



Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba

Uspjesi i naučene lekcije

Urednici: Nataša Todorović, Milutin Vračević

**Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba
Uspjesi i naučene lekcije**

Izdavač:

Crveni krst Srbije, Simina 19, 11000 Beograd

Tel/faks: 011/30-32-125

e-mail: serbia@redcross.org.rs www.redcross.org.rs

Za izdavača:

Ljubomir Miladinović, Generalni sekretar Crvenog krsta Srbije

Urednici:

Nataša Todorović

Milutin Vračević

Priprema za štampu:

Ljubica Macan

Prevod:

Prevodilačko preduzeće LEXICA DOO

Dizajn naslovne strane:

Nikola Bogdanović – PR “Umetnička vajarstva radionica”

Štampa: ATC d.o.o.

Tiraž: 300

Godina: 2019

ISBN 978-86-80205-72-4

Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba –trogodišnji je projekat podrške Evropske unije, Austrijske razvojne agencije i Austrijskog Crvenog krsta, koji se sprovodi u pet zemalja Zapadnog Balkana: Srbiji, Albaniji, Bosni i Hercegovini, Republici Sjevernoj Makedoniji i Crnoj Gori, uz koordinaciju Crvenog krsta Srbije. Cilj projekta je izgradnja kapaciteta organizacija civilnog društva koje se bave različitim aspektima demografskog starenja (istraživanjem, javnim zastupanjem, promotivnim kampanjama, uslugama u zajednici...), kao i motivisanje starijih lica da učestvuju u procesima donošenja odluka i kreiranja politika u vezi sa socijalnom inkluzijom starijih žena i muškaraca na regionalnom i lokalnom nivou u zemljama Zapadnog Balkana.

Izradu ove publikacije finansirala je Evropska unija i Austrijska razvojna agencija. U publikaciji su iskazani samo stavovi autora koji nisu nužno ni stavovi Evropske unije i Austrijske razvojne agencije.

Željeli bismo da se zahvalimo svim partnerima na projektu koji su doprinijeli njegovoj implementaciji:
Alban Ylli, Gentiana Qirjako, Hamdija Kujundžić, Vahida Huzejrović, Ljupka Petkovska, Žaklina Popović, Saško Jovanov, Meri Terzieva, Jelena Šofranac, Igor Jokanović i Uroš Smiljanić.

Takođe želimo da se zahvalimo Austrijskom Crvenom krstu na tehničkoj podršci:
Angelika Scherzer, Cornelia Zwicker, Katarina Banićević, Gerlinde Astleithner, Charlotte Strümpel, Annabelle Krenn-Grabner, Michaela Pichler, Eduard Trampusch

Najveću zahvalnost dugujemo svim starijim ženama i muškarcima na Zapadnom Balkanu koji su učestvovali u projektu i uložili svoju motivaciju, znanje i iskustvo kako bi ga učinili uspješnim.

SADRŽAJ

Socijalna inkluzija	1
Indikatori socijalne inkluzije starijih lica u državama Zapadnog Balkana	1
Uvod i ciljevi projekta	9
Partneri na projektu	11
Partnerstvo ili rivalitet u mreži	11
Dostignuća	13
Završna konferencija u Beogradu	17
Aktivnosti na globalnom nivou	19
Istraživanje	23
Naučene lekcije iz projekata socijalne inkluzije u zajednici	31
Sažeci mikroprojekata	
Srbija	36
Albanija	64
Bosna i Hercegovina	91
Republika Sjeverna Makedonija	116
Crna Gora	141
Literatura	167

Socijalna inkluzija

Socijalna inkluzija je bitan element kvaliteta života i starenja sa dostojanstvom. Ona prožima različite segmente života i obuhvata razne dimenzije i slojeve. Jedna od njenih glavnih odlika je to što se mijenja.

Socijalna inkluzija je višedimenzionalni fenomen koji čine važni aspekti uključenosti pojedinca u zajednicu, tako da pored siromaštva i objektivnih aspekata ona obuhvata i subjektivne aspekte, tj. percepciju pojedinca o socijalnoj inkluziji ili uskraćenost u zadovoljavanju sopstvenih potreba. Metodologija praćenja siromaštva i socijalne isključenosti u Evropskoj uniji definisana je kroz mnoge dimenzije: finansijsko siromaštvo i materijalnu uskraćenost, uskraćenost u zadovoljavanju potreba, uključenost u obrazovanje, uključenost na tržište rada, pristup zdravstvenim uslugama, uključenost u zajednici, odnos sa drugim ljudima, osjećaj imanja smisla u životu i zadovoljstvo različitim aspektima života (Atkinson, Cantillon, Marlier i Nolan, 2002).

„Socijalna isključenost“ odnosi se na odvajanje pojedinca ili grupe od društva. Kada je ova isključenost kombinovana sa starošću, uključeni su posebni odnosi između faktora rizika, procesa i ishoda na više različitih nivoa. Različite forme i stepeni isključenosti tokom životnog ciklusa, njena složenost, kao i kombinacija nejednakosti pojedinih grupa povećavaju rizik od isključenosti u starijem životnom dobu i ograničavaju mogućnosti za njeno ublažavanje. Socijalna isključenost u starijem dobu dovodi do neravnopravnog položaja kada su u pitanju izbori i kontrola resursa i odnosa, moći i prava u pristupu uslugama i podršci. Na taj način stvaraju se prepreke u pristupu materijalnim i finansijskim resursima, socio-kulturnim aspektima društva a učešće građana se čini težim. Isključenost u starijem dobu uključuje države, društva, zajednice i pojedince (Kieran, Thomas i Norah, 2016).

Indikatori socijalne inkluzije starijih lica u državama Zapadnog Balkana

Nivo socijalne inkluzije starijih lica mjeran je uz pomoć sljedećih indikatora:

1. očekivani životni vijek na rođenju i sa 65 godina;
2. samoprocijenjeni zdravstveni status;
3. stopa nepokrivenosti zdravstvenim osiguranjem;
4. pristup zdravstvenoj njezi;
5. osobe sa hroničnom bolešću koja ih ograničava na duži period u svakodnevnim aktivnostima;
6. funkcionalna pismenost odraslih;
7. pokrivenost univerzitetskim obrazovanjem;
8. elektronska pismenost;
9. učestalost nasilja u porodici i samoprocjena socijalne isključenosti.

Istražili smo i udio starijih muškaraca i žena u populaciji sa projekcijama za naredne decenije, pokrivenost penzionim sistemom, materijalnu uskraćenost starijih lica, pristup zdravstvenim uslugama i pristup uslugama socijalne zaštite.

1. Očekivani životni vijek na rođenju i sa 65 godina

U periodu 2014.-2016. u **Srbiji**, očekivani životni vijek na rođenju za muškarce bio je 73,01 a za žene 77,98 (Zavod za statistiku Republike Srbije, 2017.). Što se tiče očekivanog životnog vijeka sa 65 godina, 2016. godine u Srbiji je on bio 13,9 za muškarce i 16,8 za žene (Hirose, Czepulis-Rutkowska, 2016.).

Za **Albaniju**, 2016. godine očekivani životni vijek na rođenju je bio 77 za muškarce a 80,1 za žene (INSTAT, 2017.) dok je očekivani životni vijek sa 65 godina u 2014. bio 17,2 (INSTAT, 2015.).

Za **Bosnu i Hercegovinu**, očekivani životni vijek na rođenju 2017. godine bio je 77,4 (75 za muškarce i 79,7 za žene) dok je očekivani životni vijek sa 65 godina bio 17,41 za žene i 15 za muškarce (SZO).

Za **Republiku Sjevernu Makedoniju**, 2017. godine očekivani životni vijek na rođenju bio je 75,57 (77,52 za žene i 73,66 za muškarce) (Statistički godišnjak za Republiku Makedoniju, 2018.) dok je u 2011., očekivani životni vijek sa 65 godina bio 13,9 za muškarce i 15,9 za žene (Državni statistički zavod Republike Sjeverne Makedonije).

U **Crnoj Gori** u 2017. godini očekivani životni vijek na rođenju bio je 76,7 – 74,1 za muškarce i 79,4 za žene (MONSTAT, 2017.).

2. Samoprocijenjeni zdravstveni status

U **Srbiji** 40,2% ljudi starijih od 65 godina procjenjuju svoj zdravstveni status kao loš ili veoma loš (Institut za javno zdravlje Srbije „Dr Milan Jovanović Batut“, 2013.).

U **Bosni i Hercegovini** populacija starija od 65 godina prijavljuje najviše slučajeva lošeg ili veoma lošeg zdravlja (37%) a najmanji broj dobrog ili veoma dobrog zdravlja (25%) u poređenju sa drugim starosnim grupama (Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine, 2015.).

U **Republici Sjevernoj Makedoniji** TASIOP istraživanje (InkluzivaM, 2017.) prikazalo je da 8,2% ispitanika svoj zdravstveni status smatra lošim a njih 27,8 veoma lošim (str. 21).

U **Crnoj Gori** TASIOP istraživanje (Dignitas, 2019) prikazuje da od 300 ispitanika u socijalno ugroženoj kategoriji, 41,4% njih opisuje svoje zdravlje kao relativno dobro ili dobro, dok ga većina (58,6%) opisuje kao loše ili relativno loše. Na uzorku od 600 nasumice odabranih starijih lica, ukupan zdravstveni status kao loš ili relativno loš ocjenjuje samo 21% njih, dok većina prijavljuje relativno dobro (49,6%) i dobro zdravlje (29,4%).

3. Stopa nepokrivenosti zdravstvenim osiguranjem

U **Srbiji**, kada se napuni 65 godina, automatski se dobija zdravstveno osiguranje, iako je i dalje neophodno imati izdatu zdravstvenu knjižicu što može da dovede do određenih administrativnih prepreka za neka starija lica (Zakon o zdravstvenom osiguranju, 2015.).

U **Albaniji**, svi penzioneri (uključujući i one sa socijalnim penzijama) automatski su pokriveni zdravstvenim osiguranjem.

Kada je riječ o **Bosni i Hercegovini**, 3,16% stanovništva starijeg od 65 godina je izvan sistema zdravstvene njege (3,62% za Republiku Srpsku i 2,71% za Federaciju Bosne i Hercegovine) i nije u stanju da zadovolji svoje zdravstvene potrebe i potrebe socijalne njege. Osim toga, pravu na hitne medicinske intervencije još uvijek ne može da pristupi 15% povratnika u mjestu povratka. Razlozi za to mogu se nalaziti u većem broju stanovnika koji se bavi poljoprivredom, a koji obično nisu uključeni u sistem javne zdravstvene njege preko plaćanja obaveznih doprinosa (Savezni fond za osiguranje i reosiguranje).

Za **Republiku Sjevernu Makedoniju** podaci iz TASIOP istraživanja (InkluzivaM, 2017.) pokazuju da 1,5% populacije starije od 65 godina uključeno u istraživanje nije pokriveno zdravstvenom negom. Dalje, prema podacima Fonda za zdravstveno osiguranje Republike Sjeverne Makedonije, u decembru 2017., 3.302 lica starijih od 65 godina od ukupno njih 279.106 nije imalo zdravstveno osiguranje – što je približno 0,16 procenata ukupnog broja stanovnika.

Za **Crnu Goru**, podaci TASIOP istraživanja (Dignitas, 2019) pokazuju da u uzorku od 900 starijih lica, njih 98,8% ima zdravstveno osiguranje a njih 1,2% ga nema.

4. Pristup zdravstvenoj njezi (posjete doktorima i stomatolozima)

Prema Eurostatu, u 2015. godini 13% starijih muškaraca i 18% starijih žena u **Srbiji** nije ispunilo svoje zdravstvene potrebe u posljednjih 12 mjeseci (bio im je potreban pregled ili liječenje ali ga nisu dobili). Najčešće navođen razlog za to bio je nedostatak finansija.

U **Albaniji**, prema TASIOP istraživanju (MOSHA, 2017.), oko 16% starijih lica nije bilo u mogućnosti da ima pristup zdravstvenoj njezi/uslugama kada je to bilo potrebno. Cifra je bila veća za žene nego za muškarce (17% naspram 14%) kao i u seoskim u odnosu na gradska područja (25% naspram 14%). Glavne prepreke su bile teškoće da se priušti liječenje (17.6%), velika udaljenost zdravstvenih ustanova (12,3%) i nemogućnost odlaska do mjesta pružanja zdravstvenih usluga zbog teških bolesti/bolova (11,4%). 24,7% ispitanika je izjavilo da ne može da prima prepisane lijekove uglavnom zato što ne može da ih priušti. Nemogućnost plaćanja lijekova bila je veća u seoskim i neformalnim područjima (oko 28%, odnosno 31%). Primjenom indeksa SZO-5, ukupna učestalost problema mentalnog zdravlja u uzorku iznosila je skoro 70%.

U **Bosni i Hercegovini**, TASIOP istraživanje (Za dostojanstveno starenje, 2019.) pokazalo je da je jedan od razloga povećanje stope mortaliteta i morbiditeta povezan sa nedostupnim adekvatnim zdravstvenim uslugama i nedostatkom novca. Više od 50% starijih lica koja su učestvovala u istraživanju (MOSHA, 2017.) izjavilo je da su propustili odlaske kod doktora, stomatologa, dijagnostičke tretmane ili terapije najmanje 10 puta tokom prethodne godine usljed nedostatka novca.

Prema TASIOP istraživanju u **Republici Sjevernoj Makedoniji** (InkluzivaM, 2017.), 9% ispitanika izjavilo je da nije zadovoljilo potrebe za socijalnim i zdravstvenim uslugama zbog nedostatka finansijskih sredstava za participaciju i lijekove.

U **Crnoj Gori** TASIOP istraživanje (Dignitas, 2019.) pokazalo je da 1,2% ispitanika nema zdravstveno osiguranje, a najveća grupa među njima (45,5%) bili su oni koji nisu uplaćivali doprinose u fond za osiguranje/nisu ispunili uslov za penziju.

5. Osobe sa hroničnom bolešću koja ih ograničava na duži period u svakodnevnim aktivnostima

37,6% stanovništva starijeg od 65 godina u **Srbiji** prijavilo je ozbiljne poteškoće u svakodnevnom životu (pripremi hrane, lakšim i zahtjevnijim kućnim poslovima, kupovini namirnica, itd.), a 11% poteškoće sa obavljanjem aktivnosti lične njege (oblačenje i svlačenje, upotreba toaleta, kupanje, tuširanje, itd. (Institut za javno zdravlje Srbije „Dr Milan Jovanović Batut“, 2013.).

U **Albaniji** 25% žena i 20% muškaraca starijih od 65 godina je navelo da pati od bolesti ili invaliditeta koji ih ometa u svakodnevnim aktivnostima. Ovaj procenat iznosi čak 38% muškaraca i 44% žena kod ljudi starijih od 80 godina (Popis stanovništva i domaćinstava, 2011.).

U **Bosni i Hercegovini** udio osoba starijih od 65 godina koje imaju zvaničnu dijagnozu koja ih ograničava u obavljanju svakodnevnih aktivnosti iznosi 27.1% (Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine, 2015).

U **Republici Severnoj Makedoniji**, prema TASIOP istraživanju (InkluzivaM, 2017), 59% ispitanika je izjavilo da pati od neke hronične bolesti, 64.6% žena i 52.6% muškaraca (str. 22).

U **Crnoj Gori** 11% ukupnog stanovništva ima teškoće u obavljanju svakodnevnih aktivnosti zbog hroničnih bolesti, invaliditeta ili starosti. Ovaj procenat se povećava sa starošću na 40% populacije u starosnoj grupi 65-84 i na 61% stanovništva starijeg od 85 godina (Nacionalni popis u Crnoj Gori, 2011.).

6. Funkcionalna pismenost odraslih

Prema nacionalnom popisu iz 2011. godine u **Srbiji**, 7,19% stanovništva starijeg od 65 godina je funkcionalno nepismeno (Zavod za statistiku Republike Srbije, 2011.).

U **Albaniji** 8% ljudi starijih od 65 godina nikad nije pohađalo školu (Popis stanovništva i domaćinstava, 2011.).

U **Bosni i Hercegovini** 11,10% stanovništva starijeg od 65 godina ne umije da pročita pola strane teksta na temu iz svakodnevnog života. Kada se posmatra na nivou entiteta i okruga Brčko, može se vidjeti da je broj nepismenih žena u principu 5 do 6 puta veći nego muškaraca (Nacionalni popis, 2013.).

U **Republici Sjevernoj Makedoniji**, Zakon o obrazovanju odraslih nudi mogućnost obrazovanja u trećem dobu. To se odnosi na mogućnosti kreiranja formi obrazovanja za starija lica, u skladu sa njihovim potrebama i intelektualnim kapacitetima. Sve je veći broj starijih lica koja se nakon penzionisanja još uvijek osjećaju sposobnim za obavljanje profesionalnih aktivnosti i koji moraju da ostanu aktivni. Za ovaj dio stanovništva potrebno je organizovati stručno obrazovanje na različite teme (baštovanstvo, cvečarstvo, pčelarstvo, pletenje, šivenje, itd.). Baveći se time, oni se osjećaju aktivno i ispunjeno, obavljajući aktivnosti kojima su tokom radnog vijeka možda željeli da se bave ali nisu imali vremena. Učešće starijih osoba u cjeloživotnom obrazovanju je međutim veoma skromno.

U **Crnoj Gori**, u grupi ljudi starijih od 65 godina, njih 9% nije završilo prva četiri razreda osnovne škole, 30% ih nije završilo osnovnu školu. U istoj grupi, njih 6% je nepismeno (Nacionalni popis u Crnoj Gori, 2011.).

7. Pokrivenost univerzitetskim obrazovanjem

U **Srbiji**, prema nacionalnom popisu iz 2011., 12,6% ljudi starijih od 65 godina ima završenu višu školu ili fakultet (Zavod za statistiku Republike Srbije, 2011.).

U **Albaniji** 11,8% muškaraca i 4% žena starijih od 65 godina ima završeno tercijarno (univerzitetsko) obrazovanje (INSTAT, 2017.).

U **Bosni i Hercegovini** oko 19% ljudi starijih od 65 godina ima završenu višu školu ili fakultet (Nacionalni popis, 2013.).

U **Crnoj Gori** oko 13% stanovništva starijeg od 65 godina ima završenu višu školu ili fakultet, postdiplomske master studije ili doktorske studije, kao i osnovne akademske studije, osnovne primijenjene studije, postdiplomske specijalističke studije i postdiplomske master studije (Nacionalni popis u Crnoj Gori, 2011.).

8. Elektronska pismenost

U **Srbiji**, prema nacionalnom popisu iz 2011. godine, 5,6% stanovnika starijih od 65 godina ima djelimično ili kompletno poznavanje rada na kompjuteru (Zavod za statistiku Republike Srbije, 2011.). Prema TASIOP istraživanju (HumanaS, 2018.), u 2018. godini, 17% stanovništva starijeg od 65 godina koristilo je kompjuter u prethodnih 12 mjeseci a tokom istog vremenskog perioda 18% starijih od 65 godina je

koristilo internet. Samo 3% stanovništva starijeg od 65 godina je pristupalo internetu preko mobilnih telefona (Ibid).

U **Albaniji** 15% ljudi starijih od 65 godina zna da koristi kompjuter a 9% njih zna da koristi internet (INSTAT, 2015.).

U **Bosni i Hercegovini** ukupan broj lica starijih od 65 godina koji nezavisno umije da koristi neki kompjuterski program je 1,5% (1,22 % u Federaciji Bosne i Hercegovine a 1,9% u Republici Srpskoj) (Nacionalni popis, 2013.).

U **Republici Sjevernoj Makedoniji** indeks digitalne pismenosti iznosi 0,7 u starosnoj grupi 55-64, a 0,38 u starosnoj grupi 65-74 (Nacionalna strategija za e-Inkluziju 2011.-2014.).

U **Crnoj Gori** u grupi ljudi starijih od 65 godina (79.337) ima 1.454 kompjuterski pismene osobe dok još njih 2.320 ima djelimično znanje o radu na kompjuteru što čini ukupan procenat od 1,8% odnosno 2,9% (Nacionalni popis, 2011.).

9. Učestalost nasilja u porodici

U **Srbiji**, prema istraživanju obavljenom 2015. godine, 19,8% starijih lica prijavilo je da je bilo predmet neke vrste nasilja u starijem dobu. Prema izvještaju Republičkog zavoda za socijalnu zaštitu iz 2017. godine, 13% svih prijavljenih slučajeva nasilja u porodici izvršeno je protiv starijih lica (Janković, Todorović i Vračević, 2015).

U **Bosni i Hercegovini** u 2014. godini, Ministarstvu unutrašnjih poslova je bilo prijavljeno 1.459 slučajeva nasilja, pri čemu je detaljna analiza pokazala da su u 1% slučajeva počinioci bili unuci a u 13% slučajeva sinovi. Dalje, žrtve nasilja su u 6% slučajeva majke, bake u 1% a očevi u 7% slučajeva (Gender centar Federacije Bosne i Hercegovine, 2014.).

U **Republici Sjevernoj Makedoniji**, prema Institutu za društvene i humanističke nauke iz Skopja i njegovoj elektronskoj bazi podataka LIRIKUS, u periodu od 1. januara 2018. do 31. januara 2018, 43 osobe starije od 65 godina bile su registrovane kao žrtve nasilja u porodici, od toga 18 muškaraca i 25 žena. Prijavili su različite vrste nasilja (emocionalno, fizičko i finansijsko zlostavljanje).

10. Samoprocjena socijalne isključenosti

Prema TASIOP istraživanju o socijalnoj inkluziji starijih lica u **Srbiji**, najveći osjećaj usamljenosti može se identifikovati među starijim osobama koje žive u jednočlanim domaćinstvima, u seoskim oblastima ili među starijim ljudima koji nisu aktivni ni u jednom udruženju i organizaciji. Doživljaj diskriminacije često se odnosi na tretman u ustanovama, uključujući primanje usluga zdravstvene zaštite. Takođe se često pominje da stariji ljudi smatraju da ih drugi vide kao da su na izmaku svojih života i da su stoga nevažni, da nisu vrijedni pažnje i brige. Jedna od najrasprostranjenijih predrasuda je da su stariji ljudi pasivni i da ne doprinose ništa društvu (HumanaS, 2018.).

U **Albaniji** 8% starijih lica izjavilo je da uopšte nema kontakte sa članovima porodice i/ili prijateljima (MOSHA, 2017.). Pored toga, 24,6% lica starosti od 65 do 75 godina pokazalo je znakove depresije tokom dvije godine koje su prethodile istraživanju (16,1% žena i 32,4% muškaraca) (IMIAS Studija, 2016.).

Što se tiče **Bosne i Hercegovine**, lica starija od 65 godina čine 64% ukupnog stanovništva koje živi u jednočlanim domaćinstvima. 76% njih su žene. Kroz razgovore u okviru fokus grupa tokom TASIOP istraživanja (Za dostojanstveno starenje, 2019.) utvrđeno je da se svaka druga osoba iz ove grupe

stanovništva osjeća bespomoćno i da se boji zime. Zbog nepovoljnih vremenskih prilika, starije osobe, posebno u seoskim područjima, često ostanu zavijane u svojim kućama, te ne budu u mogućnosti da pođu do prodavnice, kod doktora ili čak da kupe drva za ogrjev.

Imajući u vidu da je svaka druga osoba koja učestvuje u istraživanju u Bosni i Hercegovini društveno neaktivna, da svaka peta nema podršku porodice i prijatelja, da svaka osoba starija od 80 godina ne može samostalno da funkcioniše, može se zaključiti da je više od 30% starijih lica izloženo riziku socijalne isključenosti. Prema ispitanicima iz fokus grupa, 90% starijih lica smatra da ih društvo diskriminiše, ne poštuje i ne priznaje njihov doprinos i zasluge društvu. Diskriminacija starijih lica se doživljava i zasnovana je na stvarnom iskustvu: dugačke liste čekanja pri zakazivanju medicinskih pregleda; loša ishrana i liječenje u bolnicama; neljubaznost medicinskog osoblja; uskraćivanje zdravstvenih usluga pojedincima koji žive u drugom području ili kantonu; uskraćivanje zdravstvenih informacija; čekanje na zakazivanje specijalističkih pregleda, hirurških intervencija, itd. Svaka peta osoba navodi da je nepravedno spriječena u ostvarivanju svojih prava na zdravstvenu njegu. Stariji ljudi navode da često moraju da čekaju po nekoliko mjeseci samo da bi dobili termin za pregled kod specijaliste, na dijagnostički pregled i hirurški zahvat, a pored svega toga, da bi dobili takve usluge moraju da pređu po nekoliko kilometara. Na kraju, više od 80% ljudi starijih od 65 godina izjavljuje da ima veoma mali uticaj na važne odluke o životu zajednice (Diskusija u fokus grupama, 2018.).

Što se Crne Gore tiče, u TASIOP istraživanju (Dignitas, 2019) je traženo od ispitanika da navedu svoj najveći problem i oni su naveli usamljenost (19,4%) i siromaštvo (16,8%) kao najčešće odgovore, kao i nedostatak podrške i usluga pomoći (16,2%). Socijalno ugroženi ispitanici prijavili su najveći procenat siromaštva (33,8%), samoće (27,4%) i nedostatka njege (11,5%). Ovi podaci ukazuju na razlike u problemima sa kojima se suočavaju socijalno ugrožena starija lica u odnosu na lica koja žive u boljim uslovima. Tako, ispitanici iz nasumično odabranog uzorka u najvećem procentu (21,3%) biraju nedostatak usluga i usluga podrške, a u manjem procentu navode samoću kao svoj problem (15,3%). Uglavnom su se odlučivali za opciju „ostalo“, gdje su davali različite odgovore, od bolesti, finansijskih problema, usamljenosti, do odgovora da nemaju problema.

Udio starijih muškaraca i žena u populaciji sa projekcijama za naredne decenije

Prema podacima Republičkog zavoda za statistiku **Srbije** u 2017. godini, učešće stanovništva starijeg od 65 godina u Srbiji je bilo 19,6%, uz procjenu da će se do 2030. godine taj procenat povećati na 23,6% (Statistički godišnjak, 2018.).

U **Albaniji**, prema INSTAT-u, u 2016. godini muškarci stariji od 65 godina činili su 7% ukupne muške populacije, uz procjenu da će se taj udio povećati na 20% u 2031. godini. Žene starije od 65 godina činile su 14% ukupne ženske populacije u 2016. godini i do 2031. godine se očekuje povećanje tog udjela na 23% (INSTAT, 2017).

Prema popisu stanovništva iz 2013. godine u **Bosni i Hercegovini**, 12,9% stanovništva pripada starosnoj grupi starijoj od 65 godina, gdje su 10,9% stariji muškarci, a 14,8% starije žene (Nacionalni popis, 2013.). S druge strane, Odjeljenje Ujedinjenih nacija za ekonomska i socijalna pitanja (UN DESA) procjenjuje da će 2060. godine osobe starije od 65 godina činiti više od 30% ukupnog broja stanovnika u Bosni i Hercegovini, u poređenju sa 15% u 2010. godini (UNECE, 2017.).

U **Republici Sjevernoj Makedoniji**, prema procjeni Statističkog pregleda za 2016. godinu, udio starijih lica u ukupnom broju stanovnika iznosi 12,82% (Državni zavod za statistiku Republike Sjeverne Makedonije, 2016.).

Prema popisu stanovništva iz 2011. godine, 12,8% stanovništva **Crne Gore** je staro 65 ili više godina (42,4% čine muškarci a 57,6% žene). Prema rezultatima projekcije niskog fertiliteta, broj ljudi starijih od 65 godina će se više nego udvostručiti do 2061. godine (sa 79 hiljada u 2011. doći će na 176 hiljada u 2061. godini), što u prosjeku predstavlja godišnji porast od skoro 2 hiljade osoba. Dakle, na kraju perioda projekcije, više od svakog četvrtog stanovnika Crne Gore (28,5%) biće starije od 65 godina (MONSTAT).

Pokrivenost penzionim sistemom

Prema podacima nacionalnog popisa stanovništva u 2011. godini, u **Srbiji** pokrivenost starijih lica penzijama je 84%. Prema tome, 16% stanovništva iznad starosne granice (65 za muškarce, 60 za žene) nema prihod od penzija a više od 85% ovog stanovništva su žene.

U **Albaniji** manje od 5% stanovnika starijih od 65 godina nema državnu penziju. Od 2015. godine pripadnici ove grupe stanovnika pokriveni su socijalnim penzijama nakon što napune 70 godina.

U **Bosni i Hercegovini** 27% starijih lica (starijih od 65) (11,40% u Republici Srpskoj i 15,60% u Federaciji Bosne i Hercegovine) nema pravo na penziju, što ukazuje na nepovoljan položaj ove grupe stanovnika u društvu, čineći je ekonomski zavisnom (Nacionalni popis, 2013.).

U **Sjevernoj Makedoniji**, istraživanje o socijalnoj isključenosti iz 2009. godine koje je obuhvatilo reprezentativni uzorak od 1.339 starijih lica, pokazalo je da 31,9% stanovništva starijeg od 64 godine nisu korisnici penzije. Većina njih su žene ili lica koja pripadaju etničkim manjinama, sa najnižim stepenom obrazovanja (Bornarova, Gerovska-Mitev, 2009:15). Prema mišljenju eksperata Evropske Komisije, više od 70.000 (ili 31,1%) osoba starijih od 65 godina nije obuhvaćeno penzijama (European Commission, 2007:122).

U **Crnoj Gori**, prema podacima Penzionog fonda za decembar 2016. godine, bilo je 50.005 korisnika starosne i invalidske penzije, što je oko 63% od ukupnog broja stanovnika starijih od 65 godina.

Materijalna uskraćenost starijih lica

Prema Drugom nacionalnom izvještaju o socijalnoj inkluziji i smanjenju siromaštva u Republici **Srbiji** iz 2014. godine, 26,9% stanovništva starijeg od 65 godina bilo je izloženo ozbiljnoj materijalnoj uskraćenosti (22,9% za starije muškarce i 26,9% za starije žene) što je u skladu sa ukupnim procentom stanovništva koje živi u stanju teke materijalne uskraćenosti, ali se taj procenat povećava sa godinama.

U **Albaniji**, po subjektivnoj percepciji siromaštva, prema TASIOP istraživanju iz 2017.-2018. godine, 37% starijih lica izjavilo je da živi u siromaštvu. Učestalost samoprocijenjenog siromaštva povećavala se sa godinama (MOSHA, 2017.). Objektivno siromaštvo: 10% stanovnika starijih od 65 godina u Albaniji je siromašno i ne može da zadovolji osnovne životne standarde (Studija mjerenja životnog standarda 2012.). Prema Nacionalnom popisu iz 2011. godine, 20% stanovništva starijeg od 65 godina imalo je automobil, 93% njih frižider, 92% TV, 83% mobilni telefon i 83% mašinu za pranje veša (Nacionalni popis u Albaniji, 2011.).

U **Bosni i Hercegovini**, prema rezultatima TASIOP istraživanja (InkluzivaM, 2017.), stariji ljudi na mjesečnoj osnovi izdvajaju više od 60% svojih sredstava za troškove koje ne mogu da izbjegnu. U prosjeku im ostaje samo EUR 1,5 za hranu dnevno. Ovaj iznos je daleko ispod parametra postavljenog kao granica međunarodne linije siromaštva.

Pristup zdravstvenim uslugama

Za **Srbiju**, prema Eurostatu, u 2017. godini, bilo je 3,2% prijavljenih nezadovoljenih potreba za medicinskim pregledom kod stanovnika starijih od 65 godina a najčešće navedeni razlog bio je nedostatak finansijskih sredstava.

Za **Albaniju**, prema TASIOP istraživanju iz 2017.-2018. godine, oko 16% starijih osoba nije imalo pristup medicinskoj njezi/uslugama kada je to bilo potrebno. Procenat je bio veći za žene nego muškarce (17% naspram 14%) i u seoskim područjima u poređenju sa gradskim (25% naspram 14%). Teškoće sa plaćanjem liječenja (17,6%), duga udaljenost zdravstvenih ustanova (12,3%) i nemogućnost korišćenja medicinskih usluga zbog teških bolesti/bolova (11,4%) bili su glavni ometajući faktori. 24,7% ispitanika prijavilo je da nisu mogli da prime propisane lijekove, uglavnom zato što ih nisu mogli priuštiti. Stepen nemogućnosti plaćanja lijekova bio je veći u seoskim i neformalnim područjima (oko 28% i 31%). Primjenom indeksa SZO-5, ukupna učestalost mentalnog zdravlja u uzorku iznosila je skoro 70% (MOSHA, 2017.).

Za **Bosnu i Hercegovinu** i prema Anketi o budžetu domaćinstava u Bosni i Hercegovini iz 2015. godine, 2,6% stanovništva (2,1% u Republici Srpskoj) je izvan sistema zdravstvene zaštite i nije u stanju da zadovolji svoje zdravstvene i socijalne potrebe. Osim toga, pravo na hitnu medicinsku intervenciju još uvijek ne može biti realizovano za 15% povratnika u mjestu povratka (Ankete o budžetu domaćinstava u Bosni i Hercegovini iz 2015. godine).

Za **Republiku Sjevernu Makedoniju**, prema TASIOP istraživanju, 24,7% ispitanika izjavilo je da ima poteškoća u pristupu zdravstvenim uslugama, a kao razlog navode teškoće sa kretanjem i udaljenost od institucija (InkluzivaM, 2017: 40-41).

Pristup uslugama socijalne zaštite

U **Srbiji**, starija lica čine 15% svih korisnika usluga socijalne zaštite (manje od njihovog udjela u ukupnoj populaciji). Najčešća usluga koju koriste stariji ljudi je pomoć u kući (69%), zatim starački domovi (Babović et al., 2018.).

U **Bosni i Hercegovini**, tokom 2017. godine u centrima za socijalni rad u Federaciji registrovano je 47.344 korisnika starijih od 65 godina, od kojih je samo njih 8,44% steklo pravo na neku vrstu socijalne pomoći. U Republici Srpskoj registrovano je 29.000 prava na socijalnu pomoć, od čega je svega 6,9% starijih lica koja primaju neku vrstu socijalne pomoći (Godišnji izvještaj Centara za socijalni rad u Federaciji Bosne i Hercegovine i Republike Srpske, 2017.)

Uvod i ciljevi projekta

Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba (TASIOP) je projekat kreiran sa ciljem da iskoristi snagu civilnog sektora u pet zemalja Zapadnog Balkana kao odgovor na demografsko starenje. Starenje stanovništva je istaknuta pojava u većem dijelu Evrope: 24% evropskog stanovništva u 2017. godini bilo je starije od 60 godina, sa procijenjenim udjelom starijih lica koji će se do 2050. godine popeti na 35% (UNDESA, 2017.). Međutim, posljedice starenja stanovništva razlikuju se od zemlje do zemlje u smislu načina na koji se društvo prilagođava promjenama u demografskoj strukturi. Većina zemalja je u demografskom bonusu.

Global AgeWatch Indeks, alat HelpAge International-a za procjenu i poređenje kvaliteta života starijih ljudi širom svijeta koji pokriva 96 zemalja od 2015. godine, svrstava Albaniju na 53. mjesto, Srbiju na 66. a Crnu Goru na 68. mjesto (podaci za Sjevernu Makedoniju i Bosnu i Hercegovinu još uvijek su nepotpuni) što jasno ukazuje da društva na Balkanu još uvijek nisu dovoljno spremna da se suoče sa demografskim starenjem.

Implementacija projekta počela je u februaru 2016. godine i trajala je 40 mjeseci, do maja 2019. godine. Projekat su podržali Evropska unija kroz svoj IPA fond, Austrijska razvojna agencija i Crveni krst Austrije. Njegov osnovni cilj bio je jačanje mreža organizacija civilnog društva u Srbiji, Albaniji, Bosni i Hercegovini, Sjevernoj Makedoniji i Republici Crnoj Gori kako bi se poboljšala socijalna inkluzija starijih lica u lokalnim zajednicama i društvu širom regiona. Projekat je bio usmjeren na poboljšanje inkluzije starijih lica motivišući ih da učestvuju u procesima donošenja odluka u vezi sa starenjem i starijim dobom, kao i na jačanju pozitivnog imidža starijih lica u zemljama projekta promjenom diskursa i prikazivanjem starijih osoba ne samo kao pukih primalaca pomoći i njege, već kao bitnih faktora razvoja. Druga važna komponenta bila je pružanje podrške lokalnim organizacijama u svakoj zemlji kako bi se došlo do malih, efikasnih inicijativa na lokalnom nivou za socijalnu inkluziju starijih lica s ciljem da se identifikuju efikasni modeli, jednostavni za reprodukciju, koji se mogu koristiti kao uzorak na drugim mjestima. Pored toga, radilo se direktno sa starijim licima, uz naglasak na ljudska prava i aktivizam građana, podržavanje njihovih aktivnosti javnog zastupanja na lokalnom nivou i nivou zajednice.

Zemlje koje su izabrane za projekat dijele mnogo institucionalne istorije i prakse u odnosu na socijalnu i zdravstvenu zaštitu starijih lica, a partnerske organizacije u svakoj zemlji imaju dugogodišnje iskustvo u realizaciji projekata i programa usmjerenih na starija lica i unaprjeđenje kvaliteta života u starijem dobu. Naravno, sve zemlje na projektu takođe se nalaze u nekoj od faza procesa pristupanja EU a sve to je dovelo do mogućnosti za razmjenu relevantnih iskustava širom regiona. Jedan od glavnih prioriteta u okviru i nakon projekta bio je da se obezbijedi da civilni sektor igra značajnu ulogu u pružanju pomoći donosiocima odluka u svim zemljama trenutno u procesu tranzicije i priprema za članstvo u EU.

Partneri na projektu

Crveni krst Srbije bio je vodeći partner i koordinator projekta. Ostali partneri bili su: Albanska asocijacija za gerontologiju i gerijatriju, NVO Osmijeh, Bosna i Hercegovina, Crveni krst Crne Gore, Crveni krst Makedonije i Humanost, NVO iz Republike Sjeverne Makedonije. Ovi partneri su, u svojim zemljama, koordinirali postojeće ili uspostavljali nove mreže civilnog društva koje se bave ljudima koji stare i starijim licima, rukovodeći aktivnostima istraživanja i strateškog planiranja i olakšavajući izgradnju kapaciteta za članove mreže. Austrijski Crveni krst bio je zadužen za pružanje tehničke pomoći u upravljanju grantovima za sve partnere i Crveni krst Srbije, srednjoročnu evaluaciju i obuku o pristupanju EU i pravnim stečevinama EU-a. Slovenska filantropija, udruženje za promovisanje volonterstva iz Ljubljane, Slovenija, bila je partner saradnik, koristeći svoja iskustva u osnaživanju starijih lica u regionu.

Partnerstvo ili rivalitet u mreži

Pokazalo se da je projekat doprinio jačanju organizacija civilnog društva, tako što su one podstaknute da rade kroz mreže na zastupanju poboljšanja kvaliteta života starijih lica, kao i na boljem pristupu pravima starijih žena i muškaraca u svih pet zemalja.

Mreže HumanaS u Srbiji, MOSHA u Albaniji i Za starenje sa dostojanstvom u Bosni postoje dugi niz godina i imaju veliko iskustvo u zastupanju, tako da su im aktivnosti i ciljevi na projektu omogućili da prošire svoje mreže dodavanjem novih članova, ali takođe i da prošire obim svog rada u vezi sa starenjem i starijim dobom. Ove mreže su se proširile, dobile nove članove, postale vidljivije i uticajnije. U prvoj fazi projekta uspostavljene su dvije nove mreže: Dignitas u Crnoj Gori i InkluzivaM u Republici Sjevernoj Makedoniji. Ove dvije nove mreže dobile su na vidljivosti i uticaju tokom projekta.

Na početku implementacije projekta postavili smo sebi sljedeća pitanja:

Da li smo spremni da se suočimo sa demografskim promjenama?

Da li smo spremni da gledamo na starenje kroz perspektivu životnog toka?

Da li smo spremni da se suprotstavimo široko rasprostranjenim stereotipima i prepoznamo da se ono što čini starost razlikuje u različitim kulturama, kao i različitim epohama, što na kraju znači da je starost društveni konstrukt?

Da li smo spremni da se uključimo u procese donošenja odluka i kreiranja javne politike? Da li smo spremni da motivišemo starije osobe da učestvuju?

Da li smo spremni da posmatramo starije ljude kao heterogenu grupu ili će naši naponi biti usmjereni samo na siromaštvo i hronično bolesne starije osobe? Da li smo spremni da proširimo naš fokus?

Da li smo spremni za partnerstva?

Tokom implementacije projekta postignuti su svi glavni ciljevi, ali smo uspjeli da uradimo i više nego što je prvobitno planirano, što pokazuje da partnerstvo i umrežavanje stvaraju prilike da još više radimo na poboljšanju kvaliteta života starijih lica i da osiguramo da se demografsko starenje ne posmatra kao problem, već kao izazov na putu izgradnje društva u kom će sve generacije imati jednake mogućnosti.

Dostignuća

- **Situaciona analiza:** Situaciona analiza bila je jedna od prvih aktivnosti na projektu koja se odnosila na mreže organizacija civilnog društva: analiza postojećih politika relevantnih za starenje i socijalnu inkluziju starijih lica, pronalaženje nedostataka i priprema preporuka za njihovo savlađivanje. Naglasak je bio na politikama vezanim za procese pristupanja EU, s obzirom na to da su sve zemlje uključene na projektu trenutno u tom procesu. Izvještaji o situacionoj analizi takođe su sadržali preporuke o tome kako riješiti nedostatke u politikama u skladu sa standardima i zakonodavstvom EU. Izvještaji o situacionoj analizi korišćeni su kao polazne tačke za naredne vježbe strateškog planiranja.
- **Strateško planiranje:** Kako bi aktivnosti javnog zastupanja bile uspješne, strateško planiranje je neophodno da bi se postavili prioriteti, odredili pravci djelovanja i uspostavili odgovarajući vremenski okviri. Strateško planiranje u svakoj od nacionalnih mreža civilnog društva pomoglo je da se pripreme realni planovi budućih aktivnosti i planiraju nova partnerstva za unaprijeđenje rada mreža. To je podrazumijevalo proširenje u dva pravca (jedan je partnerstvo sa nezavisnim tijelima a drugi partnerstva sa relevantnim institucijama i ministarstvima). Strateški planovi bili su pripremani kako bi se uzele u obzir potrebe svake mreže u njihovom specifičnom nacionalnom kontekstu, što uključuje razvoj pravnih i socijalnih okvira u skladu sa smjernicama procesa pridruživanja EU. Ova vježba pomogla je mrežama u svakoj zemlji da pripreme okvire svojih djelovanja u narednih pet godina, ali je i osnažila pojedine članove mreže izgradnjom njihovih kapaciteta za planiranje i osposobila ih da uče o alatima. Proces strateškog planiranja takođe je postavio viziju u svakoj od mreža o tome da su periodične vježbe strateškog planiranja neophodne barem na svakih pet godina kako bi se strateški prioriteti uskladili sa nacionalnim kontekstom koji se mijenja.
- **Studijska posjeta Sloveniji:** U cilju jačanja saradnje između mreža u regionu, organizovana je radna posjeta Sloveniji. Svrha posjete bila je da se olakša razmjena iskustava i učenje na osnovu primjera dobre prakse iz EU zemlje o različitim aspektima socijalne inkluzije i zaštite starijih lica. Slovenija je izabrana zbog svojih iskustava u oblasti socijalnih i zdravstvenih politika sličnih onima u zemljama projekta, ali i zbog toga što su slovenački donosioci odluka prepoznali važnost uključivanja starijih lica u kreiranje politike i zato što su shvatili neophodnost i hitnost uvođenja prava starijih lica u javnu agendu. Tokom posjete, na poziv dr Anje Kopač Mrak, slovenačke ministarke za rad, porodicu, socijalna pitanja i jednake mogućnosti i gdje Vlaste Nusdorfer, slovenačkog Ombudsmana, delegacije zemalja sa projekta učestvovala su na 16. Festivalu trećeg doba u Ljubljani i predstavile projekat kao cjelinu i po zemljama. Kada zajednica prepoznaje značaj zajedničkog rada različitih organizacija i različitih generacija ljudi i obezbijedi prostor i podršku da se to ostvari, ona doprinosi ne samo održivosti takvih aktivnosti, već i boljoj socijalnoj koheziji. To zauzvrat omogućava širi opseg, veći spektar relevantnih aktivnosti i kontinuiranu razmjenu znanja i iskustava. Nakon posjete centru Zalec, svi nacionalni partneri na projektu uključili su u svoje aktivnosti zastupanja sa donosiocima odluka primjer koji je ovaj centar postavio kao model uspješne i efikasne inicijative za socijalnu inkluziju starijih lica koja se finansira iz javnih sredstava.
- **Obuka na temu pristupanja EU/pravnih stečevina EU-a i pisanja predloga:** Važna aktivnost u jačanju nacionalnih mreža i njihovih članova bila je povećanje njihovih kapaciteta kroz obuku. Radionica „Pisanje uspješnih predloga za projekte Evropske unije“ bila je organizovana u Sarajevu, Bosna i Hercegovina. Na njoj su učestvovala organizacije civilnog društva iz pet zemalja članica projekta iz pet nacionalnih mreža civilnog društva. Aktivnost su pomogli stručnjaci Crvenog krsta Austrije, a uticaj ove radionice ogleda se u poboljšanim mogućnostima za kreiranje i sprovođenje uspješnih projekata sa ciljem poboljšanja kvaliteta života starijih lica u regionu. Važno je imati na

umu da su u radionici učestvovali i predstavnici starijih lica. Radionica je dala pregled institucija Evropske unije, kao i poziva za podnošenje predloga projekata a aktivnosti su bile usmjerene na važne vještine i znanja vezana za pripremu uspješnih projekata za EU fondove.

- **Bilten:** Za vrijeme implementacije projekta objavljen je tromjesečni bilten na engleskom i lokalnim jezicima, u kome su navedene važne aktivnosti i druge teme relevantne za starenje i socijalnu inkluziju starijih lica. Kroz ovaj bilten pokušali smo da pokrijemo sve važne teme koje utiču na socijalnu inkluziju starijih, kao što su poboljšanje pristupa uslugama zdravstvene zaštite i socijalne zaštite, borba protiv i sprječavanje predrasuda prema starenju, diskriminacija i zlostavljanje starijih lica, cjeloživotno učenje, ljudska prava starijih, digitalno i informativno učestvovanje u društvu, siromaštvo i seksualnost, UN Agenda 2030 i prepoznavanje starijih lica u svakom od Ciljeva održivog razvoja. Bilten je sadržao i pisane priloge stručnjaka o starenju iz različitih zemalja širom Evrope i različitih institucija i organizacija - predstavnika vlada, nezavisnih tijela, univerziteta i različitih agencija Ujedinjenih nacija. Bilten je objavljen na internet stranama partnerskih mreža na projektu i poslat e-mailom na više od 200 adresa širom svijeta. Pomogao je da se uspostave novi kontakti i ojačaju veze sa raznim stručnjacima i organizacijama koje se bave pitanjima starenja u različitim zemljama.
- **Internet stranice:** Projekat je dobio svoju internet stranicu a na njemu se nalaze linkovi svake pojedinačne mreže koji predstavljaju aktivnosti i dostignuća na lokalnim jezicima i doprinose vidljivosti projekta i aktivnosti mreže u cjelini.
 - tasiop.org (Internet stranica projekta)
 - humanas.rs (Mreža u Srbiji)
 - mosha-network.org (Mreža u Albaniji)
 - dostojanstvenostarenje.org (Mreža u Bosni i Hercegovini)
 - inkluzivam.org (Mreža u Sjevernoj Makedoniji)
 - dignitas-network.org (Mreža u Crnoj Gori)
- **Aktivnosti s ciljem edukacije i veće participacije građana:** Rad na razvoju politika i donošenju odluka koje utiču na život starijih lica bez učešća njih samih nikada ne daje dobre rezultate. Stoga je jedan od važnih elemenata projekta bio direktan rad sa starijim licima putem edukacije vezane za njihovo učestvovanje u društvu. Na osnovu aktivnosti završenih tokom prethodnih IPA projekata u Srbiji, Bosni i Hercegovini i Albaniji uz formiranje i podršku grupama za samopomoć starijih lica na lokalnom nivou, ovaj projekat je koristio iskustva, stručnost i primjere dobre prakse, kao i postojeće aktiviste/grupe za samopomoć kako bi se otišlo nekoliko koraka dalje. Kroz ove aktivnosti stariji ljudi u lokalnim zajednicama bili su identifikovani i motivisani da postanu aktivni u zastupanju na lokalnom nivou i podsticanju svojih vršnjaka. Putem radionica na nivou zajednice više od 5.000 starijih žena i muškaraca iz pet zemalja naučilo je o volontiranju, aktivizmu u zajednici, ljudskim pravima starijih lica na lokalnom, nacionalnom, regionalnom i globalnom nivou, i pristupu tim pravima, zastupanju na lokalnom nivou i primjerima dobre prakse iz prethodnih projekata.
- **Mediji:** Pošto su mediji ključni faktor u razbijanju stereotipa o starenju i starijim licima, kao i povezanim tabu temama i u izgradnji imidža starijih ljudi kao ravnopravnih članova društva koji doprinose svojim porodicama, zajednicama i društvu, u svakoj zemlji organizovane su radionice sa predstavnicima medija kako bi se poboljšalo izvještavanje o starenju i starijim osobama i uspostavio odnos između predstavnika civilnog društva i novinara. Cilj je bio da se uspostavi

dugoročna saradnja u obezbjeđivanju toga da se slika starenja i starijih osoba razvije, da njen naglasak bude proširen na priznavanje raznolikosti ove starosne grupe kao i svih njenih doprinosa društvu. Ove radionice i kasnije aktivnosti doprinijeli su boljoj vidljivosti aktivnosti i boljem kvalitetu izvještavanja o starenju i starijim ljudima, što su potvrdili i predstavnici nezavisnih tijela koji se bave diskriminacijom a koji prijavljuju manje diskriminacije u izvještavanju o starijim licima. Pored toga, organizovane su radionice za članove mreže o tome kako komunicirati sa medijima u svakoj zemlji kako bi se unaprijedile veze između civilnog društva i novinara i poboljšao kvalitet poruka.

- **Istraživanje:** Kako bi se prikupile relevantne informacije o specifičnim oblastima povezanim sa starenjem i socijalnom inkluzijom starijih lica o tome gdje postoje nedostaci u podacima, u svakoj od pet zemalja na projektu sprovedene su istraživačke studije na nivou cijele zemlje. Svaka zemlja imala je svoj cilj istraživanja prilagođen specifičnom nacionalnom kontekstu, a na osnovu rezultata partneri na projektu sastavili su preporuke za donosiocima odluka i javnost. Takođe, prikupljeni podaci korišćeni su kao osnova za javne kampanje promovisanja pozitivnog imidža starijih lica i zastupanja dostojanstvenog života u starijem životnom dobu.
- **Kampanje javnog zastupanja:** Tri nacionalne javne kampanje, organizovane u svakoj od zemalja i zasnovane na rezultatima nacionalnih istraživanja koje su organizovali partneri na projektu, bavile su se poboljšanjem percepcije starijih ljudi kao ljudi koji aktivno doprinose razvoju svojih zajednica i pobijanjem predrasuda i stereotipa o starijim ljudima kao pasivnim članovima svojih zajednica. S druge strane, preko kampanja je naglašeno da stariji ljudi koriste svoje znanje i iskustvo kako bi unaprijedili socijalnu koheziju na nacionalnom i lokalnom nivou, što je, zauzvrat, kroz stvaranje i širenje pozitivnog imidža starijih lica, doprinijelo smanjenju njihove izolacije i motivisalo ih da postanu aktivniji i zauzmu položaj u društvu koji im s pravom pripada.
- **Zagovaranje kod donosioca odluka:** Ukupno, tokom tri godine i u svih pet zemalja na projektu, partneri su održali više od 750 sastanaka sa donosiocima odluka. Jedno značajno dostignuće u ovoj oblasti je učešće partnera na projektu u pripremi nacionalnih izvještaja za Regionalnu strategiju implementacije Madridskog međunarodnog akcionog plana za starenje u svim zemljama projekta. Partneri na projektu su takođe učestvovali u različitim vladinim savjetima (na primjer u Srbiji su učestvovali u Vladinom savjetu o starenju i Vladinom savjetu za međugeneracijsku solidarnost) i pisanju više nacionalnih strategija i akcionih planova.

Završna konferencija u Beogradu

Završna konferencija projekta, velika međunarodna manifestacija, bila je organizovana u decembru 2018. godine u Beogradu, u Srbiji, a na njoj su učestvovali stručnjaci za starenje iz mnogih zemalja u okviru i izvan regiona projekta.

Konferencija pod nazivom „Inicijativa za socijalnu inkluziju starijih na Zapadnom Balkanu“ bila je posljednja zajednička aktivnost na trogodišnjem projektu a njen cilj je bio da se procijene dostignuća projekta, razmjene iskustva kroz naučene lekcije, pripreme planovi za buduće aktivnosti, kao i da se steknu nova znanja i uspostave neka nova partnerstva.

Pored partnera na projektu iz Srbije, Albanije, Bosne i Hercegovine, Sjeverne Makedonije i Crne Gore, kao i predstavnika Crvenog krsta Austrije i Slovenske filantropije, konferenciji su prisustvovali i predstavnici Delegacije EU u Beogradu, Austrijska ambasada u Beogradu, Povjerenik za zaštitu ravnopravnosti, Ministarstvo rada, socijalne politike, zdravlja i zaštite potrošača, Ministarstvo rada, porodice, socijalnih pitanja i jednakih mogućnosti, HelpAge International iz Londona i Jordana, Age Platform Europe, Međunarodna federacija Crvenog krsta i Crvenog polumjeseca, predstavnik Ministarstva rada, zapošljavanja, boračkih i socijalnih pitanja Republike Srbije.

Konferenciji je prisustvovalo 105 učesnika, među kojima su bili predstavnici Pokrajinskog Ombudsmana, Ministarstva prosvjete, nauke i tehnološkog razvoja, Centara za socijalni rad, Gerontološkog centra Beograda i drugih institucija i organizacija koje se bave pitanjima starenja, kao i sama starija lica. Konferencija je akreditovana kod Komore za socijalnu zaštitu Srbije a učesnici iz Srbije koji rade u institucijama za socijalnu zaštitu imali su priliku da unaprijede svoju stručnost.

Aktivnosti na globalnom nivou

UNECE ministarska konferencija

Koordinatori projekta učestvovali su na Ministarskoj konferenciji o starenju u Lisabonu 2017. godine sa poster prezentacijom projekta na kojoj su bili prikazani primjeri dobre prakse socijalne inkluzije starijih lica u regionu.

TASIOP

Taking Action on Social Inclusion of Older people



(Photo: Mirza Dabic)

Project location:
Western Balkans (Serbia, Macedonia, Albania, Bosnia and Herzegovina, Montenegro)



A SUSTAINABLE SOCIETY FOR ALL AGES
Realizing the potential of living longer
2017 UNECE Ministerial Conference on Ageing

Contact information:
Milutin Vracevic, Red Cross of Serbia, Health and care Programme Manager, milutin@redcross.org.rs;
Natasia Todorovic, Red Cross of Serbia, Health and care Programme Manager, natasia@redcross.org.rs
website www.tasiop.org, www.redcross.org.rs



WITH FUNDING FROM
AUSTRIAN DEVELOPMENT COOPERATION

This project is funded by the European Union

Project description
The goal of the project is to further improve the capacities of five national networks of civil society organisations and 50 civil society organisations in increasing public awareness and impacting on decision making processes on social inclusion of older people in five Western Balkans countries, at national and regional level.
The project, funded by European Union, Austrian Red Cross and Austrian Development Agency aims to strengthen five CSO networks and 50 CSO network members to influence regional and national development plans and other legal/policy documents relating to ageing and social inclusion of older people. By strengthening civil society networks the project will strengthen older people themselves to advocate for inclusive policies across the region. The expected outcome is that policy makers in the five partner countries will include recommendations of CSOs in their policy making process that will lead to better support to social inclusion of older people. Civil society and older people will also improve their capacities for evidence based advocacy which will lead to improved image of ageing, more active older people and better integrated communities.

How it contributes to realizing the potential of living longer
Since older people live longer in good health these days social inclusion is about ensuring they are active participants in policy creation in all areas of importance to them. This will contribute to a more cohesive society, reduce prejudice, change image of older people and avoid the otherwise frequent paternalistic discourse in discussions on ageing and older people. Important part of the project are the subgrants provided to local organisations in order to support their grassroots micro-projects. These will showcase a variety of different activities that should be relevant both for older people and the local community. One of the project outputs will be the publication of best practice examples from the micro-projects. This will create blueprints for the activities at local level that could be implemented in the future in the project countries.

Timeline of the project
1 february 2016 – 31 January 2019

Lessons learnt
Although the project is still in the second year of implementation some things can be seen as relevant. The obvious one is importance of knowledge and experience sharing, especially in the context of EU accession process and the shared history of the health care and social protection systems in some of the project countries. The CSOs in the region are in comparable position in different countries regarding the policy process participation and therefore any improvement made in any of the countries in positioning CSOs within the policy creation process or in creating concrete new policies beneficial for older people can be used in other regional countries as leverage CSOs can use to advocate their stances.

Relevance for the UNECE region
TASIOP project is a good example of regional cooperation, experience and knowledge sharing. This is relevant because all the project countries are on the EU accession path and for CSOs this is an important learning opportunity to engage in and contribute to the public policy debate in the process of harmonising the legislative and policies. Having insights in the policy processes in other countries from the region, the CSOs can utilize knowledge of what is working and what is not working in order to improve the process of developing the policies that aim to improve the situation of older people in the Western Balkan region.



Vidljivost projekta na Konferenciji takođe je bila unaprijeđena učešćem Nataše Todorović, koju je pozvao UNECE, kao paneliste na panel diskusiji na temu Dostojanstveno starenje kao i na specijalnom sporednom događaju koji je organizovala UNFPA o starenju u seoskim područjima.

Kao potvrda projekta kojim se promoviše socijalna inkluzija starijih lica bilo je učestvovanje starijeg volontera Crvenog krsta Srbije, Miroslave Matić na 8. sjednici Otvorene radne grupe o starenju u sjedištu UN u Njujorku u julu 2017. godine. Ona je tamo naglasila da starije žene imaju ista prava kao i ostali i da se ta prava moraju zaštititi u praksi pošto za starije žene biti jednak znači učestvovati u potpunosti u svim aspektima života što se može obezbijediti jednakošću pred zakonom i jednakošću u praksi. G-đa Matić je takođe dobila poziv Ujedinjenih nacija i UN NVO Komisije o starenju u Njujorku da učestvuje na proslavi 28. godišnjice Međunarodnog dana starijih lica 2018. godine, dodatnoj aktivnosti u obilježavanju 70. godišnjice Univerzalne deklaracije o ljudskim pravima, i da govori o ljudskim pravima starijih lica i potrebi da se usvoji nova Konvencija UN o ljudskim pravima starijih lica.

Nataša Todorović je u Ujedinjenim nacijama takođe prikazala video izjave s ciljem obilježavanja 15. juna, Međunarodnog dana borbe protiv nasilja nad starijim osobama 2017. i 2018. godine:

<https://youtu.be/5o6PG0--c6M>, <https://youtu.be/dcERCqS2EmM>

U tim izjavama Nataša Todorović naglasila je da u Srbiji, kao i mnogim drugim zemljama, problemi koji su povezani sa visokom stopom nezaposlenosti mlađih ljudi povećavaju rizik finansijske zloupotrebe starijih ljudi. To se ne odnosi samo na zemlje u finansijskoj tranziciji, ta pojava se može identifikovati u svakoj zemlji koja prolazi kroz finansijsku krizu - što je bilo posebno izraženo od 2008. godine.

Drugi uspjeh projekta bila je posjeta Nezavisnog eksperta o uživanju svih ljudskih prava od strane starijih lica, Roze Kornfeld-Mate Crnoj Gori u aprilu 2018. godine na poziv Vlade Crne Gore. Prije posjete, Nezavisni ekspert se konsultovala sa Crvenim krstom Srbije na sastanku sa predstavnicima civilnog sektora, potom se u skladu sa preporukama sastala sa predstavnicima Mreže Dignitas i Crvenog krsta Crne Gore, što nam je pružilo priliku da promovišemo projekat, Dignitas mrežu i partnera - Crveni krst Crne Gore. Za vrijeme sastanka sa predstavnicima civilnog sektora, Nezavisni ekspert je diskutovala o izazovima u radu čiji je cilj bolji kvalitet života starijih lica u Crnoj Gori, kao što su nedostatak usluga i podrške starijim ljudima koji žive u udaljenim selima. Razgovaralo se i o učešću civilnog društva u sistemu socijalne zaštite starijih lica i značaju volontiranja kao najisplativijeg modela usluga.

Jedna od važnih inicijativa na projektu bila je ne samo jačanje mreža civilnog društva u regionu, već i njihovo povezivanje sa relevantnim mrežama organizacija civilnog društva u Evropskoj uniji. Na primjer, Crveni krst Srbije i mreža HumanaS učestvovali su u 70-dnevnoj „Ageing Equal“ kampanji koju je organizovala Age Platform Europe od oktobra do decembra 2018. godine.



Nataša Todorović na Ministarskoj konferenciji,
Lisabon, 2017

Dio kampanje koju je organizovao Crveni krst Srbije bila je izložba fotografija u Beogradu na kojoj su prikazani stariji i mlađi ljudi a koja je održana od 1. oktobra do 10. decembra s ciljem promovisanja pozitivne slike o starenju i međugeneracijskoj solidarnosti (procjenjuje se da je izložbu vidjelo 3.000-7.000 osoba dnevno). Na izložbi su predstavljene fotografije poznatog 92-godišnjeg američkog fotografa Harvija Lojda, koji je demonstrirao aktivno starenje kao koncept. Otvaranju izložbe prisustvovali su predstavnici Delegacije EU u Beogradu, kao i ambasador Sjedinjenih Američkih Država u Beogradu.

Crveni krst Srbije dostavio je izjave Ujedinjenim nacijama za sjednice Otvorene radne grupe o starenju na teme diskriminacije i zloupotrebe starijih žena i dugoročne njege i palijativnog zbrinjavanja/ autonomije i nezavisnosti, 2016., 2017. i 2018. godine. Crveni krst Srbije takođe je sproveo istraživačke studije kao vid doprinosa izvještajima HelpAge International-a o ovim temama na sjednicama gdje su prikupljeni podaci sa istraživanja iz 24 zemlje.



Miroslava Matić, volonter Crvenog krsta Srbije u Ujedinjenim nacijama u Njujorku

Predstavnice Mreže HumanaS Nataša Todorović i Nadežda Satarić učestvovala su u izradi Izvještaja iz sjenke o implementaciji Konvencije o eliminaciji diskriminacije žena, gdje su dostavile podatke u vezi sa diskriminacijom starijih žena i pomogle povećanju vidljivosti diskriminacije sa kojom se suočavaju starije žene u Srbiji.

Istraživanje

Veoma bitan segment TASIOP projekta bilo je istraživanje. Istraživačke studije na nacionalnom nivou bile su sprovedene u svim zemljama, saglasno potrebama. Istraživanja su dala podatke potrebne za zastupanje zasnovano na dokazima sa ciljem unaprjeđenja kvaliteta života starijih ljudi na Zapadnom Balkanu.

Srbija

Sažetak istraživačkih studija o socijalnoj inkluziji starijih, SeConS i Crveni krst Srbije, decembar 2017.-januar 2018.

Istraživanje o kvalitetu života i socijalnoj inkluziji starijih lica obavljeno je u decembru 2017. i januaru 2018. godine na osnovu statističkih podataka iz javnih izvora kao i drugih dostupnih podataka, sa osvrtom na finansijska sredstva, pristup resursima i uslugama, učestvovanje u društvu i društvene mreže, slobodno vrijeme, način života, kulturu i komunikaciju, kvalitet života i subjektivnu percepciju zadovoljstva. Istraživačke aktivnosti sprovela je SeConS grupa za razvojne inicijative.

Ciljevi istraživanja bili su sljedeći:

- Opis trenutne situacije koji će poslužiti kao osnova za formulisanje argumenata neophodnih u javnom zastupanju i konkretnim aktivnostima zastupanja
- Preporuke za promjene u javnim politikama u Srbiji koje u pojedinim segmentima nose rizik od socijalne isključenosti starijih ljudi
- Definisane profile socijalno uključenih i socijalno isključenih starijih lica kako bi se mogli jasnije predstaviti faktori rizika povezani sa socijalnom isključenošću ove populacije

Dostupni podaci ukazuju da je stanovništvo u Srbiji među najstarijim na svijetu, a trend intenzivnog starenja stanovništva se nastavlja zbog niske stope nataliteta i fertiliteta i migracije mlađeg stanovništva. Prosječna starost ljudi u Srbiji je 42,88, a indeks starenja iznosi 139,5. 2016. godine broj stanovnika u Srbiji iznosio je 7.058.322, od čega su 19% činile osobe starije od 65 godina a žene 57,5% te populacije. Posmatrajući način na koji starije žene i muškarci žive u Srbiji, može se reći da je njihov opšti status nepovoljan u odnosu na status starijih osoba u Evropskoj uniji. Na primjer, samo 15% stanovnika starijih od 65 godina je radilo a kao prikaz rodne neravnoteže, kod starijih muškaraca udio je 19,5%, a starijih žena 9,6%. Isto tako, kod stanovnika starijih od 65 godina, 8% muškaraca i 17% žena nije pokriveno nijednim oblikom penzije. Istraživanje je takođe pokazalo da su penzije glavna sigurnosna barijera za siromaštvo i da bi bez socijalnih izdvajanja i penzija, kod stanovništva starijeg od 65 godina rizik od siromaštva bio 82,3% (u poređenju sa stanovništvom mlađim od 65 godina gdje bi taj rizik iznosio 48,7%). Druga cifra koja ilustruje finansijski položaj je to da 73% svih domaćinstava sa najmanje jednom osobom starijom od 65 godina ne može da zamijeni svoj dotrajali namještaj. Takođe, podatak da 20% starijih žena ne može samostalno da koristi sopstvena sredstva ukazuje na učestalost finansijske zloupotrebe, što je najčešći vid zlostavljanja starijih lica u Srbiji.

Što se zdravlja tiče, kod stanovništva starosti između 65 i 74 godine, njih 60,1% izjavilo je da boluje od hronične bolesti, ali 13% svih starijih muškaraca i 18% svih starijih žena je izjavilo da nije bilo u mogućnosti da dobije terapiju ili medicinski pregled koji im je bio potreban tokom proteklih 12 mjeseci zbog finansijskih problema i problema sa prevozom.

Starije osobe čine 15% svih korisnika usluga socijalne zaštite (što je ispod njihovog udjela u ukupnoj populaciji od 19%), a najčešća usluga (69%) je pomoć u kući, zatim starački domovi i centri za dnevnu njegu.

Zlostavljanje starijih osoba doživjelo je 19,8% lica starijih od 65 godina, s tim da je najčešći oblik finansijska zloupotreba (11,5%), zatim psihičko zlostavljanje (7,8%) i fizičko zlostavljanje (3,9%). Seksualno zlostavljanje je i dalje tabu, te je 50% ispitanika u istraživanju odbilo da govori o tome.

Što se tiče digitalne pismenosti, samo 17% starijih ljudi u Srbiji je koristilo kompjuter tokom 12 mjeseci prije istraživanja a samo 18% njih internet. Samo 3% ih je pristupalo internetu sa mobilnog uređaja.

Što se prevoza tiče, dok 83% starijih osoba koje žive u gradskim sredinama ima pristup javnom prevozu, njegova pristupačnost zavisi od blizine autobuskih stanica. 52% starijih ljudi živi u radijusu od 500 metara od najbliže autobuske stanice, ali jedna petina njih živi mnogo dalje, što predstavlja ozbiljan problem za osobe sa ograničenom pokretljivošću.

Skoro dvije trećine starijih lica (64%) živi u domaćinstvima bez mlađih članova, što ukazuje na to da je razvoj socijalnih aktivnosti i mreža podrške za ove osobe neophodan kako bi oni ostali aktivni, kako bi se podržali u ostvarenju svojih različitih potreba i kako bi se uključili u neposrednu i širu zajednicu.

Više od 5% starijih osoba u Srbiji nema s kim da podijeli svoje probleme.

Stariji muškarci imaju više slobodnog vremena od starijih žena – 8,3 naspram 7,4 sati dnevno, i dok se ukupno zadovoljstvo kvalitetom života među starijim ljudima ne razlikuje značajno od onog kod mlađeg stanovništva, takođe je evidentno da za muškarce zadovoljstvo kvalitetom života ostaje na istom nivou ili neznatno raste sa starenjem, dok kod starijih žena ono opada.

Glavne preporuke na osnovu rezultata istraživanja:

- Priprema i usvajanje nove nacionalne Strategije o starenju sa ciljem uspostavljanja i koordinacije mjera i aktivnosti za poboljšanje socijalne inkluzije starijih muškaraca i žena, kao i poboljšanje njihovog ekonomskog statusa i pristupa ljudskim pravima.
- Povećanje portfolija usluga socijalne zaštite za starija lica, tako da više usluga bude na raspolaganju, a stariji ljudi imaju veću podršku u socijalnoj inkluziji u skladu sa svojim potrebama i željama (centri za dnevnu njegu, klubovi, pomoć u kući).
- Uklanjanje razlika u penzijama među polovima i rizika od siromaštva. Stvaranje modela za rješavanje rizika od siromaštva među starijim ženama koje žive same i imaju veoma niske penzije treba da bude jedan od prioriteta.
- Obezbijediti da onlajn usluge (e-vlada, pristup zdravstvenoj zaštiti ili socijalnoj zaštiti) budu dobro prilagođene potrebama i mogućnostima starijih osoba kroz rad sa njima i testiranje pristupačnosti kod velikog broja starijih korisnika.

Sažetak istraživačkih studija. MOSHA 2018.

Demografske karakteristike uzorka

Ukupno, 505 (51,8%) žena i 469 (48,2%) muškaraca bilo je uključeno u istraživanje. Ukupno, 493 (50,6%) učesnika je bilo starosti od 60 do 70 godina; 329 (33,8%) pojedinaca je bilo starosti od 71 do 80 godina; a 152 (15,6%) pojedinaca bilo je starije od 81 godine.

Socioekonomski uslovi

Tekuću vodu imalo je 88% domova. 78% učesnika izjavilo je da ima adekvatno grijanje u kućama. Električna energija je bila dostupna u 93% slučajeva.

91% učesnika je izjavilo da ima frižider, a 89% starijih osoba imalo je televizor kod kuće. Situacija je uvijek bila lošija u seoskim područjima.

Što se tiče samoprocjene siromaštva, ukupno je oko 37% starijih lica izjavilo da je siromašno u poređenju sa 63% njihovih vršnjaka koji se nisu smatrali siromašnima. Učestalost samoprocjene siromaštva povećava se sa godinama.

Zdravstveni status i pristup uslugama

Uopšteno gledano, učestalost samoprocjene lošeg opšteg zdravstvenog statusa je oko 36%. Veća je među ljudima iz seoskih područja (46%) i neformalnim područjima na obodima gradova (50%) i povećava se sa godinama. Pronađeni su dokazi o pozitivnoj vezi između samoprocjene lošeg zdravlja i samoprocjene siromaštva: nivo siromaštva bio je značajno veći među starijim osobama koje su svoj zdravstveni status doživljavale kao loš.

Učestalost najmanje jedne hronične bolesti ili stanja bila je oko 47% i povećavala se sa godinama. Među onima koji su patili od najmanje jednog hroničnog stanja, učestalost kardiovaskularnih bolesti iznosila je 65,4%; dijabetesa 24,6%; bolesti želuca i/ili jetre 31,5%; hronične bolesti pluća 36,5%. 41% starijih osoba prijavilo je neki stepen oštećenja vida, a oko 24% njih probleme sa sluhom. Više od 5% starijih lica izjavilo je da je vezano za postelju.

Što se tiče medicinske njege, oko 16% ljudi nije imalo pristup medicinskoj njezi/uslugama kada je to bilo potrebno. Procenat je bio veći kod žena nego muškaraca (17% naspram 14%) i u neformalnim u odnosu na gradske zajednice (25% naspram 14%). Glavne prepreke bile su problemi vezani za mogućnost plaćanja liječenja (17,6%), duga udaljenost zdravstvenih ustanova (12,3%) i nemogućnost korišćenja zdravstvenih usluga zbog teških bolesti/bolova (11,4%).

24,7% ispitanika izjavilo je da ne može da prima propisane lijekove, uglavnom zato što ne može da ih priušti. Stepennemogućnosti plaćanja lijekova bio je veći u seoskim i neformalnim područjima (oko 28%, odnosno 31%). Primjenom indeksa SZO-5, ukupna učestalost problema mentalnog zdravlja u uzorku iznosila je skoro 70%.

Učešće u društvu

Ukupno, oko 8% starijih lica je izjavilo da nema nikakve kontakte sa članovima porodice i/ili prijateljima. Učestalost je bila znatno viša među veoma starim ljudima. 33% ispitanika je izjavilo da se ne sreće svakodnevno sa prijateljima.

18% ispitanika je prijavilo da su uključeni u jednu od ovih društvenih struktura u udruženjima civilnog društva. Stepenn učesća u društvu bio je viši kod muškaraca u odnosu na žene (21% naspram 15%), a smanjivao se sa godinama.

Oko 12% starijih muškaraca i žena u Albaniji uključenih u ovu studiju prijavilo je da su tokom proteklih 12 mjeseci obavljali neku vrstu volonterskog rada u svojim zajednicama.

Ukupno je oko 19% učesnika studije izjavilo da njeguju i brinu se o članovima svoje porodice.

Ukupna učestalost pojedinih fizičkih aktivnosti bila je oko 14%; znatno veća kod muškaraca nego žena (18% u odnosu na 11%).

Sažetak istraživanja: Diskriminacija starijih lica u njihovim pravima i uslugama u društvu i njihova socijalna isključenost u Bosni i Hercegovini

Prema rezultatima popisa iz 2013. godine, udio starijih lica u ukupnoj populaciji iznosi 17,48% sa tendencijom povećanja. Glavni uzroci starenja stanovništva povezani su sa tranzicijom, sivom ekonomijom, politikom ranog penzionisanja, niskim stopama nataliteta i masovnim iseljavanjem mladih ljudi iz zemlje.

Istraživanje je sprovedeno kroz razgovore sa fokus grupama i njegovi rezultati su prikupljeni sa 18 različitih tačaka sa uzorcima iz oba entiteta. Osim originalnih podataka dobijenih od 330 ispitanika starijih od 65 godina, podaci su obogaćeni dostupnim informacijama iz različitih studija i relevantnih statističkih podataka. Indikatori procjene u ovom istraživanju urađeni su prema indeksu kvaliteta života starijih lica. Indeks kvaliteta života standardizovan je od strane Global AgeWatch-a u skladu sa sljedećim makro kategorijama: sigurnost prihoda (penzije, siromaštvo, socijalna zaštita i BDP); zdravstveno stanje (očekivani životni vijek, fizičko i mentalno zdravlje); lične sposobnosti (zapošljavanje i obrazovanje); povoljno okruženje (društvene veze, fizička bezbjednost, građanske slobode i pristup javnom prevozu).

Rezultati dobijeni u studiji ukazuju na alarmantan stepen socijalne marginalizacije starijih. U poređenju sa drugim zemljama u regionu, pokazatelji kvaliteta života starijih ljudi u Bosni i Hercegovini su nepovoljni i povezani sa lošom socio-ekonomskom situacijom u zemlji, zdravstvenim navikama, stambenim uslovima, ekološkim faktorima, pokrivenošću zdravstvenim osiguranjem i kvalitetom zdravstvenih usluga.

Neki od najvažnijih podataka su:

27% starijih lica u Bosni i Hercegovini (11,40% u Republici Srpskoj i 15,60% u Federaciji Bosne i Hercegovine) nema pravo na penziju, što povećava njihovu ekonomsku zavisnost. Osim toga, veliki broj trenutno aktivnog radnog stanovništva u starosnom dobu prije penzionisanja, a to je između 50 i 64 godine, je nezaposlen i neće steći uslov za penziju u bliskoj budućnosti. Približno 62% starijih ljudi živi u relativnom siromaštvu sa samo EUR 177 mjesečno, dok se dvije trećine, ili 38% njih, nalazi u okvirima apsolutnog siromaštva. Prema ispitanicima u fokus grupama, 90% starijih ljudi smatra da ih društvo diskriminiše, ne poštuje i ne priznaje njihov doprinos i zasluge društvu. Mjesečni prihod prosječnog penzionera pokriva samo 25% prosječne potrošačke korpe, a najmanje četiri prosječne penzije su potrebne za pokrivanje troškova života - što je daleko ispod prosjeka u EU. Pored toga, više od 50% penzionera finansijski podržava najmanje još jednu osobu, a takve porodice su u znatno nepovoljnijem položaju u odnosu na druge starije ljude koje žive u jednočlanim domaćinstvima.

Međutim, samo 8,44% starijih osoba u Federaciji Bosne i Hercegovine i 6,9% u Republici Srpskoj primilo je neku vrstu socijalne pomoći od centara za socijalni rad.

Pored toga, 3,16% starijih osoba je izvan javnog zdravstvenog sistema i nije u stanju da zadovolji svoje zdravstvene i socijalne potrebe. Svako četvrto lice starije od 65 godina izjavilo je da je njegov zdravstveni status loš. Svaka druga osoba starija od 70 godina pati od najmanje jedne hronične bolesti. 27,1% njih ima dijagnozu stanja koje ih ograničava u obavljanju svakodnevnih aktivnosti. Kada je riječ o mentalnom zdravlju, kod stanovništva starijeg od 65 godina prisutna je visoka stopa od 30% psiholoških i mentalnih poremećaja. Zbog stigme i sramote, stariji ljudi često odbijaju da potraže stručnu pomoć. Prema njihovim izjavama, oni koji učestvuju u volonterskim aktivnostima osećaju se manje depresivno i zabrinuto.

Stariji ljudi u Bosni i Hercegovini nisu dovoljno uključeni u javni život. Vrlo često nemaju informacije o tome kako da se uključe u javni i politički život u društvu. Uprkos želji pojedinaca da budu društveno aktivni, često im je onemogućeno da to čine jer nemaju novca za članarine, karte za prevoz, obroke i tako dalje.

Sažetak istraživanja: Potreba za socijalnom negom i zdravstvenim uslugama među starijim licima

Republika Sjeverna Makedonija prolazi kroz dug i težak proces reformi u pružanju i finansiranju zdravstvenih usluga. Pokrivenost zdravstvenim osiguranjem je blizu 100%. Istraživanje pokazuje da samo 1,5% starijih osoba nije pokriveno zdravstvenim osiguranjem. Istraživanje reprezentativnog uzorka od 1.004 starije osobe pokazalo je da njih 75,7% svakodnevno koristi lijekove koji se izdaju na recept, dok ih samo 5,7% ispitanika nikad ne uzima. Veliki broj starijih ljudi ima poteškoća sa kupovinom lijekova.

Uprkos potrebi, starija osoba možda neće moći da posjeti ljekara zbog nedostatka finansijskih sredstava ili korišćenja drugih (narodnih) metoda liječenja. Loši stavovi doktora prema starijim ljudima takođe se navode kao razlog zašto stariji ponekad ne dobijaju zdravstvene usluge koje su im potrebne. Međutim, ukupno, stariji ljudi su u velikoj mjeri zadovoljni uslugama zdravstvenih ustanova.

Postoji izražena potreba za uslugama za starija lica koje se vrše u kući, zbog njihove smanjene pokretljivosti ali i potrebe da ih vodi druga osoba, što se ne može uvijek obezbijediti. Usluge uključuju hitnu pomoć, posjete patronažnog osoblja kako bi se postavila blagovremena dijagnoza i redovne preglede, posebno za starije ljude koji žive sami.

Istraživanje je pokazalo da je pristup pravima i uslugama socijalne zaštite za starije osobe manje dostupan u seoskim područjima, prvenstveno zbog udaljenosti objekata i sredstava koja su potrebna starijim licima kako bi dobila neku uslugu. Takođe, stariji ljudi nisu dovoljno informisani i ne znaju za resurse/institucije i organizacije koje nude usluge socijalne zaštite.

Što se tiče potrebe za pomoći u kući u obavljanju svakodnevni aktivnosti, napominje se da se ova potreba povećava sa starošću. Lica od 65 godina su samostalniji u obavljanju svakodnevni aktivnosti, za razliku od lica starijih od 80 godina čija je zavisnost od pomoći mnogo veća. U svakodnevnoj praksi, stariji ljudi najčešće dobijaju pomoć u obavljanju svakodnevni aktivnosti od svoje uže porodice, supružnika i djece.

Istraživanje je pokazalo da starije osobe pokazuju interesovanje za korišćenje svih usluga koje nudi centar za kućnu negu: usluge fizioterapeuta, njega tokom bolesti, pratnja za odlaske u bolnicu, pomoć u uzimanju propisane terapije (u smislu uzimanja lijekova na vrijeme). Ostale usluge kod kuće uključuju održavanje lične higijene, higijenu odjeće i stanova, isporuku gotovih obroka kućama, pomoć pri kupovini namirnica i lijekova. Ove usluge su potrebne i u seoskim i u gradskim sredinama, ali mnogo više u seoskim i udaljenim područjima, pošto su resursi tamo mnogo oskudniji. Država je odgovorna i na njoj je izazov da preduzme mjere i aktivnosti za stvaranje uslova za razvoj vaninstitucionalnih oblika socijalne zaštite starijih ljudi na lokalnom nivou.

Sažetak istraživanja: Položaj starijih lica u Crnoj Gori i njihovo zadovoljstvo postojećim uslugama podrške

Istraživanje je sprovedeno u formi direktnih razgovora u tri crnogorska regiona (9 opština): 24,8% u južnom regionu (opštine: Budva, Herceg Novi i Bar), 43,9% u centralnom regionu (opštine: Podgorica i Nikšić) i 31.3% u sjevernom regionu (opštine: Kolašin, Bijelo Polje, Plav i Plužine). Uzorak je obuhvatio ukupno 900 ispitanika (većina ispitanika bilo je starije od 65 godina), od kojih je 600 nasumično odabrano za uzorak, a 300 njih iz baze podataka korisnika socijalnih usluga, pružalaca usluga podrške u zajednici i njegovatelja. Fokus grupe su takođe realizovane u tri opštine iz tri regiona (Bijelo Polje, Nikšić i Bar) među predstavnicima relevantnih institucija, lokalnih samouprava i NVO sektora.

Upitnik koji je korišćen u istraživanju sadržao je 53 pitanja, podijeljenih u sljedećih 5 djelova: Zdravstvena zaštita; Uslovi života starijih lica; Socijalna zaštita; Društveni život i društvene aktivnosti starijih lica; Socio-demografske karakteristike ispitanika. Glavni zaključci su sljedeći:

Istraživanje starijih lica:

- Kako je istraživanje pokazalo da postoje velike razlike u životnim uslovima različitih kategorija starijih lica u Crnoj Gori, potrebno je razviti različite službe podrške u skladu sa njihovim potrebama.
- Socijalno ugrožene kategorije starijih lica imaju veliku potrebu za humanitarnom/finansijskom podrškom, tako da je, pored većih finansijskih izdvajanja iz javnog sektora, kao odgovor na njihove potrebe, poželjno uključiti i privatni sektor, kroz pružanje finansijske pomoći za razne humanitarne inicijative.
- Socijalno ugrožena starija lica takođe su lošeg zdravlja, veliki procenat njih živi sam, a sve to negativno utiče na njihovu sposobnost da funkcionišu nezavisno. U tom smislu, neophodno je pružiti dodatne usluge podrške kod kuće.
- Stariji ljudi u Crnoj Gori nisu dovoljno upoznati sa raspoloživim uslugama podrške, tako da je potrebno raditi na promovisanju istih.
- Stariji ljudi su uključeni u postojeća udruženja ili organizacije u malom procentu, tako da moraju biti informisani o načinu rada i aktivnostima koje se sprovode kako bi mogli da učestvuju, što bi doprinijelo kvalitetu njihovog društvenog života, kao i aktivnijem i zdravijem starenju.

Istraživanje relevantnih organizacija i institucija:

- Jedna od ključnih preporuka je uspostavljanje jedinstvene baze podataka sa svim potrebnim informacijama za starije ljude, kako za gradska tako i za seoska područja.
- Potrebno je usvojiti realne akcione planove i obezbijediti da se oni uredno sprovode.
- Saradnja između različitih aktera u javnom sektoru treba da se poboljša kako ne bi bilo preklapanja i dupliranja finansiranja.
- Potrebno je povećati kapacitete usluga gerontonegovatelja i organizovati narodne kuhinje za starije ljude.

Naučene lekcije iz projekata socijalne inkluzije u zajednici

Jedna od ključnih aktivnosti na projektu, posebno u vezi sa identifikacijom efikasnih i održivih modela socijalne inkluzije starijih lica na nivou zajednice, bila je podrška inicijativama na nivou zajednice i lokalnom nivou za socijalnu inkluziju starijih lica. Akteri civilnog društva poslali su 105 projektnih aplikacija a 62 projekata u pet zemalja je na kraju dobilo sredstva kroz male grantove. Cilj ovih projekata bio je da se oforme modeli inkluzije starijih lica u njihove zajednice i društvo, uz aktivno učešće starijih. Takođe, cilj je bio da se dopre do malih, lokalnih organizacija koje, u mnogim slučajevima, vode stariji ljudi. Ove organizacije obično nemaju kapacitete da se prijave za EU projekte, tako da je ovo bila prilika za njih da nauče o projektnom ciklusu (aplikacijama, upravljanju, finansijskom upravljanju, oslobađanju od PDV-a, narativnom i finansijskom izvještavanju). Period implementacije trajao je deset mjeseci, sa skromnim budžetima – ne većim od EUR 5.000 - sa ciljem da se pokaže da skromna sredstva mogu dati opipljive rezultate, što dovodi do mogućnosti da se ovi projekti reprodukuju i u drugim zajednicama uz lokalnu podršku. Važni elementi predloga kojima su dodijeljena sredstva bili su sljedeći: njihov potencijal da podrže starije ljude u socijalno-inkluzivnim aktivnostima i inicijativama; njihov potencijal za poboljšanje finansijske sigurnosti starijih; elementi međugeneracijske saradnje i podrške (kao što su prenos vještina i znanja u oba smjera); potencijal za unaprjeđenjem digitalne inkluzije starijih lica; potencijal da se dopre do starijih ljudi iz geografski udaljenih područja ili ozbiljno marginalizovanih zajednica (kao što su romske zajednice); potencijal za očuvanje kulturne baštine (s obzirom da je 2018. godina bila evropska godina kulturnog nasljeđa); potencijal za podsticanje kreativnog izražavanja starijih ljudi; ekološka rešenja kao prioritet; potencijal za reprodukciju ovih aktivnosti u drugim zajednicama širom regiona uz minimalna ulaganja.

Neke od lekcija naučenih kroz implementaciju i analizu ovih malih projekata vrijedi podvući pošto se one mogu pokazati kao vrlo korisne u budućim sličnim inicijativama koje se odnose na socijalnu inkluziju starijih lica, rad lokalnih aktivista i malih organizacija u zajednici, u partnerstvu sa aktivnim starijim ljudima.

Glavna lekcija naučena kroz sprovođenje projekata je da ono što je ključno za uspjeh tih projekata i inicijativa nije količina sredstava u budžetu, već motivacija i dobro definisani ciljevi, kao i poznavanje potreba zajednice i osmišljavanje jasnog plana sa dobro definisanim ciljevima. Vlasništvo nad projektom može biti odlučujući faktor jer su ljudi koji rade na pripremi i implementaciji projekta mnogo uspješniji ako ga vide kao nešto bitno za njih i njihovu zajednicu. Još jedna važna lekcija je to da uspješni projekti često imaju izražen elemenat socijalne inovacije.

Implementacija je pokazala da organizacije koje sprovode sub-grantove u istoj zemlji, okupljene na sastancima koje je organizovao koordinator projekta u zemlji, spontano razmjenjuju svoja iskustva, resurse (kao što su mjesta za održavanje radionica) i vještine. Iako nije bilo zvaničnog zahtjeva da ove organizacije sarađuju na svojim projektima, to se desilo u nekoliko slučajeva i uopšteno govoreći, njihovi kapaciteti unaprijeđeni su kroz saradnju. Pored toga, veliki broj ovih organizacija izrazio je interesovanje da se formalno pridruži svojim nacionalnim mrežama organizacija civilnog društva, pošto su prepoznali mogućnosti za razvoj i bolje kapacitete za zastupanje.

Takođe treba pomenuti da je implementacija ovih malih projekata obuhvatila organizacije koje su procjenjivale pitanja starenja i socijalne inkluzije starijih ljudi iz različitih uglova. Neke od ovih organizacija se ne bave prvenstveno starijim ljudima već ljudskim pravima, pravima žena ili čak životnom sredinom. Njihovo uključivanje donijelo je sveže perspektive pitanju socijalne inkluzije starijih, bavilo se nekim specifičnim kategorijama – kao što su starije žene u jednočlanim domaćinstvima u seoskim i udaljenim područjima - i omogućilo starijim osobama da učestvuju u svojim zajednicama kroz zanimljive aktivnosti, kao što su volontiranje na ekološkim aktivnostima. To je podsjetnik da starenje ne bi trebalo posmatrati isključivo u kontekstu usluga zdravstvene i socijalne zaštite i penzija. Implementacija ovih projekata

prikazala je heterogenu prirodu starenja i starijeg doba, uspješno se suprotstavljajući postojećim stereotipima o starosti.

Mali budžeti koje su organizacije dobile za svoj rad pomogli su da projekti budu inventivni, a postignuti rezultati će pokazati donatorima u budućnosti da su takvi projekti dragocjeni za zajednicu jer su im troškovi niski a rezultati značajni. Barem je vidljivost organizacija koje su sprovodile projekte u zajednicama - kao i na nacionalnom nivou - povećana zajedno sa vidljivošću starijih osoba i pitanjima koja su od značaja za njih. Projekti su pokazali da zajednice mogu i stvaraju se na osnovu pripadnosti, a ne samo na osnovu starosti. Jednako je važno i to da dok su se neki projekti bavili širenjem znanja i vještina starijih ljudi – kroz obrazovanje, međugeneracijsku razmjenu itd. – drugi su veoma uspješno pokazali doprinos koji stariji ljudi daju svojim porodicama, zajednicama i društvu. Kako je jedna od najrasprostranjenijih predrasuda o starijim ljudima ta da su oni teret po društvene resurse, važno je naglasiti da oni u stvarnosti doprinose na mnogo nivoa i na veoma značajne načine.

Pošto živimo u eri komunikacija i masovnih medija, uspjeh nekog projekta može u velikoj mjeri da zavisi od medija. Putem medija komuniciramo sa javnošću, institucijama, donatorima, volonterima, korisnicima i potencijalnim korisnicima. Putem medija kreiramo percepciju starenja i starijeg doba. Ne treba zaboraviti da mediji traže priče i da je izvjesnije da će im vesti biti zanimljive ako se mogu predstaviti kao takve.

Pouka o radu sa medijima je da je to kompleksno pitanje, neophodno za uspjeh i održivost nečijeg rada, ali i puno važnih detalja koji određuju efikasnost komunikacija sa javnošću. Uvijek je važno imati na umu da mediji i novinari traže vijesti koje su dovoljno nove i dramatične da se mogu prikazati kao priče. Komplikovana pitanja sa mnogo nijansi i nivoa vjerovatno će biti sažeta u jednostavnije poruke nakon što budu objavljene ili predstavljene u elektronskim medijima, stoga je važno unapred biti svjestan toga i imati kontrolu nad porukom koja će biti poslata javnosti na taj način. Kako bi se obezbijedilo da publika čuje ono što želite da kažete, a ne ono što novinari misle da će biti najbolje tumačenje, veoma je korisno imati kontinuiran, trajan odnos sa njima. Praćenje interesovanja i stila izvještavanja pojedinih medijskih kuća i određenih novinara, saradnja sa njima određeni vremenski period kako bi se oni upoznali sa pitanjima kojima se bavite pomoći će im da razumiju temu i mogućnosti koje ona nudi. Obično će se novinari udaljiti od želje da naglasak stavljaju na priče o starijim ljudima koji žive napušteni, u siromaštvu i lošeg zdravlja i shvatiti da je starije doba društveni konstrukt, da su stariji ljudi najraznovrsnija grupa u društvu i da izvještavanje o aktivnom starenju i doprinosu starijih ljudi društvu daje originalnije i zanimljivije priče. Naravno, efikasan rad sa novinarima znači i to da ćete obezbijediti da informacije koje oni dobiju budu zasnovane na dokazivim činjenicama, ali i to da poruka bude jasna, lako prenosiva i moćna, kako bi privukla pažnju najšire publike.

Posebna pitanja rješavana u implementaciji malih lokalnih projekata

Organizacije koje sprovode mikrograntove identifikovale su i bavile se brojnim specifičnim pitanjima koja utiču na socijalnu inkluziju starijih lica, a istovremeno su demonstrirale prednosti angažovanja unutar zajednice, izgradnje lokalnih partnerstava i uspostavljanja dobrih i dugotrajnih odnosa sa medijskim profesionalcima. Neke od naučenih lekcija su:

Lokalne interesne grupe i umrežavanje: Izgradnja lokalnih partnerstava sa relevantnim interesnim grupama u zajednici (zdravstvenim i socijalnim ustanovama, školama, organizacijama civilnog društva, kulturnim institucijama, itd.) od suštinskog je značaja za uspješne inicijative ove vrste a to uključuje važnost povezivanja sa lokalnom upravom. Čak i u slučajevima kada lokalna samouprava ne može odmah da obezbijedi dodatna finansijska sredstva za neki projekat ili inicijativu, veoma je važno detaljno je informisati o aktivnostima, ciljevima, partnerima i budućoj perspektivi date inicijative. S jedne strane, to je način da se potencijalno obezbijedi buduće finansiranje, posebno ako rezultati projekata pokažu

opipljivu korist za zajednicu - uključujući uštede u lokalnom budžetu - ali takođe može dovesti do podrške koja nije strogo finansijska, ali koja može znatno doprinijeti kvalitetu ili održivosti rada. Takvi oblici podrške mogu da obuhvate besplatno ustupanje prostorija na korišćenje ili prevoz za različite događaje na projektu, ali i upoznavanje sa aktivnostima i rezultatima projekta, upoznavanje sa stručnim aspektima i vještinama koje su prikazane u projektu, što će dovesti do toga da lokalna administracija posmatra organizaciju civilnog društva kao poželjnog partnera u budućim aktivnostima vezanim za socijalnu inkluziju starijih. S obzirom na to da lokalne vlasti apliciraju za sredstva iz različitih nacionalnih i međunarodnih izvora, veoma je važno imati pouzdanu organizaciju koja je dokazani izvor stručnosti. Uspješan projekat u zajednici i obezbjeđivanje toga da zajednica prepozna svoje uspjehe predstavlja preduslov za bolju socijalnu koheziju i razvoj zajednice, jer „ništa ne uspijeva kao uspjeh“.

Raznolikost partnerstava: Implementacija ovih malih projekata pokazala je da ne postoje ograničenja za partnerstvo sa organizacijama sa različitim primarnom svrhom i različitim nivoima funkcionisanja. Postoji veliki broj organizacija koje rade na različitim aspektima inkluzije različitih grupa a partnerstvo sa organizacijama sa sličnim, ali ne i identičnim glavnim ciljem je dobar način da se višestruko uvećaju resursi, dopre do šire javnosti a vaša poruka dobije na intenzitetu. Socijalna inkluzija starijih lica ima mnogo elemenata jer se nalazi na presjeku zdravlja, ljudskih prava, učenja, rodni pitanja, socijalne zaštite i drugih koncepata i kao takva je tema sa prirodnim vezama sa mnogim različitim grupama stanovništva. Partnerstvo sa organizacijama koje se bave osobama sa invaliditetom ili ženama može dati mnoge pozitivne efekte kao što partnerstvo sa organizacijama koje su usmjerene na rad sa djecom može da dovede do zanimljivih ideja i koncepata vezanih za međugeneracijsku razmjenu i saradnju. Međugeneracijska solidarnost je snažan pokretač socijalne kohezije a nekoliko lokalnih projekata sprovedenih pod okriljem TASIOP projekta dalo je odlične rezultate u spajanju starijih osoba sa adolescentima ili tinejdžerima u različitim kontekstima, od debatnih klubova do razmjene praktičnih vještina i znanja. S druge strane, partnerstvo sa organizacijama koje imaju posebnu temu kojom se bave pomaže da se istaknu pitanja od značaja za starije ljude koja bi inače mogla biti zanemarena: rodna komponenta starenja kao jedno od njih, ili pitanja pristupačnosti koja mogu da utiču na dio starije generacije koji dolaze u središte pažnje kada se saraduje sa organizacijama kojima su prioritet osobe sa invaliditetom.

Rad sa određenim grupama starijih lica: Takođe je važno imati na umu da rad na socijalnoj inkluziji starijih lica iz određenih grupa u društvu nosi sa sobom skup posebnih izazova. Stariji ljudi su veoma heterogena populacija, sa više raznovrsnosti u sebi od bilo koje druge starosne grupe. Na primjer, starijim Romima kao posebnom grupom se obično ne bave organizacije koje rade sa Romima ili organizacije koje rade sa starijim osobama. Ovaj projekat pomogao je da se njihova pitanja dovedu u središte pažnje. Rad na socijalnoj inkluziji sa starijim Romima je kompleksnije pitanje zbog niza izazova i ugroženosti koje se vezuju za ovu populaciju. U cijelom regionu Romi generalno imaju kraći očekivani životni vijek i slabiji kvalitet života, dok je njihova socijalna inkluzija uopšteno na nižem nivou u odnosu na vršnjake. Jedan od načina za rješavanje ovog problema svakako je težnja ka raznovrsnijim programima i inicijativama za socijalnu inkluziju gdje se prepoznaju i planiraju različite potrebe različitih grupa starijeg stanovništva. Tako će se povećati raznolikost i sačuvati više kulturne baštine ovog regiona.

Udaljena i seoska područja: U udaljenim i seoskim područjima poseban naglasak je na pristupačnosti zdravstvenih usluga i usluga socijalne njege za starija lica usljed različitih faktora kao što su mala naseljenost, udaljenost, postojanje javnog prevoza, vremenski uslovi, itd. Sprovedeni projekti u tim oblastima doprinijeli su povećanju svijesti o ovim pitanjima na lokalnom, regionalnom i nacionalnom nivou, ali su takođe pomogli da ove usluge postanu pristupačnije u oblastima u kojima su se projekti realizovali. Promovisanje grupa za samopomoć i drugih oblika samoorganizacije i podrške među starijim licima u svim zajednicama dovelo je do toga da starije osobe koje žive u jednočlanim domaćinstvima ili sa starijim supružnikom, bez bliskih rođaka, postanu dio grupe koja komunicira i redovno se sastaje. Pošto to znatno doprinosi povećanoj socijalnoj inkluziji i smanjuje rizik od usamljenosti i depresije, može

može se obezbijediti da osobe kojima je potrebna hitna ili složenija medicinska pomoć budu bolje povezane sa licima koja pružaju zdravstvene usluge. Stariji ljudi takođe postaju snažniji i aktivniji putem ovih inicijativa. Za najugroženije i najizolovanije članove predstavlja preko potrebnu sigurnost to da se obezbijedi da grupe za samopomoć za starije osobe održavaju redovne kontakte sa zdravstvenim osobljem koje se može upozoriti u slučajevima kada ne može da se dođe do nekog od članova.

Neformalni negovatelji: Drugo pitanje koje se postavlja je koliko je važno osigurati priznavanje rada neformalnih negovatelja i identifikovati najbolje načine da im se pruži podrška u njihovom radu. Neformalni negovatelji rade veoma zahtjevan posao i važno je da osim brige o drugima, brinu i o sebi samima. Potreba za neinstitucionalnim uslugama za starije osobe veća je od kapaciteta pružalaca javnih usluga svuda, čak i u gradskim područjima u regionu i stoga su neformalni negovatelji bitan element u životima starijih ljudi koji ne služe samo za to da ih podržavaju u boljoj inkluziji u svojoj zajednici već i u očuvanju njihovog dostojanstva u starijem dobu i zadovoljenju mnogih osnovnih potreba. Međutim, očigledno je da je rad neformalnih negovatelja gotovo univerzalno nedovoljno prepoznatljiv sa oskudnim podacima o njegovim koristima za porodice i zajednice, kao i uštedama po društvo u cjelini. Kao rezultat toga, mnogi neformalni negovatelji su lišeni bilo kakve podrške. Izrada planova i programa obuke i obezbjeđivanje redovne obuke za neformalne negovatelje (članove porodice, rođake, komšije) dobar je prvi korak a organizovanje naknadne podrške kao što su grupe za samopomoć, forumi i pružanje usluga kako bi se negovatelji odmijenili učiniće mnogo na smanjivanju stresa koji neformalni negovatelji doživljavaju, povećanju kvaliteta usluga koje oni pružaju i smanjenju rizika od povreda kako za njih tako i za starije osobe koje njeguju. Priprema projekata koji bi bili usmjereni na neformalne negovatelje, tako što bi im bila obezbijeđena obuka, mogućnost za izgradnju kapaciteta i različite usluge će biti veoma korisna u budućnosti.

Međugeneracijska saradnja i razmjena: Socijalna inkluzija starijih lica zavisi od odnosa sa drugim generacijama. Sprovedeni projekti su pokazali da je promovisanje međugeneracijske solidarnosti bitno u razvijanju društva jednakih u kome će sve generacije imati jednake mogućnosti a razmjena između generacija će obezbijediti da niko ne bude zaboravljen. Međutim, obezbjeđivanje kontinuiranih i korisnih aktivnosti uz ravnopravno uključivanje predstavnika starijih i mlađih generacija zahtijeva pažljivo planiranje unaprijed. Posebno je važno obezbijediti stalnu motivaciju predstavnika djece/tinejdžera i u tom smislu jedan od očiglednih načina je sklapanje partnerstava sa školama u zajednici. Treba ponoviti, veća je vjerovatnoća da će škole da učestvuju u takvim partnerstvima ako je jasno koje koristi od planiranih aktivnosti su za djecu, koje za starije osobe, nastavnike, kao i za same škole. To zahtijeva poznavanje prioriteta koje škole imaju u svom radu, kao i fleksibilnost i trud koji se ulaže u pripremu zajedničkog kalendara događaja sa školama partnerima.

Digitalna inkluzija: U eri brzog razvoja digitalnih i informacionih tehnologija i povećane dostupnosti različitih servisa i sadržaja putem digitalnih sredstava, postoje novi i jednostavniji načini preko kojih stariji ljudi mogu da im pristupe, ali postoji i rizik za neke starije osobe da budu potpuno odsječene i isključene iz usluga i društva. Kroz sprovedene projekte pokazalo se da je za mnoge starije ljude učenje o korišćenju modernih kompjutera, tableta, pametnih telefona i interneta vrlo poželjna vještina i da je to bila aktivnost koja je mogla da kombinuje međugeneracijsku saradnju i razmjenu sa cjeloživotnim učenjem. Organizovanje zajedničkih radionica za starije i mlađe generacije gdje su informativne vještine u središtu pažnje je dobar način da se obezbijedi saradnja i prenos vještina. U isto vrijeme, pokazalo se da za starije osobe okruženje za učenje ima veoma pozitivan psihološki efekat. U kontekstu gdje je učenje informativnih vještina bilo dio strukturisanog obrazovnog procesa koji uključuje obučene instruktore, stariji ljudi iskazali su ne samo veliko interesovanje za učenje – već i da pomažu drugima da nauče, na primjer, izradom pisanog vodiča za druge starije ljude na jednom od projekata. Takođe je potvrđeno da je za njih ovo pozitivno i inspirativno okruženje koje je doprinijelo povećanju društvenih kontakata i aktivnosti. Imajući u vidu da se stariji ljudi često suočavaju sa ličnim gubicima (prijatelja, supružnika, itd.), to je bio način uspostavljanja i održavanja novih društvenih kontakata. Postoji predrasuda o starijim

osobama da nisu u stanju ili da nemaju želju da uče. Ovi projekti pokazali su da oni ne samo da su sposobni i da žele da uče, već su i veoma motivisani da usvoje nova znanja i vještine i prenesu ih svojim vršnjacima. Još jedna stvar koju treba imati na umu je da za „kurseve kompjutera“ postoji vrlo primjetna razlika u tome da li su kursevi besplatni ili se plaćaju. Iznova i iznova se potvrđivalo da su stariji ljudi veoma motivisani da uče i prošire svoje znanje i vještine, da iskustvo učenja pozitivno utiče na njihovu društvenu aktivnost i inkluziju, ali da je plaćanje za predavanja/radionice često prepreka koju mnogi od njih ne mogu da premoste. Za mnoga starija lica u regionu situacija sa prihodima je takva da su često prisiljeni da biraju između adekvatne hrane i sadržaja u kulturnom i društvenom životu.

Na nekoliko projekata stariji ljudi su proizvodili ukrasne predmete i suvenire, što su početni koraci ka inicijativama socijalnog poduzetništva koji mogu dovesti do bolje finansijske sigurnosti u starijem dobu. Pošto je siromaštvo jedan od glavnih pokazatelja socijalne isključenosti, takve inicijative podstiču socijalnu inkluziju starijih i vode ka očuvanju njihovog dostojanstva.

Planovi za budućnost

Nastavak zastupanja bolje socijalne inkluzije starijih na Zapadnom Balkanu kroz jačanje organizacija civilnog društva i, što je još važnije, kroz osnaživanje starijih žena i muškaraca da budu ravnopravni i aktivni članovi društva. Tri godine realizacije projekta pokazale su da postoje mnogi nedostaci koje je potrebno prevazići i tema kojima će moraju baviti mreže u regionu. Veoma važna tema je međugeneracijska solidarnost, jer je potreba za njenim razvojem bila očigledna u toku implementacije projekta. Međugeneracijska razmjena je važan element društvene kohezije, ali se često pogrešno shvata kao koncept. Sljedeća važna tema je podrška neformalnim njegovateljima, čiji je doprinos nedovoljno prepoznat u regionu, a usluge podrške, obrazovanja i sprječavanje sindroma izgaranja svuda su nedovoljne, čime se neformalni njegovatelji ostavljaju da se sami nose sa svim. Usluge kao što su usluga odmjerenjavanja, grupe za samopomoć i obrazovanje, uz podršku civilnog društva, daleko bi doprinijele pružanju podrške ovim ljudima koji daju bitan, ali nevidljiv doprinos društvu. Još jedna tema od velikog značaja koja je nedovoljno prepoznata je demencija, kao i ljudska prava starijih osoba sa dijagnozom demencije. Ne treba zaboraviti digitalnu inkluziju starijih lica - u eri brzog razvoja digitalnih i informacionih tehnologija, neki stariji ljudi su u opasnosti da budu isključeni iz usluga i ljudskih prava.

To otvara mogućnosti za saradnju između nacionalnih mreža i nadogradnju na sinergije i komplementarne kapacitete ovih mreža kako bi se dodatno povećao nivo kvaliteta i efikasnosti zastupanja za i sa starijim licima u regionu. Zastupanje će imati dva osnovna cilja: jedan je da se motivišu stariji ljudi da postanu aktivni članovi društva i zastupaju teme od značaja za njih. Drugi je zastupanje u ime onih koji su funkcionalno zavisni ili žive u siromaštvu, kako bi se osiguralo da starenje sa dostojanstvom predstavlja obavezu za društvo. To je jedini način da se izgradi „Društvo za sva starosna doba“.

Sažeci mikroprojekata - Srbija

Od 25 pristiglih aplikacija, za podršku je odabrano 12

AMITY

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Podrška socijalnom uključivanju starijih građana Novog Beograda“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Beograd Opština Novi Beograd*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst: Gradska opština Novi Beograd je početkom 2017. godine otvorio Centar za brigu o starijim osobama, djeci i osobama sa invaliditetom, sa samo jednim zaposlenim, u kojem sadržaj tek treba da bude dizajniran. Iste godine, Amity je sproveo istraživanje o potrebama starijih domaćinstava na Novom Beogradu, koji su pokazali koji su glavni problemi tih ljudi i kako se oni mogu ublažiti.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.698,84*

Ciljna grupa

Stariji ljudi koji žive u starijim domaćinstvima na Novom Beogradu, žive sami, i učenici osnovnih škola od 10 do 12 godina iz Novog Beograda, koji odrastaju u porodicama bez baka i djedova.

Problem kojim se bavi projekat

Projekat se bavi nekim od ključnih potreba starijih ljudi iz starijih domaćinstava na Novom Beogradu koji su identifikovani tokom istraživanja u 2017. godini: potrebna je specijalizovana savjetodavna služba za starije osobe, gdje mogu biti informisani o svim važnim stvarima za njih na jednom mjestu; savjetodavna podrška neformalnim njegovateljima starijih osoba, bilo da su sami stariji ljudi ili oni koji su mlađi od 65 godina; smanjenje jaza između generacija, jer čak 73% starijih kaže da su starije osobe žrtve diskriminacije.

Ciljevi projekta

Opšti cilj projekta je da doprinese povećanju socijalne uključenosti starijih osoba iz starijih domaćinstava u Novom Beogradu u životu lokalne zajednice.

Specifični ciljevi su:

1. Smanjenje jaza između generacija učenika 4. razreda osnovnih škola i generacija starijih od 65 godina iz starijih domaćinstava Novog Beograda kroz realizaciju radionica koje će doprinijeti boljem razumijevanju i prihvatanju među generacijama, čime će se smanjiti stereotipi i predrasude protiv stariji ljudi.
2. Povećan kvalitet života starijih osoba, koji imaju probleme i izazove sa kojima će se lakše nositi nakon savjetodavno-edukativne i terapeutske podrške profesionalaca u oblasti socijalne, porodično-pravne i zdravstvene zaštite.

Glavne aktivnosti

30 radionica „Susreti generacija“, na kojima je učestvovalo 95 djece, mladih i starijih osoba. Kroz strukturirane zajedničke aktivnosti, učesnici su poboljšali međusobno razumijevanje i prihvaćanje i doprinijeli stvaranju snažnijih društvenih odnosa između generacija. Učili su jedni od drugih, zajedno su stekli nova znanja i nove vještine, družili su se. Na svakoj od radionica učesnici bi prvo raspravljali o nekim temama (npr. Koje se dječje igre danas igraju i koje su se igrane prije 60-70 godina?, Kako su djeca provodila svoje zimske/ljetne praznike nekada a kako danas?) i radili na izradi ručno izrađenih predmeta,

crtanju, slikanju ...

Osnovano je Savjetovalište za starije osobe i njihove neformalne staratelje, a tokom projektnog ciklusa pružili smo usluge za 88 korisnika. Stariji ljudi su uglavnom govorili o svojim finansijskim problemima, zatim o nasilju, poremećenim porodičnim vezama, savjetima vezanim za posao, kako pristupiti uslugama ... Starije osobe su bile zainteresovane za pitanja brige o svojim bolesnim članovima porodice i ostvarivanju prava na oblasti socijalne ili zdravstvene zaštite.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat je doprinio poboljšanju znanja ili sticanju novih znanja o djeci, starijim osobama i neformalnim njegovateljima starijih osoba. Citati: „U početku sam se bojao toliko starih ljudi, i bojao sam se da će mi biti dosadno, a onda sam jedva čekao četvrtak i novi sastanak s njima. Znao sam da ću čuti nešto novo i naučiti nešto...” (Dejan, učenik); „Sviđao mi se svaki sastanak sa malim prijateljima i svaki put sam pravila kolače prije dolaska (na radionicu). Uvijek sam bila sigurna da će djeca voljeti moje kolače i hvaliti ih...” (baka Miljana); „Iako sam prvi put u životu učestvovao u radionici za dekoraciju, nisam se obeshrabrio jer je to bio prvi put i za malog Nikolu. Oboje smo pokušali da savladamo tu novu tehniku i uspjeli smo.” (Baka Nadežda); „Saznala sam zašto je bilo važno dati sjedište u javnom prevozu baki ili djedu sa štapom.” (Anica, učenica). Proizvedeno je više od 180 ručno izrađenih predmeta i sada su izloženi na policama kancelarije lokalne zajednice.

Aktivnosti su mogle biti više promovisane u medijima, ali politički Kontekst i mogućnosti u lokalnoj zajednici to nisu dozvolile. Istovremeno, povlačenje Doma zdravlja i Centra za socijalni rad Novog Beograda iz učešća u aktivnostima je još jedan izazov, što je nadoknađeno kroz dobrovoljno angažovanje Amity.



Preporuke

Za uspostavljanje saradnje sa školom u lokalnoj zajednici važno je ukazati na koristi od planiranih aktivnosti za djecu, starije osobe i za školu. Važno je da organizacije civilnog društva budu fleksibilne u planiranju dinamike i sadržaja aktivnosti i prilagođavanju školskom kalendaru. Poželjno je organizovati sastanke jednom nedjeljno u trajanju od jednog sata. Poželjno je obezbijediti osvježenje za učesnike, jer djeca uglavnom pohađaju radionice nakon škole.

Preporučuje se da u jednoj radionici ne bude više od 14 učesnika (isti broj djece i starijih osoba). Preduslov za uspeh takvih programa je interes nastavnika koji prati djecu na aktivnosti, jer djeluje kao motivator za učesnike.

Za starije osobe i njihove neformalne negovatelje, potreba za komunikacijom i razumijevanjem je ključna, čak i ako im ne možemo konkretno pomoći.



Ime i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Radionica nevidljivih“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Beogradske opštine Zvezdara, Stari grad, Voždovac, Savski venac, Vračar*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst: Stariji ljudi su izloženi posebno visokom riziku od izolacije, jer u sadašnjem sistemu usluga imaju na raspolaganju samo tradicionalne i nedovoljne resurse sistema, sistema koji nije usklađen sa potrebama ljudi kojima treba da bude od koristi. Može zadovoljiti njihove osnovne potrebe, ali ne i njihove specifične potrebe. Jedna od tih potreba je potreba da se kapaciteti i talenti afirmišu u ohrabrujućem grupnom ambijentu gdje pojedinci mogu zadovoljiti svoje potrebe za druženjem, dokazati se kroz rad i razviti svoje interese i vještine.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Direktna Ciljna grupa su stariji ljudi bez obzira na njihov pol, religiju ili etničku pripadnost i bez gornje granice njihovog uzrasta. Indirektni korisnici projekta su njihove porodice, supružnici, djeca, mladi ljudi iz Beograda i zajednice.

Problem kojim se bavi projekat

Nastojali smo da javnosti predstavimo koncept rada i aktivnog života starijih ljudi, kao i da uspostavimo primjer dobre prakse za pružanje podrške i pomoći starijim osobama u ovom trenutku: motivišući ih da budu aktivni, da nastave da koriste svoje vještine i razvijaju nove, da budu prepoznati u javnosti, da im pomognu u izlaganju i prodaji svojih proizvoda i da osiguraju da se na taj način ojačaju. Bilo je važno poslati poruku o pozitivnosti drugim ljudima, o važnosti aktivnog djelovanja, o kapacitetima starijih ljudi koji imaju potrebu da prepoznaju sebe, kao i da ih drugi prepoznaju.



Ciljevi projekta

- Razvoj održivog, efikasnog modela za prenos vještina, znanja i kapaciteta starijih generacija i na taj način izgradnja mosta između generacija koje će olakšati razmjenu ideja i saradnju, stvoriti mogućnosti za socijalizaciju, razumijevanje i stvaranje društvenih veza između generacija koje će biti u drugim zajednicama.
- Izlaganjem svojih radova, stariji ljudi će učestvovati u različitim javnim, humanitarnim i kulturnim događajima u zajednici koji će doprinijeti smanjenju njihove socijalne isključenosti i marginalizacije, kao i izgradnji njihovog novog identiteta u starijoj dobi
- Međugeneracijska saradnja kroz razmjenu ideja, znanja i vještina sa mlađim generacijama.

Glavne aktivnosti

- Projekat „Radionica nevidljivih“ fokusiran je na aktivaciju, psihosocijalnu podršku, obrazovanje i ekonomsko osnaživanje starijih ljudi kroz rad u prodajno-radioničkom prostoru i izradu ručno izrađenih dekorativnih i umjetničkih predmeta. Prostor je promovisan i postao prepoznatljiv kao mjesto za druženje starijih ljudi koji su kreativni, vješti i željni rada. Održane su sljedeće aktivnosti: stvaranje grupe talentovanih starijih osoba; stvaranje mapa kapaciteta, nedostajućih vještina; obezbjeđivanje neophodne opreme, materijala, prostora; obrazovanje i međusobno obrazovanje učesnika; približavanje tržištu i medijima.

Ishodi i naučene lekcije

Stvaranje aktivnog spiska zainteresovanih starijih osoba za aktivnosti u klubovima i za prodaju predmeta koje sami stvaraju, mreža za saradnju sa drugim organizacijama civilnog društva i privatnim sektorom. Ukupno je organizovano 17 radionica sa 129 starijih osoba. Pored toga, organizovane su tematske međugeneracijske radionice na različite datume (kao što su Međunarodni dan žena, Uskrs, Svjetski dan svjesnosti o zlostavljanju starijih...). Radionice su često pohađala djeca sa roditeljima i djedovima i bakama, te su učestvovali u izradi ukrasnih predmeta (poklon karata, tekstilnih srca, dekorativnih jaja...) koje su ponijeli sa sobom kući. Ukupno više od 150 učesnika.

Projekat je stvorio održiv model koji se može koristiti za intervenciju, kao i prevenciju u odnosu na socijalnu isključenost starijih osoba kroz aktivaciju socijalizacije i cjeloživotnog učenja. Starije osobe sa talentom imale su koristi od mentorstva i interaktivnosti projekta dokazujući da su željne da budu aktivne u starijoj životnoj dobi i promovišu aktivno starenje u zajednici. Projekat je također radio na ekonomskom jačanju starijih osoba kroz izlaganje i prodaju njihovog rada, što se uglavnom ignoriše u većini programa socijalne zaštite. „Radionica nevidljivih“ je takođe doprinijela poboljšanju, pozitivnom imidžu starijih osoba i njihovih mogućnosti, kao i nezaposlenih osoba srednjih godina koji su se spontano priključili projektu.



Preporuke

Važno je identifikovati predmete koji se dobro prodaju na tržištu ručno izrađenih predmeta i osigurati da je kvaliteta predmeta izrađenih u radionicama na istom nivou. Ima smisla napraviti duži spisak potencijalnih stavki koje se mogu napraviti i prodati, a zatim suziti u skladu sa kapacitetima i datumima na koje će se artikli prodavati (vezano za događaje u zajednici)

Budžet za projekat bio je mali pa je uspostavljanje stalnog radioničkog i prodajnog prostora bilo nemoguće. Stoga smo koristili raspoložive prostore u prijateljskim organizacijama civilnog društva. Međutim, smatramo da je trajni prostor koji zajednica s vremenom upoznaje od suštinskog značaja na duži rok.

Važno je prepoznati da „nevidljivi“ često imaju problema sa motivacijom i da ih treba stalno podržavati.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Socijalna uključenost starijih osoba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Kragujevac*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst: Prema istraživanju za 2017. godinu, samo 28,8% žena i 39,9% muškaraca u dobi od 65 do 74 godine koristilo je računar u posljednja 3 mjeseca, što je manje od polovine u dobi od 25 do 54 godine.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Ciljna grupa su stariji građani Opštine Kragujevac zainteresovani za sticanje osnovnih kompjuterskih znanja i vještina. Za starije ljude, digitalne tehnologije su često nedostupne zajedno sa informacijama i uslugama koje su dostupne samo na internet stranicama.

Problem kojim se bavi projekat

Stariji ljudi su imali priliku da poboljšaju svoje kompjuterske vještine i znanje i time poboljšaju pristup informacijama, uslugama, različitim internet stranicama i mobilnim aplikacijama. To im je omogućilo da bolje komuniciraju sa svojim prijateljima i članovima porodice putem Skype-a, Facebook-a, Viber-a, e-maila, besplatno. Pored toga, ovo je poboljšalo njihov pristup informacijama i uslugama kao što su e-bankarstvo, e-uprava, zakazivanje medicinskih sastanaka itd.



Ciljevi projekta

Opšti cilj je poboljšanje kvaliteta života starijih osoba u opštini Kragujevac kroz doživotno učenje. Specifični cilj je poboljšanje kompetencija starijih osoba u korištenju digitalnih tehnologija.

Glavne aktivnosti

Četiri desetonedjeljna kursa - svaki kurs organizovan za 12 učesnika

Stvaranje, objavljivanje i promocija Smjernica za upotrebu računara i Interneta uz aktivno učešće starijih osoba u kursevima.

Posebno je važno istaći da su promjene u ovom domenu veoma brze i relativno nove, tako da obrazovanje to treba da uzme u obzir koliko god je to moguće.

Kompjuterski kursevi podržavaju veću uključenost starijih osoba u društveni život jer ovaj projekat podstiče cjeloživotno učenje. Smanjenje socijalne izolacije zahtijeva značajne angažmane i društvena iskustva, a ključna vrijednost digitalnih tehnologija je njihova sposobnost da poveže ljude i zajednice.

Ishodi i naučene lekcije

- Poboljšanje kvaliteta života starijih osoba u opštini Kragujevac
- Podsticanje i promovisanje doživotnog učenja
- Poboljšanje pristupa informacijama i uslugama na internetu
- Poboljšana socijalna uključenost

Učesnici su pohvalili prijatnu atmosferu tokom kurseva, kao i predavača koji je pružao izuzetnu podršku. Najveći izazov u projektu je bio što se veći broj starijih ljudi prijavio za tečajeve nego što je planirano. To je riješeno kreiranjem lista čekanja.

Preporuke

Prije svega, potrebno je povezati se sa organizacijama starijih ljudi i promovirati projekat. Projekat je pokazao da postoji značajan i rastući interes za sticanje kompjuterskih vještina kod starijih osoba. Ali, istovremeno, da li su kursevi besplatni ili ne, za mnoge od njih je odlučujući faktor zbog niskih prihoda. Stoga, kursevi treba da budu pažljivo osmišljeni da zadovolje potrebe starijih osoba u oblasti digitalne pismenosti, ali i da osiguraju prijatnu atmosferu i strpljive predavače koji pružaju podršku i da budu besplatni kako bi bili dostupni. Dobro dizajnirane smjernice za upotrebu računara i interneta, napravljene uz učešće starijih ljudi su odličan dodatak.

Citati:

Kurs iz oblasti računara

„Ovo je bilo mnogo više od kompjuterskog kursa. Bila je to prilika za druženje i provođenje vremena zajedno“

Milica, korisnik

Promovisanje Smjernica za upotrebu računara i interneta

„Koristeći Smjernice, mogu učiti zajedno sa svojim unucima.“

Slobodan, korisnik



Naslov i informacije o projektu

Naziv projekta: Poboljšanje kvaliteta života starijih osoba koje žive u njihovom prirodnom okruženju kroz poboljšanje kvaliteta formalne i neformalne podrške

Zajednica/opština koja implementira projekat: Beograd

Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.

Ukupan budžet projekta: RSD 579.000 (EUR 4,856.98)

Ciljna grupa

Uopšteno govoreći, ciljna grupa za ovaj projekt su sve osobe starije od 65 godina koje mogu imati potrebu za formalnom uslugom kućne njege ili njege koju pružaju neformalni negovatelji, ali primarna meta su stariji ljudi koji primaju formalne usluge kućne njege, kao i njihovi neformalni negovatelji.

Problem kojim se bavi projekat

U poređenju sa ostatkom Srbije, usluge socijalne zaštite u Beogradu su bolje razvijene. Uprkos tome, postojeće usluge još uvijek nisu dovoljne za potrebe. Kako postojeće projekcije ukazuju na to da će potreba rasti, tako i kapaciteti usluga socijalne zaštite moraju rasti. Stoga, ovaj projekat ima za cilj da poveća kapacitet sistema socijalne zaštite da obezbijedi obuku za geronto-njegovatelje, kao i da poveća kapacitet neformalnih negovatelja.

Ciljevi projekta

- Akreditovanjem programa obuke za geronto-njegovatelje projekat će doprinijeti povećanoj dostupnosti usluge i povećanom broju geronto-njegovatelja, što će poboljšati usluge kućne njege kao i kvalitet života starijih osoba i njihovih porodica.
- Biće uspostavljen program obuke za neformalne negovatelje koji će doprinijeti poboljšanju njihovih vještina, smanjenju rizika od stresa i povreda (kao i rizika od povreda među starijim osobama koje primaju njegu) i rizika od zlostavljanja starijih od strane neformalnih negovatelja. Provedba obuke će takođe uključivati uspostavljanje grupa za samopomoć za neformalne negovatelje.

Glavne aktivnosti

- Kreiranje akreditovanog plana i programa obuke za geronto-njegovatelje
- Prikupiti potrebne materijale, sintetizovati ih u nastavni plan i program dostavljen Republičkom zavodu za socijalnu zaštitu za akreditaciju
- Kreiranje programa obuke za neformalne negovatelje
- Identifikacija i analiza potrebnih materijala i kreiranje nastavnog plana i programa
- Organizovanje obuke za neformalne negovatelje
- Izbor neformalnih negovatelja i organizovanje obuke na osnovu nastavnog plana i programa.

Aktivnosti su u skladu sa prioritetima sistema socijalne zaštite u Srbiji i Strategijom razvoja socijalne zaštite sa fokusom na vaninstitucionalne usluge i podršku za život u preferiranom prirodnom okruženju. Pružanje brige kod starijih korisnika pomaže im u njihovim svakodnevnim aktivnostima i omogućava im da samostalno funkcionišu. Međutim, takve usluge nisu dovoljno dostupne u odnosu na postojeću potrebu, što je potvrđeno dugim listama čekanja. Ovo je djelimično posljedica nedovoljnog broja sertifikovanih geronto-njegovatelja koji su dobili akreditovanu obuku.

S druge strane, mnoga istraživanja pokazuju da neformalni negovatelji često ne razumiju potrebe starijih ljudi, ne razumiju njihove probleme i kao rezultat toga ne zadovoljavaju njihove potrebe, čak ih zanemarujući ili zloupotrebljavajući ih nenamjerno.

Stvaranje akreditovanog kurikuluma za obuku geronto-njegovatelja će doprinijeti povećanju broja geronto-njegovatelja na raspolaganju starijim osobama kojima je potrebna ova usluga. Istovremeno, kreiranje programa obuke za neformalne negovatelje će poboljšati kapacitete neformalnih negovatelja, povećati njihov kapacitet za razumijevanje potreba i pružiti bolju skrb starijim osobama.

Ishodi i naučene lekcije

Izrađen je nastavni plan i program obuke geronto-njegovatelja koji je dostavljen na akreditaciju Institutu za socijalnu zaštitu. Nastavni plan i program za obuku neformalnih negovatelja je stvoren u cilju poboljšanja vještina negovatelja, smanjenja stresa i izgaranja, smanjenja rizika od povreda na obje strane i rizika od zlostavljanja starijih osoba. Obje aktivnosti su proticale kako je planirano i izvedene su kako je planirano.

Najveći izazov vezan za projekat bio je analiza i sistematizacija relevantne literature. Naučni i stručni materijali na srpskom jeziku su prilično oskudni, ali je književnost na drugim jezicima u izobilju. Stoga je bilo teško proći kroz sve dostupne informacije i materijale, rangirati ih prema njihovoj relevantnosti i klasificirati najznačajniji element kako bi se osiguralo da su uključeni u konačne verzije dva plana i programa.

Preporuke

Preporuka za druge organizacije civilnog društva je da uvijek, prije početka implementacije projekta, urade temeljnu analizu potreba u ciljnoj zajednici. Ako projekat koji oni planiraju nije relevantan u odabranoj zajednici, ako njegovi ciljevi ne odgovaraju njegovim potrebama, bolje je da nastavite sa prilagođavanjem projekta kako biste zadovoljili realne potrebe prije početka implementacije.

Pošto je potreba za vaninstitucionalnim uslugama veća od kapaciteta postojećih usluga svuda u Srbiji, ohrabrujemo organizacije da kreiraju projekte na osnovu našeg primjera i da nam se obrate za savjet ako je to potrebno. Stvaranje nastavnog plana i programa za obuku često može biti dobra osnova za neki budući projekat. Kvalitetno izvršena procjena potreba je ključna - osigurava da ostatak projekta bude zasnovan na čvrstim temeljima.

Sistematski pristup je važan - to smo naučili kroz analizu dostupne literature i materijala, ali je to potvrđeno i kroz sve ostale aktivnosti.

Fokus na ciljeve i značaj projekta - motivacija je važna, posebno u trenucima kada se radno opterećenje čini nepremostivim. U svakom trenutku pomaže fokusiranje potreba ciljne grupe.

LUŽNIČKE RUKOTVORINE ŽEC

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Hajde da budemo vidljivi“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Babusnica*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst: Babušnica je klasifikovana kao jedna od depriviranih opština sa stanovništvom sa veoma niskim životnim standardom i visokom stopom siromaštva. Infrastruktura je veoma nerazvijena pa su sela teško dostupna i tokom zime njihova populacija je potpuno izolovana. 90% stanovništva je starije od 75 godina, a gotovo svaka treća domaćinstva su jedna starija osoba koja živi sama. Lokalna uprava i ustanove socijalne zaštite ne mogu zadovoljiti sve potrebe za uslugama socijalne zaštite i nisu prisutne u udaljenim područjima. Lužničke rukotvorine „ŽEC“ je licencirana za pružanje usluga u domu i svakodnevno je u direktnom kontaktu sa mnogim starijim osobama.*
- *Ukupan budžet projekta: RSD 588,800 (EUR 4,979)*

Ciljna grupa

- Starije žene koje žive u ruralnim oblastima blizu državne granice, žive u teškim uslovima: napuštene kuće, loše zdravlje, neadekvatan pristup zdravstvenoj zaštiti, socijalno isključeni, koji žive sami i na udaljenim lokacijama.
- Učenici osnovnih škola.

Problem kojim se bavi projekat

Stariji ljudi imaju tendenciju da se izoluju, misleći da su beskorisni i nevažni za svoju porodicu i zajednicu. Društvo nije ljubazno prema njima, posebno starijim ženama, pa se povlače i nastoje da ostanu u kući, živeći monotone živote misleći da je njihovo vrijeme prošlo. Starije žene, međutim, imaju mnogo znanja i vještina, decenijama su sačuvalе običaje i tradiciju i sada nemaju kome da ih predaju. U isto vrijeme mlađi ljudi nisu svjesni problema s kojima se suočavaju starije osobe i nemaju dovoljno znanja o običajima i tradiciji dijela zemlje u kojoj žive.



Ciljevi projekta

Adresiranje isključivanja starijih ljudi iz društva.

Učiniti starije žene socijalizovanim, aktivnijim, priznatim za svoj društveni doprinos, osnažene i vidljive kroz:

- Aktivno učešće u događajima u zajednici
- Socijalizacija sa vršnjacima
- Razmjena iskustava sa mlađim ljudima
- Pomoć starijim ljudima u ruralnim područjima
- Organizovane posjete ljekara
- Obezbeđivanje neophodne hrane i lijekove koje isporučuju volonteri

Glavne aktivnosti

Procjena potreba na terenu i mapiranje 30 starijih žena. Organizovane su četiri radionice u osnovnim školama u Babušnici kako bi se učenici upoznali sa problemima sa kojima se suočavaju starije osobe. Radionice sa starijim ženama kombinovane su sa sjednicama proizvodnje dekorativnih predmeta i razmjenom recepata, vještina i tradicije. Organizovane su izložbe ručno izrađenih predmeta, kao i sastanci sa lokalnim akterima, posjete starijih žena iz Babušnice starijim ženama u ruralnim područjima. Kreiran je i štampan kuvar tradicionalnih recepata. Regionalni i lokalni mediji pratili su mnoge aktivnosti, a izbor aktivnosti je bio u skladu sa realnim potrebama i mogućnošću povezivanja ljudi na daljinama i generacijama. Povećana vidljivost starijih žena i izazovi s kojima se suočavaju bio je jedan od prioriteta.

Ishodi i naučene lekcije

Najveći izazov je bio da stariji ljudi budu pod jednim krovom, s obzirom da su korisnici projekta iz udaljenih djelova Opštine - do 30 kilometara od urbanog područja. Uprkos tome, oko 40 žena je bilo motivisano i učestvovalo u društvenim događajima, radionicama i prikupljanju recepata za kuvar.

Pored toga, 80 mladih je učestvovalo u projektu, radionicau okviru istog, kao i prikupljanje recepata i volontiranje za posjete starijim domaćinstvima. Ovi mlađi ljudi sada imaju drugačiju percepciju starijih ljudi, pružaju podršku onima kojima je potrebna i motivisani su da budu dio aktivnosti na terenu. Tri djevojčice naučile su tkati kroz ove međugeneracijske radionice i pokrenule su vlastitu internet stranicu kako bi promovisale svoje ručno izrađene predmete. Više od 60 studenata je prisustvovalo predavanjima o zlostavljanju starijih i aktivno raspravljalo o ovom pitanju.



Primijetili smo da su mnogi stariji ljudi odbili da učestvuju u radionicama rekavši da nemaju nikakva dragocjena znanja i da se zato stide, što je sugerisalo da je organizovanje više društvenih događaja bez određene teme efektivan način da izađu iz svojih domova.

Takvi događaji su bili veoma uspješni, sa pripremom i razmjenjivanjem tradicionalnih jela, diskusijama o receptima i uzorcima tkanja, kao i pjevanjem tradicionalnih pjesama.

Preporuke

- Konstantan direktan kontakt sa starijim osobama, sticanje njihovog povjerenja i projektovanje aktivnosti na osnovu njihovih iskazanih potreba.
- Podrška starijim ljudima će biti sveobuhvatnija ako se zasniva na već uspostavljenoj multisektorskoj saradnji
- Mladi će biti zainteresovani da učestvuju ako su upoznati sa problemima starijih koji žive sami u udaljenim područjima bez prodavnica i apoteka. Efektivno je aktiviranje mlađih ljudi kroz međugeneracijske radionice i posjete starijim domaćinstvima i pozivanje na učešće u volonterskim aktivnostima koje podržavaju starije ljude.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Starija dob kao izazov“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Šumadijska regija, opštine Kragujevac, Topola, Batočina, Knić*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst:Šumadijska regija ima 17% stanovnika od preko 65 u Srbiji. Stariju dob treba posmatrati kao izazov za osvajanje. Projekat je uključivao starije ljude iz urbanih područja koji žive sami i sa nekom vrstom invaliditeta, koji su izbjeglice ili interno raseljena lica, kao i stariji ljudi iz ruralnih područja koji žive izolovani i izloženi riziku od siromaštva. Intersektorski dijalog u četiri opštine je poboljšan kroz projekat, a stariji ljudi su edukovani o važnosti bolje socijalne inkluzije u svojim zajednicama.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Osobe starije od 65 godina u Šumadiji. Zajednički problemi ove populacije uključuju socijalnu i ekonomsku nesigurnost, usamljenost, nedovoljan obim i kvalitet zdravstvene, socijalne i transportne usluge (posebno u ruralnim područjima), kao i nedovoljno uključivanje starijih ljudi u procese donošenja odluka, posebno na teme koje su od važnosti za njih.

Problem kojim se bavi projekat

Predrasude o starijim osobama u Šumadiji predstavljaju teret iz prošlosti sa kojim se mora suočiti i koji se mora ukloniti. Teme u vezi sa socijalnim uključivanjem starijih osoba koje smo fokusirali na:

- Jačanje međusektorskog dijaloga u četiri opštine Šumadija i uključivanje svih zainteresovanih strana koje rade sa starijim osobama i za njih
- Razvoj obrazovnih sadržaja za starije osobe fokusiran je na važnost bolje socijalne inkluzije starijih osoba u njihovim zajednicama
- Podizanje javne svijesti o stereotipima starijih ljudi i kako ih napustiti, kroz kampanje, štampane materijale i medijskim prostorima za gostovanje.

Ciljevi projekta

Cilj: Podizanje svijesti ljudi i zajednice o potrebi poboljšanja i širenja pozitivnog stava prema starijim osobama

Specifični cilj 1: Poboljšanje i zaštita svih ljudskih prava i osnovnih sloboda starijih osoba

Specifični cilj 2: Podrška uključivanju starijih osoba u razvoj društvene podrške



Glavne aktivnosti

Edukativne radionice: 20 radionica u četiri opštine. Stariji ljudi su se edukovali o važnosti boljeg učešća u odlučivanju o pitanjima koja utiču na njihov kvalitet života. Fokus grupe su korišćene za pomoć starijim ljudima u definisanju problema u njihovim zajednicama: loš ekonomski status, nedovoljan pristup zdravstvenoj zaštiti i uslugama socijalne zaštite, veoma nisko učešće starijih ljudi u kulturnom životu svojih zajednica, usamljenost i socijalna izolacija. Međugeneracijska saradnja je veoma niska zbog toga što nije prisutna kao tema iz škola i medija.

Panel diskusije su korištene za jačanje međusektorskog dijaloga i razmjenu iskustava. Dogovoreno je da su problemi starijih ljudi u četiri opštine slični i da se oni mogu riješiti samo interdisciplinarnim pristupom.

Kampanja usmjerena na podizanje svijesti javnosti o važnosti širenja pozitivnog stava prema starijim osobama: 100 postera i 800 letaka razdijeljeno je u četiri opštine, uz četiri televizijska gostujuća spota na regionalnoj kragujevačkoj TV stanici.

Završna konferencija projekta organizovana je za predstavnike sve četiri opštine i poslužila je za sumiranje aktivnosti i ponovila koliko je važno imati međusektorsku saradnju između institucija i organizacija koje rade sa starijim osobama i za njih.



Ishodi i naučene lekcije

- Postignuća projekta uključuju:
- Jačanje međusektorskog dijaloga u svakoj od četiri opštine
- Uspostavljen dijalog svih zainteresovanih strana koje rade sa i za starije ljude u četiri opštine
- Povećano interesovanje starijih za edukativne radionice - nastavak nakon završetka projekta
- Promovisana ideja o formiranju mreže organizacija civilnog društva u regionu Šumadije, fokusirana na zagovaranje za bolji kvalitet života starijih osoba

Veće učešće starijih ljudi iz gradskog područja bi projekt učinilo još boljim.

Izazovi su uključivali:

- Kontakti između opština su rijetki, što je prevaziđeno zakazivanjem radnih sastanaka između njih
- Odsustvo lokalnih medija u ovim opštinama, što je prevaziđeno fokusiranjem na regionalnu TV stanicu u Kragujevcu

Preporuke

- Rad u nekoliko susjednih opština ima mnogo smisla, jer su problemi starijih ljudi slični
- Jačanje međusektorskog dijaloga doprinosi razvoju zajednice tako da je vrijedno podržati ovaj dijalog što je više moguće
- U manjim opštinama organizacije civilnog društva su nerazvijene ili ne postoje. Ovakav projekat doprinosi razvoju civilnog društva i povećava aktivizam među ciljnom grupom projekta
- Projekat je pokazao da razvoj volontiranja kroz grupe za samopomoć starijih osoba daje veoma dobre rezultate u ruralnim i urbanim područjima.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Socijalna uključenost starijih osoba - ISP Evergreen*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Beograd*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. oktobar 2018.*
- *Kontekst: Projekat je fokusiran na stvaranje ambijenta za veću društvenu uključenost starijih osoba. Inicijativu su pokrenuli penzioneri koji su radili u Institutu za socijalnu politiku (sada zatvoreni zbog tranzicije). Operativni menadžer projekta je Mreža socijalnih istraživača „ISP-Evergreen“. Projekat je realizovan u partnerstvu sa Republičkim zavodom za socijalnu zaštitu, a Institut je obezbijedio prostor za aktivnosti ISP Evergreen kluba.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Ciljna grupa projekta su socijalni istraživači svrstani u tri kategorije: veterani (penzioneri) - koji su radili u socijalnoj zaštiti, stariji - trenutno aktivni u ustanovama za socijalnu zaštitu, i juniori - pripravnici i studenti društvenih nauka

Problem kojim se bavi projekat

Glavni problem je marginalizacija starijih ljudi njihovim odlaskom u penziju i riziku od socijalne isključenosti. Klub je otvoren i ima za cilj da poveže što je moguće više osoba iz ciljne grupe kako bi ih samoorganizovali. Projekat uključuje interaktivnost i aktivno učešće članova Kluba i aktivnosti se razvijaju u skladu sa potrebama i doprinosima učesnika. Saradnja sa profesionalnim udruženjima je takođe bila ostvarena.



Ciljevi projekta

Glavni cilj projekta je okupljanje starijih, penzionisanih socijalnih istraživača za socijalizaciju i razmjenu iskustava sa mlađim kolegama, tako da će oni, na principima samopomoći i samoorganizacije, uključiti svoj potencijal za stvaranje inicijativa, prijedloga i volonterskog doprinosa poboljšati podršku starijim osobama u Beogradu.

Specifični ciljevi projekta:

- Periodični sastanci zasnovani na zajedničkim interesima, druženju i razmjeni informacija i iskustava
- Samoorganizacija i sprovođenje klupskih aktivnosti zasnovanih na afinitetima i principima samoorganizacije, međugeneracijskoj razmjeni i doprinosima volontera
- Volontiranje u klubovima socijalne zaštite Gerontološkog centra Beograd

Glavne aktivnosti

Centralna aktivnost projekta je organizacija redovnih međugeneracijskih društvenih događaja u ISP Evergreen klubu sa tri programska segmenta (Vremenska mašina, Aktuelna pitanja i Venturi) na osnovu afiniteta članova kluba - veterana, seniora i juniora.

Kreirana je Internet stranica koja predstavlja aktivnosti kluba: www.mrezaisp.org/ISPevergrin

Aktivnosti su takođe uključivale učešće u događajima i aktivnostima u kojima se promovišu potencijal

i doprinos starijih ljudi, kao i aktivno starenje. Na Međunarodni dan starijih osoba organizovana je panel diskusija na temu „socijalizacije“ o kojoj su govorili gerontolozi, sociolozi, politikolozi i antropolozi, kao i prezentacije primjera socijalizacije starijih ljudi: događaji veterana novinara, klub za starije osobe pri Crvenom krstu Srbije, Olimpijada trećeg doba i ISP Evergreen.



Ove aktivnosti su međusobno povezane i promovišu aktivno starenje. Oni se zasnivaju na zajedničkim afinitetima stručnjaka za društvena istraživanja, promovišu društveno relevantne teme putem internet stranice i društvenih mreža, ističući potencijale svih generacija u odabranoj oblasti i podržavaju i ohrabruju društveno učešće i volonterske doprinose veterana.

Ishodi i naučene lekcije

Ključno dostignuće je pravilan ritam međugeneracijskih društvenih okupljanja i njihovog strukturiranog programa. Najvažniji ishod su pozitivni efekti međugeneracijske socijalizacije i aktiviranja potencijala starijih osoba u programu Vremenska mašina („Time Machine“), kao i učešće u društvenim događajima i javnim događajima koji promovišu aktivno starenje.

Odličan rezultat je visoko učešće juniora (40%) i dobar kvalitet međugeneracijske razmjene između veterana i juniora. Prema riječima jednog mlađeg učesnika:

„Čast mi je da se družim u klubu sa istraživačima i praktičarima svih generacija koji, u veoma prijatnoj atmosferi, razmjenjuju praktično iskustvo stečeno godinama rada, kao i nove informacije vezane za društvene nauke. Kao predstavnik mlađe generacije, srećan sam što su eminentni stručnjaci odlučili da sjednu sa studentima i mladim stručnjacima i razgovaraju o rezultatima napora usmjerenim ka društvenim prognozama i daju nam savjete o izazovima sa kojima se suočavamo. Oni nam takođe pružaju mogućnost da sa njima razgovaramo o svim ovim pitanjima i na taj način ojačamo naš profesionalni identitet kroz razmjenu novih znanja koje dobijamo kroz studiranje ili rad, kao i profesionalne dileme s kojima se suočavamo.“

Bojana Dimitrijević, doktor političkih nauka

Više je moglo biti učinjeno u učešću i volonterskim aktivnostima veterana: važno je aktivno stvoriti mogućnosti za učešće i volontiranje starijih osoba.

Preporuke

Za projekte ovog tipa zajednički afinitet je ključan jer je osnova za druženje i stvaranje mogućnosti za društveno učešće. U našem slučaju dijelimo profesionalni identitet vezan za društvena istraživanja. Međutim, to važi i za druge profesije i druge društvene grupe. Afiniteti mogu biti različiti: zajednički hobi ili dijeljenje istog geografskog područja porijekla.

Ključne lekcije iz jedne godine implementacije su o održivosti: 1. Važno je imati stalno prisustvo ključnih aktivista u klubu; 2. Njihova posvećenost i volonterski doprinos je ključni uslov za razvoj aktivnosti; 3. Inovacija u odabiru tema i učesnika u diskusijama i socijalizaciji je važna za privlačenje učesnika i osiguravanje kontinuiranih aktivnosti. 4. Logistička podrška, posebno pružanje usluga od strane institucije je veoma korisno.

KLASTER ZA REVITALIZACIJU STARIH ZANATA RE:CRAFT

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Banka Motifs*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Savski venac, Beograd*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.496,94*

Ciljna grupa

Stariji ljudi preko 65 godina, posebno oni koji su završili kurs za informatičku pismenost koji je implementiran kao dio ranijeg projekta. Od samog početka namjera je bila da se starijim osobama sa određenim nivoom informatičke pismenosti ponude kreativne aktivnosti koje se nadovezuju na njega.



Problem kojim se bavi projekat

Socijalna uključenost starijih žena poboljšava njihovo fizičko i mentalno zdravlje kroz smanjenje njihove usamljenosti i rizika od depresije. Kreativni rad u radionicama je također važan za međugeneracijsku solidarnost - jača porodične veze kroz prenos znanja između generacija. Ovaj projekat je takođe podržao cjeloživotno učenje i pokazao važnost neformalnog obrazovanja za svakog pojedinca. Kreativni rad u ovom projektu doprinio je borbi protiv diskriminacije, predrasuda i stereotipa o starijim osobama, a posebno starijim ženama.

Ciljevi projekta

Povećanje kvaliteta života starijih osoba na Opštini Savski venac kroz sticanje novih vještina i znanja. Projekat je obuhvatio tri vrste radionica:

Upravljanje digitalnom kamerom / fotografija mobilnog telefona

Radionice rukotvorina (tkanje, pletenje, vez)

Radionice društvenih mreža (postavljanje fotografija kreiranih stavki na društvenim profilima grupe Banka Motifs) kao i internet stranice www.kreativnalab.rs koja je kreirana u okviru prethodnog projekta.

Glavne aktivnosti

Radionice sa starijim ljudima za stvaranje kolekcije različitih tekstilnih uzoraka (pletenje, tkanje, vez...) u saradnji sa profesionalnim dizajnerima.

Radionice sa starijim ljudima o digitalnoj fotografiji

Uzimanje digitalnih fotografija kreiranih obrazaca i, uz podršku koordinadora radionice, priprema ovih slika za završnu izložbu projekta.

Radionice sa starijim osobama o korištenju društvenih mreža za objavljivanje fotografija kreiranih obrazaca (Facebook, Pinterest, Instagram...)

Anketa o životnim uslovima starijih osoba za prikupljanje informacija koje će biti distribuirane putem konferencije za štampu.

Medijski spotovi

Završna izložba predmeta nastalih na radionicama poklapa se sa Danima evropske baštine.

Ishodi i naučene lekcije

- Demonstriranje značaja tekstilnih rukotvorina u procesu socijalne inkluzije starijih osoba
- Spajanje različitih dekorativnih predmeta nastalih kroz radionice i zatim njihovo fotografisanje bio je kreativan proces sa različitim fazama i nagrađivanjem za mnoge uključene pojedince
- Međutim, podrška opštinske administracije bi bila od pomoći i za buduće slične projekte bilo bi preporučljivo da se unaprijed dogovori o tome
- To je ujedno bio i najveći izazov u implementaciji - potreba za zaobilaznjem prepreka koje su nastale preuzimanjem podrške koja je na kraju izostala.

Preporuke

Glavna preporuka je unaprijed uspostaviti čvrste veze sa udruženjima penzionera kao i opštinskom administracijom, jer su to važni faktori koji doprinose realizaciji projekta. Budući projekti ove vrste takođe treba da uzmu u obzir da su prethodna znanja i vještine učesnika veoma važni u smislu kvaliteta rada koji se može obaviti, kao i da je nastavak rada sa istom grupom učesnika ono što proizvodi dobro rezultati na kraju.



ASOCIJACIJA TATA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Srce za unučad*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Beogradske opštine Stari grad, Vracar, Savski venac, Palilula i Zvezdara*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst: Projekat je uključivao psihosocijalnu i pravnu podršku za djedove i bake koji, zbog aktuelnog postupka razvoda ili razvoda kroz koji prolaze njihova djeca, nemaju dovoljno kontakata ili dovoljnih kvalitetnih kontakata sa svojim unucima.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.995,75*

Ciljna grupa

Ciljna grupa su roditelji razvedenih parova, u svojim primarnim ulogama baka i djedova koji se obično zanemaruju u procesu razvoda. Ova ciljna grupa je izabrana stoga što razvod ne utiče samo na razvedene nego i na cijelu proširenu porodicu. Takođe, roditelji su i dalje važan faktor u životu mnogih parova koji prolaze kroz razvod (finansijska pomoć, dijeljenje kućanstva, pomoć u pružanju njege svojoj djeci).

Problem kojim se bavi projekat

Projekat je osmišljen tako da obuhvati najširi mogući problem s kojim se suočavaju djedovi i bake koje je rezultat razvoda njihove djece i novih okolnosti. Fokus je bio na obnovi ili održavanju odnosa sa unucima bez obzira na druge okolnosti vezane za razvod.



Udruženje građana Tata je neprofitna nevladina organizacija koja deluje u oblastima:

- ostvarivanja, razvoja, zagovaranja, promocije i zaštite: modernog demokratskog društva, ljudskih i građanskih prava i sloboda;
- specifičnih potreba i prava roditelja u jednoroditeljskim porodicama i njihove dece;
- specifičnih potreba i prava roditelja koji pripadaju posebno ranjivim društvenim grupama;
- pozitivnog maskulinizma i očinstva;
- rodne i roditeljske ravnopravnosti;
- prava deteta;
- specifičnih potreba i prava muškaraca i očeva kao primarne ciljne grupe;
- specifičnih potreba i prava razvedenih građana, njihove dece i porodice.

UG Tata je osnovano 14. februara 2012. godine u Beogradu.

TATA
Onaj koji golica stopala,
otera čudovišta i dohvati zvezde

Od decembra 2017. godine, aktivnosti programa Srce za unuke realizuju se u okviru regionalnog projekta **Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba**, koji se istovremeno realizuje u pet država regiona uz finansijsku podršku Evropske unije i Austrijske razvojne agencije ADA. Tehničku podršku koordinaciji projekta pruža Austrijski Crveni krst, a projektom koordinira Crveni krst Srbije.

Besplatna podrška korisnicima će se obezbeđivati do 30. juna 2018. godine, a o daljim modalitetima podrške u okviru programa Srce za unuke, UG Tata će blagovremeno obavestiti javnost.



PROGRAM PODRŠKE BAKAMA I DEKAMA

koji zbog razvoda ili posledica razvoda svoje dece ne ostvaruju ili ostvaruju nedovoljno kvalitetne kontakte sa unucima

The Project is funded by the European Union

AUSTRIAN DEVELOPMENT AGENCY

AUSTRIAN RED CROSS

Crveni krst Srbije
Red Cross of Serbia



www.srecezaunuke.com

www.srecezaunuke.com

Ciljevi projekta

Identifikovanje konkretnih problema u porodičnim odnosima i najefikasniji način njihovog rješavanja. Imajući u vidu da je projekat fokusiran na starije osobe, radikalna promjena ponašanja se vjerovatno neće brzo desiti, tako da se rad fokusirao na manje detalje i promjene u ponašanju koje donose vidljive rezultate.

Glavne aktivnosti

Projekat je realizovan kroz individualne sastanke na kojima se razgovaralo o konkretnim pojedinačnim problemima, prije svega onima koji su nastali zbog razvoda djece ili njihovog preseljenja u drugu zemlju. Grupne diskusije su bile dobrodošla razmjena iskustava koja je pokazala učesnicima da njihov problem obično nije jedinstven, da nisu jedina osoba koja pravi određenu grešku, ili da su dobro postupili s obzirom na okolnosti. Ovo je poboljšalo izgleda većine učesnika, dajući im nadu za bolji razvoj njihove situacije u budućnosti.

Ishodi i naučene lekcije

Najčešći identifikovani problemi:

- Neprihvatanje izbora njihove djece
- Insistiranje na zastarjelim modelima druženja sa svojim unucima
- Odbacivanje bilo kakve odgovornosti za odnose u porodici koji su doveli do ove situacije
- Objektivna pitanja: preseljenje, teška medicinska stanja, smrt u porodici

Bilo je čestih komentara o tome koliko često bi unuci trebalo da zovu/posjećuju, o tome ko kome treba prvi da se javi. Neki stariji ljudi kažu da ne žele da vide svoje unuke ako to znači da vide jednog od njihovih roditelja koga ne vole, a neki su takođe komentarisali da ih njihovi unuci posjećuju samo na dan primanja penzije.

SRCE ZA UNUKE

Srce za unuke je program psihološko-socijalne i pravne podrške udruženja građana Tata **namenjen bakama i dekama** koji zbog razvoda ili posledica razvoda svoje dece ne ostvaruju ili ostvaruju nedovoljno kvalitetne kontakte sa unucima.

Program je nastao kao rezultat iskazanih potreba korisnika višegodišnjih aktivnosti udruženja građana Tata u obezbeđivanju podrške porodicama u razvodu.

UG Tata od svog osnivanja 2012. godine, pa do danas, kontaktiralo je oko 5.600 građana u vezi sa problemima uzrokovanim razvodom, od čega trećinu predstavljaju roditelji bivših supružnika.

Svi oni su ukazivali na poremećene odnose sa decom i unucima nakon razvoda uglavnom usled neadekvatnog pristupa informacijama o Zdravom razvodu i poželjnim porodičnim odnosima nakon njega, a sa druge strane da je institucionalni odgovor na ovu vrstu potreba još uvek nezadovoljavajući. Na žalost, sve ovo se odnosi i na njihovu decu, jer ni oni nisu dovoljno edukovani, niti adekvatno podržani i osnaženi nakon razvoda.

Tako se stvara začarni krug zamršenih porodičnih odnosa u kome svi trpe. Razvod je i dalje tabu tema u Srbiji, postoji manjak informacija i podrške službi koja bi olakšala prolazak kroz stresan period života svim članovima porodice.

Ovim Programom, po prvi put u regionu, se razvija efikasan model podrške u vezi sa pitanjima iz razvoda koji uključuje članove šire porodice.

Psihološko-socijalna podrška

Neka od pitanja koja su obuhvaćena psihološko-socijalnom podrškom u okviru ovog programa su:

Da li je u porodičnim odnosima uvek najbitniji početak?

- Kako ste prihvatili partnerski izbor svog deteta?
- Koliko je brak vaše dece uticao na promenu vašeg načina života?
- Koliko ste i na koji način uzeli učešće u odgajanju i pomaganju oko unuka?

Šta bi trebalo "vraćati unazad", a šta ne?

- Razdvojiti važne i manje važne događaje.
- Sa čime smo svoju decu opremili za svet odraslih?
- Razgovarati o roditeljskim modelima, šta koji nosi sa sobom i kako to utiče na one koje smo vaspitali i unuke u čijem vaspitanju učestvujemo.

Šta za nas znači "želim najbolje svom detetu" i da li je to zaista najbolje?

- Definisane stavova i postupaka koji podržavaju tu želju.
- Koliko smo bili deo bračnog života svoje dece?
- Kako i na koji način smo preneli model na odnos sa unucima?

Koliko i na koji način smo bili deo razvoda svoje dece?

- Šta smo mislili i govorili o razvodu dok se nije desio našoj deci?
- Šta smatramo podrškom, šta je pomoć i šta su "najbolje namere"?
- Koliko smo učestvovali i na koji način?

Kako danas izgledaju naši životi i odnosi posle svih događaja?

- Koliko je naše učešće danas u životu unuka?
- Šta želimo, a šta nam nedostaje?
- Odnosi sa bivšim partnerima naše dece, kakvi su danas?
- Kako dostići dobre odnose posle svega što se dogodilo?

Postoje li trajno narušeni odnosi?

- Kako je došlo do toga da susreti sa decom i unucima prestanu?
- Šta možemo da uradimo ako kontakata nema uopšte?
- Koliko smo i šta spremni da uradimo u pokušaju da se nastala situacija popravi?

Svim zainteresovanim bakama i dekama do 30. juna 2018. godine, biće na raspolaganju sledeći besplatni oblici psihološko-socijalne i pravne podrške koji će se realizovati u Beogradu:

- **Predavanja na teme: Pravni i institucionalni okvir razvoda u Srbiji Porodični odnosi nakon razvoda Biti baka/deka – odnosi sa unucima**

Datumi:
ponedeljak – 26. februar 2018. godine
ponedeljak – 26. mart 2018. godine

Mesto:
Svečana sala Gradske opštine Stari grad, Beograd, Makedonska 42

- **Grupne radionice psihološko-socijalne podrške**
- **Individualne sesije psihološko-socijalne podrške**
- **Individualna pravna podrška (u saradnji sa advokatima UG Tata)**

UG Tata poziva sve bake i deke koji zbog razvoda ili posledica razvoda svoje dece ne ostvaruju ili ostvaruju nedovoljno kvalitetne odnose sa unucima da uzmu učešće u aktivnostima ovog programa. Kroz različite vidove individualne i grupne podrške trudićemo se da razumemo, olakšamo, ne osuđujemo, ali i pomognemo konkretnim predlozima rešenja.

*Za informacije o terminima grupnih radionica i individualne sesije, potrebno je kontaktirati UG Tata

Internet kontakti sa djecom i unucima koji žive u inostranstvu su nezadovoljavajući za neke od učesnika a gledanje samo tokom godišnjih odmora kada se vrate u Srbiju i žele da provode vrijeme sa drugim ljudima, takođe je frustrirajuće. Pronalaženje ravnoteže koja će svima donijeti dobro nije lako, ali se obično svi slažu da su kraći, ali češći razgovori i kraće posjete sa boljim kvalitetom interakcije način koji treba praktikovati. Takođe, kao važno je naglašeno to da je djeci dozvoljeno da imaju svoj život bez previše uticaja.

Diskusije su bile usredsređene na konkretne situacije u cilju promjene utvrđenog ponašanja i identifikovanja novih modela koji mogu biti prihvatljivi za sve strane.

Najveći izazov je bio nadahnuti starije ljude da nastave raditi na sebi, jer je za mnoge to bila internalizovana „istina“ da je njihovo vrijeme prošlo.

Preporuke

Duži rad sa ljudima koji se suočavaju sa ovim problemima sigurno će biti korisniji. Učesnici projekta su bili zadovoljni i individualnim i grupnim diskusijama koje su imali, razmjenom iskustava i novim znanjem koje su usvojili. Očigledno je da su stariji ljudi zainteresovani za rješavanje ovih pitanja, ali su neodlučni da otvoreno govore o tome. Tek kada postoji veliki problem sa otuđenjem od dijela porodice, osjećaju se motivisanim da djeluju. Preporučljivo je povećati broj informacija od starijih ljudi u sličnim okolnostima, jer će veći uzorak pružiti bolju analizu zajedničkih problema i rješenja.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Klub starijih Roma“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Sombor, selo Backi Monostor*
- *Vremenski period: 1. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst: Romi čine 15% stanovništva u selima pokrajine sjeverozapadne Vojvodine, ali manje od 5% njih završava osnovnu školu zbog ekonomskih razloga, njihove etničke pripadnosti, ali i patrijarhalnog vaspitanja i jezičke barijere. Zbog toga im se smanjuje pristup tržištu rada i njihov život u siromaštvu se prenosi na sljedeću generaciju u njihovoj porodici. Stariji Romi su jedna od najugroženijih grupa jer nikada nisu zvanično bili zaposleni, nemaju socijalno ili penziono osiguranje koje bi im omogućilo određenu stabilnost u starijoj životnoj dobi. Oni često žive sami u napuštenim kućama, odvojeno od svoje djece koja se takođe bore za opstanak.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Primarna ciljna grupa je bilo 50 Roma i drugih starijih osoba koje žive u starijim domaćinstvima, fizički, socijalno i kulturno izolovano, starije osobe koje se oporavljaju od operacije, starije osobe sa hroničnim stanjima kao i starije osobe koje imaju potrebu za uslugama kućne njege a koje žive u romskom naselju na kraju sela.

Problem kojim se bavi projekat

Stariji ljudi koji su uključeni u projekat nemaju podršku u starijoj životnoj dobi zbog toga što nikada nisu bili registrovani kao zaposleni i zbog čestih promjena lokacije. Oni žive u romskom naselju i imaju medicinsku dokumentaciju, ali ne koriste preventivne zdravstvene usluge zbog tradicionalnih / kulturnih razloga koji ih dovode do samoizolacije.

Projekat je radio na njihovom druženju i smanjivanju njihove izolacije kroz klubske aktivnosti za starije Rome i druge ljude. Klub je pružio toplu i gostoljubivu atmosferu i radionice u kojima su starije Romkinje organizovale kurseve pletenja i vezenja, takmičenja u spremanju tradicionalnih jela, kao i događaja socijalizacije i socijalizovanja sa drugim organizacijama civilnog društva.

Osim toga, tamo gdje je bilo potrebno, volonteri su posjećivali starije ljude u njihovim domovima kako bi im pružili podršku u čišćenje kuće, vrtlarstvu, pripremi drva za ogrjev i drugim kućnim obavezama.

Ciljevi projekta

Obezbijediti usluge kućne njege i dodatne vaninstitucionalne usluge kao način poboljšanja kvaliteta života i inkluzije 50 Roma i osoba starijih od 60 godina, fokusiranih na pojedinačna domaćinstva u Bačkom Monostoru i gradu Somboru. Poboljšati društvene kontakte i komunikaciju između Roma i drugog stanovništva kako bi se osiguralo da stariji Romi i predstavnici marginalizovanih grupa preuzmu važnije uloge i da postanu važniji u svojoj zajednici.

Glavne aktivnosti

- Prikupljanje podataka o starijim osobama, posjetama i procjeni individualnih potreba
- Dnevne radionice u klubu (pletenje, slikanje...)
- Mjesečni društveni događaji u klubu, uključujući piknike i kućne posjete starijim osobama
- Periodični medicinski pregledi, socijalna podrška, radovi u kući
- Javni događaj: javni panel na temu „Promocija usluga za starije osobe u zajednici“
- Proizvodnja i distribucija promotivnih materijala za Klub

Ove aktivnosti su imale za cilj poboljšanje kvaliteta života i zadovoljavanje različitih potreba starijih osoba, prvenstveno u smanjenju socijalne izolacije, promovisanju socijalne inkluzije i pružanju podrške starijim osobama u aktivnom životu. Aktivnosti su takođe ojačale odnose u zajednici preko etničkih i generacijskih linija i doprinijele su boljem kvalitetu života marginalizirane grupe starijih osoba, ističući njihove probleme relevantnim lokalnim institucijama.

Ishodi i naučene lekcije

Stariji Romi postali su manje izolovani kroz strukturirane društvene aktivnosti sa svojim vršnjacima u Klubu, zajednički rad, druženje, proslava rođendana i drugih događaja... To je poboljšalo njihovu socijalnu uključenost i motivisalo ih da budu dio grupe i da se bave pitanjima koja utiču na probleme cijeloj grupi. Uspjeh projekta može se vidjeti u činjenici da je više od planiranog broja starijih osoba učestvovalo u aktivnostima Kluba svaki dan, a „posebni događaju“ organizovani na različite datume imali su još više zainteresiranih učesnika.



Komunikacija sa relevantnim nadležnim organima i zainteresovanim stranama bi trebala biti više naglašena jer je ciljna grupa projekta ranjiva na mnogim nivoima i povećana socijalna uključenost je samo prvi korak ka rješavanju mnogih njihovih problema na ekonomskom, socijalnom, zdravstvenom i drugim nivoima.

Jedan od najvećih izazova odnosi se na procedure oslobađanja od PDV-a: mnogi prodavci u pokrajinskim djelovima Srbije nisu voljni da prođu kroz proceduru, tako da je nabavka robe za projekat bila teža nego što bi trebalo da bude.

Preporuke

Povećanje socijalne uključenosti starijih Roma je teže zbog njihovih višestrukih ranjivosti. Romske porodice u prosjeku imaju mnogo niži kvalitet života od ostalih vršnjaka, a stariji članovi ovih porodica su proporcionalno manje socijalno uključeni i izloženi brojnim rizicima. Stoga, u okviru opštih programa za starije ljude treba svjesno pojačati napore na uključivanju starijih Roma u svoje aktivnosti, uz punu svijest o mnogim specifičnim društvenim i kulturnim elementima koji čine takve napore složenijim. Bitno je znati da stariji Romi vole da kuvaju različita tradicionalna jela i međusobno se nadmeću u kulinarskim vještinama, jer su to aktivnosti koje će ih motivisati da učestvuju. Osim toga, kratka putovanja, bez puno šetnje, su im omiljena i oni će se osjećati inspirisani istima, dugo razgovarajući o nezaboravnim anegdotama sa putovanja.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Podizanje kvaliteta života starih ljudi u Srbiji“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Teritorija cijele Republike Srbije*
- *Vremenski period: novembar 2017 - avgust 2018.*
- *Kontekst: Statistike pokazuju da je Srbija zemlja sa jednom od najstarijih populacija u Evropi i svijetu, jer stariji čine gotovo trećinu ukupnog stanovništva, sa velikim udjelom siromašnih i usamljenih starijih osoba, bez dovoljne socijalne podrške i sa ekstremno nedovoljnim prisustvom u javnim medijima. Istraživanje Fakulteta za medije u Beogradu od decembra 2015. godine pokazuje da od 15.000 objavljenih članaka u srpskim medijima, samo 3% svih su napisali stariji ljudi. Pored toga, u 90% ovih tekstova o problemima starijih osoba govore predstavnici republičkih i lokalnih vlasti, PIO, analitičari i drugi, a stariji ljudi skoro da nemaju priliku da iskažu svoje probleme, svoja mišljenja i sugestije za poboljšanje svog položaja.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Ciljna grupa projekta bile su sve osobe trećeg doba (starije od 60 godina), uključujući osobe sa invaliditetom, bez obzira na njihovu starosnu dob.

Problem kojim se bavi projekat

Poboljšanje socijalnog statusa starijih osoba u Srbiji, kao i njihovo prisustvo u medijima (TV, radio, itd.); razvijanje i unaprjeđenje sportskog i rekreativnog života ljudi trećeg doba; razvijanje i unaprjeđenje međusobnih i socijalno-humanitarnih odnosa, zasnovanih na principima pomoći i samopomoći; podsticanje međugeneracijske saradnje i jačanje rodne ravnopravnosti.

Ciljevi projekta

Projekat je prvenstveno bio usmjeren na aktivno uključivanje starijih u društveni život kroz:

Organizovanje posebnih sportsko-rekreativnih, zdravstvenih i kulturnih aktivnosti u 14 regiona Srbije, uključujući sve opštine iz ovih regiona (književni susreti, slikarske radionice, itd.);

Organizovanje međugeneracijskih sastanaka i takmičenja u oblasti sporta i kulture;

Organizovanje edukativnih predavanja iz oblasti zdravstva, sa temama i sadržajima prilagođenim osobama trećeg doba, uključujući medicinske preglede i savjete;

Poboljšanje medijske pažnje za starije osobe i njihove aktivnosti, bilježenjem snimaka u deset regiona Srbije, koji će se emitovati u emisiji „Treće doba“ Nacionalne radiodifuzne korporacije, koju je producirao Pokret trećeg doba Srbije kao nezavisni producent.

Glavne aktivnosti

Sve aktivnosti u okviru Projekta bile su usmjerene na realizaciju navedenih ciljeva (sportsko-rekreativna natjecanja, zdravstvena i obrazovna predavanja, kulturne aktivnosti, poboljšanje medijske pažnje prema starijim osobama i aktivnosti, snimanje posebnih TV programa koji će se emitovati u TV emisiji „Treće doba“), sa krajnjim ciljem da doprinese poboljšanju kvaliteta života ljudi trećeg doba.

Namjera je bila da se riješe neka statusna pitanja starih ljudi, da se poboljša njihovo učešće u društvenom životu, čime se doprinosi poboljšanju njihovog položaja u društvu i stvaranju snažnijih društvenih odnosa između generacija.

Ishodi i naučene lekcije

Pokret treće ere Srbije je svjestan da realizacija njegovog projekta ne može bitno uticati na promjenu položaja starijih ljudi u Srbiji, ali da može barem djelimično da doprinese, kroz organizaciju sportsko-rekreativnih, kulturnih i edukativnih događaja, masovnim direktnim uključivanjem pripadnika trećeg doba u ove aktivnosti.

Preporuke

Sprovedenje projekta je pokazalo da se čak i uz relativno mala sredstva može postići glavni cilj. Iskustvo pojedinih organizacija penzionera može poslužiti kao primjer dobre prakse drugima i potaknuti ih da pokrenu slične akcije usmjerene na poboljšanje položaja najstarije populacije. Takav primjer je prikazan u 39. emisiji „Trećeg doba“, emitovanoj 27. novembra 2017. godine, u kojoj je javnost mogla da se upozna sa konkretnim rezultatima pomoći Opštinskom udruženju penzionera Opštine Grocka, kroz adaptaciju opštinskih objekata za aktivnosti penzionera, kupovinu prateće opreme, materijalnu pomoć socijalno najugroženijim starijim osobama, itd., sa ciljem da se kroz konkretne primjere pokaže kako i koliko društveno-politička zajednica i organizacija penzionera brine o kvalitetu života najstarijih ljudi. Slična poruka data je i u 42. emisiji „Trećeg doba“ od 25. decembra 2017. godine, koja je izvještavala o Forumu organizovanom povodom Međunarodnog dana starijih ljudi, i govorila o izazovima sa kojima se stariji ljudi susreću prilikom ostvarivanja svojih prava, uključujući stajališta srpskog Zaštitnika građana. Namjera organizatora Foruma je bila da u direktnom dijalogu sa starijim osobama sazna koji su najčešći problemi u ostvarivanju njihovih prava i mehanizama sigurnosti, kako oni doživljavaju svoja prava, kako im se pristupa, koje su prepreke za njihovo ostvarivanje i kako prevazići ove prepreke.

HRIŠĆANSKA HUMANITARNA ASOCIJACIJA HLEB ŽIVOTA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Podrška višem aktivizmu kroz razvoj e-preduzetništva - Kreativne radionice Kluba za starije osobe“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Beograd, Opština Vračar*
- *Vremenski period: novembar 2017. - avgust 2018.*
- *Kontekst: Istraživanja pokazuju da su siromaštvo i usamljenost među vodećim pitanjima za starije ljude u Srbiji. Udruženje Hleb života implementira različite aktivnosti za starije ljude kroz svoj projekat i to uključuje aktivnosti u Dnevnom klubu za starije osobe. Ove aktivnosti uključuju učešće u grupama za samopomoć koje su uključene u kulturne, kreativne, rekreativne i edukativne radionice. Kroz ove aktivnosti stariji ljudi ostvaruju kontakte i organizuju zajedničke aktivnosti sa drugim klubovima i udruženjima u Beogradu i drugim gradovima.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Starije žene, uglavnom one sa nižim penzijama, članovi Dnevnog kluba za njegu kojim rukovodi Hleb života

Problem kojim se bavi projekat

Stariji ljudi stižu nova znanja, vještine i samopouzdanje i razumiju važnost timskog rada u procesu aktivnog starenja. Takođe se ohrabruje da preuzmu aktivnije učešće u životu zajednice.



Ciljevi projekta

Opšti cilj projekta je uključivanje starijih u aktivnosti kreativnih radionica kroz usvajanje znanja i vještina, krojenje i šivanje i osnove dizajna. Članovi Kluba se ohrabruju u kreiranju ručno izrađenih predmeta koji se mogu prodati. Prodaja ovih artikala može stvoriti dodatna sredstva koja se mogu iskoristiti za poboljšanje kvaliteta života starijih koji su uključeni u rad klubova Hleb života kao i starijih u lokalnoj zajednici.

Glavne aktivnosti

Na kreativnim radionicama učesnici su razgovarali o kreiranju predmeta i svi su ravnopravno učestvovali u planiranju, krojenju, šivenju i finalizovanju ukrasnih predmeta. Učesnici su posebno bili oduševljeni tokom prodajne izložbe na kojoj su aktivno učestvovali u promociji i prodaji predmeta koje su napravili.



Ishodi i naučene lekcije

Starije žene koje učestvuju u projektu osjećaju se korisnim i sposobnim da doprinesu razvoju dnevnog kluba za starije osobe. One su stekle nova znanja, iskustva, vještine i tehnike i osvježile svoja sjećanja na vještine koje su praktikovale kada su bile mlađe. Neki od artikala koji su proizvedeni su od recikliranih materijala: kesa, kecelja, plastičnih kesa za otpad, što je korišteno i za promociju recikliranja. Cegeri su se imali dobru prođu, posebno zato što se projekat poklopio sa generalnim prodavnicama u Beogradu

koje su počele da naplaćuju plastične kese za jednokratnu upotrebu.

Učesnici su se veoma dobro odazvali aktivnostima grupe - dizajniranju i kreiranju predmeta kroz grupnu diskusiju i razmjenu ideja.

Najveći izazov u projektu bio je u prvoj fazi kada su mnoge od prodavnica kojima smo se obratili bile sumnjičave u odnosu na postupak oslobađanja od PDV-a s kojim nisu imali iskustva.

Preporuke

- Kapacitet starijih osoba da stvaraju i utiču na promjene nije dovoljno iskorišćen i nedovoljno je prepoznat, pa se preporučuje organizovanje različitih kreativnih aktivnosti kako bi se ohrabрили.
- Preporučuje se istraživanje mogućnosti za stvaranje i promovisanje prodaje predmeta od recikliranih materijala
- Starijim osobama može biti potrebno stalno ohrabivanje da učestvuju u svim fazama aktivnosti - od planiranja do konačne prodaje i promocije.

Sažeci mikroprojekata - Albanija

U Albaniji je, od 19 aplikacija, odabrano 12 projekata za čiju implementaciju će se pružiti podrška.

NVO ZDRAVSTVENA AKADEMIJA LAVIRINT

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Izgradnja mreža između starijih osoba i zdravstvenih službi u regiji Kukeš“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: mikro projekat je implementiran od strane NVO Lavirint zdravstvene akademije u regiji Kukeš na sjeveroistoku Albanije. Ključne osobe u sprovođenju projekta bili su Shkelkime Tobli i Dritan Bala.*
- *Vremenski period: januar - novembar 2018.*
- *Kontekst: Regija Kukeš je uglavnom planinska i ruralna teritorija. Ima 85.000 stanovnika i jedna je od regija sa najvišom stopom siromaštva i emigracije u Albaniji. Inicijativa je bila fokusirana na 5 sela u regiji: Shishtavec, Novosej, Tërthore, Shtiqën i Has.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.800*

Ciljna grupa

Stariji ljudi u selima su glavna ciljna grupa. Ciljne grupe su odabrane na osnovu ranjivosti starijih ljudi koji žive u udaljenim ruralnim područjima. Inicijativa je bila usmjerena i na medicinske sestre u domovima zdravlja u ruralnim područjima, jer bi iste djelovati kao agenti za povezivanje zajednica sa zdravstvenim službama. Mladi ljudi su također bili uključeni u projekat uvođenja novih modela volonterizma i doprinosa zajednici.

Problem na koji se projekat odnosi

Nedavno je u Albaniji novi odobreni paket usluga primarne zdravstvene zaštite prvi put uključio specifičnu brigu o starijim osobama. Bez obzira na to, zdravstveni radnici nisu dobro upoznati sa istim i do sada nisu organizovane obuke koje bi podržale njegovu implementaciju. Situacija je posebno problematična u okruzima izvan glavnog grada Tirane.



Mikroprojekat u regiji Kukeš koristi ovaj paket usluga kao osnovu za svoje treninge i druge aktivnosti.

Ciljevi projekta

Cilj mikro projekta je promovisanje socijalne i zdravstvene zaštite za starije osobe, kroz poboljšanje znanja i vještina među medicinskim sestrama u zajednici, te jačanje svijesti među mladima o starenju, promovisanje njihovih aktivnosti u zajednici.

Glavne aktivnosti

Od početka 2018. godine NVO Zdravstvena Akademija Lavirint, radi na nizu aktivnosti kako bi postigla svoj cilj. Prvo, uključene su sve potencijalne lokalne zainteresovane strane, podižući njihovu svijest o problemima starenja (direktor socijalnog staranja u opštini Kukeš, direktori zdravstvenog osiguranja i socijalnih usluga, direktori domova zdravlja i lica iz lokalnog ogranka Crvenog krsta). Inicijativu je

pozdravio i podržao i Gradonačelnik Kukeša. Mnogobrojni kontakti su organizovani u odabranim selima iz kojih je veliki broj odraslih i mladih migrirao i ostavio po dvoje starih ili pak jedno samo. Najveći procenat starijih osoba je identifikovan u selu Terthore, gdje ima 750 starijih ljudi od ukupno 4000 stanovnika, ili u Shishtavecu gdje ima 19 usamljenih starijih ljudi. Posjećena je srednja škola u Kukešu i, na treningu sa mladim volonterima, predstavljene su im činjenice o izazovima starenja u Albaniji, pri čemu su motivisani da budu prva generacija mladih koja podržava starije ljude u regionu. Nakon obuke, veliki broj mladih je započeo sastanke u svojim ruralnim zajednicama, tražeći starije osobe kojima je potrebna pomoć, identifikujući njihove specifične probleme i izvještavajući o njima zdravstvene centre. Obuku za 25 medicinskih sestara obezbijedili su iskusni stručnjaci iz oblasti javnog zdravstva i fokusirali su se na tehničke detalje novog paketa usluga za starije osobe. Da bi se podstakla najaktivnija starija lica u umrežavanju sa onim osjetljivim, organizovani su društveni događaji, sa igrama i poezijom. Učestvovali su predstavnici Opštine.

Ishodi i naučene lekcije

Potpuni podaci o korišćenju usluga i drugi detalji će biti dostupni sljedeće godine. Komentari starijih ljudi koji su uključeni ili kontaktirani pokazuju da ovi napori i angažman svih društvenih aktera u tom području poboljšavaju povjerenje u zdravstvene usluge. Logistika je uvijek izazov kada se radi sa udaljenim ruralnim područjima, ali postoji mogućnost laganog uključivanja zdravstvenog osoblja koje nije tako zauzeto kao u urbanim područjima.

Preporuke

Možda i postoji veliki broj novih usluga u zdravstvenom sektoru koje su usmjerene na starije ljude, ali iste uglavnom ostaju na papiru, jer je osoblje neobučeno i nemotivisano. Sa malim inicijativama kao što je ova njihova efikasnost se može povećati.

Ista pomaže da se uključe i druge grupe u zajednici, pored starijih ljudi. Oni donose energiju i entuzijazam procesu. Iako se većina mladih ne angažuje intenzivno, među njima ima mnogo onih koji uživaju u novim informacijama i iskustvima i vide ovo polje socijalnog rada kao zanimljivo područje svog osobnog razvoja.

Uvijek je važno uključiti lokalne vlade; one daju veću održivost inicijativi i čak i ako nemaju dodatni novac s kojim bi učestvovali, zainteresovani su da vide inicijative civilnog društva na svojoj teritoriji.



SANUS- AMBULANTNA NJEGA MEDICINSKIH SESTARA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Za dobre dane starosti – podrška starateljima i povećanje samostalnosti starijih ljudi“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Mikro projekat je sprovela SANUS-ambulantna njega u opštini Tirana. Skender Dule, Fabiola Sina i Ani Ormeni bili su koordinatori i treneri u ovom projektu.*
- *Vremenski period: decembar 2017. - jul 2018.*
- *Kontekst: Sanus raspolaže izvjesnim iskustvom u promovisanju profesije kućnih negovatelja i zagovaranju pružanja usluga kod kuće. Albanija nema dugu tradiciju u organizaciji kućne njege i tek se od skoro uvode programi obuke u toj oblasti. Većinu tereta kućne njege za slabije i bolesne starije osobe preuzimaju porodice ili neplaćeni negovatelji.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Stariji ljudi sa posebnim potrebama i njihovi, uglavnom stariji, neformalni negovatelji, kao i zdravstveni radnici lokalnog zdravstvenog centra u jednoj četvrti Tirane.

Problem kojim se bavi projekat

Široko rasprostranjen problem negovatelja smještenih kod kuće koji rade sami kako bi pružili pomoć bolesnim ili nepokretnim starijim osobama bez podrške i bez obuke.

Ciljevi projekta

Identifikovanje potreba krhkih starijih osoba i njihovih porodica u kompletnoj njihovoj složenosti, priprema brošura sa uputstvima na osnovu potreba, obuka neformalnih negovatelja i facilitacija veze između njih i ljekara ili medicinskih sestara primarne zdravstvene zaštite. Na ovaj način inicijativa je bila usmjerena ka starijim osobama sa posebnim potrebama i njihovim negovateljima, razvijajući model za kućnu njegu koji se, uz malo podrške, može proširiti i u drugim zajednicama u zemlji.



Glavne aktivnosti

Ovaj mikroprojekat je među prvima podržan od strane TASIOP-a u smislu započinjanja aktivnosti na terenu. Od decembra 2017. godine organizovani su sastanci sa ljekarima i medicinskim sestrama lokalnog zdravstvenog centra, obezbijedena je njihova podrška i prikupljene su informacije o zajednici.

Tokom januara 2018. godine izvršeno je ograničeno ispitivanje oko 300 starijih osoba sa posebnim potrebama i njihovih porodica upotrebom detaljne kontrolne liste koju su usvojili slični njemački modeli. Instrument koji se koristio tokom kućnih posjeta uključivao je stavke o zdravstvenom i socijalnom položaju starijih osoba kojima je potrebna njega, kao i njihove neformalne negovatelje. Prikupljeni podaci kasnije su diskutovani na radionici u kojoj su učestvovali zdravstveni radnici i žene koje su bile negovateljice.

Na osnovu detaljnog poznavanja najčešćih zdravstvenih, socijalnih i ekoloških izazova sa kojima se suočavaju stariji ljudi, a nakon pregleda međunarodnih najboljih praksi na terenu, pripremljena je,

dizajnirana i objavljena brošura sa praktičnim vodičima i uputstvima. Brošura je na albanskom jeziku i nosi naziv „Zlatna jesen: praktična kućna njega za starije osobe“. Može se naći i preuzeti na mreži na adresi mosha-network.org (<http://mosha-network.org/2018/07/10/perkujedesje-praktike-per-te-moshuar-ne-shtepi-vjeshta-e-arte/>)

Ovaj alat je distribuiran kroz zajedničke kanale porodicama i korišćen je za organizovanje dva treninga namijenjena svim zainteresovanim neformalnim negovateljima u toj zajednici, u saradnji sa zdravstvenim centrom br. 5 u Tirani.

Ishodi i naučene lekcije

Interes za obuku je bio veoma visok i SANUS planira da obezbijedi više sesija nakon zatvaranja mikro projekta, ne samo neformalnim porodičnim negovateljima, već i nezaposlenim ženama ili muškarcima koji žele da rade za plate kao negovatelji za starije osobe, a nemaju prethodno iskustvo.

Do sada je stvorena baza podataka o starijim osobama kojima je potrebna njega, njihove potrebe su bolje poznate od strane javnog zdravstva i socijalnih službi u toj oblasti, 75 negovatelja je obučeno i koordinacija među porodicama starijih osoba i osoblja zdravstvenih centara je poboljšana. U isto vrijeme je ispravno naglasiti da se kao dodatna vrijednost jača otpornost i društveni kapital u zajednici.



Preporuke

Važno je priznati široko rasprostranjeni problem kućne njege i patnje mnogih članova porodice bez neke velike podrške društva. Ovo je naročito istinito u situacijama sa niskim resursima i područjima sa niskom tradicijom organizovane brige o starijim osobama.

Alati i obuka mogu poslužiti kao način za pružanje podrške negovateljima i starijim ljudima sa posebnim potrebama da poboljšaju svoj kvalitet života.

Angažovanje zdravstvenih službi može preusmjeriti svoju pažnju i resurse na kućnu njegu i može pružiti dodatnu podršku porodicama.

Uspostavljanje mreže negovatelja može maksimizirati efekte obuke i pružiti izvor kontinuirane podrške i motivacije porodicama starijih osoba. Takođe, pomaže u izgradnji jačih i otpornijih zajednica.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Mediji i treće doba: Unaprjeđenje vještina za bolju komunikaciju“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Tirana. Liga novinara zdravlja. Ključne osobe Sonila Milloja i Alma Demiraj*
- *Vremenski period: januar – jul 2018.*
- *Kontekst: Projekat je sproveden u Tirani sa novinarima državnih i lokalnih medija, kao i liderima građanskih organizacija na državnom i lokalnom nivou*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

U projektu su identifikovane dvije različite ciljne grupe. Prva ciljna grupa su novinari, posebno mladi izvjestioci koji se bave zdravstvenim i socijalnim pitanjima. Druga se sastoji od aktivista civilnog društva i lidera penzionerskih organizacija.

Problem kojim se bavi projekat

Postoje dva glavna problema kojima se bavi projekat; prvi se odnosi na činjenicu da mladim novinarima nedostaju informacije i iskustvo u rješavanju pitanja starenja i trećeg doba. Događaji nisu pravilno pokriveni; slika starijih ljudi se stalno prikazuje kao pasivna, ranjiva i impotentna. Mnogo puta veličina problema u albanskom društvu nije dobro shvaćena. S druge strane, lideri organizacija civilnog društva koji predstavljaju starije osobe ne razumiju dobro ulogu medija, interesa istih i profesionalne taktike. Oni su skloni da krive medije zbog nedostatka izvještavanja o događajima, vjerujući da su isključivo sadržaj i uzrok dovoljni da se uvijek obezbijedi TV premijerno izvještavanje.



Ciljevi projekta

Projekat ima za cilj da poboljša medijsku pokrivenost ili rješavanje pitanja vezanih za starenje i starije ljude kroz izgradnju saradnje između novinara i udruženja starijih osoba i obuke obje ciljne grupe.

Glavne aktivnosti

Glavne aktivnosti projekta obuhvataju dvije sesije obuke: jedna obuka (februar) je bila organizovana sa novinarima koji rade na zdravstvenim i socijalnim vijestima u saradnji Asocijacije gerijatrije i gerontologije i Opšte unije penzionera Albanije. Ista je pomogla poboljšanju uvida novinara u probleme starenja u Albaniji, podijelila s njima podatke o zdravstvenim i socijalnim problemima, kao i poboljšala njihov pristup u pokrivanju starijih osoba i njihovih problema u medijima. Drugu obuku (mart) pružili su iskusni novinari aktivistima starijih osoba koji predstavljaju udruženja penzionera i druge srodne grupe. Ista je pomogla starijim ljudima da upoznaju i bolje pristupe medijima poznavajući njegove mehanizme i interese.

Ishodi i naučene lekcije

Kao što se i očekivalo, aktivnosti su služile za intenziviranje interakcije organizacija starijih osoba sa medijskim profesionalcima, poboljšanje efikasnosti komuniciranja novih činjenica i davanje aktivistima starijih osoba više inicijative u radu sa medijima. Zaista, u mjesecima nakon treninga, nastavljajući da podučava i olakšava saradnju među novinarima i grupama starijih osoba, ovaj mikroprojekat je pokrenuo veliki broj (oko 15: 9 TV stanica i 6 novina) veoma profesionalnog i pozitivnog medijskog izvještavanja o pitanja starenja u Albaniji.

Preporuke

Pri radu sa medijskim aktivistima treba imati na umu da novinari i izvjestioci trebaju vijesti koje mogu privući pažnju javnosti. Činjenice treba da budu nove i, ako je moguće, dramatične. Oni moraju biti spremni da razgovaraju sa medijima. Jedan kompletan izvještaj, nova kompleksna inicijativa ili duga priča treba da se sažme u 2-4 poruke koje se mogu prenijeti za nekoliko minuta.

Bolje je tretirati novinare kao partnere i poštene profesionalce, umjesto da ih kritikujemo i stalno se fokusiramo na nedostatke medijske industrije.

Različiti mediji imaju različite interese i nisu uvijek loše vesti dobre vesti. Isti pomažu da se isprati koji mediji pokrivaju koju priču, kako bi znali pravi trenutak i pravi medij za vašu priču.

Ne postoje samo loše priče o starijim ljudima. Postoji mnogo dobrih pozitivnih inicijativa u društvu. Treba ih prilagoditi tako da to budu interesantne priče za medije koje bi ih pokrili.

<https://youtu.be/bk96lpmu7b8>

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Uspostavljanje grupa za samopomoć među starijim osobama u Rrogozhini“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Tirana. Albanski institut za zdravlje i socijalni razvoj*
- *Vremenski period: januar – avgust 2018.*
- *Kontekst: Rrogozhina je grad u okrugu Kavaja, nekih 70 km južno od Tirane. Nakon pada prošlog režima, u ovoj oblasti nije postojao nikakav oblik zajednice ili građanske organizacije starijih ljudi. U prošlosti je tamo radio doktor iz organa koji vrši sprovođenje i uživao je poštovanje lokalnih starijih ljudi. Dobro je poznavao i shvatao problem i osjetljivo pitanje života i problema starijih ljudi. To je poslužilo kao osnova za osmišljavanje i pokretanje organizovane inicijative u gradu*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.750*

Ciljne grupe

Projektom su bile obuhvaćene dvije različite glavne grupe: Najaktivnije starije osobe u Rrogozhini i one najizolovanije.

Problem kojim se bavi projekat

Nedostatak neformalnih društvenih veza među mnogim starijim osobama u zajednici u kojoj ne postoje javni ili sponzorisani mehanizmi za rješavanje izolacije, usamljenosti, nedostatka mobilnosti i siromaštva mnogih starijih ljudi, i gdje se podrška porodice smanjuje zbog emigracije.



Ciljevi projekta

Cilj mikro projekta bio je da se poveća učešće starijih osoba u zajednici i promovišu modeli uzajamne pomoći i volonterizma.

Glavne aktivnosti

U Rrogozhini je organizovan niz konsultacija sa predstavnicima zajednice i načelnicima zdravstvenih centara, koji je služio za identifikaciju potencijalnih aktivnih starijih osoba u ovoj oblasti i za diskusiju o strategiji kontakta i uključivanja. Druga pitanja o kojima se raspravljalo tokom ovih konsultacija su obim i format informacija kojima se raspolaže u kancelariji Okruga Rrogozhina o usamljenim ili ranjivim starijim osobama, i resursima ili uslugama koje imaju na opštinskom nivou u ovoj oblasti. Volonteri nevladinih organizacija su organizovali sastanke sa starijim osobama u domovima zdravlja Rrogozhine i pozvali ih u radionicu. Tokom radionice, diskusije su se bavile najboljim praksama vezanim za uspostavljanje grupa za samopomoć, volontiranje i aktivnosti civilnog društva. U toj aktivnosti je učestvovalo 35 osoba. Neki od njih su bili stariji ljudi koji žive sami, a njihova djeca su emigrirala u inostranstvo. Osnovano je 5 grupa za samopomoć, svaka sa 6-7 osoba. Pripremljen je akcioni plan koji se sastoji od periodičnih sastanaka, tema o kojima će se raspravljati, širenja mreže u naseljima i organizovanja kućnih posjeta ili podrške članovima grupa kada je to potrebno. Postepeno broj starijih osoba je dostigao više od 75. Stariji ljudi u grupama za samopomoć, pored redovnih sastanaka za razgovor, kafu ili ručak, obavljaju česte telefonske razgovore. Lideri nekih grupa su bili uključeni u komunikaciju sa opštinskom administracijom i

zdravstvenim centrom, kako bi bolje razumjeli birokratiju službi i nakon toga prenijeli informacije drugim starijim licima u grupama.

U slučajevima kada se članovi grupe osjećaju loše i potrebna im je pomoć, oni i članovi njihovih porodica dobili su podršku ili pomoć iz mreže grupe.

Ishodi i naučene lekcije

Komentari sa radionica pokazuju da stariji ljudi u Rrogozhini vide izolaciju i nedostatak osjećaja zajednice kao veliku prijetnju njihovom kvalitetu života. Osjećaj zajedništva dramatično opada tokom proteklih 20 godina, i zajedno sa emigracijom su stvorili osjećaj depresije u zajednici. Inicijativu su pozdravili svi učesnici kao organizovani način izgradnje mreže i osjećaja prijateljstva i sigurnosti među starijim ljudima. Još više se može učiniti kako bi se preokrenula stigma o volonterizmu stvorenom nakon pada komunizma.



Preporuke

Motivisati učešće i aktivizam, dodjelu sertifikata drugim formama, najaktivnijim članovima grupa. Osim toga, koristiti produžene sastanke svih grupa kako bi se razmijenilo najbolje iskustvo i najuspješnije priče među njima.

Početne kućne posjete postepeno se ne smatraju glavnim pristupom u mikro projektu jer se sami stariji ljudi nisu složili oko njihove efikasnosti ili praktičnosti. Preferirali su sastanke u kafićima, zajedničke ručkove u jeftinim restoranima i telefonske pozive kako bi održali društvene veze i uzajamnu podršku, posebno emocionalnu.

Važno je uključiti lokalno zdravstveno osoblje, kako bi oni bili upoznati sa grupama i tražili njihovu pomoć kada je to potrebno da bi se došlo do najugroženijih i najizolovanijih članova. Kanali komunikacije sa zdravstvenim radnicima i pristup zdravstvenoj zaštiti biće poboljšani.

UDRUŽENJE PARAPLEGIČARA I TETRAPLEGIČARA U DRAČU

Naslov i informacije o projektu

Naziv projekta: „Integracija i podrška paraplegičarima svih uzrasta”

Implementacija projekta u zajednici/opštini: Drač. Udruženje paraplegičara i tetraplegičara Drača, ključna osoba Adivije Hoxha.

Vremenski period: decembar 2017. - jun 2018.

Kontekst: Drač je grad sa gustom populacijom udaljen oko 50 km od Tirane. Organ za implementaciju je ogranak albanskog Udruženja paraplegičara i tetraplegičara. Rukovodilac istog je veoma aktivna žena koja je i sama paraplegičarka.

Ukupan budžet projekta: EUR 2.590

Ciljna grupa

Stariji paraplegičari i njihove porodice

Problem kojim se bavi projekat

Uprkos poboljšanom zakonodavstvu, paraplegičari ostaju jedna od najugroženijih zajednica u albanskom društvu. Oni trpe fizičku i emocionalnu izolaciju zbog loše i neprikladne infrastrukture i nedostatka usluga. Njihove porodice često pate zajedno sa njima. Većina njih želi da pobjegne od svoje depresivne izolacije i da se uključi u zdraviji život. Mnogi imaju energiju i ideje za integraciju i učešće u zajednici i potrebna im je samo podrška da to shvate.

Ciljevi projekta

Cilj mikroprojekta je bio integracija i socijalizacija starijih paraplegičara (i nekih tetraplegičara) u Draču i podrška njihovim porodicama.

Glavne aktivnosti

Ciljna grupa inicijative je bila grupa od 72 osobe sa invaliditetom i njihovi pazitelji (ukupno oko 200 osoba). Oni su obučeni iz područja informacione tehnologije i zdravog načina života. Pored toga, u brojnim kulturnim aktivnostima (posjete pozorištu, vježbe na moru, zajednički ljetnji dan, poezija, književni i muzički događaji itd.), osobe sa invaliditetom i članovi njihovih porodica bili su socijalizovani i integrisani u kulturni život. Tokom 6 mjeseci organizovano je 5 društvenih događaja i brojne kućne posjete. Aktivnosti su odabrane na osnovu potreba koje su izrazile same starije osobe sa invaliditetom, kao najefikasniji pristup protiv izolacije.

Ishodi i naučene lekcije

NVO koja sprovodi aktivnosti pruža veću održivost aktivnostima umrežavanjem sa mnogim lokalnim partnerima i uključuje grupe svih uzrasta u procesu (preduzeća, udruženja penzionera, studenti, lokalni umjetnici itd.).

Efekti intervencije čine se opipljivim, sa starijim osobama sa invaliditetom u Draču koje učestvuju i izražavaju svoj entuzijazam za aktivnosti. S druge strane,



lokalni partneri su pozdravili inicijativu kao dobar model za repliciranje u drugim oblastima. Inicijativa bi mogla uključiti više elemenata zagovaranja.

Preporuke

Prilagoditi društvene događaje tako da uključe sve uzraste paraplegičara i učine ih da se osjećaju kao dio društva.

U aktivnosti uključiti one organizovane u prirodi, koje mogu vidjeti i drugi građani. To bi pomoglo podizanju svijesti kod šireg stanovništva o ranjivim grupama i poboljšanju solidarnosti

Pri organizaciji događaja uzeti u obzir činjenicu da ljudi u invalidskim kolicima ne mogu imati fizički pristup svim područjima. Ovo je posebno tačno u gradovima i društvima sa lošim resursima i tradicijom u ovoj oblasti.

Društveni događaji za paraplegičare i njihove porodice trebali bi se bolje koristiti i za zastupanje. To može pomoći u jačanju rezultata projekta i može uticati na grad koji je više prijateljski nastrojen prema starijim osobama sa posebnim potrebama.



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Integrisanje starijih ljudi u umjetničku zajednicu svih generacija“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Oblast Bregu i Lumit sjeverno od Tirane. Kulturno društvo Majka Tereza. Ključna osoba Tonin Ndrejaj*
- *Vremenski period: decembar 2017. - januar 2018.*
- *Kontekst: Novoformirane neformalne oblasti na sjeveru Tirane sastavljene su uglavnom od siromašnih porodica iz planinskih sjevernih regija koje su se tamo nalazile nakon raspada režima 1990. godine. Bregu i Lumit je jedna od tih oblasti i, iako je vrlo blizu Tirani, ima mnoge ekonomske i socijalne probleme. Stariji ljudi su jedna od grupa koja osjeća brzu dezintegraciju starih tradicionalnih zajednica i porodica i trpi nedostatak podrške i društvenih kontakata koje su imali u prvobitnim selima koje su ostavili kako bi imigrirali na ove nove teritorije. Kulturno društvo Majka Tereza je nova organizacija koja nastoji da promoviše umjetnički život (tradicionalne pjesme i plesove), posebno među zajednicama koje su toga lišene.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 2.200*

Ciljne grupe

Stariji ljudi i njihove porodice u području Bregu i Lumit sjeverno od Tirane. Ciljna grupa su i mladi ljudi sa izvjesnim vještinama pjevanja i plesa, koji okupljaju generacije u susjedstvima.

Problem kojim se bavi projekat

Poteškoće oko prilagođavanja urbanom životu novo nastanjenih zajednica posebno osjećaju stariji ljudi, koji uživaju u tradicionalnom društvenom kapitalu ili vezama u zajednici u ruralnim planinskim selima u sjevernoj Albaniji, odakle su raseljeni, radi boljeg života.

Ciljevi projekta

Cilj mikro projekta bio je uključivanje starijih ljudi u umjetničku zajednicu u velikom neformalnom području Tirane sa mnogo problema vezanih za siromaštvo, socijalnu izolaciju i ranjivost.

Glavne aktivnosti

Otprilike 90 starijih osoba je identifikovano i pozvano da se uključi u organizaciju koncerta narodne muzike i plesa. Amaterski umjetnici (neki od njih i sami stariji ljudi, neki mladi) iz Bregu i Lumita uključili su starije ljude i radili zajedno na korišćenju instrumenata, pjevanju pjesama i plesu. Pripremili su koncert sa narodnim plesovima i pjesmama. Stariji ljudi su bili uključeni u probe i doprinijeli su dizajniranju i organizaciji koncerta. Dva profesionalna folk muzičara su pozvana i na probe i nastupila na završnom koncertu.



Ishodi i naučene lekcije

Na završnom koncertu učestvovalo je oko 150 starijih ljudi, koji su izrazili veliko interesovanje za sličnije aktivnosti u budućnosti. Aktivnosti projekta su pružile više mogućnosti starijim osobama, njihovim porodicama i mlađim amaterskim umjetnicima, da se upoznaju i izgrađuju nove veze u novoj sredini.

Preporuke

Projekat je pokazao da bi uz malo podrške (lokacija i nekoliko instrumenata) od strane lokalne vlasti u Tirani, bio intenzivniji umjetnički život za starije osobe i njihova integracija u zajednicu.



NACIONALNA UNIJA STARIJIH PENZIONERA (NUSP)

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Uspostavljanje dnevnog centra za starije ljude u Tirani”*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Tirana. Nacionalna unija starijih penzionera (NUSP). Ključna osoba, Ferdinand Shkalla.*
- *Vremenski period: decembar 2017. - septembar 2018.*
- *Kontekst: Uprkos političkim obećanjima, samo tri dnevna centra su uspostavljena u Tirani od strane opštine. Stariji ljudi su na mnogim sastancima iskazali interes i zagovarali bolji pristup penzionera ovoj službi kao načinu borbe protiv izolacije, za nastavak njihovog cjeloživotnog učenja i poboljšanje integracije u društvo. NUSP je pokazala da je moguće uspostaviti i održati ovaj model od strane civilnog društva, sa znatno manje resursa nego što je to slučaj sa centrima u javnom vlasništvu.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.940*

Ciljna grupa

Penzioneri u Tirani, koji traže način da se druže i aktivno učestvuju u civilnom društvu.

Problem kojim se bavi projekat

Povećanje izolacije i usamljenosti starijih osoba u velikim urbanim centrima, zajedno sa nedovoljnom podrškom lokalnih samouprava za dnevne centre za starije osobe.

Ciljevi projekta

Cilj mikroprojekta je da pruži model samoodrživog dnevnog centra za starije osobe koji će se boriti protiv izolacije, pomažući im socijalizaciju i podržavajući cjeloživotno učenje.

Glavne aktivnosti

NUSP je iznajmio malo mjesto gdje se starije osobe pozivaju da organizuju i učestvuju u nizu strukturiranih diskusija ili predavanja profesionalaca. U tom centru nude osvježenje i novine i knjige.



Centar je organizovao više od 12 sesija edukacije sa prezentacijama stručnjaka iz različitih oblasti (zdravstvo, istorija, književnost, pravo, sociologija, ekonomija, informacione tehnologije, umjetnost i sport). Za neke nacionalne praznike, kao što su Novogodišnji dan ili Ljetni dan, Dan učitelja, Dan žena, itd., NUSP je organizovao velike svečane događaje, pozivajući sve nove i stare učesnike da budu dio projekta. Druge aktivnosti koje su sprovedene u okviru ovog centra jesu proslava rođendana (34 događaja) ili drugih specijalnih dana nekih od njihovih članova, promovišući rad nekih od njihovih najaktivnijih članova ili volontera (12 događaja). Jedan sastanak je bio posvećen srednjoškolicima i studentima koji su sa njima razgovarali o temama od zajedničkog interesa kao što su starenje stanovništva, zaštita životne sredine, književni razvoj. Nekim od penzionera kojima je potrebna medicinska pomoć pružena je podrška u pristupu odgovarajućoj zdravstvenoj zaštiti. Organizovane su i grupne posjete muzejima i operama.

Ishodi i naučene lekcije

Više od 100 usamljenih ljudi i više od 200 usamljenih parova bili su aktivni učesnici. Bilo je ukupno 960 starijih ljudi koji su bili uključeni u nekom trenutku u ovoj aktivnosti. Više od 35% njih bile su žene. Brojniiskusni i obrazovani stariji ljudi i mnogi instruktori (njih 32) bili su pozvani na sesije posvećene cjeloživotnom učenju. Svakog dana centar je posjećivalo 15-20 starijih ljudi. NUSP - organizacija

penzionera - optimistična je u pogledu kontinuiteta inicijative uključivanjem privatnog biznisa u njegovo finansiranje.

Preporuke

Lokalna uprava može pronaći bolji način saradnje sa civilnim društvom i trošeći samo djelić onoga što zapravo troši za svoje dnevne centre, moći će da pruži bolju i sveobuhvatniju uslugu starijim ljudima u gradu.

Većina starijih ljudi će mnogo doprinijeti volonterskom radu za centar za koji smatraju da im pripada.



Organizovanje društvenih događaja i posebno predavanje povećava entuzijizam u učešću.

ASOCIJACIJA ZA INTEGRACIJU ALBANSKIH PENZIONERA (AIAP)

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Podrška integraciji starijih osoba u lokalne organizacije”*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Laprake, Babrru, Kombinat, Shkoze, Instituti Bujkesor, Sauk, Vore, Fushe Kruje. Asocijacija za integraciju albanskih penzionera (AIAP). Ključna osoba Osman Terziu*
- *Vremenski period: januar - septembar 2018.*
- *Kontekst: AIAP je relativno novo udruženje penzionera, osnovano prije pet godina, koje radi na širenju svog prisustva van teritorije Tirane, u gradovima i manjim centrima gdje nema organizacija starijih osoba.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Penzioneri u malim gradovima u centralnoj Albaniji

Problem kojim se bavi projekat

Anketa koju je 2012. godine sprovedla Albanska asocijacija gerijatarata i gerontologa pokazala je veoma slabo učešće u životu organizovanog civilnog društva starijih ljudi u Albaniji; manje od 10% njih bilo je dio organizacije ili kluba.

Ciljevi projekta

Projekat je imao za cilj da poveća broj starijih muškaraca i žena organizovanih u grupama starijih osoba i lokalnim klubovima penzionera u osam gradova, u nekim nepovoljnim područjima oko Tirane i drugih gradova u blizini regije Tirane (Laprake, Babrru, Kombinat, Shkoze, Instituti Bujqesor, Sauk, Vore, Fushe Kruje). Gradovi su izabrani na osnovu izraženih potreba koje je organizacija za implementaciju primila i gdje ima neke kontakte i uticaj.



Gradovi su izabrani na osnovu izraženih potreba koje je organizacija za implementaciju primila i gdje ima neke kontakte i uticaj.

Glavne aktivnosti

Nakon koordinacione konferencije organizovane u Tirani na početku projekta, do septembra 2018. godine, organizovano je devet sastanaka sa starijim penzionerima i mladima iz lokalnih srednjih škola. U prosjeku je 50 osoba učestvovalo na svakom sastanku. Već je uspostavljeno devet ogranaka ili klubova implementacione organizacije i podržane su njihove aktivnosti. Identifikovano je i pozvano na sastanke 623 starije osobe (većina njih sama živi). Oni sada aktivno učestvuju i povezani su sa drugim članovima. Na sastancima su predstavnici lokalnih vlasti i lokalnih preduzeća pozvani da bolje povežu potrebe klubova starijih osoba sa postojećim socijalnim uslugama ili drugim mogućnostima integracije kao što su dnevni centri. Neki lokalni biznisi su bili uključeni tako što su doprinosili paketima hrane za siromašne starije osobe. Oko 980 starijih osoba dobilo je pakete hrane i poklone tokom događaja. Na kraju projekta u Tirani je organizovana generalna konferencija asocijacije i predstavljena su sva iskustva iz novih klubova.

Ishodi i naučene lekcije

Sastanci u okviru projekta poslužili su za integraciju generacija, edukaciju o aktivnom životu u starosti i uspostavljanje novih organizovanih ogranaka Udruženja za integraciju albanskih penzionera u odabranim gradovima. Više od 600 penzionera je uključeno u društveni život i aktivniji su članovi zajednica.

Sada postoji bolja umreženost Udruženja za integraciju albanskih penzionera sa zajednicama u nekoliko poluurbanih i seoskih opština oko Tirane. Stotine prethodno izolovanih penzionera u oblastima sa minimalnim društvenim aktivnostima sada imaju mogućnost da se povežu sa drugim kolegama starijim osobama, dok pronalaze mnogo više mogućnosti da budu aktivni članovi društva.

S druge strane, očekuje se da će mnogi mladi ljudi iz lokalnih srednjih škola koji su učestvovali u aktivnostima dodatno olakšati vezu među generacijama i posaditi sjeme budućih međugeneracijskih aktivnosti u svojim zajednicama.

Preporuke

Podržati postojeća udruženja za širenje modela organizacije u druge oblasti u kojima je integracija penzionera u život građanskog društva najpotrebnija.

Uključiti lokalna preduzeća i stvoriti više resursa za podršku porodicama onih kojima je pomoć najpotrebnija. Navedeno će dati neposredno priznanje za aktivno učešće i izgraditi kredibilitet projekta.



GENERALNA UNIJA PENZIONERA ALBANIJE (GUPA)

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Glas penzionera” - novine za penzionere“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Tirana. Generalna unija penzionera Albanije (GUPA). Ključna osoba Faik Xhani*
- *Vremenski period: januar - septembar 2018.*
- *Kontekst: Glas penzionera je jedini mjesečni list u Albaniji koji je u potpunosti usredotočen na pitanja koja se tiču starijih osoba i koji su kreirali baš stariji ljudi. GUPA ga već nekoliko godina objavljuje na osnovu podrške raznih donatora i služi kao važan instrument građanskog učešća starijih osoba.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 3.500*

Ciljna grupa

Penzioneri zemlje

Problem kojim se bavi projekat

Glas starijih ljudi koji se ne čuju dovoljno od strane institucija i koji se ne šire na odgovarajući način u druge djelove zemlje od strane glavnih medija.

Ciljevi projekta

Cilj mikroprojekta je informisanje penzionera o tome šta je od interesa za njih i zalaganje za njihova prava pred nacionalnim i lokalnim institucijama, putem novina „Glas penzionera“ koji pripremaju i vode sami penzioneri

Glavne aktivnosti

Mikroprojekat je već pomogao u pripremi i objavljivanju osam pitanja, dok je još tri pitanja tokom 2017. godine podržala sama organizacija koja sprovodi implementaciju. Većina pitanja novina ilustrovana je aktivnostima MOSHA mreže u Albaniji, uključujući inicijative za zagovaranje koje imaju za cilj promjenu politike za starije osobe. U mnogim kolonama ili odjeljcima novine, pružaju priliku aktivistima penzionera da pišu o svojim zajednicama, o svojim idejama ili o svojim herojima u životu. Posebna kolona je za istaknute aktiviste i njihov doprinos. Pitanja novina koriste se za kampanje za prava i protiv zlostavljanja sa starijim osobama. 8000 primjeraka novina besplatno se distribuiraju velikom broju institucija i dnevnih centara gdje im mogu pristupiti penzioneri i donosioci odluka.



Ishodi i naučene lekcije

Novine su dale svoj doprinos uticaju na odluke u korist penzionera, uključujući i finansijsku nagradu od 5,000 ALL raspoređenu svim penzionerima u zemlji i porast od 2,8% svih penzija. One su takođe poslužile za održavanje društvenog učešća mnogih starijih ljudi, bilo kroz prikazivanje njihovog građanskog doprinosa većoj publici, bilo kroz obezbeđivanje medija za mnoge od njih da iznesu svoje stavove i komentarišu nedavni razvoj o problemima starenja u zemlji.

Preporuke

Stariji ljudi sa izvjesnim iskustvom u izražavanju u pisanoj formi mogu biti od koristi kao odlični urednici za novine koje pripremaju penzioneri.

Pored predstavljanja aktivnosti i najbolje prakse iz projekata starijih ljudi, važno je uključiti i pisanje o životu nekih od najaktivnijih starijih ljudi ili nekih od heroja stvarne građanske akcije među njima. To služi da ohrabri mnoge druge da se bore protiv izolacije, da učestvuju i doprinose društvu.



GENERALNA UNIJA PENZIONERA ALBANIJE (GUPA)

Naslov i informacije o projektu

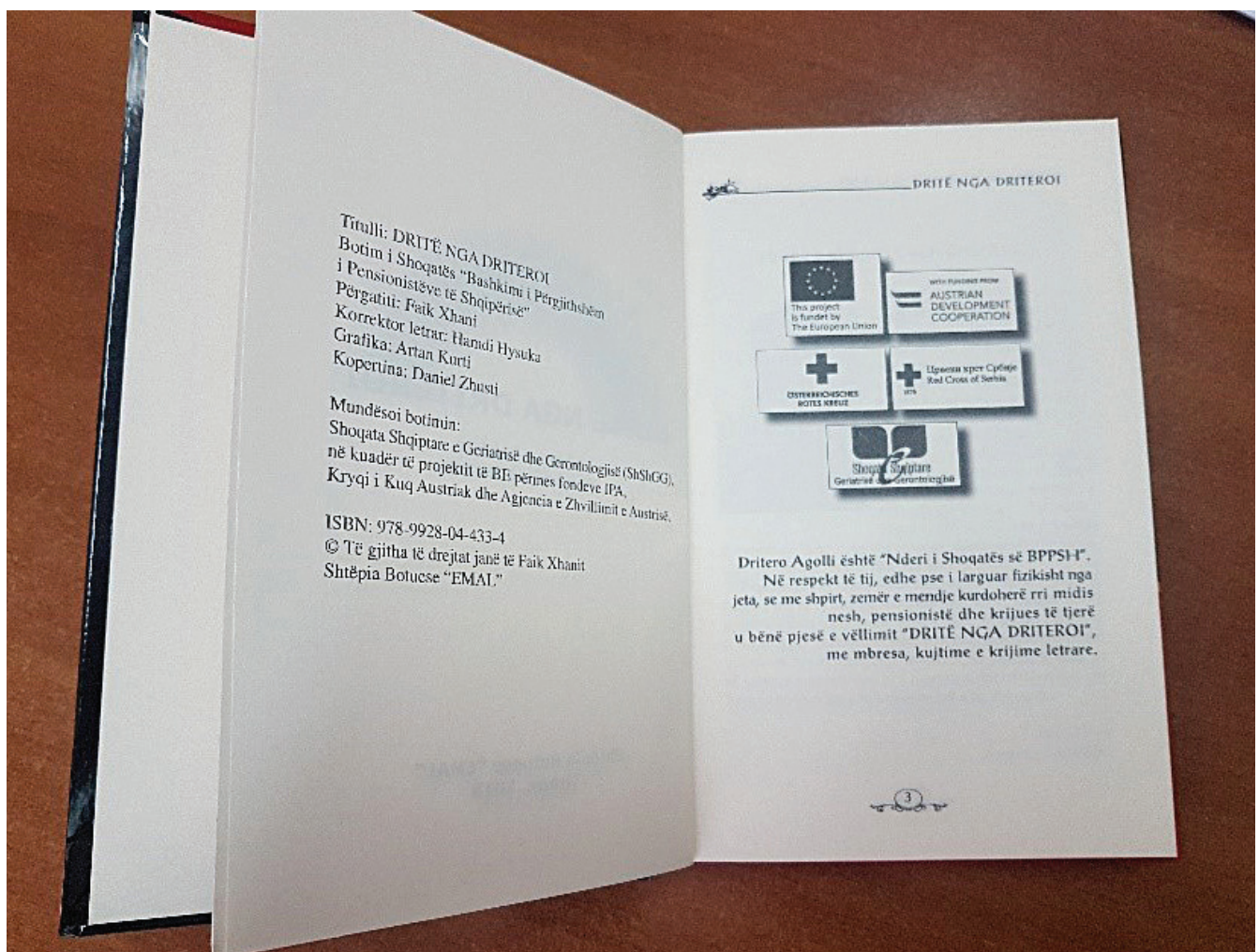
- Naziv projekta: „Svjetlo Dritëra - Takmičenje u poeziji“
- Implementacija projekta u zajednici/opštini: Tirana. Generalna unija penzionera Albanije (GUPA). Ključna osoba Faik Xhani
- Vremenski period: januar - oktobar 2018.
- Kontekst: U 2017. godini preminuo je jedan od najpoznatijih pjesnika poslijeratne Albanije. Taj trenutak je poslužio kao podstrek mnogim starijim ljudima koji su bili ljubitelji poezije i knjige da izraze svoje talente i ideje.
- Ukupan budžet projekta: EUR 1.500

Ciljna grupa

Stariji ljudi sa posebnim interesom za umjetnost i književnost

Problem kojim se bavi projekat

Postoji sve veći trend komercijalizacije svih oblika umjetnosti u zemlji i rasprostranjena je površna pop kultura koja je uglavnom usmjerena na ukuse mladih. Stariji ljudi smatraju da nema dovoljno prostora da se uključe u društvo kao potrošači umjetnosti, kao i umjetnici koji daju doprinos.



Ciljevi projekta

Ovo je inicijativa koja je povezana sa novinama „Glas penzionera“ i njen cilj je da priušti forum starijim ljudima da izraze svoje književne i umjetničke vještine, emocije i analize poezije. Od ovog foruma se očekuje da stimuliše mnoge starije osobe sa interesovanjem ili talentom u oblasti poezije i da se u isto vrijeme bori sa pogrešnim percepcijama o neproduktivnoj starosti. „Drite“ na albanskom znači „Svjetlo“, a Dritero je veoma važan albanski pisac i pjesnik koji je nedavno preminuo.

Glavne aktivnosti

Nasljeđe Driterera je korišćeno kao glavna tema za saradnike na forumu. Formirana je umjetnička komisija koja je pregledala sve priloge, odabrala sav materijal za objavljivanje, koji je predstavljen u 6 brojeva lista „Glas penzionera“ (tri izdanja su podržana od strane TASIOP projekta). Knjiga sa odabranim poezijama i drugim priložima, uključujući uspomene ili analize umjetnika ili političara, objavljena je i promovisana u oktobru 2018. godine u zanimljivoj kombinaciji prilika: oktobar je mjesec književnosti, a 1. oktobra je dan starih osoba.

Ishodi i naučene lekcije

Objavljeno je 46 djela poezija od 41 pojedinca, uglavnom starijih osoba. GUPA i odbor promovisali su i neke događaje čitanja poezije u blizini dnevnih centara Tirane. 3.000 izdanja novina koje sadrže poeziju za takmičenje podijeljeno je penzionerima. Mnogi stariji ljudi su mogli da izraze svoje vještine poezije ili kritičara umjetnosti i da doprinesu umjetničkom životu zemlje.



Preporuke

Pružanje mogućnosti starijim ljudima koji imaju talent izražavanja u pisanoj formi kako bi doprinijeli umjetničkom životu društva je dobro za cijelo društvo. S druge strane, važno je promovisati umjetnost za sve uzraste, a ne samo neke od njih.

UDRUŽENJE PENZIONERA MATA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: "Sajam rukotvorina za žene Mata"*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Mat. Udruženje penzionera Mata, ogranak GUPA-e. Ključne osobe Sefer Duka i Sanie Meta*
- *Vremenski period: januar - mart 2018. (odložen za oktobar 2018.)*
- *Kontekst: Mat je planinska regija u sjevernoj Albaniji sa akutnim ekonomskim problemima, ali sa ponosnom tradicijom rukotvorstva.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 2.000*

Ciljna grupa

Stariji ljudi, posebno starije žene sa vještinama rukotvorstva

Problem kojim se bavi projekat

Odlazak u penziju prekida mnoge društvene veze za starije ljude i ometaju potpuno izražavanje njihovih kapaciteta. Mnogi od njih sa iskustvom i vještinama žele nastaviti rad i doprinositi, ali prilike za to, posebno u udaljenim područjima, ostaju vrlo ograničene.

Ciljevi projekta

Cilj ove inicijative je da podrži zanatska interesovanja starijih žena i mlađih žena u regiji Mat, kao način borbe protiv izolacije i način davanja ideja za samoodržive kulturne i ekonomske aktivnosti.

Glavne aktivnosti

Nakon preliminarnih i organizacionih aktivnosti koje su se fokusirale na identifikaciju potencijalnih učesnika izložbe, agencija za implementaciju je koristila 1. oktobar, Međunarodni dan starijih ljudi kao dan za realizaciju sajma. Organizovan je u Burrelu, centralnom gradu regije Mat, uz dozvolu i podršku opštinske uprave, u blizini stare sportske palate. Pored promovisanja tradicionalne ručne izrade, organizovan je i šahovski konkurs (kao i druge igre). Oko 50 žena i 30 starijih muškaraca učestvovalo je u izložbi sa svojim radovima. Oko 200 starijih osoba je prisustvovalo ovoj aktivnosti.

Ishodi i naučene lekcije

Mnoge starije žene i muškarci regije Mat su pokazali svoje posebne sposobnosti da učestvuju na tržištu rada i doprinose društvenom životu izolovanog područja. Lokalni mediji su bili pozvani i pokrili aktivnosti koje su potencirale poruku grada u koji se svi uzrasti uključuju i doprinose.



Preporuke

Jedna od vještina koju mnoge starije žene u udaljenim područjima još uvijek mogu izvoditi je ručno izrađivanje tradicionalnih proizvoda. Osim toga, oni mogu igrati posebnu ulogu u prenošenju tih vještina na mlađe generacije. Lokalne samouprave koje ih podržavaju će podržati prosperitetniju i integrisanu zajednicu.



UDRUŽENJE PENZIONERA REGIJE VALIAS

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Podrška neformalnim njegovateljima u Valiasu“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Valias. Agencija za implementaciju: Udruženje penzionera regije Valias, ogranak GUPA-e. Ključne osobe Nikoll Tabaku i Enver Hasa*
- *Vremenski period: januar - jun 2018.*
- *Kontekst: Valias je mali depresivan grad u blizini Tirane, čiji je život nekada bio baziran na važnom rudniku uglja, koji je sada napušten.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 2.580*

Ciljna grupa

Izolovani i krhki stariji ljudi u Valiasu i njihove porodice

Problem kojim se bavi projekat

Dok vlada pruža samo minimalnu pomoć krhkim i bolesnim starijim osobama, teret leži na njihovim porodicama. Situacija je kritična u nekim oblastima u kojima se kombinuje masovna nezaposlenost i emigracija mladih.



Ciljevi projekta

Cilj mikroprojekta je identifikacija izolovanih i krhkih starijih osoba u Valiasu, te podrška neformalnim njegovateljima kroz izgradnju mreža i njihovo uključivanje u grupe penzionera.

Glavne aktivnosti

NVO zadužena za implementaciju sprovela je 200 kućnih posjeta i identifikovala 27 njegovatelja kojima je potrebna podrška. Oni su organizovali niz aktivnosti i 150 starijih ljudi je bilo uključeno u borbu protiv izolacije na ovaj način.

Kontinuirana podrška je pružena kroz naknadne kućne posjete, pomaganje u obavljanju kućnih poslova i kupovinu, kao i mali finansijski doprinos za 27 njegovatelja. Pored toga, oni su integrisani u društveni život organizovanih penzionera Valiasa učesćem u aktivnostima i društvenim događajima organizovanim u gradu. Kontaktirani su i predstavnici lokalnih vlasti i razmijenjene su informacije, iako podrška od njih nije bila materijalne prirode.

Ishodi i naučene lekcije

Mnoge starije osobe sa posebnim potrebama u Valiacu su identifikovane i mnoge porodice su podržane. Zajednici se daje model integracije i pokazuje se više mogućnosti onima koji žele da učestvuju i da se integrišu.



Preporuke

Usredsrediti se na najugroženije oblasti i dati nadu zajednicama organizovanjem društvenih događaja koji slave doprinose članova porodice. Organizovati kućne posjete onima kojima je pomoć najpotrebnija i koji su najizoliraniji.

UDRUŽENJE PENZIONERA REGIJE LAC

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Učešće u zajednici za starije osobe regije Lac“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Lac. Udruženje penzionera regije Lac, ogranak GUPA-e. Ključna osoba Maliq Koleci*
- *Vremenski period: januar - septembar 2018.*
- *Kontekst: Lac je mali nekad industrijski grad, centar okruga Kurbin, nekih 50 km sjeverno od Tirane. Nastao je tokom 60-ih godina, u procesu prisilne industrijalizacije zemlje. Većina domaćinstava čine porodice koje dolaze iz različitih djelova zemlje. Nakon kolapsa starih neefikasnih industrija, on trpi visoku nezaposlenost i visoku stopu kriminala. Ogranak GUPA-e u Lacu je novo i malo jezgro aktivista koje pokušava da izgradi mrežu aktivnih penzionera i pomogne ranjivim osobama da se organizuju*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 3.470*

Ciljna grupa

Stariji ljudi Laca.

Problem kojim se bavi projekat

Izolacija mnogih starijih ljudi uzrokovana poremećajima u zajednici, u Kontekstu propalog ekonomskog i socijalnog modela.

Ciljevi projekta

Projekat je imao niz ciljeva; uključivanje usamljenih starijih ljudi u život zajednice, poboljšanje informisanja/obrazovanja starijih ljudi o hroničnim bolestima, osnaživanje starijih osoba o njihovim pravima i jačanje međugeneracijske solidarnosti.

Glavne aktivnosti

Aktivnosti mikro projekta su se zasnivale na obukama sa specifičnim temama. Prva obuka je bila usredsređena na tipične zdravstvene probleme starijih ljudi i samoupravljanje i prevenciju bolesti u starijoj životnoj dobi, a druga obuka je bila o kratkom uvodu o zakonima koji utiču na starije ljude u Albaniji. Subjekti obuke su izabrani od strane agencije za implementaciju kao odgovor na uočene potrebe koje su izrazile starije osobe, kao i na osnovu iskustava koja su primijećena u drugim djelovima Albanije i podijeljena s njima u okviru projekta TASIOP-a. U ovoj



komponenti projekta učestvovalo je približno 120 starijih osoba, kao i neki profesionalci iz lokalnog zdravstvenog centra i volonteri iz Tirane. Još jedna komponenta mikroprojekta bila je uključivanje oko 50 mladih aktivista iz lokalne škole, koji su izabrani u dva modela; prve mlade ljude predložili su aktivisti starije osobe kao članovi njihovih porodica; neke druge su predložili nastavnici. Nakon toga, prvi mladi ljudi su pozvali neke od svojih prijatelja. Oni su pozvani da učestvuju u aktivnostima sa starijim osobama i informisani su o pitanjima starenja kao i oblicima aktivizma starijih ljudi u oblasti Laca.

Ishodi i naučene lekcije

U oblasti Lac je stvorena mreža starijih ljudi, koji su osnažena boljim znanjem, uz uspostavljanje modela organizacije zajednice. To je i osnova za model bolje komunikacije između starijih i mlađih generacija.



Preporuke

Identifikacija entuzijasta aktivista starijih osoba je ključna za nastavak aktivnosti i postizanje cilja da se dopre do i uključi više izolovanih i ranjivih starijih ljudi.

Jedan od načina da se počne izgradnja nove mreže u sličnim siromašnim oblastima ili poremećenim zajednicama, pokušava da oživi stare mreže koje su postojale oko umjetničkog centra iz prošlosti, ili oko velikog javnog preduzeća koje više ne postoji.

ALBANSKO DRUŠTVO ZA SVE UZRASTE (ASAG)

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Izrada časopisa za starije žene pod nazivom „Aktivno starenje“*
- *Implementacija projekta u zajednici/opštini: Tirana. Agencija za implementaciju: Albansko društvo za sve uzraste (ASAG). Ključna osoba za implementaciju Mira Pirdeni*
- *Vremenski period: januar - april 2018.*
- *Kontekst: ASAG je stara organizacija koja djeluje više od 20 godina na polju zastupanja starijih osoba. Njene aktivnosti imaju jaku rodnu komponentu i ovaj časopis je prvi takve vrste u zemlji.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Časopis je bio usmjeren na grupe aktivnih starijih žena i muškaraca, kao i na neke lokalne vlasti. Takođe se distribuira među grupama mladih, kako bi se promovisalo bolje razumijevanje među generacijama.

Problem kojim se bavi projekat

Postoje podaci koji pokazuju da uprkos nedavnim poboljšanjima, stariji ljudi u Albaniji jedva da su uključeni u civilno društvo i aktivizam. Situacija je lošija za starije žene. Postoji potreba za promovisanjem aktivizma i učešća starijih osoba, posebno žena u životu zajednice, pružanjem pozitivnih primjera.

Ciljevi projekta

Cilj mikroprojekta je bio da se prvi put u Albaniji razvije i objavi časopis sa fokusom na starije žene i povezane međugeneracijske aktivnosti.

Glavne aktivnosti

Moto magazina u skladu sa ciljevima Udruženja je „za žene svih uzrasta“.

Časopis izdaje interdisciplinarni i međugeneracijski tim na albanskom i engleskom jeziku. U časopisu su predstavljeni pozitivni modeli aktivnog starenja žena u Albaniji i aktivnosti vezane za međugeneracijsku solidarnost i saradnju.

Promovisan je u nizu događaja u Tirani i drugim opštinama, gdje su udruženja žena uključena, kao i zvaničnici lokalnih vlasti.



Ishodi i naučene lekcije

Časopis je pozdravljen od strane svih ciljnih grupa tokom događaja promocije.

Preporuke

Dobro je uključiti u proces pripreme pitanja kombinaciju aktivista i stručnjaka iz različitih oblasti.

Samostalno pripremljeni časopisi se ne mogu distribuirati bez intenzivnog procesa promocije koji je usmjeren na različite grupe u društvu.



Sažeci mikroprojekata - Bosna i Hercegovina

Od 22 aplikacije, odabrano je 13 projekata za čiju implementaciju će se pružiti podrška.

CK TUZLA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Stari novog doba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Tuzla, Bosna i Hercegovina*
- *Kontekst: Cilj projekta je povećati interesovanje starijih za uključivanje u društvene događaje i poboljšati njihovo psiho-fizičko zdravlje a kroz međugeneracijsku saradnju i dugoročno smanjenje uzroka i posljedica socijalne isključenosti starijih osoba u Opštini Tuzla.*
- *Ukupan budžet projekta: 4.459,49 EUR*

Ciljna grupa

Ciljna grupa su stariji ljudi (65+) iz opštine Tuzla. Planirano je da se u projektne aktivnosti uključi oko 150 starijih osoba. Selekcija starijih osoba napravljena je u saradnji sa udruženjima starijih osoba i inicijativnim grupama za aktivno starenje na osnovu potreba zajednice.

Problem kojim se bavi projekat

Iako je opština Tuzla implementirala niz mjera s ciljem smanjenja socijalne isključenosti starijih osoba, još uvijek postoji potreba za daljim razvojem postojećih i dodatnih mjera kao odgovor na potrebe starijih osoba. Fokus projekta je na promociji aktivnog starenja sa dostojanstvom i doprinosom investiranju u cjeloživotno učenje starijih osoba. Uključivanjem mladih u projektne aktivnosti, želimo da direktno doprinesemo razvoju međugeneracijske solidarnosti kao jednog od instrumenata za socijalno uključivanje starijih osoba.



Ciljevi projekta

Opšti cilj je da se poveća broj starijih osoba uključenih u društvena događanja sa ciljem da se poboljša njihov fizički i mentalni status i ohrabri ih da budu uključeni u kreiranje politika u svom lokalnom društvu. Specifični ciljevi su:

Povezivanjem tradicije starijih ljudi i trendova mladih, kreirati pravce za starije ljude da ispituju vlastite mogućnosti i prepoznaju različite fizičke i mentalne uslove kako bi mogli da reaguju na vrijeme i na odgovarajući način.

Kroz pružanje informacija, doprinijeti podizanju svijesti starijih ljudi o važnosti njihovog učešća u društvenom životu i životu zajednice.

Glavne aktivnosti

Projektne aktivnosti su grupisane u tri grupe. Prva grupa aktivnosti odnosi se na promociju aktivnog starenja i cjeloživotnog učenja starijih osoba (Kreativne radionice sa starijim osobama i samoobrazovanje stvorene sa ciljem da se kroz vrlo jednostavne procese steknu znanja o vlastitim tijelima. Izdavanje „ABC zastupanja“ da stariji ljudi uče osnovne elemente zagovaranja sa ciljem da riješe svoje probleme u lokalnim zajednicama). Druga grupa aktivnosti uključuje promociju aktivnog starenja i sticanje znanja u cilju razvijanja međugeneracijske solidarnosti („Online caffe“ događaji i Međugeneracijske gastro-rute). Treća grupa je uključivala organizaciju okruglog stola i medijsku promociju projektnih aktivnosti kako bi se doprinijelo podizanju svijesti o potrebama i važnosti starijih osoba i njihovom učešću u društvenom životu i razvoju zajednice.



Ishodi i naučene lekcije

Aktivnosti su stvorile značajne uticaje s obzirom na broj i interes starijih ljudi koji su uključeni u projekat. Proces socijalnog uključivanja starijih osoba bio je jedan od izazova sa kojim smo se suočili na početku implementacije projekta, ali je direktno uključivanje starijih osoba u kreiranje i implementaciju projektnih aktivnosti imalo pozitivan uticaj i rezultiralo značajnim brojem starijih osoba uključenih u projekat. Posebno je važna organizacija međugeneracijskih gastro-ruta gdje su pored starijih bili uključeni učenici i roditelji Škole za djecu sa smetnjama u razvoju iz Tuzle. Važan dio ove aktivnosti je da se tradicionalna jela nakon zajedničke pripreme distribuiraju ranjivim starijim osobama što ima višestruke efekte.

Preporuke

S obzirom da su sve projektne aktivnosti pripremljene na način da starije osobe imaju aktivnu ulogu, projekat bi se mogao primijeniti u drugim zajednicama. Jedna od ključnih lekcija naučenih u prethodnom periodu je da je najvažnije uključiti starije ljude u planiranje i kreiranje projektnih aktivnosti i posebno tražiti one starije ljude koji su upoznati sa potrebama svoje populacije u zajednici. Uključivanje drugih zainteresovanih strana koje su spremne da doprinesu poboljšanju socijalne uključenosti starijih osoba je jedan od ključnih faktora sa višestrukim koristima za ciljne grupe.

„Cilj našeg učešća u projektu je da pored okupljanja naše djece i njihovih roditelja sa starijim osobama, pripreme obroka za socijalno ugrožene starije osobe, učestvujemo u razvoju društvene solidarnosti prema najugroženijim građanima.“ - Vanesa Malkić, socijalni radnik iz „Škole za djecu sa psihofizičkim invaliditetom“.

CRVENI KRST ŽIVINICE

Naslov i informacije o projektu

Naziv projekta: „Zlatno doba“

Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Živinice

Vremenski period: od 01. avgusta 2018. do 31. januara 2019.

Kontekst: Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba

Ukupan budžet projekta: EUR 5.000

Ciljna grupa

Ciljnu grupu činilo je 50 usamljenih starijih žena. Ova grupa je odabrana sa ciljem poboljšanja kvaliteta njihovih života, očuvanja njihovog zdravlja, sprječavanja hroničnih bolesti, održavanja funkcionalnih sposobnosti i očuvanja fizičke pokretljivosti.

Problem kojim se bavi projekat

Pedeset starijih žena je uključeno u različite društvene aktivnosti kako bi smanjilo svoju socijalnu isključenost.

Ciljevi projekta

Cilj projekta je aktivno uključivanje starijih osoba u život zajednice kako bi se povećao kvalitet njihovih života, posebno onih koji pate od osjećaja usamljenosti ili povećane potrebe za društvenim kontaktom. Biće uspostavljene međugeneracijske društvene veze koje će omogućiti jačanje pozitivnog imidža starijih osoba u opštini Živinice.

Drugi cilj projekta je razvijanje svijesti mladih i drugih građana, kao i cjelokupne lokalne zajednice o važnosti brige za osobe trećeg uzrasta.

Glavne aktivnosti

- Promocija i prezentacija projekta, planirane projektne aktivnosti i ciljevi projekta
- Dizajniranje materijala za kampanju: letci, brošure, poster, majice, olovke itd.
- Kreiranje i štampanje materijala za kampanju: letaka, brošura, postera, majica, olovaka itd.
- Međugeneracijska saradnja sa mladim volonterima
- Proslava značajnih datuma, praznika, kulturnih i zabavnih događaja na lokalnom nivou
- Filmske projekcije, društveni događaji i radionice o zdravlju za starije osobe
- Psihosocijalne radionice
- Pružanje pomoći u kući, u području nabave lijekova, zaliha hrane i povremenog prevoza do doktora itd.
- Organizovanje izleta
- Organizacija i rad grupa za samopomoć

Ove aktivnosti su odabrane jer vjerujemo da će poboljšati uključivanje starijih osoba u donošenje odluka o pitanjima vezanim za starenje i starost, te poboljšati imidž starijih osoba. Na ovaj način smanjena je usamljenost starijih osoba i povećalo se njihovo uključivanje u grupe za samopomoć.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat je doprinio povećanju kvaliteta života korisnika projekta. Podignuta je svijest građana i lokalne zajednice o važnosti vaninstitucionalne brige za starije osobe kroz organizovane kampanje.

Posebno efikasne aktivnosti bile su sljedeće:

- druženje i radionice o zdravlju starijih osoba,
- organizacija i rad grupa za samopomoć,

- obilježavanje važnih datuma, praznika, kulturnih i zabavnih događaja,
- psihosocijalne radionice za korisnike projekta,
- organizovanje izleta za korisnike projekta,
- Međugeneracijska saradnja sa mladim volonterima.

Preporuke

Organizacijama koje bi na kraju replicirale ovaj projekat u svojim zajednicama preporučujemo da to urade jer je zaista neprocjenjivo vidjeti osmijeh na licima starijih ljudi i čuti njihovu pjesmu na kraju svakog sastanka, druženja ili radionice, te u isto vrijeme znajući da ste im vi to omogućili. Najveća radost za korisnike projekta bila su ekskurzije pa bi bilo korisno za projekat dodati još nekoliko ovih izleta. Bilo bi efektivno imati posebno opremljenu prostoriju sa kompjuterskom opremom za organizovanje međugeneracijskih aktivnosti u kojima bi mladi volonteri trenirali starije ljude da rade sa kompjuterima.

Šta smo naučili iz ovog projekta:

Usamljenost, posebno u starijoj životnoj dobi, veoma je teška za sve. Neophodno je pronaći načine da se ova usamljenost olakša jer su oni svi oni koji su svoj životni vijek proveli radeći, stvarajući dom i porodicu, izdržavali i školovali djecu i, konačno, kada im neko treba, ostaju sami. U toj samoći ostaje samo pamćenje prošlosti, tako da oni brzo gube svaku nadu i razbolijevaju se. Potrebna im je podrška i treba da ih naučimo da „nije sve gotovo“, da nisu sami, da još uvijek postoje oni koji su poput njih, i da im omoguće da se međusobno povežu i postanu kao članovi porodice, ili kao neko sa kim mogu razgovarati, popiti kafu, prošetati ...

Citiranje Predsjednika „Zlatnog doba“, gospođe Mire Boro, kroz stihove:

„Svi putevi su otvoreni, žene će se družiti bez obzira da li je ljeto ili zima, bilo da je sunce ili kiša, bilo da se radi o druženju, a uvijek je to ponekad manje, a ponekad i više.

I na kraju, svi znaju, druženje traje dugo i uz malo dobre volje, druženje će biti bolje.

Bolje je provoditi vrijeme u malim nestašlucima u „Zlatnom dobu“, nego biti usamljeni sa problemima i godinama u svojoj sobi.“



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Intergeneracijski centar za zajednicu*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Gračanica*
- *Vremenski period: jun 2018. – mart 2019.*
- *Kontekst: Cilj projekta je bio rad na ublažavanju i prevenciji socijalne isključenosti starijih osoba u opštini Gračanica i poboljšanje njihovog kvaliteta života razvojem modela međugeneracijskog centra u zajednici. Svrha Centra je da omogući starijim osobama da učestvuju u raznim društvenim, kulturnim, obrazovnim, savjetodavnim, kreativnim, volonterskim, samopomoćnim i drugim aktivnostima koje im mogu pomoći da ostvare više uloge u društvu i da budu u kontaktu sa njihovim kao i mlađe generacije i društvo uopšte.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

- Starije osobe organizovane u grupe za samopomoć (80)
- Mladi (50)
- Predstavnici lokalnih organizacija civilnog društva
- Javne institucije
- Donosioci odluka
- Mediji

Projekat je uključivao starije ljude i mlade kako bi poboljšali njihovu značajnu interakciju, gdje su i jedni i drugi mogli naučiti smisao.

Problem kojim se bavi projekat

Projekat se bavio pitanjima odsustva usluga i prilika u zajednici čiji bi cilj bio da se spriječi ili smanji socijalna isključenost starijih osoba, promoviše aktivno i zdravo starenje, promoviše međugeneracijska i smisljena saradnja, borba protiv starenja i stereotipa, i uopšte borba protiv diskriminacije starijih osoba. Takođe se bavilo problemima lošeg pristupa pravima i pravima starijih osoba, kao i niske svijesti o demografskim promjenama i treba reagovati na te promjene među donosiocima odluka i odgovornim osobama kako bi se osiguralo da stariji ljudi mogu ostvariti svoja prava.

Ciljevi projekta

Opštii cilj projekta bio je ublažiti posljedice socijalne isključenosti starijih osoba, spriječiti socijalnu isključenost i doprinijeti poboljšanju kvaliteta života starijih osoba u Gračanici.

Specifični cilj projekta je bio razvoj modela intergeneracijskog centra zasnovanog na zajednici na nivou lokalne zajednice, čije bi postojanje omogućilo starijim osobama da učestvuju u različitim društvenim, kulturnim, obrazovnim, savjetodavnim, kreativnim, dobrovoljnim aktivnostima, samopomoći i drugim aktivnostima koje će im pomoći da obezbijede kvalitetno i korisno vrijeme sa vršnjacima kao i sa mlađim generacijama.

Glavne aktivnosti

Projekat je imao tri grupe aktivnosti:

- Izgradnja kapaciteta starijih osoba i predstavnika mladih;
- Implementacija znanja stečenog kroz izgradnju kapaciteta - samopomoć, volontiranje, prikupljanje podataka i međugeneracijsko učenje i zastupanje;
- Zastupanje zasnovano na ljudskim pravima - uključujući podizanje javne svijesti i kampanje.

Krajnji korisnici su odigrali ključne uloge u svim fazama projekta, bili su osposobljeni da shvate da su ravnopravni i korisni društvu. Pored grupa za samopomoć u kojima su se redovno sastajale kako bi se međusobno pomogle i radionice na kojima su komunicirale sa mladima, starije osobe su pristupile zajednici, identifikovale svoje vršnjake, pomagale im, identifikovale njihove potrebe i izvještavale o njima srodnim organizacijama civilnog društva, donosiocima odluka i medijima. Oni su vodili kampanju i radili na podizanju svijesti o statusu svojih prava. Time su osporavali tradicionalni pogled na starije ljude kao homogenu grupu i kojima je uglavnom potrebna pomoć. Mladi su bili značajno uključeni kako bi uticali na svoje poglede na starenje i osnažili ih da djeluju kao generalno svjesni i odgovorni građani.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat je uspješno demonstrirao model lokalnog međugeneracijskog centra zasnovanog na zajednici koji se može lako podržati od strane lokalnih vlasti ako postoji politička volja i svijest o potrebi rješavanja problema socijalne isključenosti starijih ljudi i međugeneracijskih praznina.

Omogućio je starijim osobama da saznaju da su oni još uvijek od velike vrijednosti i da doprinose društvu i da bi trebali biti među ključnim igračima i zastupnicima svojih prava. Dalje, omogućio im je da smisleno komuniciraju sa mlađim generacijama i pomognu da shvate da mogu da djeluju zajedno, i isto tako da dijele i uče jedni od drugih.

Postojanje takvog centra, na osnovu izjava korisnika, značajno doprinosi njihovoj psihosocijalnoj dobrobiti. Pomaže im da ostanu u kontaktu sa zajednicom, da održavaju društvene veze, ali i da prate razvojne trendove, što je od posebnog značaja za sprječavanje njihove socijalne isključenosti i sprječavanje diskriminacije.

Posebno djelotvorne su radionice na kojima su zajedno sudjelovale obje generacije, a predavanja slijedila pitanja i odgovori različitih stručnjaka i iz različitih oblasti, npr. predavanja o zdravlju.

Preporuke

Da bi bio uspješan, projekt ove vrste zahtijeva temeljne participativne pripreme uključujući procjenu potreba relevantnih učesnika.

Organizacije koje vode stariji ljudi trebaju, barem na početku, podršku u upravljanju projektima i timovima, kao i procesima koji podržavaju zagovaranje i uticanje na politike.



Odnos prema starijim osobama može biti posebno izazovan za mlade, jer se oni uglavnom fokusiraju na sadašnjost i razmišljaju uglavnom o sebi. Oni mogu biti manje zainteresovani za učenje o starijim ljudima i njihovim problemima. Oni mogu pokazati negativno ponašanje koje je teško starijim ljudima da shvate, a mladima je potrebno vodstvo i ohrabrenje da im pomognu da se povežu sa starijim ljudima i da shvate implikacije starenja. Slično tome, u početku je starijim osobama veoma teško da uče od mladih.



Citati:

„Bio sam nekako „uvučen“ u projekat. Kao neko ko je izgubio suprugu, ko se nije osjećao kao da mu se bilo šta radi ili izlazi iz kuće, zaista nisam uočio poentu projekta. Međutim, kada sam se pridružio, postepeno sam počeo da se osjećam drugačije. Osjećao sam se korisnim. Pomagao sam drugima i djelovao u ime onih koji to nisu mogli sami da urade. Moj život je počeo da ima drugačije značenje ... Sada sam srećan što sam uvučen u to. To me čini još više energičnijim u zagovaranju naših prava.“ Meša, Gračanica.

„Sa starijim ljudima nikada nije dosadno. Puni su priča, iskustava i kada sam s njima osjećam se važnim. Svoje znanje i iskustvo dijele sa mnom i oni me slušaju! Volim i njihov duh i smisao za humor. Zabavno je raditi s njima. Lijepo je vidjeti da i pored tolikih problema koje imaju, i dalje pokušavaju da uživaju u svom životu i imaju pozitivan stav o tome“, mladi volonter, Gračanica.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Inicijativa za socijalno uključivanje starih osoba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Sanski Most*
- *Vremenski period: jun 2018.-april 2019.*
- *Kontekst: Projekat koji je imao za cilj poboljšanje kvaliteta života 30 posebno usamljenih starijih ljudi iz ruralnih i nepristupačnih područja informisanjem o njihovim pravima u oblastima socijalne zaštite i zdravstvene zaštite i načinima ostvarivanja tih prava. Dalje, da bi se uticalo na njihovo fizičko, mentalno i duhovno zdravlje, projekat je imao za cilj da pruži zdravstveno obrazovanje i aktivnosti socijalizacije*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.460*

Ciljna grupa

- Osobe 65+
- Starije osobe sa invaliditetom
- Starije osobe sa poteškoćama u kretanju
- Usamljene starije osobe, starije žene
- Starija domaćinstva

Članovi ove Ciljne grupacije su ranjivi i nedovoljno informisani i svjesni svojih prava.

Ciljevi projekta

Opšti cilj je bio da se doprinese poboljšanju kvaliteta života starijih osoba u opštini Sanski Most.

Specifični ciljevi su bili sljedeći:

Osnažiti 30 starijih ljudi informišući ih o njihovim pravima u oblasti socijalne zaštite i zdravstvene zaštite i o načinu na koji se ovim pravima može pristupiti.

Omogućiti 10 starih osoba da kontaktiraju nadležne institucije uz našu pomoć i pokrenu procedure za ostvarivanje posebnih prava (pravo na penzijsko, zdravstveno i socijalno pravo)

Glavne aktivnosti

- Organizovanje Konferencije o ostvarivanju prava iz oblasti socijalne zaštite i zdravstvene zaštite starijih osoba
- Organizovanje radionica sa psihologom i porodičnim ljekarom radi pružanja informacija o poboljšanju kvaliteta njihovog svakodnevnog života starijih osoba
- Organizovanje aktivnosti socijalizacije za starije osobe kako bi se smanjila njihova socijalna izolacija
- Informisanje javnosti o problemima starijih i „zapostavljenih“ ljudi
- Prevoz i pomoć korisnicima za ostvarivanje njihovih prava (pomoć u pribavljanju raznih dokumenata u svrhu ostvarivanja njihovih prava iz oblasti socijalne i zdravstvene zaštite, penzijskog osiguranja)
- Organizovanje grupa za samopomoć (2 x mjesečno za 10 učesnika, 2 grupe), organizovanje radionice o obilježavanju dana zdravlja sa predavanjem opšte prakse o prevenciji i zaštiti zdravlja starijih osoba. Medijska prezentacija projekta

Ove aktivnosti su izabrane jer smo radom na terenu ustanovili da postoje stariji ljudi iz veoma udaljenih ruralnih područja do kojih je teško doći, i koji bi omogućili ovom projektu da postigne na prvom mjestu svoja osnovna prava, kao što su prava iz socijalna i zdravstvena zaštita, penzijsko osiguranje, a zatim uključivanje u dodatne aktivnosti u našem projektu

Ishodi i naučene lekcije

Unaprjeđenjem kvaliteta života starijih osoba sa udaljenih i nepristupačnih mjesta u okruženju Sanskog Mosta kroz pružanje pomoći u ostvarivanju prava iz oblasti zdravstvene i socijalne zaštite dobili su informacije o njihovim pravima u zdravstvu i socijalnoj zaštiti, te o načinu na koji se ostvaruju; direktan uticaj na smanjenje socijalnih problema u Sanskom Mostu; olakšavanje svakodnevnog života za ljude u teškim socio-ekonomskim prilikama; kvalitetna socijalna podrška kroz umrežavanje aktera podrške u Sanskom Mostu; javnost je upoznata sa problemima starih i napuštenih ljudi



Od pomoći bi bila bolja saradnja lokalnih vlasti prilikom sprovođenja projekta

Posebno je bila efikasna konferencija, na kojoj su stariji ljudi učili o svojim pravima i koja je mogla govoriti o svojim problemima.

Prepreke koje smo pronašli bile su skepticizam među starijim ljudima. Imali smo i poteškoća kada je riječ o grupama podrške, zbog procedure oslobađanja od PDV-a.

Preporuke

Izvršiti demografsku analizu prije početka projekta; kreirati dobar plan za aktivnosti u projektu, grupu starijih ljudi koji mogu samostalno obavljati svoje aktivnosti

- Stariji ljudi su veoma osjetljiva kategorija,
- Teško je steći njihovo povjerenje
- Kada su aktivni u grupama za samopomoć, oni se žele potpuno posvetiti
- Stvorene su emocionalne veze i one počinju tretirati aktiviste NVO-a kao dio svoje porodice

„Veoma sam srećna što sam dio ovog projekta. Od kada je moj muž umro, kod kuće sam se osećala veoma usamljeno. Ovo je način da izađem van i budem dio zajednice“ - Radojka Ninić,

„Hvala vam što ste me uključili u ovaj projekat. Upoznala sam nove ljude koji se suočavaju sa istim problemima kao i ja “ - Danica Milinović



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Kutak za kreativni trenutak*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Doboj*
- *Vremenski period: 04.06.2018. – 04.03.2019.*
- *Kontekst: Socijalno uključivanje starijih ljudi moguće je samo kroz dobro regulisan sistem i kontinuirano međusektorsko partnerstvo. Aktivnosti u okviru projekta usredsređuju se na praćenje i demonstriranje rješenja problema starijih osoba; isti je obezbijedio procjenu i analizu kvaliteta života starijih osoba i odgovorio na oskudnost podataka i interesa za njihovo prikupljanje od strane relevantnih učesnika. Ukratko, projekat se bavio pitanjima otuđenja, usamljenosti, siromaštva i posljedica razdvajanja obitelji. Ona je htjela doprinijeti smanjenju usamljenosti i uvesti modele usluga baziranih u zajednici koje mogu doprinijeti socijalnoj inkluziji starijih osoba.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.495*

Ciljna grupa

- Usamljene starije osobe i članovi njihovih porodica, učesnici u organizovanim kreativnim aktivnostima.
- Usamljene starije osobe bez učešća u bilo kakvim aktivnostima u zajednici, osjećajući da niko ni na jedan način ne brine o njima

Problem kojim se bavi projekat

Starijim ljudima nije dato dovoljno mjesta u strateškim dokumentima, posebno na lokalnom nivou, a suština svih aktivnosti bila je unaprjeđenje sistematskih procesa koji bi doveli do socijalne inkluzije osoba starijih od 65 godina.

Osim toga, nedostatak međugeneracijske solidarnosti je evidentan prvenstveno zbog narušavanja porodičnih normi i vrijednosti koje su ključne za regulisanje odnosa u porodici i društvu. Aktivno i dostojanstveno starenje bio je konkretan problem na koji se ovaj projekat fokusirao.



Ciljevi projekta

- Mapirati osnovne potrebe starijih osoba u projektnim lokalitetima.
- Poboljšati socijalnu inkluziju starijih osoba u lokalnim zajednicama
- Informisati starije ljude o njihovim pravima kroz pilot program Usluge za starije osobe (informacije o njihovim pravima, načinima zagovaranja, razmatranju odnosa starijih osoba kao potrošača ...)

Glavne aktivnosti

Medijske kampanje - Stariji ljudi i njihova socijalna isključenost nisu atraktivne teme za medije. Stoga je bilo potrebno stvoriti uslove koji mogu uticati na njihove interese i stavove. Projekat je omogućio prikupljanje podataka, procjenu potreba i stanja prava starijih osoba i u svim tim aktivnostima starije osobe su igrale ključne uloge.

Mapiranje postojećih usluga za starije osobe i jaz na lokalnom nivou: uticati na promjene i doprinijeti poboljšanju kvaliteta života starijih osoba, potrebno je razviti lokalne programe i usluge i uticati na lokalne vlasti da uključe starije osobe u prioritete planiranja i razvoja lokalne zajednice.

Pilot program za starije osobe - Vrlo je važno kroz pilot program provjeriti ispravnost predloženih promjena i zadovoljstvo starijih osoba uključenih u te promjene

„Kutak za trenutak kreativnosti“ – svojevrsna „sve na jednom mjestu“ varijanta koja nudi ekspresivne aktivnosti (poezija, predstave), druženje, izložbe itd. Obaveza ToPeeR-a da realizuje ovaj program znači održivost projekta i najvažnije je u Doboju postoji organizovano mjesto za društveno angažovanje starijih osoba i okruženje za njihovo aktivno i dostojanstveno starenje.

Ishodi i naučene lekcije

Kutak za trenutak kreativnosti je prvi projekat u našoj lokalnoj zajednici koji je upućen na osobe 65+. Do sada su njihove potrebe bile adresirane isključivo preko udruženja penzionera i eventualnih veteranskih organizacija. Promjena se može odraziti i na činjenicu da je od najmanje 300 starijih osoba koje smo prvi put ciljali prvi put zatraženo da se izjasne o svojim potrebama i predlozima za njihovo ispunjenje.

Preporuke

- Najvažnija preporuka je da se u svim budućim projektima starije osobe prvo pitaju i konsultuju o njihovim potrebama. Organizacije civilnog društva (OCD) koje rade sa njima i za njih treba da obezbijede uslove koji podstiču zdravo i aktivno starenje.
- Svaki projekat koji se odnosi na osobe starije od 65 godina treba da uključi međugeneracijsku solidarnost ili učešće različitih generacija, uključujući djecu.
- Uključiti sve zainteresovane strane u lokalnu zajednicu i zajedno raditi na promovisanju aktivnog i dostojanstvenog starenja.
- Starost nije bolest i to bi trebalo da bude vodeći moto utemeljenja svih naših napora.
- Stariji ljudi treba da budu uključeni u sve procese planiranja projekta i bilo koje druge procese vezane za njihov život.
- Ciljne grupe su dobar istraživački alat koji omogućava detaljan uvid u stvarne potrebe starijih ljudi.

Citati:

„Zabrinut sam što svi misle da sam bolestan jer imam 73 godine i volio bih da me neko pita da nešto doprinesem i iskoristim svoja životna iskustva. Bio sam vrlo uspješan preduzetnik, ali nakon odlaska u penziju, nikada me niko nije pitao za neki savjet. Nikada me niko nije pitao šta bih želio da radim i koje su moje potrebe sada kada sam star i penzionisan“

„Kompjuter je moj najbolji prijatelj, volim da istražujem Internet i da budem dio mnogih društvenih mreža. Možda najviše volim da ljudi s kojima komuniciram, bilo poslovno ili privatno, ne znaju koliko godina imam i koliko se osećam potrebnim. Moj savjet se prihvata a često postavljam pitanja kako da riješim neki problem. Mislim da je veoma važno da s stariji ljudi uče kako da se nose sa svijetom informatičkih tehnologija.“

„Vjerujem da ćemo mi, stariji ljudi, kroz program Kutak za trenutak kreativnosti imati priliku da iznesemo svoje stavove i utičemo ne samo na naše grupacije, već i na važne odluke koje se donose na svim odlučujućim nivoima, od opštinskog do državnog parlamenta.“

„Aktivnosti koje se organizuju za starije ljude treba da stvorimo samo mi stariji ljudi ili da se pridržavamo naših sugestija koje su naše potrebe.“



KUĆA OTVORENOG SRCA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Zajedničko življenje - aktivno starenje*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Mostar*
- *Vremenski period: 22.02.-22.12.2018.*
- *Kontekst: Prihvatamo i pozdravljamo nove članove u našoj organizaciji, uključujemo ih u projekat, podsjećamo ih kako je biti ponovo aktivan član društva. Osnovani smo grupe za samopomoć u kojima njihovi članovi razgovaraju o problemima, traže pomoć i pružaju savjete drugim članovima grupe.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 3.722,20*

Ciljna grupa

Naša Ciljna grupa su bili stariji ljudi jer isti nisu dovoljno aktivni, često se osjećaju isključeno i zanemareno od strane porodice i društva, što može dovesti do anksioznosti i depresije. Oni se ne druže sa drugim ljudima i provode dane usamljeni, bez ikog sa kime bi popričali.

Problem kojim se bavi projekat

Neki od problema koji se rješavaju uz pomoć Centra za socijalni rad i Zavoda za zdravstveno osiguranje: pravo na korišćenje javne kuhinje, zdravstvena zaštita starijih osoba, povoljan spa tretman.

Ciljevi projekta

Uključiti različite ljude iz lokalne zajednice, osnažiti međugeneracijsku saradnju i uključiti starije ljude iz južnog dijela grada u planiranje i sprovođenje aktivnosti za očuvanje okoliša.



Glavne aktivnosti

Dovođenje novih, starijih članova u našoj organizaciji;

Obuka i smjernice za naše nove volontere.

Povezivanje članova (Svidjela im se ideja da postanu dio nečega. Naša organizacija im je postala kao dom i gotovo svi naši novi članovi su počeli redovno dolaziti na naše sastanke i radionice. Sve naše radionice su bile zabavne, opuštene i obrazovne).

Organizovali smo grupe za samopomoć, tako da su naši članovi mogli da razgovaraju o problemima sa kojima se suočavaju i načinu na koji da ih uspješno riješe. Tražili su pomoć i savjete od drugih članova ili lidera grupe. Grupe za samopomoć su se pokazale veoma efikasnim; članovi su izjavili da konačno imaju nekoga ko će ih saslušati. Naši članovi su predložili da angažujemo medicinsku sestru koja može da izmjeri krvni pritisak i nivo šećera u krvi besplatno, jer mnogi od njih nemaju potrebnu opremu. Takođe smo pružili besplatne frizerske usluge našim članovima u okviru projekta („Važno je kako izgledamo; važno je kako se osjećamo“). Novi izgled povećao je njihovo samopouzdanje i otišli su kućama srećni i zadovoljni. Povezali smo se sa drugim organizacijama civilnog društva u našem gradu i naši i njihovi članovi su proveli kvalitetno vrijeme zajedno.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat je ostvario pozitivne promjene u svakodnevnom životu naših članova. Promijenili su svakodnevne navike, postali su aktivniji, stres kojim su izloženi je smanjen, otvoreniji su prema drugim ljudima. Naši članovi su se prijateljili, tako da zajedno provode vrijeme izvan naše organizacije i sigurni smo da će se prijateljstvo nastaviti i nakon završetka projekta. Grupe za samopomoć bile su posebno efikasne. Naši članovi razmjenjuju iskustva kako bi pomogli drugima. Aktivnosti koje su takođe bile veoma korisne bile su kada su naši članovi razgovarali o svojoj prošlosti i sjećanjima iz mlađih dana. Izazov za nas je u početku bio objasniti starijim ljudima da nismo dobrotvorna organizacija koja pruža materijalnu pomoć.

Preporuke

Preporučili bismo drugim organizacijama da slijede prijedloge svojih članova, omoguće članovima da dođu do izvjesnih ideja i da ih implementiraju. Javno odati priznanje članu koji je uradio nešto što je od koristi svim članovima vaše organizacije.



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Grupe samopomoći starijih ljudi i podrška istodobnih lica*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Zavidovići, kanton Zenica, Federacija BiH*
- *Vremenski period:jun 2018. – mart 2019.*
- *Kontekst: Projekat je razvijen kao odgovor na nedostatak mogućnosti za starije ljude u Opštini Zavidovići za aktivno učešće i zagovaranje zasnovano na ljudskim pravima. Isti je za cilj imao pružanje pomoći samoorganizaciji starijih osoba i dalje razvijanje modela ostvarivanja njihovih prava na učešće kroz grupe za samopomoć, volontiranje i pomoć istodobnih lica i međugeneracijsku saradnju.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Projekat je direktno usmjeren na 130 starijih osoba u Opštini Zavidovići (gradovi i sela) koji se zbog političke, ekonomske i socijalne situacije, uključujući visoku stopu migracija mlađih i aktivnih generacija, suočavaju s problemima siromaštva, usamljenosti, socijalne isključenosti, diskriminacije i zanemarivanja od strane društva uopšte. Glavne ciljne grupe projekta bile su:

- 130 starijih ljudi
- Predstavnici mladih (20)
- Predstavnici javnih institucija

Problem kojim se bavi projekat

Projekat se bavio pitanjem diskriminacije starijih osoba u Zavidovićima i slabom pristupu pravima i uslugama. Mnogi stariji ljudi i dalje smatraju da mogu biti aktivni i doprinositi zajednici, ali prilike da budu aktivni su oskudne i ne postoje. Oni se obično previđaju u lokalnom budžetu i planiranju Opštine i vide se kao neko ko je dobro pokriven od strane udruženja penzionera. Shodno tome, njihove različite potrebe nisu ispunjene, niti su izgrađeni njihovi kapaciteti da jednako učestvuju u novoj demokratiji. Projekat se odnosio na nedostatak međugeneracijske solidarnosti, svijesti i postojećih stereotipa među različitim generacijama.

Ciljevi projekta

Razvijanjem modela grupa za samopomoć starijih osoba, volontiranja starijih osoba, podrške istodobnih ljudi i međugeneracijske saradnje, projekat je htio doprinijeti ublažavanju socijalne isključenosti starijih osoba u Zavidovićima i poboljšanju njihovog kvaliteta života u cjelini. Nadalje, istim se htio pokazati izvodljivim i održivim model zasnovan na zajednici koji može adekvatno riješiti potrebe starijih osoba i promovisati njihovo aktivno i zdravo starenje.

Glavne aktivnosti

- Pripremne aktivnosti: uvodna obuka za predstavnike lidera grupa starijih osoba, participativno planiranje projektnih aktivnosti.
- Redovni sastanci grupa starijih osoba, 2-3 puta mjesečno najmanje 2 sata po sastanku.
- Saopštavanje potreba starijih osoba u javnosti i među donosiocima odluka
- Aktivnosti zastupanja.

Da bi se pomoglo ljudima da se organizuju i ohrabruju njihovo aktivno učešće u zajednici, prvo treba da se organizuju dobro osmišljene pripremne aktivnosti. Među njima je i identifikacija starijih osoba koje su imale prethodno iskustvo sa sličnim aktivnostima i koje bi mogle djelovati kao vođe za druge.

Pripremnu fazu su pratili sastanci samoupravnih grupa starijih osoba, gdje stariji ljudi pomažu jedni drugima, planiraju aktivnosti u zajednici i pomažu vršnjacima u potrebi. Stariji ljudi identifikuju svoje

vršnjake, bilježe svoje potrebe i pružaju im podršku kroz volonterske aktivnosti. Kao volonteri, stariji ljudi su uključeni u neku vrstu akcionog istraživanja; volonteri starijih ljudi prikupljaju podatke o potrebama svojih vršnjaka i odvođe ih javnosti, kao i donosiocima odluka, zajedno sa zahtjevima za politiku i zahtjevima za djelovanjem.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat je demonstrirao model samoorganizacije, aktivizma i volontiranja starijih osoba u zajednici. Aktivnim i volonterskim radom stariji ljudi su ukazali na različite potrebe starijih osoba u zajednici i potrebu za razvojem adekvatnih usluga u zajednici.

Pokazalo se zajednici da su stariji ljudi prednost i da zajedno sa mlađom generacijom mogu stvoriti kumulativnu društvenu snagu koja će koristiti cijeloj zajednici. Stariji ljudi su počeli da se osjećaju korisnim i potrebnim u društvu, koje, kako je jedan od volontera rekao, „im pomaže da se ponovo osjećaju živima“. Dok je projekat generalno bio uspješan, ispostavilo se da je potrebno više vremena da bi se stariji ljudi bolje pripremili za zastupanje starijih osoba. Većina njih, uključujući organizacije koje predstavljaju, nemaju kapacitete, znanje i vještine da se uključe u zahtjevnije i konkretnije aktivnosti zagovaranja, uključujući druge relevantne ključne igrače.

Preporuke

Stariji ljudi, nakon što jednom budu uključeni, su veoma ozbiljni i predani volonteri koji očekuju da budu tretirani na isti način. Oni očekuju dobre organizacije, vođstvo i ozbiljno razmatranje. Oni cijene da se konsultuju prije i kada planiraju programe koji utiču na njihove živote. Aktivno učešće i osjećaj vlasništva nad projektom su veoma važni za održavanje motivacije i izgradnju projekta.

Oni kao i svi drugi volonteri imaju potrebu za stalnom podrškom ili mentorstvom, uključujući dalju izgradnju kapaciteta, pružanje informacija, razmišljanje i nadzor.

Adekvatno mjesto i okruženje za njihov rad je ključno i trebalo bi da se obezbijedi.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Promocija prava društveno isključenih starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Gračanica i Doboj Istok*
- *Vremenski period: jun 2018. – mart 2019.*
- *Kontekst: Glavni cilj projekta je bio podizanje svijesti o situaciji starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama u društvu, o njihovim pravima i socijalnoj isključenosti. Istovremeno, projekat je želio da skrene pažnju na situaciju neformalnih negovatelja starijih osoba sa invaliditetom, koji su uglavnom članovi njihovih porodica i prepušteni samima sebi, ili im nedostaje znanje, profesionalna, psihosocijalna podrška koja je takvim osobama nužno potrebna.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Glavne ciljne grupe su starije osobe sa invaliditetom i posebnim potrebama (uključujući članove njihovih porodica) koje su socijalno isključene i suočavaju se sa brojnim negativnim faktorima kao što su usamljenost, siromaštvo, depresija, zlostavljanje i zanemarivanje. Projekt je strateški usmjeren na mlade, organizacije civilnog društva, relevantne javne institucije, donosioce odluka i medije.

Problem kojim se bavi projekat

Projekat se bavio pitanjima starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama i pitanjima odsustva usluga zasnovanih u zajednici za ovu određenu grupu, uključujući članove njihovih porodica koji često djeluju kao neformalni negovatelji bez ikakve podrške i smjernica o tome kako izvršiti te uloge i kako zaštititi i sebe lično. Zdravstvena situacija starijih osoba sa posebnim potrebama je posebno teška, a svijest o njima i njihovim potrebama je vrlo niska. Jednako niska je i svijest o situaciji ljudi oko sebe koji djeluju kao neformalni negovatelji bez kako stručne podrške tako i smjernica potrebnih za adekvatno obavljanje tih uloga i za zaštitu vlastitog mentalnog zdravlja i dobrobiti.

Ciljevi projekta

Cilj projekta bio je da utiče na kvalitet života starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama u Opštini Gračanica i Doboj Istok.

Činjenični ciljevi projekta su bili:

Analizirati status starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama kako bi se podigla svijest među relevantnim institucijama i zagovarala njihova prava;

Osnažiti starije osobe sa posebnim potrebama i njihove porodice da se lakše nose sa svojim problemima i traže pomoć ili potražuju svoja prava.

Podići javnu svijest o situaciji starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama u Opštini Gračanica i Doboj Istok i naglasiti potrebu za akcijom.

Glavne aktivnosti

Da bi se pokrenule aktivnosti zasnovane na dokazima i aktivnosti podizanja svijesti, bilo je potrebno identifikovati starije osobe sa invaliditetom i posebnim potrebama i prikupiti podatke o njihovoj situaciji. Eksperti u oblastima (lica zaposlena u medicini, socijalnoj zaštiti, pravu) i volonteri su obučeni da posjećuju te ljude u njihovim domovima, prikupljaju informacije, ali u isto vrijeme pružaju neke smjernice, savjetovanje i profesionalna uputstva starijim osobama kao i članovima njihovih porodica ili neformalnim starateljima.

Glavne aktivnosti u projektu bile su sljedeće:

- Pripremna faza; izbor stručnjaka, volontera, planiranje rada i aktivnosti-
- Kućne posjete starijim osobama sa invaliditetom i posebnim potrebama, pregled situacije i savjetovanje (iz oblasti medicine, prava, psihosocijalnih pitanja) od strane medicinskog osoblja u pratnji volontera.
- Analiza stanja starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama.
- Okrugli sto na temu „Socijalna isključenost starijih osoba sa invaliditetom“ sa učesnicima iz svih relevantnih organizacija i institucija.
- Monitoring i izvještavanje.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat je bio samo mali doprinos podizanju svijesti o potrebama starijih osoba sa posebnim potrebama. Bilo je očigledno da im je posvećeno vrlo malo pažnje i da bi inicijative za promjenu trebale biti više u fokusu svih onih koji se bave promocijom i zaštitom ljudskih prava. Potrebno je više aktivnosti usmjerenih na podizanje svijesti u oblasti zdravstvenih problema sa naglaskom na razvoj usluga u zajednici koje će starijim osobama pružiti mogućnost da ostanu kod kuće i da imaju adekvatnu zaštitu. Istovremeno, projekat je pokazao da postoji velika potreba za radom sa neformalnim njegovateljima, za njihovo usmjeravanje i rješavanje njihovih potreba, kako bi se pomoglo starijim osobama sa posebnim potrebama, kao i zaštitu vlastitog zdravlja. Potrebno je više raditi na promociji strategije dugoročne skrbi i adekvatnih programa u BiH i na promociji jedinstvenog sistema zdravstvene zaštite koji bi svim građanima, a posebno starijim osobama, pružio jednaku njegovanu na pravima.

Stotinu starijih osoba sa invaliditetom i posebnim potrebama i njihovim neformalnim starateljima pomoglo je kroz savjetovanje, informisanje, usmjeravanje ili preventivne savjete o tome kako ponuditi pomoć, pružiti skrb starijim osobama, ali i voditi brigu o vlastitom zdravlju i dobrobiti.

Preporuke

Pristup starijim osobama sa posebnim potrebama može biti izazov. Potrebno je vrijeme da se stekne povjerenje i da se stekne njihovo interesovanje za saradnju. Ovo se odnosi i na njihove porodice i one koji se brinu o njima. Njihova očekivanja mogu biti velika i veoma je važno pažljivo ih upoznati sa ciljevima posjeta, koje su obično namijenjene informisanju, usmjeravanju i pružanju savjetodavnih usluga u oblasti zdravstva, socijalne zaštite pravnih pitanja. Dalje, neophodno je da im se kaže da je cilj posjeta i informisanje odgovornih strana o njihovoj situaciji. Izbor osoblja koje će raditi sa njima i obilaziti porodice od posebnog je značaja. Preporučljivo je da tokom prvog sastanka imate osobu iz medicinske struke. Tekuća podrška i mentorstvo volonterima i ostalom uključenom osoblju je takođe veoma važno kako bi se održala njihova motivacija i omogućilo im da bolje upravljaju i izađu na kraj sa svim poteškoćama sa kojima se mogu suočiti dok rade na terenu.

PARTNERSTVO ZA JAVNO ZDRAVLJE

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Seniori u IT oblasti*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Sarajevo*
- *Vremenski period: jun 2018.-februar 2019.*
- *Kontekst: Starije osobe izložene novim tehnologijama koje mogu povećati njihovu socijalnu uključenost*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.400*

Ciljna grupa

Stariji ljudi iz Kantona Sarajevo. Mnogi od njih žive u visokim zgradama, ponekad potpuno izolovanim od vanjskog svijeta, ne poznavajući svog najbližeg komšiju.

Problem kojim se bavi projekat

Izolacija starijih ljudi. Njihovo isključenje iz društvenog života, povezanost sa članovima porodice koji žive izvan Bosne i Hercegovine.

Ciljevi projekta

Stariji ljudi obučeni za osnovne IT vještine, uključujući korištenje Interneta, Skipe-a, društvenih mreža, MS Office-a.

Objavljena prva smjernica za starije osobe za osnovno korištenje računara u Bosni i Hercegovini

Glavne aktivnosti

Organizovane su informatičke i internet lekcije za starije ljude kako bi prevazišli svoju izolaciju i povezali se sa članovima svojih porodica, prijateljima koji žive izvan zemlje, kao i da im pruže mogućnosti da postanu članovi centara za zdravo starenje i upoznaju svoje vršnjake.

Ishodi i naučene lekcije

Stariji ljudi su manje izolovani i aktivniji

Posebno su bila efikasna pojedinačna učenja iz oblasti kompjutera sa fokusom na razmjenjivanje poruka putem Skipe-a

Više sati po osobi dalo bi još bolje rezultate

Preporuke

Ova aktivnost je postala veoma popularna u urbanoj sredini. Stariji ljudi su veoma željni učenja novih tehnologija. Oni vide promjene oko sebe i činjenicu da svi koriste mobilne telefone, iPod i računare. Svjesni su da Viber ili Skipe mogu biti mnogo jeftiniji i pogodniji za komunikaciju od običnih telefona. Fokus bi trebao biti na mobilnim telefonima i mogućnostima njihovog korištenja.

- Koristiti mlade ljude kao trenere koji imaju sposobnosti i spremnost da rade sa starijim osobama
- Za ovu aktivnost je potrebno vrijeme, ako su potrebna ponavljanja onda je potrebno i predvidjeti vrijeme za to
- Koristite smjernice za obuku, testirane su u proteklih sedam godina u centrima za zdravo starenje

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Prava starijih osoba u Opštini Kozarska Dubica – „Aktivno doba“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Kozarska Dubica*
- *Vremenski period: jun 2018. – mart 2019.*
- *Kontekst: Projekat je predstavljen kao odgovor na izraženu potrebu starijih osoba da imaju mogućnosti za neformalna okupljanja i druženja. Uveden je model grupa za samopomoć, edukacija o ljudskim pravima i podrška stručnjaka u oblasti zdravlja gdje je fokus bio na implementaciji preventivnih zdravstvenih mjera i uticanju na poboljšanje životnih navika ove populacije.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 3.722,22*

Ciljna grupa

Stariji ljudi bez porodične brige, koji nisu u stanju da se u potpunosti brinu o sebi. Ova grupa je izabrana na osnovu njihove funkcionalne zavisnosti od pomoći ljudi, pored njihove želje za druženjem i mogućnosti da učestvuju u procesima prenošenja svojih prava zainteresovanim stranama.

Problem kojim se bavi projekat

Lokalne socijalne institucije ne mogu zadovoljiti sve potrebe ciljane populacije, niti imati posebne programe i modele pomoći starijim osobama od onih skromnih, finansijskih. Projekat je radio na poboljšanju razumijevanja između ovih institucija i ciljne grupe, kako bi se osiguralo da su stariji ljudi bolje informisani kako bi se prevazišli socijalni problemi, smanjila njihova izolacija i poboljšala njihova socijalizacija.



Ciljevi projekta

Opšti cilj projekta je poboljšanje socijalne inkluzije starijih osoba koje žive u Opštini Kozarska Dubica.

Specifični ciljevi projekta su:

Informisati/obrazovati starije ljude o njihovim pravima za aktivno učešće u lokalnoj zajednici i društvu uopšte,

Ojačati kapacitete starijih ljudi i njihovo učešće u procesu zagovaranja za njihova prava, i

Osigurati transparentnost projekta i promotivne aktivnosti putem medija.

Glavne aktivnosti

- Informisanje/podučavanje starijih ljudi - Sprovođenje „programa samopomoći“,
- Štampanje promotivnih materijala (brošura, izrada banera) i promocija medijskih projekata,
- Organizacija završne proslave - neformalno okupljanje korisnika projekta i drugih učesnika.

Program edukacije starijih osoba imao je za cilj poboljšanje njihovog znanja o socijalnim i zdravstvenim pravima, uz angažovanje stručnog osoblja (ljekara i socijalnih radnika). Cilj je da ove usluge postanu pristupačnije ciljnoj grupi i da ih animiraju za aktivnije učešće u javnim, kulturnim i drugim društvenim događajima, što će doprinijeti smanjenju njihove socijalne isključenosti.

Kroz promotivne materijale osigurali smo transparentnost projektnih aktivnosti i vidljivost donatora. Medijska prezentacija imala je za cilj da podigne svijest o međusobnoj saradnji donosilaca odluka na lokalnom nivou, institucijama socijalne i zdravstvene zaštite i građanima da se zajednički bave potrebama starijih osoba bez porodične brige u lokalnoj zajednici.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat doprinosi direktnom učešću ciljne grupe u aktivnostima, što je novina u smislu da oni više nisu samo tihi posmatrači, već i aktivni učesnici u procesu poboljšanja njihovog fizičkog i mentalnog stanja kao i društvenog položaja. Pored dobre saradnje sa institucijama za zdravlje i socijalnu zaštitu, izvještavanje medija o aktivnostima obezbjeđuje pozitivnu ocjenu projekta u zajednici.

Posebno djelotvorne aktivnosti uključivale su sprovođenje edukativno-informativnog programa vezanog za neformalna druženja. Na kraju jednog od programa, učesnik se zahvalio riječima: „Hvala vam što ste se družili i što niste lagali“ (upućivanje na predizborna politička obećanja). Dvije aktivnosti koje nisu bile planirane u projektu, ali su sprovedene i ostavile poseban utisak na učesnike, bile su druženje sa dvije nevladine organizacije iz Siska i Hrvatske Dubice. Druženje je organizovano povodom obilježavanja Svjetskog dana svjesnosti o zlostavljanju starijih.

Učesnicima iz ruralnih područja je bilo teže uključiti se, što je riješeno organizovanim prevozom do predavanja uz aktivnu pomoć naših volontera. Sve se to dešavalo tokom tekućih političkih i izbornih aktivnosti, gdje učesnici u početku nisu u potpunosti vjerovali da predavanja nemaju nikakve veze sa bilo kakvim političkim aktivnostima.

Preporuke

Bilo bi dobro sprovesti terenska istraživanja i provjeriti interesovanje potencijalnih korisnika projekta.

- Pored dobre projektne ideje, važno je imati dobru komunikaciju sa donatorom;
- Potrebno je ostvariti dobru saradnju/podršku lokalne zajednice i medija koji pozitivno utiču na realizaciju i značaj projekta;
- Takođe je važno imati odgovarajući broj projektnog osoblja i volontera.



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Dobar recept za dugoročno starenje“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Mostar, Stolac, Jablanica Konjic*
- *Vremenski period: jun 2018.- april 2019.*
- *Kontekst: S obzirom na različite okolnosti koje su u nedavnoj prošlosti pogodile našu zemlju, neizbježan rezultat ovih okolnosti je da Bosna i Hercegovina polako postaje zemlja starijih ljudi. Zbog toga smo odlučili da pomognemo našim starijim prijateljima da provedu posljednje godine svog života malo bezbrižnije nudeći im aktivnosti koje su pažljivo pripremljene. Naše aktivnosti su prilagođene tempu i interesima starijih ljudi, tako da one mogu biti uspješno realizovane.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 3.226,00 / KM 6.310,04*

Ciljna grupa

Ciljna grupa su bili stariji ljudi čiji su tempo i interesovanja u potpunosti uzeti u obzir u projektu.

Problem kojim se bavi projekat

Implementacijom ovog projekta željeli smo da stariji ljudi budu viđeniji i više slušani - prisutniji u javnosti. Pokušali smo ih ohrabriti da slobodno razgovaraju o problemima s kojima se suočavaju. Smatramo da stariji ljudi zaslužuju da svoje vrijeme provedu na najbolji mogući način, pa smo odlučili da im ponudimo aktivnosti koje unaprjeđuju duh i tijelo. Njihove reakcije su pokazale da smo bili u pravu.



Ciljevi projekta

Glavni ciljevi projekta su uspostavljanje prvih kontakata između različitih opština, razmjena iskustava i aktuelnih informacija kako bi se dobila jasna slika o stvarnim potrebama starijih osoba u domovima za starije osobe i izvan njih. Motivisati ih kroz realizaciju ovog projekta da učestvuju u nečemu što nije njima tipično. Formirati grupe za samopomoć koje će nastaviti djelovati nakon završetka projektnog perioda.

Glavne aktivnosti

Druženje s knjigom, terapija smijehom i dobre grickalice su svakako dobar recept za dugotrajno starenje.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat „Dobar recept za dugoročno starenje“ dokazao je da su planirane aktivnosti dobro odabrane jer starije stanovništvo uglavnom jesu neaktivni članovi porodice, a pitanje je da li oni imaju porodicu uopšte. Grupe za samopomoć pomažu im da se okupe i druže na načine na koje nisu navikli.

Druženje sa knjigama i terapijama smijeha su uglavnom djelotvorne aktivnosti, iako je samo okupljanje i pričanje ispunjavalo njegovu svrhu.

Većina učesnika je izrazila svoje zadovoljstvo i želi da se češće održavaju društveni događaji, „jer nema vremena za gubljenje“.

Starenje stanovništva predstavlja izazov za fiskalnu i makroekonomsku stabilnost mnogih društava

kroz povećanu državnu potrošnju na penzijske, zdravstvene i socijalne programe za starije osobe. Ovo može ugroziti ekonomski rast i ukupan kvalitet života ako vlada treba da preusmjeri javnu potrošnju iz obrazovnih i infrastrukturnih investicija u finansiranje programa za starije ljude. To je činjenica s kojom se suočava i naša vlada. Glavna briga starijih ljudi sa kojima smo radili većinu vremena je novac i kako da se priušti medicinska pomoć kada je to potrebno. Projekat je na neko vrijeme preusmjerio njihovu pažnju sa mračnijih problema u životu.

Preporuke

Češći i duži društveni događaji bili bi nevjerovatan doprinos životu starije populacije.

To je način da se riješi usamljenost i nedostatak pažnje od drugih, da se izazove osmjeh na licima starijih osoba i da im se pruži prilika da razgovaraju o problemima s kojima se suočavaju. Sve to ih čini da se osjećaju priznatim i nezaboravljenim i zastavljenim članovima društva.



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Smanjenje prepreka za socijalno uključivanje starijih slijepih osoba”*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Tuzla*
- *Vremenski period: osam mjeseci od maja do decembra 2018. godine*
- *Kontekst: Stariji ljudi čine 25% stanovništva Tuzle. Oko 100 njih koristi usluge kućne njege koju pružaju njegovatelji iz Crvenog krsta. Grupe koje pripadaju mreži „Inicijativa za aktivno starenje“ formiraju se u određenim lokalnim zajednicama.*
- *U decembru 2017. godine, Gradsko vijeće je usvojilo Plan akcije za socijalno uključivanje koji je usmjeren na ugrožene grupe. Bez obzira na gore navedene pozitivne pomake, usluge za većinu starijih osoba nisu dostupne.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Ciljna grupa za projekat su slijepe starije osobe iz Tuzle. Ova grupa je izabrana zbog niskog nivoa socijalne uključenosti.

Problem kojim se bavi projekat

Posebna pažnja se posvećuje obrazovanju i informisanju slijepih starijih osoba i podsticanju njihove aktivacije. Ove osobe su izolovane zbog predrasuda i njihove zavisnosti od pomagača sa dobrim vidom.

Ciljevi projekta

Stvoriti pristupačne obrazovne i socijalne programe u zajednici koji će doprinijeti osnaživanju slijepih i slabovidih starijih osoba na području grada Tuzle i stvoriti preduslove za njihovo lakše socijalno uključivanje.

Glavne aktivnosti

- Dvodnevna radionica o zagovaranju za deset slijepih starijih osoba; Izvoditi aktivnosti u vezi sa jednim ili dva pitanja od lokalnog značaja za slijepe osobe (prevoz, pomoćna sredstva i sl.)
- Sedam edukativnih radionica na teme: higijena oka, Kako živjeti sa dijabetesom, Kardiovaskularne bolesti, Unaprjeđenje svakodnevnih vještina, Prihvatanje oštećenja vida, Uloga sporta u životu slijepe osobe i slobodnom vremenu;
- Posjeta najmanje 15 starijih slijepih osoba i razgovor s njima i njihovim porodicama;
- Jednom nedjeljno, organizovanje susreta starijih slijepih osoba sa širokim spektrom aktivnosti: šetanje, igranje šaha ili drugih igara, kvanje, itd.)

Aktivnosti su odabrane u cilju podsticanja i motivisanja slijepih starijih osoba da budu aktivnije u Udruženju i iniciraju promjene u svoje ime. Oni su se bavili problemom širenja znanja (zdravstvena zaštita, kako živjeti sa sljepilom i učenje iz iskustva drugih slijepih osoba).

Ishodi i naučene lekcije

Jedna od najznačajnijih promjena koje je projekt stvorio je povećanje broja aktivnih slijepih starijih osoba i njihova otvorenost za razmjenu iskustava. Starije slijepe osobe koje ne mogu biti aktivne u Udruženju zbog zdravstvenih razloga što podrazumijeva posjete timu Udruženja. Osjećaj da su oni važni nekome ih čini sretnima. Aktivne starije slijepe osobe vole da provode vrijeme na otvorenom. Grupa učesnika obrazovne radionice su zapravo bili pasivni slušaoci. Nisu postavljali pitanja predavačima. Neke starije slijepe osobe su imale naviku da sjede u kući. Kada smo ih pozvali da prisustvuju radionicama, izrazili su nesigurnost. Kada smo im ponudili prevoz, prihvatili su da dođu.

Preporuke

Organizacijama koje žele da repliciraju projekat preporučujemo da koriste naše iskustvo i razgovaraju sa nama. Kada želite nešto da radite za određenu grupu ljudi, razgovarajte sa njima i pažljivo razmotrite njihovo mišljenje. Nemojte slikati slijepu osobu bez njegovog ili njenog pristanka. Nemojte davati obećanja korisnicima koja ne možete ispuniti.



Sažeci mikroprojekata - Republika Sjeverna Makedonija

Od 18 aplikacija, odabrano je 12 projekata za čiju implementaciju će se pružiti podrška.

NVO - UDRUŽENJE GRAĐANA ALCHAJMEROVE BOLESTI, SJEVERNA MAKEDONIJA, SKOPLJE

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Univerzitet trećeg doba - Skoplje i socijalna uključenost starijih osoba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Skoplje, Sjeverna Makedonija*
- *Vremenski period: 01. novembar 2017. – 31. avgust 2018.*
- *Kontekst: Mali projekat podrazumijeva kreativno obučavanje i edukaciju starijih osoba u smislu veće društvene uključenosti u zajednici. Radionice i predavanja iz oblasti: umjetnost i poetski izraz; Zdrava hrana, Kreativna bašta, cvjećarstvo; Wellness & Spa; Fizičke vježbe; Anti-stres, joga i meditacija.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.977,20*

Ciljna grupa

Ciljna grupa u ovom projektu su stariji ljudi kao i stariji ljudi koji su izloženi riziku od demencije/Alchajmerove bolesti.

Problem kojim se bavi projekat

Sve veći udio starijih osoba u stanovništvu Republike Makedonije predstavlja izazov koji zahtijeva mobilizaciju svih resursa u društvu. Mnoge organizacije civilnog društva se obraćaju preko svojih razvojnih programa, uključujući i naše. Starijim ljudima je potrebno: aktivno, zdravo i kreativno starenje kako bi bili istinski uključeni u društvo.



Ciljevi projekta

Glavni cilj projekta je kreativno treniranje i obrazovanje starijih osoba za veću društvenu uključenost ovih ljudi u aktivnosti zajednice. Kroz ovaj projekat ostvareni su sljedeći ciljevi:

- Starije osobe su motivisane i kreativne, kao i sposobnije da se kreativnije angažuju u upravljanju svojim životom i kreativnim slobodnim vremenom. Oni se osjećaju više ispunjeni i zadovoljni.
- Stariji ljudi razumiju kako da poboljšaju svoje zdravlje i bolje se brinu o njemu.
- Stariji ljudi se kreativno uključuju u zajednicu, učestvuju u javnim događajima.

Glavne aktivnosti

Glavne aktivnosti su radionice i predavanja uključuju sljedeće:

- umjetničko izražavanje, slikarstvo, kreativna keramika
- poetska kreativnost i poezija kao hobi
- zdrava hrana, dijeta, zdrav doručak, ručak, večera
- kreativno vrtlarstvo, cvjećarstvo i voće
- Wellness & Spa za bolje mentalno i fizičko zdravlje
- Fizičke vježbe za jačanje antistresne sposobnosti
- Muzika, joga i meditacija.

Na primjer: Radionica br. 8: Voditelj i predavač na radionici, prof. dr Shekerinka Ivanovska, održala je predavanje na temu: Emocionalna inteligencija i ličnost u starijoj životnoj dobi. Napravljena je analiza praktičnih slučajeva. Zatim, psiholog T. Kostovska, objasnila je tehnike intruzivnog ponašanja, razmjenu iskustava, pitanja i odgovore, mala meditaciona vježba. Ove aktivnosti su izabrane zato što su pozitivno uticale na poboljšanje zdravlja, mentalnih sposobnosti i zaštitu i prevenciju demencije.

Ishodi i naučene lekcije

Ovaj projekat je poboljšao socijalno uključivanje starijih osoba, kao i protok informacija i lični osjećaj zadovoljstva njihovim zdravljem i mentalnim zdravljem. Stariji ljudi su sada bolje informisani o demenciji, Alchajmerovoj i Parkinsonovoj bolesti. Bolja inkluzija rezultat je poboljšanja u četiri oblasti: preventivno zdravlje (fizičko i mentalno), zdrava hrana/zdrava ishrana u skladu sa njihovim godinama; uključivanje u kreativnu umjetnost i poeziju za bolju mentalnu otpornost; dnevne lagane vježbe kod kuće za fizičko zdravlje i antistresne programe za lakše rješavanje problema kod rodbine i prijatelja; emocionalna inteligencija kao preduslov za dobre odnose. Glavni izazov bilo je ogromno interesovanje ovih ljudi na radionicama i predavanjima, tako da smo morali da promijenimo planove kako bismo mogli uključiti sve zainteresovane učesnike.



Preporuke

Na početku projekta morate napraviti upitnik za učesnike koji će ih pitati u kojim oblastima i radionicama su zainteresovani. To će olakšati formiranje grupa po kategorijama. Kategorije mogu biti: umjetnost, poezija, zdrava hrana, antistres programi i emocionalna inteligencija. Prvo održite predavanje o određenoj temi ili problemu, a zatim organizujte radionice u ovim oblastima.

Što se tiče izazova, valjalo bi imati na umu da je izazovnije izlaženje na kraj sa potrebama starijih osoba starijih od 75 ili 80 godina. Ovi stariji ljudi imaju potrebu za više podrške od strane zajednica i društva kao što su centri za dnevnu njegu, posebno za one koji pate od Alchajmerove bolesti.

NGO – DRUŠTVENI CENTAR OPŠTINE CENTAR, SKOPLJE

- *Naziv projekta: Preduzimanje akcija socijalnog uključivanja starijih osoba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Centar Zajednica*
- *Vremenski period: novembar-jun 2018.*
- *Kontekst: Socijalizacija starijih ljudi*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.995*

Ciljna grupa

Ciljna grupa ovog projekta su stariji ljudi. Oni su takođe dio društva i moraju biti uključeni u procese donošenja odluka u zajednici o temama koje ih zanimaju.

Problem kojim se bavi projekat

Cilj ovog projekta je stvaranje održivog i efikasnog modela cjeloživotnog učenja kroz osnaživanje starijih ljudi kroz rad sa mlađim ljudima na digitalnim informativnim i komunikacijskim tehnologijama. Isti bi zauzvrat trebalo da se bavi njihovim učešćem u modernom društvu, a posebno u procesima donošenja odluka o temama koji su predmet njihovog interesovanja. Osim toga, projekat se bavi usamljenošću i posjetama mladih volontera i redovnim fizičkim vježbama s njima.

Ciljevi projekta

Informativni sastanci sa predstavnicima Ciljne grupe (stariji ljudi, predstavnici članova Udruženja penzionera Opštine Centar, mladi edukatori kompetentni za digitalnu i informativnu tehnologiju, itd.)

Realizacija 5 radionica sa starijim osobama i edukatorima za prenos redovnih međugeneracijskih znanja i vještina u digitalnim i informacionim tehnologijama. (20 osoba)

Tematski otvoreni dani sa starijim osobama.

Učešće Ciljne grupacije u dva budžetska foruma Zajednice, koje Centar svake godine redovno organizuje. Organizovanje redovne i kontinuirane socijalizacije od strane Doma za pojedince u penzionerskim klubovima i opštinskim čitaonicama (30 osoba)

Organizovanje fizičkih aktivnosti u lokalnim osnovnim školama ili u prirodi.

Organizovanje klubova fokusirajući se na aktivnosti od interesa za starije ljude, na primjer: književni sastanci sa autorima iz Makedonije i susjednih zemalja.



Glavne aktivnosti

- Pet sesija posvećenih fizičkom vježbanju, koje vodi fizioterapeut
- Pet radionica sa starijim osobama za prenos međugeneracijskih znanja i vještina u digitalnim i informacionim tehnologijama u saradnji sa Kancelarijom za mlade Opštine Centar.
- Stalni sastanci sa predstavnicima Ciljne grupacije i aktivistkinjama / volonterima za kontinuirano sprovođenje aktivnosti - razgovori i dogovori o aktivnostima sa predsjednikom Udruženja penzionera Opštine Centar.
- Održan je sastanak sa članovima Udruženja penzionera na temu književnosti i književne aktivnosti starijih osoba. Između ostalog, diskusija je bila o prednostima čitanja i diskutovanja knjiga među starijim ljudima. Pensioneri koji su učestvovali dobili su knjige koje je donirala Nacionalna univerzitetska biblioteka.
- Tematski otvoreni dani sa starijim osobama.
- Učešće Ciljne grupe dva budžetska foruma Zajednice

Ishodi i naučene lekcije

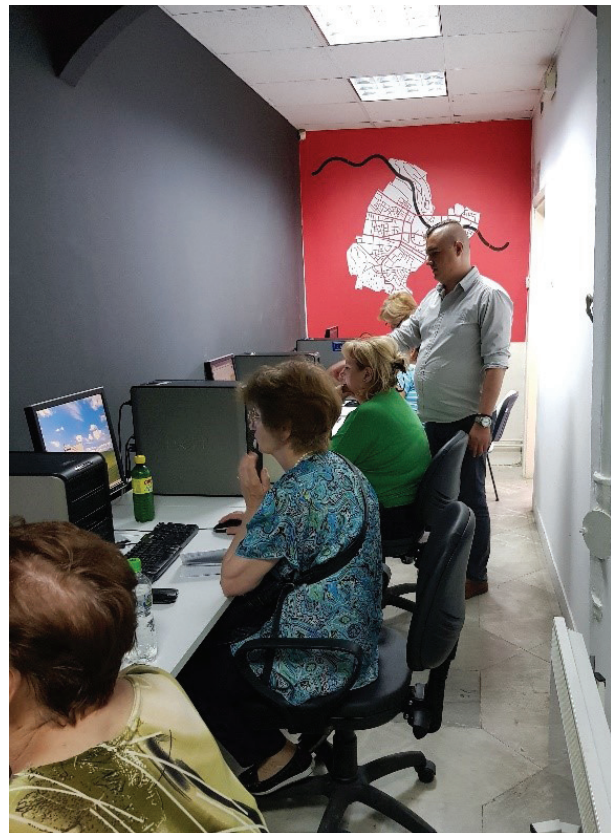
Uspješni sastanci i planiranje vode do dobro provedenih aktivnosti. Entuzijazam i energija predsjednika Udruženja penzionera Opštine Centar je bila veoma važna u organizovanju svih projektnih aktivnosti.

Preporuke

Stariji ljudi su bili zaista zadovoljni projektnim aktivnostima, posebno sa fizičkim vježbama koje su organizovane od januara do juna 2018. godine i izrazile želju da se vježbe nastave. Žele da se ovakve vježbe organizuju redovno, najmanje dva puta nedjeljno, što u ovom projektu ne bi bilo moguće postići zbog ograničenih resursa. Stariji ljudi su predložili da je dobro podnijeti peticiju Opštini Centar, kako bi se ispunili ciljevi koji su postignuti ovim projektom.

Stariji ljudi bi takođe voljeli da časovi kompjutera i informatike budu organizovani redovno i češće nego jednom mjesečno.

Takođe žele uključivanje i više zabavnih aktivnosti u svoje klubove penzionera.



EKO-LOGIKA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Uključivanje starijih osoba kroz međugeneracijsku razmjenu znanja i vještina s mladima*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Grad Skoplje, Opština Čaška (selo Bogomila)*
- *Vremenski period: 01.11.2017. – 31.08.2018.*
- *Kontekst: Ideja projekta je povezivanje starijih osoba sa mlađim ljudima, kroz razmjenu znanja i iskustava iz različitih generacija na različite teme, naglašavajući održivost u domovima. Stariji ljudi će biti povezani sa mlađim ljudima u javnim prostorima, u ciljnoj Opštini projekta (Opština Centar), a dodatno u Opštini Čaška (Selo Bogomila).*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5,000*

Ciljna grupa

- Stariji ljudi iz Opštine Centar, u opštini Skoplje, Opština Čaška (Selo Bogomila)
- Mladi ljudi koji rade u sektoru civilnog društva
- Mladi koji rade kao asistenti za starije osobe
- Mladi ljudi uopšte
- Djeca iz obrazovnog centra Mr. Frog (uključena u testiranje razvijenog alata/igre koja je korištena u svrhu inkluzivnih aktivnosti za starije osobe)

Problem kojim se bavi projekat

Problem se odnosi na potrebu za uključivanjem starijih osoba u društvo kroz različite vrste aktivnosti koje uključuju mlađe ljude. Stariji ljudi su uključeni u naša društva uglavnom u aktivnostima vezanim za dobijanje direktne koristi u smislu besplatnog prevoza, popusta za razne lijekove i tako dalje. S druge strane, ti ljudi su sve manje uključeni u različite aktivnosti koje imaju obrazovnu i / ili zabavnu komponentu. Projekat je uspio uključiti starije osobe, asistente kućne njege, mlađe ljude i djecu u međugeneracijske aktivnosti koje su zabavne, edukativne i pokrenule diskusiju između generacija.

Ciljevi projekta

Razmjena iskustava, znanja i mišljenja o raznim društvenim temama, naglašavajući preferencije starijih osoba da ostanu u svom prirodnom okruženju (kao što je njihov dom) što je duže moguće.

Testiranje i integracija zabavnih i jednostavnih alata i metodologija koje će omogućiti efikasniju komunikaciju i interakciju između starijih i mlađih ljudi.



Glavne aktivnosti

- Stvaranje koncepta za radionice, komunikacijsku strategiju i promociju
- Otvoreni poziv za učešće starijih osoba u projektu
- Stvaranje alata u formi igre za podsticanje diskusije, mišljenja i razmjene iskustava i međugeneracijskog znanja starijih osoba i mladih
- Uključivanje davalaca kućne njege u projektne aktivnosti
- Stvaranje i širenje letaka i postera u ciljnoj Opštini
- Radionice sa starijim osobama, starateljima i mladima u domu za njegu u kući, omogućujući tako

transfer iskustva, znanja i mišljenja među Ciljnim grupama. Aktivnosti kao što su objašnjenje osnovnih ICT tehnologija (Viber, WhatsApp, Skype itd.) Pružene su mlađim osobama i kućnim pomoćnicima starijim osobama.

- Aktivnosti su se zasnivale na razvoju inovativnog alata/igre. Inovativni alat/igra pokrenula je zajedničke aktivnosti u vidu zabavnih i edukativnih radionica, gdje su stariji i mlađi ljudi bili smješteni u timove koji su imali za cilj da diskutuju, predlože rješenja za date ekološke probleme i pobijede u igri.

Ishodi i naučene lekcije

- Realizacija među starijim ljudima i mlađim ljudima koji se nikada ranije nisu sreli, a koji mogu da sarađuju, razgovaraju i dobro se zabavljaju. Često se ne vidi da su ljudi iz različitih starosnih grupa koji se međusobno ne poznaju uključeni u zajedničke aktivnosti.
- Posebno su bile efikasne radionice na kojima su stariji i mlađi ljudi bili zajedno i podijeljeni u mješovite timove koji su igrali razvijenu inovativnu igru
- Projekat je osmišljen u skladu sa razvojem aktivnosti sa edukativnom igrom / alatom, koja se pokazala kao veoma efikasna. Ono što je moglo bolje funkcionisati je vremenski okvir i ukupni budžet - gdje bi bilo dobro povećati broj radionica i ljudi uključenih u projekat.
- Izrada alata/igre koja bi odlično funkcionisala sa različitim starosnim grupama bio je najveći izazov. Igra koju je razvio tim Eko logike postigao je navedeno, uz visoku efikasnost.

Preporuke

- Kontaktirati Eko logiku i pitati za učešće u obuci za inovacije u obrazovnim procesima. Pored toga, organizacije koje su voljne da se uključe mogu nas kontaktirati kako bi primile verziju alata kreiranog u projektu.
- Ne plašite se da uključite starije i mlade ljude istovremeno u svoje aktivnosti, ali imajte na umu da morate da pružite zabavne, interaktivne i istovremeno obrazovne aktivnosti u kojima su svi učesnici aktivni istovremeno.



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Preventivne kućne posjete aktivnim i zdravim penzionerima*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Grad Skoplje - Opština Aerodrom, Centar, Kisela Voda, Karpoš i Đorče Petrov*
- *Vremenski period: od 01.11.2017. do 31.08.2018.*
- *Kontekst: Teoretski dizajn projekta je da aktivira starije ljude kroz kućne posjete stručnih lica, da procijeni njihove individualne resurse i zadovolji njihove zdravstvene potrebe usvajanjem i održavanjem zdravih stilova života. Projekat je zajednička inicijativa Saveza udruženja penzionera Makedonije i PHI Lilison Medika iz Skoplja*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.919,22*

Ciljna grupa

Projekat je uključivao opštine Grada Skoplja sa više od 10% starijih osoba u populaciji. U njemu je bilo 250 nasumično odabranih osoba starijih od 60 godina, kao predstavnici osoba različitog stepena nezavisnosti u obavljanju svakodnevnih aktivnosti (ADL).

Problem kojim se bavi projekat

Približno 70% starijih ljudi ima tri do pet hroničnih bolesti istovremeno, često hronično progresivno. Međutim, procjena i intervencija samo izolovanih zdravstvenih problema kod starijih osoba, bez razmatranja njihovih funkcionalnih sposobnosti i interakcije sa drugim članovima porodice i njihovom okolinom, može dovesti do ograničenih i suboptimalnih rezultata. S druge strane, sveobuhvatnu procjenu zdravstvenog stanja je još uvijek teško postići u tradicionalnoj ordinaciji ljekara. Dakle, najveće interesovanje starijih osoba, prema nekoliko istraživanja sprovedenih na terenu, postoji za zdravstvenu službu medicinskog tima kod kuće.

Ciljevi projekta

Zbog ograničenog vremena i budžeta, kao i nedovoljnog broja učesnika u pilot studiji, ciljevi projekta su svedeni na prve korake predviđenog programa preventivnih kućnih posjeta (PKP) za starije osobe, sa fokusom na:

uspostavljanje iz postojeće medicinske prakse, najbolja baza podataka o mjerama za praćenje zdravog načina života starijih osoba,

procjenu zdravstvenih i socijalnih potreba 250 penzionera korišćenjem testiranog PKP protokola,

kontinuirano praćenje zdravstvenog stanja i navika penzionera, sa savjetima i preporukama za veću fizičku aktivnost i pravilnu ishranu, kao i pružanje pomoći i njege penzionerima kojima je to potrebno.

Glavne aktivnosti

Projekat je realizovan kroz niz aktivnosti raspoređenih u nekoliko djelova:

- Projektna grupa je sprovela sveobuhvatno istraživanje dostupne literature o PKP. Zatim je održana produktivna radionica uz prisustvo 16 učesnika. Koristeći različite vrste podataka i informacija prikupljenih na integrisani način, naknadno je uspostavljena sintetizovana baza dokaza, koja uključuje članove projektne grupe u iterativnim diskusijama.
- Na osnovu rezultata istraživačke literature i diskusije u radionici, 2010 Easy-Care standard se pokazao kao najprihvatljiviji protokol za implementaciju PKP-a i prilagođen je potrebama projekta

Preporuke

Na osnovu rezultata i iskustava iz istraživanja i identifikovane baze podataka, predlažemo (PKP-PKA) protokol koji će se koristiti u narednoj fazi ovog projekta - implementacija PHV programa u većem reprezentativnom uzorku penzionera Ciljne grupe.

PKP treba da bude u formi intervjua sa otvorenim i dobro strukturiranim pitanjima koja omogućuju da se kućna posjeta odvija personalizovano. Takođe je važno da se pripremi priručnik o intervencijama i tretmanu, koji će sadržati informacije o uslugama u lokalnoj zajednici, posebno u zdravstvenom i socijalnom području.

Uz određenu rezervu da pilot projekat uključuje ograničen broj učesnika, naš zaključak je da se (PKP-PKA) protokol implementiran na ovaj način može koristiti za identifikaciju zdravstvenih rizika kod starijih osoba sa različitim nivoima ADL zavisnosti. Što je najvažnije, čini se da je (PKP-PKA) protokol dovoljno osjetljiv na identifikaciju zdravstvenih rizika kod starijih ljudi sa dobrim zdravljem, a to su oni koji predstavljaju ciljnu grupu PKP širom Makedonije.



ASOCIJACIJA DUGA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Podijelite osmjeh - ispričajte priču*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Radović*
- *Vremenski period: 8 mjeseci*
- *Kontekst: Osmjesi, osmjesi i samo osmjesi*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5,000*

Ciljna grupa

Stariji ljudi. Ova grupa je izabrana zato što je najranjivija zbog niskog nivoa poznavanja svojih prava.

Problem kojim se bavi projekat

Disfunkcionalne porodice smatraju starije članove porodice teretom. Kada mlađi članovi porodice koriste njihov novac od penzije, oni ih takođe čine potpuno zavisnim i to je vrlo česta pojava u ruralnim regionima. Stariji ljudi su često izbačeni iz svojih kuća kako bi napravili mjesta za mlađe članove porodice kojima su potrebne njihove sobe tako da oni žive u novom, stranom okruženju.

Ciljevi projekta

Skretanje pažnje na težak položaj nekih starijih osoba, bez podrške čak i od članova njihovih porodica
Promjena javne svijesti o problemu usamljenosti starijih osoba
Jačanje osjećaja pripadnosti starijih ljudi i borba protiv usamljenosti

Glavne aktivnosti

- Posjete prirodnim sredinama uz piknike i druženje
- Poseban program za zabavu starijih žena
- Zajedničke radionice za interakciju starijih i mlađih ljudi kako bi podijelili svoja iskustva i vještine
- Međuetnička saradnja sa Turcima itd.

Ishodi i naučene lekcije

Izazvali smo pozitivne promjene u više od 80 domova sa podizanjem svijesti kod starijih ljudi o tome da im je potrebna ne samo hrana i ljekovi, već i društveni kontakti, topla šoljica kafe, ali sa iskrenim osmjehom, potrebno im je poštovanje i sa kim će provesti vrijeme.

Najefikasnije aktivnosti bile su one u prirodi i one koje su imale interakciju od svih učesnika, posebno kada su radili na nečemu zajedno (na primjer: kuvanje).

Više aktivnosti na otvorenom preferirano je od strane učesnika, što podrazumijeva više zajedničkih aktivnosti kao što su šahovska takmičenja organizovana u domovima nekih od učesnika.

Glavni izazovi bili su vezani za prevoz učesnika tokom aktivnosti na otvorenom. Imali smo kapacitet da prevozimo 35-50 ljudi, ali smo imali mnogo više zainteresovanih. Ovi izazovi su bili veoma složeni jer smo morali da objasnimo ljudima koji ne mogu sa nama da krenu na prvo putovanje da planiramo još putovanja i da ćemo ih sve uključiti.



Preporuke

- Budite iskreni sa članovima svoje ciljne grupacije, budite im raspolaganju i budite veoma spremni da reagujete kada vam budu potrebni.
- Uvijek pristupajte starijim ljudima s poštovanjem bez obzira na situaciju.
- Ako su se okupili negdje na ulici ili u nečijem dvorištu, priđite im i rukujte se uz prijateljski osmijeh
- Udijelite im ljubazan kompliment kad god je to moguće i ostvarite prijateljski kontakt



UDRUŽENJE OTVORITE PROZORE

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Informaciona tehnologija i treće doba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Grad Skoplje*
- *Vremenski period: 01.11.2017.-31.08.2018.*
- *Kontekst: Naša zemlja je odavno prešla prag demografskog starenja. Kada su u popisu stanovništva iz 2002. godine 15 % brojala lica starosti preko 60 godina, Republika Makedonija je premašila koeficijent starije populacije od 12%.*
- *Tehnološki razvoj, s druge strane, je brz i dalje doprinosi produbljivanju jaza između generacija i otežava starijim ljudima da budu aktivno uključeni u društvo.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Stariji ljudi u Makedoniji zaostaju za modernim životnim trendovima. Projekat je omogućio grupi od trideset starijih osoba da pristupe informacionim i komunikacijskim tehnologijama i internetu, i tako se pridruže digitalnoj zajednici. Projekat je radio na tome da im se omogući: da se osjećaju ispunjenijim i nezavisnijim, da stimuliraju svoje umove i obezbijede bolju socijalnu uključenost.

Problem kojim se bavi projekat

Informacione i komunikacione tehnologije mogu predstavljati izazov za starije ljude zbog mnogih stvari, uključujući smanjenu pokretljivost ili slabiji vid. Međutim, pomoć starijim osobama u pristupu ovoj tehnologiji pomaže im da prevaziđu iste izazove i olakšavaju im da učestvuju u društvu.



Ciljevi projekta

Opšti cilj projekta bio je podići svijest o tome da stariji ljudi mogu u potpunosti uživati u blagodatima modernog digitalnog svijeta.

Specifični cilj projekta bio je jačanje kapaciteta starijih osoba vezanih za informacione i komunikacijske tehnologije i korištenje Interneta kako bi se oni lakše uključili u zajednicu.

Projekat je takođe nastojao da prenese poruku da pristup kompjuterima i internetu starijim građanima i poboljšanje njihovih kompjuterskih vještina doprinose napretku i dobrobiti društva.

Glavne aktivnosti

Identifikacija potencijalnih učesnika

Projektni tim je sproveo istraživanje da bi identifikovao trideset starijih osoba i njihove potrebe za korišćenjem računara.

Radionice o osnovnim ICT vještinama

Učesnici su jednom sedmično dolazili na jednosatne radionice za osnovnu upotrebu računara i interneta. Oni su bili podijeljeni u grupe kako bi se osigurala kvaliteta i pristup usmjeren na osobu za svakog sudionika koji je uključivao procjenu potreba, preporuku za pomoćne uređaje i prilagođavanje softvera. Radionice su bile usmjerene na osnovne kancelarijske programe i osnovnu upotrebu interneta.

Radionice o e-dizajnu

Ova aktivnost je pružila priliku učesnicima da nauče kako da koriste svoje vještine u praksi, kreirajući e-proizvode. Uz podršku tima napravili su antologiju o različitim temama, koje su proizašle iz njihovih

interesa. Na primjer, izabrali su teme kao što su putovanja, bašta i zabava.

Završni događaj

Organizovan je javni događaj na kojem su predstavljena dostignuća učesnika e-radionica. Događaj je poslužio za promociju i podizanje javne svijesti o aktivnom učešću starijih građana u zajednici.

Ishodi i naučene lekcije

Cjeloživotno učenje je jedan od glavnih faktora za stvaranje inkluzivnog društva kada su u pitanju stariji građani. Stalno sticanje novih vještina je glavni ključ za ostvarivanje svog punog potencijala.

„Kada sam čuo za mogućnost prisustva na treninzima nisam oklijevao da se prijavim. Do tada nisam imao nikakvog iskustva u upotrebi računara. U početku, to je bilo veoma zbunjujuće i teško. Mislio sam da nikad neću naučiti. Tastatura me je zbunila sa svim tasterima i znakovima, izgledala je kao da sam u kokpitu aviona. Ali vremenom je postajalo sve lakše i zanimljivije. Moram reći da je strpljenje trenera doprinijelo tome da obuka postane opuštajuća.“ - Violeta Ivanovska, učesnica projekta.

Glavni izazov je bio taj što učesnicima treba vremena da steknu znanje i puno ponavljanja materijala. Tim je tako odlučio da održi dvije sesije obuke u jednom danu, što se pokazalo vrlo korisnim.



Preporuke

Projektni tim preporučuje organizacijama koje žele da repliciraju projekat u svojim zajednicama da prioritet daju korištenju ICT-a sa starijim osobama, jer nosi značajan potencijal za njihovo uključivanje u društvo. Takođe, preporučuje se da se primijeni pristup usmjeren na pojedinca jer većina starijih osoba ima specifične potrebe zbog otežane mobilnosti i percepcije.

Naučene lekcije koje bi mogle biti korisne za organizacije koje žele da repliciraju projekat u svojim zajednicama su:

- Projekat je nedvosmisleno pokazao da upotreba ICT-a može poslužiti kao instrument koji može bolje uključiti i motivisati odrasle da učestvuju i uključe svoje interesovanje u zajednicu.
- Tim je zaključio da će stariji ljudi na početku iskusiti konfuziju zbog neobičnog ICT žargona.
- Podučavanje starijih ljudi o ICT-u i internetu je težak zadatak, ali rezultira nagradom.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Priprema lokalnih akcionih planova za socijalno uključivanje starijih osoba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Vinica i Makedonska Kamenica*
- *Vremenski period: 01.11.2017.- 31.08.2018.*
- *Kontekst: Proces dnevne reforme u socijalnom sektoru u Republici Makedoniji predstavlja potrebu za većim učešćem civilnog sektora u planiranju strategija i akcionih planova za socijalno uključivanje starijih osoba. Vinica i Makedonska Kamenica su ruralne opštine bez strategija i akcionih planova za socijalno uključivanje starijih osoba. Postoji potreba da se zajednički definišu stariji ljudi i relevantne institucije, prioriteti koji će informisati akcione planove za obje opštine.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.934,15*

Ciljna grupa

Ciljna grupa projekta su stariji ljudi iz Vinice i Makedonske Kamenice, predstavnici: starijih osoba sa invaliditetom, problemima u mobilnosti, usamljenih starijih osoba i domaćica, neformalnih negovatelja.

Problem kojim se bavi projekat

Postoji više problema vezanih za socijalno uključivanje starijih osoba:

Opštine Vinica i Makedonska Kamenica su iseljeničke oblasti. Mladi ljudi odlaze na privremeni rad u inostranstvo, a njihovi roditelji (penzioneri) ostaju sami u svojim domovima. Nedostaje upotreba preventivnih zdravstvenih programa za starije osobe i ne postoji sistematski pristup rješavanju ovog problema; Stariji ljudi iz ruralnih područja su zaboravljeni; Potencijal starijih osoba (stručnost, vještine, sposobnosti, itd.) se ne koristi za svrhe njihovog uključivanja u ukupni društveni život zajednice; Stariji ljudi nisu uključeni u donošenje odluka na lokalnom nivou.

Ciljevi projekta

- Poboljšanje kvaliteta života starijih osoba
- Definisane i utvrđivanje problema i rizika socijalne inkluzije
- Promocija i afirmacija socijalne inkluzije
- Ostvarivanje prava i zadovoljavanje potreba koje proizilaze iz decentralizacije



Glavne aktivnosti

- Priprema upitnika.
- Uspostavljanje radnih grupa u dvije opštine, usvajanje pravilnika o radu radnih grupa, analiza situacije, anketa, organizacija fokus grupa, okruglih stolova, prezentacija iskustava iz EU-a na terenu, definisanje problema, grupisanje, prioritetni strateški ciljevi, podciljevi, aktivnosti i akcioni planovi, plan prikupljanja sredstava, monitoring i evaluacija, priprema dokumenta, organizovanje javne rasprave o njemu i finaliziranje istog.
- Usvajanje dokumenta od strane opštinskih vijeća i uspostavljanje koordinativnog tijela za praćenje i evaluaciju akcionih planova.

Ishodi i naučene lekcije

Razvijeni su lokalni akcioni planovi za socijalno uključivanje starijih osoba u opštinama Vinica i Makedonska Kamenica. Lokalni akcioni plan za Vinicu je usvojen od strane Savjeta Opštine Vinica i Lokalni akcioni plan za Makedonsku Kamenicu je u procesu usvajanja. Sve aktivnosti predviđene projektom su bile efikasne. Cijeli proces je bio participativan i demokratski u odnosu na svakog pojedinca i svako mišljenje je razmatrano s poštovanjem.

Glavni izazovi su prevaziđeni koordinacijom i pravovremenom komunikacijom sa ciljnom grupom i svim akterima uključenim u proces pripreme lokalnih akcionih planova. Međuinstitucionalna saradnja bi trebala bolje funkcionirati. Stariji ljudi koje predstavljaju udruženja penzionera iz obje opštine treba da rade na poboljšanju komunikacije sa lokalnim i nacionalnim nadležnim organima, kako bi pronašli pravi savez za podršku u sprovođenju svoje misije.

Preporuke

Naše Preporuke su sljedeće:

- Dobiti podršku od ciljne grupe
- Dobiti podršku lokalne zajednice (Opština, škole, vrtići, centri za socijalni rad, nevladine organizacije, kulturne institucije itd.).
- Napraviti pravila rada i pridržavati ih se
- Pratiti vremenske rokove sesija
- Aktivno slušajte
- Postarajte se da se za vaš rad sazna i da isti bude na valjan način objavljen
- Potpisati memorandume o saradnji sa ključnim akterima u procesu
- Objasniti svoju ulogu u procesu
- Objasniti prednosti koje će imati ciljna grupa i zašto su one važne glavnim akterima u procesu
- Napravite komunikacijski plan usmjeren na različite aktere u procesu



JUSTICIJA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Samopoštovanje i socijalna uključenost - preduslov za dostojanstveno starenje“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Kumanovo*
- *Vremenski period: 01.11.2017. – 31.08.2018.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.976,77*

Ciljna grupa

Ciljna grupa su stariji ljudi koji su bili aktivni prije penzionisanja, intelektualci, bivši stručnjaci, rukovodioci, umjetnici, drugi. Ova ciljna grupa je izabrana zato što je najviše zanemarena, čak i diskriminisana, jer društvo ne prepoznaje njihove kapacitete.

Problem kojim se bavi projekat

Problem vitalnih, talentovanih i visokoobrazovanih starijih ljudi je usamljenost, izolacija, gubitak samopoštovanja, osjećaj da nijesu potrebni zajednici, da su beskorisni uprkos znanju i iskustvu koje imaju. Oni nemaju hobije, imaju puno slobodnog vremena, imaju potrebu za društvenim kontaktima, ali i za integraciju i korišćenje svojih kapaciteta.

Podizanje svijesti javnosti o njihovoj vitalnoj energiji i mogućnostima da budu aktivni u društvu, kao i uključivanje vitalnih starijih osoba, na teme koje su od njihovog interesa i neophodnost bila je glavna ideja u ovom projektu.



Ciljevi projekta

Prenos znanja i vještina koje će okupiti starije i mlađe generacije, nevladine organizacije i poslovni sektor
Podsticanje samopouzdanja i uključivanja u društveni život

Podsticanje zdravog starenja, spokojstva i izbjegavanje stresnih situacija

Ohrabrivanje starijih ljudi da vode sopstvene kurseve, da volontiraju i da se uključe u stažiranje, razmjenu znanja i mentorstvo sa mlađim generacijama

Isti model može se ponoviti i na drugim mjestima, mogućnost otvaranja kurseva, gdje će predavači biti starije iskusne osobe

Glavne aktivnosti

Projekat je započeo konferencijom za štampu, sa starijim učesnicima, predstavnicima opština i drugih subjekata. Komunikacioni aspekt je bio veoma važan zbog čestog korišćenja društvenih medija, distribucije brošura na lokalnim TV i internet portalima za svaki događaj sa kratkim brifingom, fotografijama i video zapisima. Na kraju je objavljena elektronska knjiga radova sa radionica u projektu. Ove aktivnosti su odabrane jer su doprinijele podizanju javne svijesti o vitalnoj energiji starijih ljudi i njihovoj sposobnosti da budu aktivni u društvu.

Ishodi i naučene lekcije

Ovaj projekat je povećao svijest javnosti o kapacitetima i energiji starijih ljudi.

Posebno su bile efikasne radionice za upravljanje projektima, pisanje, pohađanje plesa bachata, slikanje na staklu, pisanje poezije i haiku i senryū.

Da je bilo sredstava za bolju medijsku komunikaciju (pozicija pomoćnika koordinatora), smatramo da bi projekat bio još uspješniji.

Preporuke

Dobro je imati memorandume za saradnju sa udruženjima penzionera u opštinama u kojima se projekat realizuje.

Veoma je korisno imati još jednu plaćenu osobu, kao projektnog asistenta za organizaciju radionica. Na projektu ima dovoljno posla za najmanje 2-3 osobe.

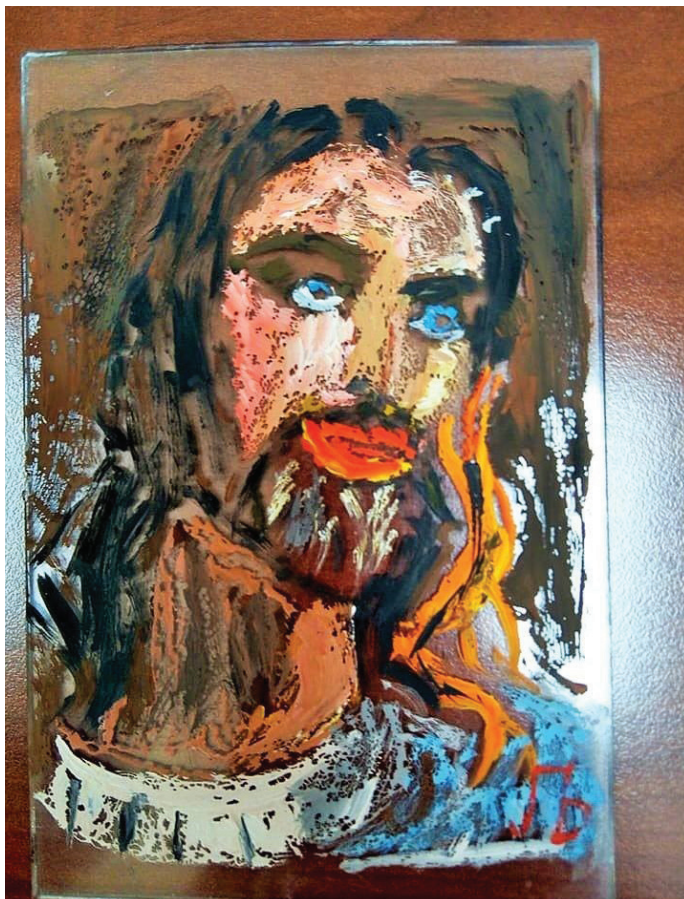
Uvijek imajte odvojen dio budžeta za informisanje u novinama (internet portal) ili se unaprijed dogovorite s njima.

Izvorni edukatori i prostor u lokalnim organizacijama starijih ljudi, ako možete, jer im to pomaže i osnažuje ih.

Citati

„Udruženje penzionera „Kumanovo“ iz Kumanova“, čiji su članovi penzioneri iz opština Kumanovo, Lipkovo i Staro Nagoričane u posljednjih nekoliko godina, s pravom je privuklo posebnu pažnju posvećenu starijoj generaciji.

Sprovedeno je nekoliko projekata kako bi se starijim osobama pomoglo u lakšem, opuštenijem životu.



S tom svrhom, sa velikim zadovoljstvom, prihvatili smo i ponuđenu saradnju sa Udruženjem „Justicia“. Sa mentorstvom predsjedavajuće gđe Olivere Docevske, krajem prošle i početkom ove godine održano je osam radionica na brojnim zanimljivim i popularnim temama od strane eminentnih predavača. Teme su bile interesantne, što je privuklo pažnju preko 160 penzionera iz penzionih ogranaka grada i Lipkova.

Seriya edukativnih i kreativnih radionica ocijenjena je pozitivno, jer je pomogla učesnicima da steknu nova saznanja, nova lica u funkciji sticanja samopouzdanja u boljem organizovanju života za dostojanstvenije starenje.

Iz Udruženja izražavamo zadovoljstvo što imamo saradnike kao što su „Justicia“ i gđa Olivera Docevska. Spirko Nikolovski, predsjednik Udruženja penzionera „Kumanovo“

„Predstavljajući im pravila za uspješnu komunikaciju sa medijima, mislim da su oni koji su učestvovali u radionici bili bogatiji za nova znanja, a onima koji žele da se uključe u zagovaranje i lobiranje ciljeva UPK biće olakšano, jer su dobili osnovno znanje o temi. Oni će, siguran sam, moći da učine stečena znanja prepoznatljivim u budućnosti u radu Udruženja i da popularizuju modele koji su im predstavljeni. Sve u svemu, nakon završetka kreativne radionice, generalni utisak je da su svi bili zadovoljni dvosatnim druženjem, učesnicima, organizatorima i edukatorima.“ Jasmina Todorovska, edukator, novinarka

ASOCIJACIJA KONTAKT

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Aktivni život*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Centar i Čair, Skoplje, Makedonija*
- *Vremenski period: 01.11.2017.-31.08.2018.*
- *Kontekst: Glavna potreba starijih osoba je da ojačaju svoje fizičke i mentalne kapacitete za bavljenje svakodnevnim izazovima vezanim za starenje. Da bi se mogli nositi sa svim izazovima, potrebna im je pomoć i podrška kroz savjetovanje i obuku.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Izabrana grupa su osobe starije od 60 godina koje imaju kapacitete za lični rast i razvoj. Da bi mogli da praktikuju obuku za lični rast i razvoj, od ključnog je značaja da imaju zdrav mentalni potencijal za praćenje aktivnosti.

Problem kojim se bavi projekat

Problemi mentalnog zdravlja ljudi u starijoj životnoj dobi uglavnom se ne dijagnostikuju kao rezultat činjenice da u Republici Makedoniji gotovo ne postoje institucije i specijalizacije za rad sa mentalnim zdravljem starijih osoba.

Istovremeno, broj obrazovanih terapeuta i savjetnika koji su prošli odgovarajuću edukaciju za psihoterapiju je veoma nizak, usluge u ovoj oblasti još nisu u okviru javnih ustanova i nije im obezbjeđeno zdravstveno osiguranje.



Ciljevi projekta

Glavni cilj projekta bio je da se poveća svijest o uticaju mentalnog zdravlja na kvalitet života u kasnom zrelom dobu, kao i da se implementiraju različiti modeli i metode za poboljšanje trenutne situacije. Specifični ciljevi su bili povećanje znanja za prepoznavanje i upravljanje emocijama i različitim psihološkim stanjima; poboljšati komunikacijske vještine i metode za upravljanje konfliktnim situacijama; razumijevanje posljedica emocionalnog zatvora i praktikovanje tehnika za sprječavanje i razvoj emocionalnog zdravlja.

Glavne aktivnosti

Radionice na različite teme: Psihologija starenja, Upravljanje stresom, Komunikacijske vještine i upravljanje konfliktima, Emocije i komunikacija, Emocionalno zdravlje, Tjelesni procesi i njihov uticaj na mentalni proces koji su implementirani korištenjem interaktivnih metoda i praktičnih alata gdje su stariji ljudi imali mogućnost prepoznavanja i razvijanja različitih sposobnosti za prevenciju i poboljšanje njihovog mentalnog zdravlja.

Stvaranje radionica koje su realizovane u okviru projekta „Aktivni život“ rezultat je višegodišnjeg iskustva sa različitim klijentima i grupama od strane gestalt terapeuta uključenih u projekat. Napravili smo knjigu „Aktivno življenje“ koja je prva knjiga u Makedoniji kreirana kao smjernica sadašnjim i budućim terapeutima, savjetnicima i stručnjacima u oblasti mentalnog zdravlja o tome kako koristiti različite humanističke metode i alate kako bi efikasno i efektivno radili sa starijim osobama.

Ishodi i naučene lekcije

Uspjeli smo da napravimo kompletan program rada na emocionalnom rastu i razvoju starijih ljudi, kao i da razvijemo kreativne metode za rješavanje glavnih izazova u kasnom zreлом dobu.

Učesnici su naučili kako da se nose sa stresom i negativnim emocijama, kao i da traže adekvatne ljude i institucije za pomoć kada je to potrebno. Oni postaju svjesni starosti, diskriminacije i zlostavljanja i naučeni su kako da se ponašaju ako im se tako nešto dogodi.

Sznali su da je ostatak života njihova odgovornost i da mogu izabrati da žive aktivno i dostojanstveno ili mogu ostati pasivni i nenaučeni.

kreirali smo prvu knjigu za profesionalce koji rade u oblasti mentalnog zdravlja sa praktičnim uputstvima, alatima i preporukama za primjenu adaptivnog pristupa pri radu sa klijentima u kasnom zreлом dobu.

Preporuke

Ključ primjene Gestalt terapije u radu sa ljudima trećeg doba je međusobni odnos terapeuta i klijenta, odnosno kontakta između terapeuta i klijenta koji se sam ozdravlja. Pritom je od ključnog značaja za terapeuta da bude oslobođen svih predrasuda i uopštenih mišljenja o ljudima u starijoj životnoj dobi, jer su oni najčešće najveća prepreka koja može uticati na efikasnost tretmana. Osim toga, terapeut treba da ima veliko znanje o kulturi različitih etničkih grupa, posebno ako radi u multikulturalnim i multietničkim sredinama. Ljudi u starijoj životnoj dobi koji žive u porodičnom okruženju i imaju podršku porodice imaju potpuno različite potrebe od ljudi u starijoj životnoj dobi u kojima takva vrsta podrške nedostaje.



LDA STRUGA

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: I seniori to mogu!*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Ohrid, Struga, Debarca*
- *Vremenski period: decembar 2017. – avgust 2018.*
- *Kontekst: Stariji ljudi su najisključenija grupa u društvu. Mlađi ljudi emigriraju, a stariji ljudi ostaju sami. Ciljne opštine nemaju organizovanu brigu o starijim osobama ili domovima za penzionere.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.403*

Ciljna grupa

Ljudi stariji od 60 godina iz Ohrida, Struge i Debrca. Izabrali smo ove ciljne grupe jer u ovim opštinama nema organizovanog sistema zbrinjavanja starijih ljudi, niti postoje domovi za penzionere.

Problem kojim se bavi projekat

Pristup informacijama o zdravlju, pravnim pitanjima, kako pripremiti zdravu hranu.

Pristup prilagođenim fizičkim treninzima prilagođenim starijim osobama - trenutno nema mjesta gdje bi stariji ljudi mogli vježbati.

Ciljevi projekta

Stariji ljudi su osposobljeni da se nose sa svojim zdravstvenim izazovima, a zajednice su svjesne socijalne isključenosti starijih ljudi

Glavne aktivnosti

- Edukativna kampanja „I seniori to mogu!“
- 16 radionica joge za seniore
- Četiri mini kursa za pripremu zdravih obroka
- Šest prezentacija za preventivnu medicinu
- Najmanje pet medijskih nastupa
- Ove aktivnosti su sprovedene u roku od 7 mjeseci u Strugi, Ohridu i/ili Debarci.



Izabrane su aktivnosti, jer u ciljnim opštinama nema mogućnosti da stariji ljudi čuju ili učestvuju na ovakvim radionicama. Vjerujemo da će pristup informacijama o preventivnoj medicini, zdravoj hrani i vježbama poboljšati zdravlje starijih ljudi i pružiti im mogućnosti da budu interaktivni i osjećaju se manje izolovanim.

Ishodi i naučene lekcije

Više od 400 starijih osoba učestvovalo je u radionicama. Osjećali su se poštovanima i uključenima jer je neko pokazao interesovanje za njihovo dobro. Posebno su bile efikasne lekcije za kuvanje kada su stariji ljudi naučili da lako pripremaju zdravu hranu, kao i kada su naučili kako hrana može pomoći u smanjivanju nekih njihovih zdravstvenih problema. Takođe, radionice joge su bile veoma popularne, jer su stariji ljudi rekli da se prvi put osjećaju ugodno za vježbanje. Ostali kursevi za vježbanje su posvećeni mladima tako da stariji ljudi ne učestvuju.

Tango radionica je bila veoma dobro prihvaćena. Trebalo bi da organizujemo više plesnih radionica.

Glavni izazovi bili su vezani za zimski period u kome je starijim ljudima bilo teško da učestvuju zbog

vremenskih uslova, ulica prekrivenih ledom, hladnog vremena. Aktivnosti koje su zahtijevale da stariji ljudi napuste svoje domove bili bi bolje implementirani u toplijim periodima (proljeće, jesen). Ljeto takođe nije dobar period jer je jako vruće.

Bilo bi dobro imati organizovane ture za starije osobe koje vode do nekih lijepih mjesta jer bi se opustile i upoznale svoje prijatelje u lijepom ambijentu.

Takođe, smatramo da bi veoma dobre reakcije imale radionice vezane za pravna pitanja (nasljeđe itd.)

Preporuke

Joga ili neki drugi adekvatan program vježbanja je veoma koristan za starije ljude. Oni moraju biti sa ljudima svog uzrasta, jer se osjećaju nelagodno kada vježbaju sa mladim ljudima u istoj prostoriji.

Pripremanje zdrave hrane je veoma privlačno za starije ljude.

Plesne radionice su donijele mnogo sreće i radosti starijim ljudima.
Preporučena dinamika je jednom nedjeljno.

Treba da obezbijedite prevoz za starije ljude koji žive daleko.

Širenje informacija putem plakata - Najbolji način za širenje informacija je postavljanje plakata (napisanih velikim slovima) u apotekama, lokalnim prodavnicama, ordinacijama.

Kada se prva radionica završi, uzmite telefonski broj i u budućnosti komunicirajte putem telefona. Potrebno je dosta vremena, ali stariji ljudi se osjećaju tako dobro kada ih neko poziva na događaje ili samo razgovara s njima redovno. Kreirali smo bazu podataka od 200 kontakata i pozivali starije ljude putem telefona na svaku radionicu.



SUMNAL

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Stvaranje bolje budućnosti*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Čair, Topaana, Skopje*
- *Vremenski period: novembar 2017. do avgusta 2018.*
- *Kontekst: Cilj projekta bio je uključiti starije ljude u društvo i njihovu socijalizaciju. Kroz druženje mlađih i starijih ljudi, projekat je doprinio historiografiji i očuvanju materijalne kulture Roma, bilježeći svjedočenja starijih ljudi.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 5.000*

Ciljna grupa

Ciljna grupa u projektu su socijalno isključeni stariji pripadnici romske zajednice koji imaju mnogo toga da daju i prenese mladima, ali niko ne obraća pažnju na njih, zbog njihovog materijalnog ili finansijskog stanja koje vodi njihovoj socijalnoj isključenosti. Istovremeno, ova ciljna grupa je odabrana da se socijalizuje, ali i da stekne vještine i znanja iz oblasti informacionih tehnologija i pametnih telefona, kao i drugih oblasti, kroz različite tematske radionice.

Problem kojim se bavi projekat

Poseban problem vezan za socijalno uključivanje starijih osoba je njihova socijalizacija i uključenost u društvo, kao i druženje starijih osoba sa mladima kako bi se razmjenjivala mišljenja, iskustva i znanja o različitim temama iz oblasti društvene zaštite, njege starijih osoba, pristup tehnologiji i upotreba pametnih telefona u modernom društvu. Takođe, mnogi od njih nisu uključeni u društveni i kulturni život koji uključuje očuvanje tradicionalne romske kulture.



Ciljevi projekta

Opšti cilj projekta

Stariji ljudi doprinose aktivnom očuvanju materijalne i duhovne kulture Roma i savremenog makedonskog društva prenoseći svoja znanja, vještine, svjedočenja i iskustva mladim generacijama.

Specifični cilj projekta

Stvaranje održivog, efikasnog modela za prenošenje znanja i vještina koji će okupiti mlađe i starije generacije koje će olakšati razumijevanje i pomoći u uspostavljanju društvenih odnosa između ljudi različitih dobnih skupina.

Glavne aktivnosti

Projekat je realizovan kroz 6 glavnih aktivnosti:

- Informisanje zajednice i kreiranje spiskova učesnika u projektu uključivanjem starijih izolovanih osoba socijalno ugroženih i mladih pripadnika romske zajednice.
- Uređenje prostora za društveni klub za druženje ljudi, sprovođenje obrazovanja i obuke za aktivno učešće
- Izrada i implementacija seta zajedničkih kurseva obuke za korišćenje interneta i pametnih telefona.
- Implementacija seta od 20 tematskih radionica.

- Zajednički rad u pisanju scenarija i odabir kratkih dokumentarnih tema.
- Organizacija i sprovođenje događaja za promociju kratkih dokumentarnih filmova u oblastima Republike Makedonije u kojima živi romska populacija.

Ishodi i naučene lekcije

U implementaciji i realizaciji projekta aktivno je učestvovalo 50 starijih i 50 mladih ljudi iz zajednice. Stvoren je društveni klub za međugeneracijsku saradnju i komunikaciju u cilju promovisanja aktivnog građanstva među mladima i starijim osobama. Od ukupnog broja učesnika, 50 starijih osoba je u mogućnosti da koriste informacionu tehnologiju i mobilne telefone kako bi dobili usluge i različite informacije relevantne za njih. 50 mladih ljudi iz zajednice učestvovalo je u radionicama i pomoglo starijim osobama da nauče osnove korišćenja mobilnog telefona i interneta. Organizovano je 20 tematskih informativnih radionica o različitim temama koje su održali stručnjaci. Učestvovalo je 437 ljudi, od čega 337 starijih i 100 mladih ljudi iz zajednice. Kratak dokumentarni film nastao je kao rezultat zajedničke saradnje. Ova aktivnost kao dio projekta bila je veoma zanimljiva za starije ljude, jer je promovisala model međugeneracijske saradnje i pokazala da mogu uticati na određene elemente javnog i društvenog života.



Preporuke

Socijalna zaštita starijih ljudi je važna, ali jednako važni su socijalizacija i integracija u društvo, uključivanje starijih u društveni i kulturni život. Podsticanje i održavanje kreativnosti starijih ljudi, podsticanje i održavanje bračne kreativnosti, moć razmjene iskustava, kao i korištenje i potpuno razvijanje potencijala starijih ljudi u okruženju u kojem žive, su dobri načini da se poveća njihova socijalna inkluzija.

Promovisanje i sprovođenje nacionalnih politika za starije ljude treba da budu u skladu sa standardima i politikama Evropske unije;

ŽENSKA ORGANIZACIJA PEHČEVO

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Uz kafu razgovaramo o životu - nekad i sad*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Pehčevo*
- *Vremenski period: 01.11.2017.-31.08.2018.*
- *Kontekst: Potreba za socijalnom podrškom za starije osobe se povećava sa promjenom zdravstvenog, kognitivnog i emocionalnog statusa. Neravnoteža između potreba i prilika u društvenom okruženju negativno utiče na dobrobit starijih ljudi. Često im je potrebna mala pomoć, ali nema nikoga da je pruži.*
- *Ukupan budžet projekta: 4.943,93 Evra*

Ciljna grupa

Većina naših korisnika koji žive u ruralnim područjima su stariji ljudi koji su živjeli sami duže vrijeme. Njihova socijalna uključenost u dnevnim centrima gotovo je nemoguća zbog udaljenosti: njima je potreban prevoz i to je finansijski neodrživo.

Naša ciljna grupa je imala priliku da se druži, razgovara i dobije podršku za osnovne životne potrebe. Ono što je našoj ciljnoj grupi potrebno je malo pažnje i prilika da razgovaraju jedni s drugima ili sa mlađom osobom iz okruženja.

Problem kojim se bavi projekat

Kako ljude stari, njihove društvene uloge i odnosi se mijenjaju. Starije osobe imaju potrebu za socijalnom integracijom sa okolinom, posebno ako žive same. Usamljениčki život dovodi do gubitka ključnog konteksta za društvenu integraciju sa okruženjem.

Potreba za socijalnom podrškom za starije osobe se povećava sa promjenom zdravstvenog, kognitivnog i emocionalnog statusa.

Ciljevi projekta

Pružanje socijalne podrške starijim osobama u skladu sa promjenama zdravstvenog, kognitivnog i emocionalnog statusa.

Glavne aktivnosti

Organizacija i realizacija 20 sastanaka i druženja sa starijim osobama u njihovim domovima, sa projektnim timom, koji se sastoji od ljekara, medicinske sestre, socijalnog radnika i nastavnika. U timu smo uvijek imali mlade ljude koji su pažljivo slušali životne priče koje su ispričale starije osobe. Iz lica starijih ljudi bilo je očigledno šta im znači da imaju nekoga sa kim mogu razgovarati.

Realizovali smo i završni događaj u Pehčevu, sa muzičkim brojevima (hor Udruženja penzionera u Pehčevu) i na događaju na kojem smo predstavili izvještaj o rezultatima projekta, prisustvovalo je 90% učesnika na sastancima.

Stariji su aktivno učestvovali u organizaciji sastanaka, posebno kada su oni organizovani u njihovim domovima.

Ishodi i naučene lekcije

Svojim aktivnostima postali smo glasni i učinili smo situaciju starijih u našoj zajednici vidljivom; Pokazali smo da stariji i usamljeni ljudi često žive ispod granice siromaštva, posebno u ruralnim područjima.

Mi smo njihove potrebe učinili vidljivim kroz sastanke sa relevantnim akterima u našoj zajednici.

Evidentno je da je većina starijih osoba ženskog pola, a jedan od razloga njihove nevidljivosti je i rodna nejednakost, kao tradicija.

Nacionalna strategija za starije osobe takođe pruža formu smještaja starijih osoba u hraniteljske porodice, ali to još nije sprovedeno u praksi. Preporučujemo da se kriterijumi za registrovanje potencijalnih hraniteljskih porodica smanje na lokalne prilike.

Efekat naših aktivnosti će takođe biti vidljivi kroz slanje izvještaja o registrovanim slabostima u sistemu staranja za donosiocice odluka u lokalnoj zajednici. Nastavićemo tako što ćemo tražiti da se one adresiraju i da povećamo nivo građanskog učešća starijih osoba u tijelima koja donose odluke o pitanjima od javnog interesa.

Preporuke

Naša preporuka je da se u svakom gradu, u svakom selu identifikuju stariji ljudi kojima je potrebna pomoć, oni će biti iznenađeni koliko možemo od njih da naučimo o životu, naravno kroz „razgovor uz kafu“.

Stariji ljudi imaju potrebu za druženjem. Samo materijalne naknade i podrška nisu dovoljne; Socijalna integracija je važna za ljude sa izraženim intelektualnim kapacitetom koji ga mogu koristiti u socijalnom okruženju. Učesnici sastanaka izrazili su veliko zadovoljstvo ovakvim sastancima.

Možemo citirati izjave koje su iste za sva okruženja u kojima smo se družili:

„Kako ste se sjetili da uljepšate naše živote?“

„Zaboravili smo da razgovaramo, jer nema nikoga sa kim bi razgovarali;“

„Mi smo dvoje nemoćnih i počeli smo se boriti cijeli dan, od velike ljubavi koju smo imali cijelog života, počinjemo da mrzimo jedni druge;“

„Dani su dugi, dugi kao i noći kada nema nikoga da uđe u vašu kuću.“

„O moj Bože, Sabri, to si ti? Molim vas, dođite, posjetite me, jer vas ne mogu posjetiti ...“ i tako dalje.

Sažeci mikroprojekata - Crna Gora

Od 21 aplikacije, odabrano je 12 projekata za čiju implementaciju će se pružiti podrška

BJELOPOLJSKI DEMOKRATSKI CENTAR

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Doprinos uključivanju starijih osoba u društvo“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Bijelo Polje*
- *Vremenski period: 10 mjeseci*
- *Kontekst: Svi podaci pokazuju da su stariji ljudi u nezavidnom položaju i da značajan broj njih nije dovoljno zbrinut. Usvajanjem lokalnih akcionih planova prvenstveno u Opštini Bijelo Polje, razvit će se dodatne usluge podrške starijim osobama i promovisati i približiti im posebne službe u sistemu socijalne zaštite namijenjene starijim osobama koje pružaju institucije u Bijelom Polju.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.967*

Ciljna grupa

Direktne ciljne grupe su starija domaćinstva i usamljene starije osobe koje žive u Opštini Bijelo Polje. Ovaj projekat uključuje i indirektne ciljne grupe koje čine predstavnici institucija koje se bave socijalnim i zdravstvenim zaštitom u ovim opštinama. Indirektne ciljne grupe su i nevladine organizacije u opštinama Bijelo Polje i Berane, mediji i svi građani koji žive u oblastima ovih opština, kao i organizacije koje se moraju odgovornije nositi sa problemima sa kojima se suočavaju stariji ljudi.



Problem kojim se bavi projekat

Generalno, nizak životni standard direktno se odražava na kvalitet života starijih osoba. Zbog fizičke nemogućnosti dodatnih poslova, s jedne strane, i posebnih zdravstvenih potreba, s druge strane, stariji ljudi su osuđeni na siromaštvo. Pored potrebe za materijalno boljim životnim uslovima i socijalnom uključenošću, potrebe starijih osoba su adekvatna zdravstvena zaštita, postojanje zabavnih, sportskih i kulturnih sadržaja koji odgovaraju njihovim potrebama i interesima i podizanje nivoa svijesti i moralne odgovornosti za svakodnevnu njegu starijih osoba. Realizacija ovih potreba može se dugoročno osigurati samo popularizacijom ideje o starijim ljudima kao jednakim i aktivnim članovima zajednice koji su u doba smanjene životne energije zbog biološkog starenja, ali posjeduju akumulirana znanja koja se ne smiju zanemariti.

Ciljevi projekta

Cilj ovog projekta je da poveća nivo korišćenja usluga socijalne podrške za starije osobe, kao i da doprinese povećanju učešća starijih osoba u kreiranju javnih politika u opštinama Bijelo Polje i Berane. Specifični ciljevi ovog projekta su: povećanje nivoa informacija koje pružaju starije osobe pružaocima usluga socijalne zaštite, doprinos održivom modelu pružanja usluga socijalne zaštite starijim osobama i podizanje nivoa znanja i vještina u donošenju odluka procesa na lokalnom nivou.

Glavne aktivnosti

Sprovođenje istraživanja i priprema studije o potrebama starijih osoba.

Posjeta domaćinstvima starijih i usamljenih ljudi od strane volontera NVO „Demokratski centar Bijelo Polje“.

Organizovanje Foruma starijih osoba i obuka za njih.

Izrada promotivnog materijala.

Ishodi i naučene lekcije

Povećana svijest starijih o uslugama socijalne zaštite.

Bolji mehanizmi za korišćenje usluga socijalne podrške.

Povećan nivo informacija o tome kako učestvovati u procesu donošenja odluka.

Koje su aktivnosti bile posebno efikasne?

Podnošenje inicijative za izradu održivog modela pružanja usluga socijalne zaštite starijim osobama.

Edukacija 15 osoba o tome kako učestvovati u procesima donošenja odluka.



Šta je moglo bolje da funkcioniše?

Obrazovanje u ruralnim oblastima i promocija usluga socijalne zaštite.

Koji su bili glavni izazovi i kako su prevaziđeni?

Nedostatak interesa starijih da se uključe u projektne aktivnosti.

Udaljenost ruralnih područja.

Nedostatak interesa medija da prate aktivnosti.

Preporuke

- Kontinuirane aktivnosti na podsticanju starijih osoba da se uključe u proces donošenja odluka.
- Uključivanje starijih u društvene procese.
- Ispunjavanje slobodnog vremena za starije osobe - organizovanje volonterskih okupljanja.
- Promocija usluga socijalne inkluzije.

U ruralnim područjima većina starijih osoba nije obrazovana i stoga ne želi da se integriše u društvene procese. Stoga je neophodno kontinuirano komunicirati s tim osobama i raditi na razbijanju predrasuda. Takođe je potrebno kreirati aktivnost u kojoj će stariji ljudi shvatiti da su dio društvenih procesa i da moraju učestvovati u projektima.

EVROPSKE DEMOKRATSKE INICIJATIVE

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Aktivni zajedno“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: NVO „Evropske demokratske inicijative“ - Kotor*
- *Vremenski period: 10 mjeseci*
- *Kontekst: „Aktivni zajedno“ je multidisciplinarni projekat koji se fokusira na poboljšanje kvaliteta života starijih osoba i ispunjavanje njihovog slobodnog vremena različitim kreativnim aktivnostima kroz umjetničke programe koji će doprinijeti većoj uključenosti starijih osoba u zajednicu kroz njihovo aktivno učešće i efikasno korišćenje postojećih programa. Uključivanjem starijih ljudi u likovne radionice nastojimo ohrabriti kreativnost, doprinijeti njihovoj većoj socijalizaciji, stvoriti osjećaj korisnosti, poboljšati njihovo mentalno zdravlje, postići subjektivni osjećaj zadovoljstva, održati njihovo samopoštovanje, kao i mentalne i fizičke aktivnosti, postići osjećaj veće nezavisnosti.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.960,86*

Ciljna grupa

Ciljna grupa projekta su: starije osobe (ženskog i muškog pola) preko 65/67 godina iz Opštine Kotor. Ciljna grupa projekta su posebno osobe iz socijalno ugroženog stanovništva, osobe sa invaliditetom, stariji ljudi koji žive u domaćinstvu koju čini jedno lice ili oni koji su zanemareni od strane svojih porodica.

Problem kojim se bavi projekat

Postizanjem cilja projekta omogućit ćemo starijim osobama da više ne budu samo primaoci usluga, već da postanu pružatelji usluga, što će značajno doprinijeti poboljšanju njihovog mentalnog zdravlja, postizanju subjektivnog osjećaja zadovoljstva životom, održavanja samopoštovanja održavanje mentalne i fizičke aktivnosti, veće autonomije, bolje organizacije vremena, uključujući vrijeme posvećeno kreiranju slika i kreativnih radova.



Ciljevi projekta

Opšti cilj projekta je smanjiti ranjivost i doprinijeti poboljšanju kvaliteta života i povećanju socijalne uključenosti starijih osoba u zajednici (njihovom prirodnom okruženju) i jačanju aktivnog učešća starijih osoba kroz primjenu umjetničkih i kreativnih programa.

Glavne aktivnosti

- Organizovanje edukativnih radionica;
- Organizovanje radionica za karnevalske maske;
- Informisanje javnosti o projektu - medijska kampanja.

Umjetničke radionice podstiču kreativnost starijih ljudi i omogućavaju im da samostalno ili organizovano nastave da rade na kreativnim nastojanjima i nakon završetka projekta. Za neke od učesnika to je bio način da se uključe u aktivnosti za koje su bili zainteresovani, ali nisu imali vremena ili mogućnosti u prethodnim godinama.

Ishodi i naučene lekcije

Na početku implementacije projekta, broj učesnika u likovnoj radionici bio je prilično nizak. Stariji ljudi nisu bili sigurni u svoju kreativnu energiju i nisu vidjeli svrhu svog učešća. Međutim, na ponovljenim radionicama broj se povećavao, a stariji ljudi su počeli da izražavaju svoju kreativnu inspiraciju.

Koje su aktivnosti bile posebno efikasne?

Više od polovine učesnika kreativnih radionica bile su osobe sa invaliditetom, od kojih su neke imale veoma velike probleme sa kretanjem. Većina njih voljela je da radi sa glinom jer im je omogućavala da prave različite oblike, likove.



Šta je moglo bolje da funkcioniše?

Motivisanje starijih ljudi da učestvuju u kreativnim radionicama bilo je u početku teško. Smatramo da bi organizovanje posjeta umjetničkim izložbama pomoglo jer bi se učesnici osjećali inspirisani i dobili ideje na taj način.

Koji su bili glavni izazovi i kako su prevaziđeni?

Glavni izazov tokom radionice, posebno na početku, bio je da se ubijede starije osobe da to mogu. To je učinjeno kroz topao, prijateljski razgovor. Neki stariji ljudi su u početku tek došli da se druže i nisu željeli da se kreativno angažuju, ali se to vremenom promijenilo.

Preporuke

Organizacije koje žele da repliciraju ovaj projekat moraju to da rade sa ljubavlju, sa velikom posvećenošću, uvijek obraćajući pažnju na sve učesnike i, putem navedenog, da razgovaraju sa njima, da ih inspirišu da kreativno koriste svoje slobodno vrijeme i stvore nešto lijepo i korisno za njih i za druge.

Implementacija projekta „Aktivni zajedno“ doprinijela je:

- unaprjeđenju socijalne zaštite starijih osoba, razvoj svijesti i širim aspektima potrebe za stvaranjem najboljih uslova za starije ljude;
- stariji ljudi provode svoje slobodno vrijeme u raznim aktivnostima, druženju i osjećaju korisnosti.

„Umjetničke radionice pomažu nam da svoje slobodno vrijeme dobro provedemo. Ponekad samo ne znamo šta da radimo sa svim slobodnim vremenom koje imamo i koje prolazi vrlo sporo. Sada, kada možemo da se okupimo i radimo zajedno, vrijeme brže prolazi.“- Jedan korisnik

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Moj vrt u zelenom srcu grada“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Podgorica*
- *Vremenski period: decembar 2017. – avgust 2018.*
- *Kontekst: Projekt je starijim osobama ponudio prostor u kojem su, kroz redovnu fizičku aktivnost i u saradnji sa drugim ljudima slične dobi - kao i u interakciji s mladima - kreativno doprinijeli očuvanju i održavanju javnih zelenih površina.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.950*

Ciljna grupa

Stariji fizički aktivni ljudi. Stariji ljudi žele da aktivno rade u okruženju i rado rade sa mlađim generacijama koje promovišu generacijsku i međugeneracijsku saradnju, volonterski rad i aktivno starenje.

Problem kojim se bavi projekat

Glavni problem koji je projekat riješio je uključivanje starijih osoba u ekološke i volonterske aktivnosti zajednice.

Ciljevi projekta

Problem međugeneracijske saradnje, bilo da se radi o volontiranju ili poslovnoj saradnji, evidentan je u našem okruženju. Projekat će značajno doprinijeti ublažavanju ovog problema, posebno zato što će projekat trajati dugi niz godina i mnoge grupe starijih osoba će biti uključene u projektne aktivnosti. Postoji nekoliko problema koje će ovaj projekat pokušati da riješi (nedostatak aktivnosti cjeloživotnog učenja, usamljenost i nedostatak fizičke aktivnosti starijih osoba ...), a smatramo da je glavni problem koji će se riješiti implementacijom ovog mikro -projekta nedovoljna uključenost starijih osoba u ekološke / volonterske aktivnosti u zajednici.

Takođe, pošto je pitanje zdrave životne sredine sve izraženije iz dana u dan, a potreba za stalnim razvojem ekološke svijesti je neophodna, cilj projekta je da razvije ekološku svijest, da aktivno učestvuje u održavanju urbanih zelenih površina i razvoj volonterizma. Vještine i znanje će povezati mlađe i starije generacije, olakšati razumijevanje i stvaranje društvenih veza između generacija, a uvjereni smo da se projekt može ponoviti i u drugim crnogorskim gradovima.

Glavne aktivnosti

- Uklanjanje invazivnih biljnih vrsta i skupljanje terena.
- Priprema zemljane podloge.
- Nabavka i sadnja potrebnog biljnog materijala.
- Održavanje bašte.

Ishodi i naučene lekcije

Projekat je dio prvog „Mediterranskog vrta“ u Podgorici (Crna Gora). Iz napuštenog dijela brda Gorica stvorili smo oazu mira, edukacije i opuštanja.

Koje su aktivnosti bile posebno efikasne?

Volonterske aktivnosti

Šta je moglo bolje da funkcioniše?

U potpunosti smo zadovoljni realizacijom svih projektnih aktivnosti.

Preporuke

Stariji i mladi ljudi mogu zajedno raditi na zelenim površinama u urbanim sredinama i zajedno uživati u njima.

Tri naučene lekcije:

- Solidarnost
- Entuzijizam
- Ljubav prema prirodi



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Socijalna inkluzija starijih osoba iz ruralnih područja opštine Nikšić“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Nikšić*
- *Vremenski period: 1.12.2017.- 30.9.2018.*
- *Kontekst: Implementirano u 6 opštinskih zajednica u ruralnom području. Projektni tim je uključio volontere i predstavnike tijela OZ. Aktivnosti su uključivale 370 posjeta starijim osobama, 621 telefonski poziv, 18 sastanaka, 6 radionica, 90 individualnih obrazovnih razgovora i Okrugli sto. Pokrenuto je devet postupaka za ostvarivanje socijalnih i zaštitnih prava. Medijska pokrivenost je uključivala emisiju na nacionalnoj televiziji, dva gostujuća spota na lokalnoj televiziji, dva članka u novinama i pet radijskih obavještenja.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.998 (5.708 sa izvjesnim dodatnim sredstvima)*

Ciljna grupa

Ciljna grupa se sastojala od 91 usamljene starije osobe iz ruralnih područja u 6 OZ, 70 članova tijela OZ i 20 predstavnika obrazovnih, zdravstvenih i vjerskih institucija. Stariji ljudi su izabrani iz grupe prethodno identifikovanih 311 socijalno ugroženih starih domaćinstava; 91 jedina starija osoba je bila u najtežoj situaciji zbog svoje usamljenosti među svim drugim problemima. Uključeni su predstavnici subjekata iz OZ radi povećanja njihovih kapaciteta i motivacije za učešće u realizaciji projektnih aktivnosti.



Problem kojim se bavi projekat

Projekat adresira: usamljenost, zdravstvenu zaštitu, loše materijalne uslove, teškoće u ostvarivanju garantovanih prava i nedovoljno učešće starijih osoba u društvenim događajima. Komentar vajara Mije Mijuškovića kada je dobio nagradu za svoj rad - **Najveća nagrada za muškarca od 85 godina je RAZGOVOR** - najbolje ilustruje kako usamljenost utiče na starije ljude. Članovi fokusne grupe žalili su se uglavnom na nedostatak razgovora. Govorili su posjetiocima nešto poput „Ostani još malo!“ ili pitali „Kada ćete ponovo doći?“.

Ciljevi projekta

Opšti cilj:

Povećati nivo integrisane socijalne zaštite starijih ljudi i kvalitet njihovog života u njihovom prirodnom okruženju.

Posebni ciljevi:

Smanjiti osjećaj usamljenosti, nedostatak perspektive i da se zanemari 91 usamljena starija osoba iz ruralnih područja opštine Nikšić.

Povećati kapacitete entiteta u 6 opštinskih zajednica iz ruralnog područja opštine Nikšić za aktiviranje i učestvovanje u realizaciji aktivnosti koje će doprinijeti socijalnoj inkluziji starijih osoba u njihovim područjima.

Glavne aktivnosti

- Psiho-socijalna podrška za starije osobe putem kućnih posjeta i telefonskih poziva. To je bila najznačajnija aktivnost za korisnike jer se nisu osjećali usamljeni barem za vrijeme naših posjeta.
- Stvaranje preduslova za telefonsku komunikaciju jedne starije osobe. Prilikom prve posjete dobili su letke i uputstva za njihovo korišćenje. Značajni brojevi na letcima omogućili su im da komuniciraju sa drugim ljudima „iste sudbine“.
- Organizacija jednodnevnih edukativnih radionica i individualnih razgovora za starije osobe i predstavnike tijela OZ u 6 lokalnih zajednica na temu „Aktivno starenje u prirodnom okruženju“. Kako je odaziv bio loš, Nezavisni stručnjak za uživanje svih ljudskih prava starijih osoba (u posjeti Crnoj Gori i, na predlog Crvenog krsta Srbije, kontaktirajući TASIOP projektne partnere) predložio je korišćenje individualnog obrazovanja starijih osoba što je dalo veoma dobre rezultate.
- Organizacija Okruglog stola na temu: „Situacija i problemi starijih ljudi iz ruralnih područja i mogućnosti njihovog rješavanja“. Članovi fokus grupe su aktivno učestvovali u radu. Komentar Janičić Slavojke: „Pa, sada više nismo sami“ je pozitivan pokazatelj uspješne realizacije projekta.
- Dizajn info-materijala i medijske kampanje.

Ishodi i naučene lekcije

Implementacija projekta je stvorila niz pozitivnih promjena za pojedine starije osobe i lokalne zajednice. Pojedine starije osobe nisu usamljene kao nekada, povećao se nivo samopouzdanja i znanja o aktivnom starenju u prirodnom okruženju. Projektni tim je stekao povjerenje koje se pretvorilo u trajnu prijateljsku vezu. Povećani su i kapaciteti entiteta OZ. Crnogorska javnost, odgovorni državni organi i organizacije upoznali su se sa situacijom, problemima starijih osoba iz ruralnih područja, kao i demografskim promjenama putem nacionalne televizije. Pristup je zasnovan na poštovanju, uz potpunu eliminaciju birokratske i klerikalne metode i izbjegavanje klasičnih predavanja s naglaskom na optimističan pogled na njihov budući život. S obzirom na činjenicu da je NVO HUMANITARAC realizovala 3 velika EU projekta i više od 80 lokalnih projekata iz društvenih oblasti, ovaj mikro projekat nije bio posebno izazovan. Ispostavilo se da su teški vremenski uslovi ograničavajući faktor koji je rezultirao kašnjenjem nekih posjeta.

Preporuke

- Dok radite sa starijim osobama, molim vas da pokažete poštovanje za njihove okolnosti i način života i da izbjegnute birokratski pristup. Izbjegavajte klasično predavanje. Pokušajte da ne govorite o „mračnim stranama života“.
- Dajte prioritet razvoju pozitivnog pogleda na njihov budući život.
- Ne pokazujte neprijatna osećanja, čak i ako nađete starije ljude koji žive u veoma lošim higijenskim uslovima.
- Stariji ljudi u Crnoj Gori su veoma gostoljubivi pa nemojte odbijati kada vam ponude poslasticu (kafa, sok).
- Kada posjećujete starije ljude koji žive u ruralnim područjima, uvijek ponesite štap, nabavite adekvatnu odjeću i obuću (cipele s visokom potpeticom se ne preporučuju).



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Socijalna i psihološka podrška starijim osobama*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Opština Nikšić*
- *Vremenski period: 01.12.2017. – 01.10.2018.*
- *Kontekst: Cilj projekta je bio organizovanje socijalno-edukativnih i savjetodavnih radionica u cilju pružanja konkretne pomoći i pomoći starijim osobama u rješavanju njihovih tekućih problema. Svi korisnici projekta bili su korisnici Dnevnog centra za njegu za starije osobe u Nikšiću. Uvođenjem novih, nedostajućih aktivnosti u okviru usluga koje pruža Dnevno centra za njegu starijim osobama, starije osobe su ohrabrene i bolje integrisane u društvo i uspjele su da prevaziđu usamljenost i socijalnu izolaciju.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.940 (uz dodatno eksterno finansiranje ukupan budžet iznosi EUR 8.340)*

Ciljna grupa

Direktno: osobe starije od 65 godina (trenutni korisnici usluga Dnevnog centra za njegu).

Indirektno: porodice starijih osoba koje koriste usluge DCNJ; porodice koje primaju uslugu; lokalna zajednica.

Ova ciljna grupa je izabrana zbog analize u kojoj smo utvrdili da ove vrste usluga nedostaju zajednici.

Problem kojim se bavi projekat

Ova Ciljna grupa nije imala informacije vezane za sistem zdravstvene zaštite i zdravstvene zaštite koje su im pružene kroz radionice zdravstvene zaštite, kao i kroz socio-edukativne radionice. Njihova izolacija u smislu trošenja vremena kod kuće poboljšana je kroz organizaciju radionica, organizaciju putovanja i organizaciju turnira koji se održavaju u dnevnom boravku.

Ciljevi projekta

Cilj projekta je organizovanje socijalno-edukativnih i savjetodavnih radionica, kao i aktivnosti koje nedostaju korisnicima u Dnevnom centru za njegu. Kroz organizaciju ovih radionica korisnici su bolje informisani i pružena im je konkretna pomoć u rješavanju njihovih problema, kao i rješavanju problema koje mogu imati sa svojim porodicama.

Osim socijalno-edukativnih i savjetodavnih radionica, organizovane su i zabavne aktivnosti kao što su izleti na različite destinacije, posjeta Nikšićkom pozorištu, kao i aktivnosti koje su imale za cilj očuvanje motoričkih i mentalnih sposobnosti starijih osoba kao što su: šah, čitanje knjiga i pikado.



Glavne aktivnosti

- Organizacija četiri socio-edukativne radionice na teme zdravstvene zaštite (jednom mjesečno, 90 minuta).
- Organizacija 12 socio-edukativnih radionica na različite teme (tri puta mjesečno u trajanju od 90 minuta).
- Dvije posjete pozorištu.
- Organizacija dva putovanja: do Plužina i Žabljaka.
- Organizacija mini foto kursa za starije osobe.
- Organizacija izložbe fotografija sa slikama sa putovanja.
- Organizovanje svakodnevnih aktivnosti kao što su šah, čitanje knjiga itd.

Ove aktivnosti su izabrane zbog činjenice da se ova Ciljna grupa bavi pitanjima izolacije. Cilj aktivnosti bio je očuvanje njihovih motoričkih i mentalnih sposobnosti i prevazilaženje izolacije.

Mi smo angažovali stručnjake (ljekare, psihologe itd.) u cilju pružanja više informacija starijim osobama kako bi prevazišle svoje teškoće u smislu zdravlja i bolje integracije u društvo.

Ishodi i naučene lekcije

Starije osobe su postale zadovoljnije i bolje integrisane u društvo. One su unaprijedile svoje znanje o prevenciji čestih bolesti u starijoj životnoj dobi.

Oni su stupili u bliski kontakt sa volonterima Crvenog krsta, zbog čega su se osjećali vrijednijim i ne zaboravljenim. Ovo je doprinijelo smanjenju osjećaja usamljenosti i izolacije.

Radionice sa ljekarima smatrane su najefikasnijim od strane učesnika, kao i putovanja na otvorenom.

Važno je napomenuti da je broj korisnika na putovanjima bio mnogo veći nego na radionicama koje pokazuju da stariji ljudi moraju biti bolje motivisani za ove aktivnosti.

Priznavajući njihovu želju da učestvuju na radionicama foto-kurseva, uključili smo i ekskurzije u prethodnim konsultacijama sa Crvenim krstom Crne Gore. Planirali smo putovanje u pozorište u Podgorici, ali nismo mogli uvjeriti i motivisati starije ljude da idu. Zbog toga smo to promjenili u posjete pozorištu u Nikšiću i povezane aktivnosti na foto-kursu s izletom na otvorenom.

Preporuke

Mi bismo preporučili više aktivnosti na otvorenom, jer su to izrazili kao najpovoljniju aktivnost, kao i direktne konsultacije sa ljekarima iz različitih oblasti. Starije osobe su takođe naglasile da im se sviđa socijalizacija sa mladim volonterima, jer ih čini da se osjećaju korisno i obrazovno jer mogu podijeliti svoje iskustvo i znanje sa mladima.



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Inicijativa za socijalnu inkluziju starijih osoba u prijestonici Cetinje*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Prijestonica Cetinje*
- *Vremenski period: 01.12.2017. - 01.10.2018.*
- *Ovaj projekat je implementiran kako bi se omogućilo veće i aktivnije uključivanje starijih u svakodnevne društvene događaje i aktivnosti prijestonice Cetinje. To je doprinijelo i većoj senzibilizaciji lokalne zajednice i stvaranju pozitivnog imidža starijih ljudi u prijestonici Cetinje, njihovom potencijalu i značaju. Grupne psihološke radionice, psihološka podrška i pomoć starijim domaćinstvima, psihosocijalne radionice, panel diskusije, zabavne aktivnosti, doprinijele su poboljšanju kvaliteta života starijih na Cetinju.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.414*

Ciljna grupa

Ciljna grupa su bili stariji ljudi starosti od preko 65 godina, koji nemaju institucionalne njege. To su stari ljudi sa veoma lošim društvenim životom, koji imaju nizak nivo emocionalne i socijalne sigurnosti, stariji ljudi koji žive sami, stariji ljudi kojima treba socijalna njega, koji ne primaju pomoć od drugih organizacija. Ciljna grupa je izabrana da poboljša svoj položaj, kao i kvalitet života, sa posebnim naglaskom na pružanje podrške i pažnje starijim, teško pokretnim pojedincima u jednoroditeljskim domaćinstvima.

Problem kojim se bavi projekat

Projekat je doprinio intenzivnijem uključivanju i učešću svih aktera na lokalnom nivou koji se bave starijim stanovništvom iz različitih aspekata (zdravstvene institucije, institucije socijalne zaštite, civilni sektor, pojedinci). Takođe, realizacija aktivnosti doprinijela je da se više pažnje posveti starijim osobama koje žive u pojedinačnim domaćinstvima.

Ciljevi projekta

Opšti cilj projekta bio je da se smanji ranjivost i poveća socijalna uključenost starijih ljudi u prijestonici Cetinje.

Ciljevi konkretnih aktivnosti

Smanjen nivo usamljenosti i izolacije starijih osoba sa niskim mobilnim kapacitetima (pojedinačno) i povećanje kvaliteta njihovih života; Pružanje podrške starijim osobama u njihovoj samoorganizaciji i funkcionisanju;

Poboljšanje stepena socijalne uključenosti i učešća starijih osoba u životu zajednice; Veći i bolji nivo informisanosti starijih osoba u pravcu preduzimanja zdravstvenih i preventivnih aktivnosti u cilju kontrole kardiovaskularnih, reumatskih, mentalnih i metaboličkih bolesti.



Promocija aktivnog starenja i motivacija starijih osoba da učestvuju u javnom životu. Psihosocijalna podrška starijim osobama da ostanu što je moguće duže u njihovom okruženju, smanjujući potrebu za različitim oblicima institucionalne pomoći, kao i da ih motivišu da koriste svoj fizički i mentalni potencijal.

Glavne aktivnosti

- Predavanja i panel diskusije.
- Psiho-socijalne radionice za starije osobe koje žive u pojedinačnim domaćinstvima
- Radionice psihoterapijske grupe - grupe za samopomoć
- Kratki izlet za učesnike grupnih radionica

Psihosocijalna podrška je od vitalnog značaja i važno je integrisati je u aktivnosti za životnu sredinu. Zaista, starija pojedinačna domaćinstva su prepoznata kao posebno ranjiva, izložena socijalnoj izolaciji, emocionalnim stresovima i stoga je odabrana aktivnost radionica za psihosocijalnu podršku. Diskusije i panel diskusije su odlični mehanizmi i modeli povezivanja starijih ljudi sa eminentnim predavačima iz akademskih krugova i doktora medicinskih nauka koji će sa njima razgovarati, dati im smjernice, stručna mišljenja i preporuke. U Rijeci Crnojevića organizovan je kratki izlet kao ugodna aktivnost s naglaskom na druženje za 30 starijih osoba.

Ishodi i naučene lekcije

- Veći stepen socijalne inkluzije osoba starijih od 65 godina u društvenim događajima zajednice u kojoj žive (60 starijih osoba).
- Smanjeni nivo usamljenosti i izolacije starijih, osoba niske platežne moći (koji žive sami) i povećanje kvaliteta njihovih života (10 starijih osoba starijih od 75 godina).
- Pomoć u kući i psihosocijalna podrška za deset starijih osoba koje žive same.
- Efikasniji način da stariji ljudi znaju svoj sopstveni psihosocijalni potencijal, identifikujući nedostatke koje treba ublažiti ili eliminisati i potencijale koje treba razviti. (35 starijih osoba)

Glavni izazov je bio prevazići osjećaj sramote ili nelagode kod starijih osoba (posebno samohranih žena), kao i steći povjerenje ove Ciljne grupe.

Preporuke

Da bi se postigao kontinuitet pažnje i vodila adekvatna i sveobuhvatna briga o starijim osobama, posebno preko 75 godina, koji žive sami, potrebno je nastaviti projekat sa svim aktivnostima koje smo do sada sproveli, sa učestalošću održavanja psihološke radionice i pomoć u pojedinačnim domaćinstvima. Takođe, kako bi se smanjio osjećaj izolacije i marginalizacije, potrebno je uvesti neke druge aktivnosti koje bi dodatno i direktno uključile starije osobe u društveni život zajednice, kao što su razne umjetničke i kreativne radionice (zdrava hrana, joga, slikanje, gluma, ples, pletenje), nakon čega slijede izložbe, događanja i druge programske aktivnosti kojima se predstavljaju njihovi proizvodi ili vještine koje će steći ili naučiti tokom održavanja radionice.



Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „Socijalna uključenost starijih osoba, sticanje osnovnih kompjuterskih vještina“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Podgorica*
- *Vremenski period: 01. decembar 2017. – 30. septembar 2018.*
- *Kontekst: Prema podacima Monstata (Zavod za statistiku Crne Gore) za 2017. godinu, internet je dostupan za 71% domaćinstava u Podgorici. Međutim, manje od polovine ispitanika u dobi od 65 do 74 godine su stvarni korisnici interneta. Stariji ljudi zahtijevaju sveobuhvatne instrukcije o tome kako da koriste moderne tehnologije, ali ne postoji jedinstven sistemski pristup onima koji žele da postanu e-seniori. Samo povremeno, korporativni prodavci IT opreme i mrežnih provajdera nude kurseve za starije ljude, njihove potencijalne potrošače.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.985*

Ciljna grupa

Stariji ljudi, članovi Udruženja penzionera

Problem kojim se bavi projekat

Stariji građani se podstiču da koriste IT uređaje i obučavaju se da koriste procesore teksta, internet i e-poštu. Takođe su ohrabreni da doprinesu sadržaju internet stranice www.nasedoba.me. Internet stranica www.nasedoba.me informiše zajednicu o pitanjima starijih građana i predstavlja ih kao kreativne i konstruktivne članove društva. Internet stranica se održava u okviru projekta.

Ciljevi projekta

Stariji ljudi koji su pohađali kurseve sada su bolje informisani i društveno povezani. Oni aktivno ispunjavaju svoje potrebe i traže svoja prava. Svaki polaznik je dao povratne informacije o kursu. Jedna od izjava kaže: „Kada sam tek počeo da pohađam kurs, bio sam tabula rasa. Sada se preda mnom pojavio jedan novi svet.“- penzionisani profesor na univerzitetu (86 godina). Pored toga, internet stranica promovise potencijal starijih generacija (ne samo njihove probleme).



Glavne aktivnosti

Starije osobe prepoznaju prednosti moderne komunikacione tehnologije, posebno kada se radi o kontaktu sa svojom djecom i rodbinom, različitim društvenim i administrativnim uslugama, ali prije svega trebaju jasna uputstva o tome kako koristiti alate. Opšta razmjena informacija i podataka u našoj organizaciji nije bila dovoljno efikasna, dok je većina učesnika koristila samo telefone sa osnovnim funkcijama. Sada je za njih lakše podijeliti informacije i pozvati prijatelje da se pridruže određenim aktivnostima. Razmjena ideja i rješenja postala je brza i transparentna.

Kako su riješili problem?

U tri grupe, 28 starijih muškaraca i žena naučilo je kako da koriste softver za obradu teksta, internet i e-poštu. To su bili članovi Udruženja penzionera Podgorica (16) i NVO Naše doba - naše vrijeme (12). Takođe, internet stranica www.nasedoba.me je redovno održavana. Tokom perioda realizacije projekta objavljeno je više od 70 članaka, od kojih se 10 odnosi na ovaj projekat. U okviru naše ideje socijalne inkluzije starijih članova u našoj zajednici, planiramo da pružimo dodatne instrukcije za kompjuterski pismene članove da daju svoj kreativni doprinos Internet stranici, kao sljedeću aktivnost.

Ishodi i naučene lekcije

- Svi članovi naše organizacije sada komuniciraju elektronski.
- Uticaj je bio izuzetno koristan i inovativan za Udruženje penzionera, što je dovelo do znatno efikasnijeg korišćenja njihovih tehničkih kapaciteta. Kurs je pružio više kreativnih sadržaja i platformu za nove aktivnosti.
- Osim toga, neki od članova Udruženja su se zainteresovali i uključili u društvene aktivnosti NVO Naše doba - naše vrijeme.
- 28 starijih osoba sada koriste informacione tehnologije za komunikaciju, čitanje vijesti, korištenje društvenih i administrativnih usluga, pregledavanje itd.
- Javno se promovise princip „Stariji ljudi su resurs, oni nisu teret“.
- Postoji članak o treneru sa kompjuterskog kursa - mlada dama, na <http://nasedoba.me/doziviljeno/racunajte-na-nas/> koji je napisao jedan od njenih učenika. Ona citira ono što je trener napisao na svom FB profilu: „Bez namjere da ikog povrijedim, ali grupu osoba 50+ čine moji omiljeni studenti! Njihova energija još nije istekla. Ne zanemarite potencijal ljudi sa tako bogatim profesionalnim i životnim iskustvom.“



Kao jedan od rezultata pohađanja kursa, učenici su bili u mogućnosti da kreiraju sopstvene e-mail naloge i pošalju svoje evaluacione utiske i na kraju su isti objavljeni na internet stranici www.nasedoba.me, što ih je učinilo izuzetno ponosnim na svoje postignuće. Svi utisci su bili pozitivni, a neki od njih su bili ove vrste: „Ohrabrujem vas da ovakav kurs organizujete više puta. Imajući u vidu da su ljudi našeg doba spori učenici, i da lako zaboravljaju, bilo bi savršeno da se u nekom trenutku ovo ponovo organizuje.“- student, koji je dva puta pohađao obuku (preko 70).

Koji su bili glavni izazovi i kako su prevaziđeni?

Neredovno prisustvovanje zbog lošeg zdravlja starijih studenata ili članova njihovih porodica.

Različiti nivoi prethodnog znanja uticali su na koncept lekcija.

Trener je učinio sve što je u njegovoj moći da na minimum svede te razlike i pruži osnovne instrukcije svakom učeniku, u skladu sa njihovim individualnim potrebama.

Preporuke

- Učenici treba da budu klasifikovani prema nivou prethodnog znanja po grupi.
- Tečajeve treba izvoditi na takvim mjestima gdje studiranje starijih osoba može dobiti visoku vidljivost.
- Napredni studenti treba da imaju priliku da vježbaju svoje vještine i upoznaju se sa novim programima.
- Iako su stariji ljudi sporiji učenici od prosječnog mladog čovjeka, oni mogu steći isto toliko znanja i novih vještina vlastitim tempom.
- Često se plaše da su inferiorni i da im je potrebna dodatna motivacija i ohrabrenje za korišćenje kompjutera.
- Stariji ljudi imaju veoma različite interese u vezi sa kompjuterskim programima koje žele da nauče.

RODITELJI

Naslov i informacije o projektu

Naziv projekta: Djedovi i bake za aktivni razvoj

- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Podgorica*
- *Vremenski period: decembar 2017.- oktobar 2018.*
- *U Podgorici ima preko 30.000 stanovnika u dobi od 60+. Iako je situacija bolja u urbanom području u odnosu na situaciju u ruralnim područjima, situacija je još uvijek alarmantna. Crnogorsko društvo brzo stara a naše institucije su sve manje i manje zabrinute kako će implementirati određena sistemska rješenja za poboljšanje položaja starijih osoba. Promatrajući prioritete Strategije za razvoj sistema socijalne zaštite starijih osoba, vidjet ćemo da gotovo ništa nije učinjeno za poboljšanje njihovih prava. Naš cilj je bio da poboljšamo program Centra kroz uključivanje djedova i baka da postanu naši aktivni članovi.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.876*

Ciljna grupa

Projekat je predviđao uključivanje starijih osoba starijih od 60 godina iz Podgorice, različitih profila i biografija, koji su bili zainteresovani za aktivno učešće u programu Razvojnog centra kako bi doprinijeli zajednici. Roditelji i djeca su bili uključeni u radionice i druge zajedničke aktivnosti.

Problem kojim se bavi projekat

Projekat se bavi problemom nedovoljne uključenosti osoba od 60 godina u aktivan život zajednice i nemogućnosti da vidimo sve bogatstvo znanja, vještina i iskustava koje stariji ljudi mogu prenijeti mlađim generacijama. Djedovi i bake kao članovi porodice uglavnom se posmatraju kroz prizmu brige o djeci, ali ne kao osoba koja može aktivno doprinijeti na mnoge druge načine. S druge strane, djeci je potrebno neinstitucionalno obrazovanje u obliku kreativnih i edukativnih radionica, koje im pružamo kroz rad Razvojnog centra.



Ciljevi projekta

Projekat „Djedovi i bake za aktivni razvoj“ imao je za cilj uključivanje starijih osoba u obrazovne aktivnosti Razvojnog centra u cilju povećanja socijalne uključenosti starijih osoba i aktivnog učešća u životu zajednice. starijih članova zajednice da aktivno učestvuju u obrazovnim programima Razvojnog centra, kroz osmišljavanje i implementaciju posebnog obrazovnog programa za bake i djede i unuke, podizanje svijesti javnosti o važnosti starijih ljudi i njihovo aktivno uključivanje u život porodice i zajednicu uopšte.

Glavne aktivnosti

- Obrazovanje starijih za pripremu i realizaciju kreativno-edukativnih radionica.
- Realizacija šestomjesečnog kreativno-edukativnog programa u okviru Razvojnog centra, kao i jedna javna radionica u okviru Family Fest-a.
- Realizacija programa podrške učenju djece iz socijalno ugroženih porodica uz pomoć starijih volontera.
- Realizacija javnih debata „Djeda i bake u porodicama“ i promotivne aktivnosti.
- Osnaživanje transgeneracijskog dijaloga, i prije svega promovisanje koncepta cjeloživotnog učenja, kao osnovne vrijednosti u životu ljudskog bića. Ljudska sposobnost da transformiše i promijeni svijet kroz učenje, bio je naš glavni razlog da izaberemo te aktivnosti.

Kako su riješili problem?

Naša ideja je bila da što je moguće više uključimo kapacitete starijih članova zajednice i da stvorimo vezu koja će prevazići međugeneracijsku prazninu, ne samo sa djecom, već i u Kontekstu cijele porodice i obiteljskih odnosa.



Ishodi i naučene lekcije

Starije osobe koje su bile uključene u projekat su se više angažovale u zajednici, prepoznale su šta mogu donijeti svojim porodicama i kako mogu biti uključene u druge aktivnosti u zajednici.

Koje su aktivnosti bile posebno efikasne?

Osim radionica s djecom, debate i transgeneracijski javni razgovori su bili veoma važni, jer su djedovi i bake imali priliku da razgovaraju sa mlađim generacijama na nov kreativan i konstruktivan način. Na taj način su se čuli, poštovali su osjećanja jedni drugih, što je povećalo nivo razumijevanja i tolerancije među generacijama.

Šta je moglo bolje da funkcioniše?

Program podrške u učenju je dio aktivnosti projekta za koje bake i djedovi nisu bili zainteresirani. Niska motivacija za ovu aktivnost, prema onome što su nam djedovi i bake saopštili, bila je rezultat dugog perioda koji je protekao u njihovom životu od posljednjeg bavljenja školskim planom i programom. Ovo ukazuje na strah da oni nisu kompetentni da uzvrate ozbiljnije na podršku u učenju.

Koji su bili glavni izazovi i kako su prevaziđeni?

Glavni izazov u projektu je bila niska motivacija starijih da se uključe u projekat. Prevazišli smo ovu situaciju djelimično kroz saradnju sa organizacijom za starije ljude i okupili smo grupu od 10 djedova i baka da se uključe u projekat.

Preporuke

Smatramo da je najvažnije slušati i razumjeti potrebe zajednice - potrebe i interese starih ljudi. Takođe su korisne zajedničke međugeneracijske aktivnosti i pronalaženje zajedničkih tema i interesa.

Održavati redovnu komunikaciju i motivaciju starijih osoba, u formi razgovora, podrške i pomoći u realizaciji aktivnosti, što podstiče veći stepen samopouzdanja i zadovoljstva poslom.

Unaprijed, učesnici treba da budu informisani o svim aktivnostima, da unaprijed odrede raspored, kako bi im obezbijedili dovoljno vremena za pripremu, što vodi do kvalitetnih radionica.

Budite u toku sa njihovim potrebama i uvijek tražite povratne informacije o aktivnostima, uslovima i njihovim sugestijama.

SAVEZ SLIJEPIH

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: Uključivanje trećeg doba*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Podgorica (ali imamo aktivnosti u Bijelom Polju, Beranama, Nikšiću, Kotoru, Baru, Herceg Novom)*
- *Vremenski period: decembar 2018.- septembar 2019.*
- *Kontekst: Cilj projekta je poboljšanje uključenosti starijih osoba sa invaliditetom u Crnoj Gori.*
- *Ukupan budžet projekta: 4.370,00 Evra*

Ciljna grupa

Ciljna grupa projekta su starije osobe sa invaliditetom, muškarci i žene. Među njima su i samci, i oni sa porodicama, starije osobe koje su uključene u društveno-kulturne aktivnosti, kao i starije osobe koje su pasivne.

Problem kojim se bavi projekat

Tokom realizacije projekta bavili smo se mnogim aspektima života, od svakodnevnih aktivnosti do specifičnijih (književnost, sportsko-rekreativne aktivnosti, digitalne tehnologije). Projekat je doprinio upoznavanju šire društvene zajednice sa problemima koje imaju stariji ljudi u Crnoj Gori i sugestijama o tome kako smanjiti probleme. Dizajnirana je brošura sa ciljem upoznavanja sa pravima starijih osoba sa invaliditetom. Mlade osobe sa invaliditetom su takođe učestvovala u cilju smanjenja jaza između starijih i mladih osoba.

Ciljevi projekta

Jačanje socijalne uključenosti i učešća u životu zajednice postignuto je prenosom vještina i znanja između mladih i starijih osoba,

Povećana uključenost, usamljenost, cjeloživotno učenje stvorilo je pristupačnije usluge za starije osobe, kao i veću uključenost u društvene događaje.

Težnja ka većem samopoštovanju, uključivanju, integraciji i borbi protiv usamljenosti ostvarena je kroz sportsko-rekreativne aktivnosti i podizanje svijesti šire društvene zajednice.



Glavne aktivnosti

Održano je osam radionica međugeneracijske saradnje na polju digitalnih i informacionih tehnologija. Tema radionica je korištenje digitalne i informacijske tehnologije.

Tri radionice kreativnog pisanja su održane. Održane su dvije književne večeri.

Održana su dva predavanja koja su održali oftalmolozi i nutricionisti. Cilj je poboljšanje informacija i jačanje povjerenja starijih osoba sa invaliditetom. Jedna radionica bila je posvećena direktnim kontaktima starijih osoba sa ljekarima, na kojoj su postavljeni izvjesni parametri.

Kroz predavanja o kuvanju i ljudskim pravima stariji ljudi su stekli nova znanja i vještine koji će im pomoći da aktivnije učestvuju u društvenom životu zajednice.

U Podgorici je uspostavljen sistem za igranje igre pikado sa glasovnom podrškom. Pikado turnir je odlična prilika za druženje, borbu protiv usamljenosti, za povećanje angažmana, za jačanje povjerenja starijih osoba sa invaliditetom.

Kratka brošura sa praktičnim modelima za socijalno uključivanje starijih osoba sa invaliditetom predstavljena je zainteresovanim stranama i javnosti putem javne tribine.

Ishodi i naučene lekcije

Aktivnosti projekta doprinijele su socijalnoj inkluziji. Naši učesnici su izrazili svoje zadovoljstvo i sreću. Prije svega, voljeli su da se sastaju sa mlađim ljudima i razgovaraju o različitim temama. Radionice o zdravstvenim pitanjima su bile izuzetno dobro prihvaćene. Tokom radionice o ljudskim pravima došla je televizijska ekipa nacionalne televizije.

(<http://www.rtcg.me/tv/emisije/informativni/trecedoba/204699/trecedoba-27052018.html>).

Na radionicama kreativnog pisanja, naši učesnici su bili najaktivniji. Jedan učesnik je objavio knjigu tokom trajanja projekta. Uspostavljanje glasovno kontrolisanog sistema za igru Darts doprinijelo je kontinuiranom druženju starijih ljudi i mladih. Tokom implementacije projekta bilo je uključeno više od 40 starijih osoba i više od 10 mladih ljudi. Nastojaćemo da nastavimo aktivnosti međugeneracijskog druženja.



Preporuke

Preporučujemo svim organizacijama da uključe starije članove. Stariji ljudi su iskusniji, a njihovo znanje nam može biti od velike koristi. Ako se odluče za neke od naših aktivnosti, poželjno je uključiti mlade osobe kako bi se stariji ljudi osjećali uključivo. Organizovati više radionica, na različite teme, kako bi se zadovoljile različite potrebe starijih osoba.

Jedna od ključnih lekcija je da se uključe svi zainteresovani stariji ljudi, pa čak i ako nisu stariji od 65 godina. Druga ključna lekcija je da se preduzmu akcije radnim danima, kada porodice starijih ljudi rade, i ne mogu da provode vrijeme sa njima. Takođe, kada učestvujete u aktivnostima, vodite računa o održivosti i da se neke aktivnosti mogu nastaviti nakon završetka projekta. Prostor u kojem organizujete aktivnosti može biti i na otvorenom.

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: „GerijARTrija“*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Herceg Novi*
- *Vremenski period: 01.12.2017.-30.09.2018.*
- *U Herceg Novom ljudi stariji od 65 godina čine 22% populacije i trend se povećava. Prema podacima Opštinske organizacije penzionera, 3.020 penzionera (skoro polovina) imaju prihode ispod minimalne zarade (193 evra). Uprkos tome što Opština Herceg Novi plaća zakupninu, komunalne usluge i naknade za prevoz lokalnog udruženja penzionera Herceg Novog, ne postoje adekvatni programi za kvalitetno slobodno vrijeme za starije osobe.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.950*

Problem kojim se bavi projekat

Predlog projekta je osmišljen na osnovu Strategije razvoja socijalne zaštite starijih osoba za period 2018.-2022. godine. Starenje se smatra aktivnim, produktivnim, zdravim i pozitivnim. Stariji ljudi se doživljavaju kao resurs za društveni i ekonomski razvoj. Analizirajući potrebe potencijalnih učesnika naših aktivnosti, zaključili smo da su otvaranje javne kuhinje i obezbjeđenje mjesta održavanja i besplatne kontinuirane kreativne i rekreativne aktivnosti ono što su stariji ljudi u našoj lokalnoj zajednici zagovarali već duže vrijeme.

Ciljevi projekta

Glavni cilj: ohrabriti inovativne usluge za starije osobe u Herceg Novom sa fokusom na kreativno korištenje slobodnog vremena i zdraviji stav prema starosti.



Specifični cilj 1: Kroz pristupačan prostor, radionice, sastanke, terapijske sastanke, otvorenu kuhinju, kao i učešće u izložbi i javnim debatama, stariji ljudi će biti znatno aktivniji u lokalnoj zajednici. Stariji ljudi će dobiti podršku kako bi doprinijeli i zagovarali smanjenje njihove socijalne izolacije i osiguravanje boljeg položaja u društvu.

Specifični cilj 2: Pilot model će povezati mlađe i starije ljude sa ciljem stvaranja društvenih veza između generacija, i ovaj model će biti predstavljen opštinskim institucijama kako bi se mogao ponoviti u drugim zajednicama.

Glavne aktivnosti

- Okupljanje zainteresovanih učesnika, volontera i projektnog tima
- Sastanci sa relevantnim akterima kako bi se dogovorili o očekivanjima saradnje
- Medijska promocija - informisanje javnosti o projektu;
- Objavljivanje poziva za učešće u radionicama: raspored radionica i prezentacija facilitatora
- Vajarske radionice - sticanje novih vještina; terapijski proces oblikovanja u glini;
- Slikarska radionica - Terapeutski proces slikanja
- Organizacija izložbe - umjetnički radovi predstavljeni zajednici;
- Rekreativni radionice
- Otvorena kuhinja: priprema jela kroz socijalizaciju
- Radionice pokreta sa ciljem poboljšanja fizičke spremnosti učesnika; vježbe prilagođene starijim osobama
- Šahovske radionice u cilju poboljšanja mentalne sposobnosti, kao i druženja
- Lagane šetnje u prirodi
- Prevencija depresije i navikavanje na starije doba - sesije sa ciljem povećanja samopoštovanja i volje;
- Okrugli sto - obilježavanje Međunarodnog dana starijih osoba; okupljanje svih zainteresovanih strana koje mogu pomoći da se poboljšaju životni uslovi starijih ljudi u našem gradu;
- Evaluacija (sa ciljem da se osigura replikabilnost projekta)



Ishodi i naučene lekcije

- Održano je 15 sastanaka sa volonterima i timom i dva partnerska sastanka u Podgorici.
- Održano je 20 sastanaka sa kolegama, voditeljima radionica i profesionalnim konsultantima.
- Uspostavljena saradnja sa 13 pojedinaca, NVO-a, organizacija i institucija uključenih u projekat.
- Izradili i podijelili PR materijal sa Udruženjem penzionera u Herceg Novom.
- Dizajniran je paket vidljivosti: logo projekta, plakati i flajeri, kao i priprema za pamučne vreće i čaše.
- 18 radionica za slikarstvo i vajarstvo, 9 radionica pokreta, 8 terapijskih sesija, 4 šahovske radionice, 4 kuhinjske sesije, 2 pješačke ture, izložba kreativnih radova i okrugli sto.
- Više od 150 direktnih učesnika i 300 indirektnih učesnika.
- Ukupno 16 medijskih izvještaja.

Preporuke

Saradnja svih zainteresovanih strana je neophodna u sprovođenju bilo kog programa koji se praktikuje kao usluga. Istraživanje potreba starijih građana mora biti prioritet. U našoj lokalnoj zajednici građani (posebno stariji) još uvijek sumnjaju u civilni sektor i vjeruju da samo institucije mogu sprovoditi programe i usluge vezane za poboljšanje kvaliteta života. Međutim, povratne informacije koje smo dobili od učesnika i medija su: „Evo ko misli na stare u Herceg Novom“, „Urban Nova za starije građane“, „Vi vodite računa o našim potrebama“. Na taj način smo izgradili povjerenje i kredibilitet za naše programe. Osim toga, uspješna implementacija dovela je do toga da redovni učesnici otvoreno izražavaju svoje zadovoljstvo („Nisam znala da imam toliko kreativne energije“), a postavljanje veza i izgradnja sigurnih zona doprinosi da naši učesnici imaju snage da prevaziđu svoje strahove i pomjeranje granica njihove zone lagodnosti („U početku sam mislio da se neću javno izlagati, ali ste me učinili jakim i sigurnim u sebi i svoj rad.“) Takođe, svako ko pilotira usluge ne može očekivati velike promjene na početku. Evidentiranje mikro promjena na ličnom nivou, na nivou organizacije i zajednice, kao i razgovaranje o promjenama sa učesnicima čini proces živim a svijest o promjenama jačom. Ukratko, projektni tim je napredovao sa učesnicima, a mi smo dijelili svoja iskustva, kontinuirano se konsultovali sa učesnicima, a takođe im pružili i povratne informacije o evidentiranim promjenama.

POVJERENJE

Naslov i informacije o projektu

- *Naziv projekta: "Dobar dan kako ste?"*
- *Zajednica/opština koja implementira projekat: Bar*
- *Vremenski period: decembar 2017.-oktobar 2018.*
- *Kontekst: Često se vjeruje da je starost sinonim za bolest. Ali to nije tačno i trebalo bi takav stav opovrgnuti. Glavni cilj ovog projekta je podizanje svijesti zajednice o problemima starijih ljudi, koji su najčešće usamljeni, ponekad napušteni od strane svojih najmilijih.*
- *Ukupan budžet projekta: EUR 4.960*

Ciljna grupa

Stariji ljudi - na području Bara, gradskih i prigradskih područja
Mladi: djeca i mladi iz osnovnih i srednjih škola.

Problem kojim se bavi projekat

Opovrgavanje stereotipa da je starenje ekvivalent za bolest, pri tom dodajući kvalitetno vrijeme osobama starijeg doba.

Ciljevi projekta

Glavni cilj ovog projekta je podizanje svijesti zajednice o problemima starijih ljudi, koji su najčešće usamljeni, ponekad napušteni od strane svojih najmilijih.

Glavne aktivnosti

- Takmičenje za djecu i mlade „Dobar dan, kako ste?": Razmatranje odnosa mladih prema starijim osobama.
- Program posjeta starijim ljudima da bi se pokazalo da su ti ljudi još uvek vitalni, radni i produktivni, i da se od njih može mnogo naučiti.
- Program brige: savjetovanje, radionice u selima i prigradskim naseljima, krvni pritisak i kontrola šećera u krvi.
- Organizacija druženja, kratkih putovanja i aktivnosti koje se realizuju u saradnji sa drugim nevladinim organizacijama.



Ove aktivnosti smo odabrali jer su one dio kontinuiranog rada na ovu temu. Nije prvi put da smo implementirali sličan projekat i aktivnosti, a za sada su se pokazali kao dobro ciljani. Aktivnosti koje se sprovode od strane mladih i organizovane za i sa starijim ljudima su uvijek interesantne i korisne za obje starosne grupe.

Ishodi i naučene lekcije

Naša namjera da osporimo stereotipe vezane za starenje pokazala se ispravnom. U svojim djelima djeca nisu prikazivala starije ljude kao bolesne, već kao aktivne u svojoj zajednici i kao one sa kojima djeca mogu da se druže i uče od njih. Konkurs za djecu i mlade „Dobar dan, kako ste?“ je bio posebno uspješna aktivnost. Psihološko savjetovanje i radionice mogli su bolje funkcionirati. Uprkos našoj inicijativi, odabrani doktori i stručnjaci iz medicinskih ustanova u Baru, uprkos medijskoj promociji i letcima koje smo koristili za promociju radionica, nismo bili u mogućnosti da privučemo očekivani broj ljudi za psihološko savjetovanje i radionice. Kada je tema bila rak, ljudi su takođe bili skeptični.

Preporuke

U okviru realizacije sličnih projekata treba planirati manji broj aktivnosti.

Imajte realna očekivanja

Fokusirajte se na manji broj aktivnosti

Imajte strpljenja za starije ljude i organizacije koje okupljaju.



Literatura

- Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine (2015). Anketa o potrošnji domaćinstava.
- Atkinson, T., Cantillon, B., Marlier, E., i Nolan, B. (2002). Socijalni indikatori. EU i socijalna inkluzija. Oxford University Press, Oxford.
- Babovic, M., Velickovic, K., Stefanovic, S., Todorovic, N., Vracevic M. (2018) *Socijalna inkluzija starijih lica u Srbiji*, SeConS Development Initiative Group
- Bornarova, S., Gerovska-Mitev, M. (2009). *Socijalna isključenost, nacionalna pripadnost i starija lica u Makedoniji*. Filozofski fakultet. ERSTE Stiftung
- Gender centar Federacije Bosne i Hercegovine (2014). <https://arsbih.gov.ba/>
- HelpAge International, GAWI, 2015. Globalni AgeWatch indeks. London: HelpAge International, GAWI
- Hirose, K., Czepulis-Rutkowska Z., (2016). *Izazovi u dugoročnoj njezi starijih lica u Centralnoj i Istočnoj Evropi*, Međunarodna organizacija rada.
- Ankete budžeta domaćinstava u Bosni i Hercegovini 2015. godini <http://catalog.ihnsn.org/index.php/catalog/7344>
- InkluzivaM, (2017). TASIOP istraživanje <http://inkluzivam.org/wp-content/uploads/2007/12/Izvestaj-MK.pdf>
- INSTAT (2017). Muškarci i žene u Albaniji
- INSTAT (2015). *Situacija o starenju stanovništva u Albaniji*. http://www.instat.gov.al/media/1582/population_ageing_situation_of_elderly_people_in_albania.pdf
- Institut za javno zdravlje Srbije "Dr Milan Jovanović Batut" (2013). *Istraživanje o zdravlju stanovništva*.
- IMIAS Studija 2016 <http://www.imias.ufrn.br/>
- Jankovic, B., Todorovic, N., Vracevic M. (2015). *Dobro čuvana porodična tajna* <https://www.redcross.org.rs/media/1670/dobro-cuvana-porodicna-tajna-e-knjiga.pdf>
- Jokanović, I., Šofranac, J., Kovačević M. (2018) *Istraživanje o položaju starijih osoba u Crnoj Gori i njihovo zadovoljstvo postojećim uslugama podrške*, E3 Consulting
- Kepeš, N. (2019). *Socijalna inkluzija starijih osoba u BiH*
- Kieran, W., Thomas, S., i Norah, K., (2016). Socijalno isključivanje starijih lica: sveobuhvatna procjena i konceptualni okvir
- Zakon o zdravstvenom osiguranju (2015), <http://www.rfzo.rs/download/dobrovoljno/Zakon%20o%20zdravstvenom%20osiguranju-precetkst-24022015.pdf>
- Studija o mjerenju životnog standarda (2012). <http://microdata.worldbank.org/index.php/catalog/1970>
- MONSTAT (2017). *Procjene stanovništva i osnovni demografski indikatori*.
- MOSHA mreža (2017) <http://mosha-network.org/download/753/>
- Nacionalni popis U Crnoj Gori, (2011). <https://www.monstat.org/cg/page.php?id=387&pageid=322>
- Nacionalni popis (2013). <http://fzs.ba/index.php/popis-stanovnistva/popis-stanovnistva-2013/konacni-rezultati-popisa-2013/>
- Nacionalna strategija za e-inkluziju 2011-2014 https://joinup.ec.europa.eu/sites/default/files/inline-files/eGovernment%20in%20FYROM%20-%20February%202016%20-%2010_00_v2_00.pdf
- Popis stanovništva i domaćinstava, (2011). <http://www.instat.gov.al/en/themes/censuses/census-of-population-and-housing/>
- Zavod za statistiku Republike Srbije, (2011). Nacionalni popis.
- Zavod za statistiku Republike Srbije, (2017). *Muškarci i žene u Srbiji*.
- Zavod za statistiku Republike Srbije (2018). Statistički godišnjak <http://publikacije.stat.gov.rs/G2018/Pdf/G20182051.pdf>
- Statistički godišnjak Republike Makedonije dostupan na: <http://www.stat.gov.mk/Publikacii/SG2018/03-Naselenie-Population.pdf>
- Državni zavod za statistiku Republike Sjeverne Makedonije dostupan na: <http://www.stat.gov.mk/SvetskiDenNaZdravjeto.aspx>

- Državni zavod za statistiku Republike Sjeverne Makedonije (2016). <http://www.stat.gov.mk/Publikacij/2.4.16.10.pdf>
- UNECE (2017). https://www.unece.org/fileadmin/DAM/pau/age/country_rpts/2017/BIH_report.pdf
- Ujedinjene Nacije, Odjeljenje za ekonomska i socijalna pitanja, Divizija za stanovništvo (2017). Starenje svjetske populacije 2017 – Najvažnije napomene (ST/ESA/SER.A/397)
- Godišnji izvještaj Centara za socijalni rad u Federaciji Bosne i Hercegovine i Republike Srpske (2017). http://www.instat.gov.al/media/2316/burrat_dhe_grat_ne_shqiperi_2017_libri.pdf

CIP - Katalogizacija u publikaciji
 Narodna biblioteka Srbije, Beograd

159.922.63(497)
 316.66-053.88(497)
 346.32-053.9(497)

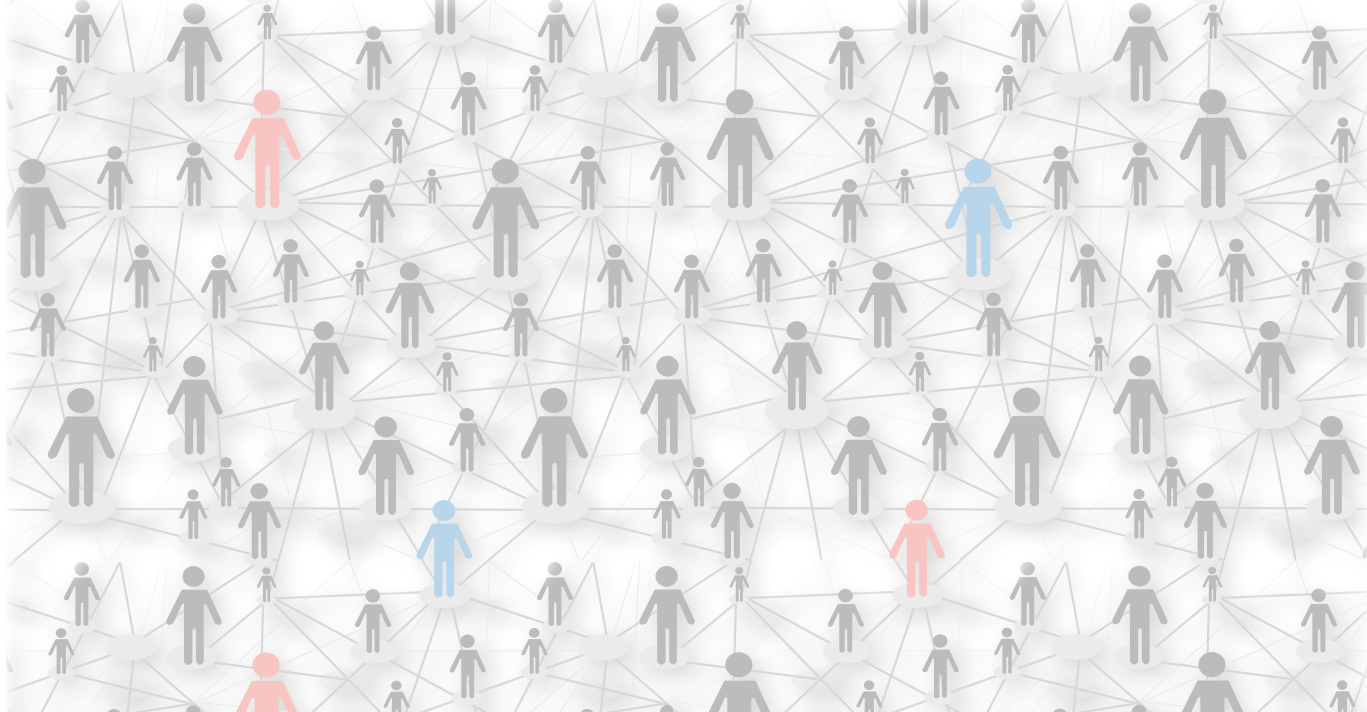
INICIJATIVA za socijalno uključivanje starijih osoba : uspjesi i naučene lekcije / [urednici Nataša Todorović, Milutin Vračević]. - Beograd : Crveni krst Srbije, 2019 (Beograd : ATC). - 168 str. : ilustr. ; 28 cm

Nasl. izvornika: Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba : uspjesi i naučene lekcije. - Inicijativa za socijalno uključivanje starijih osoba trogodišnji je projekat podrške Evropske unije, Austrijske razvojne agencije i Austrijskog Crvenog krsta, koji se sprovodi u pet zemalja Zapadnog Balkana: Srbiji, Albaniji, Bosni i Hercegovini, Republici Severnoj Makedoniji i Crnoj Gori, uz koordinaciju Crvenog krsta Srbije. --> Kolofon. - Tiraž 300. - Bibliografija: str. 167-168.

ISBN 978-86-80205-72-4

a) Старење -- Социолошки аспект -- Балканске државе б) Старе особе -- Друштвени положај -- Балканске државе

COBISS.SR-ID 276779020



Projekat je
finansiran od strane
Evropske unije

WITH FUNDING FROM
AUSTRIAN
DEVELOPMENT
COOPERATION

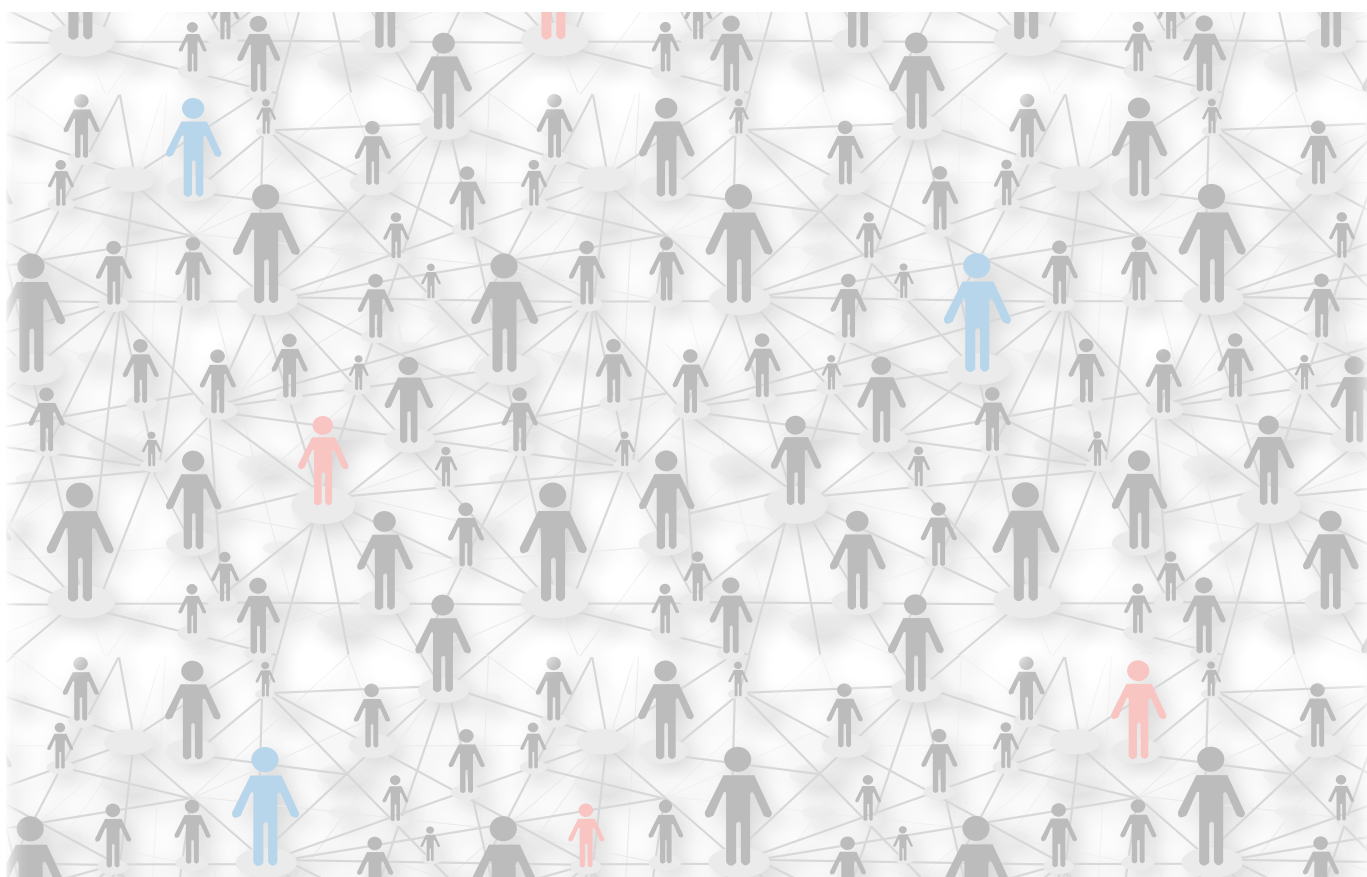


AUSTRIAN RED CROSS



Црвени крст Србије
Red Cross of Serbia

1876



Shoqata Shqiptare
Geriatrishe dhe Gerontologjise



Црвен крст на РМ
Kryqi i kuq i RM



Хуманост



CRVENI KRST CRNE GORE
RED CROSS OF MONTENEGRO

1875

