

STRATEGIJA

# Skupaj za lepšo starost

2023 — 2028



OBČINA **DOMŽALE**  
*prostori za razvojnih ljudi*

# Uvodnik

**mag. Renata Kosec, županja Občine Domžale**

Občani in občanke ste nam zaupali, da so Domžale občina, v kateri si želite preživeti svojo starost, na nas pa je, da vam prisluhnemo ter poskrbimo za kakovostno in prijetno bivanje, zagotovimo primerno podporo in vključenost v družabno življenje. Vse to si želimo doseči s pričujočo **Strategijo za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028**, s katero neposredno odgovarjamo na vaše potrebe in želje. S skupno vizijo, sodelovanjem in povezovanjem bomo v Domžalah ustvarili pogoje in prostor za lepšo starost.

V letošnjem letu je zaživel Svet za položaj starejših, katerega glavna naloga bo spremljanje doseganja ciljev nove strategije, skrbel pa bo tudi za ocenjevanje potreb starejših ljudi v občini. Z namenom zagotavljanja skrbi za starejše in najbolj ranljive skupine prebivalcev načrtujemo tudi vzpostavitev medgeneracijskega središča z brezplačno ponudbo storitev, kjer se bodo izvajali programi za zdravo in aktivno življenje vseh generacij.

Starejši ste pomemben del naše občine, saj na mlajše generacije prenašate svoje znanje in dragocene izkušnje. Z vsemi načrtovanimi aktivnostmi se bomo trudili, da boste radi ostajali tu tudi takrat, ko bodo leta že prinesla jesen.



# Kazalo

Uvodnik	1	Zagotavljanje kakovostne, dostopne in v uporabnika usmerjene zdravstvene in dolgotrajne oskrbe	30
Priprava Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028	4	Vpeljava podpornih tehnologij	35
Vizija in prednostni cilji Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028	9	Izboljšanje socialne varnosti starejših ljudi	37
Skupaj za lepšo starost 2023-2028	11	Oblikovanje okolja za aktivno staranje	39
Spoštovanje in vključenost v družbo	11	Prilagoditev bivalnega okolja	40
Preprečevanje diskriminacije na podlagi starosti	12	Prilagoditve v zunanjem okolju	43
Premagovanje osamljenosti in socialne izključenosti ter krepitev priložnosti medsebojnega druženja vseh generacij	14	Trg dela, izobraževanja in usposabljanja	45
Informiranje in komuniciranje	19	Krepitev trga dela in dejavnosti za aktivno delovanje starejših ljudi	46
Premagovanje digitalne ločnice	21	Podpora izvajalcem neformalne oskrbe	48
Spodbujanje prostovoljstva	22	Uresničevanje Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028	50
Krepitev družbene moči	25	Povzetek ukrepov po področjih	51
Samostojno, varno in zdravo življenje	27	Zahvala	55
Izboljšana mobilnost starejših	28		

# Priprava Strategije za starejše

»Skupaj za lepšo starost«  
2023–2028

Priprave Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028 smo se na Občini Domžale lotili v več korakih. Leta 2019 smo najprej naročili analizo potreb po skupnostnih oblikah dolgotrajne oskrbe v občini Domžale<sup>1</sup>, s katero smo želeli preveriti, kakšno je stanje na tem področju v naši občini in kako občani doživljajo kakovost bivanja in skrb za starejše občane v Domžalah. V pripravo analize je bila aktivno vključena najširša javnost.

Na začetnem posvetu (marec 2019) so ključni deležniki s področja dolgotrajne oskrbe interaktivno razpravljali o prvih rezultatih analize, ki so jih njeni pripravljavci predstavili v navezavi na aktualne

nacionalne in mednarodne trende na področju dolgotrajne oskrbe. Udeleženci so spregovorili o družbenem kontekstu občine Domžale, storitvah in razvitosti dolgotrajne oskrbe, delili so tudi svoje izkušnje in poglede na urejenost oskrbe v občini ter oblikovali predloge boljših rešitev.

Kako razširjene in dostopne so storitve, namenjene starejši populaciji v naši občini, in predvsem, česa si občani na tem področju želijo v prihodnje, smo preverjali z obsežnim vprašalnikom, naslovljenim na vsa gospodinjstva v Domžalah. Starejši ljudje in strokovnjaki s področja dolgotrajne oskrbe in staranja so imeli priložnost spregovoriti tudi v polstrukturiranih intervjujih<sup>2</sup>.

Rezultati analize so objavljeni v monografiji<sup>3</sup> *Dolgotrajna oskrba: potrebe in izzivi v Domžalah* (2021). Predstavljena analiza stanja nam je služila tudi kot podlaga za nastanek Strategije za starejše »Skupaj za lepšo

starost« 2023–2028. Dokument, ki je pred vami, prav zato ne vsebuje posebnega pregleda stanja, saj se opira na omenjeno raziskavo.



V letu 2021 smo se na izsledke analize odzvali z aktivnim pristopom k pripravi strategije<sup>4</sup>, v katero smo vključili širok nabor deležnikov – predstavnikov organizacij, ki delujejo na območju Domžal in

so pomembni akterji na področju staranja in dolgotrajne oskrbe. Najprej smo deležnike povabili k oceni zrelosti lokalnega okolja za integrirano oskrbo, v pomoč nam je bilo raziskovalno orodje Scirocco. Uporaba slednjega namreč omogoča, da prepoznamo prednosti in slabosti posameznega okolja (npr. države, regije, občine) na področju integrirane oskrbe; samoocenjevanje, ki je del orodja, pa pomaga razumeti razmere oziroma kontekst, kar omogoča lažje in učinkovitejše uvajanje integrirane oskrbe. Deležniki so torej najprej vsak zase izpolnili vprašalnik o zrelosti Domžal za integrirano oskrbo (samoocenje

<sup>1</sup> Izvedel jo je Inštitut RS za socialno varstvo v sodelovanju z vključenimi v program Študentski inovativni projekti za družbeno korist 2016–2020 za študijski leti 2018/19 in 2019/20 (ŠIPK).

<sup>2</sup> Izvajali so jih pripravljavci analize.

<sup>3</sup> Nagode, M., Črnak-Meglič, A., Ficko, K., Lebar, L., Pirec, S., in Rafaelič, A. (2021). *Dolgotrajna oskrba: potrebe in izzivi v Domžalah*. Inštitut RS za socialno varstvo.

<sup>4</sup> Stekel je projekt »Priprava strateških podlag in akcijskega načrta na področju starejših v občini Domžale«, ki ga je izvedel Inštitut RS za socialno varstvo.



<sup>5</sup> Orodje se nanaša na 12 področij, pomembnih za integrirano oskrbo, in vsebuje ocenjevalno lestvico (0–5, višja ocena pomeni boljšo pripravljenost okolja za integrirano oskrbo). Rezultati ocenjevanja so prikazani v obliki diagrama (tj. »pajkove mreže«) na str. 7. Več na: <https://www.sciroccoexchange.com/maturity-model>. Originalno orodje smo nekoliko prilagodili lokalnemu kontekstu.

vanje), nato pa v iskanju in oblikovanju skupnega stališča o tem razpravljali na konsenzualni delavnici, in sicer v oktobru 2021<sup>5</sup>.

Pri oblikovanju ciljev in ukrepov smo tako upoštevali ugotovitve in rezultate obeh projektov – predhodne analize in priprave strategije – ter jih decembra 2021 pisno usklajevali s predstavniki vseh ključnih organizacij s tuzadnega področja na območju Domžal. Pri pripravi strategije, katere cilj je izboljšati kakovost bivanja in skrbi za starejše občane v Domžalah, smo sledili sodobnim trendom na tem področju<sup>6</sup>, strukturirali pa smo jo po zgledu nacionalne Strategije dolgožive družbe<sup>7</sup>. V primerjavi s slednjo smo v naši občinski strategiji več pozornosti

namenili ciljem in ukrepom, ki jih lahko uravnavamo na lokalni ravni in niso v celoti odvisni od nacionalne ravni. Nekatera področja so temu primerno obsežnejše obravnavana, na drugih pa je zastavljenih manj ciljev in ukrepov.

V nadaljevanju predstavljamo cilje in ukrepe na naslednjih štirih glavnih področjih in podpodročjih. Za vsako področje smo najprej pojasnili, zakaj so spremembe potrebne, nato smo navedli zadane cilje, zatem pa predvidene spremembe in način njihove implementacije še opisali. Kjer je bilo možno, smo vključili tudi izjave vključenih v oba projekta, ki ponazarjajo zeleno stanje, tj. v človeka usmerjen rezultat.

<sup>6</sup> Več o sodobnih trendih v monografiji *Dolgotrajna oskrba: potrebe in izzivi v Domžalah*.

<sup>7</sup> Dostopna na: [https://www.umar.gov.si/fileadmin/user\\_upload/publikacije/kratke\\_analize/Strategija\\_dolgozive\\_druzbe/Strategija\\_dolgozive\\_druzbe.pdf](https://www.umar.gov.si/fileadmin/user_upload/publikacije/kratke_analize/Strategija_dolgozive_druzbe/Strategija_dolgozive_druzbe.pdf).

01

## SPOŠTOVANJE IN VKLJUČENOST V DRUŽBO



- > Preprečevanje diskriminacije na podlagi starosti
- > Premagovanje osamljenosti in socialne izključenosti ter krepitev priložnosti medsebojnega druženja vseh generacij
- > Informiranje in komuniciranje
- > Premagovanje digitalne ločnice
- > Spodbujanje prostovoljstva
- > Krepitev družbene moči

02

## SAMOSTOJNO, ZDRAVO IN VARNO ŽIVLJENJE



- > Izboljšanje mobilnosti starejših ljudi
- > Zagotavljanje kakovostne, dostopne in v uporabnika usmerjene zdravstvene in dolgotrajne oskrbe
- > Vpeljevanje podpornih tehnologij
- > Izboljšanje socialne varnosti starejših ljudi

03

## OBLIKOVANJE OKOLJA ZA AKTIVNO STARANJE



- > Prilagoditve bivalnega okolja
- > Prilagoditve v zunanjem okolju

04

## TRG DELA, IZOBRAŽEVANJA IN USPOSABLJANJA



- > Krepitev trga dela in dejavnosti za aktivno delovanje starejših ljudi
- > Podpora izvajalcem neformalne oskrbe



## Vizija in prednostni cilji Strategije za starejše

»Skupaj za lepšo starost«  
2023–2028

S skupno vizijo, sodelovanjem in povezovanjem bomo v Domžalah ustvarili pogoje in prostor za lepšo starost. Potrebe in želje posameznikov so seveda različne, vprašanje, kaj lepša starost sploh je, ima zato raznolike odgovore, ki pa kažejo v nekatere skupne smeri.

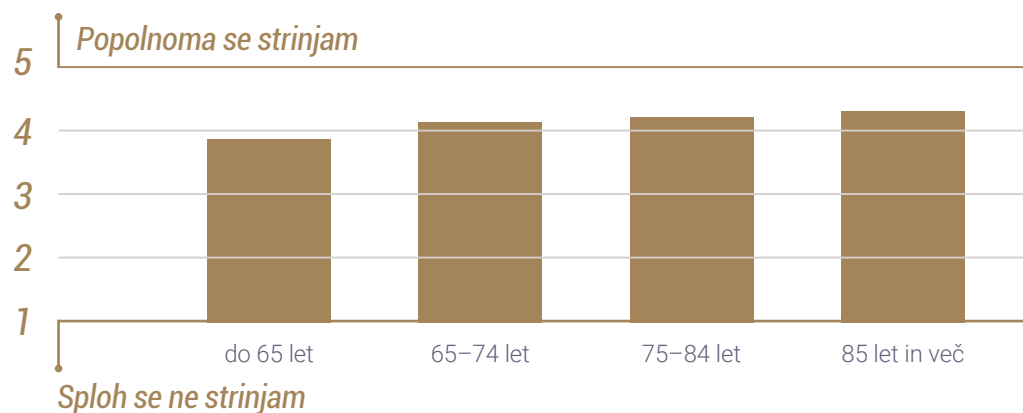
Za Domžale in njene občane se je kot pomembno oziroma prioriteto izkazalo naslednje:

- **povezovanje in sodelovanje,**
- **informiranje in poenostavitev,**
- **skupnostna oskrba in pomen domačega okolja.**

To so tudi ključna vodila Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028. Kot je pokazala že analiza, so Domžale občina, v kateri si občani želijo preživeti svojo starost. S sprejemom strategije želimo ustvariti še boljše pogoje življenja za vse generacije, posebej pa smo osredotočeni na zagotavljanje pogojev dostojnega preživljanja starosti, upoštevajoč

želje in potrebe starejših občanov. Eden izmed korakov na poti k lepši starosti naših občanov je vključitev v Slovensko mrežo starosti prijaznih mest in občin<sup>8</sup>, ki jo koordinira Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje. Za naziv »Starosti prijazna občina« se bomo v Domžalah potegovali v naslednjih letih.

### Domžale so občina, v kateri želim preživeti svojo starost



<sup>8</sup> Mreža je del globalne mreže starosti prijaznih mest in občin, ki deluje pod okriljem Svetovne zdravstvene organizacije z nazivom WHO Global Network of Age-friendly Cities and Communities.

»Skupaj za lepšo starost« 2023–2028

# Spoštovanje in vključenost v družbo



# Preprečevanje diskriminacije na podlagi starosti

## Zakaj potrebujemo spremenbe?

Različni dokumenti, konvencije in deklaracije na evropski in globalni ravni priznavajo starejšim ljudem posebno varstvo, poudarjajo njihovo vključevanje v skupnost in obsojajo vsakršno diskriminacijo na podlagi starosti. Zavzemajo se za zagotavljanje boljšega dostopa do storitev v skupnosti in poudarjajo nujnost spoštovanja dostojanstva ljudi z dolgotrajnimi stiskami. Podobno je tudi z dokumenti na nacionalni ravni. Tako si Strategija dolgožive družbe (2017) prizadeva za vključeno-st posameznika v družbo v vseh življenjskih obdobjih, ne glede na materialno stisko ali socialne in druge okoliščine. Prizadeva si za

preprečevanje nasilja in diskriminacije zaradi starosti in za ustvarjanje možnosti za pomoč tistim, ki doživljajo nasilje.

Starejši ljudje so pogosto diskriminirani, po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije imajo na primer slabši in manj kako-

**»Odnos in skrb za starejšega človeka je eden najboljčutljivejših indikatorjev etičnosti, humanosti družbe.«**

vosten dostop do zdravstvenega varstva, izključeni so iz raziskav in zbiranja podatkov ter posledično iz možnosti izražanja mnenj in stališč, so v slabšem položaju na delovnem mestu ter se težje zaposlijo, poleg tega se težje ali sploh ne vključujejo v prostočasne aktivnosti. Prav tako so pogosto žrtve nasilja, npr. psihičnih in čustvenih zlorab, fizičnega in



spolnega nasilja, ekonomskega izkoriščanja in zanemarjanja<sup>9</sup>.

V Svetovni zdravstveni organizaciji tudi navajajo, da je bil vsak tretji starejši človek v Evropi žrtev starizma oziroma stereotipov, predsodkov ali diskriminacije na podlagi starosti. Mnogo stereotipov, ki prispevajo k diskriminaciji na podlagi starosti, je povezanih z nezadostnim poznavanjem potreb starejših ljudi ali razume-

vanjem znakov njihovih bolezni. Tako lahko diskriminacija nastopi tudi, ko ljudi, ki imajo povsem različne potrebe, obravnavamo na enak način. Odprava tovrstne diskriminacije je v veliki meri povezana z naborom pristopov na področju socialnega dela, na katerem se v vse večji meri upošteva načelo osebnega načrtovanja, tj. prilagajanje storitev potrebam posameznega uporabnika.

<sup>9</sup> Vir: Global Report on Ageism. Geneva: World Health Organization; 2021.

## Cilj:

- Vzpostavitev jasnih korakov za odpravo diskriminacije na podlagi starosti in oblikovanje družbe, ki v ospredje postavlja varnost, spoštovanje in povezanost vseh ljudi.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Izvedena bo kampanja osveščanja za premagovanje starizma. Usmerjena bo v spodbujanje načela enakosti in potekala na način seznanjanja različnih družbenih skupin z elementi diskriminacije starejših in to z vidiki nasilja in preprečevanja nasilja nad starejšimi, s seznanjanjem z zakonodajnimi določili ter z načini prepoznavanja in ukrepanja proti starizmu.

## Premagovanje osamljenosti in socialne izključenosti ter krepitev priložnosti medsebojnega druženja vseh generacij

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Skrb za premagovanje osamljenosti je v svetu vse bolj prepoznana kot nujna. V poročilu Svetovne zdravstvene organizacije je zapisano, da tveganje osamljenosti med starostjo na individualni ravni povečujejo težavni in neizpolnjujoči odnosi, življenjski prehodi (npr. upokojitev), pomembni življenjski dogodki (npr.



žalovanje, smrt svojca), večjemu tveganju so vedno izpostavljeni tudi predstavniki etničnih manjšin, pripadniki LGBTQ+ skupnosti, priseljenci, osebe z ovirami, osebe z dolgotrajnimi zdravstvenimi težavami in osebe v institucionalnem varstvu. Na ravni skupnosti k temu statistično pripomorejo tudi slaba finančna situacija, nižja izobrazba, nerazpoložljivost prevoza, manko dostopa do in znanja o rabi informacijsko-komunikacijskih tehnologij (IKT), oddaljenost in drugo. V zadnjem

**»Jaz tudi rada kam grem –vedno, ko so kakšni koncerti, tudi v kino gremo in na predstavo ali pa na kakšen izlet. Jaz grem vedno zraven. Prej nisem šla, zdaj pa rada grem.«**

času je k osamljenosti prispevala tudi epidemija covid-19, torej različni ukrepi, s katerimi je bilo preprečeno oziroma odtegnjeno imeti stike s svojci in prijatelji.

Znanstvene raziskave potrjujejo, da družbena izoliranost in osamljenost predstavljata povečano tveganje za zdravstvene težave, kot so kardiovaskularne bolezni in kap, pa tudi povečano tveganje za težave v duševnem zdravju, npr. kognitivni upad, demenco, depresijo, anksioznost in samomorilno vedênje.

O soočanju z osamljenostjo v Domžalah so v raziskavi poročali zlasti najstarejši anketiranci in jo med izzivi, s katerimi se soočajo, pravzaprav enačili s slabo finančno situacijo. Podatki kažejo, da starejši ljudje z leti vse teže vzdržujejo stike z drugimi oziroma so ti čedalje bolj omejeni. Običajno starejši ljudje ohranjajo obstoječe stike (predvsem v družinskem krogu), občasno sklenejo tudi nove (npr. v institucionalnem varstvu), o teh so v raziskavi, opravljeni v Domžalah, povedali, da ne sodijo med pri-

stne prijateljske stike, pač pa običajno med bolj površinske. Dodali so, da stike s prijatelji ohranjajo z obiski, ki pa jih je z leti vse manj, saj so velikokrat odvisni od možnosti prevoza.

Trdni in močni odnosi učinkujejo kot preventiva pred osamljenostjo in izoliranostjo, ki se je starejši ljudje v Domžalah najbolj bojijo, kljub temu da so v občini na voljo številne družabne, rekreacijske in kulturne dejavnosti. Podatki kažejo, da so občani Domžal v splošnem zadovoljni z družabnim življenjem v občini. Pravijo, da imajo dovolj informacij o kulturnih, športnih in drugih dogodkih v občini, in da je na izbiro dovolj dogodkov in aktivnosti, ki spodbujajo zdrav življenjski slog, zadovoljni so z raznovrstno ponudbo dogodkov tudi za starejšo populacijo.

## Cilja:

- Okrepljena medgeneracijska povezanost in široka paleta različnih oblik preživljanja prostega časa.
- Nižja stopnja socialne izključenosti in osamljenosti pri starejših ljudeh.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Vzpostavili bomo medgeneracijsko središče z brezplačno ponudbo storitev, kjer se bodo izvajali programi za zdravo in aktivno življenje vseh generacij, s poudarkom na skrbi za starejše ljudi in najbolj ranljive skupine prebivalcev. V okviru središča bomo spodbujali aktivnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja, kot so izvedbe delavnic, predavanj, izobraževanj in druženj. S tem želimo odgovoriti na spremembe v sodobnih družinskih strukturah, graditi solidarnost in medsebojno podporo med generacijami, krepiti skupnost, zagotoviti premagovanje negativnih stereotipov, s katerimi se sooča vsaka od generacij, in predvsem vključiti ranljive skupine, ki bodo povabljene k sodelovanju in sooblikovanju programa.

V Domžalah želimo ohraniti pestrost in živahnost družabnega življenja, ki je eden vidnejših pozitivnih vidikov bivanja v občini. Poleg vzpostavitve medgeneracijskega središča bomo še z nekaterimi drugimi ukrepi podprli vključevanje starejših, ti so:

- Spodbujali bomo aktivnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja, kot so izvedbe delavnic, predavanj, izobraževanj in druženj.
- Krepili in finančno podprli bomo izvajanje programov za starejše ljudi v knjižnici in razširili možnosti dostave izposojenih knjig na dom.
- Krepili in finančno podprli bomo programe za starejše v kulturnih, športnih in ustvarjalnih dejavnostih.

Starejše bomo proaktivno vključevali v dogajanje kot na primer načrtovalce in organizatorje kulturnih in družabnih aktivnosti, da bi preprečili njihovo izoliranost in osamljenost. Prav tako je pomembno ustvarjati razmere, ki bodo udeležbo na dogodkih omogočale tudi tistim, ki se težje gibljejo ali se spopadajo z demenco, in drugim, ki so jim dogodki zaradi različnih vzrokov težje dostopni.

- Vzpostavili bomo programe za premagovanje osamljenosti in socialne izključenosti starejših ljudi; krepili bomo programe družabništva, v katere bomo povabili tudi tiste, ki se težje vključujejo ali se ne morejo vključevati v aktivnosti izven doma.

## Informiranje in komuniciranje

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Vedeti, na koga se je treba obrniti po pomoč, je prvi korak k razrešitvi problema. Starejši ljudje se pogosto soočajo s pomanjkanjem dostopa do informacij oziroma ne vedo, kje te ustrezno pridobiti. Posledično ne prejmejo pomoči oziroma prejemkov ali storitev, do katerih so upravičeni (npr. storitve pomoči družini na domu), ali pa te prejmejo prepozno. Ugotavljamo, da v Domžalah starejši prejmejo dovolj informacij o kulturnih, športnih in drugih pristočasnih dejavnostih v občini, relativno dobro so informirani tudi stanovalci domov za starejše občane, izzivi pa se pojavljajo predvsem pri informiranju ob od-

pustu iz bolnišnice. »Če se sam ne pozanimaš, informacije včasih do tebe sploh ne pridejo,« je povedal eden izmed občanov. Ob primernem osveščanju, informiranju in spodbujanju ljudi k vključevanju v storitve in aktivnosti v občini in ob povečanju rabe novih, individualnih in inovativnih rešitev bo porasla vključenost v programe in storitve, ki lahko prispevajo h kakovostnejšemu ter bolj neodvisnemu življenju v domačem okolju.

**»Da lahko ljudje pridejo take stvari vprašat. Da so informacije podane za vse, ki so pripravljani priti.«**

## Cilj:

- Izboljšanje informiranosti starejših ljudi in dostopa do informacij.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Oblikovali bomo informacijsko točko (svetovalnico) za starejše, torej prostor, kjer bodo na enem mestu na voljo celovite informacije o stvrtvah in aktivnostih v občini. Svetovalnica bo med drugim nudila pomoč pri izpolnjevanju obrazcev, tam bodo na voljo informacije o zagotavljanju mreže javne službe za pomoč družini na domu, informacije o zagotavljanju primarnega zdravstvenega varstva, nudila bo informacije o pravici do družinskega pomočnika, informacije za osebe z demenco in njihove svojce, informacije o pomoči nevladnih organizacij, o odpravljanju ovir, s katerimi se soočajo starejše osebe v stanovanjskih zgradbah, o možnostih sobivanja starejših, o lokalnih dogodkih, računalniških tečajih, delavnicah, aktivnostih medgeneracijskega centra, svetovanje pa bo na voljo tudi po telefonu. Poleg tega bomo poskrbeli, da bodo informacije podane na ustrezen način (npr. da bo besedilo dovolj poudarjeno in ustrezne velikosti) in v dostopnih medijih (npr. v posebnih rubrikah Slamnika, lokalnega glasila).

## Premagovanje digitalne ločnice

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Pomemben korak k večji informiranosti predstavlja razvoj sodobnih informacijsko-komunikacijskih tehnologij (IKT), ki pa z uporabniškega vidika starejšim ljudem še vedno predstavljajo precejšen izziv. Pomembno je, da imajo vsi posamezniki, ne glede na starost, izobrazbo ali status, priložnost in znanje za uporabo IKT ter dostop do spleta. V Sloveniji internet še vedno uporablja le slaba polovica starih med 65 in 74 let (SURSA, 2020). V občini Domžale to poskušamo premostiti na več načinov: razvito imamo mrežo brezplačnega internetnega omrežja, podpira-

mo tudi organizacijo številnih izobraževanj v izvedbi Knjižnice Domžale, ki svojim članom nudi brezplačne računalniške tečaje za začetnike.

**»Imam telefon, pokličem. Na internetu se ne znajdem, stara sem že. Raje uporabljam telefon.«**



## Cilj:

- Izboljšanje informacijske pismenosti starejših ljudi.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Zavedamo se, da bomo le z odpravo vrzeli v digitalni pismenosti in s krepitvijo e-veščin lahko zagotovili, da bodo vsem državljanom v celoti dostopne storitve, ki jih digitalna družba omogoča. V ta namen bomo podprli izvajalce (npr. Knjižnico Domžale, medgeneracijsko središče), da organizirajo brezplačne tečaje za starejše občane, kar bo prispevalo k večji pismenosti pri uporabi IKT.

## Spodbujanje prostovoljstva

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Med anketiranci iz občine Domžale se dobra četrtina vključuje v prostovoljske dejavnosti; dobra desetina se z njimi ukvarja dokaj pogosto, in sicer enkrat ali večkrat na mesec. Če razlikuje-

mo po starostnih obdobjih, je delež prostovoljcev med starejšimi občani (65 let in več) v primerjavi z mlajšimi nekoliko nižji.

Domala polovica prostovoljcev deluje v športnih in kulturnih društvih, skoraj petina pa je aktivnih

v društvih upokojencev in medgeneracijskih društvih. Prostovoljno delo na individualni ravni krepi vključenost v družbo; prostovoljec pridobiva socialne veščine, izkušnje in občutek zadovoljstva, širi svojo socialno mrežo in prispeva k preprečevanju osamljenosti in izražanju posameznikove ustvarjalnosti.

Prostovoljstvo ima predvsem zelo velik družbeni pomen, saj prostovoljec s svojim prispevkom dviga kakovost življenja soljudi, prispeva k bolj socialni družbi in brani interese posameznikov in družbenih skupin, ki so družbeno izolirane.

V Domžalah pomen dela prostovoljcev prepoznavamo in ga cenimo. Za spodbujanje prostovoljstva prek javnih razpisov in z zagotavljanjem finančnih

sredstev za delo mentorjev prostovoljcev v javnih zavodih oziroma organizacijah s prostovoljskim programom ter za aktivno sodelovanje pri večjih nacionalnih prostovoljskih akcijah in za odziv na epidemijo covid-19 smo skupaj s 35 drugimi občinami v letu 2021 prejeli tudi naziv »Prostovoljstvu prijazna občina«. To pomeni, da gre razvoj tega področja v pravo smer, priznanje pa nam je tudi v spodbudo, da z delom s prostovoljci nadaljujemo še naprej.

**»V društvu smo kar dobra ekipa, delamo, smo prostovoljci, se med sabo razumemo, se obiskujemo.«**



## Cilj:

- Krepiti prostovoljstvo v občini.

## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

V občini bomo še naprej spodbujali dejavnosti prostovoljcev in vključevanje občanov, še posebej starejših ljudi. Organizacijam bomo zagotovili ustrezne pogoje za delovanje, da bodo lahko kontinuirano usposabljele in izobraževale prostovoljce, jim nudile mentorsko vodenje, podporo in povračilo stroškov ter jim omogočile zavarovanje. Kot podporo prostovoljcem bomo vzpostavili sistem za spodbujanje prostovoljstva (po zgledu sistema kreditnih točk<sup>10</sup>, časovne banke ipd.).

<sup>10</sup> Več o sistemu kreditnih točk, kot so ga vzpostavili v Koroškem medgeneracijskem centru (KMC) v Ravnah na Koroškem, najdete na naslednji povezavi: <https://ravne.si/objava/286008?msclkid=d68571eab0f411ec8db12cf968714925>.

## Krepitev družbene moči

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Družbeno moč obravnavamo kot potencial posameznika ali določene družbene skupine, da vpliva na dogajanje v družbi in pri tem

upoštevata svojo korist, da torej uveljavi svoje interese in uresniči svoje cilje kljub morebitnemu nasprotovanju drugih. Osredotočamo se predvsem na politično in civilno udejstvovanje starejših ljudi, se pravi na razvoj priložnosti za soodločanje ter oblikovanje pobud in predlogov za izboljšanje kakovosti njihovega življenja.



## Cilj:

- Okrepljena družbena moč starejših.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Na Občini Domžale smo v začetku leta 2023 vzpostavili Svet za položaj starejših, ki ga sestavljajo predstavniki lokalnih upokojenskih društev in dveh domov za starejše, predstavnik Centra za socialno delo Domžale in predstavnik Zdravstvenega doma Domžale. Ena izmed ključnih nalog Sveta bo oblikovanje protokola za spremljanje in vrednotenje doseganja zastavljenih ciljev in ukrepov Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028. Vrednotenje implementacije strategije se bo izvajalo vsaj enkrat letno. Osnova za delo Sveta bo izvedbeni načrt. Svet bo med drugim spremljal programe, ki se izvajajo v lokalnem okolju, med njegovimi pomembnejšimi aktivnostmi pa bo ocenjevanje potreb starejših ljudi v občini. Zagotovil bo ustrezne metode za prepoznavanje ljudi v stiski ter odgovore na njihove stiske in to v najkrajšem možnem času. Svet bo torej pomembno prispeval k prenosu informacij s terena do ustreznih organizacij ter skrbel za njihov usklajen odgovor. Občina bo tudi v druge občinske odbore, telesa in organe vključila predstavnike starejših.

»Skupaj za lepšo starost« 2023–2028

# Samostojno, varno in zdravo življenje





## Izboljšana mobilnost starejših

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Pri vključevanju starejših ljudi v različne aktivnosti oziroma za njihovo integracijo v skupnost ter za ohranjanje socialnih stikov nasploh so prevozi izjemnega pomena. Starejši ljudje pogosto ne morejo obiskati prijateljev ali družine, ker nimajo avtomobila, ne vozijo ali ker težko dostopajo do javnega prevoza. Organizirani prevozi, ki niso namenjeni le

opravkom, temveč tudi ohranjanju socialne vključenosti, lahko omilijo situacije, v katerih se starejši ljudje počutijo osamljeni in družbeno izolirani.

V občini trenutno obratuje 21 medkrajevnih javnih linijskih prevozov, od katerih jih 16 vključuje izstop v Ljubljani. Dostop do javnega medkrajevnega linijskega prevoza je omogočen v krajevnih skupnostih Dragomelj, Homec, Radomlje, Domžale, Ihan, Jarše, Dob in Preserje, medtem ko mestni javni linijski prevoz ni organiziran. V anketi so prebivalci občine v precejšnjem deležu ocenili, da javni prevoz v občini ni ustrezno urejen, prav tako niso ustrezno



zno urejene možnosti parkiranja. Pod anketnim vprašanjem o zadovoljstvu z urejenostjo posameznih vidikov življenja<sup>11</sup> v Domžalah so anketiranci, stari 65 let ali več, zadovoljstvo s posebnimi prevozi za starejše in druge osebe ocenili s povprečno oceno 2,7, dostop do vseh predelov z javnim prevozom s povprečno oceno 3,0 in dostop do vseh storitev z jav-

nim prevozom s povprečno oceno 3,4, kar kaže, da so izboljšave na področju zagotavljanja prevozov v občini potrebne. Na te pozitive odgovarjamo z vzpostavitvijo in krepitvijo brezplačnih prevozov starejših, in sicer v okviru projekta »Starejši smo skupaj močnejši«. Prizadevali si bomo, da se bodo storitve na tem področju še razširile.

### Cilj:

- Okrepljena mobilnost starejših ljudi.



### Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Za izboljšanje mobilnosti starejših bomo:

- krepili obseg že vzpostavljenega brezplačnega prevoza starejših,
- v mestu zagotovili dodatna parkirišča in vzpostavili posebna parkirna mesta v bližini vhodov v zgradbe, namenjena le starejšim.

<sup>11</sup> Na lestvici od 1 = sploh nisem zadovoljen do 5 = zelo zadovoljen.

# Zagotavljanje kakovostne, dostopne in v uporabnika usmerjene zdravstvene in dolgotrajne oskrbe



## Zakaj potrebujemo spremembe?

V Občini Domžale se zavezuje mo k spodbujanju deinstitutionalizacije; osebe, ki se soočajo z izgubo samostojnosti, želimo v karseda največji meri podpreti na način, da lahko svojo starost varno preživijo doma, v domačem okolju. To je mogoče izvesti le z dobro usklajeno kombinacijo formalne in neformalne oskrbe, ki mora izhajati iz potreb starejših ljudi, prav tako verjamemo, da moramo razvijati nove storitve in

preventivne programe, da spodbudimo zdravo življenje in upočasnimo ali preprečimo nastanek obsežnejših potreb. Pri izvajanju storitev moramo izhajati iz potreb človeka, ki potrebuje pomoč, način izvajanja slednje pa mora povezati deležnike in biti dobro usklajen. V občini storitve izvaja veliko število akterjev, velik izziv pa predstavlja njihova premajhna povezanost in koordinacija. Med izvajalci, nevladnimi organizacijami in vsemi vključenimi v skrb za starejše občane ni ključne organi-

zacije, ki bi delovala kot koordinator oziroma povezovalno telo.

Podatki Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) kažejo, da je zdravstvena slika v primerjavi z ostalimi občinami v Domžalah dokaj ugodna. Med 35 kazalniki, ki jih NIJZ redno spremlja, se je občina pri 15 kazalnikih izkazala za značilno boljšo, kot to velja za celotno državo. Izmed 35 kazalnikov je v primerjavi s slovenskim povprečjem občina slabša zgolj pri kazalnikih hospitalizacij zaradi prometnih nezgod, pri obolelosti za rakom in pri zlomu kolkov.

Občina Domžale ima kljub čakalnim vrstam za domove za starejše, na katere so opozorili tudi občani, dostopnejšo institucionalno oskrbo v primerjavi z večino ostalih slovenskih občin. Tudi kapacitete za izvajanje dnevnega varstva starejših, razen tistega za osebe z demenco, zadoščajo po-

trebam, a dostopnost do teh storitev omejujejo možnosti prevoza uporabnikov v dnevno varstvo, ki je izključno skrb svojcev. Po drugi strani je v pomoč družini na domu vključenih le 0,7 % ljudi, starejših od 65 let, kar je bistveno manj kot je povprečje na državni ravni (1,7 %), nižji od povprečja je tudi delež subvencioniranja storitve, ki omogoča lažjo dostopnost tudi tistim občanom, ki imajo nižje dohodke, a niso upravičeni do brezplačnega prejemanja teh storitev. V občini tudi ni socialnega servisa, ki bi dopolnjeval storitve pomoči družini na domu. Domžalčani izražajo največ potreb po oskrbi na domu, družabništvu in pomoči v gospodinjstvu.

S krepitvijo oskrbe na domu bi lahko močno pripomogli k podaljšavanju bivanju doma in zakasnitvi selitve v institucionalno varstvo. Večjo samostojnost pa občanom lahko zagotavlja tudi preventivna

**S krepitvijo oskrbe na domu bi lahko močno pripomogli k podaljšanemu bivanju doma in zakasnitvi selitve v institucionalno varstvo.**

socialna in zdravstvena dejavnost ter vzpostavitev novih storitev v skupnosti (npr. storitve fizioterapije in delovne terapije na domu). Podatki Svetovne zdravstvene organizacije kažejo, da so aktivnosti na področju preventive in promocije zdravja dolgoročno stroškovno učinkovite, predvsem pa pomembno upočasnijo upad samostojnosti starejše osebe.



**Cilji:**

- Boljša koordinacija vseh organizacij, ki nudijo pomoč starejšim ljudem.
- Povečane možnosti posebnih/občasnih oblik varstva za starejše ljudi.
- Večje zmogljivosti in večja dostopnost storitev pomoči družini na domu.
- Izboljšana skrb za ohranjanje fizičnega in duševnega zdravja starejših.



**Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?**

Za izboljšanje koordinacije vseh organizacij, ki nudijo pomoč starejšim, bomo:

- vzpostavili službo za povezovanje društev in organizacij, ki v občini delujejo na področju skrbi za starejše.

Za povečanje možnosti za posebne ali občasne oblike varstva starejših ljudi bomo:

- vzpostavili mobilne dnevne centre aktivnosti za starejše,
- zagotovili možnosti dnevnega varstva tudi za osebe z demenco,
- omogočili nadomestno institucionalno oskrbo za krajši čas (zagotovitev formalne oskrbe z namenom razbremenitve izvajalca neformalne oskrbe),

- izdelali kriterije za začasne namestitve oseb, zagotovili mesta zanje in oblikovali tim za krizne namestitve,
- zagotovili dodatna mesta za starejše osebe z Alzheimerjevo boleznijo ali demenco v institucionalnem varstvu ter zagotovili dodatne zaposlitve in dodatna izobraževanja za zaposlene.

Za izboljšanje zmogljivosti in dostopnosti pomoči družini na domu bomo:

- vključili večje število uporabnikov, povečali obseg storitve in povečali subvencioniranje storitve pomoči družini na domu,
- spodbudili bomo nudenje storitev socialnih servisov (pomoč v hiši in pri delu okrog hiše) z namenom zaposlitve vrzeli v oskrbi na domu;
- podprli bomo vključevanje prostovoljcev kot pomočnikov starejšim občanom; v luči krepitev oskrbe v skupnosti in cilja dolgotrajnejšega bivanja doma bomo spodbujali zagotavljanje brezplačne pomoči v hiši in pri delu okrog hiše na podlagi prostovoljne dejavnosti.

Za izboljšanje skrbi za ohranjanje fizičnega in duševnega zdravja starejših bomo:

- zagotovili podporo nevladnim organizacijam, ki ponujajo programe za ohranjanje zdravja in duševnega zdravja starejših,
- spodbudili razvoj dejavnosti za ohranjanje in izboljšanje zdravja, spodbujali preventivno zdravstveno varstvo odraslih na področju bolezni srca in ožilja, sladkorne bolezni, astme in drugih kroničnih bolezni ter demence,
- vzpostavili dejavnost fizioterapije in delovne terapije na domu.

## Vpeljava podpornih tehnologij

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Na trgu se razvijajo številne tehnološke inovacije za bolj kakovostno življenje v domačem okolju. Vse pomembnejše so podpirne tehnologije, ki vključujejo storitve e-oskrbe in e-zdravja in omogočajo izvajanje storitev zdravstvene in socialne oskrbe na daljavo, na domovih uporabnikov. Sodobni podporni sistemi e-oskrbe se nanašajo na vrsto pametnih tehnologij, ki so povezane s 24 ur dostopnimi storitvami. Te vključujejo osebne alarme, okoljske senzorje (npr. za puščanje plina, dima), naprave, povezane z mobilnostjo (npr. detektor padca, senzorji gibanja), in GPS sistem za določanje položaja oziroma za spremljanje gibanja. Lahko

so povezane z asistenčnim centrom, ki zagotavlja odziv na morebitne alarme 24 ur dnevno, ali z mobilnim telefonom izvajalca (ne)formalne oskrbe. E-zdravje se nanaša na izmenjavo fizioloških podatkov med bolnikom doma in zdravstvenim osebjem na daljavo za lažje diagnosticiranje in spremljanje bolezni. Obstoječe raziskave ugotavljajo, da lahko podpirne tehnologije pri starejših ljudeh povečajo občutek varnosti in samostojnosti ter okrepijo zavedanje o stanju in znakih bolezni, da spodbuja-

**Obstoječe raziskave ugotavljajo, da lahko podpirne tehnologije pri starejših ljudeh povečajo občutek varnosti in samostojnosti ter okrepijo zavedanje o stanju in znakih bolezni.**

jo samostojnost ter socialno interakcijo in zmanjšajo družbeno izolacijo starejših ljudi, prav tako pa lahko na različne načine prispevajo h kakovosti njihovega življenja. Pozitivni učinki uporabe podpornih tehnologij

se kažejo tudi med neformalnimi oskrbovalci, saj lahko zmanjšajo breme, stres in tesnobo izvajalcev neformalne oskrbe starejših ter hkrati povečajo njihovo dobro počutje in pomirjenost.

## Cilj:

- Vzpostavitev in sofinanciranje storitev e-oskrbe.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

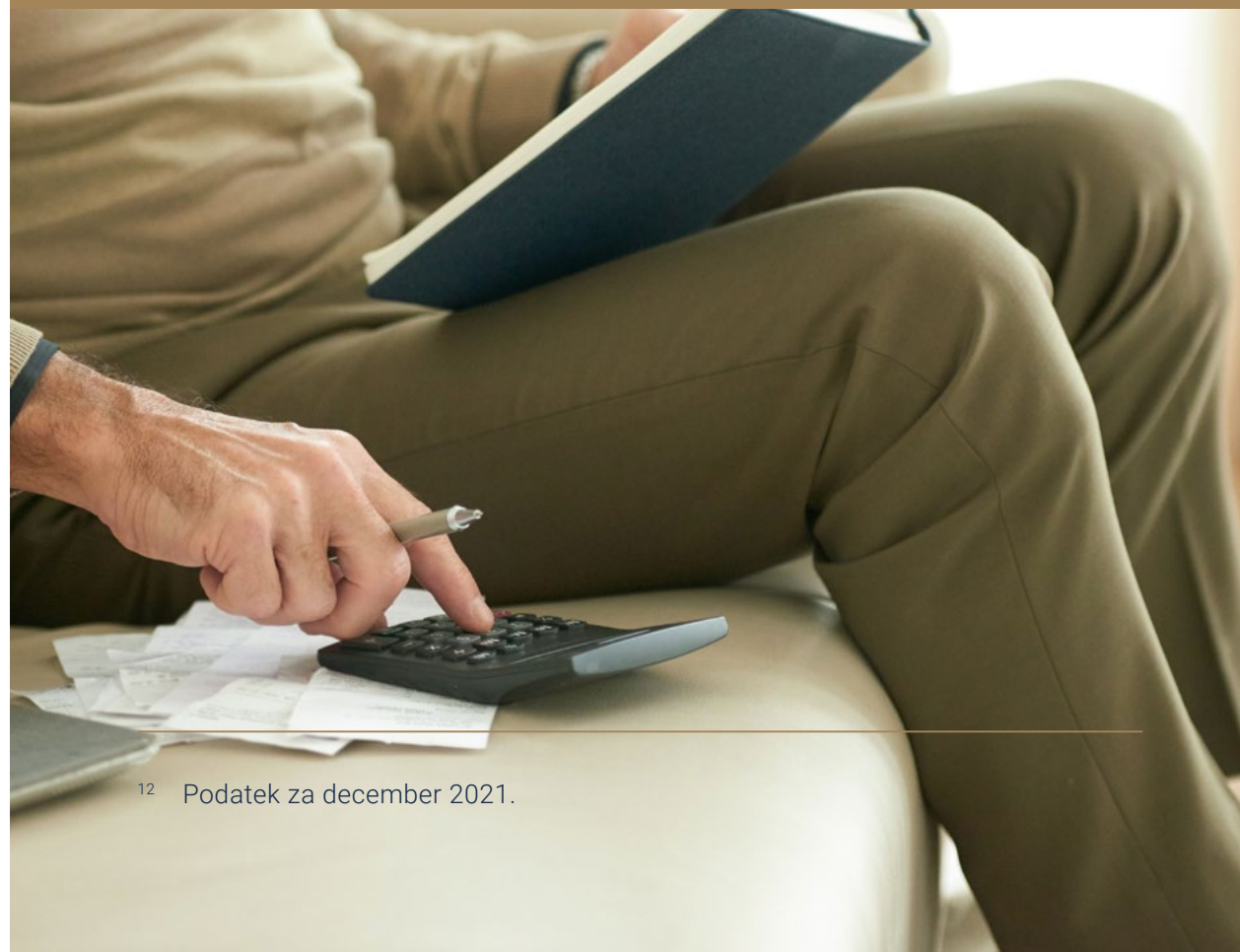
Za zagotovitev razširjenosti oziroma večje uporabe storitev e-oskrbe bomo:

- z različnimi aktivnostmi ozaveščali prebivalce o prednostih in možnostih storitev e-oskrbe,
- zagotovili sredstva za subvencioniranje e-oskrbe.

## Izboljšanje socialne varnosti starejših ljudi

### Zakaj potrebujemo spremembe?

V občini Domžale živi 15,6 % starejših s pokojninami do vključno 600 evrov<sup>12</sup>, kar pomeni, da živijo pod pragom revščine. Zlasti tisti, ki živijo sami in imajo poleg nizkih dohodkov tudi šibko oziroma nezadostno podporno mrežo, se srečujejo tudi s problemom uživanja zadostne in kvalitetne prehrane.



<sup>12</sup> Podatek za december 2021.

## Cilj:

- Zmanjševanje socialne ogroženosti starejših ljudi.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Oživili bomo projekt zbiranja in distribucije viškov hrane za socialno najbolj ogrožene posameznike in družine, in sicer predvsem z vzpostavitvijo koordinatorja (predvidoma v okviru delovanja medgeneracijskega središča), ki bo usklajeval vse potrebne aktivnosti prostovoljcev pri vsakodnevni organizaciji razdeljevanja viškov hrane.



»Skupaj za lepšo starost« 2023–2028

# Oblikovanje okolja za aktivno staranje



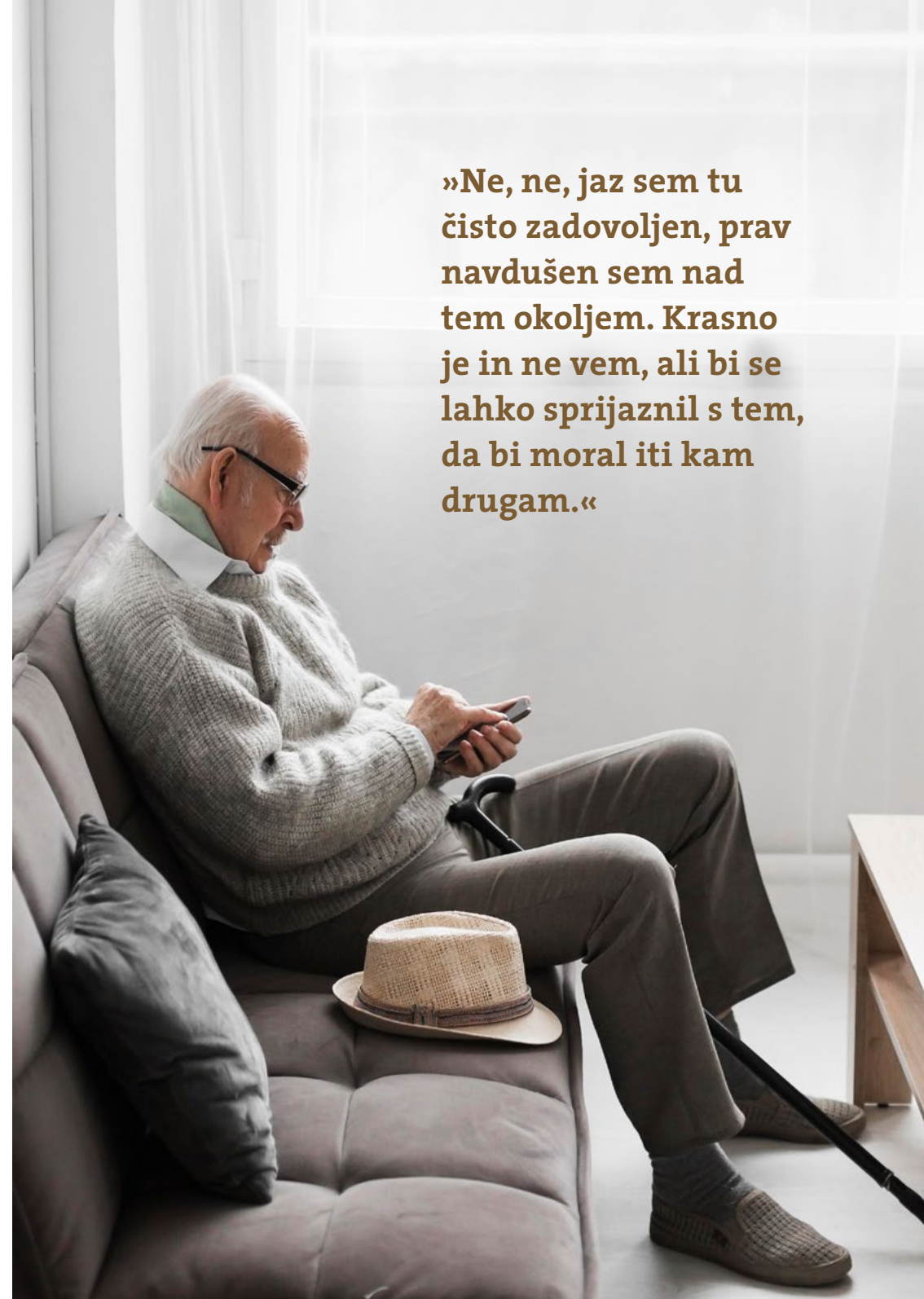
## Prilagoditev bivalnega okolja

### Zakaj potrebujemo spremembe?

V Sloveniji visok delež starejših ljudi živi v lastniških stanovanjih, ob tem pa je značilna njihova navezanost na domače okolje in posledično nizka stanovanjska mobilnost. Večina starejših ljudi si namreč želi ostati v bivalnem in socialnem okolju, ki ga je vajena, vendar pa bivališča pogosto niso prilagojena potrebam starejših, saj so v njih na primer preozki prehodi, previsoki pragovi, nahajajo se v nadstropju in so brez dvigala ali pa je njihova površina prevelika. Ob upoštevanju teh značilnosti in težnji, da kot družba krepimo storitve v skupnosti in

starejšim ljudem omogočimo, da čim dlje ostanejo doma, se kaže potreba po obnovi in prilagoditvi bivališč oziroma vzpostavljanju kvalitetnega in njim prilagojenega bivalnega okolja. Poleg prilagoditev bivalnih prostorov je treba pozornost nameniti tudi različnim vrstam sobivanja. S staranjem se večja delež oseb, ki živijo same, kar prinaša številne zdravstvene, socialne in splošne družbene izzive. Dobrih 56 % upokojencev v Domžalah prejema pokojnino do 800 evrov<sup>13</sup>, pri čemer povprečna uporabna površina stanovanja v občini znaša 93 m<sup>2</sup>, kar je 11,5 m<sup>2</sup> več od državnega povprečja. Po eni strani to pomeni višje stroške in finančno breme za starejše ljudi, po drugi pa priložnost za razvoj sobivanja, medgeneracijskega povezovanja in pomoči.

<sup>13</sup> Podatek za december 2021.



**»Ne, ne, jaz sem tu čisto zadovoljen, prav navdušen sem nad tem okoljem. Krasno je in ne vem, ali bi se lahko sprijaznil s tem, da bi moral iti kam drugam.«**

## Cilja:

- Zagotovitev prilagojenih bivalnih prostorov starejših ljudi.
- Povečanje deleža starejših, ki so vključeni v različne vrste sobivanja.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Da bi starejši ljudje živeli v bivalnih prostorih, prilagojenih njihovim potrebam, bomo:

- spodbujali starejše ljudi k prilagoditvi njihovega bivalnega prostora (npr. z energetske prenovitve ter funkcionalno prilagoditvijo stanovanj, kar pripomore k učinkoviti uporabi bivalnega prostora z majhnimi ali brez dodatnih stroškov in to ne glede na morebitne oviranosti ljudi) in jim pri tem nudili podporo in subvencije,
- stremeli k uporabi smernic za novogradnje, ki upoštevajo načelo oblikovanja za vse,
- spodbujali dostopnost stanovanj za starejše ljudi in različne oblike sobivanja (npr. oskrbovana stanovanja, gospodinjske skupine, stanovanjske zadruga ali stanovanjske skupnosti, namenska stanovanja za starejše ljudi).



## Prilagoditve v zunanjem okolju

### Zakaj potrebujemo spremembe?

Za ohranjanje aktivnega življenja in vključenosti v družbo starejših ljudi je pomembno, da se tudi zunanje okolje prilagodi njihovim potrebam. Pogosto lahko že majhne spremembe in prilagoditve pomembno pripomorejo k oblikovanju prijaznejšega okolja

za starejše, tako da se ti pogosteje odločijo prosti čas preživljati na prostem. Pomemben dejavnik je dostopnost javnih stranišč, ki v občini še ni na zadovoljivi ravni, na kar kaže tudi raziskava<sup>14</sup> Društva za kronično vnetno črevesno bolezen (2021). Prav tako je pomembno, da je na voljo dovolj klopi, na katerih si lahko starejši ljudje odpočijejo in so še posebej dobrodošle ob glavnih sprehajalnih poteh. Deležniki so v anketi izrazili, da so na tem področju v okolju potrebne izboljšave.

<sup>14</sup> Dostopna na: [https://najjavnostranisce.kvcb.si/publikacije/2021/Bilten\\_NajJavnoStranisce\\_2021.pdf](https://najjavnostranisce.kvcb.si/publikacije/2021/Bilten_NajJavnoStranisce_2021.pdf).



## Cilj:

- Prilagojen zunanji prostor za kakovostno življenje starejših ljudi.

## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Da bo zunanji prostor starejšim ljudem prijaznejši, bomo:

- povečali število klopi, ki bodo imele tudi naslonjala,
- povečali število javnih stranišč, ki bodo prilagojena tudi za starejše ljudi in invalide.

»Skupaj za lepšo starost« 2023–2028

# Trg dela, izobraževanja in usposabljanja



# Krepitev trga dela in dejavnosti za aktivno delovanje starejših ljudi

## Zakaj potrebujemo spremembo?

Občina Domžale se uvršča med najrazvitejše slovenske občine, po koeficientu razvitosti občine za leti 2020 in 2021 se uvršča na tretje mesto med vsemi slovenskimi občinami. Število podjetij v občini Domžale glede na število prebivalcev presega slovensko povprečje. Največji delež podjetij v občini (97 %) predstavljajo mikropodjetja, med njimi imajo skoraj tri četrtine zgolj enega zaposlenega. Delež srednje velikih podjetij in velikih podjetij je pol manjši od povprečja na državni

in regijski ravni. Specifičnost trga dela v občini pa zaznamuje tudi izredno velika, skoraj 70% dnevna migracija delovno aktivnih prebivalcev, ki so zaposleni predvsem v okoliških občinah iz regije. Ta dejstva določajo razmislek o tem, kako na ravni občine vplivati na trg delovne sile, da bi bil ta prijaznejši do starejših delavcev in bi v večji meri koristil njihove delovne potenciale.



## Cilj:

- Okrepljen trg dela in okrepljene dejavnosti za aktivno delovanje starejših ljudi.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Za okrepitev trga dela bomo z upoštevanjem potreb starejših ljudi:

- spodbujali dejavnosti za izboljšanje kompetenc starejših ljudi v delovnem okolju,
- spodbujali dejavnosti za aktivno delovanje starejših ljudi,
- nadaljevali in še okrepili prakso sofinanciranja javnih del in drugih aktivnih politik zaposlovanja, še posebej na področju socialnega varstva.



# Podpora izvajalcem neformalne oskrbe

## Zakaj potrebujemo spremembo?

Za trg dela je pomemben tudi razmislek o usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja, zlasti kadar imajo zaposleni še druge obveznosti, na primer če neformalno skrbijo za sorodnike ali sosede, ki potrebujejo pomoč pri skrbi zase. Domžalčanom so pomembne trdne in močne družinske in prijateljske vezi, zato so razvili različne načine zagotavljanja neformalne podpore in oskrbe sorodnikov, redki jih kombinirajo z drugimi formalno organiziranimi oblikami pomoči (npr. s pomočjo družini na domu). To pa je past, ki lahko vodi v izčrpavanje neformalnih mrež, še posebej če ljudje

potrebujejo intenzivnejšo pomoč in oskrbo. In ker si starejši Domžalčani v splošnem želijo čim dlje ostati doma in kot najboljšo možnost oskrbe v primeru, da ne bi več zmogli poskrbeti zase brez redne pomoči, vidijo predvsem kombinacijo formalne in neformalne oblike pomoči na svojem domu, želimo izvajalce neformalne oskrbe čim bolj opolnomočiti in podpreti – tako tiste, ki so vključeni na trg dela, kot tiste, ki niso.

**»K sreči mi pa pomagata hčerki in vse to imam.«**

**»Tukaj imam vse. Lepo skrbijo zame. Vse imam urejeno. Mi ni nič hudega. Če bi bila sama, bi brez pomoči težko živel.«**

## Cilj:

- Opolnomočenje izvajalcev neformalne oskrbe.



## Kaj moramo spremeniti in kako bomo to naredili?

Da bi opolnomočili izvajalce neformalne oskrbe za vlogo, ki jo opravljajo, ter jih pri tem tudi razbremenili, bomo:

- organizirali izobraževanja in usposabljanja za izvajalce neformalne oskrbe ter jim omogočili dodatne ugodnosti,
- spodbujali vzpostavljanje in delovanje skupin za samopomoč.





OBČINA DOMŽALE  
*prostor dobrih ljudi*

# Uresničevanje Strategije za starejše

»Skupaj za lepšo starost« 2023–2028

Za uresničevanje Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028 je odgovorna Občina Domžale, ki je za to, da bo strategija učinkovita in zastavljeni cilji doseženi, vzpostavila ustrezen mehanizem, to je Svet za položaj starejših. Vanj so vključeni predstavniki lokalnih upokojenskih društev in dveh domov za starejše, predstavnik Centra za socialno delo Domžale in predstavnik Zdravstvenega doma Domžale. Primarna naloga Sveta bo vzpostaviti protokol spremljanja in vrednotenja doseganja zastavljenih ciljev in ukrepov, ki so predvideni v Strategiji za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028, ter izvedba vrednotenja vsaj enkrat letno. Osnova za delo Sveta bo izvedbeni načrt.

## Povzetek ukrepov po področjih

### Spoštovanje in vključenost v družbo

Področje	Ukrep
Preprečevanje diskriminacije na podlagi starosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Priprava kampanje osveščanja za premagovanje starizma.</li> </ul>
Premagovanje osamljenosti in socialne izključenosti ter krepitev priložnosti medsebojnega druženja vseh generacij	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vzpostavitev medgeneracijskega središča z brezplačno ponudbo storitev, v katerem se bodo izvajali programi za zdravo in aktivno življenje vseh generacij, s poudarkom na skrbi za starejše in najbolj ranljive skupine prebivalcev.</li> <li>• Spodbujanje aktivnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja, kot so izvedbe delavnic, predavanj, izobraževanj in druženj.</li> <li>• Krepitev in finančna podpora pri izvajanju programov za starejše ljudi v knjižnici in razširitev možnosti dostave izposojenih knjig na dom.</li> <li>• Krepitev in finančna podpora izvajalcem programov za starejše v kulturni, športni in ustvarjalni dejavnosti.</li> <li>• Vzpostavitev programov za premagovanje osamljenosti in socialne izključenosti starejših ljudi, krepitev programov družabništva tudi za osebe, ki se težje vključujejo ali se ne morejo vključevati v aktivnosti izven doma.</li> </ul>
Informiranje in komuniciranje	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vzpostavitev informacijske točke (svetovalnice) za starejše, tj. prostora, kjer bodo na enem mestu na voljo celovite informacije o storitvah in aktivnostih v občini.</li> </ul>
Premagovanje digitalne ločnice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podpora izvajalcem (npr. Knjižnici Domžale, medgeneracijskemu središču) pri organizaciji brezplačnih tečajev za starejše občane.</li> </ul>
Spodbujanje prostovoljstva	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spodbujanje prostovoljske dejavnosti in vključevanje občanov, še posebej starejših ljudi.</li> <li>• Podpora nevladnim organizacijam pri zagotavljanju ustreznih pogojev za delovanje.</li> </ul>

Krepitev družbene moči	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spremljanje in vrednotenje implementacije Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028 s strani Sveta za položaj starejših.</li> <li>Vključevanje predstavnikov starejših ljudi v občinske odbore, telesa in druge organe.</li> </ul>
------------------------	--

## Samostojno, varno in zdravo življenje

Področje	Ukrep
Izboljšana mobilnost starejših ljudi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Krepitev obsega že vzpostavljenega brezplačnega prevoza starejših.</li> <li>Zagotovitev dodatnih parkirišč v mestu in vzpostavitev posebnih parkirnih mest v bližini vhodov v zgradbe, namenjenih le starejšim.</li> </ul>
Zagotavljanje kakovostne, dostopne in v uporabnika usmerjene zdravstvene in dolgotrajne oskrbe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vzpostavitev službe za povezovanje društev in organizacij, ki v občini delujejo na področju skrbi za starejše.</li> <li>Vzpostavitev mobilnih dnevnišnih centrov.</li> <li>Zagotovitev dnevnega varstva tudi za osebe z demenco.</li> <li>Zagotovitev nadomestne institucionalne oskrbe za krajši čas (organizacija formalne oskrbe z namenom razbremenitve izvajalca neformalne oskrbe).</li> <li>Izdelava kriterijev za začasne namestitve oseb, zagotovitev mest zanje in oblikovanje tima za krizne namestitve.</li> <li>Zagotovitev dodatnih mest za starejše osebe z Alzheimerjevo boleznijo ali demenco v okviru institucionalnega varstva ter temu primerna kadrovska okrepitev in priprava izobraževanj.</li> <li>Povečanje vključenosti v storitve in subvencioniranje pomoči družini na domu.</li> <li>Spodbude za nudenje storitev socialnih servisov ter podpora vključevanju prostovoljcev kot pomočnikov starejšim občanom.</li> <li>Zagotovitev podpore nevladnim organizacijam, ki nudijo programe za ohranjanje fizičnega in duševnega zdravja starejših.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spodbujanje razvoja preventivne dejavnosti za ohranjanje in izboljšanje zdravja – spodbujanje preventivnega zdravstvenega varstva odraslih z boleznimi srca in ožilja, sladkorno boleznijo, astmo in drugimi kroničnimi boleznimi.</li> <li>Izvajanje preventivnih in podpornih aktivnosti na področju skrbi za ljudi z demenco.</li> <li>Vzpostavitev dejavnosti fizioterapije in delovne terapije na domu.</li> </ul>
Vpeljava podpornih tehnologij	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ozaveščanje prebivalcev o prednostih in možnostih e-oskrbe.</li> <li>Zagotovitev sredstev za subvencioniranje e-oskrbe.</li> </ul>
Izboljšanje socialne varnosti starejših	<ul style="list-style-type: none"> <li>Oživitve projekta zbiranja in distribucije viškov hrane.</li> </ul>

## Oblikovanje okolja za aktivno staranje

Področje	Ukrep
Prilagoditve bivalnega okolja	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spodbujanje starejših ljudi k prilagoditvi njihovega bivalnega prostora (npr. z energetske prenovi, funkcionalnimi prilagoditvami stanovanj).</li> <li>Stremljenje k uporabi smernic za novogradnje, ki sledijo načelu oblikovanja za vse.</li> <li>Spodbujanje dostopnosti stanovanj za starejše ljudi in različnih oblik sobivanja (oskrbovana/varovana stanovanja, gospodinjске skupine, stanovanjske zadruga ali stanovanjske skupnosti, oskrbniške družine, namenska stanovanja za starejše ljudi).</li> </ul>
Prilagoditve v zunanjem okolju	<ul style="list-style-type: none"> <li>Povečanje števila klopi, ki bodo imele tudi naslonjala.</li> <li>Povečanje števila javnih stranišč, ki bodo prilagojena tudi starejšim ljudem in invalidom.</li> </ul>

## Trg dela (delovna aktivnost), izobraževanja in usposabljanja

Področje	Ukrep
Krepitev trga dela in dejavnosti za aktivno delovanje starejših ljudi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spodbujanje dejavnosti za izboljšanje kompetenc starejših ljudi v delovnem okolju.</li> <li>Spodbujanje dejavnosti za aktivno delovanje starejših ljudi.</li> <li>Okrepitev prakse sofinanciranja javnih del in drugih aktivnih politik zaposlovanja, še posebej na področju socialnega varstva.</li> </ul>
Podpora izvajalcem neformalne oskrbe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organizacija izobraževanj in usposabljanj za izvajalce neformalne oskrbe.</li> <li>Zagotavljanje dodatnih ugodnosti za izvajalce neformalne oskrbe.</li> <li>Spodbujanje vzpostavljanja in delovanja skupin za samopomoč</li> </ul>

## Zahvala

K nastanku Strategije za starejše »Skupaj za lepšo starost« 2023–2028 ste s svojim znanjem in vizijo prispevali mnogi posamezniki in predstavniki različnih organizacij, ki delujete na območju Domžal. Vsem skupaj in vsakemu posebej se za prispevek iskreno zahvaljujemo<sup>15</sup>.

Center za mladostnike in odrasle z motnjo avtističnega spektra – Center ASPI	Društvo Verjamem vate, združenje staršev otrok z motnjo v telesnem in duševnem razvoju, so. p.	KS Slavka Šlandra
Centerkontura Domžale	Društvo za medgeneracijsko povezovanje Sinica	KS Vencija Perka
Comett oskrba, d. o. o.	Gerontološki raziskovalni inštitut Geri	Medgeneracijsko društvo Jesenski cvet
CSD Osrednja Slovenija – vzhod	HomeHelp	Medobčinsko društvo invalidov Domžale
Dom upokojencev Domžale	Knjižnica Domžale	Območna obrtnopodjetniška zbornica Domžale
Društvo Lipa – Univerza za tretje življenjsko obdobje Domžale	KS Dob	Rdeči križ Slovenije – Območno združenje Domžale
Društvo skupina glas Slovenije	KS Dragomelj - Pšata	Senior resort, MGC Bistrica Domžale
Društvo Šola zdravja	KS Homec - Nožice	Socialni servis, Jana Polajnar (v MGC)
Društvo upokojencev »Naš dom«, KS Dob	KS Ihan	Spominčica Domžale Varstveno-delovni center INCE
Društvo upokojencev Domžale	KS Jarše - Rodica	KS Krtina
Društvo upokojencev Radomlje	KS Preserje	KS Radomlje
Društvo upokojencev Vir	KS Rovalje	KS Rovalje
	KS Toma Brejca Vir	Zdravstveni dom Domžale
	KS Simona Jenka	Zveza prijateljev mladine Domžale
		Župnijska Karitas Domžale
		Župnijska Karitas Ihan

<sup>15</sup> Po abecednem vrstnem redu.



OBČINA **DOMŽALE**  
*prostor zadovoljnih ljudi*

Priprava dokumenta:  
*Inštitut RS za socialno varstvo, Občina Domžale,  
društva in organizacije v občini Domžale*

Fotografije:  
*Freepik in arhiv Občine Domžale*

Oblikovanje:  
*Studio Vigeo, Ana Berden s. p.*

Tisk:  
*Mediaplan 8*

Naklada:  
*2500 izvodov*

*Domžale, avgust 2023*

