

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Aktivno in zdravo staranje v Sloveniji – projekt AHA.SI

Doc. dr. Mojca Gabrijelčič, NIJZ
v imenu AHA.Si tima

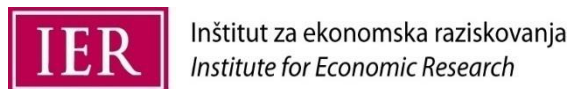
1.Regijsko srečanje „Aktivno in zdravo staranje v Sloveniji“
IZZIVI STARANJA V NOVOGORIŠKI REGIJI
Nova Gorica, 24, november 2015



Aktivno in zdravo staranje v Sloveniji – AHA.SI

Koordinator: **Nacionalni inštitut za javno zdravje**

Partnerji:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



The Active and Healthy Ageing
in Slovenia has received funding
from the European Union.



Predstavitev projekta AHA.SI

NIJZ





AHA.SI – trajanje in financiranje

Trajanje: od 1. marca 2013 do 28. februarja 2016

Financiranje: Evropska komisija, Generalni direktorat za zaposlovanje, socialne zadeve in vključevanje (DG EMPL)

Sofinanciranje: Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti (MDDSZ) in Ministrstvo za zdravje RS (MZ)



Namen projekta

1. medsebojno **povezati deležnike** na področju aktivnega in zdravega staranja v Sloveniji;
2. **povečati zavedanje** splošne in različnih drugih javnosti o pomenu demografskih sprememb ter potrebi po pripravi in sprejemu ukrepov;
3. pripraviti **PODLAGE za oblikovanje predlogov ukrepov**, njihovega časovnega okvira in nosilcev izvajanja ter kazalnikov za strategijo staranja za Slovenijo;
4. prispevati k **zmanjšanju nepravičnih neenakosti med starejšimi**.



Vsebinska področja in metode

Projekt se osredotoča na **tri vsebinska področja**:

1. Podaljšano zaposlovanje in odloženo upokojevanje (vodi IER);
2. Aktivno in zdravo staranje za aktivno in zdravo starost (vodi Emonicum);
3. Dolgotrajna oskrba – povezovanje storitev sociale in zdravja na lokalni ravni (vodi SSZS).

*Različnost pristopov pri posameznih temah,
organizacijski nivo izdelkov projekta.*



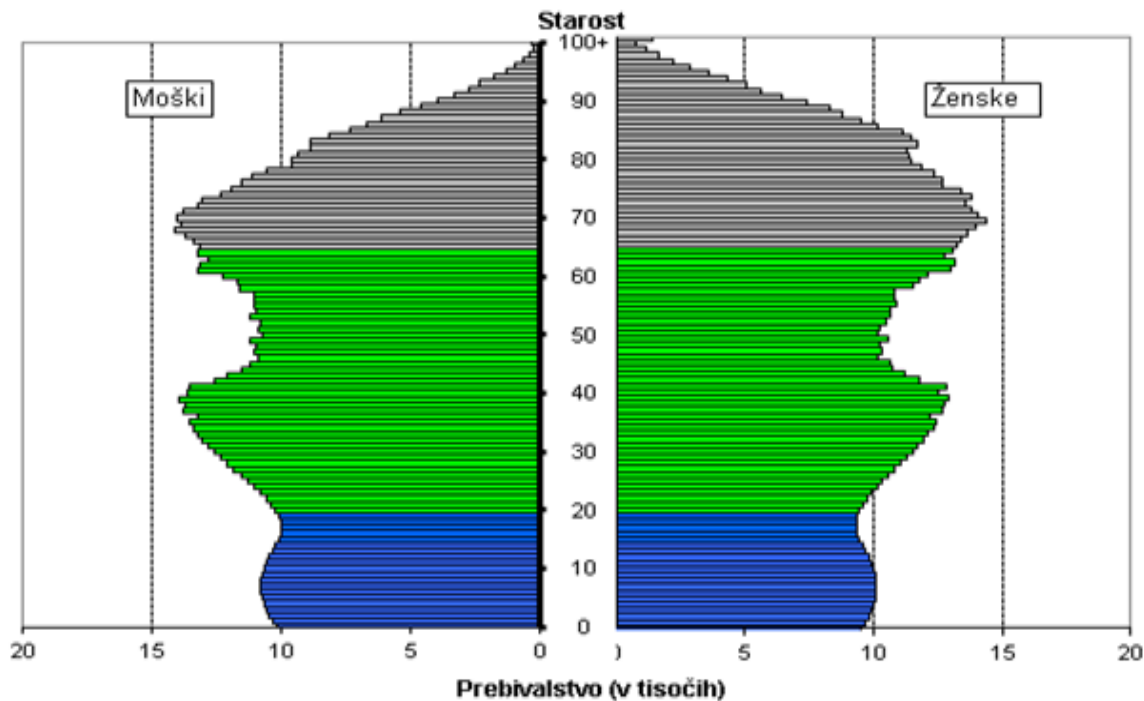
PODALJŠANO ZAPOSLOVANJE IN ODLOŽENO UPOKOJEVANJE

Inštitut za ekonomska raziskovanja



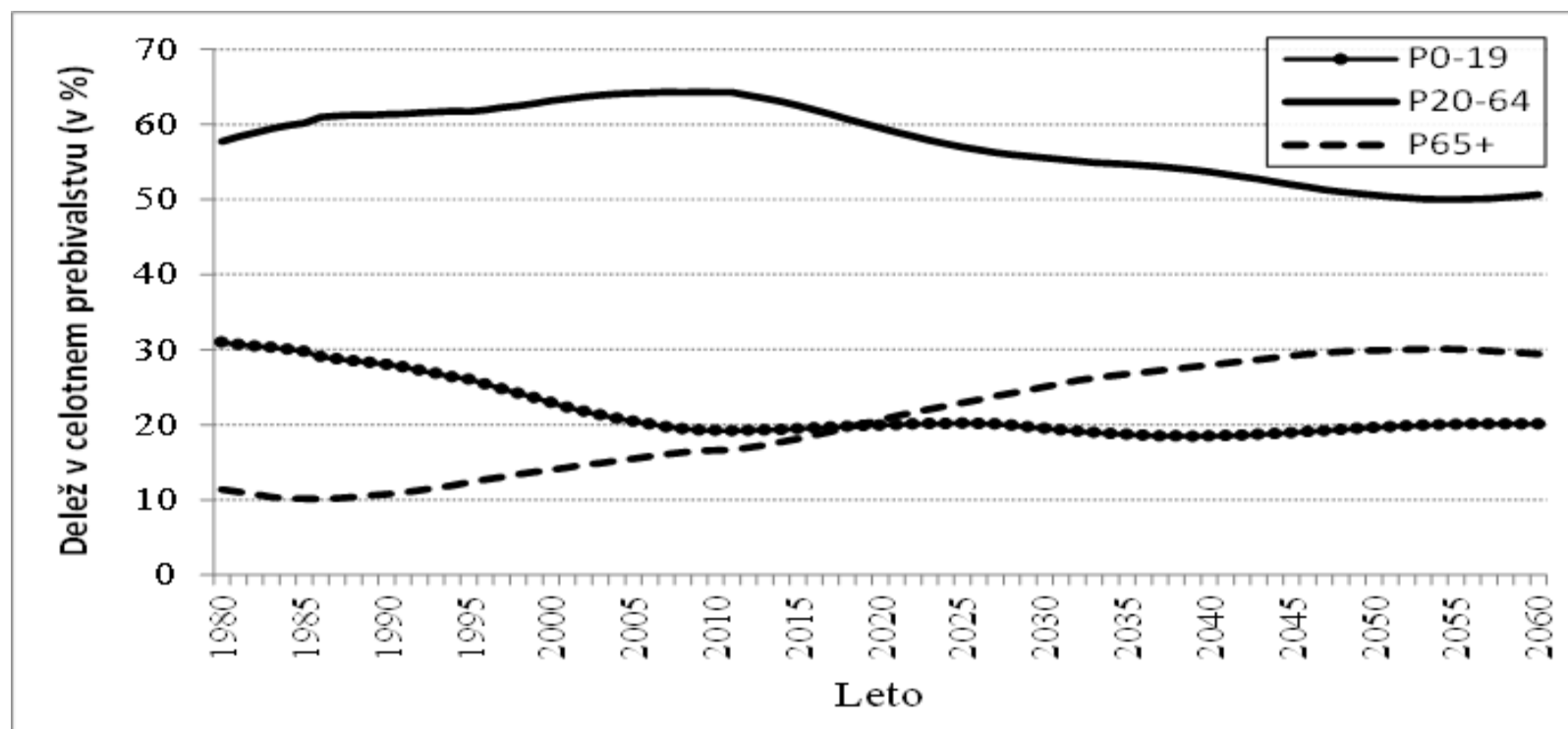
DEMOGRAFIJA

- Demografska gibanja odvisna od umrljivosti, rodnosti, migracij in obstoječe strukture prebivalstva.
- Posledice nizke rodnosti so **dalekosežne**: a) neposredni učinek znižanja števila otrok in b) nato še nizko število otrok zaradi nižjega števila žensk v rodni dobi; c) z dodatnim zamikom 20-30 let se ustrezno zniža še število oseb na trgu dela (za 125.000 oseb).
- **Negativni demografski učinki na trg dela in vzdržnost javnofin. sistema imajo izvor v več kot pol stoletja oddaljeni preteklosti.**



DEMOGRAFIJA – Gibanje števila prebivalstva

Delež prebivalstva Slovenije po posameznih starostnih skupinah; dejanske vrednosti 1980-2013 in projekcije za obdobje 2014-2060 (srednja varianta projekcij EUROPOP2013)

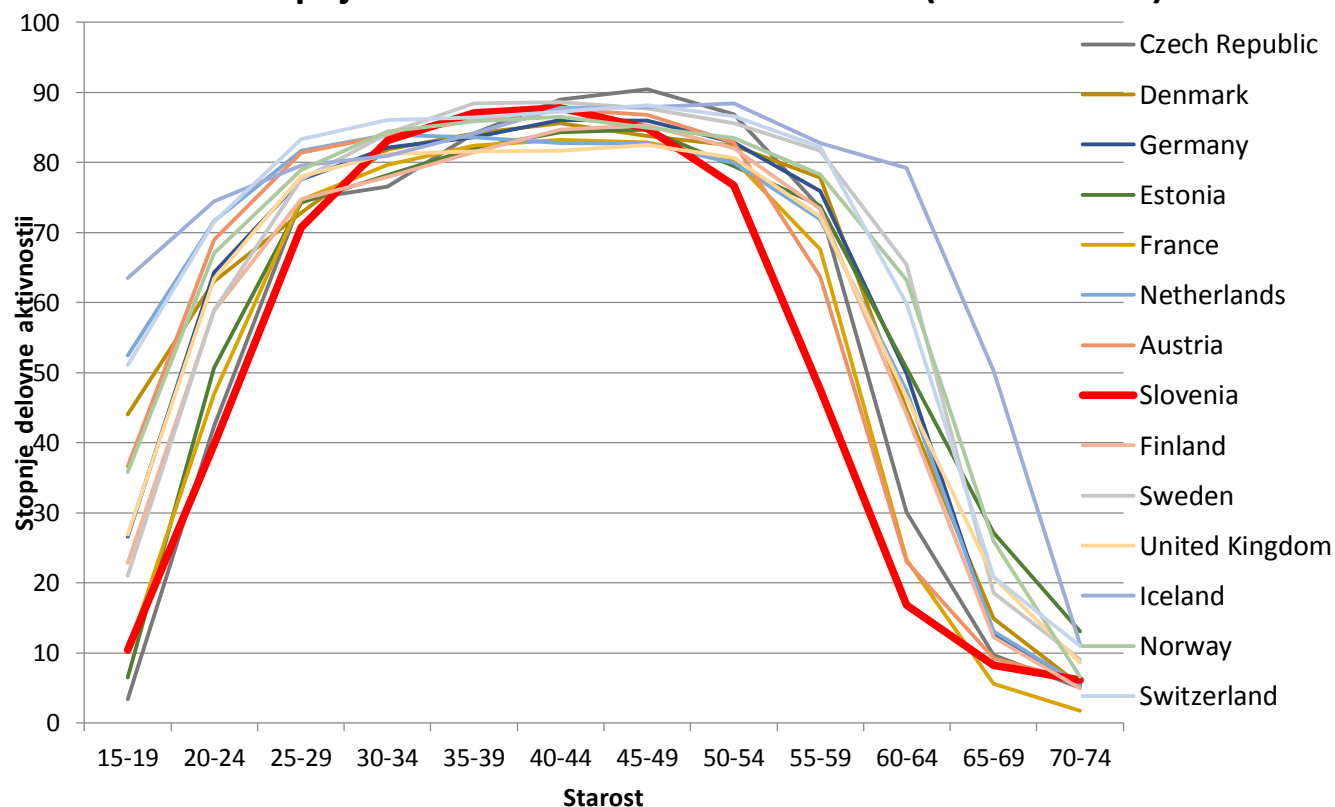


PODALJŠANO ZAPOSLOVANJE IN ODLOŽENO UPOKOJEVANJE

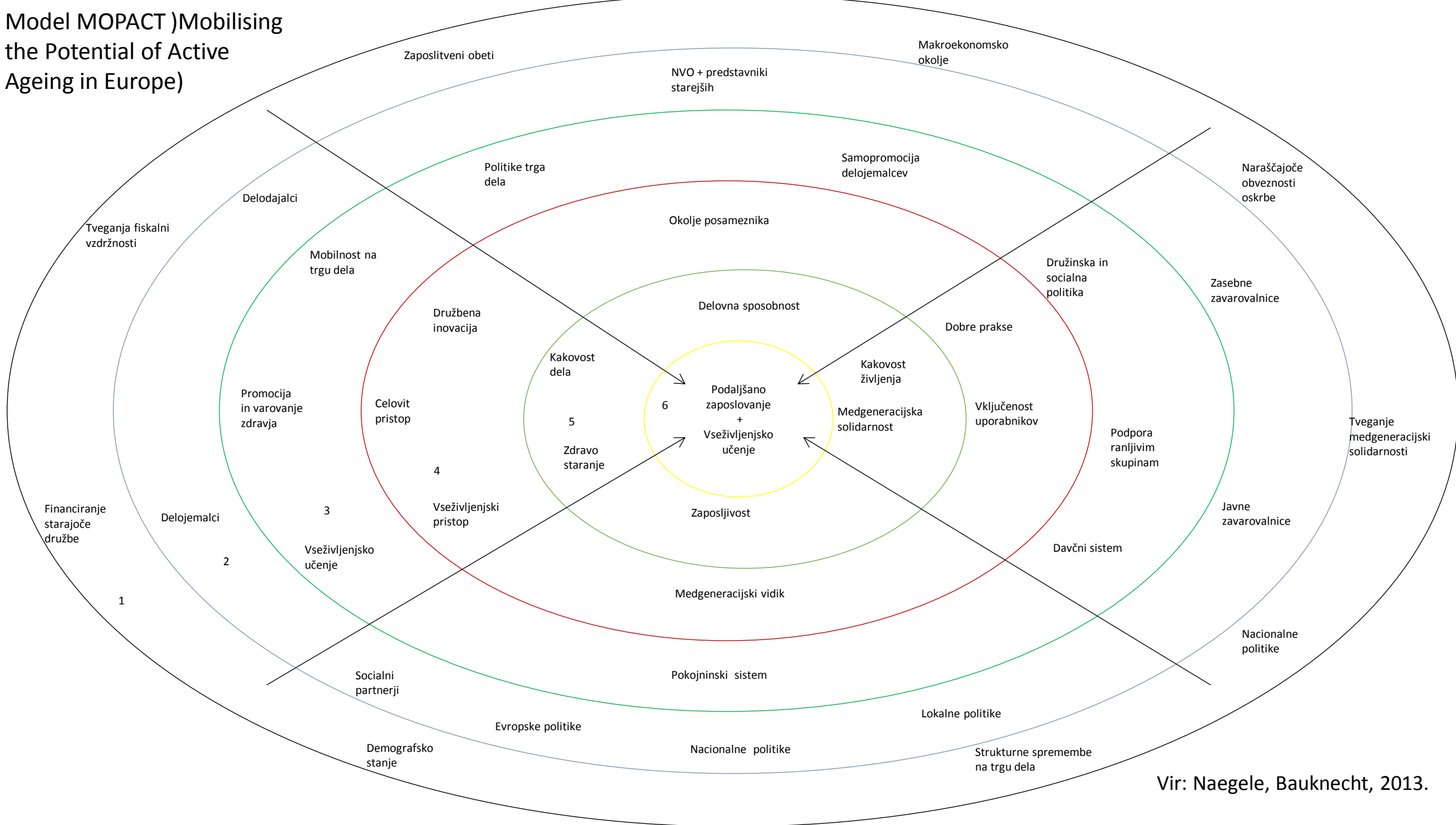
ODGOVOR:

- Podaljšano zaposlovanje (v nadaljevanju).
- Odloženo upokojevanje. Možni ukrepi za zmanjšanje razkoraka med izdatki in prihodki:
 - Povišanje starosti ob upokojitvi in daljše ostajanje v zaposlenosti.
 - Zvišanje prispevkov.
 - Zniževanje višine pokojnin (kombinacija s shemami dodatnega naložbenega varčevanja).
 - Kombinacija zgornjih ukrepov.

Stopnje delovne aktivnosti v letu 2013 (vir: Eurostat)



Model MOPACT (Mobilising the Potential of Active Ageing in Europe)



Vir: Naegle, Bauknecht, 2013.

CILJI

STRATEŠKA CILJA:

Zvišanje stopnje delovne aktivnosti med prebivalci, starimi 55-64 let

Javno-finančna vzdržnost pokojninskega sistema in primerne pokojnine

Izboljšanje zaposljivosti starejših

Vključitev starejših v zaposlitev

Krepitev medgeneracijskega sodelovanja in usklajevanje poklicnega/zasebnega življenja

Informiranost prebivalstva, vzpostavitev rednega dialoga, priprava strokovnih podlag trg (dela, pokojninski sistem)



Predupokojitvene priprave za zdravo in aktivno starost

Nacionalni inštitut za javno zdravje





Namen ukrepa

S pred upokojitvenimi aktivnostmi želimo:

- ozavestiti starejše delavce in jih opremiti z znanji in veščinami za uspešno življenje po upokojitvi ter jim omogočiti dejavno staranje.
- ozavestiti politične odločevalce in različne deležnike o pomenu in dodani vrednosti pred upokojitvenih aktivnosti.

Strateški cilj

Sistemska ureditev priprave na upokojitev, ki spodbuja izobražene, usposobljene in bolj zdrave upokojene z boljšo kvaliteto življenja, ki dejavno prispevajo v družbi.

Specifični (izvedbeni) cilji:

1. Omogočiti vsakemu delavcu udeležbo na pred upokojitvenih aktivnostih ter mu dati znanje in veščine, potrebne za spremembe po upokojitvi.
2. Zagotoviti organizacijsko-izvedbene možnosti za izvedbo pred upokojitvenih aktivnosti z ustreznimi vsebinami.
3. Zagotoviti vsakemu upokoјjencu možnost vključitve v lokalno skupnost.

Ukrepi in aktivnosti:

- osveščanje vseh relevantnih deležnikov in nadgrajevanje promocije zdravja na delu za starejše delavce;
- informiranje starejših delavcev o možnostih vključevanja v pred upokoјitvene aktivnosti (ZPIZ, kadrovske službe...).
- ustanovitev delovne skupine za usmerjanje razvoja in akreditacijo pred upokoјitvenih programov;
- spodbujanje delodajalcev in Zavoda za zaposlovanje za pripravo, izvajanje in spremljanje pred upokoјitvenih aktivnosti;
- postopna sistemska uvedba pred upokoјitvenih aktivnosti, dostopnih vsem delavcem;
- zagotavljanje mehanizmov za vključevanje v lokalno skupnost po upokojitvi.

UMESTITEV V SISTEM ZAKONSKA PODLAGA

ZVZD-1 (Ur. L. RS
št. 43/2011)
ZDR-1 (Ur. l. RS, št.
21/2013)

Kadrovske
službe

ZPIZ

Zavod za
zaposlovanje

V obdobju od
2 do 5 let
pred
upokojitvijo

KONKRETNA IZVEDBA

ORGANIZACIJA:

Nadstandard

Optimalen standard

Minimalen standard

VSEBINE:

- Finančno svetovanje
- Pomen zdrave prehrane in telesne aktivnosti za zdravje
- Strukturiranje časa
- Ustvarjalnost v TŽO
- Spremembe ob upokojitvi na osebni ravni, v družini in v širšem okolju, družinski odnosi
- Obvladovanje stresa in tehnike sproščanja
- Različne oblike zasvojenost
- Odnos do minljivosti, umiranja in smrti in žalovanja, pomoč hudo bolnim in umirajočim
- Lastna izkušnja upokojitve
- Branje nas bogati

**PREDLOG
LOGIČNEGA OKVIRA
ZA PRIPRAVO
UKREPA**

LOKALNE SKUPNOSTI

Andragoški
center
Slovenije

Mreža slovenskih
univerz za tretje
življenjsko
obdobje

Medgeneracijski
centri

ZDUS

Prostovoljstvo

CSD/DSO

Druge relevantne mreže in točke v
lokalnih skupnostih



»Upam, da bo država imela še toliko sredstev, da vam bo tudi v bodoče omogočena izvedba tovrstnega seminarja, kajti zame je bil predupokojitveni seminar najlepše prejeto darilo od službe, ki sem jo opravljala v Slovenski vojski in Teritorialni obrambi 32 let.«

»Želim, da ohranite predupokojitveni seminar, saj je resnično odlična priprava za res veliko spremembo v življenju«

»Doživel sem ga kot nekakšen privilegij, saj česa podobnega večina delavcev v Sloveniji, pred odhodom v pokoj, ni deležnih«.



Preventiva padcev

Strateške preventivne pristojnosti

Inštitut Emonicum, sodeluje ZDUS





Pogoji za uresničenje preventivnih usmeritev

Problem? Trije veliki, spregledani sindromi pri starejših:

DEMENCA, INKONTINENCA, PADCI

Pogoji za uresničevanje predlaganih ukrepov:

Izhajati iz dokazljivih dejstev

Pripraviti celovit, pregleden, vsem razumljiv preventivni načrt

Predlagati aktivnosti, ki jih je možno uresničiti

Preveriti finančno vzdržnost predlaganih aktivnosti

Oblikovati objektivne, merljive in ponovljive kazalnike

Vključiti vse obstoječe preventivne aktivnosti



Osnovni cilj in podporne aktivnosti

Osnovni strateški cilj:

Do leta 2025 zmanjšati prevalenco padcev v Sloveniji za 10%

Podporne aktivnosti:

Povezati obstoječe strokovne in izkustvene potencialne

Podpirati preventivne aktivnosti nevladnih organizacij in ustanov

Vzpostaviti Nacionalni register padcev

V preventivo vključiti nove tehnološke rešitve

Povečati družbeno zavest o padcih in njihovi preventivi



Obrazložitev osnovnega cilja

Več starejših, ki ostajajo neodvisni in socialno vključeni

Zmanjšanje zdravstvenih stroškov

Prihranki, ki ne zmanjšujejo zagotovljenih zdravstvenih pravic

Manj zdravstvenih, socialnih in ekonomskih posledic padcev

Enakopravno združuje vsa preventivna področja

Razumljiv, dosegljiv, merljivo izražen

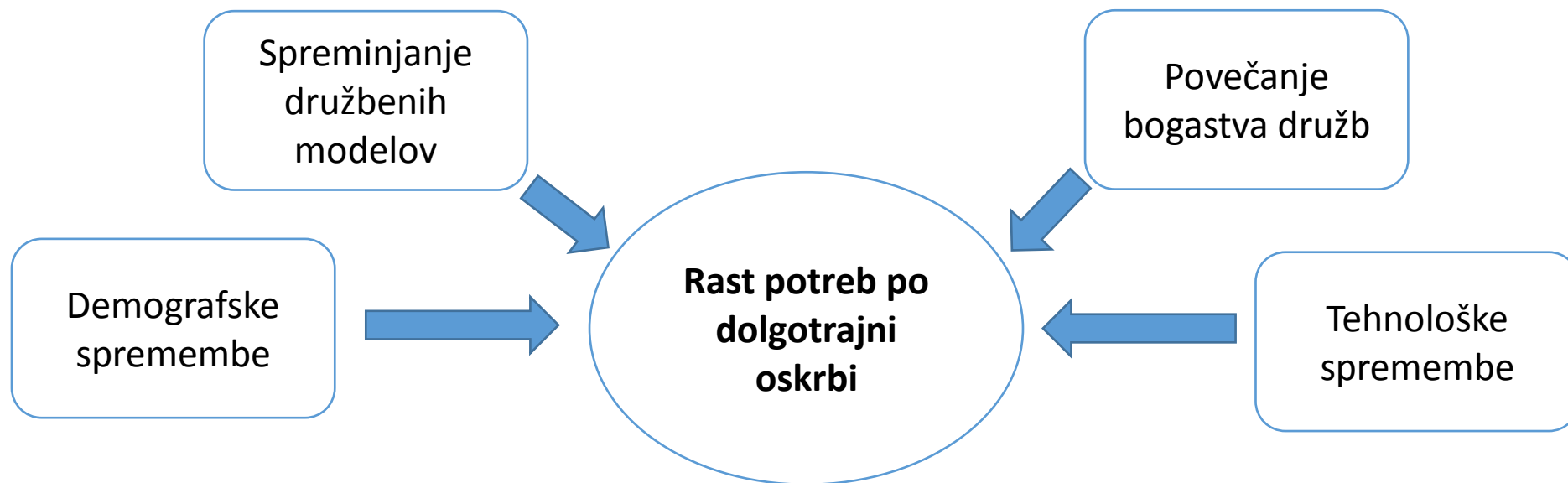


Podpora samostojnemu bivanju v domačem okolju in dolgotrajna oskrba

Skupnost socialnih zavodov Slovenije, Inštitut za socialno varstvo, ZDUS



RAZLOGI ZA RAST POTREB PO DOLGOTRAJNI OSKRBI



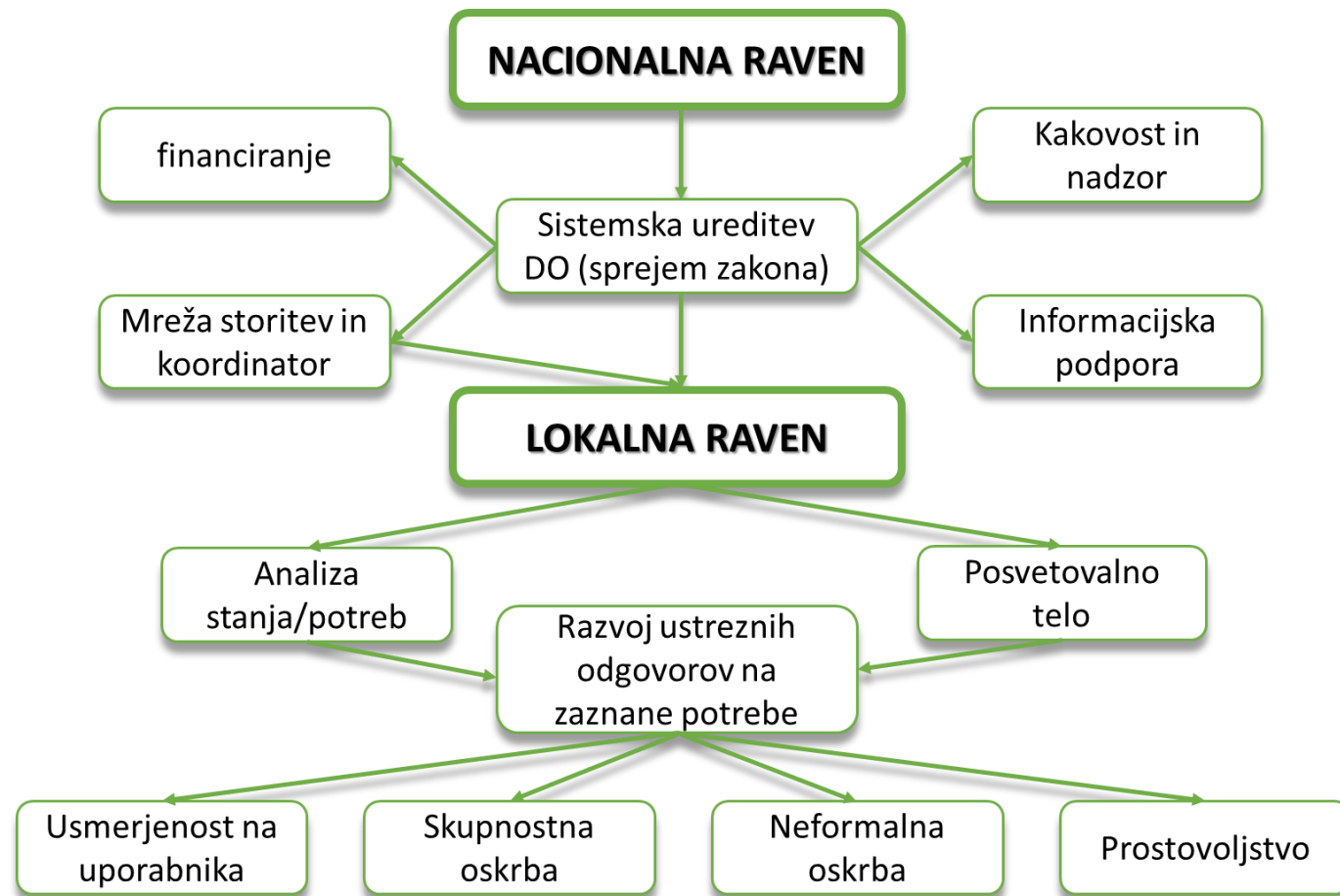
Vir: Dolgotrajna oskrba - uporaba mednarodne definicije v Sloveniji
Delovni zvezek št. 2 /2014, let. XXIII

DOLGOTRAJNA OSKRBA - KLJUČNA VPRAŠANJA

- Kdo naj skrbi in zagotavlja pomoč ljudem, ki jo potrebujejo in so od nje odvisni?
- Kako zagotoviti in organizirati dejavnost dolgotrajne oskrbe in čim boljšo dostopnost njenih storitev?
- Kako razmejiti naloge in pristojnosti posameznih deležnikov, ki naj bi se vključevali v dolgotrajno oskrbo, a jih hkrati povezati z namenom usklajenega delovanja?
- Kako financirati dejavnost dolgotrajne oskrbe, da bo ta vzdržna in dostopna?



RAVNI ORGANIZIRANOSTI



CILJI

STRATEŠKI CILJ:

Predlagati postavitev sistema dolgotrajne oskrbe na ravni države, ki bo integriran, dostopen, usmerjen na uporabnika in skupnostne oblike pomoči, ustrezno koordiniran ter finančno vzdržen.

Uveljaviti in predlagati dolgotrajno oskrbo kot novo samostojno področje in vpeljati integriran sistem dolgotrajne oskrbe

Prepoznati pomembnost in izboljšati pomen neformalnih izvajalcev in nevladnih organizacij v sistemu DO

Usmeritev v skupnostne oblike storitev in starejšim omogočiti, da bi čim dlje živeli v domačem okolju.



Opolnomočenje starejših

Zveza društev upokojencev Slovenije

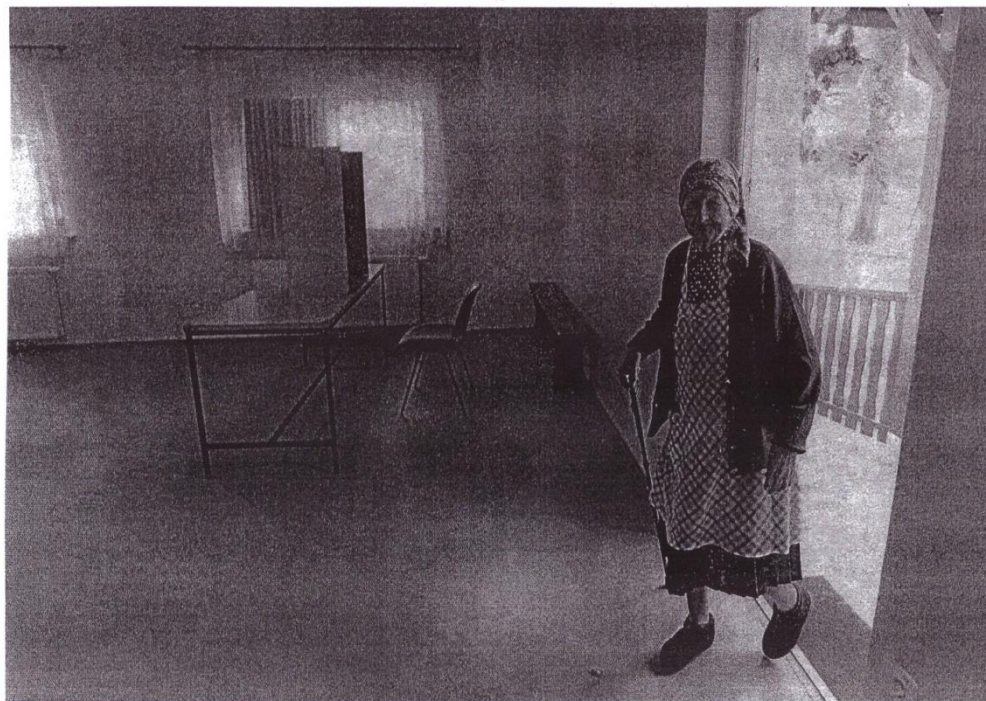


Zastareli stereotipi o starejših:

- vsi starejši smo bolni in onemogli
- nič ne prispevamo k razvoju
- pokojnine jemljejo prihodke mlajšim

Sodoben, škodljiv stereotip:

- zdravi, finančno preskrbljeni,
- se samo zabavamo,
- izrabljamo socialno državo, čeprav bi lahko storitve plačevali sami.



Ni vse zlato, kar se (s podpisi) sveti

Zakon o volitvah Predlog sprememb, s katero bi uvedli kombinirani volilni sistem. nima velike podnore



Predlog ukrepov

1. Opustitev zastarelih in škodljivih stereotipov o starejših in staranju
2. Priznavanje družbenega, kulturnega, gospodarskega in političnega prispevka starejših
3. Sodelovanje starejših v procesih odločanja na vseh ravneh
4. Priložnosti za plačano delo vseh starejših, ki želijo delati
5. Upoštevati potrebe starejših in spoštovati našo pravico do dostojnega življenja
6. Zagotoviti enako integrirano oskrbo starejših na podeželju in v urbanih okoljih;
7. Omogočiti vseživljenjsko izobraževanje upokojenim
8. Krepitev solidarnosti z enakostjo in vzajemnostjo med generacijami



Staranje v digitalni družbi

Emonicum





Specifični cilj: z uporabo tehnologij IKT starejšim omogočiti kakovostnejše življenje, večjo neodvisnot, opolnomočenje in vključenost v družbo

Predlog ukrepov in aktivnosti:

- Izboljšati digitalno pismenost in e-znanja vseh skupin starejših s spodbujanjem formalnih in neformalnih programov usposabljanja
- Zagotoviti večjo geografsko in cenovno dostopnost tehnologij IKT, vsebin in storitev za vse starejše in invalide
- Spodbujati razvoj novih storitev na področju e-zdravja, tele-medicine in podpornih IKT rešitev za varnejše, kakovostnejše in daljše samostojno življenje starejših
- Vključevati starejše v razvoj novih rešitev in storitev
- Imenovati med-sektorsko skupino strokovnjakov, ki bi usklajevali aktivnosti na tem področju

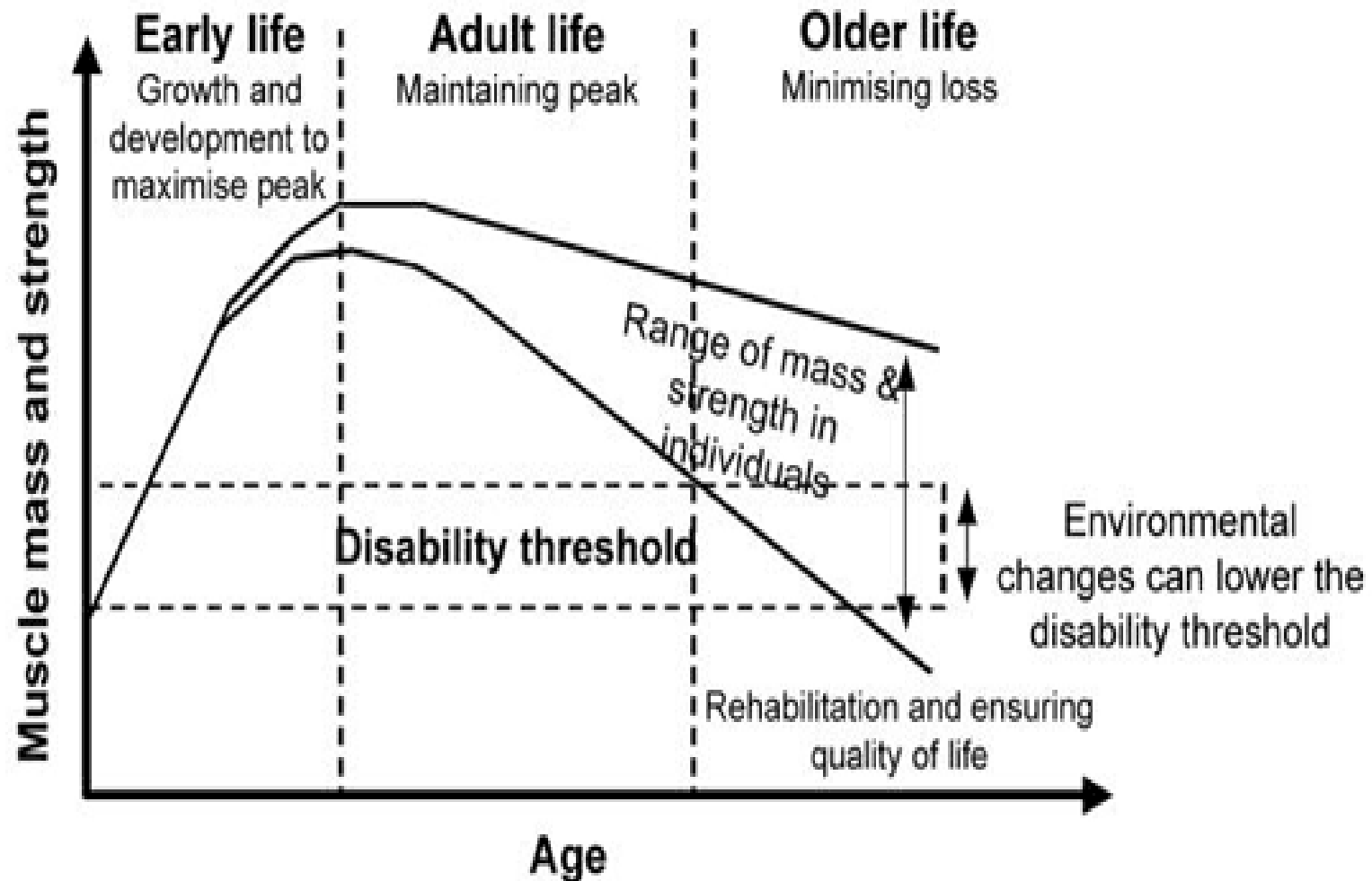


Obvladovanje krhkosti

NIJZ

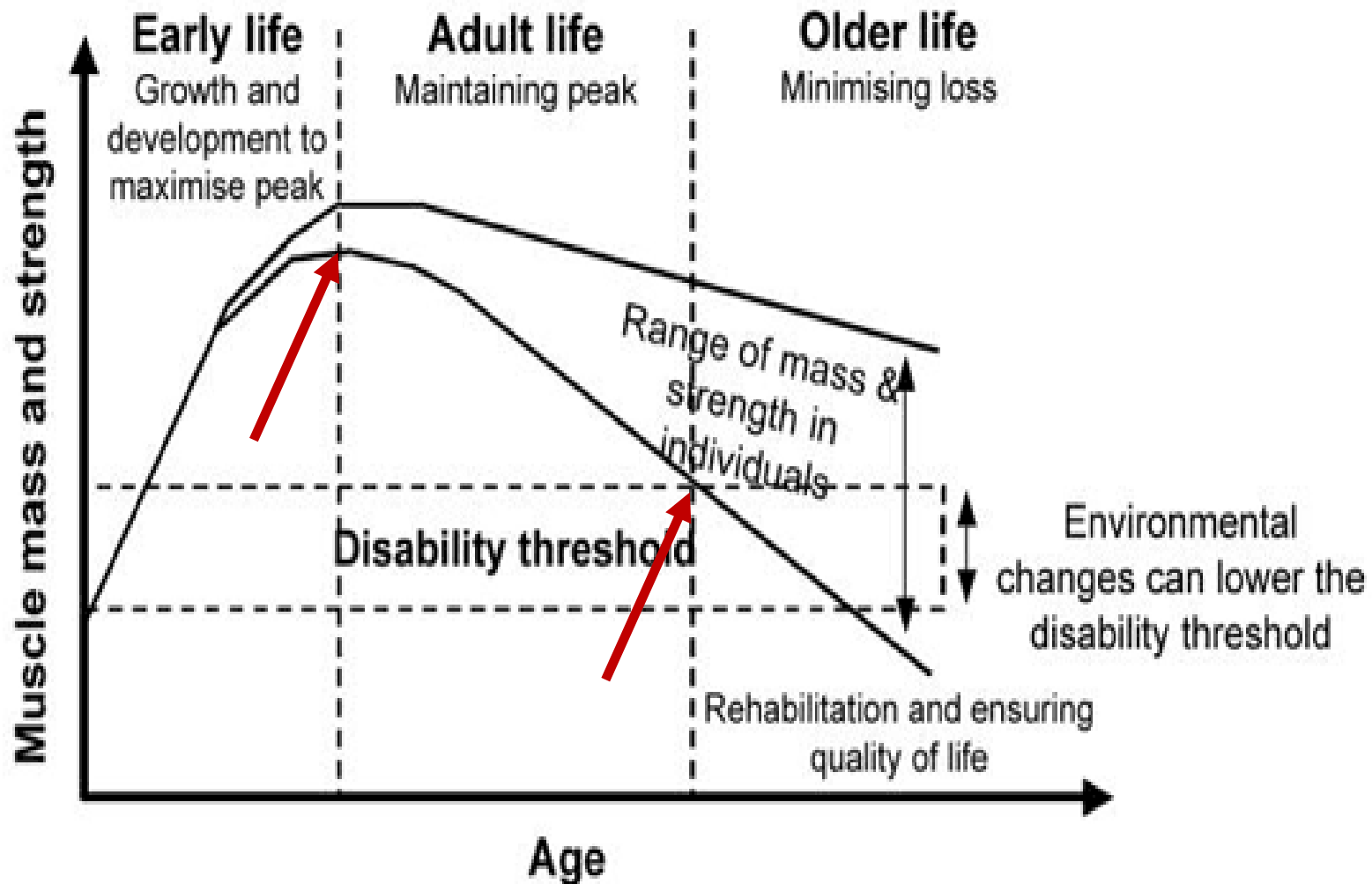


Mišična masa in moč, v odvisnosti od starosti - ČLOVEŠKI (MOTORIČNI) KAPITAL

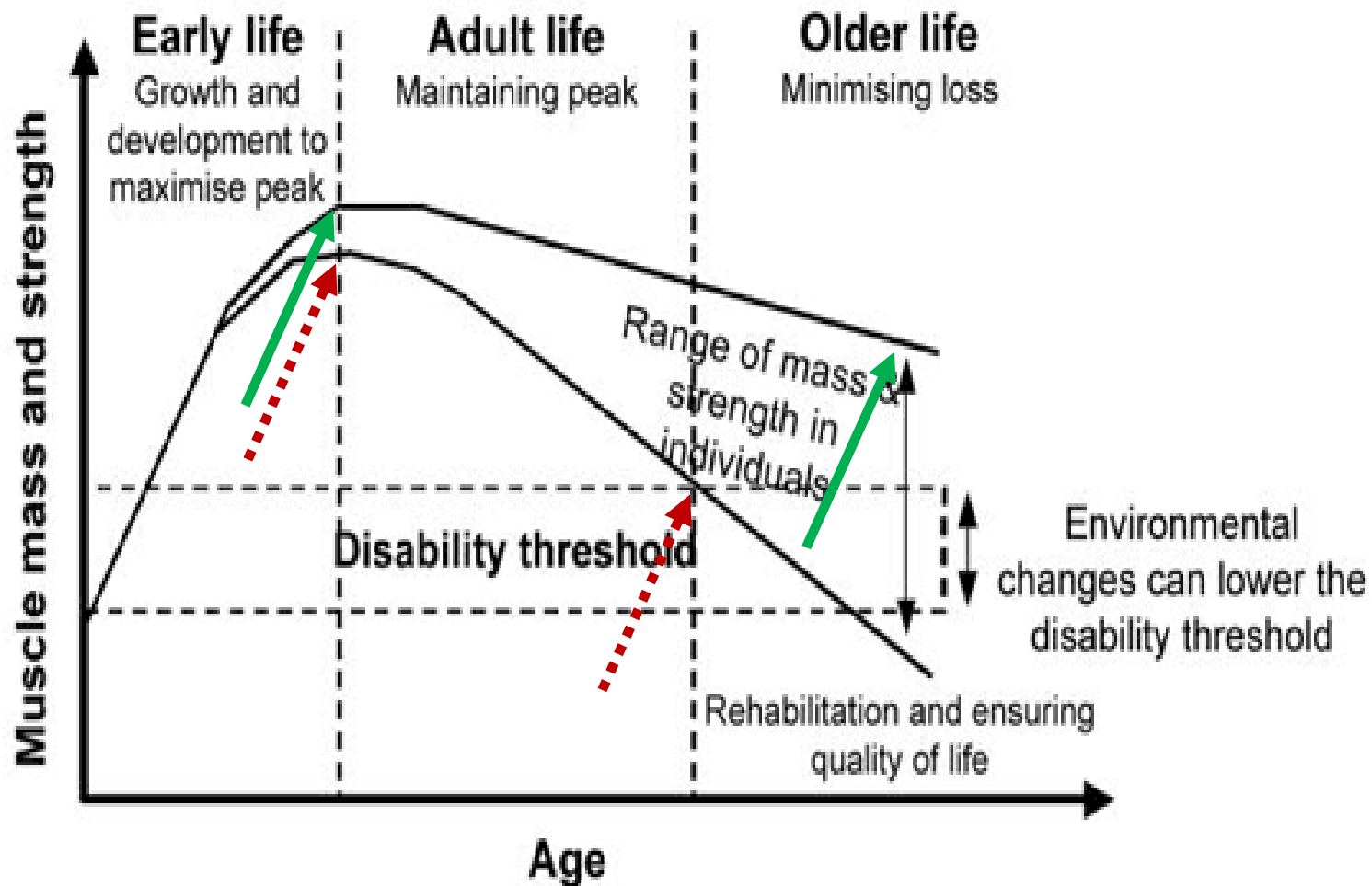


Modified WHO/HPS, Geneva 2000

Mišična masa in moč, v odvisnosti od starosti - **ČLOVEŠKI (MOTORIČNI) KAPITAL**



Mišična masa in moč, v odvisnosti od starosti - ČLOVEŠKI (MOTORIČNI) KAPITAL



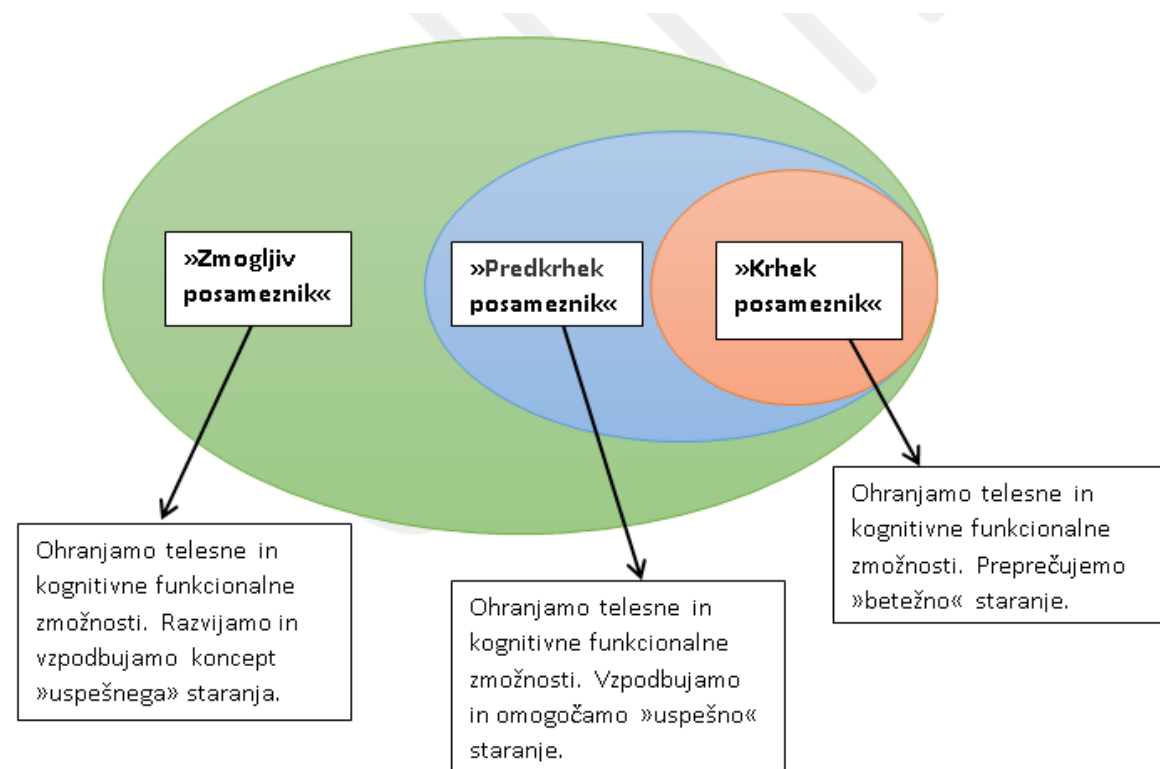
Modified WHO/HPS, Geneva 2000

Strateški cilji:

- **obvladovanje prehranske ogroženosti**
- **obvladovanje funkcijske oziroma gibalne manj zmožnosti**
- **obvladovanje oziroma vzdrževanje kognitivno spoznavnih zmožnosti**
- **omogočati socialno vključenost starejših**

Specifični cilji:

- ohranjena visoka funkcijska (telesna, duševna, duhovna, socialna) zmožnost in dobra kvaliteta življenja starejših ter samostojno, dejavno in neodvisno življenje v kasno starost;
- pravočasno odkrivanje predkrhkih in krhkih starejših odraslih
- zmanjšana obolevnost starejših, tako zaradi nalezljivih kot zaradi kroničnih nenalezljivih bolezni; vzdrževanje funkcijskih zmožnosti starejših odraslih s kroničnimi boleznimi in poškodbami
- zmanjšani stroški zdravljenja in oskrbe starejših





Deležniki v procesu priprave odziva na izzive starajoče se družbe

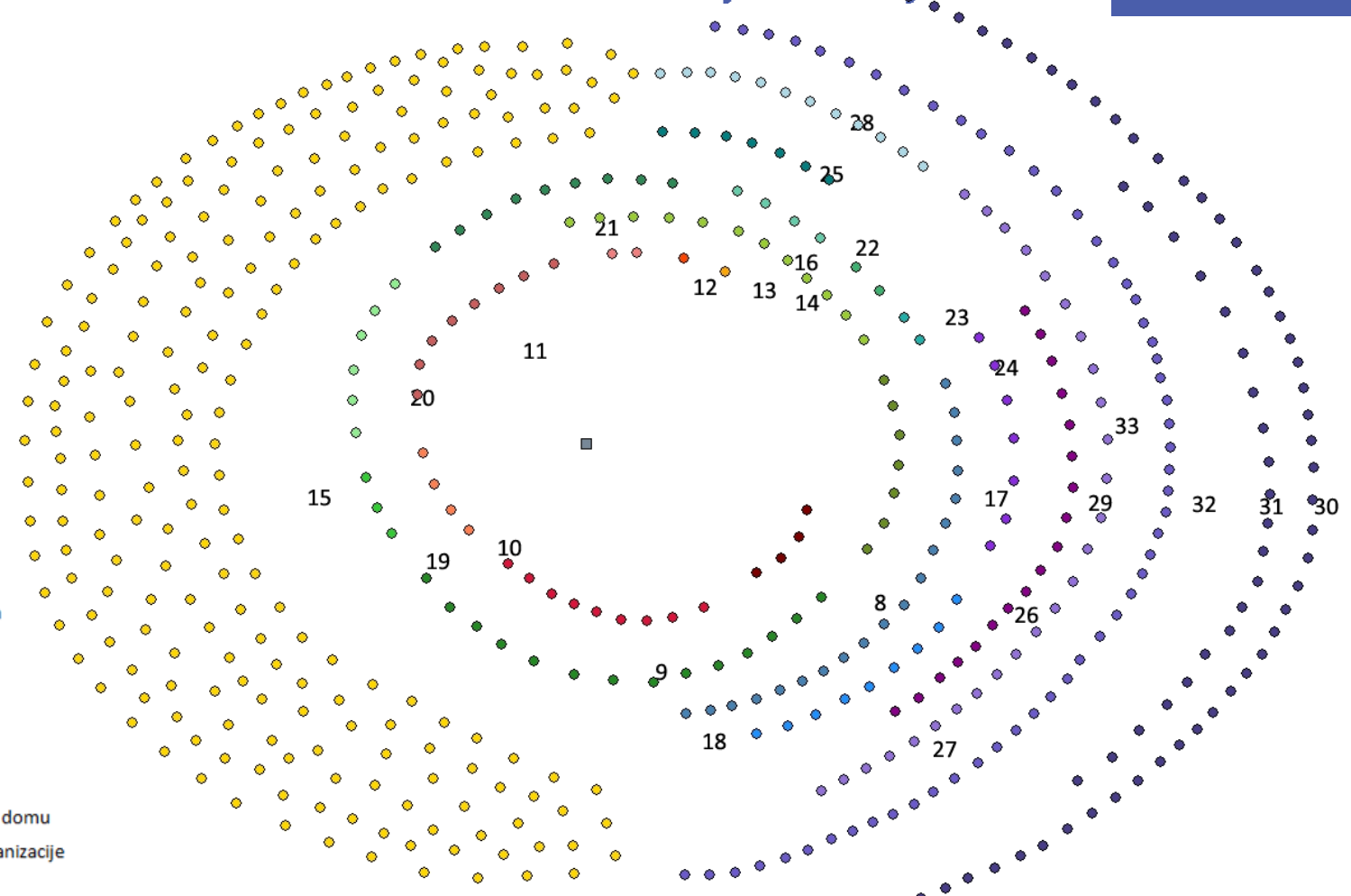
Nacionalni inštitut za javno zdravje
v sodelovanju s partnerji v projektu





Krog deležnikov projekta AHA.SI

- 8 Državni organi
- 9 Poslanske skupine
- 10 Parlamentarni odbori
- 11 Ministrstva
- 12 Slovenija v EU
- 13 Evropski poslanci
- 14 EU v Sloveniji
- 15 Občine
- 16 Regionalne razvojne agencije
- 17 Sindikati
- 18 Državne inštitucije
- 19 Zasebne strokovne inštitucije
- 20 Zdravstvene ustanove
- 21 Univerza v Ljubljani
- 22 Univerza v Mariboru
- 23 Univerza na Primorskem
- 24 Samostojni visokošolski zavodi
- 25 Interesne zbornice
- 26 Nacionalna interesna združenja
- 27 Dobrodelne organizacije
- 28 Neprofitne organizacije
- 29 E-vključenost
- 30 Socialno varstveni zavodi
- 31 Pomoč na domu
- 32 CSD-ji, ki ne izvajajo pomoči na domu
- 33 Reprezentativne invalidske organizacije



Srečanja z deležniki

Od septembra 2014 do oktobra 2015 smo v okviru projekta AHA.SI organizirali več kot 60 večjih in manjših srečanj z različnimi skupinami deležnikov in jih medsebojno povezali okoli tematik:

- dolgotrajne oskrbe,
- podaljšanega zaposlovanja in odloženega upokojevanja,
- preventive padcev v širšem zdravstvenem kontekstu in
- predupokojitvenih aktivnosti.



Domovi starejših občanov
Sindikati
Mladi; Prekarni delavci
Javni zavodi
Gospodarska zbornica Slovenije
Zavod RS za zaposlovanje, ZPIZ
Ministrstva
Nevladne organizacije
Izobraževalne ustanove in univerze
Zdravstvene ustanove
Občine oz. lokalne skupnosti
Centri za socialno delo,

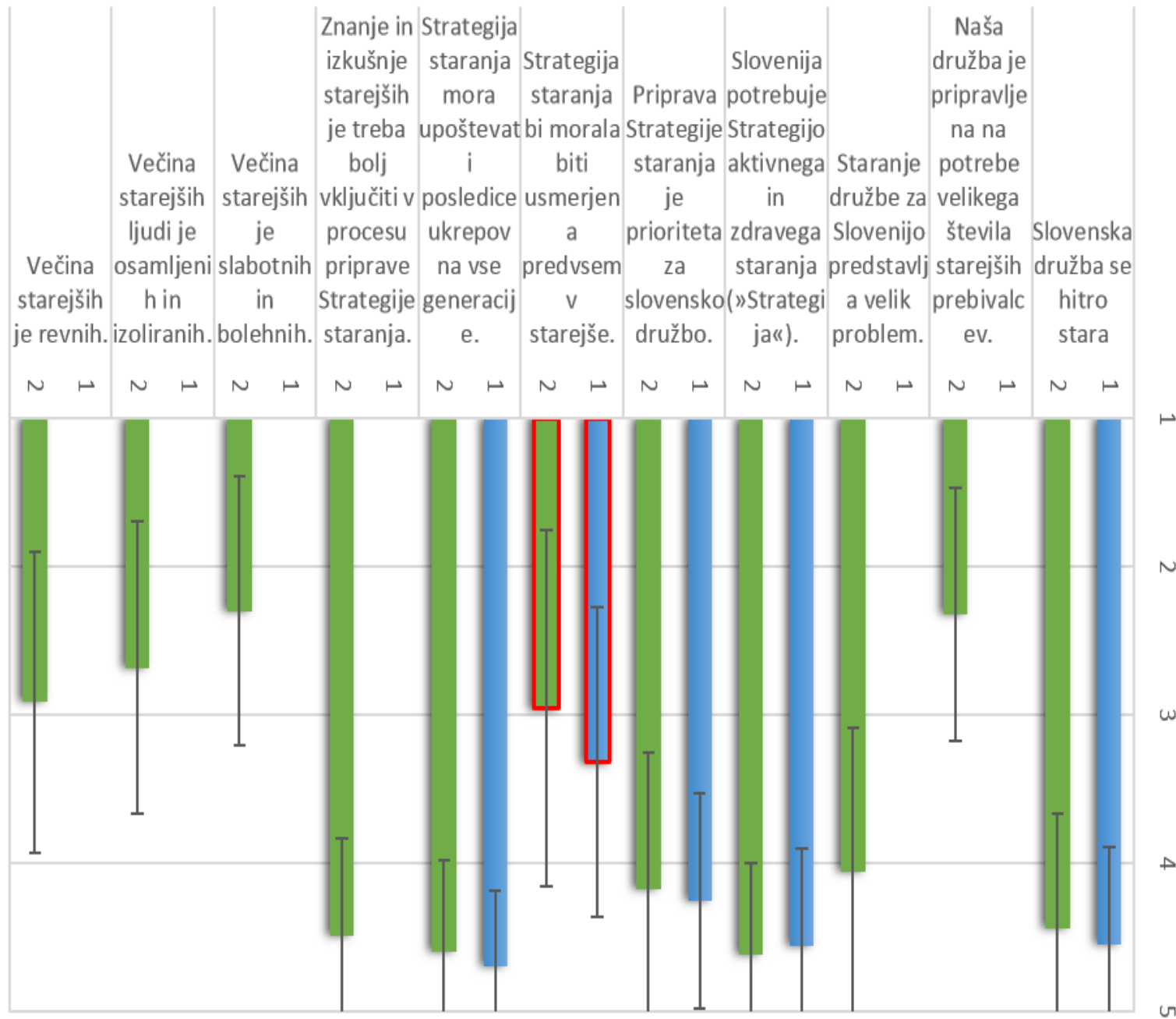


Anketa z deležniki:
dva kroga,
jun 2014 in **sept 2015**

PRIMERJAVA,
Preliminarni rezultati

Splošna
Vprašanja

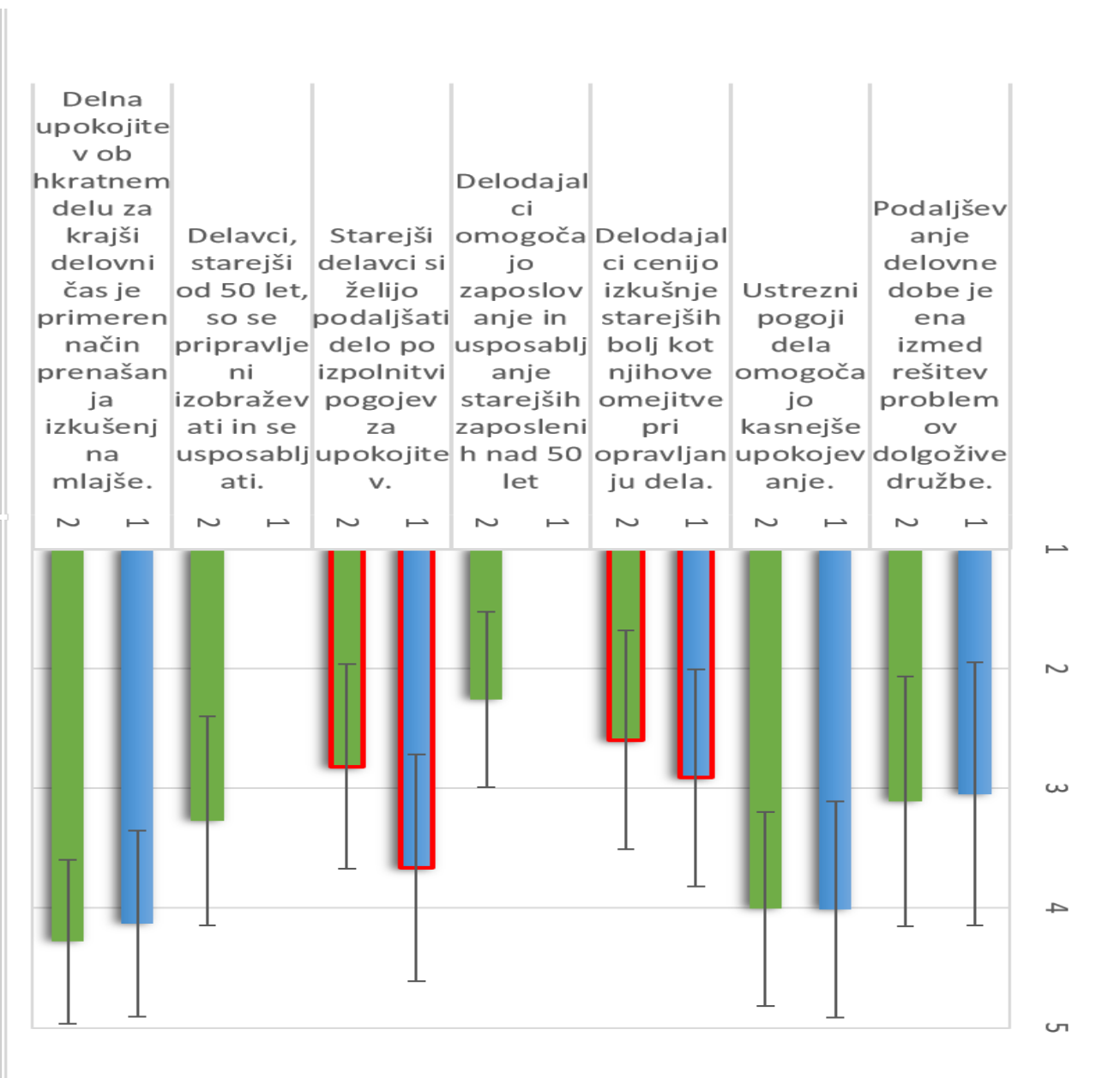
Legenda:
Modro – 1. krog
Zeleno – 2. krog





Podaljšano zaposlovanje

Legenda:
Modro – 1. krog
Zeleno – 2. krog

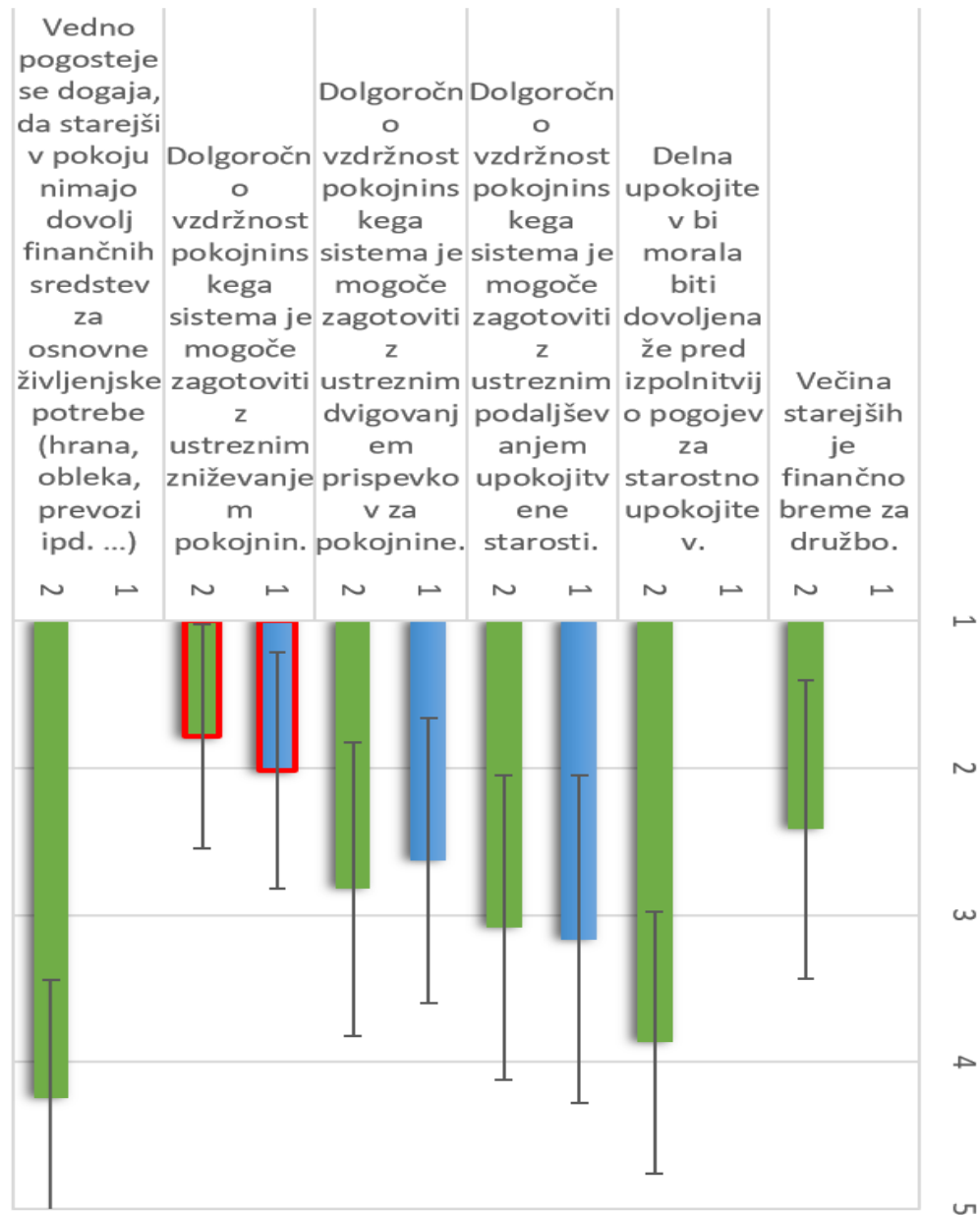


Odloženo upokojevanje

Legenda:

Modro – 1. krog

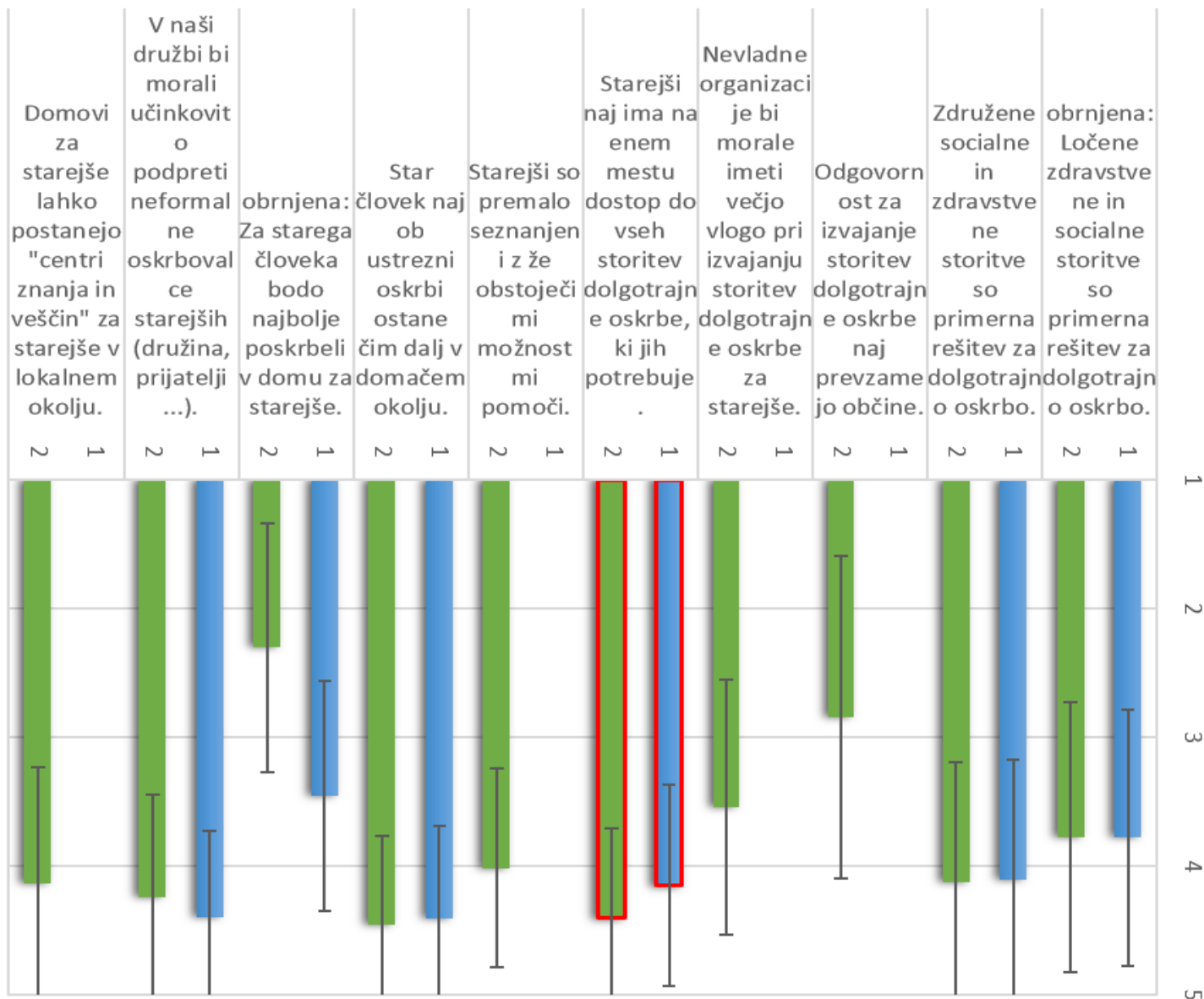
Zeleno – 2. krog





Dolgotrajna oskrba

Legenda:
Modro – 1. krog
Zeleno – 2. krog





Zaključek

**Čestitam za odlične dobre prakse, inovativne pristope v regiji Nova Gorica, uspešno povezovanje deležnikov, za povezavo nacionalnega in regionalnega nivoja, veliko dobrega in predanega dela.
Samo tako naprej, skupaj zmoremo več.**

Več na www.staranja.si