2025 rok

Źródło: Badanie "Wykorzystanie technologii informacyjno-komunikacyjnych w gospodarstwach domowych", GUS

Kobiety częściej niż mężczyźni są użytkownikami sieci Internet. W 2025 r. 69,5% kobiet i 63,4% mężczyzn w analizowanej grupie wieku korzystało z Internetu w ciągu ostatnich 3 miesięcy.

### Czytelnictwo wśród osób starszych

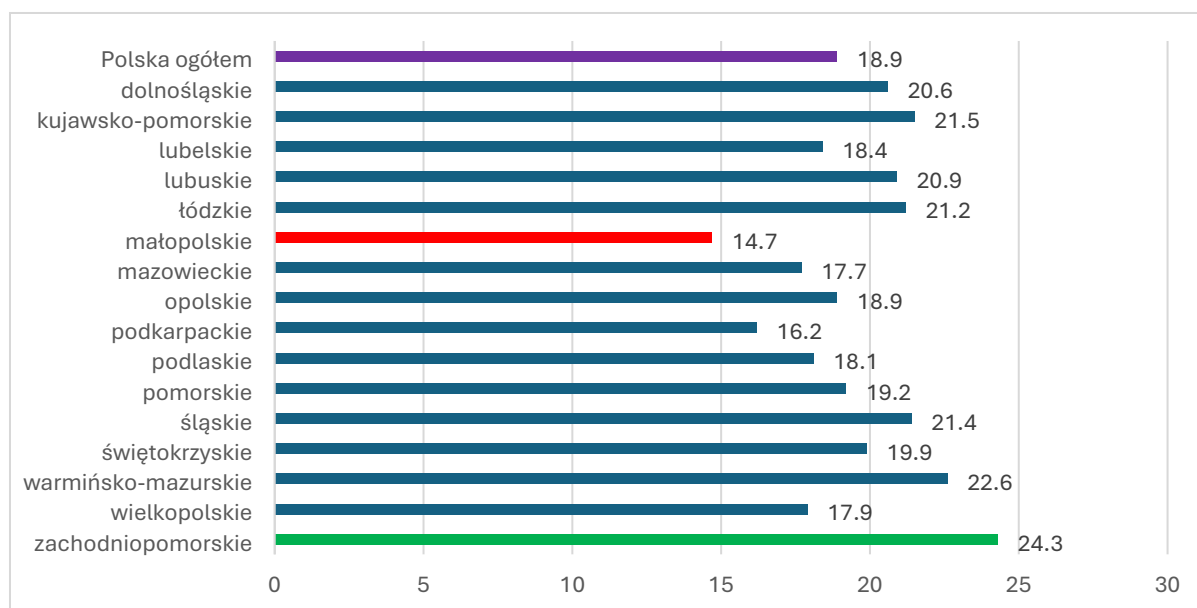
W 2025 r. biblioteki publiczne odnotowały ponad 5,4 mln czytelników, z czego 18,9% stanowiły osoby starsze. Udział czytelników w wieku 60 lat i więcej różnił się pomiędzy województwami.

Najwyższy odsetek seniorów odnotowano w województwie zachodniopomorskim (24,3%), warmińsko-mazurskim (22,6%), kujawsko-pomorskim (21,5%) oraz śląskim (21,4%). Wysoki udział tej grupy występował również w województwach łódzkim (21,2%), lubuskim (20,9%) i dolnośląskim (20,6%).

Najniższy udział osób powyżej 60. roku życia wśród zarejestrowanych czytelników odnotowano w województwie małopolskim (14,7%), podkarpackim (16,2%), mazowieckim (17,7%) oraz wielkopolskim (17,9%).

W pozostałych województwach wskaźnik ten kształtował się na poziomie zbliżonym do średniej krajowej.

Wykres 30 Odsetek osób starszych wśród czytelników bibliotek publicznych w 2025 r. (w %)



Źródło: Badanie GUS (sprawozdanie K-03)

### Aktywność edukacyjna

W 2022 r.<sup>66)</sup> w Polsce 31,7% osób w wieku 60–69 lat deklarowało, że zdobywało wiedzę w różnych formach, podczas gdy dla ogółu osób w wieku 18–69 lat odsetek ten ukształtował się na poziomie 54,0%. Wśród osób starszych, podobnie jak wśród ogółu osób w wieku 18–69 lat wskaźnik uczestnictwa w aktywności edukacyjnej był nieco wyższy dla kobiet niż dla mężczyzn. W 2022 r. w jakiegokolwiek formie uczenia się brało udział 32,9% kobiet i 30,2% mężczyzn w wieku 60–69 lat. Osoby starsze najczęściej deklarowały uczestnictwo w uczeniu się nieformalnym.

<sup>66)</sup> Dane pochodzą z badania GUS „Uczenie się osób dorosłych 2022”.

Tabela 18 Osoby w wieku 18–69 lat uczestniczące w edukacji formalnej i pozaformalnej oraz uczeniu się nieformalnym w 2022 r.

micromatycznym w 2022 r.

| Wyszczególnienie | Ogółem | W tym osoby uczestniczące           |                      |                          |                                        |                            | W tym osoby nieuczestniczące w żadnej formie kształcenia |
|------------------|--------|-------------------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------|
|                  |        | w jakiegokolwiek formie uczenia się | w edukacji formalnej | w edukacji pozaformalnej | w edukacji formalnej lub pozaformalnej | w uczeniu się nieformalnym |                                                          |
|                  |        | w tys.                              |                      |                          |                                        |                            |                                                          |
| ogółem           | 24 833 | 13 399                              | 2 288                | 4 917                    | 6 646                                  | 11 988                     | 11 435                                                   |
| w tym 60–64      | 2 361  | 800                                 | •                    | 178                      | 179                                    | 740                        | 1 561                                                    |
| 65–69 lat        | 2 529  | 749                                 | •                    | 126                      | 127                                    | 732                        | 1 780                                                    |
| mężczyźni        | 12 224 | 6 425                               | 963                  | 2 289                    | 3 034                                  | 5 704                      | 5 800                                                    |
| w tym 60–64      | 1 107  | 387                                 | •                    | 109                      | 110                                    | 337                        | 721                                                      |
| 65–69 lat        | 1 056  | 266                                 | •                    | 25 <sup>v</sup>          | 26 <sup>v</sup>                        | 256                        | 790                                                      |
| kobiety          | 12 609 | 6 974                               | 1 325                | 2 628                    | 3 612                                  | 6 283                      | 5 635                                                    |
| w tym 60–64      | 1 254  | 413                                 | •                    | 68                       | 69                                     | 404                        | 841                                                      |
| 65–69 lat        | 1 473  | 483                                 | •                    | 101 <sup>v</sup>         | 101 <sup>v</sup>                       | 476                        | 990                                                      |

Źródło: Badanie „Uczenie się osób dorosłych 2022”, GUS

(•) Brak informacji, konieczność zachowania tajemnicy statystycznej lub że wypełnienie pozycji jest niemożliwe albo niecelowe

Wśród osób w wieku 60–69 lat ponad połowa zadeklarowała (55,7%), że potrafi posługiwać się co najmniej jednym językiem obcym. Wśród kobiet znajomość przynajmniej jednego języka obcego zadeklarowało 57,2% osób w tym wieku, a wśród mężczyzn – 53,7%.

Tabela 19 Osoby w wieku 18–69 lat według liczby znanych języków obcych w 2022 r.<sup>67)</sup>

| Wyszczególnienie | Ogółem | Osoby<br>potrafiące<br>posługiwać<br>się co<br>najmniej<br>jednym<br>językiem<br>obcym | W tym osoby potrafiące<br>posługiwać się językiem<br>obcym |       |                         | Osoby,<br>które nie<br>potrafią<br>posługiwać<br>się żadnym<br>językiem<br>obcym |
|------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
|                  |        |                                                                                        | jednym                                                     | dwoma | trzema<br>lub<br>więcej |                                                                                  |
|                  |        |                                                                                        | w tys.                                                     |       |                         |                                                                                  |
| ogółem           | 24 833 | 17 913                                                                                 | 11 271                                                     | 5 346 | 1 297                   | 6 679                                                                            |
| w tym 60–64      | 2 361  | 1 340                                                                                  | 940                                                        | 309   | 91                      | 1 008                                                                            |
| 65–69 lat        | 2 529  | 1 382                                                                                  | 895                                                        | 377   | 110                     | 1 124                                                                            |
| mężczyźni        | 12 224 | 8 686                                                                                  | 5 516                                                      | 2 601 | 569                     | 3 413                                                                            |
| w tym 60–64      | 1 107  | 623                                                                                    | 436                                                        | 151   | 36 <sup>v</sup>         | 479                                                                              |
| 65–69 lat        | 1 056  | 538                                                                                    | 375                                                        | 139   | 25 <sup>v</sup>         | 501                                                                              |
| kobiety          | 12 609 | 9 227                                                                                  | 5 754                                                      | 2 745 | 727                     | 3 266                                                                            |
| w tym 60–64      | 1 254  | 717                                                                                    | 504                                                        | 157   | 55 <sup>v</sup>         | 529                                                                              |
| 65–69 lat        | 1 473  | 844                                                                                    | 521                                                        | 239   | 85 <sup>v</sup>         | 623                                                                              |

Źródło: Badanie „Uczenie się osób dorosłych 2022”, GUS

### Uniwersytety Trzeciego Wieku

W badaniu GUS w roku akademickim 2021/2022<sup>68)</sup> udział wzięły 552 uniwersytety trzeciego wieku, wśród których najwięcej odnotowano w województwie mazowieckim (70 jednostek),

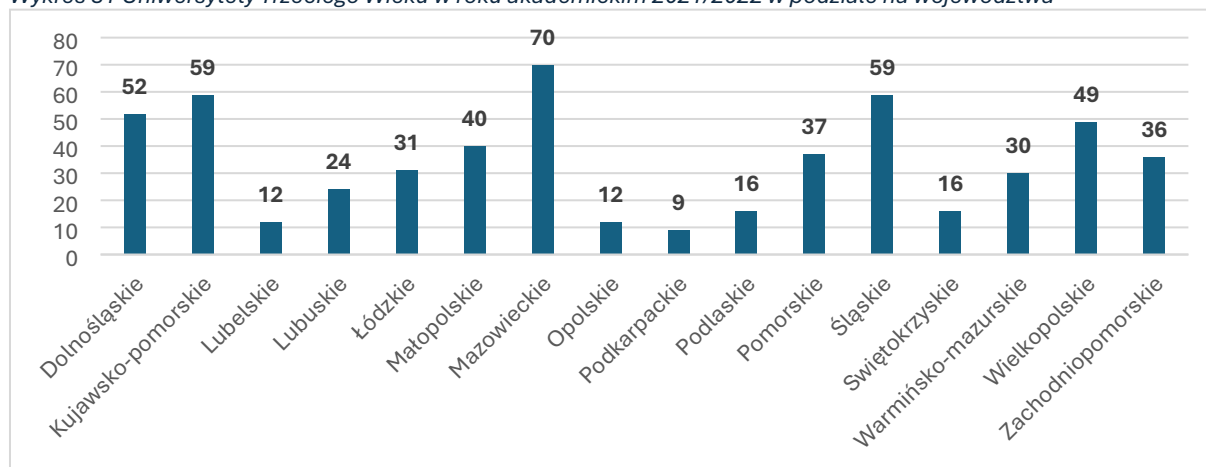
<sup>67)</sup> (-) Zjawisko nie wystąpiło

(•) Brak informacji, konieczność zachowania tajemnicy statystycznej lub że wypełnienie pozycji jest niemożliwe albo niecelowe  
(v) Zalecana jest ostrożność w posługiwaniu się danymi, ze względu na niską precyzję wyników.

<sup>68)</sup> Do przygotowania opracowania zostały wykorzystane najnowsze, dostępne wyniki badań prowadzonych przez Główny Urząd Statystyczny. Odwołanie do ubiegłych lat wynika z faktu, że niektóre badania, ze względu na ich częstotliwość są publikowane w cyklu kilkuletnim.

kujawsko-pomorskim i śląskim (po 59 jednostek). Łączna liczba słuchaczy UTW w roku akademickim 2021/2022 wyniosła 86,6 tys., z czego 72,6 tys. tj. 83,8% to kobiety.

Wykres 31 Uniwersytety Trzeciego Wieku w roku akademickim 2021/2022 w podziale na województwa



Źródło: Sprawozdanie z działalności Uniwersytetów Trzeciego Wieku za rok akademicki 2021/22, GUS

Osoby w wieku 60 lat i więcej stanowiły blisko 93% słuchaczy UTW. Najliczniejszą grupę ich uczestników tworzyli seniorzy w wieku 70–79 lat (41,9%), nieco niższy udział miały osoby w grupie wieku 60–69 lat (41,0%). Prawie co dziesiąty słuchacz to osoba w wieku 80 lat i więcej.

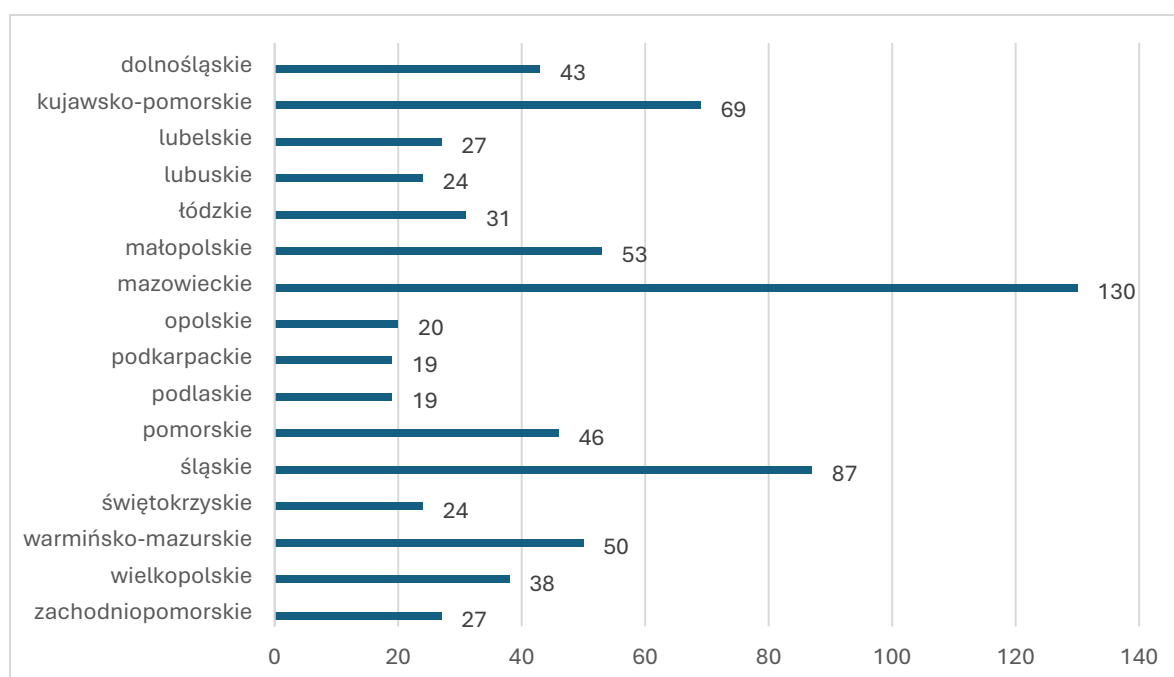
Mając na uwadze, że dane z GUS dotyczące liczby UTW w Polsce pochodzą z badania realizowanego w cyklu kilkuletnim – poniżej umieszczona została także informacja aktualizująca, przekazana przez Fundację Ogólnopolskie Porozumienie UTW.

Zgodnie z przekazanymi danymi dokładne ustalenie działających w Polsce UTW jest trudne i zawsze obarczone błędem, z uwagi na różnorodność form organizacyjno-prawnych, w jakich działają.

Jedynie UTW posiadające osobowość prawną – Stowarzyszenia i Fundacje (wpisane do KRS) są łatwe do identyfikacji – jest ich ok. 40%. Pozostałe funkcjonują w ramach: jednostek samorządu terytorialnego (jak GOSIR-y, Domy Kultury), w strukturach wyższych uczelni, państwowych i prywatnych jako jednostki administracyjne. Najtrudniejsze do identyfikacji są UTW działające w strukturach innych osób prawnych np. Towarzystwach Krajoznawczych, Kulturalnych, spółkach sportowych, Cechach Rzemiosł, Zakładach Doskonalenia Zawodowego i innych.

Fundacja Ogólnopolskie Porozumienie UTW podjęła próbę uaktualnienia posiadanych danych i drogą wywiadów z jednostkami samorządami oraz w oparciu o własne dane. Wg Fundacji Ogólnopolskie Porozumienie UTW aktualnie funkcjonuje 707 UTW na terenie całej Polski.

Wykres 32 Liczba UTW w poszczególnych województwach



Źródło: dane przekazane przez Fundację Ogólnopolskie Porozumienie UTW.

### Aktywność społeczna i kulturalna

Osoby starsze korzystają z różnorodnych form aktywności kulturalnej i artystycznej organizowanej przez instytucje kultury, organizacje pozarządowe, w tym UTW oraz szkoły artystyczne, a także innego typu organizacje i zrzeszenia, w tym chóry, orkiestry, zespoły muzyczne.

Instytucje kultury, w ramach przygotowywania swojej oferty kulturalnej, realizują projekty przygotowane z myślą o seniorach lub ogólnodostępne, w których uczestniczy liczne grono osób starszych. Przy realizacji działań senioralnych placówki kultury współpracują zarówno ze stowarzyszeniami zrzeszającymi seniorów, ośrodkami opiekuńczymi, lokalnymi samorządami i administracją państwową.

Tabela 20 Osoby uczestniczące w formach aktywności kulturalnej organizowanych przez domy, ośrodki i centra kultury, kluby i świetlice w 2025 r.

| Wyszczególnienie                                                                            | Ogółem  | Z ogółem osoby powyżej 60 lat |         |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------|---------|--------|
|                                                                                             |         | razem                         | miasta  | wieś   |
| Członkowie grup artystycznych w domach, ośrodkach i centrach kultury, klubach i świetlicach |         |                               |         |        |
| Ogółem                                                                                      | 260 861 | 53 987                        | 32 540  | 21 447 |
| w tym:                                                                                      |         |                               |         |        |
| teatralnych                                                                                 | 25 656  | 5 135                         | 3 579   | 1 556  |
| muzycznych –<br>instrumentalnych                                                            | 39 014  | 4 658                         | 2 814   | 1 844  |
| wokalnych i chórów                                                                          | 50 565  | 19 061                        | 12 626  | 6 435  |
| folklorystycznych                                                                           | 52 708  | 17 810                        | 7 801   | 10 009 |
| tanecznych                                                                                  | 79 359  | 4 436                         | 3 639   | 797    |
| Członkowie kół/klubów/sekcji w domach, ośrodkach i centrach kultury, klubach i świetlicach  |         |                               |         |        |
| Ogółem                                                                                      | 542 034 | 184 804                       | 142 993 | 41 811 |
| w tym:                                                                                      |         |                               |         |        |
| plastycznych/ technicznych                                                                  | 115 318 | 11 079                        | 8 853   | 2 226  |
| tanecznych                                                                                  | 77 881  | 7 086                         | 6 062   | 1 024  |
| muzycznych                                                                                  | 48 675  | 4 610                         | 3 863   | 747    |

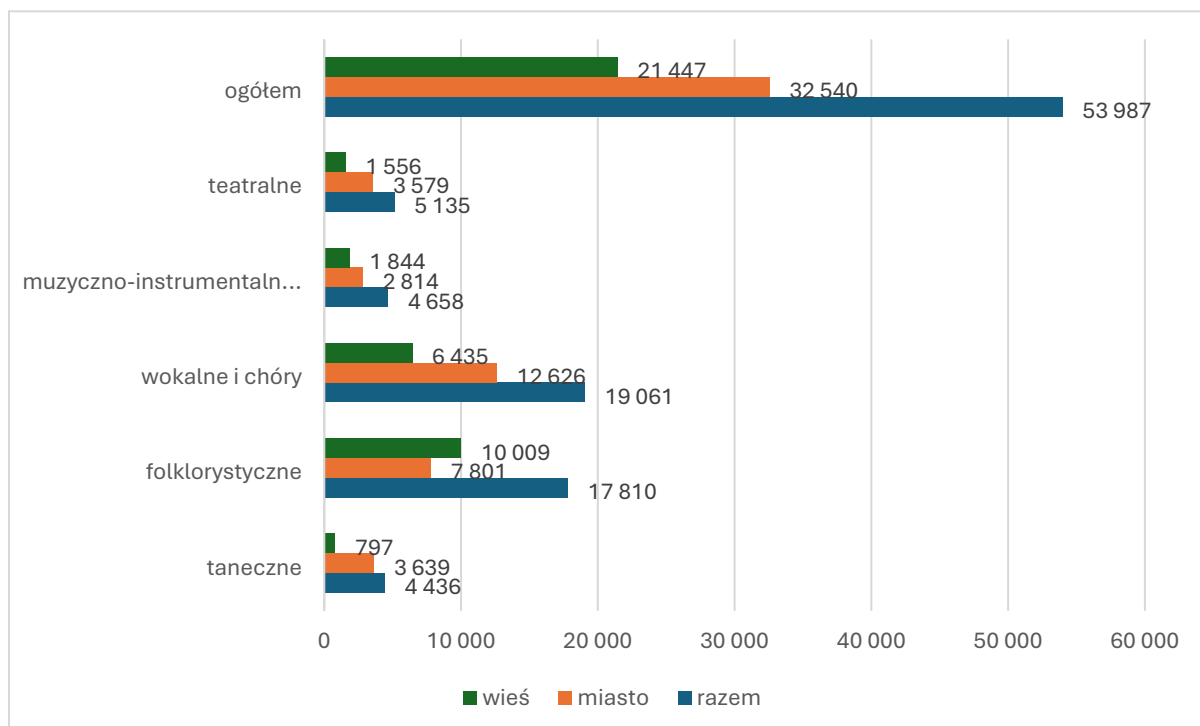
|                                                                                                 |               |               |              |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| informatycznych                                                                                 | 5 142         | 1 089         | 966          | 123          |
| fotograficznych i filmowych                                                                     | 5 984         | 1 047         | 930          | 117          |
| teatralnych                                                                                     | 12 374        | 1 498         | 1 152        | 346          |
| turystycznych i sportowo-rekreacyjnych                                                          | 83 967        | 27 131        | 23 105       | 4 026        |
| literackich                                                                                     | 5 424         | 2 021         | 1 656        | 365          |
| seniora                                                                                         | 75 282        | 71 964        | 47 703       | 24 261       |
| Uniwersytetów Trzeciego Wieku                                                                   | 47 434        | 45 150        | 38 967       | 6 183        |
| dyskusyjnych klubów filmowych                                                                   | 9 033         | 1 891         | 1 737        | 154          |
| <b>Absolwenci kursów organizowanych przez domy, ośrodki i centra kultury, kluby i świetlice</b> |               |               |              |              |
| Ogółem                                                                                          | <b>74 723</b> | <b>10 231</b> | <b>8 061</b> | <b>2 170</b> |
| w tym:                                                                                          |               |               |              |              |
| języków obcych                                                                                  | 15 345        | 3 662         | 3 480        | 182          |
| plastycznych                                                                                    | 11 453        | 1 320         | 898          | 422          |
| nauki gry na instrumentach                                                                      | 14 739        | 152           | 115          | 37           |
| wiedzy praktycznej                                                                              | 4 094         | 1 037         | 623          | 414          |
| tańca                                                                                           | 13 162        | 1 204         | 1 072        | 132          |
| komputerowych                                                                                   | 2 396         | 1 568         | 847          | 721          |

Źródło: Badanie GUS (sprawozdanie K-07)

Osoby starsze biorą aktywny udział w formach działalności kulturalnej organizowanych przez centra kultury, domy i ośrodki kultury oraz kluby i świetlice. Należy zauważyć, że wybierane formy aktywności związane są często z miejscem zamieszkania i dostępną lokalnie ofertą kulturalną.

Mieszkańcy wsi powyżej 60. roku życia włączają się w inne rodzaje działań kulturalnych i społecznych, niż mieszkańcy miast. Mieszkańcy miast, zwłaszcza większych, częściej angażują się w działalność Uniwersytetów Trzeciego Wieku oraz w wolontariat, natomiast mieszkańcy wsi decydują się m.in. na członkostwo w kołach gospodyń wiejskich oraz w zespołach ludowych.

Wykres 33 Członkowie grup artystycznych w domach, ośrodkach i centrach kultury, klubach i świetlicach w 2025 r.



Źródło: Badanie GUS (sprawozdanie K-07), stan na 31 XII

Z danych GUS wynika, że aktywny udział osób w wieku 60 lat lub więcej odnotowano w ramach działalności różnorodnych kół zainteresowań, klubów i sekcji w instytucjach kultury. Osoby starsze liczyły ponad 20% uczestników tych stałych form działalności.

### Wolontariat

W pierwszym kwartale 2022<sup>69)</sup> r. 30,7% mieszkańców Polski w wieku 60–64 lata przynajmniej raz świadczyło wolontariat w ciągu czterech tygodni poprzedzających badanie. W grupie wieku 65–89 lat odsetek wolontariuszy wyniósł 20,3%. Osoby w wieku 60–89 lat stanowiły łącznie nieco ponad jedną czwartą wszystkich wolontariuszy działających w Polsce.

Tabela 21 Osoby w wieku 15–89 lat świadczące wolontariat w 2022 r. (w ciągu 4 tygodni poprzedzających badanie)<sup>70)</sup>

| WYSZCZEGÓLNIENIE | Ogółem                                | Osoby świadczące wolontariat indywidualny                   |                                                            |                                                     |                   | Osoby świadczące wolontariat w ramach organizacji, instytucji |       |     |     |                  |
|------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------|-------|-----|-----|------------------|
|                  |                                       | razem                                                       | na rzecz                                                   |                                                     |                   | razem                                                         | w tym |     |     | sektor publiczny |
|                  | znajomych, przyjaciół, sąsiadów       |                                                             | osób nieznanomych                                          | społeczeństwa, środowiska naturalnego, miejscowości | sektor non-profit |                                                               |       |     |     |                  |
|                  |                                       | w tym                                                       |                                                            |                                                     |                   |                                                               |       |     |     |                  |
|                  | razem                                 | stowarzyszenia i podobne organizacje społeczne <sup>1</sup> | kościoty, wspólnoty lub organizacje religijne <sup>2</sup> |                                                     |                   |                                                               |       |     |     |                  |
|                  | w % wszystkich osób w danej kategorii |                                                             |                                                            |                                                     |                   |                                                               |       |     |     |                  |
| OGÓŁEM           |                                       |                                                             |                                                            |                                                     |                   |                                                               |       |     |     |                  |
| OGÓŁEM           | 28,4                                  | 26,5                                                        | 22,0                                                       | 5,8                                                 | 1,9               | 5,0                                                           | 3,4   | 1,9 | 1,5 | 1,3              |
| w tym 60-64 lata | 30,7                                  | 28,7                                                        | 24,7                                                       | 4,9                                                 | 2,5               | 4,5                                                           | 3,6   | 1,6 | 1,7 | 0,6              |
| 65-89 lat        | 20,3                                  | 18,6                                                        | 15,5                                                       | 3,0                                                 | 1,8               | 4,0                                                           | 3,2   | 1,2 | 2,1 | 0,6              |
| MĘŻCZYŹNI        |                                       |                                                             |                                                            |                                                     |                   |                                                               |       |     |     |                  |
| Razem            | 26,8                                  | 25,4                                                        | 21,0                                                       | 6,0                                                 | 1,9               | 4,1                                                           | 2,9   | 1,7 | 1,2 | 0,8              |
| w tym 60-64 lata | 27,9                                  | 26,4                                                        | 22,8                                                       | 4,9                                                 | 3,0               | 3,8                                                           | 2,9   | 1,5 | 0,9 | 0,4              |
| 65-89 lat        | 19,5                                  | 18,3                                                        | 14,9                                                       | 3,5                                                 | 1,9               | 3,3                                                           | 2,4   | 1,1 | 1,4 | 0,5              |
| KOBIETY          |                                       |                                                             |                                                            |                                                     |                   |                                                               |       |     |     |                  |
| Razem            | 29,9                                  | 27,5                                                        | 23,0                                                       | 5,7                                                 | 1,8               | 5,8                                                           | 3,9   | 2,2 | 1,7 | 1,9              |
| w tym 60-64 lata | 33,2                                  | 30,8                                                        | 26,3                                                       | 4,9                                                 | 2,1               | 5,0                                                           | 4,2   | 1,6 | 2,4 | 0,8              |
| 65-89 lat        | 20,9                                  | 18,9                                                        | 15,8                                                       | 2,6                                                 | 1,7               | 4,5                                                           | 3,7   | 1,2 | 2,6 | 0,7              |

Źródło: Badanie „Praca niezarobkowa poza gospodarstwem domowym”, GUS

Zaangażowanie w wolontariat było wyższe wśród kobiet niż wśród mężczyzn. W grupie wieku 60–64 lata przewaga kobiet nad mężczyznami zaangażowanymi w wolontariat wyniosła 5,3 p. proc. (33,2% kobiet i 27,9% mężczyzn świadczyło wolontariat). Wśród osób w wieku 65–89 lat różnica była mniejsza i wyniosła 1,4 p. proc. (20,9% kobiet wobec 19,5% mężczyzn).

### Rady seniorów

Rady seniorów są podmiotami o charakterze konsultacyjnym, doradczym i inicjatywnym. Głównym celem ich działania jest integracja, wspieranie i reprezentowanie środowisk seniorów poprzez współpracę z władzami gminy, przedstawianie propozycji zadań i działań na rzecz seniorów, wydawanie opinii i formułowanie wniosków służących rozwojowi działalności samorządu terytorialnego na rzecz seniorów, zgłaszanie uwag do aktów prawa miejscowego, wspieranie

<sup>69)</sup> Do przygotowania opracowania zostały wykorzystane najnowsze, dostępne wyniki badań prowadzonych przez Główny Urząd Statystyczny. Odwołanie do ubiegłych lat wynika z faktu, że niektóre badania, ze względu na ich częstotliwość są publikowane w cyklu kilkuletnim.

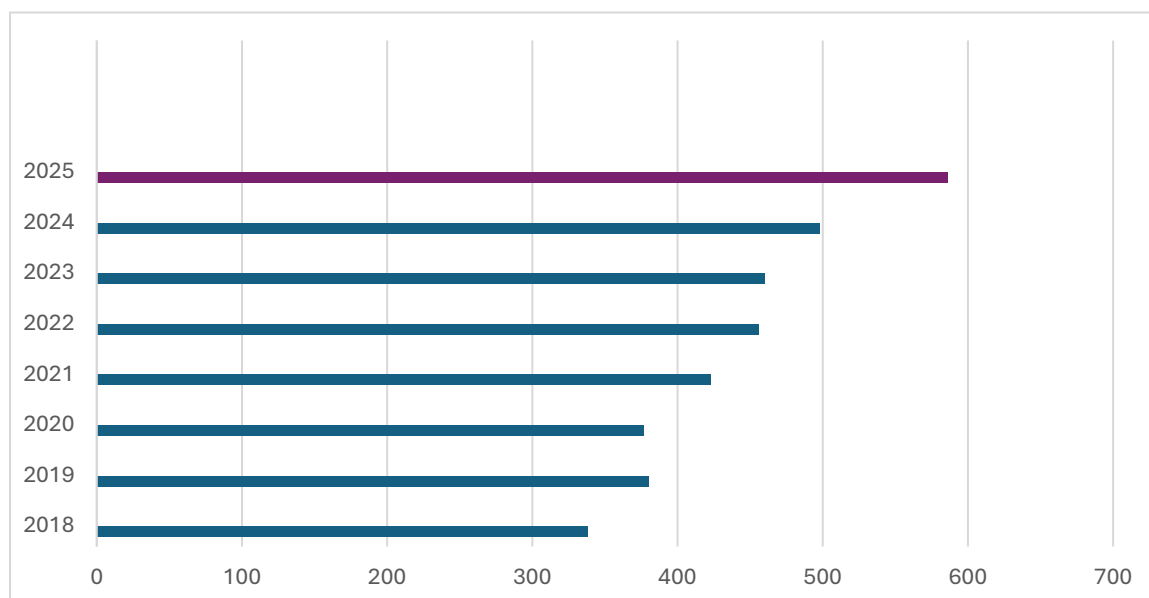
<sup>70)</sup> 1. Stowarzyszenia (w tym: kluby sportowe, ochotnicze straże pożarne, rady rodziców, stowarzyszenia zwykłe), podobne organizacje społeczne (np. koła łowieckie, Polski Czerwony Krzyż), fundacje oraz grupy nieformalne.  
2. Kościoły, wspólnoty lub organizacje religijne albo placówki przez nie prowadzone.

wszelkich form aktywności seniorów, działania na rzecz umacniania międzypokoleniowych więzi społecznych oraz upowszechnianie wiedzy o potrzebach, prawach i możliwościach osób starszych.

Członkowie gminnych rad seniorów pełnią swoje funkcje społecznie. Rada seniorów powoływana jest przez radę gminy, która nadaje jej statut określając w nim m.in. tryb wyboru jej członków i zasady działania oraz dążąc do wykorzystania potencjału działających organizacji osób starszych oraz podmiotów działających na rzecz osób starszych, a także zapewnienia sprawnego sposobu wyboru członków gminnej rady seniorów.

Zgodnie z danymi Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji na koniec 2025 r. w Polsce funkcjonowało 586 gminnych rad seniorów<sup>71)</sup> tj. o 88 więcej niż rok wcześniej (wzrost o 17,7%). Rady seniorów działały w 23,7% gmin w Polsce wobec 20,1% w 2024 roku. Największy wzrost liczby rad odnotowano w województwach mazowieckim (o 24), zachodniopomorskim (o 12) i wielkopolskim (o 11). Dane wskazują na rozwój tej formy reprezentacji osób starszych w samorządach.

Wykres 34 Rady seniorów w latach 2016–2025



Źródło: dane z Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji

Kierunek zmian potwierdzają także ostatnie dane przekazane przez Pełnomocników Wojewodów do spraw Polityki Senioralnej<sup>72)</sup>, zgodnie z którymi w lipcu 2026 r. w Polsce funkcjonowało łącznie 699 rad seniorów, w tym już 634 na poziomie gmin.

Wobec postępujących zmian demograficznych istotne pozostaje rozwijanie tej formy partycypacji społecznej umożliwiających osobom starszym udział w kształtowaniu polityk lokalnych. Rady seniorów pełnią tę rolę poprzez identyfikowanie potrzeb osób starszych, reprezentowanie ich interesów oraz udział w konsultowaniu działań podejmowanych przez samorządy.

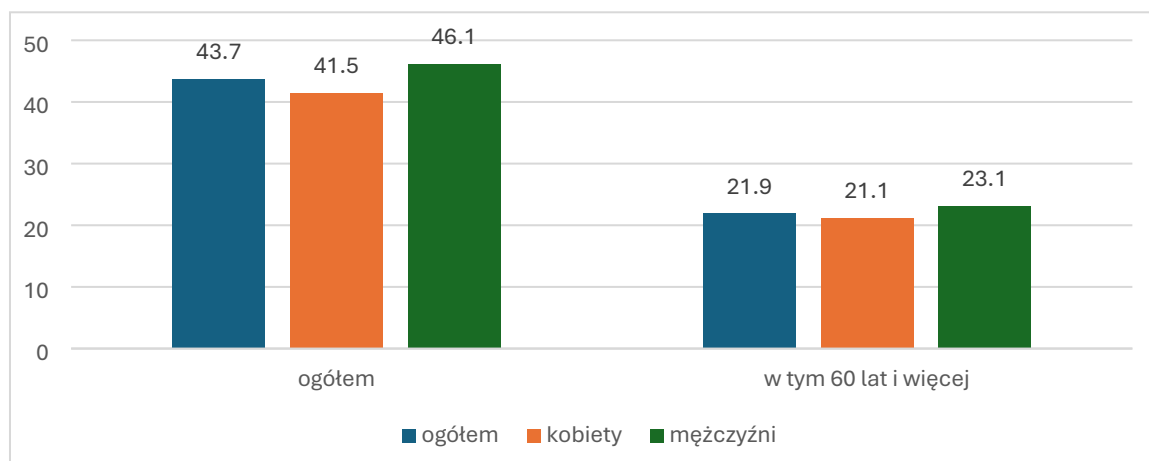
### Aktywność sportowa osób starszych

W okresie od 1.10.2024 r. do 30.09.2025 r. w zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej uczestniczyło 21,9% osób w wieku 60 lat i więcej (21,1% kobiet oraz 23,1% mężczyzn).

<sup>71)</sup> Powołanych zgodnie z art. 5c ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2025 poz. 1153).

<sup>72)</sup> dane DPS KPRM na podstawie Informacji: DS.WRM.4505.1.2026 stan na 31 lipca 2026 roku

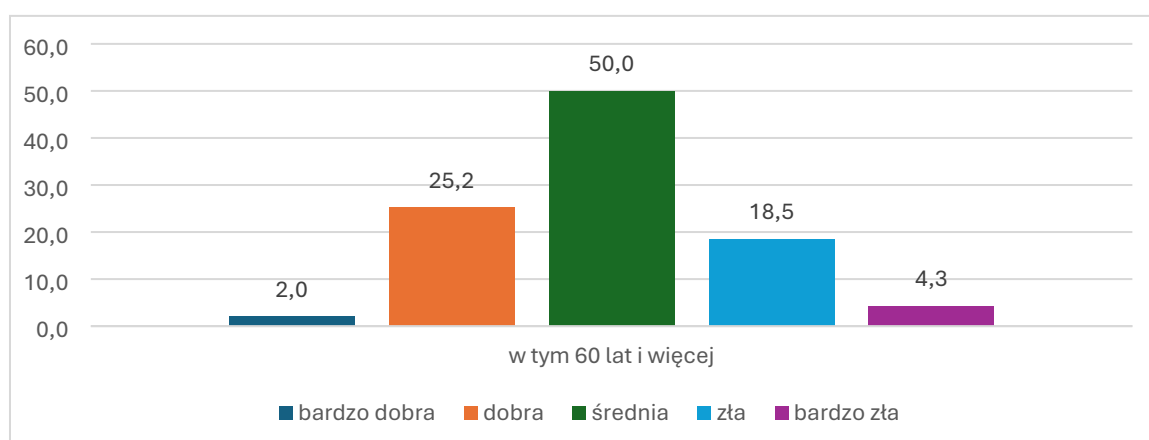
Wykres 35 Uczestnictwo członków gospodarstw domowych zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2025 r. (w%)



Źródło: Badanie "Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej", GUS

W porównaniu z poprzednią edycją badania (z 2021 r.) zaobserwowano wzrost liczby osób starszych aktywnych fizycznie o 3,6 p. proc. Bardzo dobrą i dobrą kondycję fizyczną miało (w subiektywnej ocenie) 27,2% seniorów (w 2021 r. – 28,8%), w tym jako osoby bardzo sprawne oceniło się 2,0% członków gospodarstw domowych. Osoby uznające swoją kondycję fizyczną jako złą lub bardzo złą stanowiły 22,8% badanych, podczas gdy w 2021 - 21,0%.

Wykres 36 Subiektywna ocena ogólnej sprawności (kondycji) fizycznej członków gospodarstw domowych w 2025 r. (w %)

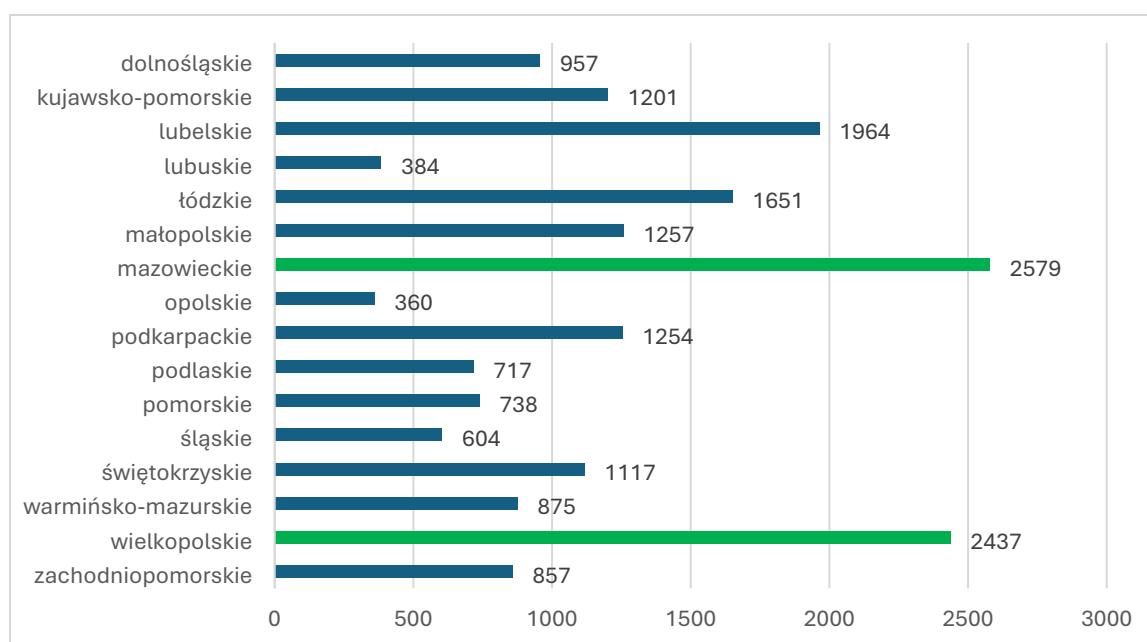


Źródło: Badanie "Uczestnictwo w sporcie i rekreacji ruchowej", GUS

### Koła gospodyń wiejskich

Od wielu lat zwiększa się liczba funkcjonujących Kół Gospodyń Wiejskich. To organizacje, które skupiają mieszkanki wsi i prowadzą wiele różnorodnych działań na rzecz lokalnej społeczności. Koła gospodyń wiejskich odpowiadają między innymi za: prowadzenie działalności społeczno-wychowawczej i oświatowo – kulturalnej w środowiskach wiejskich, prowadzenie działalności na rzecz wszechstronnego rozwoju obszarów wiejskich, wsparcie rozwoju przedsiębiorczości kobiet, inicjowanie i prowadzenie działań na rzecz poprawy warunków życia i pracy kobiet na wsi, upowszechnienie i rozwijanie form współdziałania, gospodarowania i racjonalnych metod prowadzenia gospodarstw domowych, reprezentowanie interesów środowiska kobiet wiejskich wobec organów administracji publicznej, rozwijanie kultury ludowej, w tym w szczególności kulturę lokalną i regionalną.

Wykres 37 Koła gospodyń wiejskich w 2025 r.



Źródło: dane z Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Zgodnie z danymi przekazanymi przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi w 2025 r. funkcjonowało 18 952 kół gospodyń wiejskich – najwięcej w woj. mazowieckim, woj. wielkopolskim i woj. lubelskim. W porównaniu do 2024 r. nastąpił wzrost o ponad 1 500 nowych KGW.

W 2025 r. koła gospodyń wiejskich liczyły 527 739 członków - kobiety stanowiły ponad 80% tej grupy. Osoby powyżej 60. roku życia stanowiły 33,2% wszystkich członków.

Łącznie w 2025 r. przekazano wsparcie dla KGW w wysokości 153,5 mln zł.

### Uczestnictwo osób starszych w podróżach

W 2025 r. wśród mieszkańców Polski w wieku 15 lat i więcej, odsetek osób w wieku 60 lat i więcej, które uczestniczyły w podróżach (krajowych i/lub zagranicznych), z co najmniej 1 noclegiem w celu prywatnym (wypoczynek, rekreacja i wakacje, odwiedziny u krewnych lub znajomych, zdrowotny, religijny, pielgrzymka, edukacyjny, zakupy) wyniósł 12,9%, tj. o 0,1 p. proc. więcej w porównaniu z rokiem poprzednim.

Mieszkańcy miast w wieku 60 lat i więcej uczestniczący w podróżach (krajowych i/lub zagranicznych), z co najmniej jednym noclegiem w celu prywatnym stanowili w 2025 r. 9,1% ogółu ludności w wieku 15 lat i więcej, a wsi – 3,8%.

## **PROGRAMY SKIEROWANE DO SENIORÓW**

### **Program wieloletni „Senior+” na lata 2021–2025 – edycja 2025**

W 2025 r. Minister do spraw Polityki Senioralnej kontynuował realizację programu wieloletniego „Senior+” na lata 2021–2025.

Celem programu było zwiększenie aktywnego uczestnictwa osób starszych w życiu społecznym poprzez rozwój sieci ośrodków wsparcia w środowisku lokalnym – Dziennych Domów „Senior+” i Klubów „Senior+”.

Z oferty ośrodków mogły korzystać osoby w wieku 60 lat i więcej, nieaktywne zawodowo. Ośrodki zapewniały seniorom możliwość korzystania z usług socjalnych, edukacyjnych, kulturalno-oświatowych, usług w zakresie aktywności ruchowej lub kinezyterapii, sportowo-rekreacyjnych, aktywizujących społecznie, w tym wolontariatu międzypokoleniowego, oraz terapii zajęciowej.

W edycji 2025 program był realizowany w dwóch modułach:

- Moduł 1 obejmował jednorazowe wsparcie finansowe na utworzenie lub wyposażenie Dziennych Domów „Senior+” i Klubów „Senior+”. Dofinansowanie mogło wynieść do 80% całkowitego kosztu realizacji zadania, nie więcej niż 400 tys. zł w przypadku Dziennego Domu „Senior+” i 200 tys. zł w przypadku Klubu „Senior+”.
- Moduł 2 służył dofinansowaniu bieżącego funkcjonowania już istniejących ośrodków wsparcia utworzonych w ramach programu. Miesięczne dofinansowanie jednego miejsca mogło wynieść do 400 zł w Dziennym Domu „Senior+” i do 200 zł w Klubie „Senior+”, a dotacja nie mogła przekroczyć 50% całkowitego kosztu realizacji zadania.

W ramach modułu 1 w 2025 r. utworzono 59 nowych ośrodków wsparcia „Senior+”, w tym 17 Dziennych Domów „Senior+” i 42 Kluby „Senior+”, oferujących łącznie 1232 miejsc.

W ramach modułu 2 dofinansowano bieżące funkcjonowanie 691 ośrodków wsparcia, w tym 274 Dziennych Domów „Senior+” i 417 Klubów „Senior+”.

W 2025 r. najwięcej nowych ośrodków „Senior+” w ramach modułu 1 utworzono w województwie małopolskim – 9, natomiast w module 2 największą liczbę ośrodków objęto dofinansowaniem w województwie mazowieckim – 77.

Na koniec 2025 r. w Polsce funkcjonowało łącznie 1187 ośrodków wsparcia „Senior+”, w tym 369 Dziennych Domów „Senior+” i 818 Klubów „Senior+”. Ośrodki oferowały łącznie 28678 miejsc, a z ich oferty skorzystało 34356 seniorów.

Na realizację programu w 2025 r. przeznaczono 60 mln zł. Wydatki wyniosły 55,955 mln zł.

Wyniki ewaluacji programu „Senior+” oraz wnioski z przeprowadzonych monitoringu potwierdziły zasadność kontynuowania rządowego dofinansowania, wskazując na potrzebę utrzymania istniejących i tworzenia nowych ośrodków wsparcia dla osób starszych. Rekomendacje z badania ewaluacyjnego uwzględniono w Priorycie V programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni Seniorzy – ASY” na lata 2026–2030, który przewiduje takie działania.

### **Opieka 75+**

W Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej realizowany jest program „Opieka 75+”, który skierowany jest do gmin miejskich, wiejskich oraz miejsko – wiejskich, liczących do 60 tys. mieszkańców.

Celem programu jest zwiększenie dostępności do usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych, dla osób w wieku 75 lat i więcej, które są osobami samotnymi, samotnie gospodarującymi, a także tych które pozostają w rodzinie. Wysokość dotacji celowej z budżetu państwa w roku bieżącym nie może przekroczyć 60% kosztów realizacji zadania.

W ramach programu, gmina przystępująca do jego realizacji, może skorzystać z dofinansowania ze środków budżetu państwa na świadczenie usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych, jeżeli:

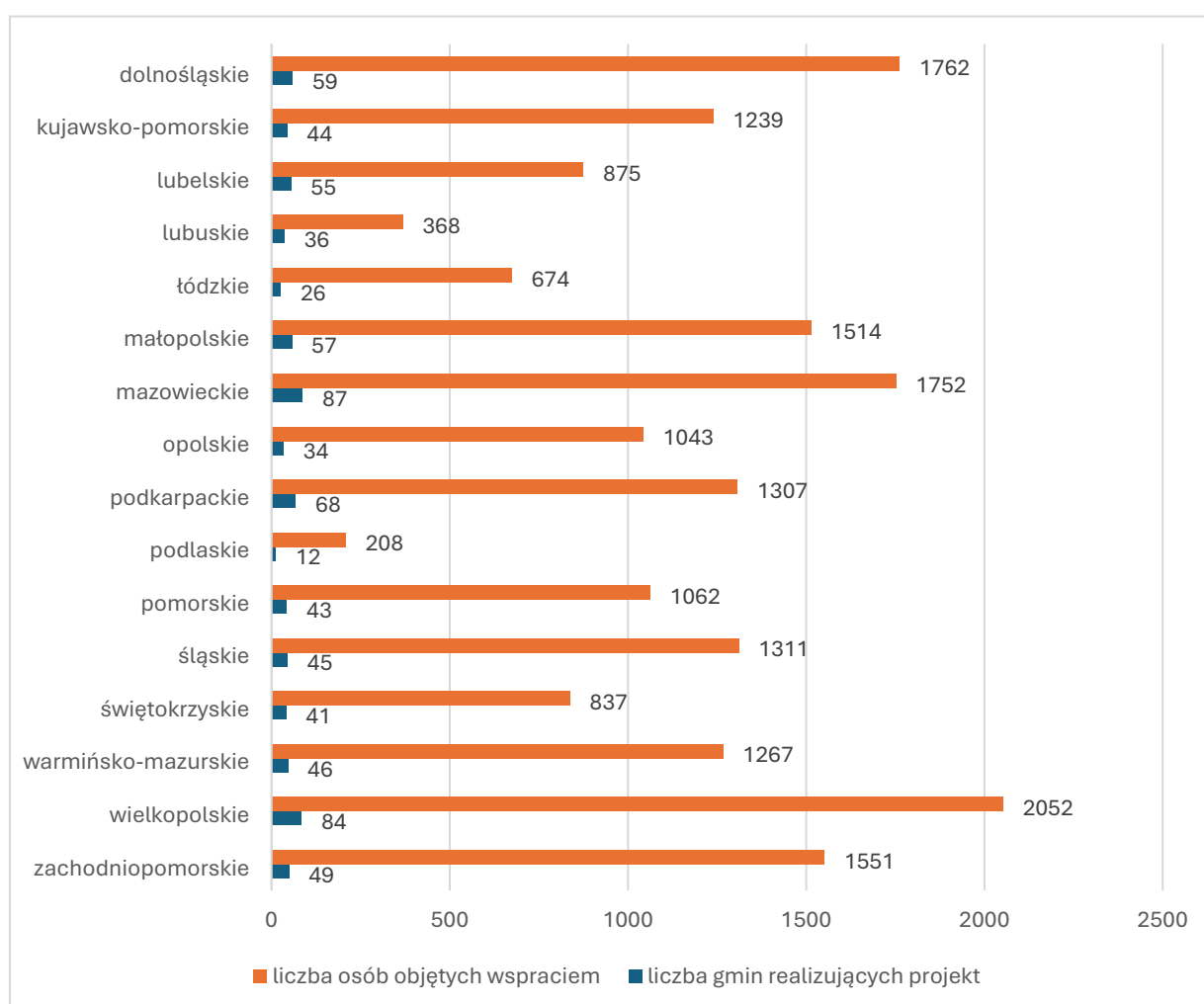
- 1) dane świadczenie realizuje samodzielnie tj. przez pracowników ośrodka pomocy społecznej, urzędu gminy lub innych gminnych jednostek organizacyjnych lub

- 2) zleca realizację przedmiotowego zadania organizacjom pozarządowym lub
- 3) kupuje usługi opiekuńcze od podmiotów sektora prywatnego.

Środki finansowe z programu mogą być przeznaczone na dofinansowanie do usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób w wieku 75 lat i więcej.

Zgodnie z danymi przekazanymi przez MRPiPS w 2025 r. program realizowało 786 gmin – najwięcej w woj. wielkopolskim, dolnośląskim i mazowieckim, a najmniej w woj. podlaskim. Oznacza to, że program realizowało około 31,78 % spośród 2 479 gmin w Polsce. Dla porównania w 2024 r. uczestniczyło w nim 691 gmin. Wsparciem w postaci usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług opiekuńczych, objęto w ramach programu łącznie 18 822 osób.

Wykres 38 Program Opieka 75+ w 2025 r.



Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

### **Korpus Wsparcia Seniorów**

Realizowany w Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej program „Korpus Wsparcia Seniorów” jest elementem polityki państwa w zakresie wsparcia działań na rzecz seniorów niesamodzielnym ze względu na wiek oraz stan zdrowia.

W roku 2025 program zakładał realizację dwóch Modułów:

Moduł I, którego celem było zapewnienie usług opiekuńczych w formie usług sąsiedzkich seniorom w wieku 60 lat i więcej. Usługi sąsiedzkie świadczone w ramach Modułu I obejmowały swoim zakresem pomoc w zaspokajaniu podstawowych potrzeb życiowych, podstawową opiekę higieniczno-pielęgniarską, przez którą należy rozumieć formy wsparcia niewymagające specjalistycznej wiedzy i kompetencji, oraz w miarę potrzeb i możliwości, zapewnienie kontaktów z otoczeniem.

Moduł II, którego celem była poprawa bezpieczeństwa oraz możliwości samodzielnego funkcjonowania w miejscu zamieszkania osób starszych przez zwiększanie dostępu do tzw. „opieki na odległość”, a także wsparcie gmin w realizacji świadczenia usług opiekuńczych.

W ramach Modułu II gminy mogły uzyskać wsparcie finansowe na dofinansowanie zakupu, jak również kosztów użytkowania tzw. opasek lub innych urządzeń bezpieczeństwa oraz na dofinansowanie kosztów użytkowania opasek lub innych urządzeń bezpieczeństwa zakupionych w ramach programu Korpus Wsparcia Seniorów w latach 2022–2024.

Na realizację programu w 2025 r. przeznaczono ogółem kwotę 65 mln zł.

| Województwo         | Przyznane limity środków w ramach programu "Korpus Wsparcia Seniorów" na rok 2025 (w tys. zł) | Liczba osób objętych wsparciem w ramach programu "Korpus Wsparcia Seniorów" na rok 2025 |              |               |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------|
|                     |                                                                                               | ogółem                                                                                  | Moduł I      | Moduł II      |
| dolnośląskie        | 4 863,37                                                                                      | 5 219                                                                                   | 125          | 5 094         |
| kujawsko-pomorskie  | 2 921,97                                                                                      | 811                                                                                     | 317          | 494           |
| lubelskie           | 2 523,07                                                                                      | 3 767                                                                                   | 157          | 3 610         |
| lubuskie            | 1 209,99                                                                                      | 1 860                                                                                   | 99           | 1 761         |
| łódzkie             | 3 385,01                                                                                      | 4 006                                                                                   | 103          | 3 903         |
| małopolskie         | 3 847,95                                                                                      | 3 135                                                                                   | 243          | 2 892         |
| mazowieckie         | 3 934,56                                                                                      | 3 388                                                                                   | 322          | 3 066         |
| opolskie            | 1 209,88                                                                                      | 1 332                                                                                   | 18           | 1 314         |
| podkarpackie        | 3 463,80                                                                                      | 3 850                                                                                   | 344          | 3 506         |
| podlaskie           | 2 004,29                                                                                      | 1 503                                                                                   | 108          | 1 395         |
| pomorskie           | 3 780,83                                                                                      | 2 536                                                                                   | 378          | 2 158         |
| śląskie             | 6 470,68                                                                                      | 6 506                                                                                   | 165          | 6 341         |
| świętokrzyskie      | 2 246,82                                                                                      | 1 402                                                                                   | 300          | 1 102         |
| warmińsko-mazurskie | 2 364,93                                                                                      | 2 723                                                                                   | 186          | 2 537         |
| wielkopolskie       | 5 641,05                                                                                      | 5 248                                                                                   | 350          | 4 898         |
| zachodniopomorskie  | 2 989,81                                                                                      | 3 312                                                                                   | 218          | 3 094         |
| <b>RAZEM</b>        | <b>52 858,02</b>                                                                              | <b>50 598</b>                                                                           | <b>3 433</b> | <b>47 165</b> |

Źródło: dane z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

Z analizy przekazanych danych wynika, że w 2025 r. w programie uczestniczyło ogółem 1 107 gmin, w tym 234 gmin realizowało oba moduły. Wsparciem w ramach programu objęto 50 598 osób, w tym 3 433 osoby w ramach Modułu I. Wysokość środków wydatkowanych na jego realizację w 2025 r. wyniosła 52 858 tys. zł.

Biorąc pod uwagę powyższe dane, należy wskazać na rozwój i stopniowe poszerzanie oferty usług kierowanych do osób starszych. Istotne pozostaje zwiększanie ich dostępności oraz

dostosowywanie do zróżnicowanych i zmieniających się potrzeb seniorów. Rozwój tych działań sprzyja wzmocnieniu samodzielności i aktywności osób starszych, a także przeciwdziałaniu ich izolacji i wykluczeniu społecznemu.

### **Szkoła Międzypokoleniowa**

Projekt realizowany w 2025 r. przez Minister do spraw Polityki Senioralnej we współpracy z Ministerstwem Cyfryzacji, Ministerstwem Edukacji Narodowej oraz NASK – Państwowym Instytutem Badawczym miał przeciwdziałać wykluczeniu cyfrowemu osób starszych oraz wzmocniać więzi międzypokoleniowe. W ramach projektu uczniowie, pod opieką nauczycieli, pełnili funkcję mentorów, pomagając seniorom w nabywaniu umiejętności korzystania z Internetu, aplikacji i usług cyfrowych oraz rozpoznawania zagrożeń w sieci. W przedsięwzięciu uczestniczyły 1554 szkoły, które zorganizowały ponad 5500 warsztatów z udziałem 10 349 seniorów i 11 260 uczniów.

### **„Warto wiedzieć – poradnik dla seniora: jak zadbać o swoje bezpieczeństwo”**

Pilotażowy program edukacji prawnej zrealizowany w 2025 r. przez Minister do spraw Polityki Senioralnej we współpracy z Ministrem Sprawiedliwości na terenie województwa świętokrzyskiego. Jego celem było zwiększenie świadomości prawnej osób starszych oraz wzmocnienie ich ochrony przed zagrożeniami prawnymi, finansowymi i społecznymi. W ramach programu przeprowadzono 13 spotkań z udziałem prawie 1000 seniorów. Szkolenia, prowadzone przez praktyków, w tym sędziów, policjantów, notariuszy i rzeczników konsumentów, obejmowały zagadnienia dotyczące przeciwdziałania oszustwom, bezpieczeństwa w Internecie, przemocy domowej, zarządzania majątkiem oraz ochrony praw konsumentów.

### **„Rodzinne Hasło”**

Kampania społeczna zrealizowana z inicjatywy Minister do spraw Polityki Senioralnej w dniach 12–28 grudnia 2025 r. Jej celem było zwiększenie bezpieczeństwa osób starszych poprzez przeciwdziałanie oszustwom telefonicznym, w szczególności popełnianym metodą „na wnuczka”. W ramach kampanii przygotowano i wyemitowano spot zachęcający rodziny do ustalenia wspólnego hasła, umożliwiającego weryfikację tożsamości osoby podającej się podczas rozmowy telefonicznej za członka rodziny i proszącej o pomoc finansową.

### **CEDUR – edukacja finansowa osób starszych**

Projekt edukacyjny prowadzony przez Komisję Nadzoru Finansowego we współpracy z Minister do spraw Polityki Senioralnej, obejmujący m.in. webinaria skierowane do seniorów i ich opiekunów. Departament Polityki Senioralnej KPRM kształtował tematykę szkoleń, przedstawiając propozycje zagadnień uwzględniających potrzeby osób starszych. W grudniu 2025 r. zaproponowano rozszerzenie tematyki na 2026 r. o zagadnienia związane z bezpieczeństwem finansowym, w tym oszustwami z wykorzystaniem sztucznej inteligencji, oszustwami na urządzeniach mobilnych oraz bezpiecznym korzystaniem z płatności cyfrowych.

## **8. Równe traktowanie i przeciwdziałanie dyskryminacji i przemocy**

Podstawę prawną zasady równego traktowania i zakazu dyskryminacji w Polsce stanowi Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. Zgodnie z jej art. 32 wszyscy są wobec prawa równi i mają prawo do równego traktowania przez władze publiczne. Nikt nie może być dyskryminowany w życiu politycznym, społecznym lub gospodarczym z jakiejkolwiek przyczyny.

Działania na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej, w tym przemocy wobec osób starszych, realizowane są na podstawie ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej<sup>73</sup> oraz Rządowego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej na lata 2024–2030.

Przepisy ustawy obejmują różne kategorie osób doznających przemocy domowej, w tym osoby starsze i osoby z niepełnosprawnościami. Jednym z podstawowych instrumentów interwencji i udzielania pomocy jest procedura „Niebieskie Karty”, wszczynana w przypadku uzasadnionego podejrzenia stosowania przemocy domowej albo w wyniku zgłoszenia dokonanego przez świadka przemocy.

Rządowy Program Przeciwdziałania Przemocy Domowej na lata 2024–2030 przewiduje działania w zakresie profilaktyki, ochrony i wsparcia osób doznających przemocy domowej, oddziaływania na osoby stosujące przemoc oraz podnoszenia kompetencji przedstawicieli instytucji realizujących zadania w tym obszarze.

W 2025 r. w statystykach Policji<sup>74</sup> odnotowano 91 330 osób doznających przemocy domowej, w tym 8 458 osób w wieku 66 lat i więcej, co stanowiło 9,3% ogółu. Wśród osób w tej grupie wiekowej 6 363 stanowiły kobiety (75,2%), a 2 095 mężczyzn (24,8%).

Najwięcej kobiet w wieku 66 lat i więcej doznających przemocy domowej odnotowano na terenie działania Komendy Wojewódzkiej Policji w Radomiu (546), Komendy Wojewódzkiej Policji we Wrocławiu (545) oraz Komendy Wojewódzkiej Policji w Łodzi (515). Wśród mężczyzn w tej grupie wiekowej najwyższe liczby odnotowano na terenie działania Komendy Wojewódzkiej Policji we Wrocławiu (196), Komendy Wojewódzkiej Policji w Radomiu (192) oraz Komendy Wojewódzkiej Policji w Łodzi (182).

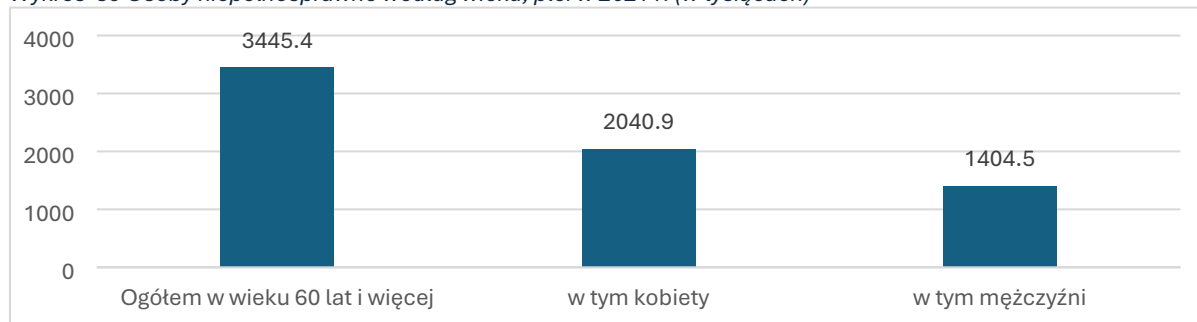
2025 r. w statystykach Policji dotyczących przestępczości odnotowano 72 005 pokrzywdzonych w wieku 60 lat i więcej, w tym 34 398 kobiet (47,8%) oraz 37 605 mężczyzn (52,2%).

Najwięcej pokrzywdzonych w tej grupie wiekowej odnotowano w województwach mazowieckim (8 806 osób), śląskim (8 305 osób) oraz dolnośląskim (8 188 osób). Najmniej przypadków zarejestrowano w województwach opolskim (1 649 osób), podlaskim (1 839 osób) i lubuskim (2 000 osób).

## 9. Sytuacja niepełnosprawnych osób starszych

Zgodnie z danymi z Narodowego Spisu Powszechnego 2021 w Polsce było prawie 5,5 mln osób z niepełnosprawnością, w tym prawie 3,5 mln stanowiły osoby w wieku 60 lat i więcej. W grupie starszych osób z niepełnosprawnością dominowały kobiety (stanowiły 59%).

Wykres 39 Osoby niepełnosprawne według wieku, płci w 2021 r. (w tysiącach)



Źródło: dane z Narodowego Spisu Powszechnego 2021, GUS

<sup>73</sup> Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz. U. z 2024 r. poz. 1673).

<sup>74</sup> na podstawie danych MSWiA

Najwięcej osób starszych z niepełnosprawnością odnotowano w woj. mazowieckim (426,6 tys. osób) oraz woj. śląskim (389,5 tys. osób), natomiast najmniej w woj. opolskim (82,4 tys. osób), a także w woj. podlaskim (103,4 tys. osób).

Instrumenty wsparcia aktywizacji zawodowej na podstawie przepisów ustawy<sup>75)</sup> nie są kierowane do osób 60+, ale ogólnie do osób niepełnosprawnych. Instrumenty realizowane przez powiatowe urzędy pracy – są dostępne także dla seniorów, w tym emerytów, po zarejestrowaniu w urzędzie pracy jako poszukująca pracy i niepozostająca w zatrudnieniu.

## **INSTRUMENTY WSPARCIA DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ**

### **Dofinansowanie rozpoczęcia działalności gospodarczej**

Osoba z niepełnosprawnością (zarejestrowana w powiatowym urzędzie pracy jako bezrobotna albo poszukująca pracy) może otrzymać ze środków PFRON jednorazowo środki na podjęcie działalności gospodarczej, rolniczej albo na podjęcie działalności w formie spółdzielni socjalnej na jednego członka założyciela spółdzielni oraz na jednego członka przystępującego do spółdzielni socjalnej po jej założeniu, w wysokości określonej w umowie zawartej ze starostą:

- nie wyższej niż sześciokrotność przeciętnego wynagrodzenia, w przypadku zobowiązania do prowadzenia działalności gospodarczej, rolniczej lub członkostwa w spółdzielni socjalnej nieprzerwanie przez okres co najmniej 12 miesięcy,
- wynoszącej od sześciokrotności do piętnastokrotności przeciętnego wynagrodzenia, w przypadku zobowiązania do prowadzenia działalności gospodarczej, rolniczej lub członkostwa w spółdzielni socjalnej nieprzerwanie przez okres co najmniej 24 miesięcy

– jeżeli nie otrzymała bezzwrotnych środków publicznych na ten cel.

### **Dofinansowanie do oprocentowania kredytu bankowego**

Osoba z niepełnosprawnością prowadząca działalność gospodarczą albo własne lub dzierżawione gospodarstwo rolne może otrzymać ze środków PFRON dofinansowanie do wysokości 50% oprocentowania kredytu bankowego zaciągniętego na kontynuowanie tej działalności, jeżeli:

- nie korzystała z pożyczki na podjęcie działalności gospodarczej lub rolniczej albo pożyczka została w całości spłacona lub umorzona;
- nie otrzymała bezzwrotnych środków na podjęcie działalności gospodarczej lub rolniczej albo prowadziła tę działalność co najmniej przez 24 miesiące od dnia otrzymania pomocy na ten cel.

### **Refundacja składek – obowiązkowe składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe**

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych refunduje:

- osobie niepełnosprawnej wykonującej działalność gospodarczą obowiązkowe składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe do wysokości odpowiadającej wysokości składki,
- niepełnosprawnemu rolnikowi lub rolnikowi zobowiązanemu do opłacania składek za niepełnosprawnego domownika, składki na ubezpieczenia społeczne rolników – wypadkowe, chorobowe, macierzyńskie oraz emerytalno-rentowe – pod warunkiem opłacenia tych składek w całości najpóźniej w dniu złożenia wniosku.

Refundacja dla niepełnosprawnego przedsiębiorcy przysługuje w wysokości:

---

<sup>75)</sup> o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2025 r. poz. 913 i 1301).

- 100% kwoty obowiązkowych składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe – w przypadku osób zaliczonych do znacznego stopnia niepełnosprawności;
- 60% kwoty obowiązkowych składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe – w przypadku osób zaliczonych do umiarkowanego stopnia niepełnosprawności;
- 30% kwoty obowiązkowych składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe – w przypadku osób zaliczonych do lekkiego stopnia niepełnosprawności.

### **Refundacja składek – obowiązkowe składki na ubezpieczenia społeczne**

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych refunduje:

- osobie z niepełnosprawnością wykonującej działalność gospodarczą obowiązkowe składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe;
- rolnikowi z niepełnosprawnością lub rolnikowi zobowiązanemu do opłacania składek za domownika z niepełnosprawnością – składki na ubezpieczenia społeczne rolników: wypadkowe, chorobowe, macierzyńskie oraz emerytalno-rentowe.

Refundacja składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe osoby z niepełnosprawnością wykonującej działalność gospodarczą przysługuje w wysokości:

- 100% kwoty obowiązkowych składek – w przypadku osób zaliczonych do znacznego stopnia niepełnosprawności;
- 60% kwoty obowiązkowych składek – w przypadku osób zaliczonych do umiarkowanego stopnia niepełnosprawności;
- 30% kwoty obowiązkowych składek – w przypadku osób zaliczonych do lekkiego stopnia niepełnosprawności.

### **ŚWIADCZENIA DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ**

#### **„Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego”**

Celem programu jest zapewnienie możliwości skorzystania przez osoby z niepełnosprawnością z pomocy asystenta przy wykonywaniu codziennych czynności i funkcjonowaniu w życiu społecznym, ograniczenie skutków niepełnosprawności oraz stymulowanie ww. osób do podejmowania aktywności i umożliwienie im realizowania prawa do niezależnego życia. Ważnym ich aspektem jest także przeciwdziałanie dyskryminacji ze względu na niepełnosprawność oraz wykluczeniu społecznemu osób niepełnosprawnych, umożliwienie osobom niepełnosprawnym uczestnictwa w życiu lokalnej społeczności. Beneficjentami programów są m.in. osoby z niepełnosprawnościami posiadające orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności lub o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności albo traktowane na równi z orzeczeniami wymienionymi powyżej, zgodnie z ustawą<sup>76)</sup>.

W 2025 r. w ramach Programu dla Jednostek Samorządu Terytorialnego wsparciem objęto łącznie 40 546 kobiet powyżej 60. roku życia i mężczyzn powyżej 65. roku życia<sup>77)</sup>.

<sup>76)</sup> art. 5 i art. 62 ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2024 r. poz. 44, z późn. zm.).

<sup>77)</sup> zgodnie z danymi MRiPS-05 za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12. 2025 r.

W podziale na województwa liczba uczestników wyniosła: dolnośląskie – 2678, kujawsko-pomorskie – 2564, lubelskie – 3748, lubuskie – 1451, łódzkie – 1319, małopolskie – 4104, mazowieckie – 2410, opolskie – 1283, podkarpackie – 3032, podlaskie – 1078, pomorskie – 3527, śląskie – 3689, świętokrzyskie – 3914, warmińsko-mazurskie – 2124, wielkopolskie – 2575 oraz zachodniopomorskie – 1050.

### **„Opieka Wytchnieniowa” dla Jednostek Samorządu Terytorialnego**

Głównym celem usługi opieki wytchnieniowej świadczonej w ramach ww. programów jest odciążenie członków rodzin lub opiekunów osób z niepełnosprawnościami zaangażowanych na co dzień w sprawowanie opieki nad osobami niepełnosprawnymi, poprzez udzielenie im wsparcia w wykonywaniu codziennych obowiązków opiekuńczych i zapewnienie im w tym zakresie czasowego zastępstwa. Dzięki temu wsparciu zyskują oni czas, który mogą wykorzystać zarówno na odpoczynek czy regenerację, jak i na załatwienie niezbędnych życiowych spraw. Usługa opieki wytchnieniowej może również służyć zabezpieczeniu potrzeb osób z niepełnosprawnościami w sytuacji, gdy opiekunowie z różnych powodów nie mogą wykonywać swoich obowiązków.

Adresatami usług opieki wytchnieniowej są członkowie rodzin lub opiekunowie sprawujący bezpośrednią opiekę nad m. in. osobami niepełnosprawnymi posiadającymi orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności albo orzeczenie traktowane na równi z orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności, zgodnie z ustawą<sup>78)</sup>.

W 2025 r. w ramach Programu dla Jednostek Samorządu Terytorialnego wsparciem objęto łącznie 15 306 osób starszych w wieku 60 lat i więcej.

W podziale na województwa liczba osób starszych objętych tych programem wyniosła: dolnośląskie – 774, kujawsko-pomorskie – 893, lubelskie – 1114, lubuskie – 378, łódzkie – 518, małopolskie – 1892, mazowieckie – 936, opolskie – 379, podkarpackie – 1363, podlaskie – 280, pomorskie – 1574, śląskie – 1881, świętokrzyskie – 1192, warmińsko-mazurskie – 390, wielkopolskie – 1211 oraz zachodniopomorskie – 531.<sup>79)</sup>

### **”Centra Opiekuńczo-Mieszkalne”**

Głównym założeniem programu jest stworzenie warunków dla jednostek samorządu terytorialnego szczebla gminnego i powiatowego, pozwalających na tworzenie i utrzymanie placówek pobytu dziennego lub całodobowego dla osób z niepełnosprawnościami. Centra te mają za zadanie poprawić sytuację osób z niepełnosprawnościami, dając im szansę na samodzielne i niezależne życie. Centra opiekuńczo-mieszkalne przeznaczone są dla dorosłych osób niepełnosprawnych z orzeczeniem o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, o których mowa w ustawie<sup>80)</sup> oraz orzeczeniem traktowanym na równi z orzeczeniem o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności w rozumieniu ww. ustawy.

Według stanu na 31 grudnia 2025 r. funkcjonowało 88 centrów opiekuńczo-mieszkalnych. Z ich usług skorzystało łącznie 2121 osób, w tym 1284 osoby w ramach pobytu dziennego oraz 837 osób w ramach pobytu całodobowego.

---

<sup>78)</sup> art. 5 i art. 62 ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych

<sup>79)</sup> zgodnie z danymi MRiPS za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12. 2025 r.

<sup>80)</sup> Ustawa z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych

### **Świadczenie uzupełniające**

Świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji to dodatkowe środki służące zaspokajaniu potrzeb życiowych dorosłych osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji, ze względu na zwiększone koszty związane z pielęgnacją, rehabilitacją i opieką medyczną. Warunki przyznawania: ukończony 18 r.ż., posiadanie orzeczenia o niezdolności do samodzielnej egzystencji, spełnienie kryterium dochodowego. Przysługuje w wysokości nie wyższej niż 500 zł miesięcznie. Zróżnicowanie wysokości świadczenia zależy od łącznej kwoty świadczeń pobieranych przez osobę uprawnioną ze środków publicznych (przy zastosowaniu formuły "złotówka za złotówkę"). Brak waloryzacji samego świadczenia – corocznej waloryzacji (od 1 marca) podlega próg dochodowy uprawniający do jego otrzymania.

Na koniec 2025 r. liczba osób zaliczonych do stopnia niepełnosprawności powyżej 16. roku życia wyniosła 3095 572 i była o 185 607 osób (6,4%) wyższa niż na koniec 2024 r.

Wzrosła również liczba osób starszych zaliczonych do stopnia niepełnosprawności – z 1 562 116 w 2024 r. do 1 691 259 w 2025 r., tj. o 129 143 osoby (8,3%)<sup>81</sup>.

### **Świadczenie wspierające**

Zgodnie z ustawą<sup>82)</sup> świadczenie wspierające przysługuje osobie w wieku od ukończenia 18. roku życia posiadającej decyzję ustalającą poziom potrzeby wsparcia, o której mowa w ustawie<sup>83)</sup>, w której potrzebę wsparcia określono na poziomie od 70 do 100 punktów w skali potrzeby wsparcia.

Celem świadczenia wspierającego jest udzielenie osobom niepełnosprawnym mającym potrzebę wsparcia pomocy służącej częściowemu pokryciu wydatków związanych z zaspokojeniem szczególnych potrzeb życiowych tych osób. Świadczenie wspierające przysługuje miesięcznie w wysokości od 40 do 220% renty socjalnej. Wysokość świadczenia uzależniona jest od liczby punktów w skali potrzeby wsparcia.

Na koniec grudnia 2025 r. świadczenie wspierające pobierało ponad 255 tys. osób.

Przedstawione dane wskazują na konieczność wsparcia osób starszych z niepełnosprawnościami. Postępujące zmiany demograficzne i starzenie się społeczeństwa wymagają rozwijania rozwiązań odpowiadających na zróżnicowane potrzeby tej grupy.

Działania podejmowane zarówno na poziomie krajowym, jak i regionalnym powinny zmierzać ku dostosowaniu usług społecznych i zdrowotnych tak, by sprzyjały one jak najdłuższemu zachowaniu samodzielności i niezależności oraz przeciwdziały samotności i wykluczeniu społecznemu.

## **10. Wybrane elementy jakości życia**

### **Satysfakcja z życia wg Eurostatu**

Satysfakcja z życia to subiektywna ocena ogólnego zadowolenia z życia. Na jej poziom mają wpływ zarówno czynniki zewnętrzne jak i wewnętrzne. Są to m. in: wiek, poziom wykształcenia, sytuacja rodzinna i finansowa, zdrowie, umiejętność radzenia sobie ze stresem, poczucie bezpieczeństwa czy niezależność i samodzielne funkcjonowanie w życiu codziennym.

---

<sup>81</sup> zgodnie z danymi MRiPS za 2025 r., wg stanu na dzień 31.12. 2025 r.

<sup>82)</sup> Ustawa z dnia 7 lipca 2023 r. o świadczeniu wspierającym (Dz. U. z 2023 r. poz. 1429, 2760).

<sup>83)</sup> art. 6b3 ust. 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych

Zgodnie z danymi Eurostatu w 2025 r. średnia ocena satysfakcji z życia w UE wyniosła 7,2 w skali od 0 do 10. W Polsce była wyższa od średniej unijnej i wyniosła 7,7.

Wśród osób w wieku 65 lat i więcej średnia ocena satysfakcji z życia wyniosła 7,1 w UE i 7,6 w Polsce. W latach 2023–2025 wartości wskaźnika dla Polski nieznacznie wzrosły – o 0,1 punktu wśród osób w wieku 16 lat i więcej oraz o 0,2 punktu wśród osób w wieku 65 lat i więcej. W tym samym okresie średnia dla UE wśród osób w wieku 16 lat i więcej obniżyła się o 0,1 punktu, natomiast wśród osób w wieku 65 lat i więcej pozostała na tym samym poziomie.<sup>84</sup>

Biorąc pod uwagę poziom zadowolenia z życia, w 2025 r. wśród mieszkańców UE w wieku 65 lat i więcej 19,6% oceniało swoją satysfakcję z życia jako wysoką, 61% – jako średnią, a 19,4% – jako niską.

W Polsce sytuacja ta wyglądała korzystniej – wysoki poziom satysfakcji z życia wskazało prawie 25,6% osób w wieku 65 lat i więcej, prawie 64% oceniło ją na średnim i o 9 p. proc. mniej niż w UE (10,4%) na poziomie niskim.

Biorąc pod uwagę zróżnicowanie ze względu na płeć, kobiety w wieku 65 lat i więcej w Polsce zdecydowanie częściej oceniały swoją satysfakcję z życia na poziomie wysokim (w UE 19,0%, w Polsce 25,5%).

Średnią satysfakcję z życia wykazało 64,6% mężczyzn w wieku 65 lat i więcej (w UE 62,1%) oraz 63,7% kobiet w tym wieku (w UE 60,3%). Natomiast niski poziom satysfakcji w Polsce ukształtował się – w przypadku kobiet na poziomie 10,8% oraz 9,7% mężczyzn (w UE odpowiednio wyniósł on na poziomie 20,7% oraz 17,5%).<sup>85</sup>

### Zadowolenie z życia

Zgodnie z raportem CBOS z 2025 r.<sup>86</sup> 74% osób w wieku 65 lat i więcej deklarowały zadowolenie z całego życia, 22% osób – średnie zadowolenie, 3% – niezadowolenie. Zaledwie 1% osób w wieku 65 lat i więcej zadeklarował problem z określeniem się lub odmówił odpowiedzi.

Jednocześnie, osoby w wieku 65 lat i więcej są jedną z najbardziej licznych grup badanych (15%), które deklarują samotne spędzanie czasu wolnego<sup>87</sup>.

---

<sup>84</sup> Overall life satisfaction by sex, age and educational attainment, Eurostat, DOI: 10.2908/ilc\_pw01.

<sup>85</sup> Overall life satisfaction by level of satisfaction, age and educational attainment, Eurostat, DOI:10.2908/ilc\_pw05

<sup>86</sup> Raport „Zadowolenie z życia w roku 2025”, nr 3/2026, CBOS

<sup>87</sup> Raport Więzy społeczne, nr 90/2024, CBOS

# Ocena realizacji polityki senioralnej oraz wnioski i rekomendacje

## Polityka senioralna – ocena działań prowadzonych w 2025 roku

Polityka senioralna obejmuje wiele dziedzin życia społecznego i nie ogranicza się do zabezpieczenia społecznego ani pomocy społecznej. Jej celem jest tworzenie warunków godnego i zdrowego starzenia się, wspieranie aktywności oraz poprawa jakości życia osób starszych. W obliczu postępującego starzenia się społeczeństwa wymaga ona skoordynowanych działań w wielu obszarach polityki publicznej, obejmujących m.in. ochronę zdrowia, mieszkalnictwo, bezpieczeństwo, kulturę, edukację i dostępność.

W 2025 r. Minister do spraw Polityki Senioralnej podejmowała działania w obszarach wskazanych w rekomendacjach zawartych w „Informacji o sytuacji osób starszych w Polsce za 2024 r.”. Obejmowały one w szczególności:

- **Dostępność świadczeń zdrowotnych i rozwój opieki geriatrycznej** – w 2025 r. rekomendacje dotyczące zwiększania dostępności świadczeń zdrowotnych dla osób starszych, w szczególności opieki specjalistycznej, geriatrycznej i rehabilitacji, pozostawały aktualne. Ważnym elementem działań na rzecz poprawy sytuacji zdrowotnej seniorów były prace nad rozwiązaniami w zakresie chorób otępiennych oraz koordynacji opieki długoterminowej. Nadal istotne pozostaje rozwijanie opieki geriatrycznej, zwiększanie dostępności specjalistów oraz uwzględnianie wielochorobowości i ograniczonej mobilności starszych pacjentów w udzielaniu świadczeń i organizacji systemu ochrony zdrowia.
- **Systemowa koordynacja opieki długoterminowej** – w 2025 r. kontynuowano prace nad rozwiązaniami służącymi koordynacji opieki długoterminowej. Działania prowadzono m.in. w ramach Międzyresortowego Zespołu do spraw systemowych rozwiązań związanych z opieką nad osobami starszymi oraz w związku z realizacją wybranych elementów kamienia milowego A70G, reformy A4.6 Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO). Działania te realizowane były we współpracy z przedstawicielami m.in. Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Ministerstwa Zdrowia, Narodowego Funduszu Zdrowia oraz Ministerstwa Finansów. Obejmowały m.in.: zdefiniowanie pojęć „opieki długoterminowej”, wskazanie organów odpowiedzialnych za koordynację systemu tej opieki oraz przeprowadzenie przeglądu wydatków na ten cel.

W maju 2025 r. - na wniosek Ministra do Spraw Polityki Senioralnej- rozpoczęto projekt OECD pt. „Opracowanie ram monitorowania jakości opieki długoterminowej w Polsce”<sup>88</sup>. Prace, z udziałem przedstawicieli Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej i Ministerstwa Zdrowia, stanowiły element przygotowań do zmian systemowych, w tym między innymi wprowadzenia jednolitej definicji jakości opieki długoterminowej i rozwiązań koordynacyjnych.

- **Działania wobec chorób otępiennych** – w 2025 r. kontynuowano prace nad opracowaniem Krajowego Programu Działań wobec Chorób Otępiennych na lata 2025-2030 prowadzone przez Ministerstwo Zdrowia. Minister do spraw Polityki Senioralnej przekazywała

---

<sup>88</sup> „Developing a framework for monitoring the quality of long-term care (LTC) in Poland”.

propozycje działań, uwzględniających zróżnicowane potrzeby osób starszych, w tym dotyczących profilaktyki, wczesnej diagnostyki, leczenia i opieki oraz wsparcia nieformalnych opiekunów. Prace służyły rozwijaniu kompleksowego podejścia do problematyki chorób otępiennych, obejmującego zarówno aspekty zdrowotne, jak i społeczne.

- **Bezpieczeństwo osób starszych** – w 2025 r. podejmowano działania edukacyjne i profilaktyczne służące zwiększeniu bezpieczeństwa prawnego, finansowego i cyfrowego seniorów. W czerwcu zorganizowano w KPRM Okrągły Stół poświęcony bezpieczeństwu osób starszych z udziałem przedstawicieli administracji publicznej, instytucji finansowych i organizacji senioralnych. We współpracy z Ministrem Sprawiedliwości przeprowadzono w województwie świętokrzyskim pilotaż programu edukacji prawnej „Warto wiedzieć – poradnik dla seniora: jak zadbać o swoje bezpieczeństwo”, obejmujący 13 spotkań z udziałem prawie 1000 seniorów. Szkolenia dotyczyły przeciwdziałania oszustwom, bezpieczeństwa w Internecie, przemocy domowej, zarządzania majątkiem (testamenty, darowizny, umowy o dożywocie) oraz ochrony praw konsumentów. Prowadzili je sędziowie, policjanci, notariusze i rzecznicy konsumentów.

W grudniu 2025 r. zrealizowano kampanię społeczną „Rodzinne Hasło”, której celem było ograniczenie ryzyka oszustw telefonicznych, w szczególności metodą „na wnuczka”. Kampania promowała ustalanie przez członków rodziny wspólnego hasła umożliwiającego weryfikację tożsamości osoby podającej się za krewnego. Spot kampanii emitowano w Telewizji Polskiej oraz mediach społecznościowych.

Ponadto kontynuowano współpracę z Komisją Nadzoru Finansowego w ramach projektu CEDUR, obejmującego webinarium z zakresu edukacji finansowej dla seniorów i ich opiekunów. W ramach projektu zgłoszono propozycje rozszerzenia tematyki szkoleń na 2026 rok o nowe zagrożenia, w tym oszustwa z wykorzystaniem sztucznej inteligencji, oszustwa związane z urządzeniami mobilnymi oraz bezpieczeństwo płatności cyfrowych.

- **Bon Senioralny** - w 2025 r. prowadzono prace nad bonem senioralny przewidującym wprowadzenie nowej usługi wsparcia dla osób starszych w miejscu zamieszkania. Celem projektowanych rozwiązań było zapewnienie pomocy seniorom w codziennym funkcjonowaniu oraz umożliwienie im jak najdłuższego pozostawania w dotychczasowym środowisku.
- **Działania międzypokoleniowe i rozwijanie kompetencji cyfrowych osób starszych** – we współpracy z Ministerstwem Cyfryzacji, Ministerstwem Edukacji Narodowej Ministra do Spraw Polityki Senioralnej w 2025 r. zrealizowała projekt „Szkoła Międzypokoleniowa”. W ramach projektu 1550 szkół przeprowadziło ponad 5500 warsztatów dla seniorów dotyczących m.in. bezpiecznego korzystania z Internetu, obsługi urządzeń cyfrowych oraz rozpoznawania zagrożeń online. Młodzież pełniła rolę przewodników cyfrowych, dzieląc się wiedzą i wspierając seniorów w nauce, jednocześnie korzystając z możliwości wymiany międzypokoleniowych doświadczeń. W projekcie wzięło udział ponad 20 tys. uczniów, nauczycieli i seniorów.
- **Aktywność społeczna i lokalne formy wsparcia osób starszych** – w 2025 r. kontynuowano realizację programu wieloletniego „Aktywni +” i „Senior+” na lata 2021–2025, wspierających rozwój aktywności społecznej osób starszych oraz dostępność lokalnych form wsparcia, w szczególności dziennych domów i klubów seniora. W 2025 r. dokonano ewaluacji obu programów. Ich wyniki potwierdziły zasadność rządowego wsparcia,

wskazując na potrzebę dalszego rozwijania i dostosowywania oferty do zróżnicowanych potrzeb osób starszych.

- **Sytuacja mieszkaniowa osób starszych** – w 2025 r. Minister do spraw Polityki Senioralnej prowadziła prace nad projektem ustawy o zmianie ustawy o ochronie praw lokatorów, mieszkaniowym zasobie gminy i o zmianie Kodeksu cywilnego, przewidującym wprowadzenie instytucji najmu senioralnego. Celem tych działań była poprawa warunków mieszkaniowych osób starszych oraz umożliwienie im zamieszkiwania w lokalach lepiej dostosowanych do potrzeb. W 2026 r. prace nad ww. rozwiązaniem są kontynuowane.
- **Dostosowanie mieszkań i przestrzeni do potrzeb osób starszych** - w 2025 r. podejmowano inicjatywy dotyczące uwzględniania potrzeb osób starszych w przestrzeni publicznej, w tym rozwijania koncepcji miast przyjaznych starzeniu się oraz przeciwdziałania barierom ograniczającym samodzielne funkcjonowanie seniorów. W sierpniu skierowano do Ministra Rozwoju i Technologii propozycje rozwiązań architektonicznych odpowiadających potrzebom osób starszych, a we wrześniu Minister do spraw Polityki Senioralnej wystąpiła do resortów w sprawie realizacji koncepcji miast przyjaznych starzeniu się. W 2026 roku działania te będą kontynuowane.

## Wnioski i rekomendacje

Na podstawie zebranych informacji o sytuacji osób starszych w Polsce za 2025 r. oraz informacji na temat działań wobec osób starszych realizowanych w 2025 roku na poziomie regionalnym sformułowano następujące wnioski i rekomendacje.

### Sytuacja demograficzna

Prognozy demograficzne wskazują na dalszy wzrost udziału osób starszych w społeczeństwie. Będzie mu towarzyszyć zmniejszanie się liczby ludności w wieku produkcyjnym oraz dzieci i młodzieży. Zmiany demograficzne wpłyną na zapotrzebowanie na świadczenia zdrowotne, usługi opiekuńcze i społeczne, a także na sytuację na rynku pracy, system zabezpieczenia społecznego i funkcjonowanie społeczności lokalnych.

Postępujący proces starzenia się ludności wymaga prowadzenia skoordynowanej i skutecznej polityki senioralnej, uwzględniającej zróżnicowane potrzeby osób starszych wynikające m.in. z wieku, stanu zdrowia, stopnia samodzielności oraz miejsca zamieszkania. Szczególnego znaczenia nabiera rozwój działań pozwalających osobom starszym jak najdłużej zachować aktywność, a także działań dostosowujących usługi publiczne i infrastrukturę do ich potrzeb. Należy także kontynuować projekty, programy, inicjatywy, które będą służyły wsparciu osób starszych we wszystkich sferach życia.

### Sytuacja dochodowa i warunki bytu, w tym warunki mieszkaniowe

Większość gospodarstw domowych osób starszych pozytywnie oceniała warunki mieszkaniowe. Jednocześnie 27,8% gospodarstw składających się wyłącznie z osób w wieku 60 lat i więcej wskazało na występowanie barier architektonicznych utrudniających dostęp do mieszkania. Ograniczenia te mogą utrudniać samodzielne funkcjonowanie, zmniejszać mobilność i tworzyć ryzyko izolacji społecznej.

Niezbędne jest więc rozwijanie rozwiązań umożliwiających dostosowanie mieszkań i ich otoczenia do potrzeb starzejącego się społeczeństwa, w szczególności poprzez uwzględnianie wymogów dostępności architektonicznej przy projektowaniu i budowie nowych mieszkań oraz likwidację barier architektonicznych w istniejących zasobach mieszkaniowych. Przy domach wielorodzinnych promowane powinny być przestrzenie wypoczynku uwzględniające potrzeby osób starszych, a jeśli tworzenie takich przestrzeni nie byłoby możliwe, tworzenie miejsc sprzyjających integracji wewnątrz- i międzypokoleniowej. Mieszkania budowane przy wsparciu ze środków publicznych z zasady powinny być dostosowane do potrzeb osób starszych i z niepełnosprawnościami.

Należy w dalszym ciągu promować rozwiązania architektoniczne, budowlane i komunikacyjne sprzyjające niezależności osób starszych. Szczególnego znaczenia nabiera zapewnianie dostępności przestrzeni publicznych, w tym placów, parków i zieleńców, infrastruktury sprzyjającej mobilności oraz zwiększanie dostępności toalet publicznych. Adaptacja miast do zmian klimatu powinna uwzględniać potrzeby osób starszych, w szczególności zapewnianie miejsc odpoczynku i przestrzeni zacienionych.

### Aktywność zawodowa osób starszych

Wydłużanie się przeciętnego trwania życia oraz zmniejszanie liczby osób w wieku produkcyjnym zwiększają znaczenie działań sprzyjających dobrowolnemu wydłużaniu aktywności zawodowej osób starszych. Ważne jest tworzenie warunków umożliwiających kontynuowanie pracy osobom, które chcą i mogą pozostać aktywne zawodowo, z uwzględnieniem ich stanu zdrowia, kwalifikacji i indywidualnych możliwości. Promować należy m.in. staże wśród osób starszych, jak również działalność gospodarczą o kluczowym zaangażowaniu osób starszych jak rzemiosło.

Działania te powinny obejmować rozwijanie elastycznych form zatrudnienia, dostosowywanie stanowisk i organizacji pracy do potrzeb starszych pracowników, wspieranie aktualizacji kwalifikacji zawodowych oraz przeciwdziałanie stereotypom związanym z wiekiem na rynku pracy.

### Sytuacja rodzinna i struktura gospodarstw domowych

Zmiany w strukturze rodzin, postępujące starzenie się społeczeństwa oraz rosnąca liczba osób wymagających pomocy zwiększają znaczenie wsparcia świadczonego zarówno przez rodziny, jak i instytucje publiczne oraz społeczności lokalne.

Niezbędne jest rozwijanie usług w miejscu zamieszkania, wspierających osoby starsze - w szczególności prowadzące jednoosobowe gospodarstwa domowe - a także wzmocnianie więzi rodzinnych, sąsiedzkich i międzypokoleniowych. Ważnym kierunkiem pozostaje przeciwdziałanie osamotnieniu i izolacji społecznej oraz wspieranie opiekunów rodzinnych osób wymagających pomocy. Afirmacji wymagają także rodziny wielopokoleniowe.

### Stan zdrowia i jego uwarunkowania oraz jakość życia związana ze zdrowiem, w tym dostępność świadczeń opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych

W dalszym ciągu występuje konieczność zwiększania dostępności świadczeń zdrowotnych odpowiadających potrzebom starzejącej się populacji, w szczególności opieki specjalistycznej, geriatrycznej, uzdrowiskowej i rehabilitacji, a także badań przesiewowych, niezależnie od miejsca zamieszkania. Istotne jest również zapewnianie ciągłości i koordynacji leczenia, zwłaszcza w przypadku osób z wielochorobowością oraz ograniczoną mobilnością.

Istotne jest promowanie zdrowego stylu życia wśród osób starszych i promowanie postaw aktywnych, nakierowanych na codzienną dbałość seniorów o swoje zdrowie.

Ważnym kierunkiem pozostaje odpowiednie przygotowanie kadr medycznych do opieki nad starszym pacjentem, rozwijanie profilaktyki i edukacji zdrowotnej oraz podejmowanie działań na rzecz wczesnego wykrywania chorób przewlekłych, w tym chorób otępiennych. Działania te powinny uwzględniać profilaktykę urazów i kontuzji, które mogą prowadzić do stopniowej utraty samodzielności osób starszych. Powinny służyć nie tylko wydłużaniu życia, lecz także zachowaniu jego możliwie wysokiej jakości, co sprzyja utrzymaniu samodzielności osób starszych.

### **Dostępność i poziom usług socjalnych, w tym usług opiekuńczych**

System opieki długoterminowej pozostawał w 2025 r. rozproszony pomiędzy ochroną zdrowia i pomocą społeczną, przy zróżnicowanych kryteriach dostępu do świadczeń i usług. Należy kontynuować więc działania związane z koordynacją opieki długoterminowej oraz zwiększaniem jej jakości.

Niezbędne jest również dalsze rozwijanie usług opiekuńczych i specjalistycznych świadczonych w miejscu zamieszkania osób starszych, a także rozwijanie nowych form wsparcia, w tym teleopieki. Szczególnego znaczenia nabiera także poprawa dostępności usług społecznych na obszarach wiejskich i w mniejszych miejscowościach.

Ważnym kierunkiem działań powinno być również zwiększanie dostępności form wsparcia poprzez tworzenie nowych dziennych domów pobytu i klubów oraz wspieranie funkcjonowania i wyposażenia istniejących ośrodków. Działania te powinny służyć podnoszeniu jakości świadczonych tam usług i zwiększaniu dostępności wsparcia dziennego.

### **Sytuacja osób z niepełnosprawnościami i ich opiekunów**

Wzrost liczby starszych osób z niepełnosprawnościami wskazuje na rosnące zapotrzebowanie na usługi wspierające codzienne funkcjonowanie, rehabilitację, opiekę oraz rozwiązania zwiększające dostępność przestrzeni publicznej, mieszkań i transportu.

Dalsze działania powinny koncentrować się na zwiększaniu dostępności usług umożliwiających osobom starszym z niepełnosprawnościami możliwie samodzielne funkcjonowanie oraz uczestnictwo w życiu społecznym. Istotne jest także rozwijanie wsparcia dla opiekunów rodzinnych i nieformalnych oraz innych form pomocy ograniczających obciążenia związane ze sprawowaniem długotrwałej opieki.

### **Aktywność społeczna i obywatelska**

Niezbędne jest kontynuowanie działań wspierających aktywność społeczną i obywatelską seniorów, w szczególności rozwijanie lokalnych inicjatyw, wolontariatu i samoorganizacji środowisk senioralnych. Ważne pozostaje również wzmacnianie roli rad seniorów i ich udziału w kształtowaniu polityk publicznych, a także zwiększanie dostępności miejsc i przestrzeni sprzyjających integracji wewnątrz- i międzypokoleniowej. Rekomendowane jest nie tylko promowanie rad seniorów, ale i zapewnianie im odpowiedniego wsparcia fachowego i finansowego.

### **Aktywność edukacyjna i kulturalna**

Uczestnictwo osób starszych w edukacji i kulturze stanowi ważny element aktywnego i zdrowego starzenia się. Sprzyja rozwijaniu zainteresowań, podtrzymywaniu sprawności poznawczej, budowaniu relacji społecznych oraz przeciwdziałaniu wykluczeniu.

Rekomenduje się więc dalsze wspieranie i promowanie działalności uniwersytetów trzeciego wieku oraz rozwijanie różnorodnych form edukacji formalnej i pozaformalnej, dostosowanych do potrzeb

i możliwości osób starszych. Ważne jest też wsparcie dla wydarzeń kulturalnych dedykowanych osobom starszym.

Szczególne znaczenia nabiera rozwijanie kompetencji cyfrowych osób starszych. Umiejętność korzystania z Internetu i usług elektronicznych ułatwia dostęp do informacji, edukacji, kultury i usług publicznych, przeciwdziała wykluczeniu społecznemu, ogranicza także ryzyko oszustw.

### Aktywność sportowa i rekreacyjna

Niezbędne jest dalsze promowanie aktywności fizycznej wśród osób starszych, z uwzględnieniem ich wieku, stanu zdrowia i poziomu sprawności. Ważne jest rozwijanie dostępnych lokalnie zajęć sportowych i rekreacyjnych, w tym aktywności o charakterze profilaktycznym i usprawniającym. Szczególnie promowane powinny być zajęcia sprzyjające dodatkowo integracji społecznej czy kształtującym zdrowy styl życia na świeżym powietrzu.

Istotne pozostaje także dostosowywanie infrastruktury sportowej, rekreacyjnej i przestrzeni publicznych do potrzeb seniorów, w szczególności osób z ograniczoną mobilnością. Działania te powinny umożliwiać podejmowanie aktywności fizycznej w bezpiecznych warunkach, niezależnie od miejsca zamieszkania i sytuacji materialnej.

### Równe traktowanie i przeciwdziałanie dyskryminacji ze względu na wiek

Szczególnej uwagi wymagają zagrożenia związane z przemocą wobec osób starszych, oszustwami, naruszaniem praw konsumenckich oraz ograniczaniem dostępu do usług. Coraz większe znaczenie ma również przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu, zwłaszcza w sytuacjach, gdy korzystanie z określonych usług lub uprawnień wymaga posługiwania się aplikacjami i narzędziami elektronicznymi. Zasadą powinna być możliwość stosowania rozwiązań analogowych, równoprawnych dla cyfrowych np. w zakresie promocji czy płatności.

Działania na rzecz równego traktowania powinny obejmować zarówno ochronę przed dyskryminacją i przemocą, jak i wzmacnianie pozytywnego wizerunku osób starszych. Ważną rolę odgrywa w tym zakresie edukacja międzypokoleniowa, umożliwiająca lepsze zrozumienie procesu starzenia się oraz przeciwdziałanie uprzedzeniom i stereotypom.

Istotne pozostaje prowadzenie ogólnokrajowych kampanii społecznych oraz programów edukacyjnych skierowanych do instytucji publicznych, samorządów, organizacji społecznych, szkół i przedszkoli, poświęconych starzeniu się i aktywnej starości.

Niezbędne jest kontynuowanie działań informacyjnych, edukacyjnych i profilaktycznych dotyczących praw osób starszych, w tym praw obywatelskich i konsumenckich, przysługujących świadczeń, bezpieczeństwa prawnego, finansowego i cyfrowego oraz dostępnych form pomocy. Istotne pozostaje również zapewnianie dostępności usług publicznych i komercyjnych, w tym utrzymywanie rozwiązań alternatywnych wobec usług świadczonych wyłącznie drogą elektroniczną.

W obszarze bezpieczeństwa szczególnej uwagi wymaga uwzględnianie potrzeb osób starszych, zwłaszcza osób o ograniczonej mobilności i samodzielności, w systemie ochrony ludności i działaniach podejmowanych w sytuacjach kryzysowych. Dotyczy to w szczególności planowania i organizacji ewakuacji oraz zapewnienia odpowiednich form pomocy. Równolegle powinny być rozwijane działania informacyjne i profilaktyczne przygotowujące osoby starsze do reagowania na różnego rodzaju zagrożenia. Wzmocnienia wymaga bezpieczeństwo seniorów w obrocie cywilnoprawnym, aby chronić przed nadużyciami i oszustwami.



## Spis wykresów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Wykres 1 Struktura ludności w 2025 r. według grup wieku (w%) .....                                                                                                                                                                                                                 | 5  |
| Wykres 2 Osoby starsze w 2025 r. w podziale na grupy wieku (w %) .....                                                                                                                                                                                                             | 6  |
| Wykres 3 Osoby starsze w 2025 r. w podziale na płeć (w %) .....                                                                                                                                                                                                                    | 6  |
| Wykres 4 Współczynnik feminizacji <sup>1)</sup> w 2025 r. ....                                                                                                                                                                                                                     | 7  |
| Wykres 5 Osoby w wieku 60 lat i więcej w 2025 r. w podziale na miejsce zamieszkania (w %).....                                                                                                                                                                                     | 7  |
| Wykres 6 Współczynnik obciążenia demograficznego <sup>1)</sup> osobami starszymi w 2025 r. ....                                                                                                                                                                                    | 8  |
| Wykres 7 Prognoza ludności w 2030 r. (w %) .....                                                                                                                                                                                                                                   | 9  |
| Wykres 8 Prognoza ludności w 2040 r. (w %) .....                                                                                                                                                                                                                                   | 9  |
| Wykres 9 Prognoza ludności w 2050 r. (w %).....                                                                                                                                                                                                                                    | 10 |
| Wykres 10 Prognoza ludności w 2060 r. (w %).....                                                                                                                                                                                                                                   | 10 |
| Wykres 11 Łączna liczba osób pobierających emerytury wypłacane przez ZUS w grudniu 2025 r. <sup>1)</sup><br>(w tys.) .....                                                                                                                                                         | 14 |
| Wykres 12 Łączna liczba osób pobierających renty z tytułu niezdolności do pracy wypłacane<br>przez ZUS w grudniu 2025 r. <sup>1)</sup> (w tys.).....                                                                                                                               | 14 |
| Wykres 13 Liczba osób uprawnionych do rent rodzinnych wypłacanych przez ZUS w grudniu<br>2025 r. (w tys.) .....                                                                                                                                                                    | 15 |
| Wykres 14 Przeciętna miesięczna liczba osób pobierających emerytury i renty realizowane przez<br>ZUS w 2025 r. <sup>1)</sup> (w tys.) .....                                                                                                                                        | 15 |
| Wykres 15 Wysokość przeciętnej wypłaty <sup>1)</sup> emerytury i renty wypłacanej przez ZUS w grudniu<br>2025 r. (w zł) .....                                                                                                                                                      | 16 |
| Wykres 16 Średni wiek emeryta/rencisty pobierającego świadczenie w 2025 r. (w latach) .....                                                                                                                                                                                        | 17 |
| Wykres 17 Przeciętna liczba osób w zbadanych gospodarstwach domowych w podziale na<br>województwa w 2025 r. ....                                                                                                                                                                   | 19 |
| Wykres 18 Ludność w wieku 60 lat i więcej według stanu cywilnego (w %) .....                                                                                                                                                                                                       | 21 |
| Wykres 19 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których<br>realizowane są usługi opiekuńcze ogółem (w tym specjalistyczne, sąsiedzkie) w % .....                                                                                                         | 22 |
| Wykres 20 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których<br>realizowane są usługi sąsiedzkie (z usług opiekuńczych ogółem) w % .....                                                                                                                      | 23 |
| Wykres 21 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których<br>realizowane są specjalistyczne usługi opiekuńcze (z usług opiekuńczych ogółem) w % .....                                                                                                      | 24 |
| Wykres 22 Odsetek Ośrodków Pomocy Społecznej/Centrów Usług Społecznych, w których<br>realizowane są specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi w %                                                                                                     | 25 |
| Wykres 23 Samoocena zdrowia w 2025 r. w podziale na płeć – Jak ocenia Pan/Pani swoje<br>zdrowie? (w %).....                                                                                                                                                                        | 31 |
| Wykres 24 Samoocena zdrowia w 2025 r. w podziale na miejsce zamieszkania – Jak ocenia<br>Pan/Pani swoje zdrowie? (w %).....                                                                                                                                                        | 32 |
| Wykres 25 Długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe w 2025 r. w podziale na<br>płeć- Czy ma Pan/Pani jakieś długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe, trwające<br>(lub przewidywane, że będą trwały) przez 6 miesięcy lub dłużej? (w %) .....             | 32 |
| Wykres 26 Długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe w 2025 r. w podziale na m-<br>ce zamieszkania-Czy ma Pan/Pani jakieś długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby<br>przewlekłe, trwające (lub przewidywane, że będą trwały) przez 6 miesięcy lub dłużej? (w %) .... | 33 |
| Wykres 27 Liczba opiekunów medycznych, która pracuje w podmiotach wykonujących<br>działalność leczniczą w podziale na województwa – grudzień 2025 r. ....                                                                                                                          | 42 |

|                                                                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Wykres 28 Częstotliwość korzystania z Internetu w ciągu ostatnich 3 miesięcy w 2025 r. przez osoby w wieku 60–74 lata (w %) ..... | 43 |
| Wykres 29 Osoby korzystające z Internetu w 2025 r. w wieku 60–74 lata (w %) .....                                                 | 43 |
| Wykres 30 Odsetek osób starszych wśród czytelników bibliotek publicznych w 2025 r. (w %) ...                                      | 44 |
| Wykres 31 Uniwersytety Trzeciego Wieku w roku akademickim 2021/2022 w podziale na województwa .....                               | 46 |
| Wykres 32 Liczba UTW w poszczególnych województwach .....                                                                         | 47 |
| Wykres 33 Członkowie grup artystycznych w domach, ośrodkach i centrach kultury, klubach i świetlicach w 2025 r. ....              | 48 |
| Wykres 34 Rady seniorów w latach 2016–2025 .....                                                                                  | 50 |
| Wykres 35 Uczestnictwo członków gospodarstw domowych zajęciach sportowych lub rekreacji ruchowej w 2025 r. (w%) .....             | 51 |
| Wykres 36 Subiektywna ocena ogólnej sprawności (kondycji) fizycznej członków gospodarstw domowych w 2025 r. (w %) .....           | 51 |
| Wykres 37 Koła gospodyń wiejskich w 2025 r. ....                                                                                  | 52 |
| Wykres 38 Program Opieka 75+ w 2025 r. ....                                                                                       | 54 |
| Wykres 39 Osoby niepełnosprawne według wieku, płci w 2021 r. (w tysiącach) .....                                                  | 57 |

## Spis tabel

|                                                                                                                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabela 1 Przeciętne miesięczne dochody na 1 osobę w gospodarstwach domowych według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r. .... | 11 |
| Tabela 2 Przeciętne miesięczne wydatki na 1 osobę w gospodarstwach domowych według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r. .... | 12 |
| Tabela 3 Subiektywna ocena sytuacji materialnej gospodarstwa domowego według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r. ....       | 13 |
| Tabela 4 Sytuacja mieszkaniowa gospodarstw domowych według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w gospodarstwie domowym w 2025 r. ....                         | 18 |
| Tabela 5 Subiektywna opinia na temat użytkowanego przez gospodarstwo domowe mieszkania według liczby osób w wieku 60 lat i więcej w 2025 r. ....              | 20 |
| Tabela 6 Mieszkania treningowe i wspomagane w 2025 r. ....                                                                                                    | 26 |
| Tabela 7 Domy Pomocy Społecznej w 2025 r. ....                                                                                                                | 27 |
| Tabela 8 Rodzinne Domy Pomocy w 2025 r. ....                                                                                                                  | 28 |
| Tabela 9 Placówki zapewniające całodobową opiekę w 2025 r. ....                                                                                               | 29 |
| Tabela 10 Aktywność ekonomiczna ludności w wieku 15–89 lat według płci i miejsca zamieszkania w 2025 r. ....                                                  | 30 |
| Tabela 11 Ograniczona zdolność wykonywania czynności w 2025 r. ....                                                                                           | 33 |
| Tabela 12 Liczba porad udzielonych pacjentom 60+ w ambulatoryjnej opiece specjalistycznej, w podziale na płeć w 2025 r. ....                                  | 34 |
| Tabela 13 Opieka geriatryczna w 2025 r. ....                                                                                                                  | 35 |
| Tabela 14 Opieka długoterminowa w 2025 r. ....                                                                                                                | 36 |
| Tabela 15 Opieka paliatywna i hospicyjna w 2025 r. ....                                                                                                       | 37 |
| Tabela 16 Rehabilitacja w 2025 r. ....                                                                                                                        | 38 |
| Tabela 17 Ratownictwo medyczne w 2025 r. ....                                                                                                                 | 39 |
| Tabela 18 Osoby w wieku 18–69 lat uczestniczące w edukacji formalnej i pozaformalnej oraz uczeniu się nieformalnym w 2022 r. ....                             | 45 |
| Tabela 19 Osoby w wieku 18–69 lat według liczby znanych języków obcych w 2022 r.) .....                                                                       | 45 |

|                                                                                                                                                     |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabela 20 Osoby uczestniczące w formach aktywności kulturalnej organizowanych przez domy, ośrodki i centra kultury, kluby i świetlice w 2025 r..... | 47 |
| Tabela 21 Osoby w wieku 15–89 lat świadczące wolontariat w 2022 r. (w ciągu 4 tygodni poprzedzających badanie).....                                 | 49 |