

Program aktívneho starnutia mesta Trnavy na roky 2021 – 2030

Slovensko sa do podpory zdravého starnutia zapája aj prostredníctvom Národného programu aktívneho starnutia na roky 2021 – 230. Ide už v poradí o druhý dokument tohto charakteru, ktorý nadväzuje nielen na predchádzajúci program aktívneho starnutia a vyhodnotenie dosiahnutých cieľov, ale aj na najnovšie trendy v tejto oblasti. Súčasný Národný program aktívneho starnutia bol schválený 16. novembra 2021.

Slovensko už v minulosti prijalo dokument Národný program aktívneho starnutia na roky 2014 – 2020. Tento strategický dokument bol spracovaný, prijatý a realizovaný ako súčasť základnej vízie ponúkať slovenskému obyvateľstvu šancu na kvalitnejší a udržateľný rozvoj pre všetkých. Národný program aktívneho starnutia na roky 2021 – 2030 nadväzuje na predchádzajúci strategický dokument. Nie je však len pokračovaním predchádzajúcej verzie, aj keď vychádza aj z analýzy napĺňania stanovených cieľov. Zároveň však aktualizovaný Národný program aktívneho starnutia vychádza z demografických prognóz a zmien v spoločnosti a odhadu dopadu vývoja spoločnosti na jej celkové fungovanie, ale najmä na možnosti zabezpečenia seniorov ako jednej z najzraniteľnejších skupín obyvateľstva. Inšpiráciou pre finálnu podobu tohto dokumentu boli aj viaceré medzinárodné dokumenty a záväzky Slovenska voči nadnárodným organizáciám.

Rovnako ako Národný program aktívneho starnutia aj Program aktívneho starnutia mesta Trnavy na roky 2021 – 2030 má za cieľ vytvoriť rámec a podmienky pre zdravé a aktívne starnutie obyvateľov mesta Trnava. Ide o koncepčný dokument, ktorý sa usiluje o komplexný prístup k riešeniu problematiky starnúceho obyvateľstva a seniorskej populácie. Dokument sa nezameriava len na obyvateľov aktuálne dosahujúcich seniorský vek, ale špecifickú pozornosť venuje aj generácii 50+, na ktorú sa zameriava v oblasti prípravy na starobu.

Program aktívneho starnutia mesta Trnavy na roky 2021 – 2030 je otvoreným dokumentom, ktorý je možné priebežne dopĺňať a meniť na základe skúseností a pripomienok širokej verejnosti, ale aj na základe zhodnocovania dosahovania formulovaných cieľov.

Neoddeliteľnou súčasťou tohto dokumentu je jeho príloha „Akčný plán na roky 2021 – 2030 s návrhom rozdelenia úloh“. Bol prerokovaný a odsúhlasený so zástupcami denných centier seniorov dňa 07.09.2021.

I.

Základné východiská aktívneho starnutia

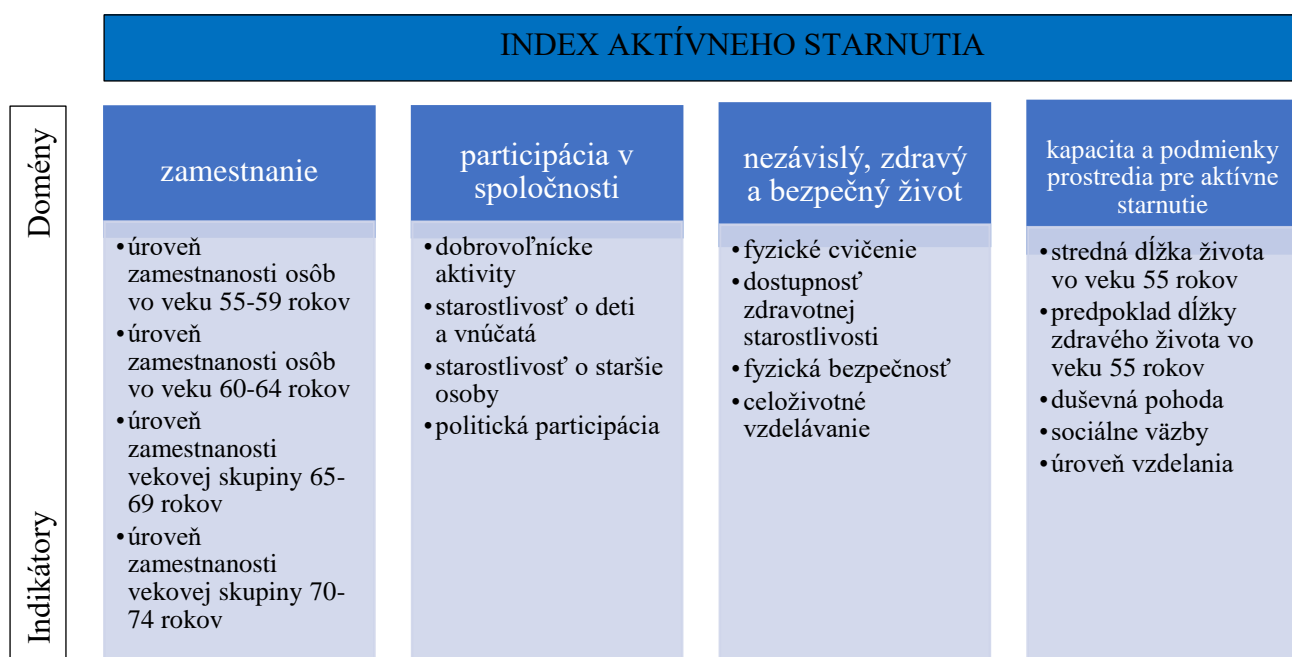
OSN v roku 2020 vyhlásila dekádu 2021 – 2030 za dekádu zdravého starnutia. Reaguje tak na celosvetové demografické trendy a pokračuje v zdôrazňovaní prínosu a významu staršej generácie pre celkové blaho spoločnosti.

Aktívne starnutie možno definovať ako proces optimalizácie príležitostí pre zdravie, participáciu a bezpečnosť s cieľom podporiť kvalitu života ľudí v priebehu ich starnutia

Európska hospodárska komisia OSN v roku 2012 predstavila Index aktívneho starnutia, ako nástroj na meranie potenciálu starších ľudí pre aktívne a zdravé starnutie. Tento nástroj pritom umožňuje vzájomné porovnávanie medzi jednotlivými krajinami. Index aktívneho starnutia meria úroveň, v ktorej starší občania vedú nezávislé životy, podieľajú sa na platenom zamestnaní a zúčastňujú sa sociálnych aktivít ako aj ich kapacitu aktívne starnúť. Tento index pozostáva zo sledovania celkom 22 indikátorov, ktoré sú rozdelené do 4 hlavných domén.

Prvé tri domény pritom predstavujú aktuálnu skúsenosť s aktívnym starnutím a posledná štvrtá doména je predpokladom pre aktívne starnutie.

Obrazok 1 Index aktívneho starnutia, jeho domény a indikátory



Zdroj: adaptované podľa

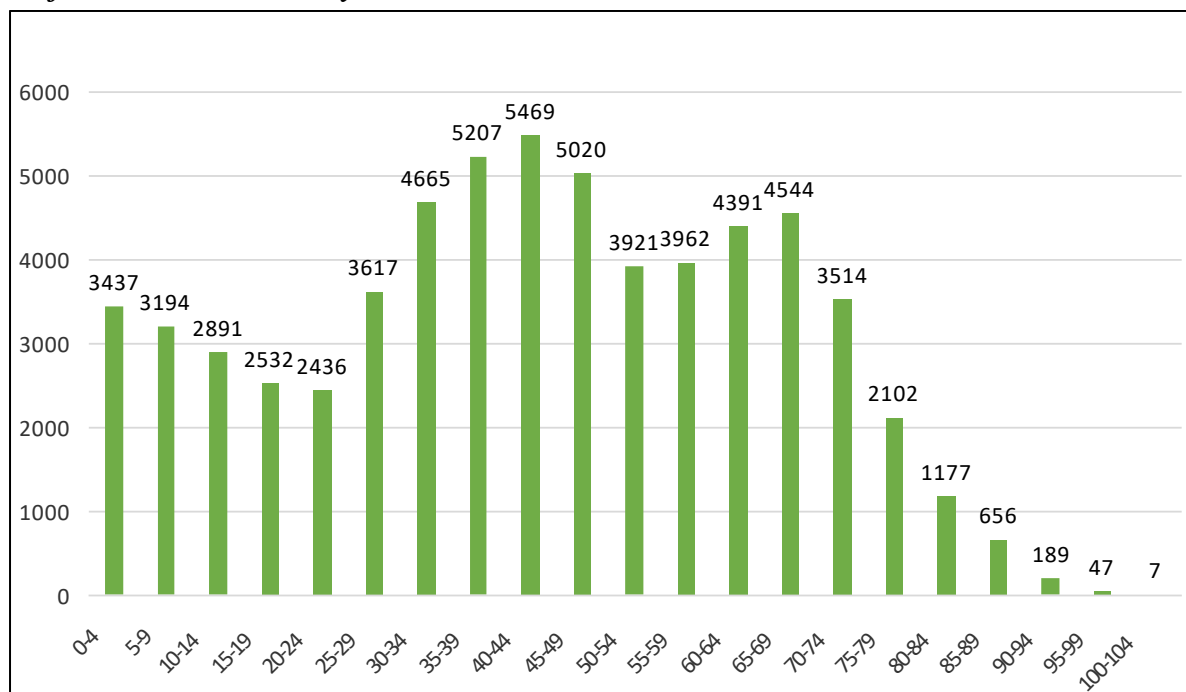
https://unece.org/DAM/pau/age/Active_Ageing_Index/AAI_leaflet.pdf

II. Demografický vývoj mesta Trnava

Medzi indikátory aktívneho starnutia radíme aj demografické ukazovatele ako napr. priemerný vek obyvateľstva, index starnutia, index ekonomickej závislosti starších ľudí, index ekonomickej záťaže a pod. , ktoré poukazujú na podmienky a predpoklady obyvateľstva pre napĺňanie ich kapacít aktívneho starnutia.

Počet obyvateľov mesta Trnava už dlhodobo zaznamenáva klesajúci trend. Podľa posledných komplexne spracovaných demografických údajov malo mesto Trnava k 31. 12. 2018 celkom 63 924 obyvateľov. Údaje za rok 2021 ukazujú, že tento počet aj naďalej klesá na súčasných 62 978 obyvateľov, pričom v roku 2011 mala Trnava ešte 65 316 občanov. To predstavuje celkový úbytok o viac ako 2 500 obyvateľov v priebehu 10 rokov. Tento stav je spôsobený najmä pretrvávajúcim trendom vyst'ahovania sa obyvateľstva z mesta, pričom počet novo prist'ahovaných obyvateľov je stále nižší, než je počet obyvateľ' s'ahujúcich sa z mesta Trnava. Zároveň, počet narodených prevyšuje počet zomrelých len veľmi mierne. Nasledujúci graf zobrazuje rozloženie obyvateľstva v jednotlivých vekových skupinách.

Graf 1 Vekové zloženie obyvateľstva mesta Trnava k 25. 09. 2021

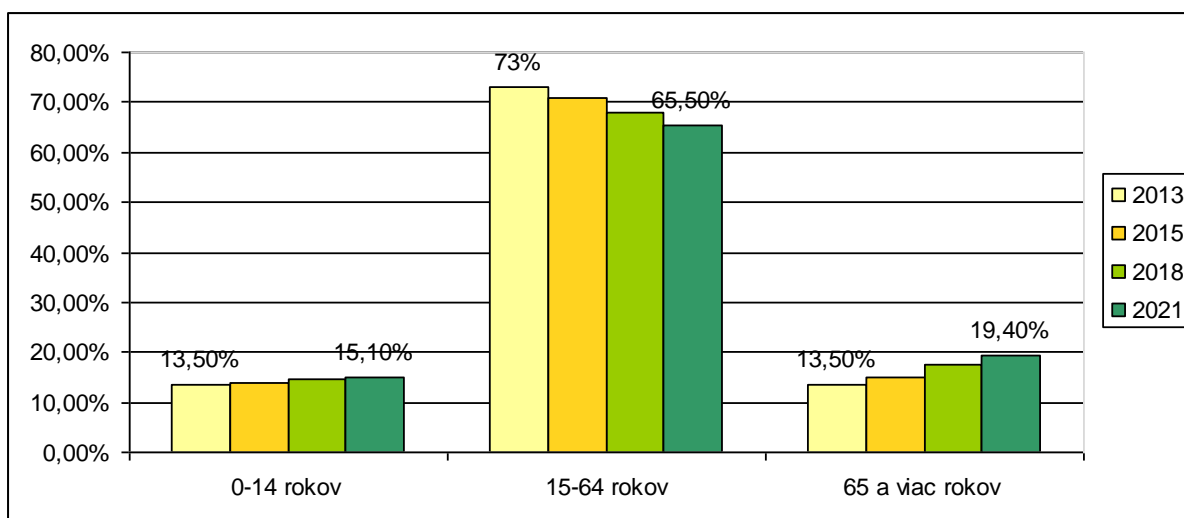


Zdroj: <https://egov.trnava.sk/Default.aspx?NavigationState=880:0>:

Aj mesto Trnava prechádza rovnakými demografickými zmenami, aké postihujú nielen Slovensko, ale aj ostatné krajiny Európy. Postupne sa predlžujúca dĺžka života spolu so zmenami v reprodukčnom správaní prinášajú nárast populácie staršej generácie, pričom významne rastie najmä podiel obyvateľov vo veku 80 a viac rokov. Tieto demografické zmeny spôsobujú aj zmeny v štruktúre obyvateľstva. Podiel produktívnej zložky obyvateľov mesta Trnava postupne klesá, zatiaľ čo podiel poproduktívnej populácie, teda seniorov vo veku 65 a viac rokov, narastá. Aktuálne táto populačná zložka v Trnave tvorí 19,4 % obyvateľstva, avšak podľa demografických prognóz možno očakávať jej nárast do roku 2040 až o ďalších takmer 8 % na úroveň 27,6 %¹. Nielen v meste Trnava, ale celý Trnavský kraj sa má postupne stať druhým najrýchlejšie starnúcim krajom na Slovensku.

Graf 2 Zmeny v štruktúre obyvateľstva mesta Trnava podľa produktivity

¹ Šprocha, B., Vaňo, B., Bleha, B. (2019). *Kraje a okresy Slovenska v demografickej perspektíve. Populačná prognóza do roku 2040*. Bratislava: INFOSTAT. Dostupné online na: <http://www.infostat.sk/vdc/pdf/Krajokrprog2040.pdf>



Zdroj: Štatistický úrad SR

Okrem toho, že narastá podiel poproduktívnej populácie, prichádza aj k celkovému zvyšovaniu sa priemerného veku, ktorý v roku 2020 dosiahol 42,65 roka. Pre mesto Trnava sa pritom predpokladá, že do roku 2035 priemerný vek stúpne až na 46,1 roka² a do roka 2040 dokonca až na 48 rokov³. Oproti roku 2020 tak priemerný vek obyvateľstva Trnavy stúpne o viac ako 15%, čím sa Trnava zaradí medzi mestá s najrýchlejšie sa zvyšujúcim priemerným vekom obyvateľstva.

Demografický ukazovateľ index starnutia predstavuje počet osôb vo veku 65 a viac rokov, ktorý pripadá na 100 detí vo veku 0-14 rokov. Mesto Trnava prekročilo hranicu indexu starnutia 100 % ešte v roku 2013. V roku 2020 predstavoval index starnutia 126, 58 % a do roku 2040 sa očakáva nárast tohto indexu v okrese Trnava na 239%. To znamená, že môžeme počítať so situáciou, kedy na 100 detí vo veku 0-14 rokov bude pripadať takmer 2,5 osoby staršej ako 65 rokov⁴.

Index (ekonomickej) závislosti starších osôb vyčísluje počet ľudí vo veku 65 a viac rokov, ktorí pripadajú na 100 ľudí v produktívnom veku v rozmedzí 15-64 rokov. Trnava aktuálne v indexe závislosti starších ľudí dosahuje úroveň 28,64 %, s prognostickým výhľadom do roku 2040 na jeho zvýšenie až na 49 %⁵. Za dve dekády teda možno očakávať, že na každých 100 ľudí v produktívnom veku bude pripadať až 49 osôb v seniorskom veku.

Významné informácie poskytuje aj index ekonomickeho zaťaženia, ktorý vyjadruje počet celkovej neproduktívnej zložky populácie, teda detí aj seniorov, na 100 osôb v produktívnom veku. Aktuálna úroveň zaťaženia produktívnej populácie 51,27 % by v Trnave mala narastať až do roku 2029, kedy by mala dosiahnuť hodnotu 74 % a následne by mala stagnovať, s miernym nárastom do roku 2040 na úroveň 77,5 %^{6,7}.

Prehľad vybraných demografických ukazovateľov poskytujeme v nasledujúcej tabuľke.

^{2,6} Šprocha, B., Bleha, B., Vaňo, B., Buček, J. (2017). *Perspektívy, riziká a výzvy demografického vývoja najväčších miest Slovenska*. Bratislava: Infostat.

^{3,4,5,6} Šprocha, B., Vaňo, B., Bleha, B. (2019). *Kraje a okresy Slovenska v demografickej perspektíve. Populačná prognóza do roku 2040*. Bratislava: INFOSTAT. Dostupné online na:

<http://www.infostat.sk/vdc/pdf/Krajokrprog2040.pdf>

Tabuľka 1: Vybrané demografické indikátory aktívneho starnutia v meste Trnava

Rok	Priemerný vek	Podiel poproduktívnej zložky v %	Index starnutia v %	Index závislosti starších osôb v %	Index ekonomickej záťaže v %
2015	41,37	15,02	107,78	21,14	40,76
2016	41,66	15,89	112,47	22,71	42,9
2017	41,88	16,65	115,22	24,17	45,14
2018	42,14	17,38	118,51	25,58	47,16
2019	42,37	18,2	122,54	27,19	49,37
2020	42,65	18,94	126,58	28,64	51,27
Prognóza na 2040	48,1	27,6	239	49	77,5

Zdroj: Štatistický úrad SR;⁸

Keďže aktívne starnutie nezačína odchodom do dôchodku, či dosiahnutím seniorského veku, ale má byť súčasťou životného cyklu, je potrebné vnímať spomínané indikátory, ich súčasnú ako aj predpokladanú úroveň ako určité pozadie, ktoré vytvára podmienky pre súčasné, ale aj budúce generácie už v súčasnosti. Nastavovanie politík smerujúcich k aktívnemu starnutiu by malo zohľadňovať aj tieto demografické trendy.

III.

Oblasti podpory aktívneho starnutia a ciele na dosiahnutie skvalitnenia života seniorov a starnúcej populácie v mesta Trnava

Národný program aktívneho starnutia sa opiera o domény indexu aktívneho starnutia, ktoré adaptoval do nasledujúcich domén / oblastí podpory aktívneho starnutia:

- O1: podpora aktívneho starnutia v rodinnej perspektíve,
- O2: podpora ľudských zdrojov v celoživotnom cykle,
- O3: zdravotná starostlivosť podporujúca aktívne starnutie,
- O4: podpora ekonomickej aktivity v perspektíve životného cyklu,
- O5: podpora spoločenskej participácie a začlenenia starších ľudí,
- O6: zabezpečenie príjmu vo vyššom veku,
- O7: podpora dôstojnosti a kvality života starších ľudí,
- O8: politiky aktívneho starnutia bližšie občanom a ich riadenie,
- O9: zvyšovanie povedomia, dáta a výskum.

Z jednotlivých oblastí podpory aktívneho starnutia a v nich formulovaných cieľov sme vybrali a adaptovali pre program aktívneho starnutia pre mesto Trnava tie, ktoré sú realizovateľné vzhľadom na možnosti a podmienky mesta Trnava.

1. Podpora aktívneho starnutia v rodinnej perspektíve

Ideálnym priestorom pre uplatňovanie vlastného potenciálu pre aktívne starnutie je prirodzené prostredie človeka. Preto je dôležité, aby spoločnosť vytvárala podmienky, v ktorých sa jedinec

⁸ rocha, B., Vaňo, B., Bleha, B. (2019). *Kraje a okresy Slovenska v demografickej perspektíve. Populačná prognóza do roku 2040*. Bratislava: INFOSTAT. Dostupné online na:

<http://www.infostat.sk/vdc/pdf/Krajokrprog2040.pdf>

Údaje sú prognózované pre okres Trnava, avšak predpokladáme len minimálny rozdiel oproti populácii mesta Trnava

môže čo najdlhšie v tomto prostredí udržať. Jednou z možností je podpora zapojenia sa starších občanov do starostlivosti o rodinu a jej podpora, a to nielen formou starostlivosti o vlastnú rodinu seniora a najmä o jej mladších členov, ale aj formou odborného poradenstva a odbornej pomoci v oblasti rodinné ho poradenstva a intervencie.

Predpokladom pre zotrvanie seniorov v ich prirodzenom prostredí je však predovšetkým vytvorenie siete fungujúcich a dostupných služieb, predovšetkým služieb neformálneho opatrovateľstva a terénnych služieb ako opatrovateľstva, tak aj ošetrovateľstva.

Ciele:

- 1.1 Podporovať tvorbu nových a posilňovanie existujúcich vzťahov založených na medzigeneračnej výmene.
- 1.2 Vytvárať podmienky na rozvoj medzigeneračnej solidarity.
- 1.3 Rozvíjať terénne služby tak, aby pružne reagovali na potreby obyvateľstva regiónu.

2. Podpora ľudských zdrojov

Nevyhnutnou podmienkou aktívneho starnutia je aj podpora ľudských zdrojov počas celoživotného cyklu a to najmä v oblasti zabezpečovania ďalšieho vzdelávania a zabezpečovania relevantných informácií pre seniorov. Rozvoj infraštruktúry ďalšieho vzdelávania je základom udržateľného vývoja spoločnosti.

Ciele:

- 2.1 Vytvárať a rozvíjať príležitosti ďalšieho vzdelávania občanov vo vyššom veku, ktoré budú reagovať na potreby seniorov a trendy súvisiace s aktívnym starnutím.
- 2.2 Informovať starších ľudí o možnostiach a podmienkach ďalšieho vzdelávania.
- 2.3 Realizovať programy vzdelávania starších ľudí v oblasti finančnej gramotnosti.

3. Zdravie a zdravotná starostlivosť podporujúca aktívne starnutie

Dostupnosť a kvalita zdravotnej starostlivosti nadobúdajú s pribúdajúcim vekom a všeobecne sa zhoršujúcim zdravotným stavom seniorov na význame. Práve dostupnosť zdravotnej starostlivosti, a to nielen finančná, ale najmä geografická dostupnosť, významnou mierou vplýva na zachovanie schopností a miery sebestačnosti osôb vo vyššom veku. Dôraz v oblasti poskytovanej zdravotnej starostlivosti by mal byť kladený na preventívne aktivity zamerané na aktívnu prípravu na neskoršie štádiá života, vrátane podpory zdravého životného štýlu tejto vekovej skupiny a podporu zachovania celkového zdravia po čo najdlhšiu možnú dobu.

Ciele:

- 3.1 Podporovať aktívne starnutie, zdravý životný štýl, prípravu na starnutie a celkové zdravie seniorov prostredníctvom edukačných aktivít.
- 3.2 Zvyšovať motiváciu seniorov k účasti na pravidelných preventívnych lekárskech prehliadkach.
- 3.3 Vytvárať podmienky pre aktívne zapájanie sa seniorov do športových podujatí a využívania miestnych športovísk.

4. Podpora ekonomickej aktivity seniorov

Podiel osôb vyššieho veku na trhu práce je na Slovensku pod celoeurópskym priemerom. Aj keď prišlo k zvýšeniu miery zamestnanosti osôb vo vekovej skupine osôb 55 až 59 ročných, vo vyšších vekových skupinách nárast zamestnanosti nie je postačujúci. Tento fakt je spôsobený nedostatočnou aplikáciou vekového manažmentu, ktorý ponúka viacero možností pre využitie potenciálu starších ľudí a ich udržania v platenom zamestnaní. Pre udržanie osôb vyššieho veku na trhu práce je však potrebné aj vytvorenie adekvátnych a flexibilných pracovných podmienok. Dôležitým predpokladom k udržaniu zamestnania je však aj zvýšenie celkovej úrovne digitálnej gramotnosti staršej generácie.

Udržanie plateného zamestnania vo vyššom veku je dôležité nielen z dôvodu zabezpečenia ekonomickej situácie seniorov a tým aj možnosti pokrytia zvyšujúcich sa nárokov na samostatné fungovanie. Účasť na pracovnom trhu poskytuje seniorom aj možnosť participácie, účasti na spoločenskom živote, podporuje medzigeneračnú výmenu a prispieva k udržaniu aktívneho spôsobu života.

Ciele:

- 4.1 Podporovať zamestnávateľov v regióne k aktívnemu uplatňovaniu nástrojov vekového manažmentu, najmä v organizáciách a firmách, ktoré sú v portfóliu mesta Trnava.
- 4.2 Zvyšovať digitálnu gramotnosť najmä osôb vo veku 50+ a osôb v seniorskom veku.

5. Podpora spoločenskej participácie a začlenenie starších ľudí

Súčasťou aktívneho starnutia je aj účasť starších ľudí na komunitnom živote spoločnosti a podpora medzigeneračnej komunitnej výmeny. Pre seniorov je dôležité mať možnosť realizovať sa nielen prostredníctvom pracovných, ale aj mimopracovných spoločensky prospešných aktivít. Práve tieto aktivity v seniorskom veku nadobúdajú na dôležitosť, keďže seniorom poskytujú príležitosť podieľať sa aj naďalej na živote spoločnosti. Vďaka zapojeniu sa do dobrovoľníckej činnosti tak získavajú možnosti pre sebarealizáciu a udržiavanie osobnej pohody. Dobrovoľníctvo podporuje produktivitu seniorov a zachovanie ich aktivity, čím pomáha predchádzať ich sociálnej izolácii. Medzi jednu z najvýznamnejších oblastí dobrovoľníctva osôb vo vyššom veku patrí starostlivosť o osoby odkázané na pomoc inej osoby, prípadne môžeme hovoriť o tzv. starostlivosti starších o najstarších. Je nesmierne dôležité, aby spoločnosť uznala prínos starších ľudí pre rozvoj spoločnosti aj v oblasti dobrovoľníckych činností.

Ciele:

- 5.1 Podporovať voľnočasové aktivity starších ľudí ako nástroja sebarealizácie a udržiavania ich sociálnych kontaktov.
- 5.2 Podporovať denné centrá a iné organizácie pri organizovaní umeleckých, vzdelávacích, rekreačných a športových aktivít pre seniorov.
- 5.3 Propagovať dobrovoľníctvo v spoločnosti (osobitne medzi staršími ľuďmi) ako súčasť konceptu aktívneho starnutia.
- 5.4 Zvýšiť zapojenie starších ľudí v dobrovoľníckych programoch a profesionalizovať manažment starších dobrovoľníkov.

6. Zabezpečenie a ochrana príjmu vo vyššom veku

Starobný dôchodok je pre drvivú väčšinu Slovenských seniorov jediným zdrojom ich príjmu, ktorý slúži na pokrytie všetkých ich nákladov a potrieb. Výška dôchodku je však stále u veľkej časti poberteľov dôchodkov nepostačujúca na zabezpečenie slušnej životnej úrovne, ktorá by podporovala zachovanie dôstojnosti a kvality života. Preto by mala byť ekonomická bezpečnosť starších ľudí založená na dlhodobej udržateľnosti verejných zdrojov pre adekvátne dôchodky. Rozvíjať by sa však mali aj iné druhy podpory a pomoci, ako formy ochrany starších ľudí pred chudobou a sociálnym vylúčením. Nedostatok finančných prostriedkov má nepopierateľný dopad aj na nemožnosť využiť a rozvíjať potenciál pre aktívne starnutie v plnej miere.

Ciele:

- 6.1 Zabezpečiť podporu dostupnosti verejných služieb pre starších občanov.
- 6.2 Vytvárať nové a podporovať existujúce sociálne a iné zľavy pre seniorov.
- 6.3 Podporovať sieťovanie miestnych organizácií za účelom vytvorenia záchytných sietí pre seniorov ohrozených chudobou a marginalizáciou.
- 6.4 Poskytovanie potravinovej a materiálnej pomoci ako nástroja na riešenie potravinovej a materiálnej deprivácie pre najodkázanejších seniorov.

7. podpora dôstojnosti, nezávislosti a kvality života starších ľudí

Nároky na zachovanie dôstojnosti, určitej miery nezávislosti a vysokej kvality života sa stávajú obzvlášť dôležitými počas posledných fáz životného cyklu. Prioritou teda musí byť vytvorenie takých podmienok, aby tieto nároky človeka mohli byť uspokojené vo všetkých prostrediach a situáciách, vrátane tých, ktoré si vyžadujú odkázanosť človeka na pomoc inej osoby.

V súlade s podporou zachovania dôstojnosti a kvality života je taktiež nevyhnutná podpora a ochrana práv seniorov. Aktivity v tejto oblasti by mali smerovať k rozpoznávaniu situácií, v ktorých dochádza k porušovaniu základných ľudských práv a dôstojnosti občanov vo vyššom veku, posilnené by mali byť preventívne aktivity s možnosťou využitia rovesníckeho zdieľania vlastných skúseností v seniorskej skupine.

Ciele:

- 7.1 Zabezpečiť povedomie a informovanosť o ľudských právach seniorov a spôsoboch ich porušovania a možnostiach účinnej ochrany.
- 7.2 Pokračovať v realizácii preventívnych projektov a mediálnych, komunikačných aktivít zameraných na bezpečnosť, ochranu zdravia a majetku seniorov.
- 7.3 Zapojenie starších ľudí ako lektorov preventívno-osvetových aktivít na zvyšovanie povedomia starších ľudí o kriminalite páchanej na tejto cieľovej skupine a o možnostiach účinnej ochrany proti aktuálnym ohrozeniam.

8. Politika aktívneho starnutia bližšia občanom

Súčasťou participácie na živote spoločnosti by mala byť aj účasť seniorov, seniorských organizácií a organizácií, ktoré sa venujú seniorom na tvorbe politik aktívneho starnutia a na komunitnom plánovaní služieb. Nevyhnutná je spolupráca jednotlivých organizácií pôsobiacich v tejto oblasti za účelom čo najširšieho pokrytia potrieb a záujmov dotknutej

skupiny obyvateľstva. Seniorské organizácie by sa mali podieľať nielen na tvorbe, ale aj na implementácii verejných politík.

Ciele:

- 8.1 Realizovať prieskum záujmu regionálnych seniorských organizácií a organizácií venujúcich sa seniorom za účelom vytvorenia databázy kontaktov a zastúpenia jednotlivých organizácií pri tvorbe verejných politík.
- 8.2 Zabezpečenie účasti seniorských organizácií a organizácií venujúcich sa seniorom na riadení verejných vecí na regionálnej úrovni a koordinácia ich zapájania sa.

9. Zvyšovanie povedomia spoločnosti

Problematika aktívneho starnutia by mala byť súčasťou života nielen starnúcej generácie, ale mala by byť prezentovaná aj v ostatných vekových skupinách spoločnosti tak, aby obyvateľstvo ako celok pochopilo jej význam a dôležitosť. Spoločnosť by mala byť pripravená na to, aby vnímala podporu starnúceho obyvateľstva nielen ako nevyhnutnú, ale ako žiaducu. Tvorba politiky aktívneho starnutia a prijímanie rozhodnutí v tejto oblasti by mali vychádzať z relevantných výskumných zistení. Preto je dôležitá aj podpora získavania údajov a vedenia štatistík.

Ciele:

- 9.1 Podporovať medzigeneračnú výmenu prostredníctvom zapájania viacerých vekových skupín do spoločných aktivít.
- 9.2 Posilniť skladbu vysielania regionálnych médií v oblasti aktívneho starnutia a životných podmienok staršej generácie.
- 9.3 Produkovat' dáta potrebné pre analýzy populačného starnutia v regióne.

IV.

Akčný plán na roky 2021 – 2030

1. Podpora aktívneho starnutia v rodinnej perspektíve

- 1.1 Viest' seniorov k aktívnemu zapájaniu sa do návrhov a realizácie úprav v ich prirodzenom prostredí za účelom vytvorenia prostredia priateľského vočpotrebám seniorov.
- 1.2 Využiť mediálny priestor mesta Trnava na zverejňovanie informácií o aktuálnych sociálnych službách, napr. v „Novinkách z radnice“.

2. Podpora ľudských zdrojov

- 2.1 V spolupráci s dennými centrami organizovať počítačové kurzy a jazykové kurzy pre seniorov.
- 2.2 Motivovať seniorov k účasti na ďalšom vzdelávaní s využitím spolupráce univerzít tretieho veku v regióne.
- 2.3 Realizovať prednášky zamerané na zvýšenie finančnej gramotnosti seniorov.

3. Zdravie a zdravotná starostlivosť podporujúca aktívne starnutie

- 3.1 Pripraviť vzdelávací cyklus „Zdravý životný štýl seniorov“ a jeho prostredníctvom podporovať seniorov k aktívnej prevencii zdravia a motivovať ich k účasti na pravidelných zdravotných prehliadkach.
- 3.2 Spropagovať využívanie existujúcich „Fit parkov“ pre pravidelné využívanie seniormi za účelom zachovania a zlepšenia kondície a fyzického zdravia seniorov, poskytovať zľavy pre seniorov a umožniť využívať vybrané športoviská a priestory v pôsobnosti mesta pre seniorov v čase, kedy nie sú využívané inými skupinami.
- 3.3 Pripraviť a zrealizovať edukačné aktivity pre generáciu 50+ zamerané na prípravu na starnutie
- 3.4 Každoročne organizovať „Pochod zdravia seniorov“ a športové hry pre všetkých seniorov mesta Trnava.

4. Podpora ekonomickej aktivity seniorov

- 4.1 Podporovať zamestnávateľov v regióne mesta Trnava k vytváraniu flexibilných a adekvátnych pracovných podmienok pre seniorov a k zamestnávaniu seniorov. Propagovať udržanie miery zamestnania populácie 50+.

5. Podpora spoločenskej participácie a začlenenie starších ľudí

- 5.1 Motivovať seniorov k aktívnej účasti na verejnom dianí a spoločenskej participácii prostredníctvom zapájania sa do projektov zameraných na rozvoj komunity a prospech obyvateľov Trnavy.
- 5.2 Pripravovať kultúrne, spoločenské, športové a iné aktivity mesta a mestských častí určené pre seniorov.
- 5.3 Aktualizovať zoznam zliav pre seniorov v kultúrnych a telovýchovných zariadeniach mesta Trnava a informovať o týchto zľavách prostredníctvom letáku.
- 5.4 Každoročne realizovať aktivity ako Fašiangová zábava, Veľtrh pre seniorov a podobné.
- 5.5 Podporovať zapájanie sa seniorov do dobrovoľníckej činnosti v rôznych oblastiach, propagovať dobrovoľníctvo prostredníctvom programov ako „Seniori seniorom“.

6. Zabezpečenie a ochrana príjmu vo vyššom veku

- 6.1 Vytvoriť záchrannú sieť tvorenú miestnymi organizáciami poskytujúcimi služby seniorom pre marginalizovaných seniorov.
- 6.2 Pripraviť databázu chudobou ohrozených seniorov za účelom poskytovania potravinovej a materiálnej pomoci pre najodkázanejších seniorov v spolupráci s organizáciami pôsobiacimi v meste.

7. Podpora dôstojnosti, nezávislosti a kvality života starších ľudí

- 7.1 Pravidelne organizovať prednášky zamerané na ochranu práv seniorov s dôrazom na spôsoby ich porušovania a ochranu pred nimi.
- 7.2 Zverejňovať právnu rubriku a právne poradenstvo v novinách a prípadne ďalších médiách mesta Trnava.
- 7.3 Zapojiť seniorov so skúsenosťami s porušovaním ich práv a s kriminalitou do preventívnych aktivít.

- 7.4 Každoročne sa zapojiť do projektu „Bezpečná jeseň života“ za účelom ochrany seniorov pred podvodníkmi, zlodejmi a kriminalitou.
- 7.5 Zvýšiť bezpečnosť účasti seniorov na cestnej premávke prostredníctvom kampane „Uvoľni miesto seniorom“ a prostredníctvom dopravnej osvedy seniorov.

8. Politika aktívneho starnutia bližšia občanom

- 8.1 Osloviť seniorské organizácie a organizácie venujúce sa seniorom pôsobiace v meste Trnava za účelom ich záujmu o participáciu pri tvorbe verejných politik a vytvorenie databázy potenciálnych záujemcov.

9. Zvyšovanie povedomia spoločnosti

- 9.1 Pripraviť aktivity umožňujúce stretávanie sa viacerých generácií obyvateľov.
- 9.2 Zaradiť do vysielania miestnej televízie témy z oblasti aktívneho starnutia a o životných podmienkach seniorov mesta Trnavy.
- 9.3 Pravidelne spracovávať dáta potrebné pre analýzu demografickej situácie v meste Trnava.