

Program aktívneho starnutia seniorov mesta Trnavy na roky 2016 – 2020

Plnohodnotné zapojenie starších ľudí do života v meste je pre Trnavu mimoriadne dôležitá téma. To nielen preto, že počet seniorov rastie, ale najmä preto, že Trnava má záujem plnohodnotne zapojiť staršiu generáciu do diania v meste a zabezpečiť vysokú kvalitu ich života. Program aktívneho starnutia je dokument, ktorý nadväzuje na *Národný program aktívneho starnutia na roky 2014-2020*. Ten schválila dňa 4. decembra 2013 vláda Slovenskej republiky.

Ide o nový programový dokument zameraný na podporu ľudských práv starších osôb cestou ich aktivizácie prostredníctvom verejných podporných politík. Nejde pritom len o politiky v oblasti zamestnanosti starších ľudí, ale aj o politiky v oblasti podpory ich celoživotného vzdelávania, občianskych a sociálnych aktivít mimo formálneho trhu práce, podpory ich nezávislosti, dôstojnosti, ekonomickej a sociálnej bezpečnosti, vrátane ochrany pred zlým zaobchádzaním vo všetkých spoločenských sférach a vzťahoch.

Program aktívneho starnutia mesta Trnavy má ambíciu byť koncepčným dokumentom, ktorý má komplexne riešiť situáciu starších ľudí, seniorov a starnúcej populácie vo všeobecnosti. Takýto dokument v súčasnosti neexistuje a rovnako chýba komplexný systém podpory aktivít pre seniorov i rámec pre spoluprácu s organizáciami, ktoré by mohli svojimi aktivitami situáciu ovplyvniť. Pre účely tohto dokumentu boli staršie osoby definované ako osoby vo veku 50 rokov a staršie. Program aktívneho starnutia sa týka predovšetkým súčasných seniorov a osôb, ktoré dosiahnu seniorský vek v blízkej budúcnosti.

Cieľom tohto programu je nastaviť proces systematických krokov. Tie povedú k vytvoreniu a zlepšeniu podmienok pre zdravé a aktívne starnutie občanov v Trnave. Dokument stanovuje rámec a podmienky pre činnosť všetkých zainteresovaných subjektov a vytvára priestor na prípravu konkrétnych aktivít a projektov.

Program aktívneho starnutia je otvorený dokument, ktorý je možné priebežne meniť a dopĺňať na základe pripomienok a skúseností odbornej aj laickej verejnosti. Napríklad v zmysle úloh Komunitného plánu sociálnych služieb na roky 2016 – 2020 a podobne.

Prílohu k materiálu tvorí „Plán aktivít na rok 2017 s návrhom finančného krytia z rozpočtu mesta“. Bol prerokovaný a odsúhlasený so zástupcami denných centier seniorov dňa 10.8.2016.

I. Vymedzenie základných pojmov a demografia

1. Základné princípy verejných politík vo vzťahu k starším ľuďom

Medzi základné princípy tvorby verejných politík vo vzťahu k starším ľuďom môžeme zaradiť viaceré princípy súvisiace so zapájaním občanov do rozhodovania o veciach verejných. Pod pojmom verejná politika rozumieme napríklad zámer alebo program, ktorý má dlhodobý dopad na zainteresovaných aktérov a občanov.

Program aktívneho starnutia mesta Trnava vychádza z nasledujúcich princípov:

- princíp zamestnanosti
- princíp flexibility
- princíp nezávislosti
- princíp sebarealizácie
- princíp rovnakého zaobchádzania
- princíp solidarity
- princíp účasti na správe vecí verejných
- princíp starostlivosti
- princíp dôstojnosti

2. Pojem aktívneho starnutia

Definícia pojmu aktívneho starnutia sa v rôznych materiáloch odlišuje, z toho dôvodu bola pre nasledovný dokument prijatá táto charakteristika:

„Aktívne starnutie znamená plnohodnotné prežívanie života aj vo vyššom veku, zodpovedný prístup k zdraviu, život v bezpečí a dôstojnosti, s možnosťou zúčastniť sa diania v spoločnosti.“

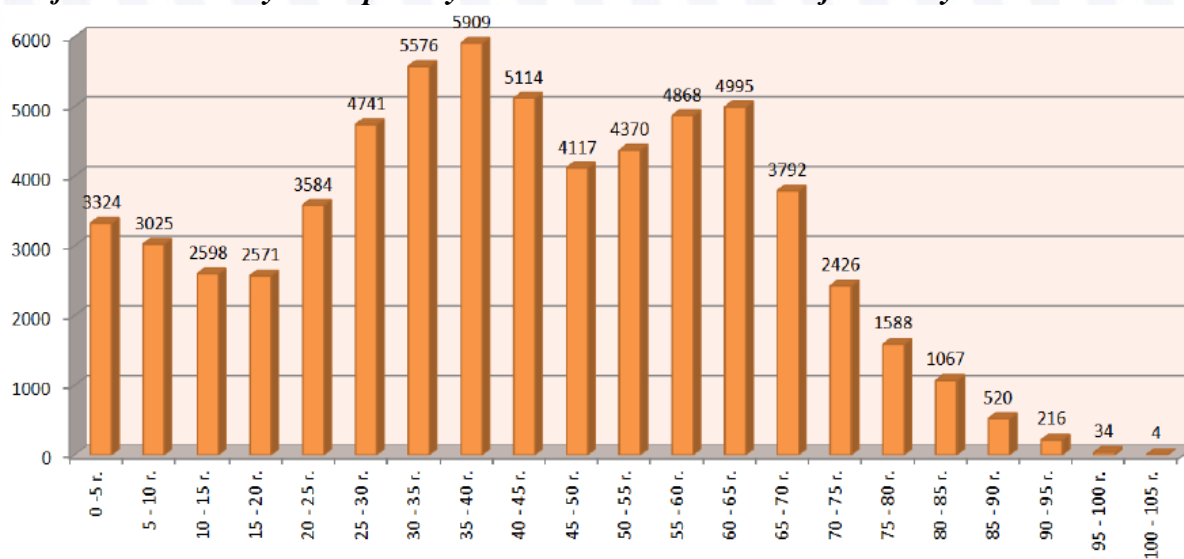
Týka sa to celej spoločnosti, všetkých vekových skupín. Aktívne starnutie je prostriedkom zamedzenia izolácie, resp. vylúčenia občanov vyššieho veku zo spoločnosti, čím sa posilňuje medzigeneračná integrácia a solidarita.

Aktívne starnutie je prostriedkom integrácie seniorov do spoločnosti na všetkých úrovniach, t.j. ako občan, obyvateľ danej mestskej časti, obyvateľ Trnavy, účastník ekonomických, kultúrnych a iných aktivít až po aktivity rodinného charakteru.

3. Demografický vývoj mesta Trnavy

Podľa štatistických údajov bol k 31.12.2015 počet obyvateľov mesta Trnava 64 439 osôb. Prehľad vekovej štruktúry obyvateľov mesta Trnava zobrazuje graf 1.

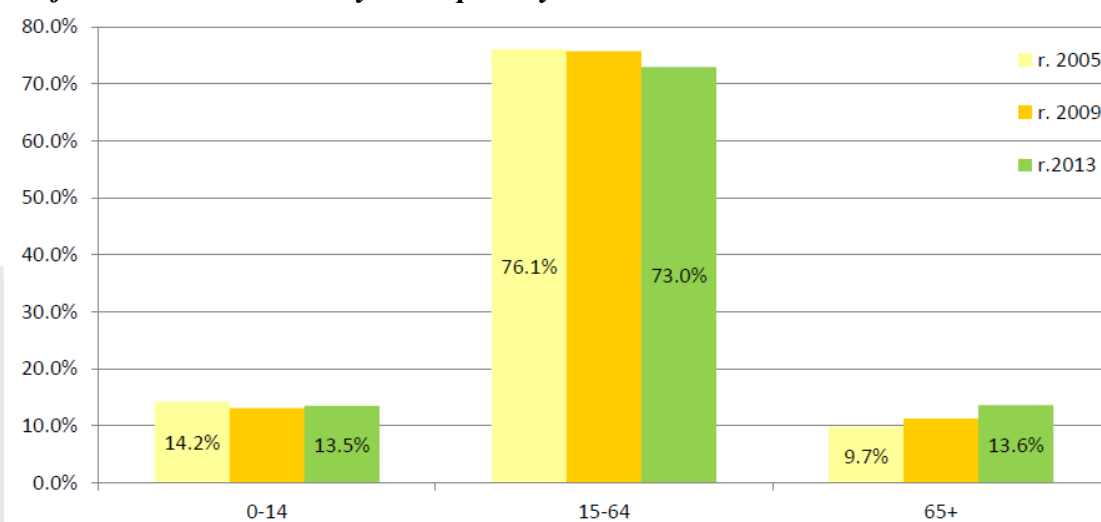
Graf 1 Podiel vekových skupín obyvateľov mesta Trnava Zdroj: Mestský úrad



Zdroj: Mestský úrad Trnava - Ohlasovňa pobytu

Populácia v meste v posledných desiatich rokoch neustále starne avšak proces demografického starnutia je viditeľný vo všetkých regiónoch Slovenskej republiky. V posledných rokoch klesá počet obyvateľov v produktívnom veku a naopak je zřejmý výrazný rast obyvateľov v poproduktívnom veku. Podiel vekovej kategórie 15 až 64 rokov sa za posledných osem rokov znížil o 3,1 % a podiel vekovej kategórie nad 65 rokov sa zvýšil o takmer 4 %.

Graf 2 Podiel vekových skupín obyvateľov mesta Trnava



Zdroj: Mestský úrad Trnava - Ohlasovňa pobytu

O starnutí obyvateľov svedčí aj zvyšujúci sa priemerný vek obyvateľstva a stále vyšší index starnutia (počet obyvateľov vo veku 65 rokov a viac, ktorý pripadá na 100 detí vo veku 0 – 14 rokov). Za ostatné roky sa priemerný vek obyvateľov mesta Trnava zvýšil o takmer 3 roky. Pri indexe starnutia je tento posun ešte výraznejší, zatiaľ čo v roku 2005 pripadalo v meste Trnava na 100 detí do 14. roku života len 68,6 osôb starších ako 65 rokov, v roku 2014 ich už bolo takmer 102. Priemerný vek a index starnutia za roky 2005 – 2014 sú zobrazené v Tabuľke 1.

Tabuľka 1 Priemerný vek a index starnutia obyvateľov mesta Trnava

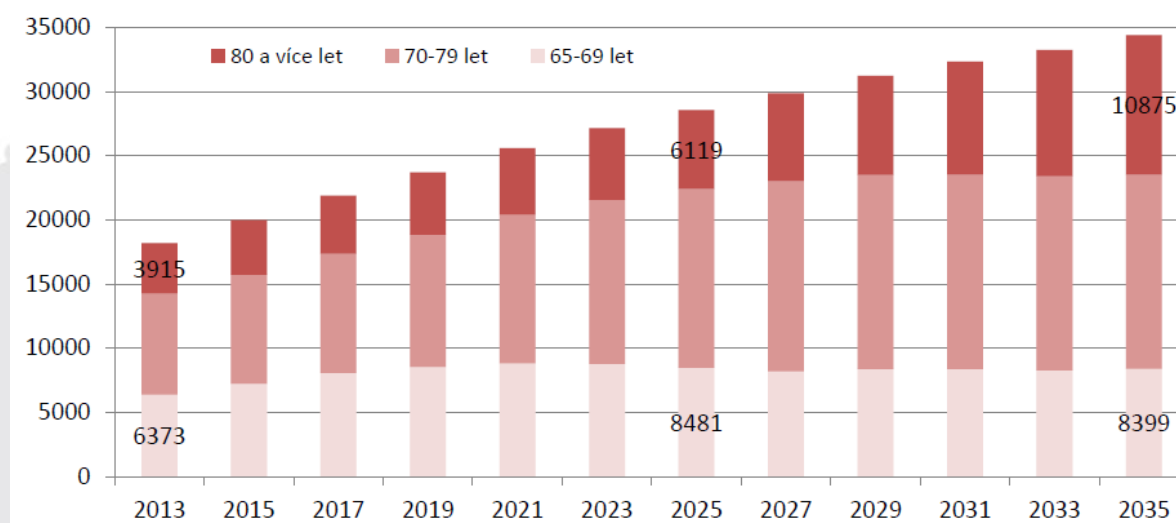
Rok	2005	2007	2009	2011	2013	2014*
Priemerný vek	37,6	38,5	39,4	40,1	40,5	
Index starnutia	68,6	76,5	85,7	93,8	100,5	101,9

Poznámka: *rok 2014 – údaje sú spracované k 30.06.2014

Zdroj: Mestský úrad Trnava - Ohlasovňa pobytu, Štatistický úrad SR – Bilancie pohybu obyvateľstva

Vychádzajúc z prognóz vývoja vekových skupín obyvateľov okresu Trnava, môžeme očakávať, že v roku 2025 sa podiel občanov starších ako 80 rokov zvýši oproti roku 2013 o 56% a v roku 2035 narastie táto veková skupina pravdepodobne až na 177% súčasného stavu. Prognózy predpokladajú, že celkový počet obyvateľov starších ako 65 rokov bude v okrese Trnava v roku 2035 predstavovať až 25% jeho populácie. Najväčší nárast pritom zaznamená práve skupina obyvateľov nad 80 rokov, kde sa do roku 2035 očakáva navýšenie o 7000 obyvateľov okresu. Odhaduje sa, že vekovú skupinu 80+ bude v okrese Trnava v roku 2035 tvoriť viac ako 10.000 obyvateľov. Podobný demografický vývoj očakávame aj v meste Trnava.

Graf 3 Prognóza vývoja vekových skupín seniorov v okrese Trnava do roku 2035



Zdroj: Prognóza vývoja obyvateľstva v okresoch Slovenskej republiky do roku 2035 – <http://www.prog.sav.sk/>

To vytvára tlak na rozvoj sociálnych služieb. Odborníci však tvrdia, že rovnako dôležitá by mala byť aj snaha udržať seniorov čo najdlhšie v dobrej kondícii. K tomu bude smerovať aj nový obsah sociálnej politiky mesta, ktorá sa bude systematicky sústreďovať na rozvoj kvality života seniorov v Trnave. Na úrovni mesta od roku 2015 pôsobí *Rada seniorov mesta Trnava*. Je stálym poradným orgánom primátora v otázkach postavenia seniorov a dáva priestor novému a modernému pohľadu mesta na potreby staršej generácie a skvalitnenie jej života.

II.

Prezentácia súčasného stavu a ciele na dosiahnutie skvalitnenia jednotlivých oblastí života seniorov v meste Trnava

1 Ochrana ľudských práv, podpora aktívnej nezávislosti a bezpečnosti

Seniori patria vo všeobecnosti medzi najzraniteľnejšie skupiny obyvateľstva a to všeobecne ako v oblasti zlého zaobchádzania vo verejnom priestore na trhu práce, tak i v oblasti protiprávneho konania a v neposlednom rade i v oblasti vymožitelnosti práva.

Aby bolo dodržiavanie ľudských práv vo vzťahu k seniorom účinné a v súlade s právnym poriadkom Slovenskej republiky, musia starší ľudia svoje práva a ich vymožitelnosť poznať a rozoznať ich porušovanie. Preto by malo byť prioritou nielen komunitných skupín, ale aj ďalších inštitúcií, zvýšiť zabezpečením kvalitnej osvetu informovanosť a povedomie v tejto oblasti ako u širokej verejnosti, tak i u samotnej cieľovej skupiny, teda obyvateľstva v dôchodkovom veku.

Cieľom by malo byť vytvorenie takej atmosféry v meste a jeho okolí, aby v ňom mali starší ľudia vytvorené vhodné podmienky na dôstojný aktívny život bez diskriminácie, pocitu strachu, bezmocnosti a beznádeje.

Ciele:

- 1.1 Právna ochrana seniorov, najmä ako spotrebiteľov, ktorí sú osobitne zraniteľnou skupinou. Zvyšovanie právnej gramotnosti seniorov pre ich správnu orientáciu pri občianskych úkonoch a obhajovaní ich práv.
- 1.2 Zvyšovaním bezpečnosti života, zdravia a majetku starších ľudí vytvárať priestor pre elimináciu násilia, zneužívania a zlého zaobchádzania so seniormi.
- 1.3 Zabezpečiť širokú osvetu seniorov oblasti dodržiavania ľudských práv
- 1.4 V zariadeniach sociálnych služieb klásť dôraz na ochranu ľudských práv pri poskytovaní sociálnych služieb. Problematike diskriminácie a šikanovania, zlého zaobchádzania sa venovať aj prostredníctvom praktických výučbových seminárov a školení. Posilniť v zariadeniach kontrolu a zlepšovať psychologické schopnosti a zručnosti sociálnych zamestnancov s cieľom identifikovať takéto negatívne javy a včasným zásahom im predchádzať.
- 1.5 Pokračovať v realizácii preventívnych projektov a mediálnych, komunikačných aktivít zameraných na bezpečnosť, ochranu zdravia a majetku seniorov.

2 Zdravie a zdravotná starostlivosť v starobe, príprava na starobu

Zdravotný stav obyvateľstva je výsledkom spolupôsobenia viacerých faktorov, ako ekonomickej a sociálnej situácie daného jednotlivca, kvality životného prostredia, v ktorom sa on pohybuje, jeho výživy a životného štýlu a v nie malej miere závisí hlavne od osobnej zodpovednosti za svoje zdravie. Nezanedbateľnou oblasťou v tejto súvislosti sa javí tiež všeobecná dostupnosť a úroveň zdravotnej starostlivosti, vrátane preventívnych programov, ktoré v značnej miere ovplyvňujú kvalitu zdravia.

Kým osoby v mladšom veku sa môžu v dobrom zdraví udržiavať v tzv. prirodzeným spôsobom, starší ľudia sú nútení častejšie riešiť svoju obnovu zdravia návštevou zdravotných zariadení, nákupom tovarov a služieb určených na tento účel a podobne. Preto všeobecná lekárska starostlivosť o skupinu občanov v dôchodkovom veku by mala patriť medzi priority.

Ciele:

- 2.1 Podporovať aktívne starnutie, zdravý životný štýl a celkové zdravie seniorov formou edukačných aktivít prostredníctvom individuálneho, skupinového a hromadného poradenstva.
- 2.2 Zvyšovať účasť seniorov na pravidelných preventívnych prehliadkach, motivovať ich k ochrane vlastného zdravia a prehľbovať komunikáciu s lekármi prvého kontaktu a tým prispievať k predchádzaniu vzniku a rozvinutiu ochorení u seniorov.
- 2.3 Vytvoriť program prípravy na starnutie, ktorý bude zameraný na generáciu „50+“.

3 Zamestnanie a uplatniteľnosť seniorov

Napriek skutočnosti, že situácia na trhu práce sa za posledné obdobie vyvíja v rámci Slovenska pozitívne, nemožno vysloviť spokojnosť s postavením starších ľudí v tomto segmente ekonomických aktivít spoločnosti.

Osoby v pred dôchodkovom veku sú totiž jednou z najohrozenejších skupín na trhu práce, nehovoriac už o osobách poberajúcich dôchodok, ktoré nemajú takmer žiadnu možnosť sa popri dôchodku zamestnať a tak si aspoň čiastočne vylepšiť svoju životnú úroveň. Dôvodov je hneď niekoľko, no treba spomenúť najmä skutočnosť, že zvýšenie dôchodkového veku nie je sprevádzané adekvátnym udrжанím a tvorbou nových pracovných miest. Na druhej strane zamestnávateľa nevyužívajú dostatočne aktívne opatrenia na trhu práce stanovené zákonom na podporu zamestnania nezamestnaných občanov aj z radov starších ľudí.

Jedným z možných nástrojov na zlepšenie tohto stavu v záujme dosiahnutia vyššej zamestnanosti seniorov, vyššej kultúry práce a zníženia nezamestnanosti tejto skupiny obyvateľov, je *vekový manažment*. Práve motivácia zamestnávateľov v súkromnej sfére a vo verejnej správe k aplikácii vekového manažmentu by mala podporiť zamestnávanie starších zamestnancov a mala by sa zaradiť medzi priority mesta v tejto oblasti.

Ciele:

- 3.1** Zvyšovať šancu seniorov v produktívnom veku zamestnať sa prostredníctvom zvyšovania ich vzdelania, informovanosti a podporou ich aktívneho prístupu k životu.
- 3.2** Aktívne uplatňovať nástroje vekového manažmentu v organizáciách a firmách, ktoré má mesto Trnava vo svojom portfóliu.

4 Obmedzenie rizika chudoby seniorov, rozvoj ekonomicky dostupných sociálnych služieb a rodinného zázemia

Aktívne starnutie je podmienené popri dostupnej zdravotnej starostlivosti aj materiálnym zabezpečením a dostupnými sociálnymi službami. Základným zdrojom príjmov seniorov je starobný dôchodok, ktorý však, hlavne u tzv. starodôchodcov, t.j. osôb, ktoré odišli do dôchodku pred rokom 2004, nedosahuje v prevažnej miere takú výšku, ktorá je potrebná pre zachovanie slušnej životnej úrovne tejto časti obyvateľstva. Táto skupina je značne ohrozená rizikom chudoby a sociálneho vylúčenia, čo sa prejavuje viacerými negatívnymi skutočnosťami, ako čoraz zväčšujúcou sa skupinou žobrajúcich ľudí, zvyšovaním počtu bezdomovcov a ďalšími patologickými javmi, čo nevytvára dobrý pocit medzi občanmi. Súčasne je takto ohrozená aj možnosť aktívneho starnutia tejto časti obyvateľov.

V seniorskom veku začnú ubúdať sily a problémom sa stávajú aj bežné denné úkony. Keď tento problém už rodina nedokáže zabezpečiť vlastnými silami, je možné sa obrátiť na príslušné mestské orgány a požiadať o opatrovateľskú službu, resp. iné formy poskytnutia sociálnej starostlivosti. Existujú možnosti podpory pre rodiny so seniormi, ako napríklad využitie kompenzácie sociálnych dôsledkov ťažkého zdravotného postihnutia, odľahčovacej služby pre rodinného príslušníka alebo inú fyzickú osobu, ktorá opatruje osobu s ťažkým zdravotným postihnutím, ale aj služby monitorovania a signalizácie potreby pomoci v prirodzenom sociálnom prostredí. Dôležitá je podpora rodinného prostredia, starostlivosť a služby v poslednej fáze života a dôstojný odchod starých ľudí z neho.

Ciele:

- 4.1** Znižovať stav ohrozenia chudobou, napríklad aj formou komunitných aktivít.
- 4.2** Podporovať rozvoj terénnej sociálnej služby pre zotrvanie starších ľudí v prirodzenom rodinnom prostredí.

5 Bezbariérovosť

Výstavba v intraviláne mesta častokrát priniesla riešenia, pri ktorých sa nemyslelo na obyvateľov, ktorí sú nejakým spôsobom vzhľadom k svojmu zdravotnému stavu znevýhodnení. Sú to nielen starší ľudia, ale aj zdravotne postihnutí, nevidiaci, rodičia s kočíkmi alebo vo všeobecnosti chodci a cyklisti. V meste sa nachádza množstvo stavebných riešení, ktoré týmto skupinám ľudí sťažuje pohyb po meste aj vo verejných budovách, ako sú schody, vozidlá a pod. I keď sa v tejto oblasti dosť pokročilo, stále je veľa objektov, kde je treba prijať opatrenia na zlepšenie daného stavu

Ciele:

- 5.1** Zvýšiť podiel bezbariérových stavebných riešení v meste a vo verejných budovách.
- 5.2** Upraviť chodníky, cestnú svetelnú signalizáciu, priechody pre chodcov a križovatky v prospech bezpečného a komfortného prechodu starších chodcov.

6 Doprava

Problémom v tejto oblasti je najmä nedostatočný počet bezbariérových prístupov a absencia nízko podlažných dopravných prostriedkov, ktorá by uľahčovala nástup a výstup starším ľuďom so zníženou mobilitou do vozidla. Takto obmedzená dostupnosť služieb verejnej dopravy priamo vplýva aj na ďalšie oblasti života starších ľudí, napríklad na dochádzku do zamestnania, na úrady, na kultúrne podujatia, do zariadení zdravotnej starostlivosti a sociálnych služieb, dochádzku za rodinou, na rekreáciu a pod. Sťažený prístup k doprave vytvára teda bariéry a obmedzuje možnosť aktívneho zapájania sa starších ľudí do života spoločnosti.

Ciele:

- 6.1** Zachovať zľavy pre seniorov v MHD a riešiť aj bezpečnosť cestných komunikácií s dôrazom na zvýraznenie signalizácie prechodu pre chodcov.
- 6.2** V zónach s vysokou intenzitou pešej chôdze podporovať predlžovanie dĺžky zeleného svetelného signálu pre chodcov, napríklad na Hlbokej ulici pri poliklinike, pri City Aréne atď.

7 Bývanie

Dostupnosť bývania a jeho kvalita je základnou životnou potrebou a podmienkou zmysluplnosti ľudského života.

Ciele:

- 7.1** Vytvoriť a realizovať program výstavby nájomných bytov na riešenie bytovej situácie pre sociálne ohrozené skupiny seniorov.

8 Bezpečnosť

Odhaľovanie všetkých foriem intolerancie a diskriminácie starších ľudí je zásadnou požiadavkou pri zabezpečení a poskytovaní sociálnej ochrany a podpory starších ľudí.

Nevšímavosť a zlé zaobchádzanie so staršími ľuďmi nesmie dostať ani najmenší priestor hlavne v zariadeniach poskytujúcich starostlivosť starším a ľuďom na túto starostlivosť odkázaným.

Ciele:

- 8.1** Zvyšovať bezpečnosť, ochranu života, zdravia a majetku starších ľudí, brániť zneužívaniu a zlému zaobchádzaniu so staršími ľuďmi a násiliu voči starším ľuďom.
- 8.2** Pokračovať v realizácii projektov zameraných na ochranu proti zneužívaniu a zlému zaobchádzaniu so staršími ľuďmi.

9 Životné prostredie a verejné priestory

Úroveň životného prostredia je významným parametrom, ktorý ovplyvňuje kvalitu života nielen v meste. Týka sa to nielen seniorov, ale obyvateľstva vôbec. Intenzívny rozvoj mesta so zameraním na budovanie priemyselných parkov a nových výrobných prevádzok sa negatívne prejavuje práve v znižovaní kvality životného prostredia spôsobených škodlivými

emisiami z dopravy, hlukom, ubúdaných zelených plôch, zvyšovaním priemernej teploty v meste a pod.

Ciele:

- 9.1** Zlepšovať kvalitu životného prostredia zvyšovaním podielu zelene a zelených plôch v meste ako ochranou pred emisiami, prachom a nadmerným slnečným žiarením a tiež ako prostriedkom na znižovanie rizika vzniku chorôb spôsobených zlým životným prostredím.
- 9.2.** Zvyšovať kvalitu verejných priestorov v meste ako sú chodníky, pešie koridory, lavičky, zeleň, tieň a podobne s cieľom intenzívnejšie pokračovať vo vytváraní relaxačných zón, kde môžu seniори tráviť voľný čas bez toho, aby boli ohrozovaní negatívnymi vplyvmi životného prostredia.

10 Zapojenie seniorov do občianskeho života, účasť na rozvoji mesta

Účasť občanov na rozvoji mesta vrátane ich zapojenia do rozhodovacích procesov je jedným zo základných princípov fungovania demokratickej spoločnosti. Osobitne veľkým prínosom k skvalitneniu rozhodovania o živote a ďalšom rozvoji mesta môže byť zapojenie seniorov s bohatými skúsenosťami a znalosťami do občianskeho života a života mesta. Podpora dobrovoľníctva je jedným z prostriedkov stratégie na elimináciu ohrozenia vyplývajúceho pre starších ľudí zo sociálnej izolácie. Inštitút dobrovoľníctva rovnako prispieva k zvýšeniu kvality života ľudí, ktorí potrebujú podporu, pomoc či starostlivosť.

Ciele:

- 10.1** Predkladať mestskému zastupiteľstvu návrhy z radov seniorov na schválenie za členov jednotlivých komisií s cieľom využiť potenciál starších ľudí v činnosti poradných orgánov mesta.
- 10.2** Medzigeneračnú súdržnosť podporiť spoluprácou seniorov, denných centier, seniorov pri miestnych úradoch a seniorských organizácií s dobrovoľníckymi centrami v meste.
- 10.3** Subjekty presadzujúce záujmy starších ľudí považovať za aktívnych partnerov pri tvorbe verejných politík, využívať ich vedomosti, skúsenosti a potenciál na zlepšenie situácie života občanov, ktoré sa ich bezprostredne dotýkajú.

- 10.4** Každý pripravovaný nový dokument mesta Trnavy týkajúci sa života seniorov predložiť na rokovanie Rade seniorov Trnavy s cieľom získania jej stanoviska.

11 Zapojenie do kultúrnych, pohybových a iných aktivít na území mesta

Kultúra vo všetkých jej oblastiach, ako slovesná, hudobná, výtvarná, telesná, pohybová, predstavuje a súčasne aj poskytuje široký priestor pre aktívne starnutie a to tak aktívnou ako aj pasívnou formou účasti seniorov.

Rovnako dôležitý je pre aktívny život seniorov pohyb. Pohybové aktivity seniorov svojim spôsobom predstavujú prínos pre udržiavanie zdravia a kvality života, pôsobia proti procesu starnutia. Súčasne však je nutné pri nich rešpektovať značnú diferencovanosť danú stavom a mierou fyzického a psychického opotrebenia organizmu.

Ciele:

- 11.1** Vytvárať podmienky pre pohybové aktivity seniorov ako jednej z ciest k upevňovaniu ich zdravia.

12 Dostupnosť informácií pre seniorov a vzdelávanie

Úloha informácií v súčasnom svete nadobúda na význame a zvyšuje stupeň nášho poznania. Je zrejmé, že informácie sa stávajú kľúčovým zdrojom rozvoja spoločenského života a musia sa získavať vhodne zvoleným komunikačným kanálom.

Dostupnosť informačných zdrojov pre ich využívanie v prípade seniorov je však limitovaná ich finančnými možnosťami.

Ciele:

- 12.1** V záujme zvýšenia kvality života vytvárať nové a rozvíjať existujúce príležitosti na celoživotné vzdelávanie ľudí vo vyššom veku na podporu ich aktívneho života.
- 12.2** Zvýšiť počítačovú gramotnosť starších ľudí a ďalej rozvíjať ich technologické zručnosti v tejto oblasti.
- 12.3** Vytvoriť podmienky pre zriadenie Akadémie vzdelávania seniorov.

13 Podpora rodinám so seniormi a neformálnym opatrovateľom

Podpora zotrvania starších ľudí v ich prirodzenom rodinnom prostredí je jednou z dôležitých úloh, ktoré dokážu zabezpečiť aktivitu seniorov aj v prípade ich nepriaznivého zdravotného stavu. Preto je potrebné na takéto požiadavky aktuálne reagovať.

Ciele:

- 13.1** Rozvojom terénnej sociálnej služby reagovať na vývoj potreby potenciálnych žiadateľov o poskytovanie opatrovateľských sociálnych služieb.

- 13.2 Podporovať rozvíjanie dobrých susedských vzťahov a rozvoja komunitného fungovania občanov Trnavy, ktoré budú vychádzať zo vzájomného záujmu o okolie a ľudí v ňom žijúcich.
- 13.3 Podporovať iniciatívu mesta pri rozvoji odľahčovacej služby tak, aby ju rodiny mohli čo najviac využívať podľa vlastnej potreby.

III.

Akčný plán na roky 2016 - 2020

1 Ochrana ľudských práv, podpora aktívnej nezávislosti a bezpečnosti

- 1.1 Organizovať prednášky na témy ochrany práv seniorov, vytvoriť priestor pre osobné konzultácie.
- 1.2 Zverejňovať právne rubriky a poradne v novinách a po dohode aj v ďalších médiách mesta Trnavy (MTT).
- 1.3 Zabezpečiť písomnú informáciu so zameraním na objasnenie pojmu *ľudské práva* seniorom v zariadeniach sociálnych služieb, organizovať besedy na túto tému aj v rámci dobrovoľníckych aktivít.

2 Zdravie a zdravotná starostlivosť v starobe

- 2.1 Podporovať v rámci vzdelávacích cyklov „Zdravý životný štýl seniorov“ rozvíjanie myšlienky aktívnej prevencie zdravia jednotlivcov a propagovať účasť seniorov na bezplatných zdravotných prehliadkach
- 2.2 Vyhradiť v mestskej televízii program „Doma, na lôžku“ zameraný na zostavu cvikov s jednotlivými časťami tela v sede a v ľahu.
- 2.3 Budovať „Senior fit parky“ a naďalej poskytovať zľavy do mestských športových zariadení, zaraďovať bezplatné cvičenia pre seniorov a vytvárať administratívne i zákonné podmienky pre využívanie priestorov v doobedňajších hodinách nevyužitých športovísk, a klubov detí a mládeže v pôsobnosti mesta.
- 2.4 Realizovať edukačné aktivity pre generáciu 50+ zamerané na prípravu na starnutie.
- 2.5 Jedenkrát za rok zorganizovať „Pochod zdravia seniorov“ pre všetkých seniorov mesta Trnava.
- 2.6 Každoročne organizovať športové hry seniorov v priestoroch Slávie AŠK.

3 Zamestnanie a uplatniteľnosť seniorov

- 3.1 Podporovať zamestnávateľov pôsobiacich na území Trnavy, aby vytvárali pracovné príležitosti pre seniorov a zamestnávali ich na vhodných pracovných miestach. Informácie, skúsenosti a návrhy podporujúce zvýšenie zamestnávania seniorov vo verejnej správe a v súkromnej sfére v meste, vrátane podpory z verejných finančných zdrojov spracovať a odovzdať príslušným inštitúciám.
- 3.2 Každoročne počas „Veľtrhu seniorov“ oceňovať cenou primátora seniorov ako prejav úcty za aktívny prínos a rozvoj mesta a ako príklad dobrej praxe aj zamestnávateľov, ktorí úspešne aplikovali zásady vekového manažmentu.

4 Obmedzenie rizika chudoby seniorov, rozvoj ekonomicky dostupných sociálnych služieb a rodinného zázemia

- 4.1** Zvyšovať úroveň a dostupnosť poskytovaných sociálnych služieb, tieto uverejňovať pravidelne v „Novinkách z radnice“, resp. v iných mestských médiách.

5 Bezbariérovosť

- 5.1** Postupne zvyšovať nástupné hrany zastávok MHD, dobudovať prístrešky a lavičky na zastávkach, v okolí zastávok MHD bezbariérové priechody pre chodcov.

6 Doprava

- 6.1** Realizovať kampaň „Uvoľni miesto seniorom“ v prostriedkoch MHD plagátmi a na školách uskutočňovať prednášky na túto tému. Táto kampaň by mala pretrvávať počas celého roka, a nielen v mesiaci október, kedy sa pripomíname „Mesiac úcty k starším“.
- 6.2** Pri vytváraní a optimalizácii CP zabezpečiť bezproblémovú dostupnosť hlavne seniorom do nemocnice, polikliniky, železničnej a autobusovej stanice a podobne.
- 6.3** Prostredníctvom seminárov v komunitných centrách, ale aj informáciami v mestských médiách, realizovať dopravnú osvetu seniorov zameranú na vyzdvihnutie potreby dodržiavania dopravných predpisov.

7 Bývanie

- 7.1** Poskytovať poradenstvo seniorom v snahe eliminovať nežiaduci prevod bytov v ich vlastníctve do rúk tretích osôb a celkovo poradenstvo v bytovej oblasti.

8 Bezpečnosť

- 8.1** Podporovať celoslovenský projekt „Bezpečná jeseň života“ s akcentom na zabezpečenie majetku, vyhýbanie sa podvodom, ochranu pred zlodejmi na ulici, či predchádzanie riziku prepadnutia.

9 Životné prostredie a verejné priestory

- 9.1** Na frekventovaných peších ťahoch, na zastávkach MHD a v okolí domovov sociálnych služieb, umiestniť lavičky na sedenie.

10 Zapojenie seniorov do občianskeho života, účasť na rozvoji mesta

- 10.1** Vzdelávať, informovať a motivovať seniorov k participácii na živote komunity, k neformálnemu dobrovoľníctvu, k tvorbe vlastných projektov smerujúcich v prospech miesta, kde žijú a v prospech ľudí, ktorí to potrebujú (susedská a komunitná

výpomoc). Postupovať na dobrovoľníckej báze formou komunitných akcií „Seniori seniorom“.

- 10.2 Prostredníctvom cielenej informačnej kampane, podporovať zapojenie seniorov do dobrovoľníckych aktivít v rôznych oblastiach a vytvárať vhodné podmienky pre ich zapojenie do týchto aktivít.

11 Zapojenie do kultúrnych, vzdelávacích, pohybových a iných aktivít

- 11.1 Riešiť osamelosť seniorov, ponukou kultúrno-spoločenských a športových aktivít mesta a jeho mestských častí.
- 11.2 Aktualizovať a distribuovať zoznam zliav, poskytovaných seniorom v kultúrnych a telovýchovných zariadeniach mesta Trnava.
- 11.3 Vykonať dotazníkový prieskum záujmu o nové témy na októbrovom „Veľtrhu seniorov“ v oblasti ďalšieho vzdelávania na univerzite seniorov s cieľom inovácie a zvýšenia úrovne vzdelávania.
- 11.4 Každoročne realizovať Fašiangovú zábavu mesta Trnava.

12 Dostupnosť informácií pre seniorov a vzdelávanie

- 12.1 V spolupráci s Centrom voľného času Kalokagatia zorganizovať počítačové kurzy pre seniorov zamerané na zvládnutie moderných informačných technológií
- 12.2 Uskutočniť prieskum záujmu seniorov o vzdelávanie sa na Akadémii vzdelávania seniorov. V prípade prejaveneho záujmu vytvoriť podmienky, ktoré by umožňovali vznik Akadémie.



Príloha k materiálu „Program aktívneho starnutia seniorov mesta Trnavy na roky 2016-2020

AKČNÝ PLÁN NA ROK 2017 S NÁVRHOM FINANČNÉHO KRYTIA

Kapitola	Predmet	Typ úkonu	2016	2017	Partneri
			Výdavky v €	Predpokladané výdavky v €	
1	Ľudské práva				
1.1	Prednášky o ochrane práv seniorov	Prednáška 1 x ročne		100	Mesto TA, Rada seniorov, Právnická fakulta TU
1.2.	Právne rubriky v médiách	Článok Novinky z Radnice, MTT 2 x ročne		200	Rada seniorov, Právnická fakulta TU, DC seniorov
1.3.	Písomné informovanie o ľudských právach v zariadeniach sociálnych služieb	Leták		300	Mesto TA, ZpS, SSS, FZaSP TU
2	Zdravie a zdravotná starostlivosť				
2.1	Vzdelávací cyklus „Zdravý životný štýl seniorov“ a propagácia účasti na preventívnych prehliadkach	2x ročne		200	DC seniorov, FZaSP TU, občianske združenia
2.2	Program „Doma na lôžku“	Rokovať s MTT		100	Rada seniorov, Mesto TA, MTT
2.3	Fit parky	Vytypovať lokality zo strany seniorov			Rada seniorov
2.4	Edukačné aktivity pre generáciu 50+ zamerané na prípravu na starnutie	Prednáška 1 x ročne		100	Rada seniorov, FZaSP TU
2.5	Pochod zdravia seniorov	1 x ročne	1 100	1 100	Mesto TA, DC seniorov, SSS
2.6	Každoročne organizovať športové hry seniorov	1 x ročne	1 000	1 000	Mesto TA, DC seniorov, SSS
3	Zamestnanie a uplatniteľnosť seniorov				

3.1	Podpora vytvárania pracovných príležitostí a zamestnávania seniorov	Výzva pre podniky mesta (SKaŠZ, SSS, STEFE, A.S.A.)			Mesto TA, Rada seniorov MO Jednoty dôchodcov SR
3.2	Cena primátora pre seniora roka v mesiaci Úcty k starším	Spracovať kritériá hodnotenia		200	Mesto TA, Rada seniorov
4	Obmedzenie rizika chudoby				
4.1	Zverejňovanie informácií o aktuálnych sociálnych službách v „Novinkách z radnice“	Rozhovory s riaditeľmi zariadení sociálnych služieb a zástupcom sociálneho odboru MsÚ			Mesto TA
5	Bezbariérovosť				
5.1	Úprava zastávok MHD – zvyšovanie nástupných hrán, lavičky, prístrešky, priechody v ich okolí	Vytypovanie zastávok zo strany seniorov			Mesto TA, Rada seniorov
6	Doprava				
6.1	Kampaň „Uvoľni miesto seniorom“	Školy, plagáty v MHD			Mesto TA, Rada seniorov
6.2	Dostupnosť spojov do nemocnice, polikliniky, ŽS, AS	Po zhodnotení pripomienok rokovať s kompetentným odborom			Rada seniorov
6.3	Dopravná osвета seniorov	Leták		200	Mesto TA, Rada seniorov
7	Bývanie				
7.1	Poradenstvo pre seniorov v bytovej oblasti	poradenstvo			Mesto TA, odbor sociálny
8	Bezpečnosť				
8.1	Podpora projektu „Bezpečná jeseň života“	Prednáška 1 x ročne		100	MsP
9	Životné prostredie a verejné priestory				
9.1	Osadenie lavičiek na frekventovaných peších ťahoch	Vytypovanie lokalít zo strany seniorov			Mesto TA, Rada seniorov, DC seniorov

10	Zapojenie do občianskeho života, účasť na rozvoji mesta				
10.1	Motivovať k participácii na živote komunity	Diskusia na dané témy			Rada seniorov, DC seniorov, VMČ
10.2	Zapojenie seniorov do dobrovoľníctva	Informovanie seniorov o možnostiach dobrovoľníctva formou letákov			Mesto TA, Rada seniorov, TDC, VMČ
11	Zapojenie do kultúrnych, vzdelávacích, pohybových a iných aktivít				
11.1	Ponuky aktivít Mesta pre seniorov	Leták		300	Mesto TA
11.2	Aktualizovanie a distribúcia zoznamu zliav	Leták		300	Mesto TA, SKaSZ Trnava
11.3	Dotazníkový prieskum o ďalšom vzdelávaní seniorov na Veľtrhu	Dotazník			Veľtrh, Mesto TA, DC seniorov
11.4	Seniorský fašiangový ples	1 x ročne	8 000	8 000	Mesto TA, DC seniorov
11.5.	Veľtrh pre seniorov	1x ročne	7 000	8 000	Mesto TA, SSS, DC seniorov, Kalokagatia
12	Dostupnosť informácií pre seniorov a vzdelávanie				
12.1	PC kurzy	1 x ročne		500	Kalokagatia
12.2	Realizovať prieskum záujmu o založenie Akadémie vzdelávania medzi seniormi	Dotazníkový prieskum			Rada seniorov , DC seniorov
	Výdavky v eurách spolu		17 100	20 700	