



**BOJAN MACUH** / Doktorski študij je zaključil na Pedagoški fakulteti Univerze na Primorskem, pred tem pa magistrski študij sociologije na Filozofski fakulteti Univerze v Mariboru. Je avtor in soavtor znanstvenih in strokovnih monografij, priročnikov ter več znanstvenih, strokovnih in poljudnih člankov. S svojimi prispevki kot avtor in soavtor je sodeloval na več mednarodnih znanstvenih konferencah. Hkrati je avtor tudi več leposlovnih del za odrasle, mladino in otroke.

*Povzetek: Starost in staranje sta vse pogosteje rabljena pojma; v sodobni globalni družbi pa vse, kar je povezano s tem, pomeni skrb za starejše ljudi, ukvarjanje z njihovimi težavami, iskanje boljših in bolj kakovostnih storitev zanje, predvsem pa skrb za njihovo boljše počutje.*

*Ključne besede: starost, staranje, starostniki, bolezen, stoletniki*

## STAROSTNIKI IN NJIHOVO ZOPRSTAVLJANJE LETOM

### Uvod

Starost in staranje sta vse pogosteje rabljena pojma; v sodobni globalni družbi pa vse, kar je povezano s tem, pomeni skrb za starejše ljudi, ukvarjanje z njihovimi težavami, iskanje boljših in bolj kakovostnih storitev zanje, predvsem pa skrb za njihovo boljše počutje. Prav s tem namenom smo se odločili zbrati razmišljanja o tem področju. Življenje v starajoči se družbi pomeni sobivanje s starejšimi ljudmi, poznavanje njihovih želja in potreb, skrbi za ekonomsko, socialno in predvsem zdravstveno stanje le-teh. V eni izmed prejšnjih prispevkov smo se posvetili vseživljenjskemu učenju in izobraževanju, tokrat pa je rdeča nit naših raziskovanj medgeneracijsko sodelovanje. Poznavanje družbenih razmer na področju prebivalstva, tukaj mislimo na vse generacije, nas vodi k temu, da razumemo elemente starosti in staranja, se glede na lastne potrebe in potrebe drugih poglobljamo vanje in razumemo njihovo človeško poslanstvo. Človek se namreč stara od rojstva do smrti in to je ena redkih skupnih lastnosti, kateri se ne moremo izogniti glede na ekonomski in finančni status. Vsi, ko se rodimo, smo na poti k skupnemu, vsem dodeljenemu cilju, smrti. Na žalost smo danes priča tem tragičnim trenutkom, ko smo družba kot celota, starostniki pa še posebej, zelo izpostavljeni zahrbtnemu virusu.

### Strah pred staranjem

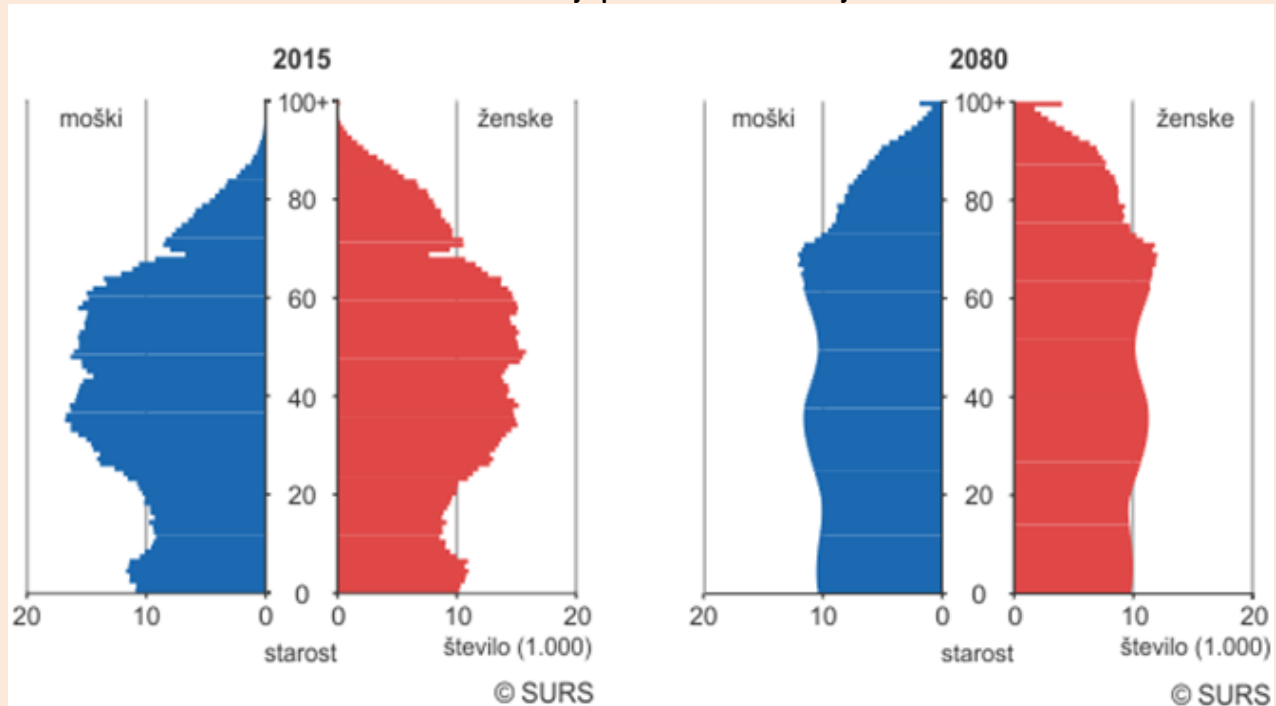
V sodobnem času čedalje več ljudi pričakuje več od življenja in žanje sadove procesa pomlajevanja. Zgled nam še vedno ostaja slovenski književnik Boris Pahor (rojen 1913). Še zmeraj je bister, nastopa in ustvarja v svojem sto šestem letu starosti. Celotno človekovo počutje izboljša katera koli pozitivna aktivnost. Škodljive slabe navade je potrebno nadomeščati s takšnimi, ki krepijo zdravje in vitalnost, s tem pa dosežemo več na telesni, duševni in duhovni ravni. Menimo, da so podobne vsebine, ki raziskujejo trdoživost posameznika v sodobni globalni družbi, zelo pomembne, saj nas vedno znova opozarjajo, da je staranje proces, starost pa le del tega in zato je o njej potrebno pisati in govoriti z veliko mero pomembnosti in hkrati tolerance.

Težava pri starostnikih je, ker se pri njih pogosto poraja strah pred staranjem, kar lahko ima tudi negativne posledice. Dejanske znake staranja le še poslabša. V najslabšem primeru posameznika tako ohromi, da mu onemogoči izkusiti tisto, kar si v življenju res želi. Nikar si posameznik v starosti ne sme dovoliti, da ga prevzame tesnoba, kajti v tem primeru bo na prihajajoča leta gledal v strahu in dejansko zamudili vse, kar bi ga lahko osrečevalo in vodilo skozi lepe trenutke življenja. Upam, da je takšnih primerov manj, k temu pa pripomoremo vsi v družbi, najbolj pa najbližji (otroci in vnuki).

Ob vstopu v tretje življenjsko obdobje oziroma po 65. letu starosti se vse več starostnikov odloči za spremembo okolja in s tem za odhod v dom za starejše. Danes ne velja več, da so starostniki obnemogle osebe, temveč so, če jim služi zdravje, še polni življenja, ljudje z mnogo izkušnjami in optimistično naravnani. V okviru institucionalne oskrbe in tudi izven nje jim je na osnovi navedenega potrebno omogočiti, da vse danosti koristno uporabijo ter s tem še izboljšajo kakovost življenja v tem obdobju in s tem posledično lastni slog življenja.

### Kaj pravi statistika?

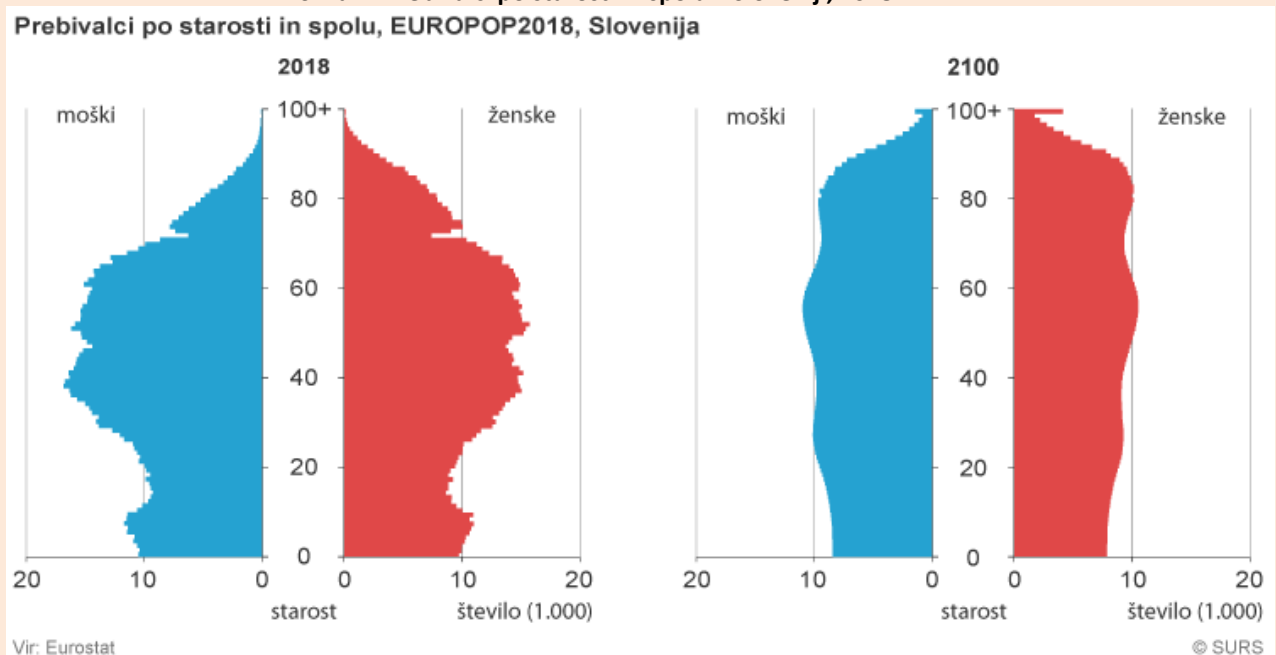
Naša družba se vedno bolj stara. Tudi zadnje napovedi Eurostata v zvezi s projekcijami prebivalstva za Slovenijo (t. i. EUROPOP2013) kažejo, da naj bi se delež starejših (tj. oseb, starih najmanj 65 let) do leta 2060 v celotni strukturi prebivalstva povzpел na skoraj 30 %. Projekcije do leta 2080 pa napovedujejo, da naj bi se posledice »baby-boom« generacije do takrat že počasi iztekle in starostna piramida naj bi se začela postopoma stabilizirati<sup>1</sup>.

Slika 1: Staranje prebivalstva v Sloveniji<sup>ii</sup>

Prebivalstvo Slovenije naj bi se povečevalo do približno leta 2023 (in se povečalo na okrog 2.088.000), nato naj bi število prebivalcev začelo počasi padati. 1. januarja 2100 naj bi imela Slovenija 1.796.000 prebivalcev, kar je 13 % manj kot v začetnem letu teh projekcij, tj. v 2018.

Predpostavlja se, da se bo v letu 2100 v Slovenijo priselilo 1.800 več prebivalcev, kot se jih bo iz nje odselilo. To je skoraj 90 % manj, kot je znašal selitveni prirast Slovenije s tujino leta 2018.

V prihodnosti naj bi se celotna stopnja rodnosti v Sloveniji večinoma enakomerno dvigala in leta 2100 dosegla vrednost 1,77. Pričakovano trajanje življenja ob rojstvu naj bi se daljšalo in dečki, rojeni v Sloveniji leta 2100, bi lahko pričakovali, da bodo živeli 89 let, deklice pa skoraj 93 let<sup>i</sup>.

Slika 2: Prebivalci po starosti in spolu v Sloveniji, 2018<sup>iii</sup>

Vir: Eurostat

© SURS

V okviru projekta Zlati kamen<sup>ii</sup> so izračunali indeks stoletnikov. Primerjali so, kolikšen delež celotnega prebivalstva Slovenije živi v določenem kraju, z deležem vseh slovenskih stoletnikov, ki živijo v tej občini.

Da bi odkrili kraje, ki so dolgi starosti posebej naklonjeni, smo izračunali indeks stoletnih. Primerjali smo, kolikšen delež celotnega prebivalstva Slovenije živi v določenem kraju, z deležem vseh slovenskih stoletnikov, ki živijo v tej občini. V Mariboru na primer živi 5,4 odstotka prebivalcev Slovenije in 5,3 odstotka slovenskih stoletnikov. Indeks stoletnikov za Maribor je tako 1,0.

Kateri kraji izstopajo? Če upoštevamo vse kraje, ima daleč najvišjo vrednostjo indeksa Ribnica na Pohorju. A to je statistično nekoliko izkrivljen podatek: idilični kraj na Pohorju ima namreč le dobrih tisoč prebivalcev, kar pomeni pol promila slovenskega prebivalstva. Že samo en stoletnik v kraju pomeni pol odstotka vseh superstarih pri nas.

Prava prestolnica slovenskih stoletnikov je zato Ljutomer. V kraju z dobrimi 11.000 prebivalci (0,5 %) se jih je kar osem rodilo še v Avstrogrskem cesarstvu. Zelo visoko vrednost indeksa imajo tudi bližnji Križevci<sup>iii</sup>.

**Tabela 1: Število stoletnikov v Sloveniji, 2020<sup>ii</sup>**

Občina	Število stoletnikov	Indeks stoletnikov
Ljutomer	8	7,80
Križevci	2	6,20
Preddvor	2	6,11
Dobrepolje	2	5,70
Štore	2	5,19
Škofljica	3	2,99
Murska Sobota	5	2,95
Idrija	3	2,82
Nova Gorica	6	2,10
Trebnje	2	1,75

Najboljšo vrednost med mestnimi občinami ima Murska Sobota, kjer domuje pet slovenskih stoletnikov. V precej večji Novi Gorici jih je doma šest. Zanimivo: stereotipna predstava bi največ stoletnikov umestila nekam v hribovsko idilo, a očitno jim prav prijata mestni zrak in hrup. Pet mestnih občin ima vrednost indeksa večjo od 1. V Ljubljani denimo živi 43 stoletnikov, kar je 23 odstotkov vseh. V prestolnici sicer živi 14 odstotkov prebivalcev Slovenije<sup>iv</sup>.

## Zaključek

Na vse naše starostnike, ne glede na to ali so v tretjem ali v četrtem življenjskem obdobju, smo zelo ponosni, saj kljubuje svojim letom, vsem pritiskom, kot so finančni, psihični in predvsem zdravstveni, s katerimi se institucije in domača okolja, kakor tudi celotna družba spopadajo v zadnjih tednih. Starostniki, ki so najbolj ranljiva populacija v tej globalni epidemiološki krizi, so res ogroženi, predvsem tisti, ki bivajo v domovih za starejše. Naloga politike je, da odgovorno in brez oklevanja poskrbijo za opremo, ki jo v tem trenutku osebje in oskrbovanci potrebujejo v domovih za starejše. Vsem neposredno odgovornim zaposlenim v institucijah, predvsem zdravstvenim in negovalnim delavcem, pa lahko zaželimo le veliko optimizma in posredno dobre volje, ki jo naj prenašajo na oskrbovance in njihove svoje.

Prepričan sem, da bomo »premagali«<sup>v</sup> zahrbtno bolezen in se bodo lahko vnuki ponovno srečevali s svojim starimi starši, predvsem pa bo pomembno, da bodo lahko skupaj, se družili in drug drugega razveseljevali.

## Viri, literatura in opombe

<sup>i</sup> Jacovič, A. (24. 09. 2015). Leta 2060 bo predvidoma skoraj vsak tretji Slovenec star 65 ali več let. Pridobljeno s <https://www.stat.si/StatWeb/News/Index/5477>

<sup>ii</sup> Zlati kamen. (20. 8. 2018). Indeks stoletnih. Pridobljeno s <http://www.zlatikamen.si/clanki/analize/kje-zivijo-najstarejsi/>

<sup>iii</sup> Razpotnik, B. (28. 3. 2017). Projekcije 2015: v 2080 naj bi bilo prebivalcev Slovenije manj kot danes, delež starejših višji. Pridobljeno s <https://www.stat.si/statweb/news/index/6584>

<sup>iv</sup> Zlati kamen. (20. 8. 2018). Indeks stoletnih. Pridobljeno s <http://www.zlatikamen.si/clanki/analize/kje-zivijo-najstarejsi/>

<sup>v</sup> Razpotnik, B. (11. 09. 2019). EUROPOP2018: V 2100 naj bi bilo prebivalcev Slovenije 284.000 manj kot danes, skoraj tretjina prebivalcev starejših. Pridobljeno s spletne strani <https://www.stat.si/StatWeb/News/Index/8316>