



# Aktivna i kvalitetna starost

## LOKALNE SMJERNICE ZA UNAPRJEĐENJE UKLJUČIVANJA STARIJIH OSOBA

Proces kreiranja smjernica ima za cilj stvaranje poticajnog okruženja za zdrav život, društveno i radno uključivanje starijih osoba.

Preporuke su utemeljene na rezultatima projekta Aktivna i kvalitetna starost:

- Znanstvenom istraživanju o kvaliteti života umirovljenika Splita, Kaštela, Solina i Podstrane te analizama postojećih politika, strategija, planova i dostupnih podataka iz sustava socijalne i zdravstvene skrbi na EU, nacionalnoj i lokalnoj razini
- iskustvima nositelja i partnera na projektu
- povratnim informacijama starijih osoba
- stavovima i prijedlozima profesionalaca uključenih u socijalnu i zdravstvenu skrb na lokalnoj i regionalnoj razini.

U izradi Smjernica vodili smo se važećim strategijama i politikama kao i mogućnosti dopune postojećih na lokalnoj razini. Obraća se pozornost na specifičnosti lokalnih područja.

## UKLJUČENOST UMIROVLJENIKA U IZRADU SMJERNICA

Tijekom provedbe projekta s korisnicima se intenzivno komuniciralo na dnevnoj razini koristeći dostupne kanale: lokalne medije i društvene mreže nositelja i partnera ali i direktnom komunikacijom. Otežavajuća okolnost uslijed COVID pandemije te ograničenja i preporuka o pojačanoj zaštiti starijih osoba, kao najugroženijoj skupini, dodatno je pred nas stavila izazove s kojima smo se uspjeli nositi. Postojeća komunikacija s korisnicima udruga, partnera na projektu te dodatno motivacija novih korisnika kroz lokalne medije korištena je prilikom provedbe aktivnosti usmjerenih socijalnom uključivanju. Dodatno je kroz aktivnosti fokus grupa, javnih rasprava i javnih događanja naglasak stavljen na aktivno sudjelovanje umirovljenika s ciljem ispitivanja njihovih potreba i zadovoljstva postojećim sadržajima i uslugama u zajednici.

Primjećene su razlike u interesu s obzirom na vrstu sadržaja kao i na sredinu iz koje dolaze. Najveći interes u svim uključenim sredinama je uočen prema sadržajima iz područja rekreacije i očuvanja zdravlja. Veći interes za društvene i kulturne sadržaje primjećen je u urbanim sredinama, dok je u manjim sredinama interes bio veći na kreativnim radionicama. Sadržaji usmjereni stjecanju novih vještina kao i program socijalne inovacije Domaćin u kulturnim ustanovama posebno su privukli korisnike i pokazalo se da je takva vrsta neformalne edukacije poželjna. Naglašavamo da su svi uključeni korisnici, preko 300 umirovljenika visoko vrednovali sadržaje u kojima su sudjelovali i izrazili želju da se aktivnosti u njihovim sredinama nastave.



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



## ISKUSTVA U ORGANIZIRANJU I ODRŽAVANJU AKTIVNOSTI ZA STARIE OSOBE

Tijekom provedbe projekta u komunikaciji sa starijima, potvrđene su osnovne postavke o starenju i umirovljenju.

Osobe starije od 65 godina čine heterogenu skupinu u kojoj se u velikom dijelu uočava potreba za podrškom u zadovoljavanju osnovnih životnih potreba ali i održavanjem ili uspostavljanjem socijalnih kontakata. Uključivanje u primjerene, dostupne i cjenovno prihvatljive preventivne programe doprinosi se kvaliteti života. Aktivnosti koje podrazumijevaju fizičku aktivnost i društvenu korisnost doprinose optimalizaciji psihofizičkih stanja i poboljšanju socijalnih uvjeta. Umirovljenje povećava osjećaj socijalne isključenosti umirovljenika jer gube poznaničku mrežu, oslabljuje njihov materijalni status, ne osjećaju se korisnim članovima društva što utječe na osjećaj socijalne izoliranosti, povećanu osjetljivost i narušavanje psihičkog i fizičkog zdravlja. Uočena je tendencija prema konzervativnom pristupu života u starijoj dobi gdje se većina aktivnosti i društvenih odnosa održava u privatnom socijalnom krugu te se u skrbi za starijeg člana najčešće brine ženska osoba u kućanstvu. Kod vitalnih starijih osoba nakon umirovljenja se nastavlja njihovo sudjelovanje u skrbi za ovisne članove obitelji kao i za domaćinstvo.

Informiranje starijih o dostupnim uslugama predstavlja izazov kako zbog kanala komunikacije ali i postojećeg ograničenog interesa. Iako velik broj umirovljenika koristi društvene mreže i Internet, informacije o uslugama i pravima nisu objedinjene i ponekad ih je teško pronaći. Socijalno uključivanje se mora temeljiti na dvosmjernom procesu razmjene informacija o potrebama starijih i kvalitetnih odgovora na njih.

Provoditelji aktivnosti ističu uočene potrebe u zajednici i u skupini korisnika:

- jačanje svijesti dionika i javnosti o važnosti socijalne uključenost,
- širenje usluga socijalizacije i ujednačene dostupnosti usluga u različitim dijelovima zajednica,
- posvećeni rad u aktiviranju isključenih starijih osoba,
- razvoj i održavanje izvora informacija o sadržajima za starije (baze podataka, info kontakt točke i dr.),
- traženje rješenja za održivost inovativnih usluga razvijenih socijalnih inovacija „Domaćina u kulturi“, i drugih neformalnih programa s ciljem stjecanja novih vještina (informatičke radionice, radionice o maslinarstvu...)
- prepoznavanje rada neformalnih pomagača, provoditelja laičke skrbi za starije i druge ovisne članove,
- korištenje resursa organizacija civilnoga društva za organiziranje podrške za starije
- uspostavljanje i održavanje volonterskih programa za uključivanje starijih osoba,
- promocija i poticanje aktivnosti međugeneracijske suradnje u zajednicama,
- održavanje kontinuiteta u razmjeni informacija i suradnji lokalnih dionika uključenih u aktivnosti u korist starijih kroz formalne ili neformalne mreže,
- traženje i iznalaženje rješenja održivosti usluga za starije u zajednicama.



## REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Analiza provedenog istraživanja o kvaliteti života umirovljenika u Splitu, Solinu, Kaštelima i Podstrani ističu potrebu za ulaganja i promjenama u različitim aspektima života zajednice koje doprinose kvaliteti za starije:

- snažnija zaštita i promicanje prava starijih osoba
- sistematizacija pokazatelja kvalitete života
- periodično provođenje istraživanja o životu, potrebama i problemima
- revidiranje programa i usluga koje se nude u zajednici i razvijanje novih sukladno potrebama starijih osoba
- osmišljavanje radionica i drugih sadržaja podrške za članove obitelji
- poticanje volonterskoga rada
- jačanje svijesti o korisnosti i dostupnosti usluga koje se nude u zajednici
- kontinuirano praćenje i vrednovanje učinka određenih politika i usluga
- olakšavanje skrbi i pružanje konkretne potpore
- razvijanje svjesnosti o potrebi većeg društvenog angažmana i vlastitoj korisnosti
- pružanje rekreativne i razbibrige
- razvijanje prijateljstava i širenje društvenih kontakata

## STAVOVI STRUČNJAKA UKLJUČENIH U SKRB ZA STARIJE OSOBE

Stručnjaci uključeni u djelatnosti u interesu starijih koji su sudjelovali u projektnim aktivnostima kroz razmjene na javnim događanjima, stručnim skupovima, fokus grupama te javnim raspravama ukazuju na potrebu ulaganja u 5 tematskih područja:

1. Povezivanje, suradnja i koordinacija dionika iz različitih područja koja se tiču starijih osoba
2. Razvoj i prilagodba lokalnih politika (socijalnih planova i strategija)
3. Stvaranje uvjeta i prilagodba infrastrukture
4. Organiziranje i održivost kvalitetnih sadržaja socijalnog uključivanja
5. Organiziranje i održivost kvalitetnih sadržaja radnog uključivanja i volontiranja starijih osoba

Temeljem predstavljenih spoznaja i stavova donose se sljedeće Lokalne smjernice za uključivanje starijih osoba u život lokalne zajednice:

1.1. Osnaživati povezivanje i razmjenu informacija pružatelja usluga i donositelja odluka u zajednicama sa starijim osobama i drugim povezanim korisnicima.





## Aktivna i kvalitetna starost

- 1.2. Poticati međusektorsku i međuresornu suradnju u području zdravstva, socijalne politike, kulture, cjeloživotnog obrazovanja, sporta, rada i drugih djelatnosti s ciljem unaprjeđenja djelovanja u interesu starijih osoba.
  - 1.3. Poticati i podržavati održivo djelovanje organizacija civilnoga društva u ulozi pružatelja usluga, posrednika i koordinatora između lokalnih dionika i krajnjih korisnika.
  - 1.4. Poticati jačanje kapaciteta djelatnika angažiranih u radu sa starijim osobama stručnim sadržajima vezanim tematski područja (socijalna skrb, zdravstvo, zaštita prava, obrazovanje i dr.)
- 2.2. Revidirati i dopuniti strateške i druge dokumente s naglaskom na položaj i interes starijih osoba (kvalitetne, dostupne i cjenovno prihvatljive usluge, aktivno i zdravo starenje, cjeloživotno obrazovanje, volontiranje, radno uključivanje)
  - 2.3. Na razini lokalne samouprave uspostaviti suradnju s vijećima lokalnih zajednica (Mjesnim odborima) s ciljem aktiviranja i unaprjeđenja položaja starijih osoba
  - 2.4. Na razini lokalne i regionalne administracije uspostaviti natječaje i prilagoditi prioritete usmjerene socijalnom uključivanju i aktiviranju starijih osoba.
  - 2.5. Osigurati kontinuitet i kontrolu kvalitete pružanja usluga koji započnu kroz projekte s naglaskom na održivost nastavka pružanja usluga za najugaženije korisnike.
  - 2.6. Socijalne planove uskladiti s EU i nacionalnim smjernicama.
  - 2.7. Poticati razvoj društvenog poduzetništva.
- 3.1. U planiranju i razvoju infrastrukturnih rješenja u lokalnoj zajednici naglasiti potrebe starijih osoba (npr. za rješenja rasvjete, uspostave linija loklanog prijevoza i dr.)
  - 3.2. Osigurati prostore za društvene aktivnosti starijih u područjima njihovog stanovanja (npr centri zajednice, prostori gradskih kotereva, prostori specijaliziranih programa i ustanova i dr.)
  - 3.3. Poticati prilagodbu i korištenje neiskorištenih prostornih resursa (npr. prostora u gradskim kotarevima za aktivnosti namijenjenih starijim osobama)
  - 3.4. Organizirati informativne i edukativne aktivnosti za potrebe starijih osoba definiranjem info punktova i njihovom promocijom
  - 3.5. Zagovarati uspostavu prioriteta i korištenje sredstava iz fondova EU i drugih finansijskih izvora u cilju unapređenja socijalnog uključivanja i podrške starijim osobama.
  - 3.6. Planirati i osigurati provedbu javnih događanja na razini JLS s ciljem isticanja položaja i interesa starijih osoba.



## Aktivna i kvalitetna starost

- 4.1. Poticati izborazbu u svrhu rada i zapošljavanja umirovljenika.
- 4.2. Poticati programe usmjerene stjecanju novih vještina za radni angažman umirovljenika.
- 4.3. Poticati provedbu i financiranje volonterskih programa s naglaskom na uključivanje starijih osoba.
- 4.4. Osmišljavati mentorske programe s ciljem angažiranja umirovljenika i njihovo financiranje.
- 4.5. Poticati prilagodbu internih pravilnika organizacija i ustanova s ciljem zapošljavanja umirovljenika.
  - 5.1. Poticati i osiguravati financiranje programe i aktivnosti uključivanja umirovljenika i starijih osoba namijenjenih njihovoj animaciji, izobrazbi i motiviranju za zdrave stilove života.
  - 5.2. Provoditi edukaciju i popularizirati teme iz područja zaštite mentalnog zdravlja
  - 5.3. Provoditi i popularizirati dostupnu besplatnu edukaciju za laičku njegu (u suradnji Nastavnog zavoda za javno zdravstvo i Patronažne službe Doma zdravlja)
  - 5.4. Iстicati važnost i organizirati aktivnosti međugeneracijske suradnje
  - 5.5. Organizirati javno zdravstvene akcije s naglaskom na preventivnu zaštitu zdravlja.