

## **Koncepce politiky na podporu stárnutí v obci Psáry, Dolní Jirčany**

Senioři tvoří významnou část obyvatel obce Psáry, Dolní Jirčany, jejíž velikost dlouhodobě narůstá a bude se dále zvyšovat. Zároveň se proměňují sociální a zdravotní charakteristiky seniorů. To mění a zvyšuje požadavky na veřejné služby, jež přispívají ke kvalitě života seniorů.

Obce Psáry, Dolní Jirčany proto zpracovaly Koncepci politiky na podporu stárnutí, jehož cílem je ve spolupráci se seniory určit hlavní oblasti veřejných služeb a dalších činností, které zvyšují kvalitu života seniorů a které je třeba podporovat.

Dokument byl projednán Sociální komisí dne 18. 5. 2017 a Radou obce Psáry dne 24. 5. 2017

Seniorská populace tvoří velmi heterogenní skupinou obyvatel. Ohrožení sociálním vyloučením jsou za určitých životních okolností starobní důchodci vyššího věku. Mezi nimi jsou zejména osamělé ženy s jediným zdrojem příjmů ve formě starobního (resp. vdovského) důchodu. Ve srovnání s mladšími mají nižší důchody, malý nashromážděný majetek a navíc často zastaralé vybavení domácnosti. Mezi nejvíce ohrožené sociálním vyloučením patří chronicky nemocní staří lidé.

Obec Psáry, Dolní Jirčany musí jako všechny ostatní obce v ČR řešit problematiku stárnutí populace. Její součástí je také zabránění propadu seniorů pod hranici chudoby a sociálního vyloučení.

Cílem je připravit takové podmínky, aby senioři zůstali co nejdéle aktivní na poli společenském. Pro zabránění sociálnímu vyloučení ohrožených skupin seniorů (tj. zejména seniorů osamělých, seniorů s nízkými příjmy, seniorů se sníženou soběstačností z důvodu chronické nemoci nebo vysokého věku, seniorů se zdravotním postižením) jsou důležité zejména komplexní sociální a zdravotní služby diferencované podle potřeb a individuální situace, které jsou orientovány na zachování nezávislosti seniora, na posílení rodinných a sociálních vazeb seniorů, zachování domácího prostředí a které jsou dostupné, integrované a poskytované na komunitní úrovni.

Cílem je vytvoření takových podmínek, aby senioři extrémně ohrožení sociálním vyloučením mohli co nejdéle setrvat v přirozeném prostředí, aby mohli participovat na životě společnosti a byla chráněna jejich práva. Aktivitami, které jsou jim obcí Psáry, Dolní Jirčany poskytovány a svými postoji k těmto nabízeným aktivitám by měli také senioři přispívat ke změně vnímání stárnutí a stáří ve společnosti.

Přitom je potřebné poskytnout seniorům dostatečný prostor a podmínky k aktivní účasti na životě společnosti a jejím rozvoji. Zároveň se však senioři musí sami naučit využívat všech možností, které jim obec Psáry, Dolní Jirčany nabízí k posílení vlastního postavení, k dosažení bezpečného stárnutí a k plnému a rovnoprávnému zapojení. K vytvoření osobní pohody a k posílení pozitivních postojů společnosti ke stáří a starším lidem je nezbytná účast seniorů na sociálních, ekonomických, kulturních, dobrovolných aktivitách a mezigenerační soudržnost, jejich odpovědný přístup k vlastnímu životu a zájem o rozvoj společenského dění v obcích.

## **Oblasti podpory stárnutí**

ve spolupráci se Sociální komisí obce Psáry byly stanoveny hlavní oblasti podpory v začleňování seniorů obce Psáry, Dolní Jirčany:

1. sociální služby;
2. dobrovolnická pomoc seniorům;
3. prevence kriminality;
4. vzdělávání;
5. zdraví a zdravotní politika;
6. zapojení seniorů do společenské činnosti a mezigenerační soudržnosti.

### **Ad. 1 Sociální služby**

- služby z části poskytované/dotované obcí
  - pečovatelská služba – donáška obědů, rehabilitační služby, odvoz k lékaři/do lékárny, možnost nákupu, úklid domácnosti
- služby poskytované zdarma (plně dotované obcí)
  - dovoz knih z místní knihovny, osobní blahopřání k výročí od 70 let věku, osobní návštěvy členů sociální komise obce Psáry/dobrovolníků u osamělých seniorů
  - setkání s místostarostkou obce Psáry (1x měsíčně), kde mají senioři možnost sdělit své stížnosti/postřehy/nápady nebo vznést náměty k rozvoji obce

### **Ad. 2**

- činnost, která je poskytována dobrovolníky dle zájmu – např. Sousedská návštěva, doprovod na autobus, vlak apod.

### **Ad. 3**

- vzhledem k tomu, že senioři bývají častým terčem útoků a podvodů, jsou pro ně organizovány přednášky na téma prevence kriminality

### **ad. 4**

- vzdělávání je poskytováno v rámci celoživotního učení, jedná se především o smysluplnou náplň volného času, ale i získání znalostí, které senioři za pracovní kariéru neměli možnost získat. Kontakt se stejně starými spoluobčany navíc prohlubuje sociální vazby, zabraňuje sociálnímu vyloučení
- univerzita třetího věku, současně s daným tématem zaměřením univerzity třetího věku jsou organizovány Sociální komisí tématické výjezdy
- přednášky dle zájmu
- workshopy
- rukodělné aktivity (korálkování, kurz keramiky, tématické workshopy – Vánoce, Velikonoce)
- počítačové kurzy

### **ad. 5**

- Zdraví je oblastí, se kterou se senioři trápí snad nejvíce. Nelze jakoukoliv kampaní zdraví seniorů radikálně zlepšit, ale lze je cílovou podporou držet co nejdéle aktivními a omezit příčiny negativních jevů. Jedná se především o oblast zdravého

životního stylu. Jedná se především o následující aktivity:

- zdravotní cvičení seniorů včetně plavání v bazénu
- chůze s trekingovými holemi
- výuka country tanců

ad. 6

- účast seniorů na společenských aktivitách pořádaných obcí, aktivní účast seniorů při tvorbě a realizaci programů a projektů pro ně samé:
  - kavárnička pro seniory (pravidelná setkávání 1x měsíčně, organizováno samotnými seniory za dotační podpory obce)
  - zájezdy do divadel (1x za 2 měsíce autobusem tam a zpět z obce, dotované obcí)
  - tématické Toulky Prahou (dlouhodobý projekt s počátkem realizace leden 2017)
  - setkávání seniorů s dětmi z mateřské školky v nízkoprahovém centru Mozaika, a to převážně na rukodělných workshopech
  - Country večery a Večery s harmonikou
  - Paměťová posilovna (trénování paměti)
  - Klub zralého věku
  - webová stránka obce, odkaz přímo poukazující na aktivity seniorů, který informuje o proběhlých či budoucích aktivitách seniorů, zčásti spravovaný samotnými seniory s jejich příspěvky

