



Nikdy nie ste príliš starí... pre aktívne starnutie

Európsky rok je jedinečnou príležitosťou, aby sme spoločne oslávili skúsenosti, múdrosť a mnohé ďalšie kvality, ktoré zrelí ľudia prinášajú spoločnosti. Európsky rok nám pomáha v tom, aby sme starších ľudí nevníмали ako záťaž pre spoločnosť a namiesto problémov a prekážok sme kládli dôraz na ich potenciál a možnosti. Máme potenciál pre aktívnejší a zmysluplnejší život v akomkoľvek veku a pre naše vlastné dobro a dobro celej spoločnosti ho musíme naplňovať. Aj staršia Európa je plná príležitostí.

European Seniorforce Day

Každý rok 1. októbra krajiny na celom svete oslavujú Medzinárodný deň seniorov. Tento rok sú vyzvané orgány štátnej správy a dobrovoľnícke organizácie z celej Európy, aby venovali jeden deň – či už 1. októbra alebo ktorýkoľvek iný deň v októbri – hľadaniu nových spôsobov zapájania seniorov dobrovoľníkov a čo najviac vyťažili z ich príspevkov. Je tu veľký priestor pre rôzne udalosti a aktivity: dobrovoľnícke veľtrhy, akčné dni komunity (napr. zlepšiť verejný priestor) alebo mladí dobrovoľníci pozývajú starších ľudí, aby sa zapojili do ich aktivít.

Podel'te sa o skúsenosti spojené so starnutím a povedzte nám svoj príbeh!

V roku 2012 budú životné príbehy a svedectvá Európanov všetkých generácií uverejnené na webovej stránke Európskeho roka. Zaujímá nás najmä to, ako môžu starší ľudia podporovať mladých a posilniť prepojenie medzi rozličnými generáciami.



Ocenenie mimoriadnych úspechov

Zlepšovanie spoločenských podmienok v prospech starších ľudí sa neskončí s rokom 2012. Koniec Európskeho roka však bude okamihom, kedy budú vyhodnotené úspechy všetkých zúčastnených. Najväčší príspevok k aktívnemu starnutiu a solidarity medzi generáciami bude vyhodnotený na slávnostnom odovzdávaní Európskych cien. Dajte si pozor, aby sa váš príspevok nestratil medzi ostatnými!

Zapojte sa!

Webová stránka Európskeho roka je centrálnym bodom stretávania. Nájdete na nej podrobné informácie o všetkých záväzkoch a iniciatívach, ktoré boli vykonané na podporu aktívneho starnutia v Európe a ďalej aj novinky, udalosti a inšpiratívne príbehy zo života rozličných generácií. Keď sa budete chcieť podeliť o svoju činnosť s ostatnými, kliknite na „Zapojte sa“. Ako partner Európskeho roka sa identifikujete používaním loga pri svojej činnosti!



Zapojte sa

Počas Európskeho roka sa budú konať rozličné udalosti a aktivity vo všetkých 27 členských štátoch EÚ a okrem nich aj na Islande, v Lichtenštajnsku a Nórsku. Webová stránka ich bude uvádzať na mape. Zistíte, čo všetko sa bude konať neďaleko od vás, kto je váš národný koordinátor a všetko o organizáciách pracujúcich v oblasti aktívneho starnutia a solidarity medzi generáciami na

<http://europa.eu/ey2012/>



Ako chceme zostarnúť?

Kampaň za lepšiu spoločnosť

pre ľudí v každom veku



© European Union, 2012. Catalogue number: KE-32-12-284-SK-C ISBN-13: 978-92-79-25462-8 DOI: 10.2767/74047

Populácia starne a my s ňou

Európska únia zažíva výrazné zvyšovanie veku svojich obyvateľov. Tento demografický posun je nevyhnutným dôsledkom dosiahnutých výsledkov spoločnosti, ktorými sú najmä výrazné zníženie úmrtnosti a dožívanie sa vyššieho veku.



Priemerný vek v Európskej únii je 39,8 roka (podľa štatistík Eurostatu), ale v roku 2060 bude priemerný vek obyvateľov EÚ 47,2 roka. Obyvatelia nad 65 rokov budú v roku 2060 tvoriť takmer 30% populácie EÚ (v roku 2010 to bolo 16%).

Už o niekoľko rokov sa v Európe výrazne zníži počet ľudí v produktívnom veku a počet ľudí nad 65 rokov bude vzrastať približne o dva milióny za rok. V roku 2060 tak budú na jedného staršieho občana pripadať dve osoby v produktívnom veku.

Staršia Európa prináša niekoľko problémov: na pracovnom trhu, v systéme zdravotníctva a v životnom štandarde po odchode do dôchodku. Mnohí majú obavu, že život starších ľudí bude ťažší. Iní sa, naopak, domnievajú, že dôchodcovia sa budú starať len o vlastné záujmy a budú príliš zatažovať mladšie generácie.

Sú obavy z budúcnosti v starnúcej spoločnosti opodstatnené? Určite nie, ak si zachováme zdravie čo najdlhšie, ak vytvoríme na trhu práce viac pracovných príležitostí pre starších, ak ostaneme aktívnymi členmi nášho spoločenstva a ak dokážeme žiť v prostredí, v ktorom starnutie neznamená stať sa závislým na ostatných. Skrátka, ak sa realitou nás všetkých stane „aktívne starnutie“. Uistíme sa, že máme tú najlepšiu šancu, aby sme ostali zdraví, aktívni a nezávislí aj po tom, ako zostarneme!



Európsky rok aktívneho starnutia a solidarity medzi generáciami zvyšuje povedomie o tom, ako starší ľudia prispievajú k chodu spoločnosti a ako ich príspevok môžeme podporiť. Jeho cieľom je podporiť a zmobilizovať tvorcov politiky a príslušných účastníkov na všetkých úrovniach, aby začali konať s cieľom vytvoriť lepšie príležitosti pre aktívne starnutie a posilnenie solidarity medzi generáciami.

Aktívne starnutie: Čo to znamená?

Aktívne starnutie znamená starnúť v zdraví ako plnohodnotný člen spoločnosti, naplnenejší v práci, nezávislejší v každodennom živote a zainteresovanejší na občianskom dianí v spoločnosti. Nech už máme rokov koľkokoľvek, stále môžeme byť súčasťou spoločnosti a tešiť sa z lepšej kvality života. Výzvou je čo najviac využiť náš nekonečný potenciál, ktorým disponujeme aj v tom najpokročilejšom veku. Cieľom Európskeho roka 2012 je podpora aktívneho starnutia v troch oblastiach:

Zamestnanosť

Aj keď sa spolu so zvyšovaním priemernej dĺžky života v Európe zvyšuje aj vek odchodu do dôchodku, mnohí sa obávajú, že nebudú môcť až do odchodu na zaslúžený odpočinok zostať vo svojom terajšom zamestnaní alebo si budú musieť hľadať nejaké iné. Starším musíme na trhu práce poskytnúť lepšie šance.

- Celoživotné vzdelávanie a nadobúdanie nových zručností
- Zdravé pracovné prostredie
- Stratégie vekového manažmentu v spoločnostiach
- Služby týkajúce sa zamestnávania pre starších uchádzačov o zamestnanie
- Nie diskriminácii súvisiacej s vekom
- Daňový a odvodový systém priateľský voči zamestnaným
- Prenos skúseností



Účasť na dianí v spoločnosti

Odchod do dôchodku neznamená, že sa stanete nadbytočným. Príspevok starších ľudí spoločnosti, ktorým býva veľmi často starostlivosť o iných ľudí, či už vlastných rodičov, manželských partnerov alebo vnúčatá sa často prehliada. Takisto si obvykle nevšimneme, keď pracujú ako dobrovoľníci. Cieľom Európskeho roka je zaistiť väčšie uznanie toho, čo starší ľudia spoločnosti prinášajú a zaistiť im väčšiu podporu.



- Zabezpečenie príjmov vo vyššom veku
- Podpora účasti na spoločenskom dianí a dobrovoľníctve
- Podpora kariérneho postupu
- Zladenie práce a starostlivosti
- Solidarita a dialóg
- Premiestnenie digitálneho rozdelenia

Podpora nezávislého života

S postupným prostredím oveľa priateľskejšie voči tým, ktorí trpia zdravotnými ťažkosťami alebo postihnutiami. Aktívne starnutie znamená tiež posilňovanie nás ako osôb, aby sme ostali pánmi svojho života čo možno najdlhšie.

- Podpora zdravia a preventívnej zdravotnej starostlivosti
- Adaptované podmienky bývania
- Cenovo a vzdialenosťou dostupná doprava
- Prostredie, tovar a služby prispôbené starším občanom
- Maximalizovanie sebestačnosti v dlhodobej starostlivosti
- Adaptácia technológií na podporu nezávislého života



Zaviazať sa k zmene



Európsky rok hovorí o tom, aby sme začali konať a uskutočnili zmeny tak, aby sme vybudovali inkluzívnejšiu spoločnosť pre ľudí v každom veku. Takáto vec sa nestane realitou len tým, že ju nariadime. Vyžaduje trvalú spoločnú námahu, ku ktorej sa pridávajú mnohí ľudia a vykonajú svoj kus práce.

Európsky rok by mal byť pre vás príležitosťou – ako pre občana, zamestnávateľa, zvoleného zástupcu – aby ste sa zamysleli nad tým, ako môžete podporiť aktívne starnutie a posilniť solidaritu medzi generáciami. Je to pre vás pozvánka, aby ste sa zaviazali k určitým činnostiam, ktorými k týmto cieľom prispějete.

Tento záväzok môže mať akúkoľvek formu a každý z nich sa ráta. Dosiahnuteľné ciele na podporu aktívnejšej úlohy seniorov si môže zadať ktokoľvek, či už jednotlivec, akékoľvek veľké alebo malé verejné alebo súkromné teleso, spoločnosť, združenie alebo obec. Možnosti sú nekonečné – od tvorcov politiky, ktorí prinášajú legislatívu cez programy, ktoré v spoločnostiach zabezpečia lepšie pracovné podmienky pre starších – a nekonečná je aj potreba prinášať ďalšie zlepšenia.

Na našej webovej stránke Európskeho roka sa môžete podeliť o svoju prácu a zároveň nabráť inšpiráciu pre ďalšiu činnosť.

Čo môžeme urobiť?

Ostať fyzicky aj mentálne fit je základom aj pre to, aby ste si mohli užívať výhody na trhu práce a zároveň sa tešiť dobrej kvalite života. To znamená nielen prevenciu pred chorobami a zraneniami spôsobenými pracovnými podmienkami, ale aj podporu zdravého životného štýlu. Celoživotné vzdelávanie poskytne istotu, že budeme mať tie správne zručnosti až do odchodu do dôchodku. Zamestnanci si môžu prispôbiť pracovné podmienky a pracovný čas tak, aby lepšie vyhovoval starším zamestnancom. Vlády by mali prehodnotiť daňový a odvodový systém tak, aby sa pracovať vyplatilo v akomkoľvek veku.

Neplatená práca seniorských dobrovoľníkov a opatrovníkov musí byť uznávaná a podporovaná, napríklad poskytovaním školení pre opatrovníkov alebo starostlivosti pre nich samých, aby sa bremeno, ktoré musia zvládnuť, nestalo neznesiteľným a neizolovalo ich od zvyšku spoločnosti. V združeniach sa môžu mladí ľudia od starších veľa učiť, nadobúdať skúsenosti a preberať od nich kultúrne dedičstvo.