

24 kwietnia 2026 r. w Muzeum Mazowieckim w Płocku odbyła się konferencja pt. *Świadomy Senior – zdrowie bez uzależnień*, zorganizowana z inicjatywy Samorządu Województwa Mazowieckiego oraz Rady Seniorów Województwa Mazowieckiego. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele Mazowieckiego Biura Planowania Regionalnego w Warszawie – Oddziału Terenowego w Płocku. Podczas spotkania omówiono zagadnienia związane z promocją zdrowego stylu życia oraz profilaktyką uzależnień wśród osób starszych.

Konferencję otworzył Marszałek Województwa Mazowieckiego **Adam Struzik**, podkreślając znaczenie działań edukacyjnych i profilaktycznych skierowanych do seniorów w kontekście wyzwań demograficznych. Prelegentami byli praktycy z zakresu **medycyny, psychologii i farmakologii**, na co dzień pracujący z osobami starszymi. Seniorzy to niezmiernie ważna grupa, zarówno w wymiarze społecznym, jak i gospodarczym, dlatego zagadnienia poruszone podczas konferencji stanowią kluczowe wyzwania współczesnej polityki społecznej i zdrowotnej. Ważnym punktem programu było wystąpienie **dr n. o zdr. Agnieszki Gonczaryk**, Dyrektora Departamentu Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego w Warszawie, która przedstawiła projekty i działania realizowane w tym obszarze przez Departament. W trakcie spotkania poruszono również zagadnienia dotyczące sposobów spędzania wolnego czasu sprzyjających poprawie jakości życia i dobrostanu psychicznego seniorów, a także budowania i wzmacniania lokalnych sieci współpracy. Omówiono również działalność Rady Seniorów Województwa Mazowieckiego, w tym jej rolę jako organu doradczego i opiniodawczego w zakresie polityki senioralnej.

