



Aktivna i
kvalitetna
starost

Okrugli stol

„Zajednica koja neguje aktivno i zdravo starenje“

Split, Hotel Park
10.11.2021.



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.

Teme/ predavači:

- 10:30 – 10:35 Pozdrav dobrodošlice

- 10:35 – 10:50 O projektu i Zelena knjiga o starenju

Dana Jurman Jakus, voditeljica projekta

- 10:50 – 11:05 „Age friendly model” Svjetske zdravstvene organizacije

Luka Donadini, suradnik na projektu

- 11.05 - 11.35 – Iskustvo Ljubljane kao Age friendly grada i iskustvo Saveza umirovljenika Slovenije

Dijana Lukić, Nacionalni savez udruga umirovljenika Slovenije

- 11:35 – 12:00 Razvoj Gerontoloških centara u gradu Zagrebu kao primjer uspješne prakse

Ana Bilić stručna suradnica GU za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom Grada Zagreba

Antonija Bobić Lazić, stručna suradnica Odjela za ustanove socijalne

skrbi

- 12:00 – 12:15 Otvorena rasprava

• Osvježenje
Kvalitetna
starost



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.

Uvod o projektu „Aktivna i kvalitetna starost“

- Ciljevi:

1. Unaprijeđenje kvalitete i dostupnosti programa namijenjenih jačanju socijalne uključenosti i unaprijeđenja kvalitete života umirovljenika kroz jačanje kapaciteta lokalnih OCD koje provode programe na širem području Splita
2. Razvoj inovativnih programa

- Ukupni iznos: 1.918.089,61 HRK (85% ESF, 15% RH)

- Trajanje: 1.6.2020.-1.6.2022.

- Nositelj: Udruga MI- Split

- Partneri: Grad Kaštela, Grad Solin, Grad Split, Gradsko društvo Crvenog križa Solin, Udruga maslinara Kaštela Mastrinka, Udruga Sveti Jeronim, Udruga za palijativnu skrb Vita plus



Doprinos projekta



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.

Razvoj i provedba lokalnih programa (11) u području aktivnog starenja i povećanja kvalitete života umirovljenika (300)



KULINARSKE RADIONICE; KREATIVNE RADIONICE

ČITAONICA; JEDNODNEVNI BORAVAK U PRIRODI; IZLET ZA UMIROVLJENIKE

POLUDNEVNI BORAVAK – ALZHAJMER CAFE

REKREATIVNA GIMNASTIKA; JOGA ZA UMIROVLJENIKE;
ZDRAVSTVENE VJEŽBE; PLIVANJE

TEČAJ FOTOGRAFIJE; MODERNE TEHNOLOGIJE; PRATITELJ U
KULTURI; MASLINARSTVO



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.



ZDRAVSTVENE TEME NZJZ; SAVJETOVANJE DOKTORICA;
PREDAVANJE PATRONAŽNA SESTRA; SAVJETOVANJE NZJZ

IZLOŽBE/PREDAVANJA; KAZALIŠNA PREDSTAVA; PJESNIČKE VEČERI

TERAPIJA KROZ GLAZBU, PLES I POEZIJU; PSIHOSOCIJALNA
PODRŠKA OBOLJELIMA OD DEMENCIJE

VOLONTERSKE AKCIJE U ZAJEDNICI

DRUŽENJE UZ PJESMU; KNJIŽEVNI KLUB; TOMBOLA

PROGRAM SOCIJALIZACIJE



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.

Razvoj socijalnih inovacija u radu s umirovljenicima te razvoj inovativnih programa koje provode organizacije civilnoga društva



- Broj razvijenih inovativnih programa organizacija civilnoga društva
 - „Domaćin“ u kulturnim ustanovama (3),
 - Menadžment volontera u kulturi (1)
- Zapošljavanje umirovljenika (3)
- Broj provedenih stručnih istraživanja (1)
- Broj provedenih fokus grupa (2)

Podizanje svijesti o važnosti aktivnog starenja i socijalne uključenosti umirovljenika te održavanja jednokratnih aktivnosti

- Edukacija Menadžment volontera i podrška u razvoju programa
- Jednokratne manifestacije
 - Solin- Živimo zdravo (2); Kaštela- Jedimo zdravo (4); Podstrana (1) i Split (1)
- Izrada Smjernica za lokalno uključivanje umirovljenika
 - Radna skupina za 3 grada;
 - **Okrugli stol (2)**; Fokus grupe (8); Javne rasprave (4); Javna tribina (1)

Znanstveno istraživanje o kvaliteti života umirovljenika



- Pokriva područje Splita, Solina, Kaštela i Podstrane
- Uzorak 479 umirovljenika
- [Rezultati istraživanja](#)

Izdajamo iz istraživanja



- 90% ispitanika ne želi posao u mirovini
- Razlozi: zdravstveni (41%), provođenje vremena s obitelji (8%)
- Rijetko ili nikad ne odlaze u kino (89%), na koncerte (84%), u muzeje (81%) ili kazalište (79%)
- Svakodnevno gledaju tv (97%), čitaju (67%), rekreativno se bave sportom (49%), surfaju internetom (44%)
- Učestalo se druže s obitelji (79%) i prijateljima (42%)
- Više od 70% ih nikad ne koristi usluge pomoći u kući ili psihološke pomoći te smatraju da im takve usluge nisu potrebne
- 82% ih se slaže da je veća mirovina ono što im je najpotrebnije

Program (4) međugeneracijske suradnje



- MLADI INTERVJUIRAJU STARIJE
- DOBROGRAD
- IZLOŽBA VOLIM BAKU I DJEDA
- VOLONTERSKE AKCIJE ŠKOLSKIH KLUBOVA



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.



Zelena knjiga o starenju

Poticanje međugeneracijske solidarnosti i odgovornosti

EK Bruxelles, 27.1.2021.



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.

Pristup utemeljen na životnom ciklusu

- Uzima se u obzir činjenica da definicija tradicionalnih faza obrazovanja i osposobljavanja, rada i umirovljenja postaje manje stroga, a granica među njima sve fleksibilnija.
- Ujedno se prihvaća i činjenica da je u odgovoru na starenje stanovništva ključno postići pravu ravnotežu između održivih rješenja za naš sustav socijalne zaštite te jačanja međugeneracijske solidarnosti i pravednosti između mladih i starih.
- Među generacijama postoje mnoge međuovisnosti koje pred naša društva stavljaju izazove, prilike i pitanja.
- Zbog toga mladi i osobe svih dobnih skupina trebaju aktivno sudjelovati u oblikovanju našeg političkog odgovora.



- Razdoblje od ranog djetinjstva do mlade odrasle dobi utječe na nas do kraja života.
- Stvari koje doživimo i naučimo te navike koje steknemo čimbenici su koji oblikuju naše izgleda za budućnost, zdravlje i dobrobit.
- Pravodobnim postavljanjem pravih temelja može se pridonijeti sprječavanju, ograničavanju i odgađanju nekih izazova povezanih sa starenjem.
- Dva strateška koncepta mogu osobito pridonijeti uspješnosti društva koje stari: **zdravo i aktivno starenje** te **cjeloživotno učenje.**
- Oba su pristupa to učinkovitija što se ranije počnu primjenjivati jer su relevantna za cijeli životni ciklus svake osobe.
- Važno je napomenuti da viši stupanj obrazovanja i dobro zdravlje imaju pozitivan međusobni učinak.

Izazovi i prilike

- U europskoj povijesti još nije zabilježeno razdoblje u kojem je tako mnogo ljudi tako dugo i zdravo živjelo.
- Više ljudi dulje ostaje aktivno, dulje radi i sudjeluje u društvenim aktivnostima nakon umirovljenja.
- Zahvaljujući zdravijem načinu života i napretku medicine (poboljšana prevencija, dijagnoza i liječenje bolesti), većina umirovljenika vitalna je i može birati kako će provoditi vrijeme.
- Ta nova stvarnost mijenja našu predodžbu o starenju te ističe važan potencijalni doprinos starijih osoba društvu i gospodarstvu putem međugeneracijskog učenja i kohezije.
- Istodobno, razdoblje mirovine izazov je za pojedince, ali i za sustave socijalne zaštite koji im pružaju potporu.

Ispunjavanje rastućih potreba sve starijeg stanovništva

- Unatoč produženju očekivanog zdravog životnog vijeka, izgledi za razvoj bolesti ili invalidnosti povećavaju se u poznijoj dobi.
- Mnoge starije osobe postupno slabe i postaju ovisne o dugotrajnoj skrbi.
- Promicanje zdravlja i sprječavanje bolesti zdravim načinom života, zaštitom zdravlja i sigurnosti na radnom mjestu te aktivnim sudjelovanjem u društvenom životu mogu pridonijeti ograničavanju ili odgađanju tih problema.
- Politike potpore kao što su urbana obnova, revitalizacija ruralnih područja i pristupačnost zgrada i prijevoza mogu olakšati život, posebno za osobe sa smanjenom pokretljivošću.




- Iako se takvim politikama općeniti izazov može ublažiti, starenje i dugovječnost neizostavno će dovesti do strukturnog povećanja ukupne potražnje za uslugama zdravstvene i dugotrajne skrbi.
- To je posebno izraženo u nekim udaljenim i ruralnim regijama koje se obično suočavaju s problemima u pogledu kvalitete i opsega pruženih socijalnih usluga.
- Iako su manje vidljive, te pojave imaju stvaran učinak na naše gospodarske, socijalne i zdravstvene sustave te zaslužuju pozornost tvoraca politika.

Ispunjavanje potreba za zdravstvenom i dugotrajnom skrbi sve starijeg stanovništva



- Zbog demografskih promjena bit će više starijih pacijenata koji boluju od kroničnih i, u mnogim slučajevima, višestrukih bolesti.
- Smatra se da gotovo polovina osoba u dobi od 65 godina ili više ima određeni oblik invaliditeta ili su im dugotrajno ograničene aktivnosti.
- Posljedice klimatskih promjena, prirodnih katastrofa i uništavanja i onečišćenja okoliša često nerazmjerno povećavaju pritisak na zdravlje starijih osoba.
- To će dovesti do povećane potrebe za zdravstvenom skrbi i drugim uslugama skrbi ili potpore.
- Sveobuhvatan odgovor politike može uključivati ulaganje u kvalitetne usluge i infrastrukturu, kao i u istraživanje i inovacije u zdravstvu, osiguravanje pristupa zdravstvenoj skrbi, ponudu atraktivnih radnih uvjeta za rješavanje problema manjka osoblja i iskorištavanje inovativne tehnologije za poboljšanje učinkovitosti.

- 
- Tehnološki napredak omogućuje nove načine pružanja određenih usluga i terapija koji zamjenjuju one u bolnicama.
 - Osiguranjem bolje infrastrukture za ambulantnu skrb i skrb unutar zajednice ne pruža se samo bolja zdravstvena i socijalna skrb, već se starijim osobama isto tako može omogućiti sudjelovanje u društvenim aktivnostima i aktivnostima za njihovu dobrobit.
 - Očekuje se da će se broj osoba kojima bi mogla biti potrebna dugotrajna skrb na području EU-27 povećati s 19,5 milijuna 2016. na 23,6 milijuna 2030. i 30,5 milijuna 2050.

Zajednički izazovi



U području dugotrajne skrbi:

- osiguravanje dostupnosti,
 - cjenovne pristupačnosti,
 - kvalitete dugotrajne skrbi,
 - odgovarajuće radne snage,
 - korištenje tehničkih i društvenih inovacija
 - integracija sustava skrbi te
 - socijalno poduzetništvo.
- Mnogi ne mogu pristupiti potrebnoj skrbi zbog nedostatne ponude ili visokih troškova ili si pak tu skrb zbog nedostatka socijalne zaštite ili osiguranja ne mogu priuštiti.
 - Bez odgovarajuće socijalne zaštite građani kojima je potrebna dugotrajna skrb mogu potonuti u siromaštvo. Taj rizik treba ublažiti održavanjem fiskalne održivosti sustava u društvu koje stari.



- Procjenjuje se da se oko 30 milijuna odraslih osoba u EU-u često osjeća **usamljeno**.
- Usamljenost utječe na sve dobne skupine.
- Kriza uzrokovana bolešću COVID-19 naglasila je opću važnost mentalnog zdravlja.
- Ograničenja kretanja znatno su utjecala na vrlo stare i slabe osobe koje žive u stambenoj skrbi i koje često nemaju pristup digitalnoj komunikaciji ili vještine korištenja njome.



- Ulaganjem u digitalne vještine, razvoj zajednice i međugeneracijsku koheziju može se spriječiti pogoršanje mentalnog zdravlja i dobrobiti te smanjiti nejednakosti.
- Zdravi stariji ljudi mogu znatno pridonijeti stvaranju društvene i gospodarske vrijednosti u našim društvima.
- Neiskorištavanje njihovih kognitivnih vještina nije samo štetno za njihovo mentalno i tjelesno zdravlje i dobrobit, već je i propuštena prilika za zajednicu.

Umjesto zaključka



Vizija DRUŠTVA AGE Platform Europe

- „Društvo za sve dobne skupine, u kojem ne postoje dobna diskriminacija ni stereotipi, i koje se temelji na solidarnosti i suradnji između generacija, gdje se sve potiče na aktivno sudjelovanje u zajednici i gdje svi imaju ista prava i mogućnosti u svim fazama života, bez obzira na dob, spol, rasu ili etničku pripadnost, vjeru ili uvjerenje, socijalni ili ekonomski status, seksualnu orijentaciju, fizičko ili mentalno stanje, ili potrebu za njegom.”



Hvala na pažnji!

Dana Jurman Jakus

dana@udruga-mi.hr



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "MI" - Split.