

ZDRAVJE ZA VSE

Zavod za zdravstveno varstvo Koper
Istituto per la tutela sanitaria di Capodistria



Vsak je svojega zdravja kovač

Léto 2 / št. 12 / 2012

Vojkovo nabrežje 4/a | 6000 Koper/Capodistria | tel. +386 5 66 30 800, fax +386 5 66 30 808 | e-pošta info.zzvkp@zzv-kp.si | www.zzv-kp.si

KOLEDAR DOGODKOV

1. december,
SVETOVNI DAN
AIDSA

3. december,
MEDNARODNI DAN
INVALIDOV

5. december,
MEDNARODNI DAN
PROSTOVOLJSTVA

10. december,
DAN ČLOVEKOVIH
PRAVIC

11. december,
MEDNARODNI DAN
GORA

18. december,
DAN
NARAVOSLOVCEV

20. december,
SVETOVNI DAN
ČLOVEŠKE
SOLIDARNOSTI

TEMA MESECA

EVROPSKO LETO AKTIVNEGA STARANJA IN MEDGENERA- CIJSKE SOLIDARNOSTI 2012

Aleš Kenda, nacionalni koordinator Evropskega leta
aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti 2012

V Evropski uniji ter v večjem delu preostalega sveta živijo prebivalci dlje kot nekoč, istočasno pa imajo manj otrok. Tovrstni trend z drugimi besedami imenujemo demografske spremembe.

Evropska unija se na te pojave odziva že dlje časa. Prvi odzivi pred približno tridesetimi leti so bili mešanica presenečenja in strahu, kako se prilagoditi tako obsežnim spremembam. Tedeni odzivi na projekcije, ki so napovedovale vse večji delež starejših, so bili polni zaskrbljenosti, sčasoma pa je o teh spremembah začelo prevladovati pozitivno mnenje. Vse jasneje se kaže, da dolgo življenje v 20. in na začetku 21. stoletja predstavlja enega od največjih civilizacijskih dosežkov, ki smo mu priča. Naj to ponazorim s podatkom, da je bilo v Sloveniji sredi devetdesetih let prejšnjega stoletja 33 oseb, ki so bile starejše od 100 let, danes, slabih 20 let za tem, pa je v Sloveniji že okoli 250 stoletnikov.

Evropsko leto aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti 2012 predstavlja eno od pomembnejših aktivnosti EU in držav članic pri odzivanju na demografske izzive. **Namen Evropskega leta 2012 je ustvarjanje starosti prijazne Evrope ob istočasnem upoštevanju interesov in potreb tudi drugih generacij.**

Kaj pomenita aktivno staranje in medgeneracijska solidarnost za nas posameznike? Pomeni, da moramo živeti bolj zdravo in bolj aktivno, kot smo do sedaj, biti moramo dlje časa delovno aktivni, biti moramo socialno vključeni, če se le da, se moramo ukvarjati s prostovoljstvom, predvsem pa moramo sodelovati in biti solidarni z drugimi generacijami tudi izven svoje družine.

Obeleževanje Evropskega leta kot leta aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti 2012 pomeni za vse ključne dejavnike v Sloveniji, tako za predstavnike politike, vlade, stroke, socialnih partnerjev kot lokalnega okolja, nevladnih organizacij in civilne družbe, pomembno obvezo in spodbudo pri odzivanju na demografske spremembe. V Sloveniji smo veseli, da naslov Evropskega leta vključuje tudi medgeneracijski vidik. Ta odločitev namreč pomeni tudi svojevrstno priznanje Sloveniji. Predlog, da bo Evropsko leto 2012 posvečeno ne samo aktivnemu staranju, ampak tudi medgeneracijski solidarnosti, je namreč eden od zaključkov mednarodne konference o Medgeneracijski solidarnosti za družbo solidarnosti in socialne povezanosti, ki jo je organizirala Slovenija v sodelovanju z Evropsko komisijo in nevladnimi organizacijami v času svojega

predsedovanja Svetu EU v aprilu leta 2008.

Evropsko leto 2012 je tako v Sloveniji lepa priložnost in spodbuda vsem deležnikom, ki se jih demografske spremembe kakorkoli dotikajo. To je čas za predstavitve novih idej, za iskanje inovativnih rešitev, za povezovanje ter za seznanjanje s primeri dobrih praks tako iz Slovenije kakor tudi od drugod.

To je leto priložnosti tako za lokalni kot nacionalni nivo, za predstavnike nevladnih organizacij, socialne partnerje in vse druge, da predstavijo svoje odzive na demografske spremembe. V letu 2012 je po Sloveniji poteklo mnogo dogodkov v počastitev tega leta. Želja mnogih pa je, da se aktivnosti v decembru 2012 ne bi zaključile, temveč da bi se nadaljevale tudi v prihodnjih letih.

AKTUALNO

STAROST ZA VSE, VSE ZA STAROST

Živa Žerjal

Zaradi demografskih sprememb, ki jih povzročata podaljšana življenjska doba in nizko število rojstev, se delež Evropejcev, starejših od 65 let, zelo hitro povečuje. Spremembo v starostni strukturi prebivalstva zaznavamo tudi v Sloveniji, kjer je delež starejših od 65 let na dan 1. 1. 2012 znašal 16,8 % (podatki SURS). Izjema niti zdravstvena regija Koper, kjer je ta delež še nekoliko višji, saj je toliko starih kar 17,1 % vseh prebivalcev. Znotraj te starostne skupine je 60,1 % žensk (to je 15.108 posameznic) in 39,9 % moških (to je 10.049 posameznikov). Razmerje med spoloma se povečuje z naraščanjem starosti. V regiji imamo v starostni skupini od 95-99 let 14 moških in 67 žensk ter 3 moške in 11 žensk, starih 100 let in več. Najvišji delež posameznikov, starih 65 let in več, je v upravni enoti Ilirska Bistrica (19,4 %), najnižji pa v upravni enoti Sežana (15,2 %), ki zajema občini Sežana in Komen.

Na Zavodu za zdravstveno varstvo Koper smo se na ta pojav odzvali z izdajo publikacije »Starost za vse, vse za starost«, ki na območju naše regije predstavlja pomembno novost, saj je prvi projekt, v katerem so na enem mestu zbrane informacije in kontakti organizacij, ki jih starostniki potrebujejo. Publikacija je nastala z namenom informiranja in svetovanja starostnikom in vsem, ki za njih skrbijo, o razpoložljivih programih in storitvah ter njihovih izvajalcih, ki so na voljo v naši zdravstveni regiji.

Prav tako bo zagotovo uporabna tudi za strokovne delavce, saj lahko na enem mestu najdejo ažuren seznam kontaktov vseh organizacij, ki delujejo na področju starejših v zdravstveni regiji Koper.

V publikaciji so zbrane informacije o storitvah, do katerih so upravičeni starejši, ter predstavljene »vstopne točke« v slovenski sistem dolgotrajne oskrbe. To so vse organizacije, bodisi vladne ali nevladne, ki opravljajo in/ali organizirajo dejavnosti, povezane

Pišite nam na e-naslov: zdravjazavse@zzv-kp.si

ZDRAVJE ZA VSE 1/2





Naslovnica publikacije "Starost za vse, vse za starost".

z vsakdanjim življenjem starejših. Zaradi boljše preglednosti so organizacije predstavljene po sklopih, in sicer so najprej navedene vladne organizacije, ki skrbijo za zdravstveno in socialno varstvo starejših, nato pa nevladne organizacije, ki se delijo na humanitarne in dobrodelne organizacije ter na različna društva. Na koncu so navedene še zasebne organizacije, med katerimi so podjetja, ki opravljajo dejavnosti zdravstvene nege in oskrbe na domu, ter trgovine s tehničnimi pripomočki. Tako lahko v publikaciji poiščete kontakte (naslov, telefonsko številko in ponekod tudi elektronsko pošto) in kratke predstavitve dejavnosti zdravstvenih domov; bolnišnic; centrov za socialno delo; domov za starejše; oskrbovanih stanovanj; društev, ki organizirajo dejavnosti za svoje člane; društev, ki so organizirana za obvladovanje bolezenskih procesov in dviga kakovosti življenja članov; društva za povečanje kakovosti življenja in ki dejavnosti organizirajo tudi za nečlane; društva, ki opravljajo poslanstvo Univerze za tretje življenjsko obdobje.

Želimo si, da bi starostniki, vsi tisti, ki za njih skrbijo, ter strokovni delavci, ki delujejo v raznovrstnih organizacijah za pomoč starostnikom, v publikaciji našli koristne informacije zase, za svoje in morebiti tudi za svoje strokovno delo ter da bi jim olajšale izbiro najbolj ustreznih in primernih storitev.

Publikacija je dostopna tudi v elektronski obliki na spletni strani: www.zzv-kp.si.

PRIMER DOBRE PRAKSE

AKTIVNO STARANJE MED IZZIVOM IN NUJO

Valentina Klemše

Območno združenje Rdečega križa Piran skozi svoje programe že leta zavestno izvaja konkretne korake, ki spodbujajo občane k aktivnemu staranju in solidarnosti med generacijami. Pri tem se preko svojih organov in prizadevnih prostovoljcev ter ostalih cenjenih sodelujočih poslovnih partnerjev, donatorjev in sponzorjev povezuje v široko socialno mrežo raznolikih izvajalcev. Naj izpostavimo le nekatere izmed njih: → postaje RK delujejo v večini krajevskih skupnostih in drugih ustanovah, kjer prostovoljci, ki so bodisi tudi sami v aktivni delovni dobi ali upokojenci, skrbijo za zdravstveno preventivo, izobraževanje, informiranost in socialno pomoč starejše in starajoče se srednje generacije. → Različne delavnice za mlade, kjer jim znanja podajajo prav izkušeni in prekaljeni starejši prostovoljci. Ti že leta, iz dneva v dan, z veliko mero osebne odločitve in odgovornosti »živijo stil« aktivnega staranja in medgeneracijskega sožitja. Tu imamo v mislih delavnice prostovoljstva in medgeneracijskega družabništva, izobraževanja, sodelovanja skozi izmenjave dobrih praks (npr. osnovne in srednje šole, vrtci, mladinski centri, KS, društva upokojencev in invalidov, domovi in dnevni centri za starejše itd.). Ne nazadnje pa je opazno vzporedno spodbujanje podjetij h korporativnemu prostovoljstvu. Le-to predstavlja eno najsodobnejših oblik družbene odgovornosti podjetja. (Ker so časi sponzorstev in donatorstva v zatonu, se podjetja odločajo za inovativne oblike sodelovanja z lokalnim okoljem na načine, ki delujejo stimulatивно tako na zaposlene kot na poslovne cilje podjetja.) Primer dobre prakse se je udeležil pri letošnji obnovi humanitarnega skladišča RK Piran, ko so se na ta način odzvali: Okolje Piran, Obok Lucija, Vikomont iz Ljubljane, Hartis, mizarstvo Pero Vidovič iz Pirana ter še mnogi drugi. Dijaki gimnazije A. Sema iz Portoroža pa so ob tej izkušnji, ko so priskočili pri pleskarskih in vzdrževalnih delih, prav gotovo »izpi-

lili« marsikatero pozitivno vrednoto. → Prostovoljno, brezplačno in anonimno krvodajalstvo je ena od osnovnih dejavnosti RK, ki ga z enakimi načeli solidarnosti izvajamo že skoraj 60 let in pomeni izjemno vez solidarnosti med sožitjem generacij. → Tudi zaposlovanje starejših nezaposlenih nad 50 let na t. i. javnih delih, ki so čez čas postali novi sodelavci in prostovoljci RK, je zavestna izbira na trgu delovne sile že polnih 21 let. → Primer odmevnejših letošnjih novosti je tudi sodelovanje z vrtcem Mornarček iz Pirana, ko so se zaposleni in starši otrok množično odzvali s skupno krvodajalsko akcijo. Malčki so se ob vsem tem humanitarnem dogajanju neposredno srečali tudi s prostovoljkami RK (»nonice prostovoljke« in »nonice krvodajalke«) na temo krvodajalstva, humanosti, prostovoljstva in medgeneracijskega sožitja. S tem želimo mladim generacijam privzgojiti moralno-etične vrednote in vzgojo za prostovoljstvo in solidarnost v smeri premostitve najnevarnejše krize doslej, ki človeštvo ogroža. Morda bolj kot katerakoli doslej – govora je seveda o t. i. krizi vrednot.

Kljub temu, da se leto izteka, pa imamo v prihodnje obilo možnosti, da sleherni dan izkažemo in ozavestimo resno osebno namero k dvigu medgeneracijskega sožitja in pomoči ljudem v našem okolici. To se bo zrcalilo v bolj zdravih osebnih odnosih, od katerih bomo imeli največ koristi vsak posebej in vsi skupaj.

Nekateri strokovnjaki so mnenja, da je gospodarska in finančna kriza za vse nas velika preizkušnja in izziv, da iz nje odidemo kot boljši ljudje in državljani. Mladi na brezpotju, brezposelni vseh starosti, kronični bolniki, revni upokojenci so le vrh ledene gore, ki morda že danes, v vaši najbližji sosesčini, potrebujejo prav vašo pomoč. Pa naj gre za generacijsko, poslovno ali tisto čisto preprosto človeško plat! Pravzaprav je vseeno, kajti cilj je vedno isti: živeti bolje skozi solidarnost generacij. Morda nam bo vsem skozi čas, s finančno in moralno podporo države, lokalnih oblasti, sponzorjev in donatorjev (kot je bilo to zapisano že pred petimi leti v dokumentih skupščine Območnega združenja Rdečega križa Piran) le uspelo tudi uradno ustanoviti t. i. Medgeneracijski center, ki v Piranu že sedaj deluje v minimalni obliki v poslovnih prostorih organizacije **Rdečega križa Piran na Župančičevi 14.**

Glede starosti in staranja pa si velja zapomniti misel, da naj bi se priprava na starost posameznika začela najkasneje v srednjih letih.

ALI STE VEDELI

... da smo ob zaključku Evropskega leta aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti 2012 na ZZV Koper izdali priložnostno znamko? Motiv na znamki je povzet po naslovnici naše publikacije »Starost za vse, vse za starost«, ilustracija pa spodbuja trajno obliko sožitja več generacij, medsebojno komunikacijo med starostniki in mladimi ter osebni razvoj starostnika. To je že šesta priložnostna znamka, ki smo jo izdali. Predhodne smo prav tako posvetili obeležitvi dogodkov s področja zdravja in/ali promociji zdravja.



NAPOVEDNIK

... 6. decembra bo ob 11.00 na Zavodu za zdravstveno varstvo Koper v okviru Evropskega leta aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti tiskovna konferenca. Osrednji gost bo nacionalni koordinator Evropskega leta aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti 2012, gospod **Aleš Kenda** z Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve, Direktorata za socialne zadeve. **Vabljeni/-e!**

Novice Zdravje za vse so brezplačen mesečnik, dostopen na spletni strani ZZV Koper: <http://www.zzv-kp.si/strokovni-nasveti-in-priporocila-mesecna-publikacija-zdravje-za-vse/> | Prava tako so novice dostopne v vseh informativnih točkah zdravstvenih domov in bolnišnic v zdravstveni regiji Koper. | Izdajatelj: Zavod za zdravstveno varstvo Koper, Vojkovo nabrežje 4a, 6000 Koper | Odgovorna oseba: Milan Krek | Glavna in odgovorna urednica: Manica Remec | Sodelavci: Lijana Petruša, Živa Žerjal, Ines Kvaternik | Oblikovanje koncepta: Slavica V. Okorn | Oblikovanje in priprava: SkupinaOpusDesign® | Lektoriranje: Martina Jelušič | Naklada: 1000 izvodov