



Nikomur ni treba samevati. Pridruži se nam!

Nobody needs to be alone. Join us!

Festival za III. življenjsko obdobje 2017, strokovni program, 27. september 2017

Dnevni centri aktivnosti za starejše

kot ena od skupnostnih oblik oskrbe starejših

I. Uvod

A.

Prvi, začetni Koncept razvoja DCA na območju Mestne občine Ljubljana je nastal leta 2004 za obdobje 2004-2008. Dopolnjen je bil leta 2008 za obdobje 2008-2013.

V osnovi sta se oba koncepta opirala zlasti na mednarodne dokumente, ki so se posredno ali neposredno ukvarjali s problematiko demografskih sprememb. Med najbolj splošnimi je treba omeniti Lizbonsko pogodbo (13. december 2007), ki je med obilico druge regulative očitno z nekoliko stisnjenimi zobmi le našla prostor tudi za socialno tematiko (2. člen, 3. alineja, drugi odstavek: »bori se proti socialni izključenosti in diskriminaciji ter spodbuja socialno pravičnost in varstvo, enakost žensk in moških, solidarnost med generacijami in varstvo pravic otrok«). Med najzgodnejšimi pristopi je bil nedvomno Dunajski akcijski načrt o staranju (Vienna Plan of Action on Ageing, 1982), med najbolj eksplicitnimi pa Madridski akcijski načrt o staranju (Madrid International Plan of Action on Ageing, Second World Assembly on Ageing, kratko MIPAA, 8. – 12. april 2002), ki mu prav zaradi razdelanosti velja posvetiti nekaj vrstic več. Tema 2, ki govori o aktivni participaciji v družbi in razvoju in ki je bila tudi vodilo pri ustvarjanju koncepta in elaborata razvoja DCA – tedaj še samo v Mestni občini Ljubljana – pravi (v našem prevodu) takole: »Družba za vse starosti vsebuje tudi cilj, ki naj bi starejšim zagotovil priložnost, da še nadalje nudijo svoj prispevek družbi. Če naj bi dosegli ta cilj, je treba odstraniti vse, kar jih pri tem ovira ali jih diskriminira. Socialni in ekonomski prispevek starejših presega njihovo ekonomsko aktivnost. Pogosto imajo ključno vlogo v svojih družinah in skupnosti. Zagotavljajo dragocen prispevek, ki ga ni moč meriti z ekonomskimi merili: oskrbo za družinske člane, produktivna podpora opravila, vzdrževanje gospodinjstva in prostovoljno delo v skupnosti. Razen tega takšna vloga prispeva tudi k oblikovanju prihajajoče delovne sile. Vsak takšen prispevek ljudi vseh starosti, posebej žensk, vključno s tistimi prispevki, ki so plod neplačanega dela na vseh področjih, zasluži priznanje.«

21. in 22. septembra 2017 je Ekonomska komisija ZN za Evropo (UNECE) v Lizboni organizirala ministrsko konferenco kot realizacijo sklepa Ekonomskega socialnega sveta ZN iz leta 2015 (E/Res/2015/5) glede tretjega pregleda in ocene uresničevanja MIPAA; ta resolucija je naložila regionalnim komisijam – v Evropi konkretno UNECE -, da v okviru tretjega ciklusa preverjanja uresničevanje MIPAA organizirajo regionalna srečanja. Vzporedno z ministrskim srečanjem so v Lizboni 20. in 21. septembra 2017 o tej tematiki razpravljale tudi evropske nevladne organizacije.

Evropska unija in njeni organi imajo na področju razvoja socialnega varstva zelo omejene pristojnosti, vendar pa je tudi na tem področju dovolj manevrskega prostora. Posebej velja omeniti dva deležnika: Odbor za socialno varstvo (Social Protection Committee, SPC), ki deluje na podlagi 160. člena Pogodbe o delovanju EU kot prostor za izmenjavo stališč med državami članicami in Evropsko komisijo na podlagi tako imenovane Odprte metode

koordinacije (tako imenovani »social« Open Method of Coordination, OMP) na področju družbene vključenosti, zdravstvene nege in dolgotrajne oskrbe ter pokojninske problematike; ter nadstrankarsko skupino poslancev Evropskega parlamenta za aktivno staranje in medgeneracijsko solidarnost (Intergroup on Ageing and Intergenerational Solidarity). Leta 2015 je predsednik Evropske komisije Juncker objavil pobudo za tako imenovani socialni steber EU – razprava je nekoliko zamrla -, istega leta pa so nevladne organizacije na pobudo AGE Platform Europe ustanovile Covenant on demographic change, zavezo glede reševanja problematike starajoče se družbe; ta pobuda vključuje predvsem lokalne oblasti.

Nastanek prvega DCA v Ljubljani leta 2005 se časovno ujema s projektom Svetovne zdravstvene organizacije, znanim pod imenom **Starosti prijazna mesta**, nastalim junija 2005 na zasedanju Svetovnega kongresa za gerontologijo in geriatrijo v Rio de Janeiru. Projekt je v najkrajšem času naletel na izjemen odziv in se razvil v gibanje za oblikovanje starosti prijaznega okolja ter hkrati začel hitro izgubljati generacijsko oznako, saj se je izkazalo, da je starosti prijazno okolje prijazno prav vsem generacijam; v Ljubljani, ki se je zelo zgodaj pridružila temu gibanju, vzporedno s tem narašča tudi turistični obisk, kar utegne pomeniti, da so starosti prijazna okolja tudi turističnemu gospodarstvu naklonjena naložba.

Svoj prispevek k takšnemu novemu pojmovanju vključenosti starejših v družbeno tkivo in dejavnosti so dale tudi nevladne organizacije. V tem okviru velja posebej omeniti prizadevanja evropskega združenja organizacij starejših in za starejše **AGE Platform Europe**.

Med drugimi odmevnimi projekti velja omeniti zlasti *Evropsko listino pravic in dolžnosti starejših, potrebnih dolgotrajne oskrbe in pomoči* (2010, na voljo je v vrsti evropskih jezikov, tudi v slovenščini), in pa bolj dolgoročno in programatsko zasnovani *Evropski okvir kakovosti storitev dolgotrajne oskrbe* (2012, plod skupnega dela osemnajstih partnerjev iz 12 držav EU, na voljo v 11 jezikih, tudi v slovenščini in nemščini).

Med dokumenti AGE Platform Europe, usmerjenimi k prihodnosti, je *Manifest za starostno prijazno Evropsko unijo do leta 2020* (preveden v slovenščino), povezan s predlogom evropskim županom, naj po vzoru klimatskim spremembam posvečene zaveze oblikujejo tudi zavezo, posvečeno demografskim spremembam.

Povzetek:

Dnevni centri aktivnosti za starejše sledijo smernicam, ki jih skušajo uveljaviti spredaj navedeni dokumenti.

B.

Devet let po ustanovitvi prvega DCA na slovenskem ozemlju je treba ugotoviti, da so Dnevni centri aktivnosti za starejše postali izjemno učinkovito orodje za preprečevanje izključenosti na eni strani, vendar pa prav tako tudi prostori za utrjevanje medgeneracijske povezanosti. Nesporno je tudi, da so kot oblika predinstitucionalne pomoči in podpore starejšim prebivalkam in prebivalcem mesta Ljubljana postali nepogrešljiv člen v mestni podporni socialni verigi.

Skupaj s svetovalnicami za starejše, ki so sestavni del izvajanja programov DCA, predstavljajo oba začetna člena, navedena tudi v spredaj omenjenem Evropskem okviru kakovosti storitev dolgotrajne oskrbe (osmo načelo: povezana in neprekinjena storitev).

Kot način aktivnega in kakovostnega preživljanja tretjega življenjskega obdobja se je vzorec, ki je nastal s prvim konceptom razvoja (2004-2008), v prilagojeni obliki začel prenašati tudi v primestna okolja (Renče, Ig, Logatec, Koper, prizadevanja tudi v Mariboru, Celju), ki jim je bila MZU Ljubljana vedno pripravljena priskočiti na pomoč s svojimi izkušnjami.

O tem, kako potrebno je bilo ustanavljanje takšnih centrov, priča dejstvo, da vsak od njih nudi tedensko med 30 in 40 različnih organiziranih dejavnosti ter dejstvo, da skorajda ni mestne četrti, kjer starejši ne bi izrekli želje po ustanovitvi takšnega centra v njihovi bližini.

Sam koncept je v praksi doživljal le manjše prilagoditve, zvečine pozitivne (mednje sodi na primer izjemna udeležba obiskovalcev centrov pri snovanju, izvedbi in izboljševanju programov v skladu z okrepljenim uveljavljanjem participatorne metode).

V okviru MZU Ljubljana in v skladu s tem konceptom razvoja v letu 2017 v Ljubljani deluje sedem Dnevnihi centrov aktivnosti.

DCA so si pridobili status socialno-varstvenega programa in jih sofinancirata Mestna občina Ljubljana in Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Dolgoročnejši cilj koncepta je širjenje te mreže predinstitucionalnih ustanov na vsedržavni ravni in njihovo vključevanje v mrežo socialno-varstvenih ustanov z namenom, ki je trojne narave:

- prvič, omogočiti starejšim aktivno staranje, preprečevati izključenost in omogočati vključenost v mrežo socialnih odnosov;
- drugič, omogočati podaljševanje življenja v privajenem domačem okolju in preprečevati nepotreben pritisk na institucionalno varstvo in oskrbo (po mednarodnih raziskavah je v institucionalnem varstvu – residence care – več kot polovica takšnih, ki bi lahko še vedno preživljali starost v svojem domačem okolju, in četrtnina takšnih, ki so se v domsko varstvo vključili, da bi se rešili socialne osamitve);
- in tretjič ter glede na vse boljše zdravstveno stanje starejše populacije, aktivirati starejše kot vir pomoči in samopomoči ter prostovoljstva.

Posebna značilnost dnevnih centrov aktivnosti za starejše je možnost samoodločanja – udeleženci lahko vedno prilagodijo storitev svojim potrebam in nagnjenjem ter se jim ni treba prilagajati vsiljenim programom, kar je značilnost klasične oskrbe starejših.

Koncept razvoja dnevnih centrov aktivnosti je nastal na podlagi intenzivne izmenjave izkušenj s partnerji MZU Ljubljana v drugih evropskih državah in zlasti tistih, ki se vključujejo v evropsko mrežo organizacij starejših in za starejše AGE Platform Europe. T

a izmenjava izkušenj, izmenjava dobrih praks in primerjava programov se je nadaljevala tudi v zadnjih štirih letih.

Dobre prakse:

Primer nastajanja dobrih praks na tem specifičnem področju podpore starejšim je bil pred časom Dnevni center aktivnosti za starejše, ki so ga leta 2014 ustanovili v Staršah, v podeželskem, vendar pa močno urbaniziranem okolju na pol poti med Mariborom in Ptujem. Ob podpori župana in občinskih moč je občina prenovila poslopje, ki je bilo sicer namenjeno rušenju, in v njem odprla DCA. Verjetno je slučaj nanesel, da je poslopje del kompleksa, v katerem se skupaj z DCA neposredno stikajo otroški vrtec in devetletka. Medtem ko je treba v siceršnjem mestnem okolju medgeneracijske stike posebej organizirati – po domače: otroke organizirano pripeljati iz vrtca v DCA -, je imela konstelacija v Staršah izjemen potencial za razvoj spontanega medgeneracijskega sodelovanja. Prej ali slej bi otroci v vrtcu ob vzgojiteljicah dobili še dodatne babice in dedke, otroci v šoli pa tudi kakšnega inštruktorja za dodatni pouk. Skratka: brez direktiv, življenjskih ali pa tudi ne, iz Bruslja je spontano nastajal medgeneracijski center. Žal je pobuda, kolikor nam je znano, zamrla.

II. Nastanek, cilji, področja

1. Prvi poskusi in izhodišča

Leta 2001 se je Mestna zveza upokojencev Ljubljana s pismom obrnila na tedanjo županjo mesta gospo Viko Potočnik s prošnjo, naj mesto pri snovanju in načrtovanju svoje socialne mreže upošteva spremenjeno demografsko strukturo mestnega prebivalstva in na tej podlagi tudi spremenjene potrebe starejših ljudi.

Izvršilni odbor MZU Ljubljana je ob tem ugotavljal, da o zaostanku priča tudi sama metodologija sestavljanja mestnega proračuna, ki je izrecno navajal vrsto skupin, potrebnih posebne pozornosti mestnih oblasti, vendar največje med njimi – to je upokojenk in upokojencev ter nasploh starejših – ni omenjala.

MZU Ljubljana je pri tem izhajala iz ugotovitve, da se je v zadnjih dvajsetih letih prejšnjega stoletja postopno in žal za večino tudi neopazno spremenila splošna demografska

paradigma, na podlagi katere se je konec devetnajstega in v začetku dvajsetega stoletja začela razvijati mreža socialnih ustanov, namenjenih starejšim.

Na mesto Bismarckove paradigme, katere izhodišče je bil izčrpan industrijski delavec, ki mu je bilo po zaključku delovne dobe namenjenih le še nekaj let življenja in ki je zato v najslabšem primeru potreboval zatočišče v »hiralnici«, je stopila paradigma, ki je v površnem in pol strokovnem žargonu dobila ime »starajoča se družba«; v resnici je novost 21. stoletja dolgoživa družba.

Gre za sindrom, stek okoliščin, v katerem je staranje prebivalstva samo eden od izrazov sprememb, ki jih prinaša postindustrijska družba in za katere so še najmanj krivi ljudje, ki se po naravi stvari pač starajo (sem sodijo ne samo zmanjšana rodnost, podaljševanje šolanja, izboljšano zdravstveno varstvo, lažji delovni pogoji in podobno, marveč tudi krčenje vloge družine kot socialne ustanove, zaradi česar je tudi na tem področju skupnost/država prisiljena prevzemati obveznosti, ki jim je bila včasih v celoti ali zvečine kos družina).

Za potrebe teh izhodišč naj zadošča ugotovitev, da je nova paradigma staranja ustvarila tudi novo pahljačo potreb, pahljačo, ki se ne omejuje več samo na klasično ustanovo doma za starejše in ki naj to klasično ustanovo v vse večjem obsegu dopolnjuje ter razbremenjuje.

Od starejšega človeka ta nova paradigma pričakuje, da bo ostajal čim dlje aktiven, in sicer v socialnem okolju, ki ga je varen in ki mu je domače, da bo kar se da samostojno premagoval težave, ki jih prinaša staranje, da bo v kar največji meri samostojno odločal o svojem življenju, da bo ohranjal zanimanje za javne zadeve in da bo, kolikor mu bo mogoče, pomagal drugim.

MZU Ljubljana je v zadnjem desetletju kot prvo stopnico nizkopražnih metod pomoči starejšim prebivalkam in prebivalcem mesta Ljubljana razvijala dejavnost svetovalnic, tako da se Dnevni centri aktivnosti pojavljajo kot naslednja stopnica v sistemu predinstitucionalne pomoči starejšim, stopnica, ki ji sledijo patronaža in pa organizacija oskrbe na domu (ZOD).

2. Področja delovanja DCA

Dnevni centri aktivnosti naj bi se razvijali kot decentralizirana in prostorsko nezahtevna mreža ponudbe svetovanj, informacij, srečevanj, razvedrila, komunikacije, vključevanja v aktivnosti, samopomoči in medsebojne pomoči, medgeneracijskega sodelovanja in siceršnjega vključevanja v okolje.

Značilnost takšne oblike povezovanja starejših prebivalcev mesta Ljubljana, pa tudi vseh tistih svojcev, ki imajo opraviti s starejšim članom družine, je nizek prag dostopnosti: gre za ustanovo s široko odprtimi vrati in »kratko razdaljo« med izvajalcem in uporabnikom.

Takšna oblika dela pospešuje domačnost, lajša sodelovanje neprofesionalnih sodelavcev in prostovoljcev ter zaradi neposrednega vključevanja v okolico omogoča hitro prepoznavanje stvarnih potreb porabnikov ter prilagajanje programov tem potrebam.

Dejstvo, da je organizator prvega Dnevnega centra aktivnosti odprtega tipa krovna organizacija upokojencev v mestu Ljubljana, je bržkone prav tako prispevek k hitremu prepoznavanju potreb starejših prebivalk in prebivalcev mesta.

3. Smisel in cili DCA

Dnevni center aktivnosti je nujen sestavni del učinkovitega temeljnega varstva, namenjenega vse večjemu številu starejših v urbanem ali urbaniziranem okolju, ki ima svoje posebne značilnosti (naraščajoča izolacija), vendar pa tudi v primestnem in podeželskem okolju, ki imata seveda drugačne značilnosti (močnejša prisotnost "soseščine").

Dnevni center aktivnosti je sobesednik vsem starejšim na območju, na katerem deluje, prav tako pa tudi njihovim svojcem, in sicer ne glede na njihov socialni, ekonomski in pravni status ter ne glede na njihov spol, izvor, narodnost, raso, vero, izobrazbo, telesno prizadetost ali spolno usmerjenost.

Poglavitni cilji DCA so krepitev in ohranjanje samostojnosti ter telesnega in duševnega zdravja, podpora pri vztrajanju v lastnem domačem okolju, podpora samostojnemu odločanju

o lastnem načinu življenja, vključno s krepitvijo danih sposobnosti in zmožnosti, ko gre za ljudi s starostnimi telesnimi ali duševnimi spremembami, krepitev tistih sposobnosti, ki so potrebne za obvladovanje vsakdanjih nalog, pospeševanje socialnih stikov in ohranjanje integracije v družbeno dogajanje, preprečevanje osamitve in samoosamitve ter izključenosti in spodbujanje k občanskemu/političnemu angažiranju.

V DCA naj starejši ljudje in njihovi svojci dobijo nasvet v socialnih zadevah in konkretno pomoč pri obvladovanju tako vsakodnevnih problemov kot tudi izrednih stanj.

Razvoj in ohranjanje družbenih stikov in mrež krepí tudi organizacija skupin, katerih delo je usmerjeno in ki imajo izobraževalni, informacijski, razvedrilni in uprizaritveni značaj.

DCA namenja ustrezno pozornost tudi tistim, ki se na upokojitev pripravljajo. Po tej poti jim pomaga obvladati stres, ki ga običajno povzroči upokojitev, ter jih pravočasno vključuje v delovanje organizacij starejših ljudi. Aktiviranje in vključevanje neprofesionalnih pomočnic in pomočnikov ter sodelovanje uporabnic in uporabnikov je pomemben prispevek h krepitvi participacije, sposobnosti za samoorganizacijo in za občanski angažma.

Ob tem pa morajo biti DCA tudi prva kontaktna točka, na katero se obračajo starejši ljudje, ki so se znašli v posebej kočljivih življenjskih situacijah.

V ta namen morajo DCA navezati operativno in tekoče sodelovanje z vsemi drugimi ponudniki socialnih storitev na svojem območju, se z njimi omrežno povezovati in zastopati interese starejši ljudi navzven.

4. DCA v sistemu storitev za starejše

DCA je v sistem umeščen kot storitev, ki je ne nalagajo zakonski predpisi, ki je torej, kar zadeva strukturo socialnih storitev, prostovoljen in predinstitucionalen.

Prav ta njegova umeščenost in pa razsežnost njegovih nalog mu omogočata, da v realnem času in realnem prostoru vpliva na reševanje specifičnih problemov starejših ljudi in njihovega neposrednega okolja, izravnava vrzeli v polinstitucionalni in institucionalni strukturi skrbstva za starejše prebivalstvo ter se hitro odziva na spremenjene okoliščine ter nove probleme.

Prednost DCA je predvsem v tem, da se lahko na mikroravni hitro odziva na spremembe v lokalni demografski strukturi, na spremembe v strukturi družine in na spremembe socialne strukture nasploh.

Zaradi povezave z drugimi ponudniki storitev, namenjenih predvsem starejšemu prebivalstvu, lahko DCA deluje "medresorsko", povezujoč socialno podporo z različnimi oblikami izobraževanja in zdravstvene preventive.

Od DCA je treba tudi v prihodnje pričakovati, da bo zagotavljal takšno dokumentacijo svojega dela, iz katere bodo razvidne realne potrebe starejšega prebivalstva mesta, ki bo zagotavljala transparentnost njegovega delovanja in omogočala nadzor nad njim, ki bo nadalje odpirala vpogled v potrebe nadaljnjega urjenja socialnih in pedagoških delavcev na tem področju ter oblike njihovega svetovanja in ki bo končno odpirala nove poti za občanski angažma starejših prebivalcev.

Seznanjanje potencialnih koristnikov in strokovne javnosti z delom ima še poseben pomen, zato mora DCA posvečati tudi izjemno pozornost delu z javnostmi.

DCA se pri tem pretežno opira na financiranje iz javnih sredstev, vendar pa je zato po drugi plati dolžan poslovati odgovorno in transparentno ter tekoče polagati račune tako mestni/občinski upravi kot tudi porabnikom.

5. DCA in aktivno staranje

Po dvanajstih letih delovanja prvega med njimi Dnevni centri aktivnosti niso več novost.

Slej ko prej pa morajo posvečati posebno pozornost sodelovanju s službami lokalne skupnosti kot tudi z drugimi socialnimi, zdravstvenimi in skrbniškimi ustanovami.

Pozornost DCA se osredotoča na starejšega človeka in njegovo najbližje okolje ne glede na njegov socialni, ekonomski in pravni status, spol, izvor, narodnost, raso, veroizpoved, izobrazbo, invalidnost ali spolno usmerjenost.

S tem se DCA aktivno podreja tako določbam slovenske ustave kot tudi temeljnim smernicam Evropske unije, katere članica je Slovenija in ki nalagajo preprečevanje sleherne diskriminacije in izključevanja. To svojo ustavno in evropsko kulturno poslanstvo izpolnjuje DCA tudi tako, da pospešuje vse oblike samoodločanja starejših ljudi ter se zavzema za dostojanstveno staranje in kakovostno preživljanje tretjega (in četrtega) življenjskega obdobja.

Pri tem še posebej pospešuje tiste aktivnosti, ki omogočajo starejšim, da aktivno živijo v svojem običajnem življenjskem okolju in se, dokler je le mogoče, vključujejo vanj. DCA mora zagotavljati takšne pristne medčloveške odnose, ki razgrajujejo pregrade med uporabniki in izvajalci ter ustvarjajo med njimi partnerstvo.

Tudi v ta namen DCA še posebej pospešuje vključevanje prostovoljcev v vse oblike dela.

V povzetku je treba, kolikor gre za ciljne skupine, podčrtati naslednja izhodišča:

- ciljne skupine delovanja DCA ne opredeljuje koledarska starost, marveč potrebe posamezne ciljne skupine;
- programi DCA morajo biti zasnovani tako, da omogočajo neovirano vključevanje brez vnaprejšnjih priprav/znanj;
- DCA si intenzivno prizadeva vključevati v svoje delovanje prostovoljke/ce;
- DCA se zaveda, da so za uspeh njegovega dela pomembni tudi stiki z javnostmi.

Ko gre za cilje, pa si DCA prizadeva:

- ponuditi programe, ki so priprava na staranje in starost;
- podpirati programe, ki utrjujejo prepričanje, da je moč starost preživljati tudi v privajenem domačem okolju;
- ohranjati prepričanje, da sta kakovost življenja in samostojnost mogoča v vseh starostnih dobah;
- preprečevati osamitev in samoosamitev ter izključenost starejših;
- krepiti samozavest starejših.

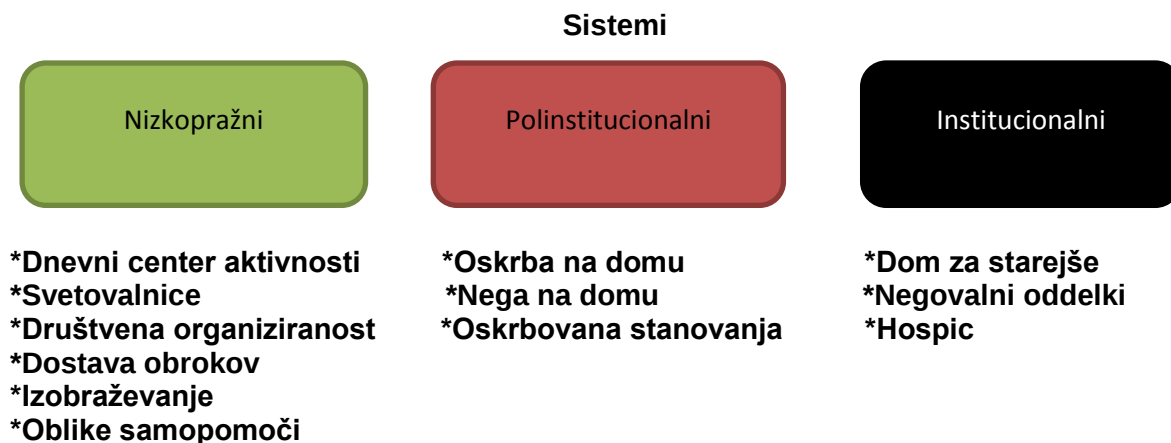
Starosti prijazno okolje:

Leta 2005 je Svetovna zdravstvena organizacija (World Health Organization – WHO) sprožila akcijo z geslom Starosti prijazna mesta. V akcijo se je kmalu po začetku vključila tudi Mestna občina Ljubljana. Sama akcija se je v nadaljevanju razvijala v dve smeri: vanjo so se po eni plati začele vključevati tudi primestne in nemestne občine, po drugi pa se je izkazalo, da so starosti prijazna mesta vsem prijazna mesta ter kot takšna privlačna tudi za turistični obisk. Dnevni centri aktivnosti so sestavni del te prijaznosti, naklonjenosti druženju in kohezivnosti prebivalstva. Evropska unija podpira takšen razvoj, med drugim tudi s programoma AHA (Active and healthy Ageing) in AFE-Innovnet (Age Friendly Environment), pa tudi z drugimi, ki podpirajo prostovoljstvo, vseživljenjsko učenje in mobilnost starejšega prebivalstva.

III. Organizacija

6. Organizacija pomoči starejšim

Struktura starejšim namenjenih socialnih storitev



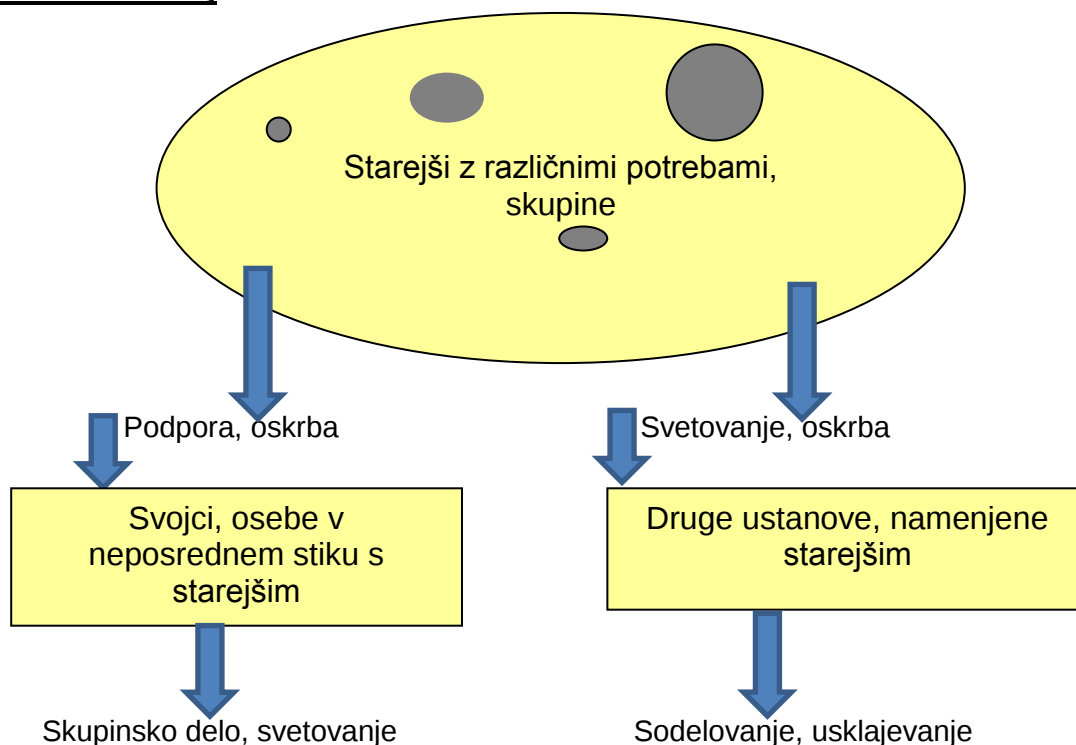
POZOR:

Stopnja samoodločanja, o katerega je močno odvisno samospoštovanje in samovrednotenje starejše osebe, na poti od nizkopražnih k institucionalnim oblikam po pravilu pojema!!!

Ponudbo DCA je treba oblikovati tako raznoliko, da bo zajemala različne ciljne skupine in dosegala različne cilje, kar pomeni, da mora biti prilagojena tako različnim starostnim skupinam kot tudi specifičnim potrebam posameznih skupin starejšega prebivalstva na območju, ki ga pokriva.

Prirejena pa mora biti tudi potrebam oseb in ustanov iz neposrednega okolja starejšega človeka, to je potrebam tistih, ki so v neposrednem in tesnem stiku s starejšimi ljudmi.

7. Shema delovanj



8. Ciljne skupine DCA

Ciljna skupina	Potreba
Starejši	Starejši, ki se soočajo z osebnimi, socialnimi, zdravstvenimi, finančnimi in pravnimi težavami
	Starejši, ki potrebujejo pomoč pri urejanju svojega vsakodnevne domačega/gospodinjskega okolja
	Starejši, ki zaradi zdravstvenega in/ali duševnega stanja potrebujejo podporo (kot na primer pri blažjih oblikah demence, Parkinsonove bolezni, depresivnosti, zasvojenosti ali omejitev, ki so posledica zmanjšane gibljivosti, zaznavanja in podobno)
	Starejši, ki zaradi posebnih okoliščin potrebujejo nasvet in podporo v realnem času
	Starejši s potrebo o socialnih stikih (preprečevanje izključenosti)
	Ljudje, ki se soočajo ali so pred tem, da se soočijo z upokojitvijo in potrebujejo usmerjanje
	Ljudje, ki so pripravljeni vključiti se v neprofesionalne ali prostovoljske dejavnosti, ki skušajo kot prostovoljci ohranjati svoje pridobljene kvalifikacije

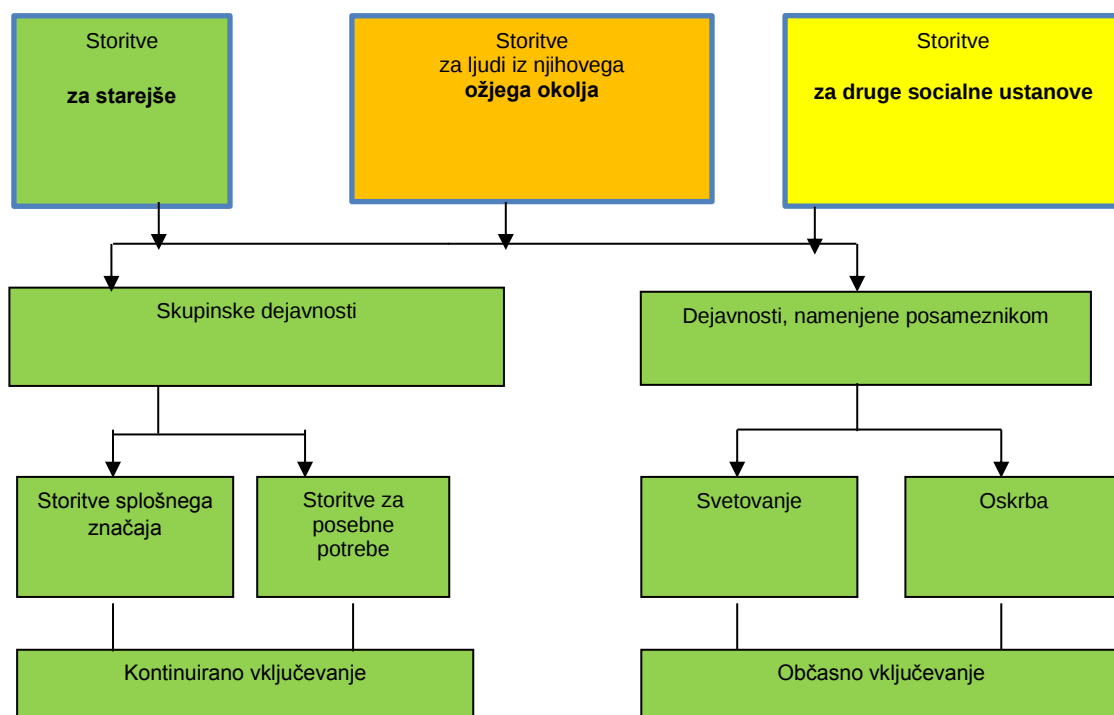
Ciljna skupina	Potreba
Osebe iz neposrednega okolja starejšega človeka	Osebe, ki skrbijo za to, da starejši človek ostaja v svojem privajenem domačem okolju
	Starejši, ki v svojem domačem okolju potrebujejo delno razbremenitev in/ali oporo
Ustanove, ki se prav tako ukvarjajo s starejšimi	Interesna zastopstva (društva, stranke)
	Ustanove, ki predstavljajo zaledje socialne mreže mesta

9. Cilji DCA

Ciljna skupina	Temeljni cilji DCA
Starejši	Podpora, potrebna za vztrajanje v privajenem domačem okolju
	Ohranjanje kakovosti življenja in samostojnosti v starosti
	Preprečevanje socialne osamitve in samoosamitve starejših
	Krepitev samozavesti in zavesti o lastni vrednosti starejših
	Podpiranje in razvijanje prostovoljstva
	Podpiranje in razvijanje oblik samopomoči
	Krepitev oblik participacije, samoodgovornosti, samoupravljanja in samoodločanja starejših
	Iskanje medgeneracijskih stičnih točk in sodelovanja
	Podpora pri oskrbi in pomoči starejšim
Osebe iz neposrednega okolja starejših	
Ustanove, ki se prav tako ukvarjajo s starejšimi	Zavzemanje za nastanek omrežja (networking)
	Skupno lobiranje v prid starejšim
	Skupno delo z javnostmi

IV. Storitve

10. Struktura storitev DCA glede na ciljne skupine



11. Ciljna skupina starejših in cilji

Posamezne ciljne skupine so v posamezne storitvene grozde vključene na podlagi potrebe po pomoči/podpori, pri čemer pa je lahko posamezna ciljna skupina vključena v več storitvenih grozdov in izkorišča različne storitve.

Storitve splošnega značaja		Storitve za potrebe	
Svetovanje		Oskrba	
Starejši, ki: -potrebujejo socialne stike -se hočejo pravočasno soočiti z upokojitvijo ali jim je treba pomagati v novem življenjskem položaju -bi se radi vključili v prostovoljske dejavnosti		Starejši, ki: -so se znašli v posebnem življenjskem položaju in potrebujejo pomoč, da se privadijo na nove razmere	
Starejši, ki: -jih tarejo posebni socialni, zdravstveni, finančni ali pravni problemi		Starejši, ki: -so se zaradi posebnih telesnih ali duševnih okoliščin znašli v posebnem položaju, v katerem potrebujejo oporo za nadaljevanje samostojnega življenja (Parkinson, demenca, depresija, zasvojenost)	

12. Cilji, ki jih zasledujejo storitve za starejše

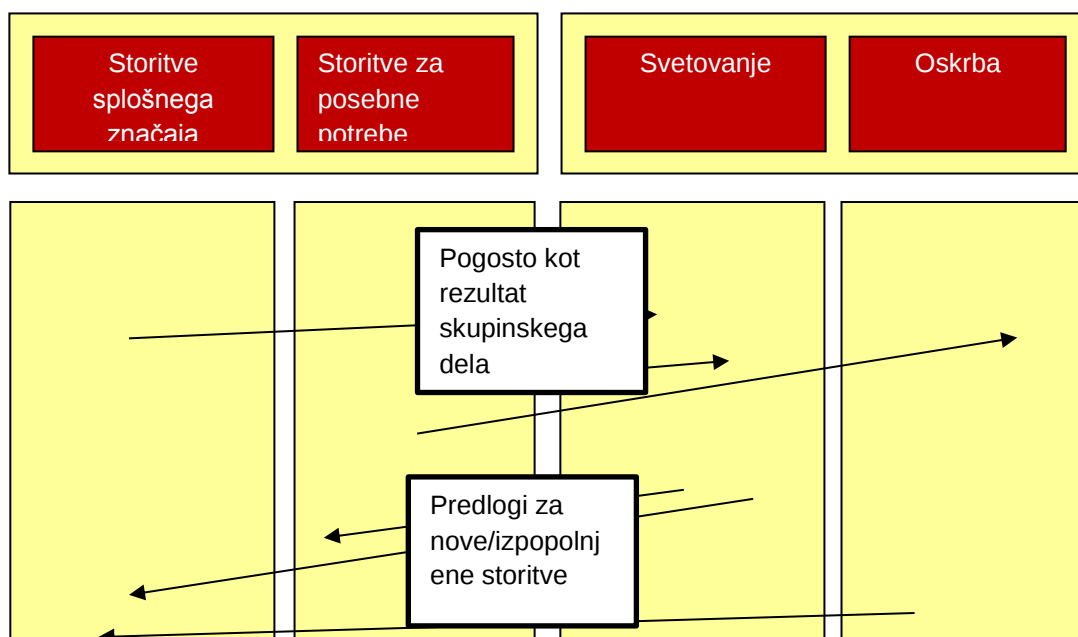
Storitve splošnega značaja		Storitve za posebne potrebe	
Svetovanje		Oskrba	
*Preprečevanje socialne osamitve *Orientacija in soočanje s staranjem *Ohranjanje lastnih zmogljivosti in njihova krepitev *Udeležba v društvenem, družbenem in javnem življenju *Odprtost za nove izkušnje in strpnost		*Samoiniciativnost *Medgeneracijska strpnost	
*Smotno informiranje kot podpora samopomoči *Podpora pri obvladovanju občasnih življenjskih kriz *Pomoč pri prepoznavanju in krepitev lastnih sposobnosti *Spodbujanje in motivacija za aktivno iskanje pomoči		*Spodbujanje k vztrajanju v privajenem domačem okolju *Pomoč pri ustalitvi domačega okolja *Podpora pri snovanju starosti primerne domačega okolja *Posredovanje siceršnje pomoči in napotil občasnemu obiskovalcu	

13. Diferenciacija storitev za starejše

DCA se mora odzivati na potrebe, ki se pojavljajo na novo, ter določati nove storitve za nove ciljne skupine. Spodaj navedene vsebine so zasnovane samo kot pomoč pri orientaciji.

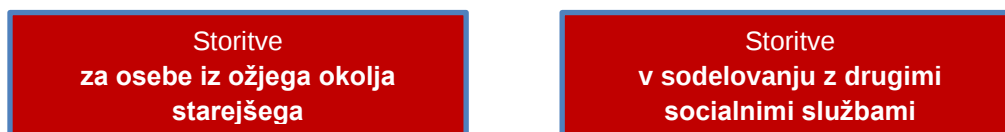
Storitve splošnega značaja		Storitve za posebne potrebe	
Svetovanje		Oskrba	
Kontinuirano vključevanje		Občasno vključevanje	
*Delavnice: -splošno informiranje -zdravstvena informacija -starost in stanovanje -pravno svetovanje -kulturni dogodki -medgeneracijsko srečevanje *Predavanja *Skupinske storitve *Tečaji *Srečevanja *Okrogle mize *Samoorganizirane skupine		*Medosebna in skupinska komunikacija *Pogovor o doživetjih in problemih *Organizacija prostovoljstva *Organizacija samopomoči	
*Svetovanje v posameznih problemskih primerih *Spremljevalna podpora v posameznih primerih *Spremljevalstvo v posameznih primerih *Posredovanje splošnih informacij *Svetovanje pri starosti primerni ureditvi bivalnega prostora *Svetovanje v denarnih zadevah *Podpora prostovoljcu		*Posredovanje konkretne pomoči *Posredovanje in usklajevanje pomoči na domu *Pomoč pri nakupih *Pomoč pri organiziranju prehrane (catering) *Pomoč pri demenci	

14. Prepletanje med storitvami

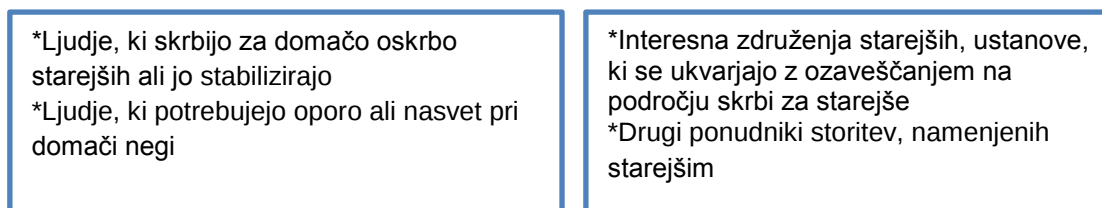


15. Posredne ciljne skupine in storitveni cilji

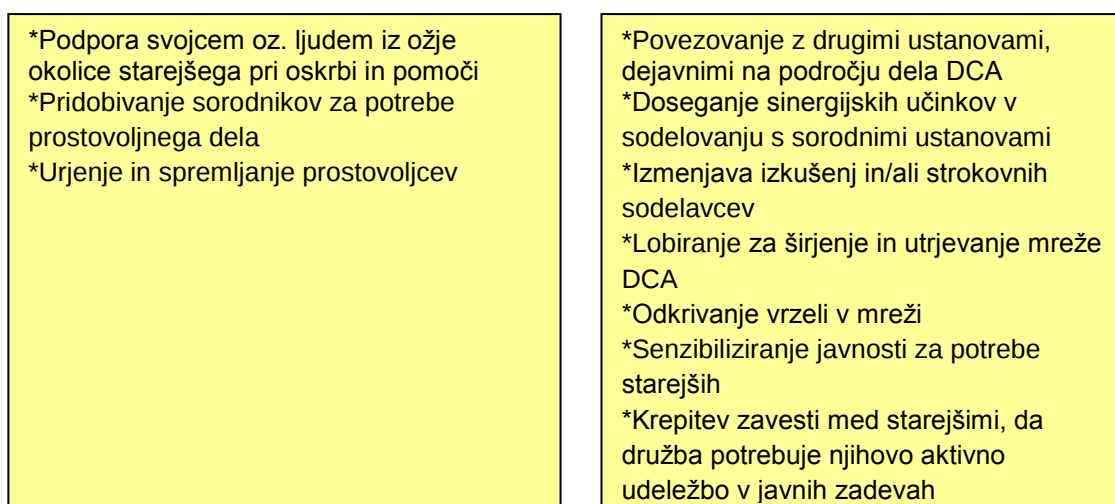
Posredne ciljne skupine so tiste, ki starejšim niso na voljo neposredno, marveč jih dosežejo prek posrednikov iz njihovega okolja ali prek ustanov, ki skrbijo za starejše.



Ciljne skupine, ki so jim namenjene te storitve:



Cilji, ki jih zasledujejo storitve za posredne ciljne skupine:



16. Diferenciacija storitev, namenjenih posrednim ciljnim skupinam

Storitve za osebe iz ožjega okolja starejšega	Storitve v sodelovanju z drugimi socialnimi službami
*Svetovanje v posameznem primeru *Skupinsko svetovanje *Svetovalni oz. informacijski dnevi *Svetovalne okrogle mize s strokovnim vodenjem *Koordinacija pomoči	*Posvetovanja strokovnjakov in multiplikatorjev *Svetovanje v posameznih primerih, prevzem primerov *Pomoč prek prostovoljcev *Posredovanje informacij zdravstvenim/socialnim službam ob upoštevanju varstva podatkov *Organiziranje sodelovanja s sorodnimi organizacijami *Opozarjanje na vrzeli na področju, ki ga pokriva DCA *Delo z javnostmi (letaki, plakati, dnevi odprtih vrat, tiskovke itd.)

17. Posvetovalne in oskrbovalne storitve kot podpora domači oskrbi

Demografski razvoj nenehno prinaša nove izzive, ko je treba odgovarjati na vprašanje, kakšne podporne strukture je treba zagotoviti starejšim, da bi lahko vztrajali v svojem privajenem domačem okolju. Izhodišče humane politike skrbi za starejše je spoštovanje individualnosti in individualnih potreb starejšega človeka ter upoštevanje njegove samostojnosti in samoodločanja.

Ko gre za naraščajočo odvisnost od pomoči, je treba skrbno uravnotežiti in usklajevati razmerja in zaporedja različnih odprtih, ambulatnih, delno institucionalnih in institucionalnih oblik pomoči.

DCA bi moral imeti ključno vlogo pri posredovanju odprte oblike pomoči, se pravi tiste oblike, po kateri lahko starejši človek posega po potrebi tako v svojem bivališču kot tudi zunaj njega. Struktura storitev je zato v načelu struktura odprtih vrat.

Od tod tudi izhodiščna zamisel, po kateri naj DCA zagotavlja odprto/ambulatno pomoč za razliko od polinstitucionalne in institucionalne.

18. Svetovanje in posredništvo

Ti dve storitvi ciljata na starejšega osebno, na ljudi iz njegovega domačega okolja, pa tudi na ustanove, ki se ukvarjajo s starejšimi. Tem oblikam naj bi bila namenjena četrtna delovanja DCA.

Ker gre, kot je bilo že rečeno, za ustanovo odprtih vrat, ki je krajevno dostopen in časovno nezahteven sobesednik, zagotavlja DCA starejšim in njihovim najbližjim neposreden dostop do svojih sodelavk/cev.

Delo le-teh mora biti zasnovano tako, da si s stiki na daljši rok pridobijo verodostojnost in zaupanje ter da so sposobni prepoznavati potrebe po svetovanju in oskrbi.

Prek predavanj, svetovanj in skupinskih prireditev deluje DCA tako preventivno kot tudi – ko se pojavi potreba – »kurativno«, to je, nastopa v vlogi pomočnika, ki skupaj s prizadetim išče rešitev problema.

Splošne in širšim skupinam namenjene storitve ter svetovanja, ki so odziv na individualno problematiko, se v praksi prepletajo: informacijska posvetovanja na posebne teme so pogosto plod večkrat pojavljajoče se potrebe po svetovanju v individualnih primerih. Skupinska svetovanja za starejše ljudi s posebnimi potrebami so lahko zaradi sorodnosti individualnih težav povod za oblikovanje mrež za pomoč in samopomoč. Udeleženke in udeleženci si lahko pomagajo z izmenjavo pozitivnih izkušenj.

Poklicno osebje spodbuja, usmerja in spremlja takšne procese samopomoči in po potrebi poskrbi za poglobljeno strokovno svetovanje ali svetovanje v posameznih primerih. Namen takšnih storitev je zagotavljati pomoč še pred izbruhom kriznega stanja. Svetovalna dejavnost zajema tako svetovanje v posameznih primerih kot tudi posredovanje primernejšega svetovanja in dolgoročnega usmerjanja prizadetega.

19. Sodelovanje in mreženje (networking)

Glede na raznolikost potreb mora biti DCA posebej usposobljen usmerjati starejše ljudi na naslove ustanov, ki so najbolj primerne za reševanje njihovega primera. V ta namen mora tesno sodelovati z drugimi odprtimi, ambulantnimi, polinstitucionalnimi in institucionalnimi servisi v svojem okolju ter se z njimi povezovati v mreže, ki so spletene dovolj čvrsto, da starejši človek, ko se bo znašel pred novo življenjsko situacijo, ne bo padel na trda tla.

20. Svetovanje pri urejanju bivalnega okolja, ki ga potrebuje starejši občan

Da bi starejši človek vztrajal v svojem privajenem domačem okolju, mora to okolje pogosto prilagajati svojim posebnim potrebam. Na tem področju DCA organizira*:

- splošno svetovanje glede prilaganja stanovanjskega prostora
- obiske na domu z namenom svetovati glede prilagajanja
- ugotavljanje potrebe po pomožnih sredstvih in napravah
- podporo pri postavljanju zahtevkov po takšnih sredstvih
- morebitno podporo pri zagotavljanju nadomestnega bivališča v primeru prenove bivališča
- psihosocialno podporo in motivacijo
- prostovoljke/ce za takšno podporo in motivacijo
- oblikovanje skupine strokovnjakov s posebnimi znanji na tem področju.

**ta pomoč je organizirana v okviru Svetovalnic MZU Ljubljana z zdaj že več kot desetletno tradicijo.*

21. Storitve na področju pomoči

S pomočjo na domu imamo v mislih vse tiste strokovno nezahtevne ukrepe, ki so potrebni, da bo starejši človek kar se da dolgo dostojanstveno in kakovostno živel v svojem privajenem domačem okolju. DCA posreduje in organizira konkretno pomoč, koordinira storitve v zvezi s pomočjo na domu in tudi sam zagotavlja nekatere od storitev, ki starejšemu omogočajo življenje v njegovem domačem okolju.

Četrtna dela strokovnega osebja DCA je namenjena tem storitvam.

Posebna vloga pa je na tem področju dodeljena tudi prostovoljkam/cem, zlasti ko gre za pomoč v gospodinjstvu, spremstvo, redne obiske in nakupe.

DCA si še posebej prizadeva, da okrepi potencial prostovoljstva zlasti na tem področju, da poskrbi za strokovno podporo takšnemu prostovoljstvu in da koordinira sodelovanje prostovoljk/cev.

22. Razmejitev z drugimi nosilci storitev

Storitve DCA so namenjene tistim starejšim, ki so z manjšo pomočjo, svetovanjem in/ali podporo še vedno sposobni samostojnega življenja v privajenem domačem okolju, ki se nadalje lahko vključujejo v skupinske aktivnosti, ki so pripravljeni na vključevanje v pomoč in samopomoč, ki si želijo novih znanj in spretnosti ter različnih oblik druženja in prebijanja prostega časa.

	DCA	Zavod za oskrbo na domu	Patronaža	Center za socialno delo
Ciljna skupina strank	Starejši, ki v trenutku, ko vstopijo v DCA, potrebujejo lahko dostopne storitve, ki jim pomagajo vztrajati v domačem okolju, to je storitve, s katerimi ohranjajo svoje domače gospodinjstvo	Starejši, ki niso preskrbljeni in katerih življenje v njihovem privajenem okolju je ogroženo tako, da bi brez pomoči iskali institucionalno varstvo.	Starejši ljudje, ki potrebujejo redno spremljanje Zdravstvo, nega	Starejši ljudje, ki potrebujejo akutno pomoč
Druge ciljne skupine	Ljudje iz ožjega okolja starejših	Ljudje-posredniki iz ožjega okolja starejših, katerih življenje v njihovem privajenem okolju je ogroženo tako, da bi brez pomoči iskali institucionalno varstvo		

23. Pristojnosti DCA v razmerju do drugih nosilcev socialnega dela s starejšimi

	DCA	Zavod za oskrbo na domu	Patronaža	Center za socialno delo
Naloga	Svetovanje in vključevanje v lastne storitve ali napotitev na storitve drugih	Svetovanje in posredovanje najbolj ustrezne pomoči. Prenos v pristojnost DCA, če se izkaže, da je DCA s svojimi storitvami kos primeru	Napotitev na patronažo	Napotitev na Center za socialno delo
Izvedbena odgovornost	Odgovornost za izpeljavo postopka in izvedbena spremljava posameznih primerov, tudi če gre za iskanje dodatnih storitev zunaj delokroga DCA	Spremljanje odstopljenega primera	Spremljanje odstopljenega primera	Spremljanje odstopljenega primera
Prenosi	Prenos, če primer presega možnosti DCA	Prenos v pristojnost DCA, če je ugotovljeno, da storitve DCA zadoščajo	Prenos v pristojnost Zavoda za oskrbo na domu	Prenos v pristojnost patronažne službe

POZOR:

Opis relacij v točkah 21, 22 in 23 je seveda prilagojen specifičnemu ljubljanskemu organigramu storitev za pomoč in podporo starejšim. Ker je stanje v Globasnici drugačno, so navedbe spredaj le napotek za prilagajanje konkretnemu stanju).

24. Blažje oblike starostnih bolezni, demenca

Pogostnost demence in drugih gerontopsihiatričnih obolenj narašča – v razvitih industrijskih državah takšna obolenja med tistimi, ki so starejši od 80 let, prizadenejo vsakega petega. Stroka posebej poudarja, da je moč z nekaterimi preventivnimi storitvami in dejavnostmi podpirati in krepiti samostojnost starejših in omogočiti, da ima njihovo vsakdanje življenje trdno in zanesljivo zgradbo. To upočasni popuščanje duševnih zmožnosti in lahko zavre pojav akutne demence.

Ker je DCA ustanova odprtih vrat z visoko stopnjo dostopnosti, je zelo primeren za izvajanje takšnih storitev, ki tudi takšnim starejšim pomagajo pri ohranjanju življenja v privajenem domačem okolju in hkrati razbremenjujejo njihove svojce.

25. Opis ciljne skupine

Pri demenci gre za naslednje simptome, ki so individualno zelo različni:

- Motnje pri zaznavanju in pomnjenju
- Težave z orientacijo v prostoru
- Težave z govorom in artikulacijo misli
- Pojemanje sposobnosti za opravljanje vsakdanjih opravil
- Motnje v socialnih odnosih
- Pojemanje motiviranosti

Storitve DCA niso namenjene le tistim starejšim, pri katerih je bila že ugotovljena demenca. Storitve so namenjene vsem, pri katerih se pojavljajo nekatere blažje psihične spremembe, ki jih pogojuje starost in ki so povezane z zmanjšanimi psihofizičnimi sposobnostmi (tudi depresije).

26. Preventiva in vključevanje

Pojemanje duševnih sposobnosti ne more biti razlog za opuščanje obiskov v DCA. V načelu so vse dejavnosti DCA takšne, da lahko v njih sodelujejo vsi.

Storitve DCA morajo biti zasnovane tako, da ponujajo vrsto spodbud za čutila in inteligenco, tako da so kot celota primerno sredstvo za upočasnitev psihičnih sprememb pri starejšem človeku.

Takšno upočasnitev povzroča že samo vključevanje starejšega človeka v društveno/družabno/družbeno življenje ter mu pomaga, da se bo lahko bolje znašel v svojem življenjskem okolju in vsakodnevnem delovanju.

Poseben pomen je treba dati prevenciji demence in drugih gerontopsihiatričnih sprememb (predavanja, specifične skupinske dejavnosti in tečaji, svetovanje, pogovor s svojci itd.), ob tem pa tudi posamične dejavnosti, ki pospešujejo medčloveško interakcijo nasploh (skupni obedi, izleti, srečevanja, komunikacija).

27. Temeljne storitve pri soočanju z demenco

Namen te dejavnosti je ohranjanje in krepitev sposobnosti za življenje v privajenem domačem okolju. K temu mora prispevati tudi ustrezen urnik dejavnosti.

Te se členijo na:

- zagotavljanje varne poti z doma in domov
- kognitivne vaje in urjenje v orientaciji
- urjenje privajenih vsakodnevnih spretnosti (kuhanje, peka)
- vaje za čute
- gibalne vaje
- glasbene vaje
- skupno obedovanje
- zunanje dejavnosti

Te storitve so pomembna razbremenitev za svojce in za institucionalno varstvo, ker ustvarjajo možnosti, da prizadeti vztraja v privajenem domačem okolju.

Nekatere od teh dejavnosti DCA izvaja v sodelovanju z DSO.

MZU Ljubljana je izdala tudi mednarodno uveljavljen priročnik britanske strokovnjakinje Jennie Powell z naslovom *Poti k sporazumevanju*. Namenjen je predvsem svojcem in tistim, ki imajo opraviti z dementnimi osebami.

28. Skupinsko delo in učenje

Namen skupinskega dela in učenja so razvedrilo, oblikovanje interesnih dejavnosti ter ohranjanje in krepitev individualnih sposobnosti, potrebnih za samostojno življenje.

29. Raznovrstnost skupinskega dela in učenja

Pod skupinskim delom in učenjem pojmuje tako redne dejavnosti – razvedrilne, družabne, poučne, informativne, srečanja, posvečena glasbi in plesu, kreativne tečaje, gibanje, spoznavanje okolice itd. kot tudi občasne dejavnosti, kot so predavanja, vodeni ogledi, ekskurzije in medgeneracijska srečanja.

Skupinsko delo in učenje sta metodi, ki naj

- starejšemu omogočita udeležbo v družbeni skupnosti
- pospešujeta aktivno sodelovanje v družbenem življenju
- pomagata starejšemu ohraniti in utrjevati njegove že pridobljene spretnosti in znanja
- podpirata in utrjujeta nadzor starejšega nad lastnim življenjem
- povezuje ljudi, ki imajo različne potrebe, vendar pa tudi medsebojno razumevanje
- prepoznavata in krepiata sposobnosti starejših za samopomoč
- pomagata starejšim, da se kljub omejitvam, ki jih prinaša staranje, izognejo statusu pasivnega prejemnika pomoči
- pospešujeta strukture za vzajemno pomoč
- usmerjata starejše k svetovalnim in podpornim storitvam
- na splošno stabilizirata življenjsko situacijo starejših in starajočih se.

Vsebine tega skupinskega dela in učenja morajo biti zasnovane tako, da omogočajo hitro vključevanje in da niso ovira za sodelovanje v tem delu. Kot takšne so tista navezna točka, ki starejše veže na delo DCA.

Vodenje in izvedba skupinskega dela in učenja sta v rokah strokovnih sodelavcev ali strokovno usposobljenih honorarnih sodelavcev.

Vključitev v skupinsko delo in učenje morata biti mogoča v katerem koli trenutku, vnaprej je treba opraviti s strahom starejšega, češ da ni »pripravljen«.

Geslo »seniorji za seniorje« naj pomaga pri motiviranju starejših, da se v skupinsko delo in učenje vključijo s svojimi znanji in spretnostmi kot vodje skupin ali tečajev.

Takšni sodelavci, ki imajo sposobnosti za samoorganiziranje skupin, morajo imeti oporo v strokovnih sodelavcih DCA.

V poglavje skupinskega dela in učenja sodijo tudi medgeneracijska srečanja, ki naj ustvarjajo ozračje strpnosti med generacijami, ozračje medsebojnega spoštovanja ter ozračje medgeneracijskega sožitja.

30. Razmejitve z drugimi ponudniki izobraževalnih storitev za starejše

DCA s svojimi storitvami ne sega na področja tistih ponudnikov programov za starejše, katerih cilj je nadaljnje izobraževanje posameznikov (»univerza za tretje življenjsko obdobje« in podobno).

31. Sodelovanje in stične točke med DCA in drugimi ponudniki izobraževalnih storitev za starejše

Smotno sodelovanje med DCA in drugimi ponudniki izobraževalnih storitev je lahko projektno in na ciljne skupine naravnano prizadevanje v obliki skupnega razvoja in izvedbe dopolnilnih storitev (tako lahko nosilci izobraževalnih storitev na primer prevzemajo nalogo, da izurijo družabnike za tiste starejše, ki potrebujejo takšno pomoč, ker je njihova mobilnost omejena in so privezani na dom, DCA pa te družabnike posreduje interesentom).

32. Nepoklicno oziroma prostovoljno sodelovanje v DCA

Prostovoljstvo postaja po vsej razviti Evropi vse bolj cenjena dejavnost. DCA ne pospešuje prostovoljstva zgolj enostransko v svoj prid, marveč tudi kot dejavnost, ki naj izpolnjuje želje in ambicije samih prostovoljcev; zanje je prostovoljstvo lahko priprava na njihovo lastno aktivno staranje in socialno vključenost.

Pri tem velja povedati, da so lahko dejavnosti DCA uspešne le, če se bo vanje vključilo ustrezno število prostovoljcev.

Prostovoljci so hkrati tisti, ki lahko najučinkoviteje pridobivajo nove interese za sodelovanje v DCA (propaganda iz ust do ust).

DCA mora zato skrbno »menedžirati« prostovoljske potenciale ter svoje storitve prilagajati tudi njihovim potrebam.

33. Kaj je sodobno prostovoljstvo?

Za sodobno prostovoljstvo je značilna pojemajoča hierarhija, odnosi med poklicnimi sodelavci in prostovoljci so odnosi enakopravnosti, tako da je v ospredju odnos participacije. V postindustrijskem svetu se danes kot prostovoljci pojavljajo tudi takšni, ki so že presegli osemdeseto leto starosti.

Za mnoge od njih je prostovoljstvo oblika samoodločbe in samoodločanja.

Ljudi v starostni dobi, v kateri je njihovo pridobitno poklicno delo že za njimi, motivira predvsem potreba, da za druge in za splošno blaginjo počnejo nekaj koristnega, karitativnega, ter da uživajo v dejstvu, da so bili kot del skupnosti dejavni v prid tej skupnosti. Prostovoljci so ljudje, ki si bolj kot drugi želijo medsebojnega komuniciranja, vendar pa tudi sodelovanja v skupnem razmišljanju in odločanju.

So zato zoper sleherno aroganco in nadutost hierarhij in oblasti.

Takšen odnos je treba ovrednotiti kot izraz njihove okrepljene samozavesti, njihove zavesti o lastnih sposobnostih in potrebah; s sposobnostmi želijo razpolagati sami, prav tako pa želijo tudi sami odločati o načinu zadovoljevanja svojih potreb.

DCA mora upoštevati takšno izhodiščno naravnost in prostovoljcev ne sme obravnavati kot zgolj »črno vojsko«, potrebno za opravljanje drugorazrednih del.

34. Cilji prostovoljstva in DCA

Pomen za prostovoljce:

- Prevezemanje smiselnih in osmišljenih nalog
- Udejanjanje lastnega pogleda na smotrno delovanje
- Pridobivanje ugleda in samospoštovanja
- Udejanjanje idealov
- Pridobivanje novih izkušenj
- Prenašanje lastnega znanja na druge
- Širjenje socialnih stikov

Pomen za DCA:

- Dopolnjevanje profesionalnih storitev
- Odgovorno vključevanje samoorganiziranih storitev
- Ovrednotenje osebnih in socialnih vedenj prostovoljcev
- Poistovetenje prostovoljcev z ustanovo, njenimi nalogami in njenimi cilji
- Širjenje informacij o ustanovi prek multiplikatorjev
- Funkcija posredovanja med poklicnimi izvajalci storitev in obiskovalci centra

35. Področja delovanja

Prostovoljec/ka opravlja naloge tako v DCA kot tudi zunaj njega. V DCA sodeluje pri izvajanju programov razvedrila in družabništva, kot pomočnik pri opravljanju administrativnih nalog, predvsem pa pri vodenju številnih samoorganiziranih interesnih dejavnosti.

Zunaj DCA se prostovoljec uveljavlja povsod tam, kjer je treba priskočiti na pomoč tako ali drugače oviranim obiskovalcem DCA (pomoč pri poti v DCA in vračanju domov, obiski in spremstvo, razbremenjevanje svojcev pri oskrbi itd.).

36. Osnovni pogoji

Poklicni sodelavci DCA so za vključevanje prostovoljcev dolžni zagotavljati nekatere osnovne pogoje.

Sem sodijo:

- Pripravljenost poklicnih sodelavk/cev na sodelovanje s prostovoljci
- Uokvirjanje konkretnih področij delovanja
- Razpoložljivost prostorov in sredstev za delo
- Izmenjava izkušenj in razmišljanj
- Moralna in delno materialna gratifikacija.

37. Pridobivanje prostovoljk/cev

Poglavitna motivacija prostovoljstva morajo biti smiselno početje, veselje do takšnega početja in samopotrjevanje.

Metode pridobivanja:

- Sistematično iskanje in novačenje prostovoljcev iz vrst obiskovalk/cev DCA
- Informiranje o možnostih za prostovoljsko delo
- Oglaševanje prek medijev, zlasti Vzajemnosti, ter društvenih biltenov
- Internet
- Komunikacijski kanali MOL (spletna stran, glasnik mesta Ljubljana itd.)
- Delovanje prek multiplikatorjev.

38. Pogoji za uspešno sodelovanje med poklicnimi sodelavci in prostovoljci

Pogoj za takšno sodelovanje je ozračje medsebojnega zaupanja in spoštovanja.

Ustvarjajo ga:

- Pozitiven odnos poklicnih sodelavcev DCA do vključevanja prostovoljcev
- Jasna in zavestna odločitev poklicnega sodelavca za vlogo usmerjevalca in svetovalca
- Trajnostna izmenjava informacij med poklicnimi in prostovoljnimi sodelavci, stabilizacija komunikacijskih kanalov med njimi
- K cilju usmerjene in preverljivo zastavljene naloge
- Jasna razmejitev in opis področij delovanja ter jasnost glede vlog in nalog
- Redna srečanja med poklicnimi in prostovoljnimi sodelavci kot oblika izmenjave informacij, podpore in svetovanja v realnem času
- Upoštevanje nagnjenj in znanj prostovoljcev in njihovo ustrezno vključevanje v proces zagotavljanja storitev
- Vključevanje prostovoljcev v iskanje rešitev in oblikovanje programov.

39. Uvajanje, svetovanje, spremljanje in kvalifikacije

Odgovornost za pridobivanje, urjenje, vključevanje in podporo prostovoljcev prevzema določeni poklicni sodelavec/ka, katerega naloga je, da redno spremlja delo pomočnikov iz vrst prostovoljk/cev.

Ta je med drugim odgovoren tudi, da prostovoljcem razloži, kakšne so njihove obveznosti glede zaupnosti, zaščite osebnih podatkov in nasploh intimne sfere obiskovalk/cev.

Ožje urjenje prostovoljcev je, če so potrebna še dodatna znanja, naloga DCA, ki lahko v takšno urjenje vključi tudi partnerje zunaj DCA.

40. Gratifikacija

Oblike gratifikacije (nagrajevanja) so pomembna sestavina prostovoljstva.

Prizadevanje prostovoljcev zasluži priznanje, spoštovanje in upoštevanje.

Razen pravice do nadomestila za stroške, ki jih imajo, so prostovoljke/ci upravičene/i do drugih oblik gratifikacije (diplome in častna priznanja, vabilo na »sindikalni« izlet in siceršnje prireditve v okviru DCA ter druge ugodnosti znotraj prireditev DCA).

Pomembno je tudi, da imajo prostovoljke/ci redno možnost, da svoje delo predstavijo tudi v javnosti.

41. Zavarovanje

Za morebitne posledice nesreč, ki bi se zgodilo med prostovoljskim angažmajem, morajo biti prostovoljke/ci ustrezno zavarovani.

42. Sporazumi o sodelovanju

DCA na svojem območju sodeluje z drugimi socialnimi ustanovami in stopa v smotno izmenjavo z njimi. Za takšno izmenjavo, zlasti pa, ko gre za izmenjavo informacij, je treba skleniti ustrezne sporazume.

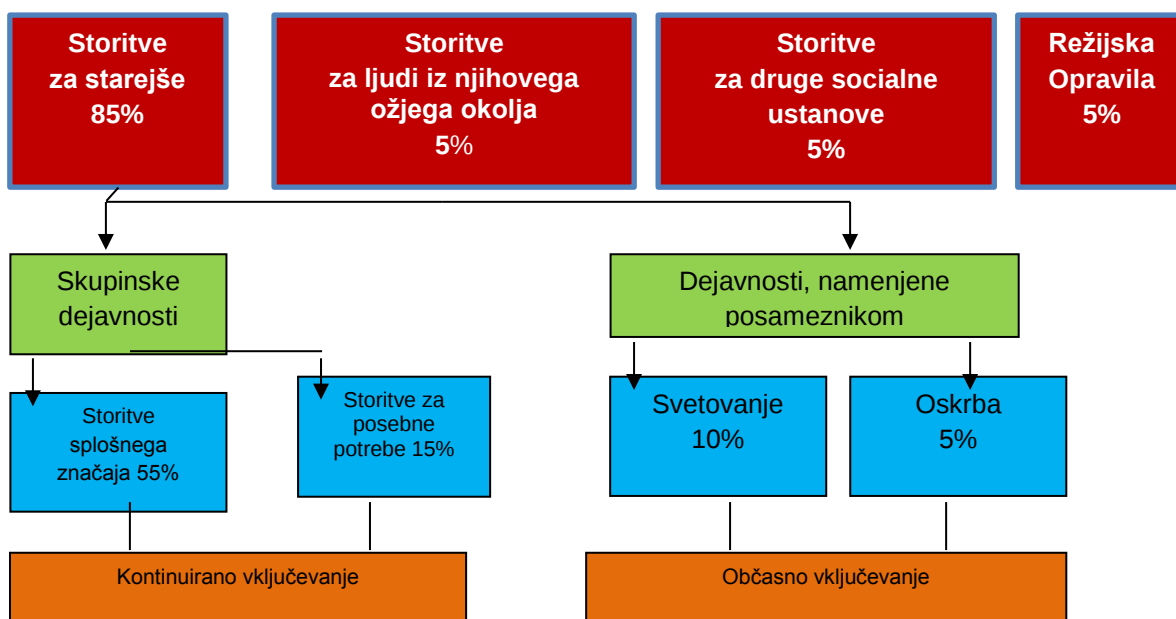
V. Organigram, koncept poslovanja

43. Osebj

Za DCA predvidena zaposlitvena struktura:

- vodja DCA;
- strokovni/e sodelavci/ke
- ½ administrativne moči
- vzdrževalci/ke oz. čistilci/ke.

44. Okvirna časovna porazdelitev dela poklicnih sodelavcev (zelo pogojna shema, ki jo je treba nenehno prilagajati dejanskim razmeram, potrebam in predvsem pričakovanjem udeležencev:



45. Delo z javnostmi

Seznanjanje javnosti s ponudbo DCA se odvija tako v sodelovanju s socialnimi službami Mestne občine Ljubljana in drugimi socialnimi ustanovami mesta kot tudi v obliki samostojne dejavnosti DCA.

Javnost mora biti tekoče seznanjena z obsegom storitev, ki jih lahko zagotavlja DCA, ta pa lahko na podlagi povratne informacije izpopolnjuje svojo ponudbo storitev.

46. Delo z javnostmi v povezavi z drugimi ponudniki socialnih storitev

Takšno delo z javnostmi mora zagotavljati:

- Preglednost celotne pahljače ponudbe socialnih storitev za starejše
- Dopolnjevanje te ponudbe in zapolnjevanje vrzeli
- Transparentnost glede pristojnosti za posamezne grozde storitev
- Pojasnjevanje načina dostopa do posameznih storitev ali grozdov storitev

47. Delo z javnostmi kot samostojna dejavnost DCA

Izhodišča:

- Uveljavljanje prepoznavnosti logotipa DCA
- Prepoznavnost DCA kot vstopne instance, ko gre za preprečevanje socialne izključenosti starejših ali za problematiko, ki narekuje svetovanje ali pomoč
- Prepoznavnost storitev DCA, definiranje ciljnih skupin
- Motiviranje prostovoljstva

48. Oblike dela z javnostmi

- Stenski časopis
- Plakati/Letaki
- Oglaševanje s predmeti (svinčniki, T-shirts z logotipom)
- Internet (lastna spletna stran)
- Delo s tiskom
- Informacijska stojala na prireditvah

49. Upravljanje in vodenje DCA (SPECIFIČNO ZA POGOJE DELOVANJA V LJUBLJANI)

Organ upravljanja DCA je Izvršilni odbor MZU Ljubljana, ki mu s strokovnim nasvetom pomaga devetčlanski Strokovni svet.

Člane Strokovnega sveta imenuje Izvršilni odbor MZU Ljubljana, pri čemer Strokovni svet iz svojih vrst samostojno izbere predsednika.

Strokovni svet deluje na podlagi Poslovnika, ki ga sprejme Izvršilni odbor MZU Ljubljana.

VI. Razvoj 2014-2020

50. Splošna izhodišča

»Stvaritev družbe za vse generacije zahteva od odločevalcev in vseh pomembnih deležnikov, da si naložijo skupno odgovornost za snovanje novih načinov organiziranja naših družb ter tako zagotovijo pravičnejšo in bolj vzdržno prihodnost za vse generacije.

Prepričani smo, da ponujajo sedanje demografske spremembe vsakomur ključno priložnost za skupno prizadevanje v prid oblikovanju starosti prijazne Evropske unije do leta 2020« (AGE Platform Europe, *Manifest za starosti prijazno Evropo 2020*).

Ustvarjanje Starosti prijazne Evropske unije pomeni krepiti solidarnost med generacijami in omogočati vsem starostnim skupinam sodelovanje in vključitev v družbo, tako da sta jim zagotovljena ustrezna podpora in varnost.

V Starosti prijazni Evropski uniji naj ima sleherna starostna skupina in skupina prebivalstva korist od:

1. Pozitivnega odnosa do staranja, ki daje priznanje pomembnosti identitete in družbenega prispevka sleherne starostne skupine;
2. Dostopnih javnih površin, stavb in transporta kot tudi prilagojenega prebivališča in objektov za telesno dejavnost, ki skupaj krepijo možnosti za daljše samostojno življenje in participacijo v družbi ter hkrati krepijo možnosti za izmenjavo znotraj generacij in med njimi;

3. Digitalnega vključevanja, ki omogoča ljudem sodelovanje v družbi, vse bolj oprti na informacijsko-komunikacijske tehnologije, tako v vlogi občanov, zaposlenih, potrošnikov in porabnikov storitev kot tudi oskrbovalcev, prijateljev in družinskih članov;
4. Možnosti biti slišan v procesih sprejemanja odločitev;
5. Možnosti dejavnega sodelovanja v prostovoljskih, kulturnih, športnih in rekreacijskih aktivnostih, ki ljudem ustvarjajo in/ali ohranjajo njihova družbena omrežja, omogočajo pridobivanje novih znanj ter prispevajo k njihovem osebnemu izpopolnjevanju in dobremu počutju;
6. Dostopa do vseživljenjskega in medgeneracijskega učenja ter pridobivanja novih znanj in spretnosti v katerem koli življenjskem obdobju.

Tako na lokalni kot tudi regionalni in nacionalni ravni naj bi bilo za naslednje obdobje značilno nastajanje starosti prijaznih okolij, ki naj bodo odziv na demografske spremembe.

Še zlasti bi morali razvijati možnosti za:

- Uveljavljanje strategij aktivnega staranja, ki bodo upoštevale rezultate sedanjih in preteklih raziskav o staranju, kot tudi posebne potrebe ranljivih skupin, to je migrantov in etničnih manjšin, ljudi s posebnimi potrebami, delavcev z nizkimi dohodki in ljudi z netipično zaposlitveno kariero;
- Spopad s staromrznostjo v vseh plasteh življenja ter krepitev nediskriminacije in enakosti spolov v vseh razsežnostih aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti;
- Uveljavljanje urbanističnega in podeželskega načrtovanja, da bi z njim zagotovili dostopno zunanje okolje in dostop do informacij;
- Krepitev strnjenosti, vključenosti in participativnosti v celoti trajanja življenja;
- Zagotavljanje ustreznega in poštenega sistema zdravstvenega in socialnega varstva za vse starosti ter dostop do kakovostnih storitev, kar naj zagotovi, da bodo lahko najbolj ranljivi starejši živeli v dostojanstvu ter brez revščine in socialne izključenosti.

Dnevni centri aktivnosti za starejše so v osmih letih postali nepogrešljiv sestavni del mreže podpornih ustanov, ki delujejo v skladu z spredaj navedenimi smernicami za soočanje z demografskim zasukom v sodobni Evropi in zlasti s tistimi spremembami, ki jih napoveduje razvoj do leta 2050.

To mrežo nizkopražnih podpornih točk bo treba krepiti v soglasju s potrebami in ambicijami uporabnikov ter jo hkrati prilagajati različnim okoljem.

Participatorna metoda ostaja najboljši pristop pri iskanju ustreznega odgovora na te potrebe in ambicije.

Širjenje mreže bi zahtevalo tudi oblikovanje nacionalnega programa razvoja predinstitucionalnih oblik pomoči, podpore in oskrbe starejših, spodbujanja njihovega vključevanja v družbeno dogajanje in ne nazadnje vrednotenja njihovega prispevka k materialni blaginji družbe.

Gre ne nazadnje tudi za racionalnejšo izrabo sredstev in finančno vzdržnost sistema socialne varnosti starejših.

Strošek za preventivno delovanje je na dolgi rok prihranek.

Eden od pglavitnih ciljev akcije za starosti prijazno EU 2020 je podaljšanje zdravega obdobja življenja za dve leti. K temu cilju teži tudi organizacija Dnevni centrov aktivnosti za starejše.

Kdo je kdo:

Uporabniki so vsi, ki se s svojimi potrebami in problemi obračajo na DCA

Udeleženci so tisti, ki redno izkoriščajo skupinske ali specifične storitve DCA.

Stranke so vsi, ki se obračajo na DCA zaradi svetovalskih ali oskrbovalnih storitev.

Obiskovalci so tisti, ki se občasno obračajo na DCA zaradi potrebe po socialnih stikih.

Prostovoljci so zaradi svojih posebnih nalog del organigrama DCA.

Mestna zveza upokojencev Ljubljana
Osrednjeslovenska pokrajinska zveza DU



Dnevni centri aktivnosti za starejše (DCA)

Povšetova 20
Puhova 6
Gospodsvetska 4
Tržaška 37
Kunaverjeva 6-8
Pot k ribniku 3A
Agrokombinatska 2



Ulica Janeza Pavla II. 4, 1000 Ljubljana

Tel: 01 430 44 10
Fax: 01 430 44 14
E-mail: mzu@siol.net
Splet: www.mzu-lj.si

Tel: 051 664 801
Fax: 01/430 51 53
E-mail: dca@dca-ljubljana.org
Splet: www.dca-ljubljana.org

DNEVNI CENTRI AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE (DCA) LJUBLJANA



Program sofinancirata Mestna občina Ljubljana in
Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti

Mestna občina Ljubljana



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

Socialna izključenost, pogosta spremljevalka upokojitve in staranja, lahko povzroči telesno in duševno nedejavnost. To vodi v začaran krog, saj se z upadanjem telesne in duševne kondicije izključenost in osamljenost še povečujeta.

Cilj programa DCA je podaljševati zdravo in kakovostno življenjsko obdobje ter posameznika usposablja za vzajemno in prostovoljsko pomoč.

Dnevni centri aktivnosti za starejše (DCA) so namenjeni druženju in organizirani aktivnosti starejših občanov.

Zasnovani so na spoznanju, da želi velika večina starejših živeti v okolju, na katerega so navezani, dokler jim to dopuščajo moči in zdravstveno stanje.

Centri po eni strani preprečujejo izključenost starejših, ki je zaradi sodobnega anonimnega načina življenja v urbanih središčih in popuščanja družinskih vezi vse bolj razširjena, po drugi pa izkoriščajo podaljšano vitalnost uporabnikov za aktivnosti, oblike samopomoči ter medsebojno pomoč in podporo.

DCA-ji so v sistem umeščeni kot storitev, ki ni zakonsko predpisana; gre torej za mehanizem prostovoljne in predinstitucionalne narave.

Tovrstna umeščenost in razsežnost nalog DCA-ju omogočata, da v realnem času in prostoru spodbuja reševanje specifičnih problemov starejših ter njihovega neposrednega okolja, izravna vrzeli v polinstitucionalni in institucionalni strukturi skrbstva za starejše prebivalstvo ter se hitro odziva na spremenjene okoliščine in nove probleme.

Prednost DCA-ja je predvsem v tem, da se na mikro ravni lahko hitro prilagaja spremembam lokalne demografske strukture, strukture družine in socialne strukture nasploh.

Ker je DCA povezan tudi z drugimi ponudniki storitev, namenjenih predvsem starejšemu prebivalstvu, lahko deluje »medresorsko« ter združuje socialno podporo z različnimi oblikami izobraževanja in zdravstveno preventivo.

Z aktivnostmi, predavanji, svetovanji in skupinskimi prireditvami program DCA deluje preventivno, po potrebi pa tudi »kurativno« – v vlogi pomočnika, ki skupaj s prizadetim išče rešitev problema.

Splošne oziroma širšim skupinam namenjene storitve ter individualno svetovanje se v praksi prepletajo: informativna skupinska posvetovanja o posebnih temah se pogosto organizira zaradi vztrajne potrebe po individualnem svetovanju.

Skupinska svetovanja za starejše s posebnimi potrebami lahko zaradi obravnave podobnih individualnih težav prerastejo v oblikovanje mrež za pomoč in samopomoč, kjer si udeleženci in udeleženke pomagajo z izmenjavo izkušenj.

Dolgoročnejši cilj koncepta DCA-jev je širjenje mreže predinstitucionalnih ustanov na vsedržavni ravni in njihovo vključevanje v mrežo socialnovarstvenih ustanov z naslednjimi tremi cilji:

- omogočiti starejšim aktivno staranje, preprečevati izoliranost in spodbujati vključenost v mrežo socialnih odnosov;
- omogočiti podaljševanje življenja v privajenem domačem okolju in preprečevati nepotreben pritisk na institucionalno varstvo in oskrbo, ki lahko nastaja izključno zaradi socialne osamitve v domačem okolju;
- aktivirati starejše kot vir pomoči, samopomoči in prostovoljstva.

Program DCA z več kot 70 različnimi aktivnostmi uporabnikom nudi možnost aktivnega staranja, vseživljenjskega učenja in medgeneracijskega sodelovanja ter spodbuja prostovoljsko delo.

Glavni cilji DCA-jev so: krepitev in ohranjanje samostojnosti ter telesnega in duševnega zdravja; spodbuda vztrajanju v domačem okolju; podpora samostojnemu odločanju o načinu življenja; krepitev sposobnosti in zmožnosti posameznika; pospeševanje socialnih stikov in ohranjanje integracije v družbeno dogajanje; preprečevanje osamitve in izključenosti ter spodbujanje k občanskemu / političnemu angažiranju.

DCA se osredotoča na starejšega človeka in njegovo najbližje okolje ne glede na njegov socialni, ekonomski in pravni status, spol, raso, veroizpoved, izobrazbo, invalidnost ali spolno usmerjenost.

Posebna značilnost DCA-jev je tudi možnost samoodločanja.

Udeleženci lahko storitve vseskozi prilagajajo lastnim potrebam in zanimanjem; ni jim potrebno slediti vsiljenim programom, kar je značilnost klasične oskrbe starejših.

Z izkušnjami, pridobljenimi s širjenjem mreže DCA, smo strokovni delavci začeli izvajati inovativen pristop dela z uporabniki. Uporabljamo tako imenovano participatorno metodo.

Participatorna metoda se opira na potrebe, želje in težnje, ki jih izražajo sami uporabniki, hkrati pa omogoča, da ob podpori strokovnih delavcev programske sklope oziroma aktivnosti uporabniki večinoma tudi sami izvajajo – kot prostovoljci.

V program se uporabniki (ne glede na kronološko starost) vključujejo na podlagi lastnih interesov.

Cilj participatornega pristopa je vključevanje različnih akterjev na različnih ravneh – od zasnove do izvedbe; starejši so torej del celotnega procesa.

S participatorno metodo razvijamo manj birokratski postopek od spodaj navzgor, lahko pa ga uporabimo tudi za zbiranje podatkov o pričakovanih različnih ciljnih skupin na mikroravni.

Pri tem se ustvarja civilni dialog in občutek za »solastništvo« programa.

S participatorno metodo pomagamo zagotoviti odločitvam prijazen sprejem s strani uporabnikov in boljšo dolgoročno vzdržnost strategij, ki se ob tem razvijajo.

Tovrstna orodja pomagajo tudi pri opolnomočanju uporabnikov, saj jih na ta način vključujemo v procese in prilagajamo aktivnosti njihovim potrebam.

Vse to krepi vključevanje končnega uporabnika v razvoj in vrednotenje vzvodov kakovosti.

Pri ustvarjanju participatornih postopkov si je treba kot cilj zastaviti predvsem izpolnjevanje potreb ranljivih posameznikov z redkimi socialnimi stiki, oseb, katerih glasu ni tako lahko slišati.

Skozi leta delovanja so DCA-ji spontano, z učinkovitim prilagajanjem zaznamim potrebam uporabnikov, prerasli v medgeneracijske centre, kjer soustvarja in sodeluje več generacij. Na ta način prispevajo k spodbujanju in širjenju medgeneracijskega spoznavanja, sprejemanja in sodelovanja.

Širjenje (različnih, okolju prilagojenih oblik) centrov po vzoru DCA Ljubljana po celi Sloveniji zagotovo odraža primernost in potrebnost tovrstnega načina nudenja socialnovarstvenih storitev starejšim.

S številom tovrstnih centrov narašča tudi osveščenost, da je večina starejših še vedno relativno zdravih ter aktivnosti in vseživljenjskega učenja željnih posameznikov, ki so svoje znanje pripravljeni deliti z drugimi in na ta način prispevati svoj delež družbi.

DCA-ji redno sodelujejo z vrtci, osnovnimi in srednjimi šolami in fakultetami ter tako močno krepijo medgeneracijske vezi.

Z delavnicami, skupnimi nastopi in srečanji si (najmanj) tri različne generacije izmenjujejo izkušnje, znanje in vrednote, kot so spoštovanje, sprejemanje različnosti in drugačnosti ter solidarnost na znotrajgeneracijski in medgeneracijski ravni.

UPORABNIKI - ČLANI DCA

Program DCA je v prvi vrsti namenjen starejšim, ki se soočajo z osebnimi, socialnimi, zdravstvenimi, finančnimi in pravnimi težavami, ki potrebujejo pomoč pri urejanju svojega vsakodnevnega življenja, s potrebo po socialnih stikih (preprečevanje izključenosti), ki potrebujejo usmerjanje, ki so se pripravljene vključiti v neprofesionalne ali prostovoljske dejavnosti, ki skušajo kot prostovoljci ohranjati svoje pridobljene kvalifikacije.

Osebam iz okolja starejših, ki skrbijo za to, da starejši človek ostaja v svojem privajenem domačem okolju, ki v svojem domačem okolju potrebujejo delno razbremenitev in/ali oporo.

Ustanovam, ki predstavljajo zaledje socialne mreže mesta in okolice.

Program je medgeneracijski zato se vanj lahko vključi kdorkoli, upokojevec ni pogoj za članstvo.

Program ima »nizek prag dostopnosti«, kar pomeni, da vključitev dejansko omogočimo vsakomur. Člani niso le uporabniki programa temveč so soustvarjalci.

DCA-ji so v vseh teh letih prerasli iz Centrov aktivnosti za starejše v medgeneracijske centre. Večino članov še vedno predstavljajo upokojeveci, vendar se predvsem popoldanskih aktivnosti udeležuje tudi mlajša, še aktivna generacija in brezposelni, program pa razširjamo tudi s sodelovanjem z institucijami in društvi, katerih glavni uporabniki so otroci in mladostniki.

V letu 2016 se je v program DCA aktivno vključevalo cca. 1600 različnih uporabnikov. Mesečno aktivnih je bilo v povprečju 735 članov, v mesecu novembru pa je bilo aktivnih največ in sicer cca. 1060 članov.

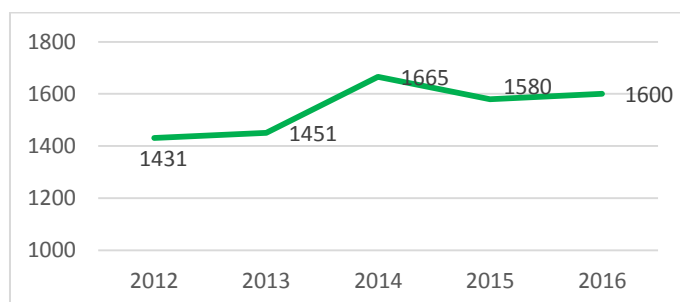
Centri so najbolj obiskani od meseca oktobra do maja, še vedno pa opazamo upad v poletnih mesecih, kar je normalna posledica šolskih počitnic in dopustov, tako prostovoljcev kot članov.

Dnevno vsak posamezen center obišče od 15 do 150 članov.

Povprečno pa je vsak dan v centru 74 članov.

Dnevno aktivnih v vseh centrih skupaj v mesecih od oktobra do maja pa je v povprečju 515 članov.

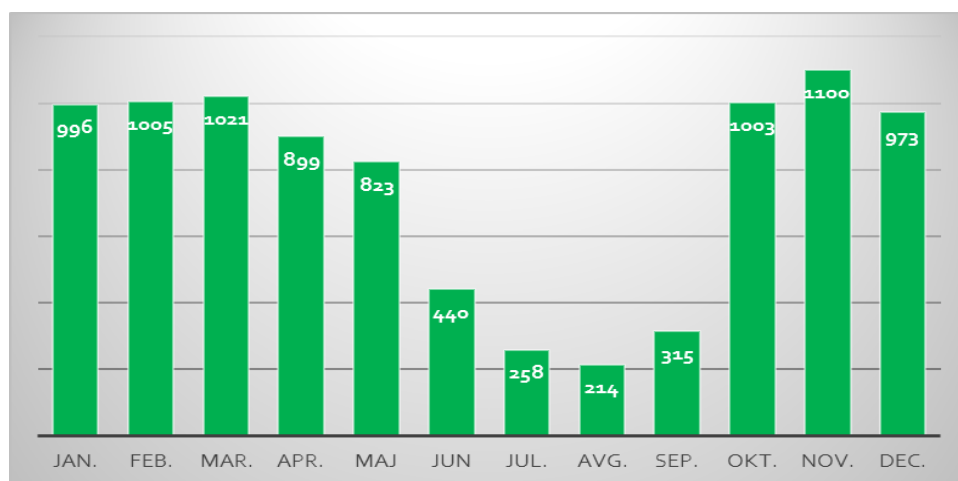
Graf 1.: Število različnih uporabnikov po letih (2012-2016)



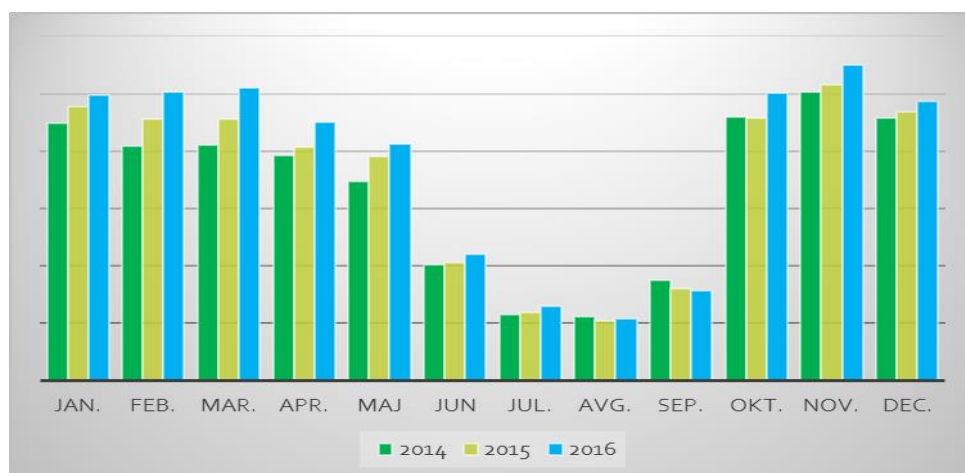
Graf 2.: Število različnih uporabnikov po posameznih centrih v letu 2016



Graf 3.: Število uporabnikov DCA po mesecih v letu 2016



Graf 4.: Število uporabnikov DCA po mesecih (primerjava po letih)

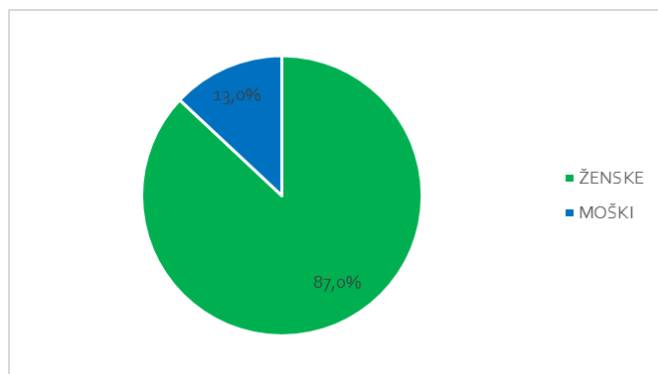


SPOL IN STAROST ČLANOV DCA

Tabela 1.: Število članov glede na spol

	ŽENSKÉ	MOŠKI
2014	88,5 %	11,5 %
2015	87,2 %	12,8 %
2016	87,0 %	13,0 %

Graf 5.: Število članov glede na spol v letu 2016



87 % članov DCA predstavljajo ženske, 13 % pa je moških.

Spodbuden je podatek, da se v program vsako leto vključi več moških.

Povprečna starost članov DCA v letu 2016 je bila 67 let.

AKTIVNOSTI

Člani se v povprečju lahko brezplačno udeležujejo več kot **70 različnih aktivnosti**, kar predstavlja približno **550 ur aktivnosti na teden**. Poleg rednih aktivnosti na urniku se lahko člani vključijo tudi v medgeneracijsko sodelovanje ter v sodelovanje z lokalno skupnostjo. Redno mesečno pa so jim na voljo tudi številna predavanja, izobraževanja in delavnice ter kulturne proslave in praznovanja različnih praznikov in običajev.

Glede na tematiko, aktivnosti razdelimo v devet različnih sklopov:

- 1. Redne gibalne aktivnosti:** telovadba (klasična, 1000 gibov, za ravnotežje, proti osteoporozi, za hrbtenico, plesna), pilates, tai chi, bothmer gimnastika, jorobika, tibetanske vaje, namizni tenis.
- 2. Sprostitvene delavnice ter skrb za telo in duha:** joga (tradicionalna, dihalna, dinamična, kundalini, smeha, obraza, z barvo...), chi gong, sprostitvene delavnice – tehnike sproščanja, plesi v krogu, EFT – tapkanje, meditacija, meditacija čuječnosti, delavnica »Body balance«, Shen Zhen Gong, pogovorne skupine (osebnostna rast, pogovori o sreči,...), refleksa masaža stopal, masaža hrbta, delavnica o zdravi prehrani.
- 3. Vseživljenjsko učenje:** vaje za urjenje spomina in logike, urjenje spomina v gibanju, besedne igre, angleščina, nemščina, italijanščina, francoščina, španščina, ruščina, grščina, latinščina, arabščina, računalništvo, digitalna fotografija, literarno debatni krožek, slovenščina in književnost, zgodovina, umetnostna zgodovina, geografija, psihologija, astronomija, kaligrafija, uporaba pametnega telefona, veščine uspešne komunikacije in medosebne rasti, astrologija.

4. **Kultura in umetnost:** petje (ljudsko, zborovsko), ples (družabni, trebušni, skupinski, irski, slovenski ljudski, ciganski, s hula obroči, solo plesi v latino ritmih...), ustvarjalne delavnice, oblikovanje z glino, risanje mandal, oblikovanje fraktalov, ročna dela (pletenje, kvačkanje, šivanje, klekljanje,...), slikarstvo, likovna delavnica, delavnica o modi, stilu in lepoti, dramski krožek.
5. **Prostočasne aktivnosti:** družabne igre, šah, kartanje, pikado, čitalnica (dnevno časopisje, revije), knjižnica.
6. **Aktivnosti v naravi:** pohodništvo, nordijska hoja, kolesarjenje, vodeni sprehodi po Ljubljani.
7. **Predavanja in izobraževanja**
8. **Sodelovanje z lokalno skupnostjo:** skupne delavnice in srečanja z društvi, NVO-ji, javnimi institucijami,...
9. **Medgeneracijsko sodelovanje:** skupne delavnice in srečanja z vrtci, osnovnimi in srednjimi šolami ter mladinskimi centri,...

PROSTOVOLJCI in ŠTUDENTJE

Vse aktivnosti v programu DCA vodijo **prostovoljci**.

V letu 2016 jih je bilo v program vključenih kar **246**, od tega 208 žensk in 38 moških.

Skupaj so opravili okoli 17.000 ur prostovoljskega dela.

Več kot 100 prostovoljcev v programu deluje že vsaj dve leti.

Približno 40 je takih, ki so aktivni že več kot pet let, 12 prostovoljk pa je v programu aktivnih že več kot 10 let.

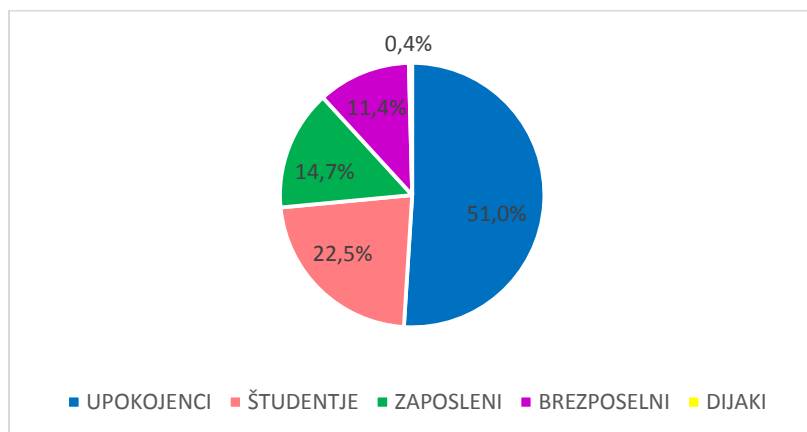
Tabela 2.: Število prostovoljcev glede na spol

	ŽENSKÉ	MOŠKI
2014	84,7 %	15,3%
2015	84 %	16 %
2016	82,9 %	17,1 %

Tabela 3.: Število prostovoljcev glede na status

STATUS	Leto 2014	Leto 2015	Leto 2016
upokoјenci	117	126	125
zaposleni	37	46	36
brezposelni, prvi iskalci zaposlitve	23	31	28
študentje, absolventi	45	45	56
dijaki	1	1	1
SKUPAJ	223	249	246

Graf 7.: Število prostovoljcev glede na status



Potrditev participatorne metode po kateri deluje program DCA, da je 90 odstotkov prostovoljcev s statusom upokojenca, hkrati uporabnikov programa DCA.

IZOBRAŽEVANJE IN MENTORSTVO

Poleg **rednih mentorskih srečanj**, ki so namenjena reševanju konfliktov, osebnih stisk, izmenjavi pozitivnih in negativnih izkušenj, imajo prostovoljci v programu DCA možnost tudi udeležbe na **tematskem izobraževanju prostovoljcev**, v okviru katerega strokovnjaki predavajo o različnih temah povezanih z staranjem, odnosi, vseživljenjskim učenjem,...

UČNA BAZA

Program DCA je z leti postal učna baza študentom Fakultete za socialno delo, študentom Filozofske fakultete (smer andragogika in pedagogika), ŠTUDENTOM Pedagoške fakultete (smer socialna pedagogika), študentom programa Organizator socialne mreže in študentom Fakultete za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani.

Glede na še vedno naraščajoče število uporabnikov oz. članov in pa podaljševanje časa, ki ga posamezni uporabnik preživi v centru, lahko z gotovostjo trdimo, da sodobna, starajoča družba takšne centre potrebuje.

DCA-ji so postali učinkovito orodje za preprečevanje izključenosti na eni strani, hkrati pa prostori za utrjevanje medgeneracijske povezanosti. Kot oblika predinstitucionalne pomoči in podpore starejšim prebivalkam in prebivalcem so postali nepogrešljiv člen v socialni verigi oskrbe starejših.

Vir: Letno poročilo Dnevnih centrov aktivnosti za starejše (DCA) Ljubljana za leto 2016

Ljubljana, september 2017