



## Profesjonalne seniorskie NGO



# AKADEMIA AKTYWIZACJI SENIORA

## A W NIEJ:

- ✓ Książki, karty pracy
- ✓ Ćwiczenia do druku
- ✓ Szkolenia i kursy online
- ✓ Blog z darmową wiedzą

**SPRAWDŹ**



# SPIS TREŚCI

**SUPER** Senior  
AKTYWIZACJA I KOMUNIKACJA 60+



## OD REDAKCJI

### *AI dla seniorów?*

04

Profesjonalne seniorskie NGO

06

Czy AI będzie zarządzać placówką opiekuńczą?

08

Terapia zajęciowa w chorobie Parkinsona – podejście funkcjonalne, strategię i praktyka dnia codziennego

12

#SeniorzyPiszą: Wewnątrz człowiek pozostaje ten sam

13

AI w silver marketingu – szanse i zagrożenia

Sztuczna inteligencja coraz częściej pojawia się w dyskusjach o nowoczesnych technologiach, biznesie i usługach przyszłości. W wielu obszarach – takich jak aplikacje mobilne, automatyzacja procesów czy tzw. silver marketing – staje się narzędziem wspierającym komunikację, analizę danych i personalizację usług.

Jednocześnie warto zauważyć, że nie zawsze spodziewamy się obecności AI w branży senioralnej. Opieka nad osobami starszymi kojarzy się przede wszystkim z bezpośrednim kontaktem człowieka z człowiekiem, empatią, doświadczeniem i indywidualnym podejściem. To obszar, w którym relacja i uważność odgrywają kluczową rolę, dlatego technologia nie jest pierwszym skojarzeniem.

A jednak AI stopniowo wkracza również w te przestrzenie – często w sposób niewidoczny i pomocniczy. W tym wydaniu chcemy się temu przyjrzeć.

*Barbara Górnicka-Naszkiewicz*

DR BARBARA GÓRNICKA-NASZKIEWICZ  
RED. NACZELNA

## WYDARZENIA

# Profesjonalne seniorskie NGO

*Kolejne edycje warsztatów „Profesjonalne seniorskie NGO” potwierdziły, że inicjatywy skierowane do organizacji działających na rzecz osób starszych mają realne znaczenie dla jakości życia społecznego oraz rozwoju trzeciego sektora w Polsce.*



Projekt konsekwentnie buduje przestrzeń do wzmacniania kompetencji, wymiany doświadczeń oraz profesjonalizacji działań organizacji senioralnych.

Warsztaty miały przede wszystkim charakter praktyczny. Uczestnicy pracowali nad konkretnymi wyzwaniami, z jakimi mierzą się w swoich organizacjach na co dzień. Zajęcia pozwalały nie tylko porządkować kierunki działania, ale również wypracowywać rozwiązania możliwe do wdrożenia w lokalnych społecznościach. Dzięki temu szkolenie nie ograniczało się do teorii, lecz realnie wspierało rozwój instytucjonalny NGO.

Jednym z najważniejszych elementów spotkania była intensywna wymiana doświadczeń. Różnorodność organizacji oraz perspektyw uczestników stworzyła warunki do konstruktywnej dyskusji, która sprzyjała refleksji nad dotychczasowymi działaniami i otwierała nowe kierunki rozwoju. Tego typu współpraca między organizacjami wzmacnia cały sektor oraz sprzyja tworzeniu lepszych standardów działania.

Efektem udziału w warsztatach są nie tylko nowe kompetencje, ale także konkretne pomysły, strategie i plany dalszego rozwoju. Uczestnicy zakończyli szkolenie z większą świadomością swoich możliwości oraz narzędzi, które mogą wykorzystać w codziennej pracy organizacyjnej. To szczególnie istotne w kontekście rosnących wyzwań stojących przed organizacjami senioralnymi.

Organizatorem przedsięwzięcia jest Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku. Projekt „Profesjonalne seniorskie NGO – kształcą, edukują, aktywizują!” został dofinansowany w ramach Działania FERS.04.12 „Wsparcie NGO w zakresie usług publicznych i współpracy” Programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego, na podstawie konkursu FERS.04.12-IP.04-001/23 „Budowa i rozwój potencjału instytucjonalnego NGO do świadczenia usług publicznych”. Dzięki temu wsparciu możliwe jest systematyczne podnoszenie jakości działań organizacji oraz wzmacnianie ich roli w życiu społecznym.

W III i IV edycji warsztatów wzięli udział przedstawiciele:

- Stowarzyszenia Rozwoju Uniwersytetu III Wieku im. Jerzego Kozarzewskiego w Nysie
- Stowarzyszenia Łąncucki Uniwersytet Trzeciego Wieku
- Stowarzyszenia Toruński Uniwersytet Trzeciego Wieku
- Stowarzyszenia Pomocy Potrzebującym „Nadzieja”
- Stowarzyszenia Uniwersytet Trzeciego Wieku w Siewierzu
- Stowarzyszenia Radomszczański Uniwersytet Trzeciego Wieku „Wiem Więcej”
- Stowarzyszenia Jarociński Uniwersytet Trzeciego Wieku
- Stowarzyszenia Wrzesiński Uniwersytet Trzeciego Wieku



Inicjatywa „Profesjonalne seniorskie NGO” stanowi ważny przykład dobrze zaprojektowanego i skutecznie realizowanego wsparcia dla sektora NGO. Pokazuje, że inwestowanie w rozwój organizacji senioralnych przekłada się bezpośrednio na ich większą skuteczność, profesjonalizm oraz zdolność do odpowiadania na potrzeby lokalnych społeczności.

BARBARA GÓRNICKA-NASZKIEWICZ  
FOT. FEDERACJAU.TW.PL

dodatek specjalny

# Czy AI będzie zarządzać placówką opiekuńczą?

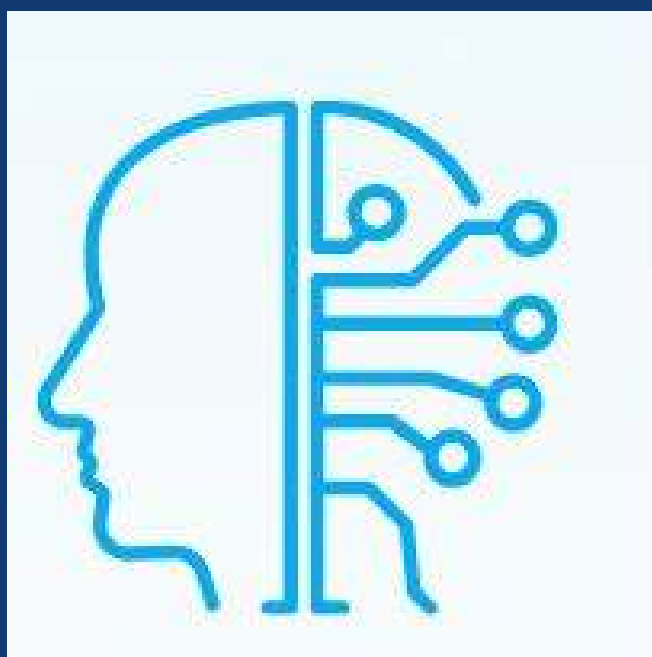
Jeszcze niedawno rozmowy o sztucznej inteligencji w opiece nad seniorami brzmiały jak ciekawostka z konferencji technologicznej. Dziś coraz częściej stają się odpowiedzią na bardzo konkretne, codzienne problemy. 16 kwietnia podczas webinarium „AI w zarządzaniu placówką opiekuńczą” padło wiele konkretów. Co zatem trzeba wiedzieć?

Punktem wyjścia nie była technologia, lecz rzeczywistość. Starzejące się społeczeństwo, rosnąca liczba obowiązków i systemy, które nie nadążają za tempem zmian. W wielu placówkach nadal króluje papier, a informacje krążą między segregatorami, notatkami i pamięcią pracowników. To nie tylko niewygodne – to coraz częściej zwyczajnie niewydolne. Jak podkreślał dr inż. Szymon Sikorski, problemem nie jest brak zaangażowania ludzi, ale brak narzędzi, które pozwalałyby im działać szybciej i pewniej. Właśnie tutaj pojawia się sztuczna inteligencja – nie jako futurystyczny dodatek, lecz jako narzędzie porządkujące chaos.

Wyobraźmy sobie system, który „widzi” więcej niż człowiek, bo analizuje dane na bieżąco. Dokumenty nie giną w szufladach, tylko trafiają do jednego miejsca. Informacje o stanie zdrowia nie są rozproszone, lecz układają się w czytelny obraz. Zamiast przeszukiwać stosy papierów, wystarczy kilka kliknięć, by mieć dostęp do najważniejszych danych – proste, szybkie, bezproblemowe. Ale to nie kolejny CRM czy system bazodanowy. To narzędzie, wykorzystujące AI i jej możliwość uczenia się.

## Mniej papieru, więcej człowieka

Automatyczne notatki, uporządkowane dane, szybki dostęp do informacji – wszystko to sprawia, że pracownicy mogą skupić się na tym, co najważniejsze: relacji i opiece. Czas, który wcześniej zniknął w dokumentacji, wraca do pacjenta.



Szczególnie wyraźnie widać to na przykładzie gospodarki lekowej. To obszar wymagający absolutnej precyzji i odpowiedzialności. Każde otwarcie leku, każda dawka musi być odnotowana. Cyfrowe systemy nie tylko upraszczają tę pracę, ale też eliminują wiele potencjalnych błędów. Nagle okazuje się, że można nie tylko kontrolować stan leków, lecz także przewidywać ich zużycie i przygotować się na przyszłe potrzeby.

## Jak to działa w praktyce – model procesu

Dwa kluczowe przepływy informacji w placówce – obieg dokumentacji i gospodarka lekowa – mogą być obsługiwane w ramach jednego, spójnego systemu.

### Obieg dokumentacji



### Gospodarka lekowa



Kluczowa cecha obu przepływów jest pełna ciążność fladu audytowego – każda czynność jest odnotowana, przypisana do osoby i dostępna do weryfikacji w dowolnym momencie.

## AI „widzi” i przewiduje, czyli jak sztuczna inteligencja bije na głowę CRM-y i bazy danych

Ale najciekawsze zaczyna się tam, gdzie kończy się sama ewidencja. AI potrafi wychwytywać wzorce – drobne sygnały, które dla człowieka mogą być niewidoczne. Analizuje dane zdrowotne, zauważa zmiany, ostrzega przed ryzykiem. Może zasugerować, że coś zaczyna odbiegać od normy, zanim stanie się poważnym problemem.

Nie oznacza to jednak, że technologia zastąpi ludzi, ale pozwoli im odetchnąć. Mniej czasu przy dokumentacji to więcej przy drugim człowieku. Mniej chaosu, więcej świadomych decyzji.

## Sojusz nauki, biznesu i praktyki

Za tą innowacją stoi działalność klastra MedSilesia przedstawiona przez Pawła Lejmana. To przykład współpracy, która nie kończy się na deklaracjach. W Gliwicach istnieje mikroekosystem, w którym uczelnie, przedsiębiorcy, instytucje i placówki medyczne wspólnie testują i wdrażają rozwiązania. Współpraca z Uniwersytetem Śląskim pokazuje, że cyfryzacja opieki nad seniorami nie jest już teorią – to proces, który realnie przyspiesza.

ZTu nauka spotyka się z praktyką, a rozwiązania nie powstają „na pokaz”, lecz w odpowiedzi na realne potrzeby placówek. Już dziś mamy gotowy system, który jest wdrożony w naszych polskich realiach. A możliwości technologicznych jest mnóstwo.

## Pytanie, które zmienia wszystko

Czy AI będzie zarządzać placówką opiekuńczą? Jeszcze niedawno to pytanie brzmiało prowokacyjnie. Dziś coraz częściej staje się praktyczne. Bo może nie chodzi o to, czy sztuczna inteligencja zastąpi człowieka. Może chodzi o coś prostszego – czy w świecie rosnącej liczby danych i obowiązków da się jeszcze skutecznie zarządzać bez niej. Po tym webinarium jedno jest pewne: to nie jest już temat na przyszłość. To decyzja, która zaczyna się tu i teraz.

BARBARA GÓRNICKA-NASZKIEWICZ

# Terapia zajęciowa w chorobie Parkinsona – podejście funkcjonalne, strategie i praktyka dnia codziennego

*Choroba Parkinsona zmienia codzienność w sposób, którego nie widać na pierwszy rzut oka – ale który pacjent odczuwa w każdym ruchu. W tym artykule pokazujemy, jak wygląda terapia zajęciowa w praktyce, jakie strategie naprawdę działają i jak krok po kroku odzyskiwać niezależność mimo postępu choroby. Poznaj Parkinsona z perspektywy terapii zajęciowej.*



Choroba Parkinsona to przewlekłe, postępujące schorzenie neurodegeneracyjne, które w sposób subtelny, ale konsekwentny zmienia życie człowieka. Najczęściej kojarzona jest z drżeniem rąk, jednak z perspektywy codziennego funkcjonowania znacznie większe znaczenie mają inne objawy: spowolnienie ruchowe (bradykinezja), sztywność mięśniowa, zaburzenia chodu, mikrografia, trudności w inicjowaniu ruchu, a także zmiany poznawcze i emocjonalne.

Z punktu widzenia terapii zajęciowej w chorobie Parkinsona kluczowe jest jedno: pacjent nie traci zdolności ruchu – traci jego naturalność.

To, co wcześniej było automatyczne – chodzenie, pisanie, ubieranie się – zaczyna wymagać świadomego wysiłku. Czynności przestają „dziać się same”. W chorobie Parkinsona problemem nie jest brak ruchu, ale brak jego płynności i spontaniczności. Dlatego terapia zajęciowa nie polega wyłącznie na „ćwiczeniu sprawności”. Jej istotą jest przywracanie funkcji poprzez uczenie nowych strategii działania, które pozwalają zachować niezależność mimo postępu choroby.

## Jak wygląda choroba Parkinsona w codziennym życiu? (perspektywa funkcjonalna)

W praktyce terapeutycznej najważniejsze jest nie to, co zapisane w podręczniku, ale to, jak choroba wpływa na codzienne życie. Pamiętam pacjenta, który powiedział: „Najgorsze nie jest to, że chodzę wolniej. Najgorsze jest to, że nie mogę zrobić pierwszego kroku”. To jedno zdanie bardzo dobrze oddaje istotę problemu.

U jednych zaczyna się od pisma. Litery stają się coraz mniejsze, mniej czytelne, jakby „zanikały” w trakcie pisania. Mikrografia nie jest tylko objawem neurologicznym – to moment, w którym człowiek zaczyna tracić niezależność w prostych czynnościach.

U innych pierwsze zmiany dotyczą chodu. Kroki stają się krótkie, szurające, pojawia się powłóczenie nogami. Szczególnie trudne są epizody „zamrożenia” – pacjent chce ruszyć, ale ciało nie reaguje. To doświadczenie frustrujące i niebezpieczne, bo znacząco zwiększa ryzyko upadków.

Z czasem dochodzi spowolnienie. Nie tylko ruchowe, ale też decyzyjne. Proste czynności wymagają coraz więcej czasu i energii. Wstanie z krzesła, ubranie się czy przygotowanie posiłku przestają być oczywiste. Pojawia się zmęczenie. A za nim często – rezygnacja.

Sztwywność mięśniowa sprawia, że ciało staje się ciężkie, mniej elastyczne. Ruchy są ograniczone, mniej precyzyjne. Jednocześnie mogą pojawić się trudności poznawcze: spowolnienie myślenia, problemy z planowaniem, obniżony nastrój.

Coraz częściej obserwuje się także zaburzenia komunikacji. Mowa staje się cichsza, mniej wyraźna, monotonna. Pojawia się obniżona płynność wypowiedzi – pacjent wie, co chce powiedzieć, ale ma trudność z utrzymaniem tempa lub „wydobyciem” słów. To nie jest problem braku wiedzy. To problem wykonania.

W efekcie rozmowa zaczyna wymagać wysiłku. A gdy coś wymaga wysiłku – zaczynamy tego unikać. W pewnym momencie problemem przestaje być ciało. Problemem staje się utrata motywacji i poczucia wpływu

### Fundament terapii zajęciowej w chorobie Parkinsona – świadome działanie

Podstawowa zasada terapii zajęciowej jest prosta: jeśli ruch przestaje być automatyczny, musi stać się świadomy.

W praktyce oznacza to:

- rozbijanie czynności na etapy,
- świadome inicjowanie ruchu,
- stosowanie sygnałów wzrokowych i słuchowych,
- zwiększanie zakresu i wyrazistości ruchów.

Pacjent nie wraca do dawnego sposobu funkcjonowania. Uczy się nowego – bardziej świadomego i kontrolowanego.

### Terapia zajęciowa w praktyce – co naprawdę działa?

W terapii Parkinsona nie chodzi o skomplikowane narzędzia. Najczęściej działają rozwiązania proste, ale stosowane regularnie.

#### Mikrografia – jak poprawić pisanie?

Kluczowe jest zwiększenie zakresu ruchu dłoni:

- pisanie w powiększonej liniaturze,
- używanie grubych przyborów,
- świadome, wyraźne kreślenie liter.

Celem nie jest perfekcja, ale czytelność i funkcjonalność.

#### Zaburzenia chodu – rola rytmu

Rytm pomaga „odblokować” ruch:

- muzyka,
- metronom,
- liczenie kroków.

Pomocne są także:

- linie na podłodze,
- konkretne komendy,
- skupienie na pierwszym kroku.

#### Czynności dnia codziennego (ADL)

To najważniejszy obszar terapii:

- ubieranie się,
- przygotowanie posiłków,
- organizacja dnia.

Nie ćwiczymy „dla ćwiczenia”. Celem jest samodzielność w realnym życiu.

#### Łączenie ruchu i myślenia

Ważne elementy terapii:

- planowanie działań,
- zadania wymagające koncentracji,
- aktywności celowe.

To trening funkcjonowania, nie tylko ruchu.

#### Rytm i muzyka w terapii

- marsz w tempie,
- klaskanie,
- ćwiczenia przy muzyce.

To skuteczne narzędzia wspierające kontrolę ruchu.

### Relaksacja i wyciszenie

Często niedoceniane, a bardzo ważne:

- ćwiczenia oddechowe,
- rozciąganie,
- techniki relaksacyjne.

Zmniejszają napięcie i poprawiają komfort życia.

### Organizacja przestrzeni

Środowisko ma ogromne znaczenie:

- dobre oświetlenie,
- usunięcie przeszkód,
- łatwy dostęp do przedmiotów,

To realnie zwiększa bezpieczeństwo i niezależność.

## **Rytm dnia w chorobie Parkinsona – jak zarządzać energią?**

Osoby z chorobą Parkinsona często funkcjonują nierówno w ciągu dnia. Dlatego planowanie aktywności jest kluczowe:

- rano – zadania wymagające największej energii,
- w ciągu dnia – aktywność ruchowa i funkcjonalna,
- po południu – lżejsze działania, kontakty społeczne,
- wieczorem – wyciszenie.

Regularność jest ważniejsza niż intensywność.

## **Rola terapeuty i opiekuna w chorobie Parkinsona**

Osoby z chorobą Parkinsona często funkcjonują nierówno w ciągu dnia. Dlatego planowanie aktywności jest kluczowe:

Największym błędem w opiece nad osobą chorującą na Parkinsona jest jej wyręczanie. Choć bardzo często wynika ono z troski, chęci przyspieszenia wykonywania codziennych czynności czy uniknięcia frustracji pacjenta, w rzeczywistości prowadzi do stopniowej utraty samodzielności. Osoba chora przestaje podejmować wysiłek, traci wiarę we własne możliwości i coraz bardziej uzależnia się od otoczenia. W dłuższej perspektywie może to pogłębiać zarówno niesprawność fizyczną, jak i obniżenie nastroju.

Rola terapeuty i opiekuna powinna więc polegać nie na wykonywaniu czynności za pacjenta, lecz na mądrym wspieraniu jego aktywności. Kluczowe znaczenie ma motywowanie chorego do podejmowania nawet drobnych działań oraz wzmacnianie jego poczucia sprawczości.

Ważne jest także dawanie odpowiedniej ilości czasu na wykonanie zadania, ponieważ spowolnienie ruchowe jest naturalnym objawem choroby. Pośpiech i presja mogą jedynie zwiększać napięcie i pogarszać funkcjonowanie. Istotnym elementem wsparcia jest również sposób przekazywania informacji. Komunikaty powinny być proste, jasne i dostosowane do możliwości pacjenta. Zbyt złożone polecenia mogą prowadzić do dezorientacji i frustracji. Wzmacnianie niezależności chorego, nawet w niewielkim zakresie, ma ogromne znaczenie dla jego poczucia godności i jakości życia.

## **Komunikacja z pacjentem**

Zaburzenia mowy, takie jak spowolnienie, cichość wypowiedzi czy trudności w artykulacji, są częstym objawem choroby Parkinsona. Mogą one znacząco utrudniać komunikację i prowadzić do nieporozumień. Dlatego tak ważne jest, aby w rozmowie z pacjentem zachować uważność i cierpliwość.

Nie należy przerywać wypowiedzi ani kończyć zdań za chorego, nawet jeśli trwa to dłużej, niż jesteśmy przyzwyczajeni. Dla osoby chorej możliwość samodzielnego wyrażenia myśli jest niezwykle ważna i wpływa na jej poczucie wartości. Warto także utrzymywać kontakt wzrokowy, dawać sygnały zainteresowania i stworzyć spokojne warunki do rozmowy, bez pośpiechu i rozpraszających bodźców.

Utrata płynności mowy to nie tylko jeden z objawów choroby, ale także poważna bariera w relacjach społecznych. Może prowadzić do wycofania się z kontaktów, poczucia niezrozumienia i izolacji. Odpowiednia postawa opiekuna i terapeuty może znacząco zmniejszyć te trudności, wspierając chorego nie tylko w komunikacji, ale także w zachowaniu więzi z innymi ludźmi.

## **Podsumowanie**

Terapia zajęciowa w chorobie Parkinsona nie polega na przywracaniu dawnej sprawności. Polega na budowaniu nowej – dostosowanej do aktualnych możliwości. Dzięki niej pacjent może zachować niezależność, poczucie wpływu, sens działania, godność. Bo ostatecznie nie chodzi o to, ile ktoś jest w stanie zrobić. Chodzi o to, czy nadal czuje, że ma wpływ na swoje życie.



dołącz do kursu online

## Metoda Montessori w opiece, aktywizacji, terapii

Pierwszy tego typu kurs w wygodnej formie online!

**Po ukończeniu kursu  
otrzymasz certyfikat  
i 10 punktów edukacyjnych**



Zobacz agendę na:  
[www.super-senior.pl](http://www.super-senior.pl)

rozpocznij kurs teraz  
i aktywizuj świadomie,  
z pasją i dużą satysfakcją.

## Wewnątrz człowiek pozostaje ten sam

*Zapraszam do lektury refleksji Tadeusza Manowicza, która zostało napisana na Międzypokoleniowy Konkurs Literacki „Życie – największa przygoda”.*

Zdarza mi się, że ktoś w autobusie ustępuje mi miejsca. Czasem robi to z taką ostrożnością, jakby odkładał na siedzenie nie człowieka, tylko kruchy porcelanowy przedmiot. Innym razem – z ulgą, jakby wykonał obowiązek obywatelski i mógł już o mnie zapomnieć. I wtedy myślę: czy już jestem seniorem?

Bo słowo „senior” jest dziwnie rozciągliwe, jak sweter po wielu praniach. W jednych ustach brzmi jak zaszczyt, w innych jak wyrok. Formalnie sprawa jest prosta – metryka, emerytura, karta seniora. Ale życie nie lubi prostych definicji, szczególnie jeśli dotyczą człowieka.

Kiedy miałem dwadzieścia lat, senior zaczynał się gdzieś po sześćdziesiątce. Może nawet po pięćdziesiątce? To była kraina odległa, trochę jak biegun północny: wiadomo, że istnieje, ale nikt z moich znajomych tam nie dotarł.

Potem, kiedy sam skończyłem czterdzieści, granica przesunęła się niezauważalnie. Senior zaczął mieć sześćdziesiąt pięć. A dziś, kiedy przekroczyłem kolejną rubież, mam wrażenie, że ktoś znów przesunął tabliczkę dalej, jakby chciał powiedzieć: „jeszcze nie teraz, ale już niedługo”.

Tyle że „niedługo” w wieku człowieka ma szczególny smak – jest jak herbata, która stygnie szybciej niż się ją pije.

Słowo „senior” ma jeszcze inny ciężar. Nie chodzi tylko o wiek. Senior to ten, który „już widział”. Przeżył mody, które przychodziły i odchodziły szybciej niż pociągi na małej stacji.

Ale paradoks polega na tym, że im więcej się widzi, tym mniej człowiek jest pewien. Młodość jest kategorią – mówi: „tak jest”. Dojrzałość zaczyna pytać: „a może?”. Senior zaś najczęściej wzrusza ramionami i mówi: „to zależy”. I w tym „to zależy” kryje się cała jego siła i cała jego niepewność. Bo kim właściwie jest senior?



Czy to ten, kto ma zmarszczki na twarzy? Czy ten, kto ma zmarszczki w pamięci? A może ten, kto zaczyna częściej wracać do przeszłości niż iść w przyszłość, nie dlatego, że nie chce – tylko dlatego, że przyszłość przestaje być tak rozmowna jak dawniej?

Najbardziej mylące jest jednak to, że wewnątrz człowiek często pozostaje ten sam. Wciąż potrafi się zdziwić, zaśmiać z głupstwa, złapać się na tym, że coś go porusza bardziej, niż powinno. Tyle że ciało i kalendarz zaczynają prowadzić własne negocjacje, nie zawsze z sukcesem.

Więc może „senior” to nie jest wiek? Może to stan, w którym człowiek zaczyna rozumieć, że nie wszystko musi się jeszcze wydarzyć, i że część rzeczy już się wydarzyła – i to wystarczy.

A może senior to ktoś, kto wreszcie przestaje udawać, że ma czas nieograniczony, i zaczyna go traktować jak coś realnego – jak książkę, której liczba stron jest znana, choć niepewna jest ostatnia linia. Jeśli tak, to chyba jestem seniorem od dawna. Tylko nikt nie zdążył mi tego powiedzieć.

# AI w silver marketingu – szanse i zagrożenia

*Silver marketing, czyli marketing skierowany do osób w wieku 50+, staje się coraz ważniejszy ze względu na rosnącą liczbę osób w tej grupie wiekowej i ich siłę nabywczą. Wykorzystanie sztucznej inteligencji (AI) w tym obszarze daje ogromne możliwości, ale niesie również pewne ryzyka. Jak AI może pomóc w dotarciu do osób 50+, a kiedy jej zastosowanie może zaszkodzić?*

Silver marketing to strategia marketingowa skupiona na potrzebach i preferencjach osób dojrzałych i starszych, najczęściej w wieku 50+. Ta grupa konsumentów jest bardzo zróżnicowana – od aktywnych zawodowo, przez emerytów podróżujących po świecie, po osoby skoncentrowane na zdrowiu lub wymagające opieki. AI, czyli sztuczna inteligencja, może wspierać ten segment marketingu na wiele sposobów, ale nie zawsze będzie odpowiednim rozwiązaniem.

## **Jak AI może wspierać silver marketing? Odkryj potencjał i wyzwania!**

Silver marketing zyskuje na znaczeniu wraz ze starzeniem się społeczeństwa. Sztuczna inteligencja (AI) oferuje szerokie możliwości w docieraniu do tej grupy wiekowej, od personalizacji komunikacji po analizę danych. Aby jednak w pełni wykorzystać potencjał AI, należy uwzględnić potrzeby i ograniczenia seniorów, zapewniając im łatwy dostęp do technologii i autentyczne podejście.

AI w silver marketingu pozwala na tworzenie spersonalizowanych kampanii, które trafiają w oczekiwania osób starszych. Analiza danych demograficznych i preferencji umożliwi lepsze dopasowanie języka, tonu i treści komunikacji. Ważne są także dostępne materiały – nagrania audio dla osób z problemami ze wzrokiem, filmy z napisami czy grafiki z wyraźnym kontrastem i czytelną czcionką. Takie rozwiązania sprawiają, że treści stają się bardziej przyjazne i dostępne.



Sztuczna inteligencja wspiera również segmentację rynku, identyfikując różnorodne potrzeby w grupie 50+. Dzięki temu firmy mogą tworzyć oferty dla aktywnych seniorów, osób dbających o zdrowie czy tych, które preferują oszczędny styl życia.

Z drugiej strony, silver marketing z wykorzystaniem AI wiąże się z pewnymi wyzwaniami. Nie każdy senior jest biegły technologicznie, a zautomatyzowane narzędzia mogą być odbierane jako nieszczerze. Wykluczenie cyfrowe oraz obawy o prywatność danych to kolejne problemy, które firmy muszą brać pod uwagę.

Jest jeszcze coś bardzo istotnego: AI często stereotypowo przedstawia osoby dojrzałe i starsze. Algorytmy, bazując na danych, mogą utrzymywać uproszczone wizerunki seniorów, np. jako wyłącznie zainteresowanych zdrowiem, rodziną czy oszczędnościami. Takie podejście nie tylko ogranicza efektywność kampanii, ale może być także odbierane jako brak szacunku wobec różnorodności tej grupy wiekowej. Dlatego konieczne jest, aby firmy weryfikowały i dostosowywały wyniki analizy AI, unikając uproszczeń i stereotypów.

Aby skutecznie wykorzystać AI w silver marketingu, należy zadbać o prostotę rozwiązań, edukację użytkowników i ochronę ich danych. Narzędzia sztucznej inteligencji mogą być wsparciem, ale nie powinny zastępować ludzkiego kontaktu. Kluczem do sukcesu jest balans między nowoczesnością a tradycyjnymi wartościami, które są szczególnie ważne dla starszych konsumentów.

Sztuczna inteligencja w silver marketingu to szansa na lepsze zrozumienie potrzeb osób 50+ i skuteczniejsze docieranie do tej grupy. Jednak sukces zależy od umiejętnego połączenia nowoczesnych technologii z empatycznym podejściem. Postaw na AI, ale pamiętaj o autentyczności – to właśnie ona buduje zaufanie i lojalność wśród seniorów.

## Podsumowanie

Sztuczna inteligencja w silver marketingu może być potężnym narzędziem, które pozwala lepiej zrozumieć potrzeby osób w wieku 50+ i skuteczniej do nich dotrzeć. Jednak nieodpowiednie wykorzystanie AI, np. zbyt skomplikowane technologie czy brak personalizacji, może zniechęcić tę grupę konsumentów. Kluczem do sukcesu jest balans między nowoczesnymi rozwiązaniami a tradycyjnym podejściem opartym na zaufaniu i autentyczności.

BARBARA GÓRNICKA-NASZKIEWICZ

AUTOPROMOCJA

## Chcesz wiedzieć więcej o dojrzałym kliencie?



- ✓ PRAKTYCZNE WSKAZÓWKI
- ✓ PIGUŁKI WIEDZY
- ✓ SEGMENTACJA KLIENTÓW
- ✓ TIPY DO WDROŻENIA OD ZARAZI!

**KUP TERAZ!**

# KURSY ONLINE

**SUPER Senior**  
AKTYWIZACJA I KOMUNIKACJA 60+  
**AKADEMIA**

## DLA OPIEKUNEK, ANIMATORÓW I TERAPEUTÓW

# -15%

## Z KODEM: AS2026

**SPRAWDŹ!**



### CERTYFIKAT AKADEMII - PUNKTY EDUKACYJNE

**SUPER Senior**  
AKTYWIZACJA I KOMUNIKACJA 60+

**Redaktor naczelna**

dr Barbara Górnicka-Naszkiewicz  
super.senior@op.pl  
tel. 791-015-382

**Biuro reklamy:** tel. 795- 057-295  
ssenior.reklama@op.pl

Źródła zdjęć: Studio B, materiały nadesłane, freepik.

Redakcja nie odpowiada za treść reklam umieszczanych na jej łamach.

Korekta i skład: Studio B

Wydawca: Studio B, ul. Kościuszki 8  
48-100 Głubczyce, NIP 7481529857

Materiały zamawiane i teksty prasowe prosimy wysyłać do 10. każdego miesiąca na adres: super.senior@op.pl

Redakcja zastrzega sobie prawo do adyustacji i skracania tekstów oraz odmowy publikacji.

Wszelkie prawa zastrzeżone, kopiowanie, cytowanie i rozpowszechnianie bez zgody wydawcy zabronione.