

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

MEDGENERACIJSKI PROGRAMI ZA KAKOVOSTNO STARANJE

Iz dela Inštituta Antona Trstenjaka za
gerontologijo in medgeneracijsko sožitje v
letu 2014

Če postavimo vprašanje, na katere dosežke s področja gerontologije in medgeneracijskega sožitja je Inštitut Antona Trstenjaka najbolj ponosen v letu 2014, lahko rečemo, da je takih dosežkov veliko, med njimi zagotovo *Mreža medgeneracijskih programov za kakovostno staranje*. Tej vsebini bomo v nadaljevanju namenili več pozornosti, pred tem pa bomo na kratko prikazali nekatere druge vsebine in dejavnosti, ki smo jih izvajali v preteklem letu.

Z vztrajnim, pretežno prostovoljskim delom smo izpeljali nujne naloge za obstoj in minimalni razvoj gerontološke vede in stroke v Sloveniji. Redno smo spremljali gerontološka in medgeneracijska spoznanja v strokovnih revijah, knjigah, na konferencah, na svetovnem spletu in v drugih virih ter jih širili v slovenski strokovni prostor. Vsako četrletje smo izdali številko edine slovenske znanstvene in strokovne revije za področje staranja in medgeneracijskega sožitja *Kakovostna starost* v nakladi 500 izvodov. V letu 2014 je izšel njen 17. letnik na skupno 344 straneh. Revija je interdisciplinarno odprta za strokovnjake vseh področij, ki osvetljujejo staranje in sožitje generacij.

Gerontološka spoznanja smo objavljali tako na znanstveni in strokovni kakor na poljudni ravni (na spletni strani, v več različnih časopisih, radijskih in TV oddajah). V letu

2014 je imela zelo dober odmev naša obsežna znanstvena monografija *Staranje v Sloveniji*, ki je izšla konec leta 2013. Spomladi 2014 smo imeli skupaj z soustanoviteljico SAZU v njenih prostorih predstavitev knjige s krajšim posvetom o gerontološkem raziskovanju v Sloveniji. Na jesenskem Festivalu za 3. življenjsko obdobje v Cankarjevem domu smo vodili samostojen posvet s prikazom rezultatov te monografije (objavljeno tudi v strokovnem zborniku Festivala), aktivno pa smo na Festivalu sodelovali tudi na strokovnih omizjih o družini in o neformalni oskrbi.

V letu 2014 smo obdelovali temeljno *gerontološko raziskavo* o staranju in sožitju med generacijami, ki smo jo opravili na reprezentativnem vzorcu prebivalstva starega 18 in več let v Občini Ivančna Gorica. Osnovne podatke smo objavili v znanstvenem tisku, v poljudni obliki pa redno objavljamo posamezna vprašanja v krajevnem časopisu Klasje. Nadaljevali smo tudi z zbiranjem in z vnašanjem podatkov o padcih v starosti in njihovem preprečevanju (vnesenih je nad tisoč vprašalnikov), o družinskih oskrbovalcih ter o medgeneracijskem prostovoljstvu.

Na več fakultetah (medicinska, zdravstvene, psihoterapevtska, arhitektura, socialno delo, ekonomija) smo *sodelovali v pedagoškem procesu* kot predavatelji ter kot mentorji ali člani komisij pri diplomskih in podiplomskih nalogah s področja staranja in medgeneracijskega sožitja.

Inštitut je slovenski nacionalni koordinator slovenske mreže *Starosti prijazna mesta in občine*, ki spada v mednarodni program Svetovne

zdravstvene organizacije za pravočasno reševanje nalog staranja prebivalstva. V letu 2014 sta se na novo vključili dve slovenski občini, z več drugimi pa smo sodelovali v pripravljanih postopkih za vključitev.

Med pomembnejše gerontološke in medgeneracijske dejavnosti sodi tudi **sodelovanje v mednarodnih projektih**. V marcu 2014 smo začeli izvajati EU projekt MEDGEN BORZA, s katerim vzpostavljamo medgeneracijska središča v dveh slovenskih in dveh hrvaških občinah. V teku je tudi manjši EU ALL projekt NITICS, katerega namen je preizkušanje daljinskega e-spremljanja nekaterih zdravstvenih meritev (krvni tlak, pulz, saturacija kisika v krvi ...) na enostaven, starosti prijazen način. Inštitut ima v njem vlogo dela z uporabniki na terenu. Konec leta 2014 je bil odobren tudi majhen EU projekt SEAM za izmenjavo dobrih praks s področja izobraževanja starejših; vanj smo vključeni skupaj s šestimi evropskimi partnerji.

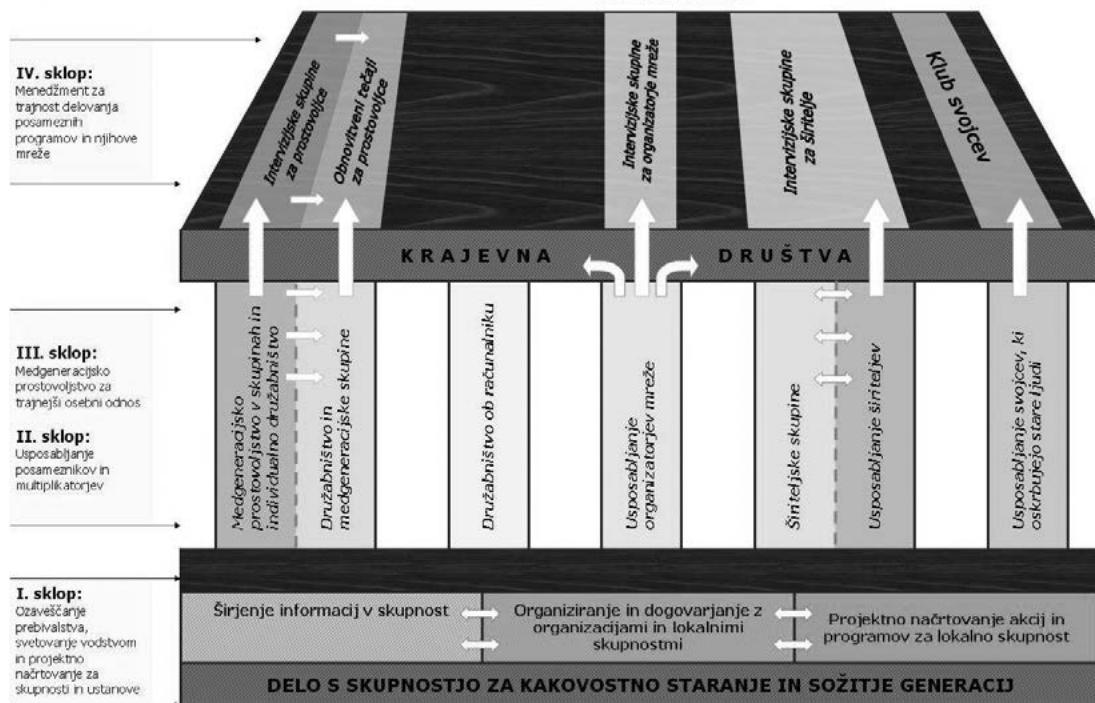
Razvijanje **socialne mreže programov za kakovostno staranje in sožitje med generacijami** in njeno praktično uvajanje na terenu po Sloveniji je izviren razvojni gerontološki program Inštituta. Sofinancira ga MDDSZ in občine ali ustanove, kjer programe te mreže izvajamo. To je naš najstarejši in najbolj razvejan program. Njen namen je trojen: 1. kakovostna dolgotrajna oskrba starostno onemoglih, 2. preprečevanje socialne izključenosti starejših s programi za aktivno, zdravo in dostojanstveno staranje ter 3. sistematična krepitev medgeneracijske solidarnosti na vseh ravneh. Mreža obsega nad dvajset med seboj povezanih programov, ki so razporejeni v štiri vsebinske sklope. Skica spodaj, v obliki hiše, nazorno prikazuje glavne vrste programov in njihov položaj v mreži.

Prvi sklop tvorijo programi za informiranje in ozaveščanje celotne skupnosti o kakovostnem staranju in solidarnem sožitju med

generacijami, svetovanje vodstvom skupnosti pri uvajanju medgeneracijske socialne mreže ter načrtovanje uvajanja programov v skupnosti ali organizaciji.

Drugi sklop tvorijo različni tečaji praktičnega socialnega učenja za zdravo, varno, aktivno in kakovostno staranje ter za lepše sožitje med generacijami. V okviru tega sklopa smo izvajali že ustaljeni program *Družabništvo ob učenju računalništva*. V letu 2014 se je tedensko srečevalo blizu 100 parov dijak-upokojenec ob uspešnem učenju uporabe sodobne informacijsko-komunikacijske tehnologije; pri tem so pridobili dobro izkušnjo medgeneracijskega sodelovanja. Iz tega sklopa so bili zelo dobro obiskovani *Tečaji za družinske člane, ki doma oskrbujejo bolnega, starostno onemoglega ali invalidnega svojca*. V Ljubljani so potekale tri izvedbe tečaja, po en tečaj se je odvil v Selnici ob Dravi, Grosupljem, Logatcu, Log Dragomeru, Kamniku in Višnji Gori. Evalvacije kažejo, da vsebine tečaja in način dela zelo ustrezajo potrebam družinskih oskrbovalcev. Med prostovoljskimi skupinskimi širiteljskimi programi je najpogostejše izvajanje *Program za preprečevanje padcev v starosti*. Med drugim smo usposobili 24 novih prostovoljskih šriteljev tega programa, ki so uspešno ustanovili in vodili skupine za kakovostno staranje na terenu. Programu preprečevanja padcev v starosti po pogostosti sledita širiteljska programa *Živimo s krvnim tlakom* in *Starajmo se trezno*.

Tretji sklop mreže medgeneracijskih programov za kakovostno staranje tvorijo prostovoljski programi, ki jih s starejšimi ljudmi izvajajo prostovoljci vseh treh generacij. Kot vsako leto smo redno izobraževali voditelje skupin. Usposabljanje za družabnike smo prenovili ter ga dopolnili tako, da je večji poudarek na njihovi skupinski vključenosti. Iz zgoraj povedanega je razvidno, da dajejo

INŠTITUT
ANTONA TRSTENJAKAMREŽA MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV ZA KAKOVOSTNO STARANJE IN SOŽITJE GENERACIJ,
ki jih sofinancira MDDSZ

usposobljeni in organizirani prostovoljci svoj odločilni prispevek tudi pri izvajanju precejšnjega dela programov iz drugega sklopa. Izkušnja kaže, da nad polovico od tistih prostovoljcev, ki so bili dobro usposobljeni in krajevno organizirani, vodi skupine za kakovostno staranje več kot deset let.

Četrty sklop so programi za trajno samoorganizacijo krajevne socialne mreže za kakovostno staranje in sožitje generacij ter strokovna opora lokalnim društvom pri vzdrževanju prostovoljske kondicije prostovoljcev. Tudi v letu 2014 smo organizirali tečaje za večletne prostovoljce. V novembru je osvežitveni tečaj potekal v prostorih Slovenske vojske v Novem mestu; udeležilo se ga je 34 prostovoljcev. Zaradi finančne stiske je bila ukinjena formalna oblika Zveze

medgeneracijskih društev za kakovostno staranje Slovenije, v kateri so bila organizirana krajevna društva prostovoljcev. Vsebinsko poslanstvo Zveze je prevzel Inštitut v okviru mreže medgeneracijskih programov za kakovostno staranje, tako da se nadaljuje celotno vsebina dela in poslanstva.

Z eno ali drugo dejavnostjo mreže medgeneracijskih programov za kakovostno staranje se je v letu 2014 srečalo več deset tisoč ljudi: nekateri ob krajši vsebini informiranja in ozaveščanja o kakovostnem staranju in sožitju, drugi na tedenskih tečajih in srečanjih, prostovoljci pa na celoletnem usposabljanju. Mreža je bila v letu 2014 verificirana pri Socialni zbornici Slovenije. S tem smo postali javni program in dobili možnost za kandidiranje pri MDDSZ za novo 5-letno obdobje.