

Globální města přátelská seniorům: Průvodce



World Health
Organization

Globální města přátelská seniorům: Průvodce



WHO Library Cataloguing-in-Publication Data

Global age-friendly cities: a guide.

1. Aged – statistics. 2. Aging. 3. Urban health. 4. City planning. 5. Residence characteristics. 6. Quality of life. 7. Consumer participation. 8. Strategic planning. 9. World Health Organization.

Globální města přátelská seniorům: Průvodce.

1. Senioři – statistika. 2. Stárnutí. 3. Zdravé město. 4. Urbánní plánování. 5. Charakteristiky obydlí. 6. Kvalita života. 7. Participace spotřebitelů. 8. Strategické plánování. 9. Světová zdravotnická organizace.

ISBN 978 92 4 154730 7 (NLM classification: WT 31)

© World Health Organization 2007

Design originálu: Langfeldesigns.com

Ilustrace originálu: © Ann Feild/Didyk

Originál publikace byl vtištěn ve Francii.

Publikace Světové zdravotnické organizace (WHO) jsou chráněny autorským právem v souladu s opatřeními Protokolu 2 Universal Copyright Convention.

Všechna práva vyhrazena. Publikace Světové zdravotnické organizace lze získat na adrese WHO Press, World Health Organization, 20 Avenue Appia, 1211 Ženeva 27, Švýcarsko (tel.: +41227913264; fax: +41227914857; e-mail: bookorders@who.int). Žádosti o povolení k reprodukci nebo překladu publikací WHO – pro komerční i nekomerční distribuci – zasílejte na adresu WHO Press výše (fax: +41 22 791 4806; e-mail: permissions@who.int).

Použité formulace, označení a stanoviska prezentované v této publikaci nevyjadřují názor Světové zdravotnické organizace na právní postavení kterékoliv země, území, města nebo oblasti ani jejich orgánů nebo vymezení jejich hranic. Tečkované čáry na mapě představují přibližné hranice, u nichž dosud nemuselo být dosaženo plné shody.

Uvedení jmen firem nebo výrobků nesmí být vykládáno jako jejich schválení nebo doporučení Světovou zdravotnickou organizací a jejich upřednostnění před jinými nebo podobnými firmami či výrobky, které v publikaci uvedeny nejsou. S výhradou chyb a opomenutí jsou názvy produktů chráněných vlastnickým právem odlišeny velkým počátečním písmenem.

Světová zdravotnická organizace vynaložila veškeré přiměřené úsilí, aby si ověřila informace obsažené v této publikaci. Nicméně uvedený materiál je distribuován bez jakékoliv výslovné nebo implicitní záruky. Za výklad a použití publikace odpovídá čtenář. Světová zdravotnická organizace neodpovídá za jakékoliv škody vzniklé v souvislosti s jejím použitím.

Překlad anglického originálu publikace „Global age-friendly cities: a guide“ byl proveden se souhlasem Světové zdravotnické organizace (WHO).

Překlad © Ministerstvo práce a sociálních věcí 2009

ISBN 978-80-7421-003-7

Obsah

Poděkování	iv
Úvod: Několik slov o průvodci	1
Část 1. Globální stárnutí a urbanizace: jak reagovat na úspěchy společnosti	3
Část 2. Aktivní stárnutí: rámec pro města přátelská seniorům	5
Část 3. Jak průvodce vznikl	7
Část 4. Jak průvodce používat	11
Část 5. Venkovní prostranství a budovy	12
Část 6. Doprava	20
Část 7. Bydlení	30
Část 8. Zapojení do společnosti	38
Část 9. Respekt a sociální začlenění	45
Část 10. Občanské zapojení a zaměstnanost	51
Část 11. Komunikace a informace	60
Část 12. Komunitní sociální a zdravotní služby	66
Část 13. Shrnutí a kroky do budoucna	72
Zdroje	76

Poděkování

Tento projekt se zrodil v červnu 2005 během zahajovací části XVIII. světového kongresu gerontologie a geriatrie IAGG v Rio de Janeiru v Brazílii. Projekt vyvolal okamžité nadšení a zájem, který se odrazil v poskytnutí štědré podpory ze strany mnoha partnerů. Rádi bychom touto cestou poděkovali Public Health Agency (Kanada) za finanční a materiální podporu, která byla pro realizaci výzkumu, účast několika měst a vydání tohoto průvodce zásadní.

Dále děkujeme Ministerstvu zdravotnictví Britské Kolumbie za podporu počátečního setkání zástupců partnerských měst ve Vancouveru v květnu 2006, organizaci „2010 Legacies Now“ za poskytnutí prostředků na vydání propagačního prospektu, organizaci „Help the Aged“ za umožnění účasti dvou měst na projektu a za podporu druhého setkání spolupracujících měst v Londýně v březnu 2007 a městu Ottawa (Kanada) za realizaci pilotní fáze výzkumu. Výzkumný projekt a setkání účastníků projektu se uskutečnily díky finanční podpoře vlád a samospráv většiny spolupracujících měst.

Projekt v jednotlivých fázích využíval podpory poradní skupiny, jejímž členům tímto srdečně děkujeme. Členy skupiny byli: Margaret Gillis, Public Health Agency (Kanada); James Goodwin, Help the Aged, Spojené království; Tessa Graham, Ministerstvo zdravotnictví Britské Kolumbie, Kanada; Gloria Gutman, Simon Fraser University, Kanada; Jim Hamilton, Healthy Aging Secretariat of Manitoba, Kanada; Nabil Kronful, Lebanese Healthcare Management Association, Libanon; Laura Machado, Inter-Age Consulting in Gerontology, Brazílie; a Elena Subirats-Simon, Acción para la Salud, Mexiko.

Projekt Globální města přátelská seniorům společně připravili Alexandre Kalache a Louise Plouffe z Evropské úřadovny WHO v Ženevě, kteří rovněž koordinovali přípravu zprávy z projektu. K analýze dat a tvorbě průvodce koncepčně významně přispěly tyto osoby: Louise Plouffe; Karen Purdy, Office for Seniors Interests and Volunteering, vláda Západní Austrálie; Julie Netherland, Ana Krieger a Ruth Finkelstein, New York Academy of Medicine; Donelda Eve, Winnie Yu a Jennifer MacKay, Ministerstvo zdravotnictví Britské Kolumbie; a Charles Petitot, úřad WHO.

Výzkum byl realizován ve 33 níže uvedených městech díky aktivní podpoře vlád, nevládních organizací a akademických skupin.

Ammán, Jordánsko	La Plata, Argentina	Dillí, Indie	San José, Kostarika
Cancún, Mexiko	Londýn, Spojené	Ponce, Portoriko	Šanghaj, Čína
Dundalk, Irsko	království	Portage la Prairie,	Sherbrooke, Kanada
Ženeva, Švýcarsko	Mayaguez, Portoriko	Kanada	Tokio, Japonsko
Halifax, Kanada	Melbourne, Austrálie	Portland, Oregon,	Tripolis, Libanon
Himeji, Japonsko	Melville, Austrálie	USA	Tujmazy, Ruská
Islámábád, Pákistán	Mexico City, Mexiko	Rio de Janeiro, Brazílie	federace
Istanbul, Turecko	Moskva, Ruská	Metropolitní region	Udajpur, Indie
Kingston a Montego	federace	Porúří, Německo	Udine, Itálie
Bay (kombinovaně)	Nairobi, Keňa	Saanich, Kanada	
Jamajka			

Na závěr bychom rádi poděkovali seniorům ve všech městech zapojených do výzkumu a také neformálním a profesionálním pečovatелům, kteří se v mnoha městech rovněž zúčastnili konzultací. Tito lidé na základě svých zkušeností vytvořili model města přátelského seniorům, který tvoří jádro tohoto průvodce. Tito senioři a ti, kdo jsou se seniory v důležitém vztahu, budou i nadále hrát zásadní roli, a to jako aktivní občané hájící zájmy komunity a osoby monitorující opatření, jejichž cílem je učinit jejich města přátelštějšími seniorům.

Úvod: Několik slov o průvodci

Stárnutí populace a urbanizace jsou dva globální trendy, které společně tvoří významné síly formující 21. století. Současně s růstem měst se zvyšuje také podíl jejich obyvatel starších 60 let. Senioři v podpůrném a napomáhajícím prostředí jsou pro rodiny, komunity a ekonomiky zdrojem. Světová zdravotnická organizace (WHO) chápe aktivní stárnutí jako celoživotní proces formovaný různými faktory, které jednotlivě i ve vzájemné interakci přispívají ke zdraví, participaci a bezpečí ve vyšším věku. Cílem průvodce je v návaznosti na přístup WHO k aktivnímu stárnutí inspirovat města, aby se stala více přátelská seniorům a využila potenciál, který senioři pro společnost představují.

Město přátelské seniorům podporuje aktivní stárnutí optimalizací příležitostí pro zdraví, participaci a bezpečí s cílem zlepšení kvality života lidí v procesu stárnutí.

V praxi to znamená, že město přátelské seniorům přizpůsobuje svou infrastrukturu a své služby tak, aby byly přístupné a začleňující pro seniory s různými potřebami a schopnostmi.

Abychom porozuměli charakteristikám města přátelského seniorům, musíme jít ke zdroji, tj. k seniorům žijícím ve městech. WHO ve 33 městech ze všech regionů WHO ustavila focus groups (diskusní skupiny) a požádala seniory, aby popsali výhody a překážky v osmi oblastech života ve městě.

Informace poskytnuté seniory byly ve většině měst doplněny o výstupy focus groups tvořených pečovateli a poskytovateli služeb z veřejného, neziskového a soukromého sektoru. Závěry focus groups byly použity při tvorbě přehledů klíčových prvků města přátelského seniorům.

- První část popisuje konvergující trendy rychlého růstu populace starší 60 let a procesu urbanizace a ukazuje, před jakými výzvami města stojí.
- Druhá část představuje koncept „aktivního stárnutí“ jako model pro plánování rozvoje měst přátelských seniorům.
- Třetí část shrnuje výzkum, který vedl k identifikování klíčových prvků města přátelského seniorům.
- Čtvrtá část popisuje, jak jednotlivci a skupiny mohou průvodce použít k iniciování aktivit ve svém městě.
- Části 5 až 12 zdůrazňují témata a priority, které senioři a ti, kdo seniorům poskytují služby, vyjádřili v osmi oblastech: venkovní prostranství a budovy; doprava; bydlení; účast na společenských aktivitách; respekt a sociální začleňování; občanská participace a zaměstnanost; komunikace a informace a komunitní sociální a zdravotní služby. Každá část obsahuje popis výsledků a přehled klíčových kritérií města přátelského seniorům, který byl vytvořen na základě analýzy výstupů výzkumu v jednotlivých městech.

- Část č. 13 začleňuje výsledky projektu do kontextu přístupu WHO k aktivnímu stárnutí a zdůrazňuje důležité souvislosti mezi jednotlivými tématy města přátelského seniorům. Tyto vztahy vedou k identifikaci klíčových prvků „ideálního“ města přátelského seniorům a ukazují, že změna v jedné oblasti může mít pozitivní dopad na život seniorů v dalších oblastech.

Spolupracovníci a partneři WHO, motivováni možnostmi učinit komunity přátelštějšími seniorům, nyní usilují o uplatnění výsledků výzkumu v praxi při tvorbě místní politiky a o rozšíření mimo města do dalších komunit. Společenství obcí přátelských seniorům roste a tento průvodce je na jeho počátku.

Část 1. Globální stárnutí a urbanizace: jak reagovat na úspěchy civilizace

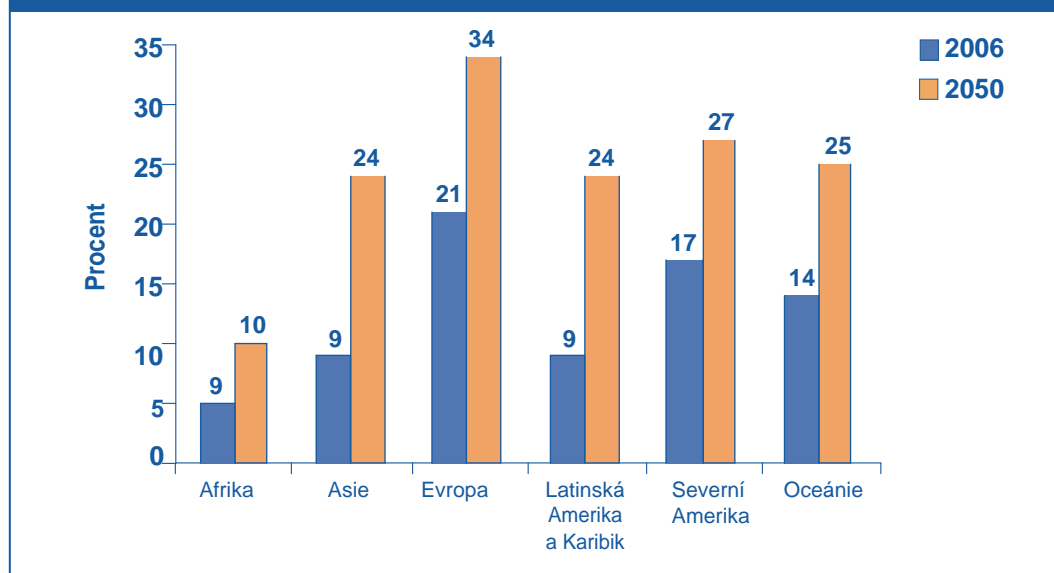
Svět rychle stárne: počet lidí starších 60 let v poměru k celkovému počtu světového obyvatelstva se zvýší z 11% v roce 2006 na 22% do roku 2050. V této době bude poprvé v lidských dějinách ve světové populaci více seniorů než dětí (do 14 let) (1). Rozvojové země stárnou mnohem rychleji než rozvinuté země: do padesáti let bude více než 80% seniorů žít v rozvojových zemích, zatímco v roce 2005 to bylo 60% (2).

Svět se současně stává jedním rostoucím městem: v roce 2007 žila ve městech již více než polovina světové populace (3).

Počet megapolí, tj. měst s více než 10 miliony obyvatel, se během 20. století zvýšil desetkrát ze 2 na 20, a v roce 2005 v nich žilo 9% světové městské populace (4).

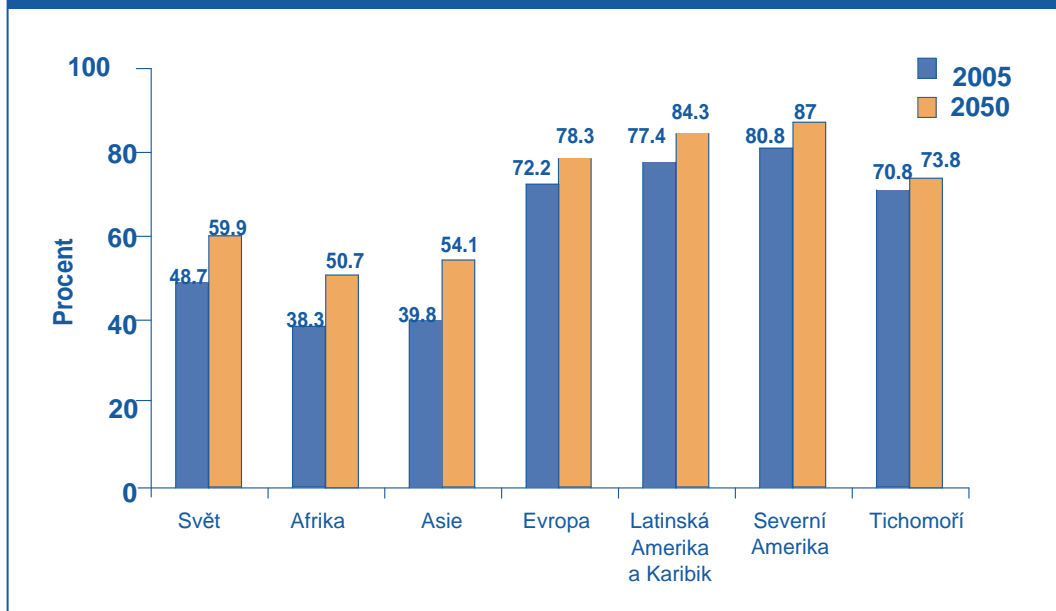
Počet a podíl obyvatel měst se bude i v následujících desetiletích zvyšovat, a to zejména ve městech s méně než pěti miliony obyvatel (5). Tento růst probíhá opět mnohem rychleji v rozvojových částech světa. Do roku 2030 budou přibližně tři z pěti lidí žít ve městě a počet městských obyvatel v méně rozvinutých regionech světa bude téměř čtyřikrát vyšší než v rozvinutějších (obr. 2) (6).

Obr. 1. Podíl světové populace starší 60 let podle regionů v letech 2006 a 2050



Zdroj: Odbor pro ekonomické a sociální záležitosti OSN (UN DESA) (1).

Obr. 2. Podíl městské populace v hlavních světových regionech



Zdroj: Odbor pro ekonomické a sociální záležitosti OSN, Sekce pro populaci (6)

Více seniorů také žije ve městech. Podíl starší dospělé populace v rozvinutých zemích žijící ve městech odpovídá přibližně 80% podílu pro mladší věkové skupiny a poroste stejným tempem. V rozvojových zemích nicméně velikost seniorské populace žijící ve městech vzroste šestnáctkrát z 56 milionů v roce 1998 na více než 908 milionů v roce 2050. V této době budou senioři tvořit jednu čtvrtinu celkové městské populace méně rozvinutých zemí (7).

Stárnutí populace a urbanizace jsou vyvrcholením úspěšného rozvoje společnosti během minulého století. Jsou také velkými výzvami pro století současné. Prodloužení života je důsledkem zásadního zlepšení péče o zdraví a růstu životní úrovně. Jak je uvedeno v Brazílské deklaraci WHO o stárnutí (8) přijaté v roce 1996, „zdraví senioři jsou zdrojem pro své rodiny, komunity a ekonomiku“.

Růst podílu obyvatelstva žijícího ve městech souvisí s technickým a hospodářským rozvojem dané země. Dynamicky se rozvíjející a progresivní města jsou přínosem pro obyvatele celé země – jak ve městech, tak na venkově. Města jsou centrem kulturních, společenských a politických aktivit a jsou tak místem, kde vznikají nové ideje, zboží a služby, které ovlivňují ostatní komunity a tím svět. K tomu, aby byla udržitelná, ale musí poskytovat podmínky a služby podporující spokojenost a produktivitu svých obyvatel. Zejména senioři potřebují podpůrné a uschopňující podmínky a prostředí, které kompenzují tělesné a sociální změny spojené se stárnutím. Tato potřeba byla uznána jako jeden ze tří prioritních směrů Madridského mezinárodního akčního plánu pro problematiku stárnutí schváleného OSN v roce 2002 (9). Zajistit, aby města byla více přátelská seniorům, je nutný a logický krok zaměřený na podporu kvality života a přínosu seniorů ve městech a udržení rozvoje a prosperity měst.

Část 2. Aktivní stárnutí: rámec pro města přátelská seniorům

Pojetí města přátelského seniorům, prezentované v tomto průvodci, vychází z konceptu aktivního stárnutí WHO (10).

Aktivní stárnutí je proces optimalizace příležitostí pro zdraví, participaci a bezpečí zaměřený na zvýšení kvality života v průběhu stárnutí.

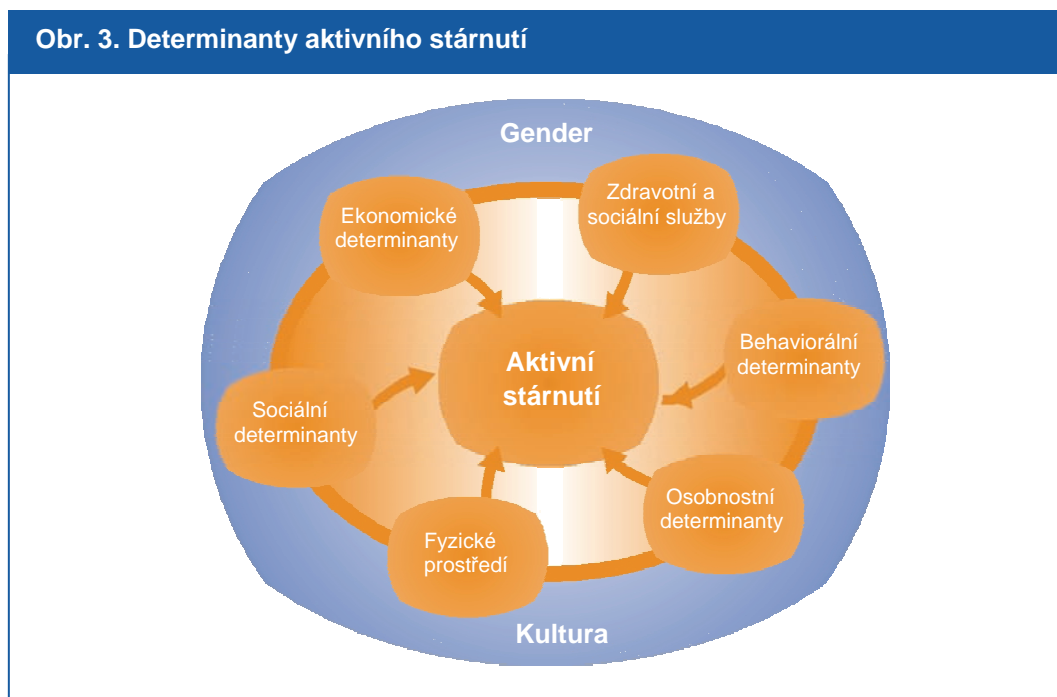
Ve městě přátelském seniorům jednotlivé politiky, služby, podmínky a infrastruktura napomáhají a usnadňují lidem stárnout aktivně tím, že:

- respektují značné rozdíly v kapacitě a zdrojích seniorů;
- flexibilně předvídají a reagují na potřeby a preference seniorů;

- respektují jejich rozhodnutí a životní styl;
- chrání ty, kdo jsou nejzranitelnější, a
- podporují začlenění seniorů do všech oblastí života komunity a jejich přínos.

Aktivní stárnutí závisí na mnoha různých faktorech či determinantách ovlivňujících jednotlivce, rodiny i národy. Zahrnují materiální podmínky i sociální faktory ovlivňující typy chování a prožívání. (11) Všechny tyto faktory a jejich vzájemné vztahy jsou důležité pro to, jak lidé stárnou a jaká je kvalita jejich života. Mnohé charakteristiky prostředí a služeb ve městě tyto determinanty obsahují a jsou zahrnuty do charakteristických prvků města přátelského seniorům (obr. 3).

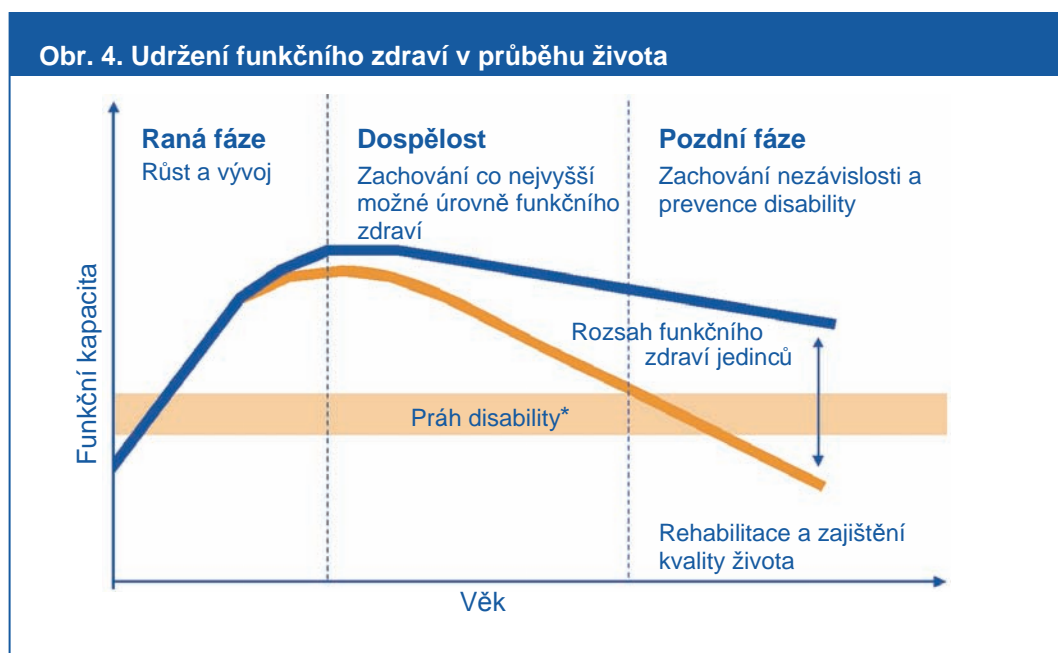
Obr. 3. Determinanty aktivního stárnutí



Tyto determinanty je nutno chápat v kontextu celoživotní perspektivy, která respektuje fakt, že senioři nejsou homogenní skupinou a že rozdíly mezi jednotlivci se s věkem zvyšují. To vyjadřuje obr. 4, který ukazuje, jak funkční kapacita (např. síla svalů a kardiovaskulární výkonnost) v dětství roste, v raném dospělém věku vrcholí a následně klesá. Míra poklesu je značně závislá na faktorech souvisejících s životním stylem a vnějších sociálních, environmentálních a ekonomických faktorech. Z hlediska jedince a společnosti je důležité si uvědomit, že rychlost tohoto poklesu lze ovlivnit a zvrátit v každém věku prostřednictvím opatření na úrovni jedince a veřejné politiky, jako např. podporou prostředí přátelského seniorům. Vzhledem k tomu, že aktivní stárnutí je

celoživotní proces, město přátelské seniorům („age-friendly“) není pouze městem přátelským „starým lidem“. Bezbariérové budovy a ulice zvyšují mobilitu a nezávislost osob se zdravotním omezením či postižením, mladších i starších.

Bezpečné město umožňuje dětem, mladým ženám a seniorům pohybovat se ve městě bez obav, účastnit se fyzicky aktivních volnočasových a společenských aktivit. Rodiny prožívají méně stresu, pokud senioři mají podporu komunity a jsou jim dostupné zdravotní služby, které potřebují. Celá společnost má prospěch ze zapojení seniorů do dobrovolné nebo placené práce. A v neposlední řadě, místní ekonomika těží z přílivu nových seniorských zákazníků. Zásadním pojmem, pokud jde o sociální a fyzické prostředí města přátelského seniorům, je uschopnění.



Zdroj: Kalache & Kickbusch (12).

Část 3. Jak průvodce vznikl

Města ze všech regionů WHO

Do projektu, jehož výsledkem je tento průvodce, se zapojilo celkem 35 měst z celého světa, z nichž 33 měst se díky podpoře zástupců vlád, nevládních a akademických organizací zapojilo také do výzkumu realizovaného prostřednictvím focus groups (1). Tato města reprezentují velmi odlišné vyspělejší a méně vyspělé země (obr. 5) a odrážejí tak rozmanitost současného městského prostředí. Města zapojená do projektu zahrnují šest megapolí s více než 10 miliony obyvatel (Mexico City, Moskva, Dillí, Rio de Janeiro, Šanghaj a Tokio), dále „skoro megapole“, jako Istanbul, Londýn a New York, i hlavní města států, regionální centra a menší města.

Participativní přístup

Participativní přístup „zdola nahoru“ („bottom-up“) (13) zapojuje seniory do procesu analýzy a hodnocení vlastní situace s cílem zkvalitnění jednotlivých veřejných politik. OSN tento přístup doporučuje za účelem posílení možností seniorů podílet se na rozvoji společnosti a procesu rozhodování. Vzhledem k tomu, že sami senioři jsou největšími odborníky na svůj život, WHO a její partneři ve všech městech seniory zapojili do projektu jako plnohodnotné účastníky. Koordinátoři projektu usilovali o bezprostřední poznání zkušeností seniorů.

Edinburk poskytl informace o přátelskosti seniorům získané v rámci rozsáhlého šetření a rozhovorů realizovaných několik měsíců před zahájením projektu WHO. Poznatky z Edinburku získané použitím odlišné, ale komplementární metodologie, poskytly další informace potvrzující závěry focus groups. New York úzce spolupracoval na analýze dat a přípravě dalších fází projektu „Globální města přátelská seniorům“.

Jaké charakteristiky města jsou přátelské seniorům? S jakými problémy se senioři setkávají? Co může přispět ke zlepšení jejich zdraví, zapojení a bezpečí a ve městě přítom chybí?

Byly vytvořeny focus groups složené ze seniorů s nižšími až středními příjmy ve věku 60 a více let. V období od září 2006 do dubna 2007 se uskutečnilo celkem 158 setkání, kterých se zúčastnilo celkem 1485 osob. Hlavním zdrojem informací ve všech 33 městech byli senioři. S cílem získat také názory a zkušenosti seniorů, kteří se nemohli focus groups z důvodu svého tělesného nebo duševního zdraví zúčastnit, uspořádala většina měst také skupiny s pečovateli, kteří hovořili o zkušenostech těchto osob. Ve většině měst se konaly focus groups také s poskytovateli služeb z veřejného, neziskového a privátního sektoru, které doplnily informace získané od seniorů a pečovatelů. Do těchto konzultací bylo zapojeno celkem 250 pečujících osob a 515 poskytovatelů, kteří poskytli své poznatky z práce se seniory. Pečovatelé a poskytovatelé služeb někdy poskytovali informace, které senioři neuvodli. Informace z obou skupin však byly vždy v souladu s názory seniorů.

Diskutovaná témata

Ve focus groups bylo analyzováno celkem osm témat tak, aby byl získán komplexní obraz přátelskosti města seniorům. Tato témata se týkají infrastruktury, prostředí, služeb a politik, které reflektují determinanty aktivního stárnutí.

Obr. 5. Mapa partnerů projektu města přátelská seniorům



Značení a prezentace materiálu použité na této mapě neznamenají vyslovení jakéhokoli názoru Světové zdravotnické organizace na právní postavení kterékoli země, území, města nebo oblasti nebo jejich orgánů nebo na vymezení jejich hranic. Tečkované čáry na mapě představují přibližné hranice, u nichž nemusí být dosud dosaženo plné shody.

Témata pro diskusi byla stanovena na základě výsledků předchozích výzkumů se seniory, které se zaměřovaly na charakteristiky komunit přátelských seniorům (14,15). Ve všech městech byly ve focus groups kladeny pro každou oblast stejné základní otázky.

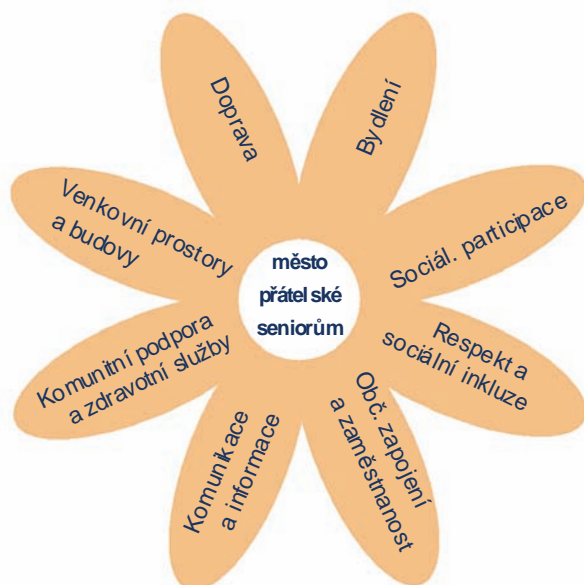
Prvními třemi tématy byly venkovní prostory a budovy, doprava a bydlení. Tyto klíčové prvky fyzického prostředí města mají značný vliv na mobilitu osob, bezpečnost z hlediska úrazů a kriminality, zdravé chování a sociální participaci. Další tři témata odrážejí různé aspekty společenského prostředí a kultury, které mají vliv na zapojení a duševní pohodu.

Část „Respekt a sociální začleňování“ se zabývá postoji, chováním a hodnocením, které vůči seniorům projevují jednotlivci a společnost jako celek. Část „Zapojení do společnosti“ se zaměřuje na zapojení seniorů do společenského života, volnočasových, kulturních, vzdělávacích a duchovních aktivit. Část „Občanské zapojení a zaměstnanost“ se zaměřuje na příležitosti pro aktivní zapojení občanů do místní komunity a do dobrovolné a placené práce. To souvisí se sociálním prostředím i s ekonomickými determinanty aktivního stárnutí. Posledními dvěma tématy jsou „Komunikace a informace“ a „Komunitní sociální a zdravotní služby“, které zahrnují determinanty sociálních prostředí i determinanty zdravotních a sociálních služeb.

Průřezové determinanty aktivního stárnutí „kultura“ a „gender“ byly do tohoto projektu zahrnuty jen nepřímo, protože jejich význam pro aktivní stárnutí daleko přesahuje problematiku života ve městech. Vzhledem k tomu, že vliv těchto determinant je zásadní, zasluhují si samostatné a specificky zaměřené iniciativy.

Stejně jako je tomu u determinant aktivního stárnutí, rovněž osm uvedených oblastí městského života se překrývá a vzájemně ovlivňuje. Respekt a sociální začleňování se odráží v přístupnosti budov a prostranství a v množství příležitostí pro společenské zapojení, volný čas či zaměstnání, které město nabízí seniorům. Sociální participace má zase vliv na sociální začleňování a přístup k informacím.

Obr. 6. Tematické oblasti města přátelského seniorům



Kvalita bydlení má dopad na potřebnost sociálních komunitních služeb. Společenské, občanské a ekonomické zapojení zase do jisté míry závisí na přístupnosti a bezpečnosti vnějších prostranství a veřejných budov. Doprava, komunikace a informace mají na jednotlivé oblasti obzvlášť velký vliv: bez dopravy a vhodných zdrojů informací umožňujících setkávání a kontakty jsou služby a zařízení, které mohou podpořit aktivní stárnutí, jednoduše nedostupné. Obr. 6 znázorňuje jednotlivé tematické okruhy města přátelského seniorům.

Identifikace charakteristik přátelských seniorům

Pro každou z osmi oblastí byly informace o charakteristikách města, které jsou přátelské seniorům, o bariérách a nedostatcích a jednotlivé návrhy účastníků přepsány a rozříděny do tematicky příbuzných skupin.

Témata v jednotlivých městech byla evidována za účelem získání celkového obrazu o tom, co je považováno za nejdůležitější všude a co v jednotlivých regionech a městech. Na základě těchto témat byl pro každou z oblastí městského života vypracován přehled klíčových prvků přátelských seniorům. Přehled těchto klíčových prvků věrohodně shrnuje názory vyjádřené účastníky focus groups ze všech světových regionů.

Část 4. Jak průvodce používat

Hlavní prvky přátelské seniorům

Smyslem průvodce je umožnit městům nahlédnout na sebe z perspektivy seniorů a zjistit, ve kterých oblastech a jak se mohou stát více přátelskými seniorům. Následující části popisují pozitiva a bariéry, se kterými se senioři setkávají ve městech na různém stupni rozvoje. Přehled klíčových prvků (kritérií) města přátelského seniorům uvedený v závěru každé části se vztahuje jak na rozvinutější, tak méně rozvinutá měst. Jeho záměrem je poskytnout univerzální model města přátelského seniorům.

Přehled klíčových prvků města přátelského seniorům nemá sloužit jako nástroj pro srovnávání mezi městy a stanovování pořadí podle jejich přátelskosti seniorům. Je to spíše nástroj pro sebehodnocení a zmapování dosaženého pokroku. Žádné město není tak daleko, aby nemohlo ukazatelů přátelskosti seniorům využít k významnému zlepšení. Je samozřejmě možné jít za standard formulovaný v seznamu kritérií a některá města ho skutečně převyšují. Jedná se o příklady dobré praxe, které poskytují inspiraci a podněty, které si další města mohou osvojit a přizpůsobit. Žádné město však nedosahuje „zlatý standard“ ve všech oblastech.

Přehledy klíčových prvků města přátelského seniorům nejsou technickými směnicemi či specifikacemi designu.

Existují dokumenty technického charakteru, které je možno v případě potřeby využít k provedení potřebných změn v jednotlivých městech (16,17).

Kdo může průvodce využít

Tento průvodce je určen jednotlivcům i skupinám, kteří chtějí učinit své město přátelštější seniorům, včetně vlád, dobrovolných organizací, soukromého sektoru a občanských sdružení. Princip uplatněný při tvorbě průvodce platí i pro jeho použití. To znamená, že je třeba do celého procesu zapojit seniory jako plnohodnotné partnery ve všech fázích. Při hodnocení silných a slabých stránek života v daném městě senioři mohou popsat, do jaké míry odpovídají jejich zkušenosti kritériím města přátelského seniorům. Mohou navrhnout změny a zúčastnit se realizace projektů připravených s cílem zlepšení daného stavu. Poznatky o situaci seniorů získané participativním přístupem v daném místě poskytují zásadní informace, které gerontologové a odpovědné instituce mohou získat, analyzovat a využít pro tvorbu a změnu opatření a politiky. V dalších fázích „seniorům přátelských“ místních aktivit je základním pravidlem, aby senioři zůstali zapojeni do monitorování projektu jako konzultanti a obhájci města přátelského seniorům.

Část 5. Venkovní prostory a budovy

Přehled poznatků

Venkovní prostranství a veřejné budovy mají značný vliv na mobilitu, nezávislost a kvalitu života seniorů a možnost „stárnout v místě“. Během konzultací k projektu WHO senioři a osoby, které jsou se seniory v intenzivním kontaktu, uváděli mnoho charakteristik městského a architektonického prostředí, které přispívají k přátelskosti seniorům. Mezi stále se opakujícími tématy všude byla kvalita života, přístupnost a bezpečí. Ve všech městech senioři kladně přijímali přijaté či připravované kroky ke zlepšení a navrhovali další změny a kroky.

1. Příjemné a čisté prostředí

Krása přírodního prostředí města je prvkem, který lidé v mnoha městech spontánně zmiňují jako prvek přátelský seniorům. Například v Rio de Janeiru a v Cancúnu se bydlet blízko oceánu považuje za jednoznačnou výhodu, stejně jako bydlet u řeky v Melville a v Londýně. V Himeji senioři oceňují ticho a klid svého prostředí. Senioři současně vyjadřují nespokojenost, pokud jde o čistotu města a obtěžující míru hluku a zápachu.

Člověk ráno vstane ve čtyři hodiny místo v šest, protože venku je příliš velký hluk.

Senior, Istanbul

V Tripolisu je prý kouř z nargilé (orientálních vodních dýmek), zejména večer a v průběhu ramadánu, „dusící“. Na Jamajce senioři uváděli jako zdroj nespokojenosti příliš hlučnou hudbu, doprovázenou neslušnými výrazy v textu písní. V mnoha městech kvalitu života negativně ovlivňuje nečistota a špína. Obyvatelé Mexico City v reakci na tyto problémy navrhli připravit kampaň „čistá ulice“, na Jamajce navrhli přijmout závazné normy omezující míru hluku.

V některých městech se za problém považuje samotná velikost města. V Tokiu je klesající soudržnost mezi lidmi dávana do souvislosti s rostoucím počtem obyvatel. Nairobi se považuje za město, které je přelidněné a ve kterém je pro seniory obtížné pohybovat se ve městě.

2. Důležitost zeleně

Veřejná prostranství s dostatkem zeleně patří k nejčastěji zmiňovaným prvkům přátelskosti seniorům. V mnoha městech však různé bariéry seniorům využívání těchto míst znemožňují. Například v Dillí jsou údajně některá prostranství nedostatečně udržována a stávají se z nich „skládky“, v Himeji nejsou některé parky považovány za bezpečné. V Melville respondenti zdůrazňují nedostatek toalet a veřejných míst k odpočinku a sezení. V Moskvě je podle respondentů málo možností úkrytu před špatným počasím. V Udajpuru respondenti zdůrazňují špatnou přístupnost parků. Dalším důležitým tématem jsou rizika spojená s užíváním parku různými skupinami.

Pro seniora může být bariérou, pokud je v parku velký ruch, jezdí se v něm na kole, skateboardu či na bruslích nebo v něm volně pobíhají nebezpeční psi.

Poskytovatel služeb, Melbourne

S cílem řešení těchto problémů respondenti formulují různé návrhy. Pečovatelé v Halifaxu zdůrazňují potřebu malých a poklidných míst s dostatkem zeleně poblíž města spíše než velkých a rušných parků využívaných dětmi a skateboardy. Senioři v Ammánu doporučují zřídit pro svou věkovou kategorii speciální prostranství, zatímco v Dillí navrhuje vyhrazení některých částí parků pro seniory. V některých případech senioři požadují zlepšení údržby parků.

3. Dostatek míst k odpočinku

Dostupnost míst k odpočinku je seniory obecně považována za nezbytnou součást města: pro mnohé seniory je obtížné pohybovat se ve městě a svém okolí bez možnosti sednout si a odpočinout si.

Je tady velmi málo míst, kde se lze posadit ... člověk se unaví a chce si sednout a odpočinout si.

Senior, Melville

Senioři a pečovatelé v Šanghaji kladně hodnotí možnosti odpočinku a relaxace v jejich městě. V Melbourne vítají nová a opravená místa k odpočinku a sezení. Existuje zde však určitá obava, že tato místa budou využívána lidmi s antisociálním chováním. Například v Tujmazech bylo požadováno odstranění veřejných laviček pouze z tohoto důvodu.

4. Chodníky přátelské seniorům

Kvalita chodníků a komunikací má nepochybný vliv na mobilitu v místním prostředí. Chodníky, které jsou úzké, nerovné, poškozené nebo mají vysoké patníky, jsou přeplněné nebo mají bariéry, představují potenciální ohrožení a ovlivňují mobilitu seniorů ve městě.

Kvůli špatnému stavu chodníku jsem spadl a zlomil jsem si ruku.

Senior, Dundalk

Nevhodné chodníky jsou prakticky všude uváděny jako problém. V mnoha městech, např. v Mexico City, Rio de Janeiro a ve městech na Jamajce, jsou chodci nuceni

sdílet chodníky společně s pouličními prodejci. V jiných městech, jako např. v La Plata, Moskvě, Ponce, nebo v regionu Porúří, lidé musí kvůli automobilům parkujícím na chodníku chodit po silnici. Počasí může problémy seniorů při užívání chodníků ještě zvyšovat. V Sherbrooku například respondenti poukazovali na problém s neodklizením sněhu z chodníků, v Portage la Prairie respondenti považují, pokud sněží, riziko pádu za vyšší.

Respondenti vítají opatření na zlepšení kvality a údržby chodníků v některých městech. K tomu, aby se chodníky staly přátelštějšími seniorům, respondenti často uváděli tyto charakteristiky a požadavky:

- rovný, neklouzavý povrch;
- dostatečná šířka pro invalidní vozík;
- snížené obrubníky, které jsou sníženy a zarovnány na úroveň vozovky;
- volný průchod kolem překážek, např. pouličních prodavačů, parkujících aut a stromů; a
- přednostní přístup pro chodce.

Nežiju v centru, bydlím v La Loma, ale máme tam stejný problém s chodníky. Špatně chodím, mám hůl a pořád se musím dívat dolů, jak říkával můj kamarád. Teď když jdu do centra a žádám o pomoc při přechodu 7. ulice, vždycky se snažím najít mladého člověka, a lidé ke mně jdou, takže si nemohu stěžovat, že by mi neměl kdo pomoci.

Senior, La Plata

5. Bezpečné přechody pro chodce

Možnost bezpečně přejít ulici je často důležité téma a několik měst již přijalo kroky ke zlepšení podmínek na přechodech: v Cancúnu byla na přechodech instalována světelná signalizace; v La Plata byly vytvořeny ostrůvky pro chodce; v Mayaguezu nové přechody pro chodce a v Portlandu protiskluzové pruhy na přechodech. V Ammánu byly k usnadnění přecházení vozovky vybudovány mosty a tunely.

V mnoha městech respondenti uvádí, že signalizace na přechodech se mění příliš rychle. V Melville bylo doporučeno, aby signalizace byla vybavena viditelným „odpočítáváním“, aby chodci věděli, kolik času jim zbývá k přejití silnice. Zvukové signály na přechodech pro chodce jsou velmi vítány v Istanbulu; v Portlandu a v Udine respondenti doporučují zvukové i vizuální signály.

Semafory jsou nastaveny pro olympijské běžce.

Senior, Halifax

Dalším častým problémem je, že řidiči jezdí na červenou a nedávají chodcům přednost.

... jsou tu přechody pro chodce, ale řidiči na vás vůbec neberou ohled. Vidí vás přecházet a jedou přímo na vás. Pokud nemáte silné srdce, tak zkolabujete.

Senior, Jamajka

Hustota a rychlost silničního provozu podle respondentů ve většině měst představuje bariéru pro seniory, ať chodce nebo řidiče. V Udajpuru uvádí, že doprava je chaotická a senioři se kvůli rušné dopravě obávají vycházet; někteří nevycházejí ven bez doprovodu. (Obtíže, se kterými se setkávají starší řidiči, jsou uvedeny v části 7.)

6. Přístupnost

Jak v rozvojových, tak v rozvinutých zemích mají lidé pocit, že jejich město nebylo postaveno pro seniory.

Jdu do města, jen když mám konkrétní důvod. Vyřídím si, co potřebuji, a jdu rovnou domů. Proč bych se měl chtít procházet po městě? Nejsem mladý.

Senior, Nairobi

V mnoha městech respondenti uvádějí fyzické bariéry, které seniory mohou odrazovat od vycházení ven z domova. Respondenti v Rio de Janeiru zdůrazňují, že betonové schody vedoucí do favely (chudinské části města) jsou pro seniory obtížně přístupné. V Sherbrooku je v některých lokalitách problémem nedostatek ramp. Často doporučeným opatřením k řešení těchto problémů je vzdělávání o potřebách seniorů, zejména urbanistů a architektů.

7. Bezpečné prostředí

Pocit bezpečí značně ovlivňuje zájem a ochotu lidí vycházet ven a pohybovat se ve městě, což následně ovlivňuje jejich nezávislost, tělesné zdraví, sociální integraci a duševní pohodu. Mnohá města jsou považována za obecně bezpečná, avšak u některých měst je tomu jinak. Bez ohledu na reálnou míru rizika téměř všude respondenti zdůrazňují význam bezpečí, včetně otázek jako je osvětlení ulic, násilí, kriminalita, drogy a bezdomovectví. Mnoho seniorů se bojí vycházet zejména večer.

Večer nevycházíme. Nikam nechodím ... mohli by vás zabít.

Senior, Tujmazzy

Respondenti oceňují, že v některých městech byla přijata opatření ke zlepšení bezpečnosti; v Ženevě a v Sherbrooku například uvádí instalování bezpečnostních kamer.

S cílem zlepšení bezpečnosti v La Plata navrhuje více zapojit komunitu, například prostřednictvím podpory vzniku svépomocných skupin mezi seniory, zaměřených na zvýšení bezpečnosti ve městě, a dále také posílit policii. V Dundalku respondenti navrhuje, aby vláda poskytovala dotace na zvýšení osobní bezpečnosti seniorů.

V Turecku často dochází k zemětřesení. Senioři v Istanbulu proto poukazují na to, že jejich město a domy nejsou projektovány s cílem minimalizace rizika úrazu při zemětřesení.

Abychom se při zemětřesení cítili v bezpečí, měli bychom mít přístup na otevřený volný prostor, ale nedají nám ho, říkají, abychom využili ulice.

Senior, Istanbul

8. Stezky pro pěší a cyklisty

Pěší a cyklistické stezky se považují za součást prostředí, podporujícího zdraví a přátelského seniorům, i když respondenti uvádí také rizika. V Ženevě někteří respondenti považují cyklisty za ohrožení pro seniory. V Udine doporučují zřídit dvojí oddělené stezky, pro cyklisty a pro pěší. Senioři v Cancúnu, Portlandu a Saanichi oceňují pěší stezky ve svých městech. Podle pečovatelů v Halifaxu je třeba zajistit, aby komunikace měly rovný povrch, a senioři a pečovatelé v Portage la Prairie uvádí potřebu snadné přístupnosti chodníků s dostatečným počtem nájezdů pro vozíčkáře. Senioři v Udine doporučují v rámci města vytvořit systém stezek pro pěší a v Halifaxu požadují, aby byly na parkovištích chodníky pro pěší kvůli zajištění jejich bezpečí. Jiným návrhem, který uvádí respondenti v Saaniche, je instalovat veřejné toalety poblíž stezek pro pěší.

9. Budovy přátelské seniorům

V mnoha městech, včetně v Himeji, Mayaguezu, Melbourne a Dillí, respondenti zdůrazňují, že nové budovy jsou přístupné a že byly provedeny úpravy vedoucí ke zlepšení přístupnosti budov. Za prvky nezbytné k zajištění přátelskosti budov seniorům se obecně považují:

- výtahy
- eskalátory
- rampy
- široké dveře a průchody
- vhodné schody (ne příliš vysoké nebo strmé) se zábradlím
- protiskluzové podlahy
- místa k odpočinku s pohodlnými místy k sezení
- dostatečné značení
- veřejné toalety s bezbariérovým přístupem.

Ve dvou městech respondenti zmiňují bariéry, kterým senioři čelí při užívání výtahů. V Nairobi se senioři obávají jezdit výtahem a musí mít doprovod a v Tripolisu se senioři zdráhají výtahy používat, protože se obávají, že v nich kvůli častým výpadkům elektřiny zůstanou uvězněni.

Přestože se obecně uznává důležitost bezbariérového přístupu do budov, současně se často konstatuje, že mnohé budovy, zejména ty starší, bezbariérové nejsou. V některých případech přístup do starých budov nelze zlepšit. Většina měst potřebu zlepšení přístupnosti budov, zejména pro vozíčkáře, vnímá.

Respondenti uvádí také některé pozitivní a negativní charakteristiky velkých nákupních center. V Dundalku a Melville některá nákupní střediska svým zákazníkům nabízí vozíky pro osoby se zdravotním postižením a poskytují bezbariérový přístup. V Melbourne se za překážku, bránící využívání velkých nákupních středisek, považuje nutnost ujít velkou vzdálenost pěšky. V Istanbulu mají nákupní centra eskalátory, ale jejich užívání je pro seniory obtížné.

Respondenti se domnívají, že důležité budovy, včetně obchodů, by se měly nacházet blízko bydliště seniorů, aby měli ke službám snadný přístup. Senioři v Tujmazech oceňují možnost bydlet poblíž obchodů a trhů. Koncentrace obchodů v jednom místě umožňuje seniorům v Sherbrooku zařízovat si vše potřebné blízko svého bydliště.

10. Dostupnost veřejných toalet

Dostupnost čistých, vhodně lokalizovaných, dobře označených bezbariérových toalet se všeobecně považuje za důležitý prvek přátelskosti městského prostředí seniorům. V Islámábádu respondenti vyjadřují spokojenost s nedávno otevřenými veřejnými toaletami, jejichž počet vzrůstá.

V souvislosti s veřejnými toaletami byla zjištěna řada bariér. V Halifaxu uvádí, že dveře záchodů jsou příliš těžké. V Himeji jsou veřejné toalety malé a ne všechny jsou typ se sedátkem. V La Plata pečovatelé zdůrazňují, že toalety nejsou přístupné pro lidi s postižením.

11. Starší zákazníci

Za prvek přátelský seniorům se považují také kvalitní služby, které respektují potřeby seniorů. Senioři v Cancúnu jsou přednostně obslouženi a na Jamajce některé obchody poskytují seniorským zákazníkům pojízdná křesla. V Mexico City je přednostní obsluha seniorů stanovena zákonem. V Portlandu skupina dobrovolníků vytvořila „seniorům přátelského“ průvodce podnikáním a systém auditu.

Jednou z bariér zmiňovaných v řadě měst jsou dlouhé fronty nebo čekací doba, kterým senioři musí čelit při přístupu k službám. Respondenti navrhuji zavést pro seniory specifické podmínky poskytování služeb, např. vyhrazené pokladny nebo přepážky. Senioři v Islámábádu doporučují dávat přednost starším ženám. V Sherbrooku bylo navrženo, aby v soukromých službách, například v bankách, kde senioři musí čekat, byla umístěna místa k sezení.

Další bariérou identifikovanou v některých městech, mimo jiné v Londýně a Tokiu, je zánik malých místních obchodů se zbožím denní potřeby. Senioři tak ztrácejí potenciální zdroj společenského kontaktu a musí cestovat za nákupy delší vzdálenosti.

Venkovní prostory a budovy přátelské seniorům – shrnutí

Prostředí

- Město je čisté, dodržování předpisů omezujících hluk a nepříjemné nebo škodlivé zplodiny a zápachy je vymáháno.

Zeleň a stezky pro pěší

- Ve městě jsou dobře udržovaná a bezpečná prostranství s dostatkem zeleně, s dostatečnými přístřešky a toaletami a snadno přístupnými místy k sezení.
- Komunikace pro pěší jsou chodcům přátelské, jsou bez překážek, mají rovný povrch, je k nim snadný přístup a jsou u nich veřejné toalety.

Venkovní místa k sezení

- Jsou dostupná venkovní místa k sezení, zejm. v parcích, na zastávkách a ve veřejných prostranstvích, jsou pravidelně rozmístěna; místa k sezení jsou dobře udržována a hlídána a je tak zajištěna bezpečnost pro všechny.

Chodníky

- Chodníky jsou dobře udržované, s rovným povrchem, neklouzavé a dostatečně široké pro invalidní vozíky, mají nízké obrubníky, které jsou sníženy na úroveň vozovky.
- Chodníky jsou bez jakýchkoliv překážek (např. pouliční prodavači, zaparkovaná auta, stromy, psí výkaly, sněh) a chodci na nich mají přednost.

Silnice

- Na silnicích je dostatečný počet protiskluzných přechodů, rovnoměrně rozmístěných, takže chodci mají zajištěno bezpečné přecházení.
- Silnice jsou vybaveny dobře upravenými a vhodně umístěnými prvky, jako jsou ostrůvky, podchody nebo nadchody, které usnadňují chodcům přecházení frekventované silnice.
- Signalizace na přechodech poskytuje seniorům dostatečný čas k přejetí silnice a je vybavena jak vizuálními, tak zvukovými signály.

Doprava

- Jsou přísně dodržovány dopravní předpisy, řidiči dávají přednost chodcům.

Cyklistické stezky

- Existují oddělené stezky pro cyklisty.

Bezpečnost

- Bezpečnost ve všech veřejných prostorech a budovách je prioritou a je zvyšována například opatřeními minimalizujícími riziko ohrožení v situaci přírodních pohrom, kvalitním pouličním osvětlením, policejními hlídkami, dodržováním a vymáháním nařízení a předpisů a podporou aktivit jednotlivců a komunit zaměřených na zvýšení bezpečnosti.

Služby

- Služby se nachází v blízkosti místa bydliště seniorů a jsou snadno přístupné (např. nacházejí se v přízemí budov).
- Existuje specifický režim služeb pro seniorské zákazníky, např. oddělené fronty nebo zvláštní přepážky.

Budovy

- Budovy jsou přístupné a mají tyto prvky:
 - výtahy
 - rampy
 - dostatečné označení
 - zábradlí u schodišť
 - schody nejsou příliš vysoké ani strmé
 - protiskluzové podlahy
 - místa k odpočinku s pohodlnými možnostmi sezení
 - dostatečný počet veřejných toalet.

Veřejné toalety

- Veřejné toalety jsou čisté, dobře udržované, snadno přístupné osobám s různou mírou soběstačnosti, dobře označené a umístěné na vhodných místech.

Část 6. Doprava

Přehled poznatků

Doprava, včetně bezbariérové a finančně dostupné veřejné dopravy, je klíčovým faktorem aktivního stárnutí. Je to téma, které se prolíná řadou dalších diskutovaných oblastí. Míra mobility v rámci města má vliv zejména na společenské a občanské zapojení a na přístup ke komunitním a zdravotním službám.

Účastníci projektu WHO proto k tomuto tématu uvádí mnoho komentářů názorů týkajících se všem aspektů dopravní infrastruktury, vybavení a služeb u jednotlivých prostředků městské dopravy.

Život mnoha seniorů je závislý na dostupném systému dopravy.

Poskytovatel služeb, Dundalk

1. Dostupnost

Uvádí se, že veřejná doprava je dostupná téměř ve všech městech, i když ne ve všech lokalitách. Města v rozvinutých zemích a v zemích s přechodovou ekonomikou (např. Ruská federace) považují často své systémy veřejné dopravy za dobře rozvinuté nebo dostatečné. V mnoha městech existuje celá škála dopravních služeb, mezi něž patří autobusová doprava (soukromá a veřejná), vlaky, tramvaje, trolejbusy, rikši (soukromé a veřejné), minibusy, kyvadlová doprava autobusy či minibusy, komunitní (dobrovolnické) dopravní služby, speciální služby pro křehké seniory a seniory se zdravotním postižením, taxíky a osobní řidiči.

Nicméně ve městech na různých stupních rozvoje jsou uváděny nedostatky, které je žádoucí vyřešit s cílem učinit danou komunitu přátelštější seniorům.

2. Finanční přístupnost

Za podstatný faktor ovlivňující využívání veřejné dopravy seniory se považuje cena. V některých městech se veřejná doprava pro seniory poskytuje zdarma nebo za snížené jízdné. Například v Ženevě je doprava nabízena zdarma osobě, která seniora doprovází, a v Dundalku senioři nad 75 let mají nárok na průkaz průvodce. V některých městech však respondenti považují cenu veřejné dopravy za příliš vysokou. Seniorům v Nairobi vadí zvyšování cen bez jakýchkoli pravidel, uplatňované kvůli špatnému počasí, státním svátkům a dopravním špičkám. Dále jsou uváděny obtíže při získávání dotovaného nebo bezplatného jízdného. V Himeji respondenti uvádí, že věk, při kterém vzniká nárok na bezplatné jízdné, je příliš vysoký, a v Dillí považují administrativní postup vyřízení žádosti o slevu na jízdném za příliš složitý. V Rio de Janeiru není doprava zdarma poskytována seniorům žijícím ve favelé, protože veřejná doprava zde není dostupná. V Ženevě lze získat slevu na jízdném pouze tehdy, pokud si senioři zakoupí sezónní vlakovou jízdenku. V některých městech nelze dotované jízdné využít v soukromých dopravních službách; ale například v Dundalku některé soukromé autobusové linky tyto průkazy akceptují.

Respondenti v některých městech navrhují, aby seniorům byl poskytnut nebo rozšířen přístup k bezplatné dopravě nebo dopravě za snížené jízdné. V Mexico City doporučují, aby seniorům byla poskytována doprava zdarma na konkrétní místa a události.

3. Spolehlivost a četnost

Spolehlivá veřejná doprava nabízející dostatek spojů je považována za prvek přátelský seniorům. Někteří senioři, zejména v rozvinutých zemích, uvádějí, že četnost dopravních služeb v jejich městě je dobrá.

Existuje nicméně mnoho měst na různé úrovni rozvoje, kde uvádí, že veřejná doprava není dostatečně dostupná nebo spolehlivá. V Istanbulu senioři uvádějí, že cestování veřejnou dopravou je velmi zdoluhavé, protože neexistuje dostatek spojů. V Melbourne údajně v některých oblastech nejezdí autobusy od sobotního odpoledne až do pondělního rána. Senioři v Porúří se domnívají, že spojení do okrajových částí města a noční spoje nejsou dostatečně časté. V některých městech se navrhuje zvýšit frekvenci spojů veřejné dopravy, zejména v noci a o víkendech.

V několika málo městech, například v Ženevě, Londýně, Moskvě a Tokiu, lidé uvádějí, že veřejná doprava je spolehlivá, v jiných podobně rozvinutých městech tomu tak vždy ale není.

Ve městech v rozvojových zemích tento prvek přátelskosti města seniorům nebyl uváděn. V Ammánu autobusy nemají pravidelný jízdní řád a v Islámábádu neexistuje pravidelný jízdní řád pro prostředky veřejné dopravy. V La Plata jsou autobusy nespolehlivé, protože jejich trasy se často mění.

4. Dostupnost lokalit

Možnost využití veřejné dopravy velmi závisí na tom, zda se lidé mohou dopravit tam, kam potřebují. Respondenti v řadě měst uvádí, že veřejná doprava dobře pokrývá alespoň některé oblasti, kam se potřebují dopravit. V jiných zemích, jak v rozvinutých, tak v rozvojových, se však objevuje problém s nedostatkem spojů veřejné dopravy; lidé si stěžují, že některé části města nejsou pokryty, nebo že je obtížné dopravit se přes celé město, nebo že je nedostatečná návaznost mezi autobusy a jinými dopravními prostředky. Dále nejsou dobře pokryty destinace důležité pro seniory. Například v Dundalku nejezdí autobusy k domovu pro seniory a v Mayaguezu je doprava do seniorských center omezená. V Tujmazech respondenti považují dostupnost parků veřejnou dopravou za nedostatečnou.

Problém s veřejnou dopravou je v tom, že má velké mezery... chcete-li se dostat do centra, není to problém, ale chcete-li cestovat mezi jednotlivými částmi města, budete to mít hodně těžké.

Senior, Portland

5. Dopravní prostředky přátelské seniorům

Dalším významným problémem, který se často objevuje, je nastupování a vystupování z dopravních prostředků. V řadě měst jsou některé dopravní prostředky upraveny tak, aby usnadnily přístup seniorům: v Šanghaji existují upravená sedadla; v Saanichi jsou některé autobusy bezbariérové; v Udajpuru brzy budou nízkopodlažní autobusy. V Ženevě mají některé autobusy zvýšená nástupiště a nízké podlahy.

Lidé často uvádí, že charakter a design veřejných dopravních prostředků představuje pro seniory bariéru. Například v Udine senioři uvádí, že je pro ně obtížné využívat autobusovou dopravu kvůli vysokým schodům, a v Ponce nejsou autobusy upraveny pro vstup s invalidním vozíkem.

Obyvatelé několika měst uvádějí také další charakteristiky, které odrazují od využívání veřejné dopravy. V Dillí senioři upozorňují na to, že čísla autobusových linek nejsou na autobusech dobře čitelná. Poskytovatelé služeb v Dundalku zpochybňují funkčnost některých autobusů a v La Plata senioři vyjadřují obavy ze špatného stavu některých autobusů.

6. Speciální dopravní služby pro seniory

Senioři, pro které je obtížné využívat běžnou veřejnou dopravu, potřebují speciální způsoby dopravy. V některých městech ve vyspělejších zemích jsou tyto služby uváděny jako prvek přátelský seniorům, nicméně v jiných městech je jen málo takových možností. Doporučuje se poskytovat služby lidem se zdravotním postižením. Například v Rio de Janeiru pečovatelé uvádí, že pro seniory se zdravotním postižením jsou jedinou možností dopravy taxíky, avšak jejich invalidní vozíky se do kufru nevejdou, protože je v nich umístěna nádrž. V Mexico City pečovatelé navrhuje zavedení autobusů speciálně upravených pro osoby se zdravotním postižením a jejich pečovatele.

7. Přednostní místa a slušnost

Několik měst uvádí jako prvek přátelskosti seniorům přednostní místa pro seniory v dopravních prostředcích a v některých městech, jako např. v Islámábádu, vyhrazená místa pro seniory respektují. Tato slušnost však není běžná a například senioři v Moskvě doporučují edukaci veřejnosti zaměřenou na slušnost a ohleduplnost ve veřejné dopravě.

8. Řidiči veřejné dopravy

V některých městech jsou jako prvek přátelský seniorům, usnadňující využívání veřejné dopravy, uváděni ohleduplní řidiči. V mnoha jiných městech však respondenti poukazují na necitlivost řidičů, zvláště autobusů, vůči seniorům.

Jedním z nejčastěji zmiňovaných problémů je, že řidiči hned vyjíždějí a nečekají, až se senioři posadí.

Do autobusu nastoupím, ale jakmile se řidič rozjíždí, autobus se zakymácí a já padám.

Senior, Saanich

V Rio de Janeiru zdůrazňují, že mnoho seniorů ze středních vrstev raději jede taxikem nebo metrem místo autobusem, protože se bojí, že by v autobuse spadli.

Konkrétním problémem identifikovaným v rozvojových městech, například v Ammánu, je neochota řidičů nabírat seniory. V Dillí a v Ženevě senioři upozorňují na situace, kdy řidič nezastaví dostatečně blízko chodníku a senioři nemohou bezpečně nastoupit a vystoupit. Lidé v Dundalku uvádějí, že řidiči autobusů zastavují na nevyznačených místech, což je často nebezpečné, zvláště v zatáčkách. V Ženevě a v Ponce jsou údajně někteří řidiči autobusů nezdvořilí.

Další identifikované bariéry zahrnují neopatrné řízení a nedodržování dopravních předpisů.

Jezdí jako šílení ... s hudbou puštěnou hodně nahlas.

Senior, Mexico City

V několika rozvojových zemích je pak problémem zneužívání situace cestujících. Například v Dillí někteří řidiči rikš účtují zákazníkům nepřiměřené ceny a

v Nairobi se ceny jízdného mění bez jakýchkoliv pravidel.

Není proto divu, že v řadě měst navrhují vzdělávání řidičů s cílem zvýšení jejich citlivosti k potřebám seniorů. Program školení řidičů realizovaný v Sherbrooku je považován za přínosný pro seniory.

V několika městech respondenti doporučují, aby i další pracovníci ve veřejné dopravě, například u přepážek, byli vzděláváni o potřebách seniorů a o tom, jak jejich potřeby ovlivňují využívání veřejné dopravy.

9. Bezpečí a komfort

Velký vliv na zájem lidí využívat veřejnou dopravu má i to, zda se při tom cítí bezpečně či nikoliv. V několika městech respondenti uvádí, že veřejná doprava je bezpečná. V Cancúnu uvádí, že ve veřejné dopravě dochází k méně trestným činům než v jiných městech, v Melbourne a v Moskvě je veřejná doprava považována za bezpečnou. Avšak i na místech, kde respondenti považují veřejnou dopravu za bezpečnou, například v Londýně, navrhuje další opatření ke zvýšení bezpečnosti. V mnoha městech, kde respondenti měli k bezpečnosti ve veřejné dopravě výhrady, jsou problémem krádeže nebo asociální chování.

Největší problém při cestování autobusem je nastupování a vystupování. Kterou kapsu si máte hlídat? Hlídáte si kapsy a najednou zjistíte, že jste bez peněženky.

Senior, Istanbul

V mnoha městech přeplněná veřejná doprava, zvláště během dopravní špičky, představuje pro seniory problém také z hlediska bezpečnosti. Tento problém se častěji vyskytuje ve městech v rozvojových zemích a ve městech v Rusku. Například na Jamajce respondenti uvádí, že pro seniory je problémem strkání a tlačení na autobusových zastávkách a při nastupování. V Moskvě údajně na nádraží bývá takový dav, že se tam obtížně dýchá.

Také některá města ve vyspělejších zemích, například Dundalk, Portland a Saanich, uvádí problémy s přeplněnou veřejnou dopravou.

Nedá se tam dýchat [ve vlaku z Dublinu]. Kdybyste omdlel, nikdo by si toho nevšiml – jste tam zaklíněný!

Senior, Dundalk

V Nairobi senioři s uspokojením konstatují, že problémy s přetížeností dopravy se podstatně zlepšily zavedením nové legislativy, „Michukiho předpisů“, jejichž cílem je zajistit nepřekračování stanovené kapacity míst k sezení. V Tujmzech respondenti navrhuji vyšší počet autobusů v době špičky, zatímco v Saanichi doporučují motivovat seniory, aby využívali veřejnou dopravu mimo špičku.

10. Zastávky a nádraží

Důležitou roli hraje také design, místo a kvalita zastávek a nádraží. V Šanghaji senioři a pečovatelé na zastávkách oceňují dostatek míst k sezení, přístřešky a osvětlení. V Ponce jsou autobusové zastávky a terminály v dobrém stavu. V Portlandu respondenti oceňují dobrou přístupnost zastávek.

To, kde se zastávky nacházejí, může být pro seniory zdrojem problémů. V Melbourne je obtížná situace tam, kde je málo autobusových zastávek a vzdálenost mezi nimi je příliš velká. V Melville senioři poukazují na nutnost přecházení frekventované ulice při příchodu na autobusovou zastávku. V Saanichi někteří senioři uvádí, že autobusové zastávky jsou příliš daleko od jejich domova.

V některých městech existují problémy s bezpečností na zastávkách. V Moskvě údajně kapesní zloději využívají tlačení na zastávkách, v Melbourne respondentům naopak vadí vandalismus na autobusových zastávkách. V Melville podle respondentů údajně ke snížení vandalizmu vedl program, v rámci kterého děti zkrášlují autobusové zastávky.

Respondenti v San José považují za problém nedostatek zastřešených zastávek a respondenti v Šanghaji nedostatek míst k sezení. V Tokiu naproti tomu zdůrazňují, že nevhodným umístěním laviček na zastávkách vznikají bariéry pro osoby se zdravotním postižením, protože uličky jsou velmi úzké.

Lidé v mnoha městech se domnívají, že železniční a autobusová nádraží by měla být snadno přístupná a jejich design by měl být přátelský seniorům, tj. s rampami, eskalátory, výtahy, veřejnými toaletami a jasně čitelným označením. V Tokiu senioři a pečovatelé pozitivně hodnotí zavedení výtahu do stanice metra. V regionu Porúří senioři považují nedostatek vybavení na železničním nádraží za bariéru pro přepravu zavazadel a invalidních vozíků na nástupiště. V Dillí senioři uvádí, že stanice metra nejsou poblíž jejich bydliště a že označení a nápisy na stanicích jsou nedostatečné.

11. Taxi

V mnoha městech jsou taxislužby považovány za seniorům přátelský způsob dopravy. V Cancúnu respondenti považují dopravu taxíkem za finančně dostupnou. V Dundalku senioři pozitivně hodnotí sníženou sazbu, kterou jim taxislužba nabízí. V Melville pečovatelé oceňují vládní program podpory využívání taxíků. V Halifaxu respondenti uvádí, že někteří řidiči taxíků jsou seniorům velmi nápomocní, a v Tripolisu, že taxíky poskytují dobré a komfortní služby.

V jiných městech respondenti uvádí bariéry v užívání taxíků. Jednou z nich je cena a dále nedostatečný přístup pro osoby se zdravotním postižením. V Portage la Prairie se pečovatelé obávají, že taxikáři nebudou ochotni přijímat zákazníky s invalidním vozíkem. V Halifaxu je problémem vybavení taxíků, neumožňující přepravu chodítka. V Tujmazech respondenti doporučují, aby taxíky měly dostatečně velký kufr pro převoz invalidního vozíku.

12. Komunitní doprava

Dostupnost komunitních dopravních služeb (tj. bezplatné dopravy poskytované dobrovolným nebo soukromým sektorem) je považována za službu přátelskou seniorům, kterou častěji uvádějí lidé ve městech ve vyspělejších zemích než zemích rozvojových. Například v Ponce seniorská centra poskytují bezplatnou dopravu na lékařská vyšetření a v Portage la Prairie respondenti pozitivně hodnotí dobrovolné řidiče a dovožkovou službu nabízenou prodejny potravin. V Londýně respondenti navrhuje službu komunitní dopravy s plně bezbariérovými autobusy a řidiči kvalifikovanými pro poskytování služeb seniorům.

13. Informace

V několika městech respondenti uvádí důležitost informací o možnostech dopravy, o tom, jak využívat dopravní služby, a jízdních řádech. Například v Portlandu existují vzdělávací programy pro seniory zaměřené na využívání veřejné dopravy. V Melville respondenti navrhuje, aby seniorům, kteří již nemohou řídit, byl nabídnut kurz zaměřený na využívání veřejné dopravy. V Himeji navrhuje, aby na autobusových jízdních řádech bylo uváděno, zda autobus je vybaven bezbariérovým přístupem pro osoby se zdravotním postižením. Senioři v Tokiu považují za žádoucí, aby jízdni řády byly tištěny velkým písmem a byly vhodně umístěny.

14. Podmínky pro řidiče

V několika městech je osobní automobilová doprava považována za základní způsob dopravy pro seniory. Například Melville je město, které je postaveno pro automobily, a v Himeji se auto považuje za nutnost, bydlíte-li na okraji města. V Ponce se auto považuje za nezbytnost vzhledem k malé dostupnosti jiných způsobů dopravy.

Lidé v několika městech uvádí, že doprava autem v rámci města je snadná, což častěji uvádí respondenti v rozvinutých zemích. V Portage la Prairie doprava není hustá a řízení je snadné. V Saanichi senioři oceňují dopravní značení upozorňující na blížící se křižovatku. V Tokiu senioři uvádí, že dopravní signalizace a značky jsou dobře viditelné. V Tripolisu jsou podle respondentů silnice dobře dopravně označené a v Šanghaji respondenti pozitivně hodnotí řízení dopravního provozu.

V mnoha městech ve vyspělejších i méně vyspělých zemích existují překážky pro osobní automobilovou dopravu v rámci města. Patří k nim hustá doprava, špatný stav silnic, neúčinné zpomalovací prvky, nedostatečné pouliční osvětlení, nedostatečné dopravní značení, které je zakryto nebo nevhodně umístěno, a nedodržování dopravních předpisů. Například respondenti v Rio de Janeiru hustou dopravu považují za bariéru.

V Cancúnu senioři poukazují na dřevé vozovky a obecně špatný stav komunikací. V Melville respondenti poukazují na neúčinné zpomalovací prvky, např. kruhové objezdy, které jsou příliš malé nebo jsou umístěny na nevhodných místech. V Mayaguezu senioři uvádí, že silnice nejsou dobře osvětleny. V Halifaxu jsou dopravní značky podle respondentů málo čitelné, umístěné příliš vysoko a často nerozlučitelné. Senioři v Udine uvádí, že řidiči nedodržují dopravní předpisy. V Sherbrooku jsou řidiči údajně často agresivní.

15. Respekt ke starším řidičům

Kromě výše identifikovaných bariér mnohé seniory od řízení odrazuje nerespektování seniorů za volantem.

Nerad jezdím autem. Když jedete pomalu, lidé na vás nadávají a gestikulují. Nejsou zdvořilí.

Senior, Tripolis

V La Plata respondenti uvádí, že lidé jsou vůči seniorským řidičům neslušní, protože jezdí velmi pomalu. V Cancúnu se senioři při řízení necítí bezpečně kvůli problémům s viděním a agresivnímu provozu. V Tujmazolech poskytovatelé služeb konstatují, že senioři při řízení nemají dostatek sebedůvěry.

V některých městech, kde řízení auta je hlavním způsobem dopravy, např. v Portage la Prairie, jsou důležitým tématem diskuse problémy seniorů, kteří se vzdali řídičského oprávnění. Za účelem, aby senioři byli při řízení jistější, respondenti v některých městech, například v Ženevě a v Portlandu, doporučují nabízet seniorům udržovací kurzy. V Himeji jsou seniorům, kteří potřebují obnovit svůj řídičský průkaz, poskytovány speciální kurzy, což je považováno za prvek přátelský seniorům.

16. Parkování

Za prvky přátelské seniorům se považují vyhrazená parkovací místa pro seniory a osoby se zdravotním postižením v blízkosti budov, spolu s vyhrazenými prostory pro nástup a výstup. V Ammánu senioři pozitivně hodnotí parkovací místa pro osoby se zdravotním postižením poskytované supermarketu. V Dundalku respondenti oceňují bezplatné parkování. V Portage la Prairie se za prvek přátelský starším řidičům považuje velké parkoviště.

V mnoha městech jsou však možnosti parkování nedostatečné a drahé, což je považováno za bariéru pro seniory. Jsou zmiňovány také další problémy. Respondenti v Mayaguezu uvádí, že míst pro nastupování a vystupování seniorů se zdravotním postižením je nedostatek, v Portage la Prairie zdůrazňují, že parkovací místa nejsou dostatečně široká pro invalidní vozík. V Saanichi respondenti považují za problém nedostatek parkovacích míst pro osoby se zdravotním postižením. V Melbourne respondenti uvádí nemožnost najít parkování v blízkosti budov. Jiný zmiňovaný problém se týká nerespektování vyhrazených parkovacích míst pro osoby se zdravotním postižením.

Vyhradili parkovací místa pro lidi se zdravotním postižením, která jsou však naprosto a úplně ignorována.

Senior, Londýn

Doprava přátelská seniorům – shrnutí

Dostupnost

- Veřejná doprava je finančně dostupná všem seniorům.
- Ceny jsou jasně a čitelně zobrazeny a jsou stálé.

Spolehlivost a hustota spojů

- Veřejná doprava je spolehlivá a dostatečně frekventovaná (včetně provozu v noci a o víkendech).

Dopravní obslužnost

- Seniorům je dostupná veřejná doprava do důležitých míst jako jsou nemocnice, zdravotnická centra, veřejné parky, nákupní centra, banky a seniorská komunitní centra.
- Všechny oblasti jsou dostatečně dopravně pokryty, dopravní spoje v rámci města (včetně okrajových oblastí) i mezi sousedními městy dobře na sebe navazují.
- Jednotlivé dopravní trasy jsou propojeny různými druhy dopravy.

Seniorům přátelské dopravní prostředky

- Dopravní prostředky jsou přístupné, s nízkou podlahou, nízkými schody a širokými a vysokými sedadly.
- Dopravní prostředky jsou čisté a dobře udržované.
- Na dopravních prostředcích je jasně vyznačeno číslo a cílová stanice.

Speciální dopravní služby

- Jsou dostupné specializované dopravní služby pro osoby se zdravotním postižením.

Přednostní místa

- Pro seniory jsou vyhrazena přednostní místa k sezení a ostatní cestující je respektují.

Řidiči veřejné dopravy

- Řidiči jsou zdvořilí, dodržují dopravní předpisy, zastavují na určených zastávkách, čekají před rozjezdem, než si cestující sednou, a zastavují u chodníku, aby senioři mohli snadněji vystoupit.

Bezpečnost a pohodlí

- Veřejná doprava je bezpečná, nedochází v ní k trestné činnosti a dopravní prostředky nejsou přeplněné.

Zastávky a nádraží

- Zastávky jsou umístěny v těsné blízkosti bydliště seniorů, jsou vybaveny místy k sezení a jsou zastřešené, chrání před nepříznivým počasím, jsou čisté, bezpečné a dostatečně osvětlené.
- Zastávky a nádraží jsou přístupné, vybavené rampami, eskalátory, výtahy, vhodnými nástupními plošinami, veřejnými toaletami a čitelným a správně umístěným označením.
- Zastávky a nádraží jsou dobře dostupné a vhodně umístěné.
- Pracovníci nádraží a terminálů jsou zdvořilí a ochotni pomoci.

Informace

- Seniorům jsou poskytovány informace, jak využívat veřejnou dopravu a jaké dopravní možnosti existují.
- Jízdní řády jsou čitelné a snadno přístupné.
- V jízdních řádech jsou jasně vyznačeny autobusové linky s bezbariérovým přístupem pro lidi se zdravotním postižením.

Komunitní dopravní služby

- Jsou dostupné komunitní dopravní služby, včetně dobrovolných řidičů a kyvadlové dopravy, umožňující dopravu seniorů na konkrétní místa a akce.

Taxi

- Doprava taxíkem je finančně dostupná, senioři a lidé s nízkým příjmem mohou využít systému slev nebo dotovaných cen.
- Taxíky jsou pohodlné a přístupné, mají prostor pro invalidní vozík nebo chodítko.
- Taxikáři jsou zdvořilí a ochotní pomoci.

Silnice

- Silnice jsou dobře udržované, široké a dobře osvětlené, se správně navrženými a umístěnými zpomalovacími prvky, dopravní signalizací a světelnými křižovatkami, křižovatky jsou jasně označeny, mají zakryté kanalizační vpusti a srozumitelné, dobře viditelné a umístěné dopravní značení.
- Provoz a plynulost dopravy je dobře řízena.

- Na silnicích nejsou překážky, které by mohly řidičům bránit ve výhledu.
- Dodržování dopravních předpisů je přísně vymáháno a řidiči jsou motivováni k jejich dodržování.

Schopnosti řízení

- Jsou poskytovány a podporovány opakovací a udržovací kurzy pro řidiče.

Parkování

- Je k dispozici finančně dostupné parkování.
- Pro seniory jsou k dispozici vyhrazená parkovací místa v blízkosti budov a zastávek.
- Pro zdravotně postižené osoby jsou vyhrazena parkovací místa v blízkosti budov a zastávek a jejich využívání je monitorováno.
- Pro zdravotně postižené a starší osoby jsou k dispozici vyhrazená místa pro nastupování a vystupování v blízkosti budov a zastávek.

Část 7. Bydlení

Přehled poznatků

Bydlení má pro bezpečí a kvalitu života zásadní význam. Není proto překvapující, že lidé ve všech regionech, dotazovaní WHO, se často vyjadřují k různým aspektům a designu bydlení, místu bydliště a možnosti volby bydlení. Existuje vztah mezi adekvátním bydlením a přístupem ke komunitním a sociálním službám a dopadem na nezávislost a kvalitu života seniorů. Je zřejmé, že bydlení a podpora, umožňující seniorům žít kvalitně a bezpečně ve své komunitě, jsou všude velmi oceňovány.

1. Finanční dostupnost

Ve všech městech existuje obecná shoda na tom, že náklady na bydlení představují významný faktor, ovlivňující místo, kde seniori žijí, a kvalitu jejich života. Zatímco v některých městech se náklady na bydlení, včetně nájemného, považují za přijatelné, jinde je bydlení vnímáno jako velmi nákladné, v důsledku čehož je pro seniory obtížné přestěhovat se a získat vhodnější bydlení.

Mám svůj důchod, ale jak mohu s tak málo penězi vyjít? Přinesu ho domů a za chvíli je pryč.

Senior, Istanbul

Například v Ženevě někteří seniori údajně žijí v bytech či domech, které jsou pro ně příliš velké, ale protože jsou v důchodu, nemohou si dovolit se přestěhovat. Podobně v Tujmazech respondenti uvádí, že náklady na stěhování jsou příliš vysoké, takže jsou pro důchodce nedostupné. Obecní bydlení, které je bezplatné nebo za nízké nájemné, se v některých městech, například v Londýně, považuje za jednoznačnou přednost přátelskou seniorům. V jiných městech, například v Islámábádu, je nedostatek bydlení pro nízkopříjmové skupiny obyvatel vnímán jako bariéra. V Portage la Prairie respondenti zdůrazňují potřebu informací o dotovaném bydlení.

Bydlím v řadovém obecním domě, kde neplatím nájemné. Jsem moc spokojený.

Senior, Londýn

Ve městech na všech úrovních rozvoje respondenti doporučují, aby seniorům bylo dostupné bydlení, které odpovídá jejich příjmům. Mezi návrhy respondentů v této oblasti patří nižší daň z nemovitostí pro seniory, jak navrhuje v Ammánu, či dotace na bydlení v obecních i soukromých bytech, jak navrhuje v Himeji.

2. Základní komunální služby

V několika městech respondenti považují základní služby za nedostatečné nebo velmi drahé. V Islámábádu není v nízkopříjmových oblastech zavedena elektřina, plyn ani voda. V Moskvě se považují komunální služby za drahé. V Dundalku a Istanbulu se senioři obávají nákladů na topení a domnívají se, že vláda by jim s těmito náklady měla pomoci. Na Jamajce je pro seniory s nízkými příjmy obtížné platit vysoké ceny za služby a domnívají se, že tyto ceny by měly být nižší.

Když dostanu účet za vodu, stojí mě to tisíc dolarů. Nemám na to a tak sprchu neužívám a někdy jsem i bez vody.

Senior, Jamajka

V Rio de Janeiru senioři oceňují pozitivní změny v dodávkách vody, v oblasti kanalizace a dodávky elektřiny a v Istanbulu kladně hodnotí dobré zásobování vodou.

3. Design

Různé aspekty designu bydlení mají vliv na schopnost seniorů žít kvalitně v domácím prostředí. Obecně senioři považují za důležité bydlet v domech či bytech, které jsou vhodně řešeny, jsou postaveny z vhodných materiálů; mají rovné podlahy, jsou vybaveny výtahem (jedná-li se o vícepodlažní budovu); mají vhodnou koupelnu a kuchyni; dostatek prostoru, umožňující snadný pohyb; dostatečné úložné prostory; chodby a dveře jsou dostatečně široké pro invalidní vozík; a jsou adekvátně vybavené pro životní podmínky v daném prostředí.

Respondenti v několika městech zmiňují problémy při stavbě nových bytů. V Mexico City lidé považují za žádoucí, aby stavba byla monitorována s cílem zajistit požadovanou kvalitu a design. Respondenti v Istanbulu uvádí, že domy jsou v důsledku chudoby nevhodné a nedostatečně udržované, a v Nairobi problém s nedostatkem materiálů. V Islámábádu nejsou některé domy zajištěny pro případ zemětřesení.

Řada strukturních prvků bydlení představuje bariéry. V Dundalku respondenti jako problém identifikují rozvržení bytu, omezující mobilitu. V La Plata jsou schody a nerovné podlahy vnímány jako bariéra. V Moskvě respondenti uvádí potřebu koupelen a toalet speciálně designovaných pro seniory. Podle respondentů v Dillí by kuchyně měly být adaptované a mít vhodnější design. V Mexico City zmiňují potřebu zábradlí a výtahů ve vícepodlažních domech a v Tokiu poukazují na potřebu chodeb a dveří přizpůsobených rozměrům invalidního vozíku.

V několika městech vybavení bytů neodpovídá daným přírodním podmínkám a klimatu. Respondenti konkrétně uvádí potřebu klimatizace v Cancúnu a v některých oblastech v Melville, kde je v nových domech větší horko z důvodu vlastností používaných střeš.

V mnoha městech jsou kladně hodnocena opatření na zlepšení designu bytů a domů, která vycházejí vstříc potřebám seniorů. Například v Mexico City musí být 1% všech postavených domů vhodných pro seniory. V Halifaxu jsou některé bytové domy přátelské seniorům a jsou vybaveny přístupovými rampami, výtahy, parkováním, tělocvičnou a širokými dveřmi.

Přesto mají často respondenti pocit, že pro to, aby bydlení bylo vhodné pro seniory, je třeba udělat více. V Himeji respondenti doporučují zajistit větší nabídku bydlení seniorům přátelského a v Melbourne kroky motivující architektky a developery k tomu, aby stavěli domy přátelštější seniorům. Lidé v Dillí doporučují, aby charakteristiky přátelské seniorům byly začleněny do příslušné legislativy. V Saanichi developeři do svých plánů zahrnují upravené či upravitelné prvky, např. nižší umístění vypínačů, instalaci sprchových koutů místo vany, nebo schodiště, které se dá upravit pro zavedení sedačkového výtahu.

4. Úpravy

Možnost upravit si vlastní dům nebo byt má rovněž vliv na možnosti seniorů dále žít kvalitně ve svém prostředí. Pečovatelé v Dundalku oceňují instalované sedačkové výtahy pro seniory. V Mayaguezu jsou v bytech pro seniory se zdravotním postižením provedeny potřebné úpravy. V několika městech, jako např. v Himeji nebo v Dundalku, je na stavební úpravy bytů a domů poskytována finanční pomoc.

V souvislosti s úpravami bydlení se upozorňuje na řadu obtíží. V Halifaxu se rekonstrukce domu považuje za nákladnou a obtížnou. V Himeji a v Dillí respondenti uvádí pravidla omezující úpravy obecních bytů. V Portlandu musí být upravený nájemní byt uveden do původního stavu. V Melbourne zdůrazňují, že asistenční vybavení a pomůcky se nevyužívají, protože je nelze do bytu umístit a mnoho pečovatелů si nezbytné úpravy nemůže dovolit. V Sherbrooku respondenti zmiňují potřebu modifikovat bydlení pro specifické situace a požadavky.

Kromě potřeby zajistit, aby senioři byli o možnostech úpravy bytu či domu informováni, respondenti v mnoha městech uvádí, že senioři musí být také schopni si potřebné zařízení a vybavení opatřit. V Tujmazech pečovatелé zdůrazňují potřebu informací o různých typech zařízení a možných úpravách, které jsou snadno dostupné. V Udajpuru respondenti uvádí problémy se získáním ručních madel, ramp a toalet.

5. Údržba domácnosti

Nemožnost pečovat o svůj byt či dům pro některé seniory představuje velkou bariéru. Senioři v Cancúnu uvádí, že kvůli vysoké ceně si nemohou potřebné opravy dovolit. V Melbourne respondenti mají obavy rovněž z nákladů na údržbu domácnosti a navrhuje, aby místní samosprávy poskytovaly tyto služby za nominální poplatek. V Rio de Janeiru respondenti považují za bariéru vysoké náklady na údržbu družstevních bytových domů, ale poukazují na to, že finanční prostředky lze získat např. prostřednictvím podnájmu.

V Dundalku senioři vítají dotace na opravy bytů, ale uvádí, že je obtížné sehnat služby a odborníky, kteří opravy provedou.

Uprostřed práce zmizel a několik měsíců se neukázal, aby to dodělal.

Senior, Dundalk

V Melville respondenti poukazují na problém přítomnosti cizího člověka v bytě a navrhují, aby obce vedly seznam spolehlivých firem a osob, které umí se seniory jednat. Pečovatelé v Portlandu oceňují systém vyhledávání a prověřování smluvních dodavatelů a dalších poskytovatelů.

Existují také problémy v údržbě obecních a nájemních bytů. V Londýně respondenti uvádí, že opravy nejsou prováděny včas. V Tripolisu senioři poukazují na to, že majitelé bytů údržbu úmyslně zanedbávají, aby donutili seniory opustit byt. V Dillí uvádí, že společné prostory jako schodiště jsou často zanedbané, špinavé a ponuré.

Personál ve společných bytových domech, jako např. domovníci a pečovatelé, někdy hrají důležitou roli v zajištění kvality života obyvatel. V Ženevě senioři uvádí důležitost domovníka pro navazování sousedských kontaktů a zajišťování oprav.

6. Přístup k službám

Obzvláště důležité je zajistit seniorům poskytování služeb v domácím prostředí. Respondenti v Udine uvádí, že senioři na stěhování nepomýšlí. Obdobně poskytovatelé služeb v Tujmazech uvádí, že senioři jsou na svůj domov silně vázáni a nechtějí se stěhovat. Respondenti v Saanichi preferují pomoc v domácnosti před možností se přestěhovat.

V několika městech respondenti považují za problém dostupnost služeb poskytovaných v domácnosti, včetně jejich ceny. V Porúří jsou úklidové a zahradní práce málo dostupné a nákladné. Senioři v Saanichi uvádí, že úklidových a zahradních služeb není dostatek.

Bydlení v blízkosti potřebných služeb se považuje za prvek přátelskosti seniorům. Tuto charakteristiku častěji uvádí lidé ve městech ve vyspělejších zemích jako např. v Melville, Portage La Prairie a Tokiu. V San José senioři pozitivně hodnotí bydlení v blízkosti veřejných, obchodních a církevních služeb. Nebydlet poblíž těchto služeb je v řadě měst, jako např. v Nairobi, Udajpuru a Udine, vnímáno jako problém.

Nicméně respondenti také vyjadřují obavu z toho, že by měli zůstat doma a nemohli se o sebe dostatečně postarat. V Mexico City respondenti zmiňují potřebu informovat seniory o rizicích samostatného bydlení a v Saanichi navrhují poskytovat seniorům informace o domácích službách prostřednictvím zveřejnění seznamu těchto podporných služeb.

7. Vztahy v rodině a komunitě

Důvěrně známé prostředí, ve kterém se lidé cítí být součástí místní komunity, přispívá k přátelskosti města seniorům. Senioři se proto neradi stěhují. Respondenti v Udine uvádí, že senioři ve svém prostředí pocítují „psychologické bezpečí“. V Tripolisu senioři zdůrazňují důležitost sousedů. V Dundalku poskytovatelé služeb za důležité považují umisťovat nové domovy pro seniory v blízkosti dosavadního bydliště seniorů, aby si senioři udrželi vazby s rodinou a komunitou. V Himeji se respondenti obávají, že když se senioři přestěhují do jiného zařízení, ztratí spojení s komunitou.

Změny, ke kterým v prostředí města dochází, pocity známosti a zakotvenosti v komunitě ovlivňují. V Tokiu se nedostatek osobních kontaktů se sousedy, spojený s růstem počtu výškových domů, považuje za překážku přátelskosti města seniorům. Senioři v Sherbrooku jsou znepokojeni nedostatkem možností kontaktu a interakce mezi generacemi. V Ženevě za negativní považují nedostatečný kontakt s mladými lidmi v panelových domech.

V Udajpuru se pečovatelé domnívají, že moderní domy bez verand neposkytují prostor pro setkávání. Také v Dundalku respondenti uvádí důležitost designu, který podporuje kontakty v komunitě, a s cílem snížení pocitu izolace navrhují, aby byl z bytů výhled na komunitní zařízení.

8. Možnosti bydlení

Za důležitý prvek přátelskosti seniorům se považuje široká nabídka možností bydlení v dané lokalitě, umožňující uspokojovat měnící se potřeby. V některých městech řada takových možností existuje. Například v Melville senioři mají možnost vybrat si přestěhování do menšího bytu, seniorského bydlení nebo residenčního zařízení. Na mnoha místech však respondenti zdůrazňují potřebu rozšíření nabídky bydlení pro seniory. Například v Halifaxu respondenti uvádí, že někteří senioři se obávají, že nenajdou bydlení ve svém okolí, a nemají dostatek informací o možnostech bydlení ve své lokalitě.

V některých městech jsou k dispozici speciální možnosti bydlení pro seniory. V Melville komplexy seniorského bydlení nabízí řadu různých služeb, možností a aktivit.

Je zde spousta společenských aktivit, můžete být neustále zapojeni, anebo prostě jen zavřete dveře a nepřipojíte se, je to na vás.

Senior, Melville

V mnoha městech existuje nedostatek bydlení pro seniory a čekací doba může být dlouhá, jak uvádí v Halifaxu a v Himeji. Aby bydlení bylo seniorům přátelské, musí jim být také finančně dostupné. Senioři v Saanichi vyjadřují obavy z nákladů na seniorské bydlení. V několika městech respondenti jednoznačně preferují, aby bydlení pro seniory bylo integrováno do místní komunity. Respondenti v Melville navrhuji, aby seniorské bydlení s malými zahrádkami bylo rozptýleno po malých skupinkách v rámci města, aby senioři nebyli od komunity a obzvláště od dětí izolováni. V Portlandu respondenti považují za žádoucí vícegenerační bydlení. V Porúří a v Sherbrooku respondenti vyjadřují obavy, aby ve velkých komplexech seniorského bydlení nevznikla seniorská ghetta.

9. Okolní prostředí a bydlení

Pro seniory je důležité, aby doma měli dostatek prostoru a soukromí. V několika rozvíjejících se městech a v Tujmazech je jako bariéra pro seniory uváděno, že domy jsou přeplněné. Například v Dillí se s rostoucí průměrnou velikostí rodiny domy stávají přeplněnými a senioři nemají dostatek prostoru. V San José je přeplněnost bytů důsledkem vysokých nákladů na bydlení, které nutí rodinné příslušníky bydlet společně.

Dalším tématem je pocit bezpečí v domácím prostředí. V mnoha městech se senioři cítí nejistě a zejména se obávají bydlet sami. V některých městech byla přijata opatření ke zvýšení bezpečnosti seniorů v domácím prostředí. Například v Dundalku jsou v některých domech bezpečnostní kamery; v Ženevě je přístup do bytových domů hlídán; v Saanichi senioři mají možnost nechat si bezplatně zkontrolovat bezpečnost svého bytu a domu; a v Šanghaji existují lokální skupiny monitorující bezpečnost. V Himeji byla za účelem zajištění bezpečnosti seniorů v některých bytech nainstalována monitorující zařízení s tísňovým voláním.

K tomu, aby se senioři cítili doma bezpečně, nicméně respondenti považují za žádoucí učinit více. V Udajpuru doporučují poskytovat více informací o bezpečnosti a v Saanichi navrhuji instalaci signalizace pro případ nouzové situace.

V některých městech senioři nebydlí v domech v bezpečném prostředí z hlediska rizika přírodních pohrom. V La Plata jsou některé domy v záplavové oblasti a v Islámábádu se senioři obávají zemětřesení.

Bydlení přátelské seniorům – shrnutí

Finanční dostupnost

- Finančně přístupné bydlení je dostupné všem seniorům.

Základní služby

- Základní komunální služby jsou poskytovány a jsou všem finančně dostupné.

Design

- Byty jsou postaveny z vhodných materiálů a mají odpovídající design.
- Existuje dostatek prostoru, umožňující seniorům mobilitu.
- Bydlení je vybaveno adekvátně daným přírodním podmínkám (např. vhodná klimatizace nebo topení).
- Bydlení je adaptováno na potřeby seniorů: má rovné povrchy, chodby dostatečně široké pro invalidní vozík, vhodně navržené koupelny, záchody a kuchyně.

Bytové úpravy

- Bydlení je modifikováno podle potřeb seniorů.
- Úpravy bytu a domu jsou finančně dostupné.
- Vybavení potřebné pro úpravu bydlení je snadno dostupné.
- Na úpravy je poskytována finanční podpora.
- Existují znalosti a informace, jak lze bydlení upravit pro potřeby seniorů.

Údržba domácnosti

- Údržbářské služby jsou seniorům finančně dostupné.
- Poskytovatelé údržbářských služeb jsou dostatečně kvalifikovaní a spolehliví.
- Obecní a nájemní byty a společné prostory jsou dobře udržované.

Stárnutí v komunitě

- Domy a byty jsou umístěny v blízkosti služeb a zařízení.
- Seniorům jsou poskytovány finančně dostupné služby, které jim umožňují setrvat ve svém domácím prostředí, „stárnout v místě“.
- Senioři jsou dobře informováni o dostupných službách, které umožňují a podporují „stárnutí v místě“.

Začlenění do komunity

- Bydlení a design usnadňuje seniorům život a začlenění do komunity.

Možnosti bydlení

- Seniorům, včetně křehkých a zdravotně postižených seniorů, je dostupná nabídka vhodných a finančně dostupných možností bydlení v jejich lokalitě.
- Senioři jsou o dostupných možnostech bydlení dobře informováni.
- V dané lokalitě je poskytováno dostatečné a finančně dostupné speciální seniorské bydlení.

- V domovech a bytech pro seniory existuje nabídka vhodných služeb, zařízení a aktivit.
- Seniorské bydlení je integrováno do okolní komunity.

Domácí prostředí

- V bytech není příliš mnoho osob.
- Senioři se cítí ve svém domácím prostředí dobře.
- Bydlení se nenachází v oblastech ohrožených přírodními katastrofami.
- Senioři se v bydlišti a prostředí cítí bezpečně.
- Za účelem zvýšení bezpečnosti bydlení je poskytována finanční pomoc.

Část 8. Zapojení do společnosti

Přehled poznatků

Společenské zapojení a podpora jsou úzce spojeny s dobrým zdravím a spokojeností v každé etapě života. Účast na volnočasových, společenských, kulturních a duchovních aktivitách v komunitě a v rodině umožňuje seniorům zůstat aktivními a využít svůj potenciál, zachovat si úctu a respekt a pokračovat ve vztazích nebo vytvářet nové vztahy, které jsou zdrojem podpory a péče. To posiluje sociální integraci a je podmínkou zachování informovanosti. Seniori dotazovaní WHO však uvádějí, že schopnost účastnit se formálního i neformálního společenského života nezávisí pouze na nabídce aktivit, ale též na adekvátním přístupu k dopravě a k zařízením a na přístupu k informacím o těchto aktivitách.

Když vidím své přátele, cítím se velmi dobře.

Senior, Mexico City

Seniori ve většině měst uvádí, že se aktivně účastní aktivit ve své komunitě, ale že možností zapojení by mohlo být více. Navrhují, aby se v blízkosti jejich bydliště konalo více různých aktivit. Přivítali by aktivity podporující začlenění do komunity a propojení různých věkových skupin a kultur. Největší význam připisují finanční a fyzické dostupnosti aktivit, zvláště osobám se zdravotním postižením, a dále informovanosti o aktivitách a událostech.

Mít k dispozici vhodnou podporu, umožňující přístup k událostem a aktivitám, zejména lidem se sníženou mobilitou, respondenti všude považují za důležité, zvláště pak v rozvojových zemích a zemích s přechodovou ekonomikou.

1. Dostupnost příležitostí

Seniori často mohou o komunitních událostech a aktivitách vědět, ale podle zkušeností mnoha respondentů jsou pro ně nedostupné. Osobní bezpečí, zejména večer a v noci, respondenti zmiňují jako bariéru jak v rozvinutých, tak v rozvojových městech, včetně měst jako je Halifax, La Plata, Londýn a Rio de Janeiro. V mnoha městech jsou místa konání událostí a aktivit příliš vzdálená a doprava do nich je obtížná. Jiným častým problémem je přístupnost budov, zejména osobám se sníženou mobilitou, a nedostatek vhodných zařízení, jako jsou toalety, vhodná místa k sezení nebo nekuřácké prostředí. Další uváděnou překážkou je omezený vstup, například pouze pro členy určité organizace.

Je pro ně [seniory s disabilitou] obtížné se začlenit, protože nemají adekvátní podmínky, místa k sezení, toalety atd. Volný čas a zábavu pro většinu z nich představuje telefonický rozhovor s přáteli nebo příbuznými nebo občasná návštěvy.

Pečovatel, Dillí

Snahy několika měst začlenit seniory do komunity oceňují jak sami senioři, tak jejich blízcí. Místní samospráva v Mayaguezu podle respondentů organizuje různé aktivity v čase, který vyhovuje seniorům, a zajišťuje dopravu na tyto aktivity. Jeden respondent v Ženevě uvádí, že špatně slyšícím seniorům jsou poskytovány kompenzační pomůcky. Dostupnost komunitní dopravy uvádí respondenti v Melbourne i Melville, vhodné místo konání události v Portlandu a vhodné načasování událostí a aktivit v Tripolisu. Respondenti v Dundalku se domnívají, že senioři by se mohli více zapojit, pokud by jim bylo umožněno vzít si sebou na místo aktivit a událostí někoho blízkého.

2. Finanční dostupnost

Aktivity, které jsou zdarma nebo jsou alespoň finančně dostupné, usnadňují zapojení seniorů. Náklady na danou aktivitu jsou často považovány za problém, zvláště ve městech v rozvojových zemích a v zemích s přechodovou ekonomikou. V některých oblastech je nabídka dostupná pouze osobám s dostatečnými příjmy a rekreační a volnočasové aktivity pouze bohatým. Respondenti v Islámábádu nicméně uvádí, že aktivity jsou finančně dostupné. Rio de Janeiro nabízí mnoho volnočasových aktivit zdarma a Mexico City organizuje kulturní aktivity s volným nebo nízkým vstupným. V Dundalku, Ženevě a Londýně respondenti uvádí, že kvůli vysokým nákladům na pojištění musí neziskové organizace zpoplatňovat své aktivity, i když ví, že tím mohou účastníky odradit.

3. Nabídka příležitostí

Pestrá nabídka příležitostí, které jsou atraktivní pro různé skupiny seniorů, povzbuzuje k většímu zapojení do společnosti.

Mnoho měst organizuje aktivity a příležitosti v centru města, ale pro lidi mimo centrum je příležitostí méně. Méně příležitostí může být také dostupných pro křehké seniory nebo lidi se zdravotním postižením. Doba konání aktivit je někdy málo flexibilní a senioři musí volit mezi svou účastí a osobními potřebami, např. pravidelným odpoledním odpočinkem. Místa konání aktivit nemusí být pro seniory atraktivní kvůli hluku nebo převládající nabídce programů pro mládež. Pestrá nabídka aktivit pro seniory nebo pro všechny generace dává více lidem více možností volby. Mohou mezi ně patřit aktivity zaměřené na lidi ve věku 80 a starší, jako např. v Himeji. Na Jamajce senioři uvádí sportovní aktivity, při kterých senioři mohou soutěžit na různých úrovních. Portage La Prairie nabízí v rámci místních aktivit společné pohoštění a sociální kontakty. Aktivity mimo domov, jako např. procházka zahradou v Nairobi nebo procházka v Moskvě za pěkného počasí jsou považovány za jednoduché a finančně nenáročné způsoby podpory společenského zapojení.

V Udine respondenti uvádí, že seniorům jsou poskytovány prostory pro aktivity, jako je divadlo, kluby či univerzita třetího věku. V Tujmazech je šachový kroužek, historická společnost a klub 60plus. Respondenti v Cancúnu mají k dispozici klub „zlatý věk“, kurzy řemesel v místním klášteře, společenské kontakty, hudbu a tanec. Údajně všechna větší města v rozvinutých regionech a většina měst v rozvojových zemích nabízí různé aktivity.

Náboženské aktivity a setkávání v komunitě věřících je ve většině měst důležitou formou společenského zapojení seniorů. Senioři mohou být často v místní náboženské komunitě dobře známi a respektováni. Tyto komunity jsou zároveň často otevřené a začleňující, což usnadňuje zapojení těm, kteří jsou jinak ohroženi izolací. V Halifaxu například respondenti uvádí, že církve přispívají k životu seniorů aktivitami, jako je pořádání karetních her, společných obědů, přeprava do kostela nebo kontaktování osamělých lidí. Respondenti v Islámábádu uvádí, že návštěva mešity vícekrát než jednou denně přispívá ke společenskému zapojení.

V církvi nám naslouchají kvůli našim zkušenostem. Uznávají nás.

Senior, Jamajka

Kulturní, vzdělávací a tradiční aktivity zůstávají pro seniory v mnoha městech důležité. Celoživotní vzdělávání v rámci univerzit třetího věku nebo kurzů v komunitě či seniorských centrech umožňuje seniorům pokračovat v zapojení a učení. Účast na svatbách a pohřbech je příležitostí ke společenským kontaktům. Senioři v Islámábádu uvádějí, že časté tradiční události, jako jsou svatby, mají v oblibě.

4. Informovanost o aktivitách

Několik respondentů zdůraznilo, že k tomu, aby se senioři mohli aktivit zúčastnit, musí o nich vědět.

Myslím, že to stojí a padá s informovaností – lidé nevědí, jaké mají možnosti.

Poskytovatel služeb, Saanich

Respondenti v Dundalku uvádí, že některé organizace účast na svých aktivitách podporují tím, že informace zasílají lidem již před odchodem do důchodu. Lidé, kteří se pravidelně účastní bohoslužeb a jiných aktivit, se o dalších aktivitách zpravidla dozvědí z doslechu. V San José profesní sdružení informují o svých aktivitách. Jeden poskytovatel služeb v Šanghaji se domnívá, že lze zapojit více seniorů tím, že aktivity budou mít dostatečnou reklamu, aby účastníky přilákaly.

5. Podpora zapojení a řešení izolace

Ve městech na celém světě soustavně zaznává, že zapojení do společnosti je snazší, pokud příležitosti jsou v blízkosti bydliště a pokud je jich dostatek. Lidé v La Plata jsou nespokojeni s nedostatkem komunitních center v jednotlivých čtvrtích, a respondenti v Udajpuru navrhuji, aby komunitní centra pro seniory byla dosažitelná chůzí. Respondenti v Dundalku a Šanghaji doporučují využívat budovy v komunitě, jako jsou např. školy a rekreační centra, pro všechny obyvatele včetně seniorů. Tento návrh zaznává také v Islámábádu: větší nabídka volnočasových aktivit na více místech.

Společné a koordinované úsilí zaměřené na podporu zapojení seniorů do společnosti může mít zásadní vliv a zamezit sociální izolaci. Mnozí lidé, kteří jsou zapojeni do činnosti seniorských sdružení a klubů, jsou se svými aktivitami velmi spokojeni. Někteří senioři však dávají najevo neochotu zapojovat se do sdružení a klubů, a to z nejrůznějších důvodů: například v nich nikoho neznají, mají pocit, že se mohou sdružovat pouze s lidmi určitého politického názoru, nebo je aktivity daného klubu nezaujaly.

Senioři nechtějí nic dělat. Mnohým bylo nabídnuto členství v klubu, ale odmítli.

Poskytovatel služeb, Himeji

Respondenti uvádí různé důvody, proč je pro izolované osoby obtížnější spřátelit se s ostatními. Jejich sociální kontakty se po smrti partnera a dalších členů rodiny a přátel rozpadají. Jejich zdravotní stav se může zhoršovat, což omezuje možnost jejich společenského zapojení. Vzhledem ke změnám ve společnosti má stále více žen zaměstnání, nejsou přes den doma a nemohou seniory navštěvovat. Návštěvy osamělých seniorů v jejich domácnostech jsou sociálním kontaktem a způsobem, jak seniory povzbudit k participaci. Jak v Melbourne, tak v Šanghaji respondenti uvádí, že organizace aktivně vyhledávají seniory a zvou je na různé aktivity.

Myslím, že existuje mnoho možností zapojení, pokud jsou lidé v kontaktu a mají s kým jít, ale myslím, že organizace mohou osamělým a marginalizovaným lidem pomoci znovu vytvořit sociální sítě nebo nové kontakty.

Poskytovatel služeb, Halifax

Neformální pečovatelé, z nichž mnozí jsou sami senioři, jsou často ohroženi pocitem izolace, protože jejich svět je velmi zaměřen na osobu, o kterou pečují. Respondenti navrhuji nabízet více programů a příležitostí, které by seniorům se zdravotním postižením umožnily zapojit se do aktivit mimo svůj domov bez přítomnosti pečovatele. Mezi způsoby, jak starším pečovatelům a osobám, o které pečují, pomoci zůstat zapojeni do společnosti, se navrhuji denní programy a respitní služby.

Zapojuje se málo mužů; nepřiznávají si svůj věk a/nebo se necítí dobře mezi tolika ženami.

Seniorka, Cancún

Nedostatečné společenské zapojení mužů uvádí respondenti v několika městech, mimo jiné v Cancúnu a v Ženevě. V některých městech však existují aktivity zaměřené na muže: například v Melville existuje „Bouda“, která pořádá aktivity pro muže různého věku. Senioři v Istanbulu uvádí mešity jako vhodná místa pro zapojení mužů v seniorském věku do společnosti. Respondenti v Mexico City navrhuji více aktivit určených specificky pro muže, například dílny nebo hraní domina či karet.

Někteří senioři se rozhodnou nezapojit se a respondenti v Portlandu doporučují jejich rozhodnutí respektovat.

6. Propojení generací, kultur a komunit

Senioři chtějí mít příležitosti stýkat se s lidmi různého věku a kultury v rámci komunit, aktivit a rodin.

Senioři se domnívají, že se mohou zapojit do různých oblastí a s lidmi různého věku; záleží to na osobní volbě a přání.

La Plata, Argentina

Aktivita pro více generací se považují za vhodnější než aktivity pouze pro seniory. Příležitosti pro setkávání generací mohou být vytvořeny prostřednictvím sdílení budov a zařízení, jako např. v Saanichi, kde v nevyužitých částech školy funguje seniorské centrum. V Ponce jsou senioři zapojeni do některých školních aktivit. Respondenti doporučují pořádat v komunitních a volnočasových centrech programy, které motivují lidi různého věku a omezení k zapojení.

Nemohou-li se senioři účastnit aktivit mimo svůj domov, zůstává jejich jediným zdrojem zábavy a kontaktu sledování televize. Potřeba nabídky programů pro všechny generace a věkové skupiny se v některých městech odráží v nespokojenosti seniorů s nabídkou televizních programů, ve kterých je málo pro ně atraktivních pořadů.

Sledování televize je jednou z možností, ale programy, které se dnes v televizi vysílají, nejsou určeny pro rodiny.

Senior, Udajpur

Senioři na mnoha místech projevují zájem o smysluplné zapojení ve svých rodinách. Například v Ammánu senioři uvádí, že nechtějí být od svých rodin izolováni. Rodiny však nemusí potřebám seniorů věnovat dostatek pozornosti, zvláště pokud se od prarodičů očekává, že se budou starat o vnoučata, nebo pokud není dostatek času věnován aktivitám se starším členem rodiny.

Lepší integrace generací se považuje za způsob, jak ve společnosti bojovat proti ageismu, který může vést k přehlížení zkušeností seniorů nebo je dokonce od zapojení do společnosti odradit. Senioři vyjadřují přání, aby veřejnost byla o jejich zkušenostech a realitě stárnutí lépe informována, a domnívají se, že ostatní generace by projevovaly více trpělivosti a respektu, kdyby mezi jednotlivými generacemi bylo lepší porozumění.

Mezigenerační kontakty představují obohacení pro lidi každého věku. Senioři předávají tradiční zvyklosti, znalosti a zkušenosti, zatímco mladší lidé přinášejí informace o novějších zvyklostech a praxi a pomáhají seniorům orientovat se v rychle se měnící společnosti. Senioři v Nairobi se věnují tradičním tancům a dovednostem, což jim umožňuje předávat tyto tradice dalším.

[Senioři] jsou zdrojem „živé tradice“.

Pečovatel, Nairobi

Charakter a podoba místní komunity může podporovat propojování různých generací, pocházejících z různého prostředí a kultur. Mnoho místních společenství na celém světě se mění. Mladší lidé často nežijí ve stejné čtvrti jako jejich starší příbuzní. Lidé již nemají po celý život nutně stejné sousedy a v mnoha městech rostou populace přistěhovalců, kteří nemusejí sdílet jazyk a kulturu většinového obyvatelstva.

Vesnice se vylidnily. Vesničané se přestěhovali do měst. Lidé z vesnic teď stárnou ve městech.

Senior, Istanbul

V Porúří poskytují otevřené a vstřícné místní komunity novým členům možnosti integrace. Noví přistěhovalci ve městech na celém světě jsou ohroženi izolací a senioři, zapojení do tohoto projektu, uvádí, že je potřeba je integrovat do místních aktivit a zvýšit tak účast lidí z odlišných míst a kultur.

Přeji si, aby se našel způsob, jak podpořit více multikulturních komunitních aktivit v lokalitách s různorodým obyvatelstvem.

Senior, Portland

Starší obyvatelé se musí snažit přijmout ty nové jako své přátele. Bude dobré, když se sousedé také navzájem pozdraví.

Senior, Tokio

Seniorům přátelské společenské aktivity – shrnutí

Fyzická přístupnost

- Místo aktivit vyhovuje seniorům v dané komunitě, je zajištěna finančně dostupná a flexibilní doprava.
- Senioři mají možnost zúčastnit se události či aktivity s přítelem nebo pečovatelem.
- Čas konání události seniorům vyhovuje.
- Účast na akci je otevřená (není vyžadováno členství) a vstup, např. nákup lístku, je jednoduchý a rychlý, a senioři nemusí stát ve dlouhých frontách.

Finanční dostupnost

- Události a místní aktivity jsou pro seniory finančně dostupné, bez skrytých nebo dalších nákladů (například na dopravu).
- Neziskové organizace jsou podporovány veřejným a soukromým sektorem, za účelem zajištění finanční přístupnosti aktivit seniorům.

Nabídka událostí a aktivit

- Existuje široká nabídka aktivit pro různé skupiny seniorů s odlišnými zájmy.
- Komunitní aktivity podporují účast lidí různého věku z různého kulturního prostředí.

Zařízení a místa

- Setkání, včetně setkání seniorů, se konají v různých místech a prostředích, např. ve volnočasových centrech, školách, knihovnách, komunitních centrech v částech města, v parcích a zahradách.

- Budovy a zařízení jsou fyzicky přístupné a vybavené tak, aby umožňovaly účast osob se zdravotním postižením nebo osob potřebujících péči.

Podpora a zlepšení informovanosti

- Senioři jsou o aktivitách obeznámeni vhodným způsobem, včetně informací o aktivitě, fyzické přístupnosti a možnostech dopravy.

Zaměření se na sociální izolaci

- S cílem podpořit a motivovat seniory k účasti jsou seniorům rozesílány osobní pozvánky.
- Událostí se lze snadno zúčastnit, nejsou třeba žádné specifické dovednosti (včetně gramotnosti).
- Člen klubu, sdružení apod., který se již neúčastní aktivit, zůstává v kontaktním, poštovním a telefonním adresáři, dokud sám nepožádá o vyřazení.
- Organizace usilují o zapojení izolovaných seniorů, např. prostřednictvím osobních návštěv a telefonickými kontakty.

Posílení soudržnosti komunity

- Je podporováno společné a víceúčelové užívání zařízení lidmi různého věku a zájmů a mezi uživateli jsou podněcovány kontakty.
- Místa setkávání a aktivit povzbuzují vzájemné sblížení a kontakty mezi místními obyvateli.

Část 9. Respekt a sociální začleňování

Přehled poznatků

Senioři uvádí, že se setkávají s protichůdným chováním a postoji ze strany ostatních. Na jedné straně má mnoho seniorů pocit, že jsou často respektováni, váženi a začleněni. Na druhé straně se setkávají s nedostatkem zájmu v komunitě, ve službách a v rodině. Tento rozpor se dá vysvětlit změnami ve společnosti a v normách chování, nedostatkem mezigeneračních kontaktů a obecnou neinformovaností o stárnutí a seniorech. Z konzultací je zřejmé, že respekt a sociální začleňování seniorů závisí nejen na změnách ve společnosti: velkou roli hrají faktory, jako je kultura, pohlaví, zdraví a ekonomické postavení. Míra zapojení seniorů do společenského, občanského a ekonomického života města úzce souvisí také s jejich zkušeností se začleněním.

1. Respektující a nerespektující chování

Respondenti se vyjadřovali především k takovému chování, které je buď projevem respektu a slušnosti a nebo jejich opaku. Senioři jsou ve městech, kde výzkum probíhal, obecně respektováni: většina seniorů a dalších účastníků focus groups hovoří o respektu a laskavosti, se kterými se senioři v každodenním životě setkávají.

Jdete po ulici a lidé se na vás usmívají, vejdete do obchodu a vstřícně vás obslouží, děti vás zdraví, dokonce i když vás neznají.

Senior, Melbourne

Například senioři na Jamajce a v Ponce uvádí, že jsou v soukromých i veřejných službách přednostně obsluhováni. V Islámábádu a v Moskvě seniorům respondenti uvádí, že lidé v autobusech uvolňují místa. V některých městech jsou uváděny příklady služeb přátelských seniorům: v Portage la Prairie seniorům, kteří se nemohou dostavit do volební místnosti, nosí hlasovací urny domů a v kostele dávají špatně slyšícím lidem sluchátka. V Mexico City se respondenti zmiňují o bance, jejíž zaměstnanci jsou vyškoleni v jednání se seniory a na konci každého měsíce mají vyhrazen čas pouze pro seniory. Respondenti rovněž uvádí, že na Jamajce se senioři v některých obchodech a podnicích mohou posadit a počkat na zaměstnance, určené pro obsluhu zákazníků v prostorách pro sezení. Také v Tokiu senioři uvádí, že lidé v obchodech a službách s nimi jednájí dobře, neboť senioři tvoří většinu zákazníků. Kromě toho, senioři se cítí obzvlášť respektováni a začleněni v seniorských klubech. Respondenti rovněž uvádí, že pokud senioři sami jsou respektující a vlídní, dočkají se často stejné odezvy od druhých.

Respondenti v několika městech nicméně zmiňují také nerespektující chování vůči seniorům. Lidé jsou při jednání se seniory, kteří potřebují více času, netrpěliví a vůči seniorským řidičům se chovají nezdvořile. V Sherbrooku se senioři domnívají, že s nimi zacházejí jako s dětmi. Senioři v Ammánu mají dojem, že je mladí lidé odsuzují kvůli odlišnému odívání a způsobu mluvení. Podle respondentů nemají někteří mladí lidé vychování (Tokio a Udine), v autobusech nepouštějí seniory sednout (Portland) a jsou vůči seniorům verbálně nebo fyzicky agresivní (Halifax, Dillí a San José).

Dívají se na vás, jako byste již neexistovali a nechtějí vás obsloužit.

Senior, Melville

V některých městech respondenti uvádí, že rovněž soukromé a profesionální služby jsou vůči potřebám seniorů nerespektující či neohleduplné. Pečovatel v Ammánu uvádí, že jídlo v restauracích pro seniory není vhodné. V Melville uvádí nízkou kvalitu obsluhy v obchodech. V La Plata a Mayaguezu o úřednicích v bankách a zaměstnancích veřejných institucí uvádí, že nenaslouchají potřebám a problémům seniorů. V San José jako příklad uvádí lékaře, kteří mají recepty připravené ještě předtím, než seniorské pacienty prohlédnou. Další připomínky ke kvalitě služeb uvádí například v Nairobi, Ponce a Saanichi.

Někteří senioři chodí od úřadu k úřadu, aniž by získali informaci, kterou potřebují, protože nenajdou nikoho, kdo by jim věnoval čas a měl tu slušnost, aby jim naslouchal.

Poskytovatel služeb, Mayaguez

Návrhy, jak podpořit služby přátelské seniorům, se zaměřují na vzdělávání pracovníků služeb, s cílem zlepšit porozumění a reagování na potřeby seniorů.

2. Ageismus a neinformovanost

Ve společnosti, která ve svých vizuálních prezentacích glorifikuje mládí a změnu, se nerespektující chování často vysvětluje běžnými negativními obrazy stárnutí a stáří ve společnosti. Mezi ageistickými stereotypy respondenti uvádí například názor, že senioři jsou neužiteční, méně inteligentní, sobečtí a přítěží. V rozvinutých zemích jsou senioři vnímáni jako skupina, na jejíž potřeby se spotřebovává nejvíce veřejných prostředků. Senioři, kteří jsou nemocní nebo zdravotně postižení, jsou častěji vnímáni negativně než senioři zdraví.

Když jste zdravý a nejste na nikom závislý, ani na svých dětech, máte mnohem větší respekt.

Senior, Tripolis

V některých městech se respondenti domnívají, že neuctivé chování a ageismus vychází z neznalosti dobrého vychování, anonymity velkých a rostoucích měst, nedostatku kontaktu mezi generacemi a obecně nízkého povědomí lidí o stárnutí a seniorech.

V Melbourne a v Dillí respondenti zároveň uznávají, že existuje rozpor mezi současnými normami individualismu a očekáváním seniorů.

3. Mezigenerační vztahy a vzdělávání

Dnes je velkou nevýhodou ... že děti nemají tu výsadu být se seniory ... platíme za to vysokou cenu.

Senior, Portland

Téměř ve všech městech respondenti zdůrazňovali nezbytnost podpořit a zprostředkovat kontakty mezi generacemi, například prostřednictvím společné práce; účasti na mezigeneračních aktivitách; zapojení seniorů do vzdělávání na školách v oblasti historie nebo občanských záležitostí nebo péče o děti ve veřejných zařízeních; dobrovolnické pomoci mladých lidí seniorům. Ve většině měst je vítáno každé opatření, které podporuje mezigenerační aktivity. V Ženevě seniři uvádí, že oni sami by měli učinit první krok k setkání s mladší generací.

Všeobecně se uznává, že povědomí veřejnosti o stárnutí a souvisejících tématech je nedostatečné a že vzdělávání o stárnutí by mělo začít v brzkém věku a zahrnovat všechny skupiny ve společnosti.

Člověk se setkává s přístupem k seniorům, který se musí změnit. To považují za největší problém a nevím, jak mladší lidi vzdělávat, aby měli k seniorům respekt.

Senior, Portage la Prairie

Mnozí respondenti se domnívají, že komunitní vzdělávání by mělo začínat na základních školách, aby děti poznaly kulturní hodnoty a naučily se oceňovat seniory. Podle názoru respondentů by ke vzdělávání v oblasti stárnutí mělo patřit získání určitého porozumění problémům spojeným s biologickým stárnutím a častými zdravotními komplikacemi. Jak uvedli respondenti na Jamajce, lidé by se pak mohli sami na základě vzdělání připravit na tuto etapu života. Respondenti téměř ve všech focus groups zdůrazňují důležitost získání a osvojení si respektu k seniorům; v Udajpuru za tímto účelem navrhuji organizovat letní vzdělávací tábory zaměřené na sociální hodnoty. Respondenti také navrhuji vzdělávání o stárnutí prostřednictvím seniorům přátelské reklamy v médiích; v Melville respondenti uvádí příklad televizního programu, který zobrazuje vztah mladého člověka k seniorovi, nebo novin, které uveřejňují profily místních seniorů, kteří pro svou komunitu mnoho vykonali. Zmiňovány jsou také reklamy a plakáty s atraktivním zobrazením stárnutí a prezentace seniorů realistickým a nekarikujícím způsobem.

4. Role seniorů v komunitě

V našich společnostech hlasu seniorů nenasloucháme.

Pečovatel, Sherbrooke

Aktivní role seniorů v komunitě přispívá k jejich respektu a začlenění. V několika městech, např. v Moskvě a Tokiu, respondenti uvádí, že senioři si udržují aktivní a vůdčí roli v komunitě a mají vliv na rozhodování o obecních záležitostech. Častěji však respondenti hovoří o ztrátě těchto rolí a dokonce o neochotě naslouchat doporučením seniorů, jak uvádí v Melville. V Mayaguezu respondenti uvádí, že komunita již nezohledňuje názory seniorů a nejsou s nimi již konzultována dokonce ani rozhodnutí, která se jich dotýkají.

Společenské zapojení seniorů přispívá k respektu, kterému se senioři těší v rámci komunity. Zdá se, že senioři se velmi často zapojují do dobrovolných aktivit, ve kterých mohou hrát aktivní roli, jako je tomu např. v Halifaxu a v Melbourne. Některá zaměstnání jsou rezervována pro seniory, jako je tomu např. v supermarketech v Cancúnu. V Himeji jako příklad začleňování přátelského seniorům uvádí program s názvem „Zeptej se seniorů“: tento program zapojuje seniory do aktivit, se kterými mají zkušenosti, jako např. zahradničení, organizace aktivit nebo setkání na školách. V Saanichi respondenti uvádí programy, které zapojují seniory do škol.

Spoléháme na ... seniory jako dobrovolníky a velmi si vážíme jejich názorů a přínosu.

Poskytovatel služeb, Saanich

Senioři jsou někdy zapojeni ve výborech a radách různých asociací a organizací, i když v Sherbrooku respondenti říkají, že potřebují být ještě lépe zastoupeni v těchto aktivitách. Častým názorem je, že seniorům, jejich schopnostem a životním zkušenostem je třeba důvěřovat a využívat je v procesu rozhodování. Jak uvádí v Dundalku a v Mexico City, komunita by měla potenciál seniorů oceňovat. Poskytovatelé služeb v Portlandu k tomu doplňují, že senioři mohou být důležitými „očima a ušima“ komunity.

5. Podpora ze strany komunity

Víte, lidé se tu znají, není to velké město. A to je ono: když se navzájem znáte, tak si pomůžete.

Senior, Portage la Prairie

Mnoho respondentů se vyjadřovalo také k ochotě lidí ve městě pomáhat seniorům a toho, proč jsou některé komunity více nebo méně začleňující. Menší komunity, kde lidé spolu žijí dlouho a znají se, jsou vnímány jako přátelštější a více začleňující: příkladem je Dundalk, Portage la Prairie a část Copacabana v Rio de Janeiru.

Kdybyste nebyl na mši, lidé by si toho všimli.

Senior, Dundalk

Ve větších městech respondenti uvádí, že město je „příliš velké“ a neosobní, například v Istanbulu. V Islámábádu a v Mexico City nejsou místní komunity považovány za soudržné a v Londýně se sousedé mění tak rychle, že lidé už nemají možnost se setkat a poznat. Více začleňující komunity je nicméně možné vytvořit. Některé focus groups navrhuji podporovat lepší organizaci sousedských komunit, například prostřednictvím místních skupin (San José a Tujmazy). V Istanbulu respondenti navrhuji vytvoření prostoru pro setkávání lidí z komunity; údajně již fungují v La Plata, kde je část radnice určena pro setkávání seniorů.

6. Role seniorů v rodině

V některých městech, jako například v Ammánu a Udajpuru, se za přednost považuje, pokud senioři žijí se svou rodinou. Zůstávat v rodině podle respondentů v Tripolisu znamená, že máte zajištěnu péči, je vám projevována náklonnost a zachováte si své společenské postavení. V Udajpuru nejenže se rodinní příslušníci při rozhodování ptají seniorů na jejich názor, ale tyto názory jsou také přijímány. Někteří senioři v Cancúnu uvádí, že se odstěhovali ze své původní komunity a odstěhovali se za dětmi. Rodinní příslušníci údajně poskytují pomoc a podporu, na druhé straně respondenti konstatují, že rodinné vztahy se mění. Například v Istanbulu a Dillí se objevují názory, že rodiny jsou více rozptýlené, protože děti se stěhují a mladší generace nemají pro starší členy rodiny mnoho času. V důsledku toho v Dillí uvádí, že senioři jsou ve svých vlastních rodinách postupně marginalizováni. V Islámábádu senioři uvádí, že názory starších žen nejsou v rodinných záležitostech vždy zohledňovány.

Respondenti v Dillí uvádí, že prarodiče byli redukováni na posluhovače svých vnoučat. V San José některé rodiny dokonce vyžadují, aby prarodiče vydělávali peníze. Poskytovatelé služeb v několika městech zmiňují problémy s opuštěním či zneužíváním seniorů.

7. Ekonomické vyloučení

Když jsem v supermarketu, cítím se zahanben, protože nemám peníze na to, abych si koupil, co potřebuji.

Senior, Tujmazy

V několika zemích zapojených do projektu má většina seniorů spíše nízké příjmy, chudoba v každém věku přitom vylučuje člověka ze společnosti. V Ruské federaci mnoho seniorů uvádí, že se kvůli svému nízkému příjmu cítí být ze společnosti vyloučení: důchodci jsou zcela závislí na nízkých státních sociálních dávkách. Na Jamajce a v Mexico City respondenti uvádí, že lidé často dostávají od státu pouze velmi nízkou finanční pomoc a že se zajištěním důchodu je spojena přílišná byrokracie. V Cancúnu senioři uvádí, že se necítí být do vládních programů zahrnuti.

Je to poprvé, kdy někoho napadlo zajímat se o potřeby lidí, kteří nemají žádný příjem [o kartě „Si Vale“].

Senior, Mexico City

V Mexico City velmi oceňují ekonomickou podporu odpovídající ekonomické situaci seniorů. Ta zahrnuje průkaz, který jim umožňuje přístup ke slevám nebo dokonce služby zdarma, a kartu „Si Vale“, která zaručuje těm nejchudším příjem 80 USD měsíčně.

Respekt a sociální začleňování přátelské seniorům – shrnutí

Respektující a začleňující služby

- Veřejné, neziskové a komerční služby se seniory konzultují možnosti, jak zlepšit své služby.
- Veřejný a soukromý sektor poskytuje služby a produkty přizpůsobené potřebám a preferencím seniorů.
- Služby zaměstnávají vstřícný a zdvořilý personál, který je vyškolen v jednání se seniory.

Zobrazování stárnutí a seniorů ve společnosti

- Média do veřejné prezentace zahrnují seniory a znázorňují je pozitivně a bez stereotypů.

Mezigenerační a rodinné vztahy

- Události a aktivity v komunitě jsou atraktivní pro osoby v každém věku a odpovídají potřebám a preferencím osob různého věku.
- Do komunitních aktivit pro „rodiny“ jsou explicitně zahrnuti senioři.
- Pravidelně se konají události a aktivity, které umožňují kontakty mezi generacemi a vzájemné obohacení.

Vzdělávací systém

- Do vzdělávacích osnov základních a středních škol je zahrnuto vzdělávání o stárnutí a seniorech.
- Senioři jsou aktivně a pravidelně zapojováni do aktivit s dětmi a učiteli v místních školách.
- Senioři dostávají příležitosti s dalšími generacemi sdílet své poznání, historii a znalosti.

Začlenění do komunity

- Senioři jsou jako plnohodnotní partneři zahrnuti do procesu rozhodování obce o otázkách, které se jich týkají.
- Senioři jsou komunitou oceňováni za svůj minulý a současný přínos.
- Komunitní aktivity zaměřené na posílení sousedských vazeb a podpory komunity využívají seniorů jako klíčových informátorů, poradců, aktérů a příjemců.

Ekonomické začlenění

- Ekonomicky znevýhodnění senioři mají přístup k veřejným, neziskovým a soukromým službám a událostem.

Část 10. Občanské zapojení a zaměstnanost

Přehled výsledků

Senioři s odchodem do důchodu nepřestávají přispívat svým rodinám a komunitám a podílet se na jejich životě. Mnoho seniorů po penzionování nadále přispívá svým rodinám a komunitám prostřednictvím neplacené a dobrovolnické práce. Ekonomická situace v některých místech nutí seniory zůstat v zaměstnání ještě dlouho potom, kdy měli odejít do důchodu. Komunita přátelská seniorům poskytuje seniorům příležitosti k tomu, aby nadále mohli prospívat svým komunitám, buďto prostřednictvím placeného zaměstnání nebo dobrovolnické práce, jestliže se pro to rozhodnou, a k zapojení do tvorby politiky v komunitě.

Mnoho seniorů nadále chce pracovat a někteří tak opravdu činí. Senioři účastníci se projektu WHO navíc vyjádřili zájem i ochotu pracovat ve svých komunitách formou dobrovolnictví. Senioři ve většině měst mají přístup k zaměstnání a příležitostem k dobrovolnictví a obecně se cítí být za svůj přínos respektováni. Senioři chtějí mít více příležitostí k zaměstnání a přejí si, aby současné možnosti placené i dobrovolnické práce lépe odpovídaly jejich potřebám a zájmům. Také by uvítali více aktivit na podporu zapojení do občanského života a domnívají se, že v možnosti jejich zapojení existují bariéry, včetně bariér fyzických a kulturní stigmatizace.

1. Nabídka dobrovolnictví pro seniory

Bylo vědecky prokázáno, že dobrovolnictví vám může pomoci zůstat zdravý a dožít se vyššího věku.

Senior, Mexico City

Senioři jsou v mnoha městech podílejících se na tomto projektu aktivně zapojeni do dobrovolnických aktivit a dobrovolná práce je pro ně velkým přínosem, včetně zdroje pocitu sebeúcty, aktivity a zachování dobrého zdraví a společenských kontaktů. Respondenti v některých městech uvádí, že v jejich městech jsou podmínky pro dobrovolnictví dobře rozvinuté, například náborová dobrovolnická centra nebo profesionální dobrovolnické organizace. Ve většině měst respondenti uvádí, že existuje mnoho příležitostí k dobrovolnictví.

Senioři v Ponce se díky dobrovolné práci cítí být užiteční a v Udine uvádí, že dobrovolná práce je naplňuje a zabraňuje sociální izolaci. Senioři v Ženevě vykonávají dobrovolnou práci v rámci různých klubů a organizací.

Přestože dobrovolná práce je důležitá, existuje podle respondentů řada bariér v uplatnění seniorů, například při hledání příležitostí k dobrovolnické práci, zejména takové, která by jim vyhovovala. Respondenti by uvítali více příležitostí a širší nabídku možností dobrovolnictví. Jedním z návrhů, jak nabídku zvýšit, je vytvoření centrálních registrů. V Melbourne probíhá projekt, který k nalezení vhodných dobrovolníků a současně vhodných příležitostí pro zájemce využívá internet. V Portlandu existuje internetová stránka, která obsahuje seznam příležitostí k dobrovolné práci. Senioři v Melville a Udajpuru navrhují vytvoření centrální databáze či registru dobrovolníků a respondenti v Dillí se domnívají, že tato služba by mohla být provozována organizacemi, jako je HelpAge India.

Senioři dále čelí problémům, jak se dopravit do a z místa dobrovolné práce a někteří respondenti uvádějí také fyzická omezení při plnění určených úkolů. V rozvinutějších zemích někteří senioři a poskytovatelé služeb uvádí, že jejich schopnost či ochotu zapojit se do dobrovolnictví omezují skutečnosti jako neproplácení výdajů (například za benzín) nebo otázka ručení a odpovědnosti (dobrovolnické organizace).

Někteří respondenti uvádí celkově zhoršující se situaci v dobrovolnickém sektoru a změny, které mají dopad na seniorské dobrovolníky. Sem patří i pocit, že se vytrácí étos dobrovolné práce a že mladší lidé nedokáží nenahrazovat starší dobrovolníky. V Halifaxu se jeden senior domnívá, že k poklesu počtu dobrovolníků přispívá rostoucí byrokracie a náklady na pojištění. V Dundalku navrhují, aby seniorští dobrovolníci byli osvobozeni od placení pojistného.

Návrhy na zlepšení v oblasti dobrovolnictví zahrnují celkové posílení dobrovolnických organizací, dále vytvoření dobrovolnických skupin seniorů a proplácení nákladů, které dobrovolníkům vznikají v souvislosti s dobrovolnictvím. Respondenti v Islámábádu navrhují vytvoření skupiny seniorských dobrovolníků pro práci se znevýhodněnými lidmi. V Mayaguezu navrhují zavedení pobídek pro seniorské dobrovolníky a jeden poskytovatel služeb v Mexico City doporučuje, aby dobrovolníkům byly propláceny veškeré náklady. V Himeji doporučují finanční podporu dobrovolnických organizací. V Šanghaji se domnívají, že podporující a oceňující atmosféra ve společnosti by k dobrovolné práci přivedla více lidí. V Tokiu navrhují zasílat seniorům pozvánky a motivovat je tak k dobrovolné práci.

2. Lepší podmínky pro zaměstnání a více příležitostí

Moje matka často mluví o tom, že by pracovala, ale vím, že to nezvládne. Jde jen o to, že chtějí mít své peníze.

Pečovatel, Jamajka

Musíme seniorům pomoci zůstat v zaměstnání. Pracovat je darem zdraví a života.

Poskytovatel služeb, Tripolis

Respondenti v mnoha městech uvádí, že jsou ochotni a chtějí pracovat a že mají zkušenosti i kvalifikaci k tomu, aby pracovat mohli. Chtějí-li však najít práci nebo zůstat zaměstnaní, musí senioři čelit řadě bariér. Politiky a systémy, které stanovují statutární věk, po jehož dosažení nemůžete dále pracovat, tedy věk, který je v různých zemích odlišný, účastníci focus groups odmítají. V některých zemích existuje systém, kdy po odchodu do důchodu je příjem z výdělečné činnosti odečítán od sociálních dávek nebo důchodu, což vytváří další bariéru pro seniory, kteří chtějí dále pracovat.

V několika městech senioři uvádí, že prostě kvůli stáří již dále pracovat nemohou, těžko se dostávají do a ze zaměstnání nebo se na cestě do práce či v práci necítí bezpečně. Některá města uvádí, že pracovní příležitosti pro seniory jsou pouze v oblasti nekvalifikovaných, nízko placených nebo celkově neatraktivních profesí.

..

V některých městech senioři pomáhají svým rodinám tím, že pečují o vnoučata, a v Mexico City se domnívají, že to seniorům znemožňuje získat vhodné zaměstnání.

V místech s nízkými příjmy a s malou finanční podporou státu se někteří senioři domnívají, že pracovat musí, ať chtějí nebo nechtějí. V některých městech (např. Moskva, Nairobi a Ponce) účastníci focus groups konstatují, že celková úroveň nezaměstnanosti a konkurence na trhu práce ovlivňuje jejich možnosti najít si zaměstnání.

Na práci nemohu pomýšlet. Proč? Víte, nezaměstnanost je vysoká i mezi mladými lidmi, tak jak bych mohl chtít pracovat já?

Senior, Istanbul

Přes uvedené překážky senioři v mnoha městech pracují. Senioři v Tripolisu zmiňují řadu výhod setrvání v zaměstnání, včetně příjmu, boje s předsudky, že senioři jsou na druhých závislí, a udržení společenských kontaktů. V Himeji je mnoho seniorů ochotno pracovat a přejí si více příležitostí k zaměstnání. Senioři v Ammánu se domnívají, že zkušenosti a časové možnosti seniorů by měly být využívány, dokud senioři pracovat mohou, a že by měly být poskytovány pobídky motivující k zapojení do pracovních a jiných aktivit.

V několika městech, většinou v rozvinutých zemích, existují politiky – a někde uvádí i konkrétní společnosti –, které podporují a oceňují starší pracovníky. V Mayaguezu poskytovatelé uvádí, že starší pracovníci mají málo absencí a bývají dochvilní. Respondenti v Melville se domnívají, že situace na trhu práce se mění a postoj k zaměstnávání starších pracovníků je pozitivnější.

Účastníci projektu uvádí řadu návrhů na zlepšení a vytváření nových příležitostí pro zaměstnávání seniorů. Patří mezi ně pobídky zaměstnavatelům, kteří zaměstnají seniory, programy podpory zaměstnanosti, vytváření partnerství mezi veřejným a soukromým sektorem a přijímání seniorů na místa ve veřejném sektoru.

Tam, kde existuje zákonem stanovený povinný věk odchodu do důchodu nebo věková omezení v zaměstnání, respondenti navrhují zrušení těchto omezení.

V Dundalku respondenti doporučují umožnit lidem pracovat i po dosažení důchodového věku a v Islámábádu navrhují zrušení věkového omezení v zaměstnání. Poskytovatelé služeb v Sherbrooku se domnívají, že legislativa a politika v této oblasti by měly být pružnější a měly by umožňovat lidem po odchodu do důchodu vrátit se do zaměstnání. Jeden senior v Istanbulu navrhuje zakázat možnost předčasného odchodu do důchodu.

Byla vyslovena také řada návrhů na zlepšení forem nebo podmínek práce. V některých městech se respondenti domnívají, že problémem je to, že neexistují informace a nástroje, které by propojovaly dovednosti a potřeby starších pracovníků s potřebami zaměstnavatelů.

Návrhy na řešení této situace zahrnují zlepšení informování o nabídce volných pracovních míst, vytvoření databází, umožňujících propojení nabídky starších pracovníků a pracovních míst, a vytvoření registru dovedností seniorů, který by využívali potenciální zaměstnavatelé. Respondenti v Istanbulu se domnívají, že ženy pracující doma by měly mít větší podporu, a v Dillí navrhují zvýšení citlivosti a povědomí zaměstnavatelů o potřebách seniorů.

3. Flexibilita a potřeby starších pracovníků a dobrovolníků

Nechci práci, kde bych musel být každý týden v 9:00; toho jsem si už užil dost.

Senior. Portland

Flexibilní podmínky pro seniory v zaměstnání a dobrovolnictví jsou navrhovány jako cesta, jak lépe přizpůsobit příležitosti seniorům.

Někde se objevují informace o rigidní pracovní době a názory, že dobrovolnická práce se příliš profesionalizovala. Respondenti navrhují, aby příležitosti placené i dobrovolné práce byly přizpůsobeny a vycházely tak vstříc starším pracovníkům. Dobrovolná práce by měla být flexibilnější a měla by lépe odpovídat potřebám seniorů. Na některých místech respondenti zmiňují potřebu větší flexibility zaměstnavatelů, pokud jde o pracovní dobu a sezónní nebo dočasné zaměstnání, a přizpůsobení fyzickým nárokům práce.

Senioři v Ženevě se domnívají, že příležitosti k dobrovolnické práci by měly být flexibilní, měly by odpovídat schopnostem dobrovolníků a zohledňovat potřeby seniorů, kteří se mohou rychleji unavit. Poskytovatelé služeb v Himeji si myslí, že zaměstnavatelé by měli vytvořit prostředí, v němž by senioři mohli bez problémů pracovat, a mnohé společnosti si to stanovily jako svůj cíl do budoucna.

Respondenti v Halifaxu navrhuji menší pracovní zátěž pro starší zaměstnance a větší flexibilitu ve využívání nemocenské dovolené. Respondenti v Londýně navrhuji realizovat menší projekty, které jsou pro seniory zajímavé a využívají jejich dovedností. V Nairobi, Ponce a Tujmazech respondenti požadují více příležitostí pro práci na částečný úvazek. V Tokiu existuje personální agentura zaměřující se na dočasnou práci, která může být pro seniory vyhovující. Senioři v Tujmazech se domnívají, že pro seniory je obzvláště vhodná práce formou poradenství a konzultací.

4. Podpora občanského zapojení

Informace o míře občanské angažovanosti se různí. Obecně senioři mají zájem a ochotu podílet se na občanských aktivitách a rolích. Někde senioři již nyní mají možnost vyjádřit svůj názor prostřednictvím komunitních nebo seniorských rad. Některé kultury zkušenosti a znalosti seniorů oceňují a je jim běžně přisuzována pozice autority, ačkoli podle některých respondentů jde převážně o symbolické role. V Melville existují speciální zájmové skupiny, v nichž jsou zapojeni senioři, a v Mayaguezu jsou senioři významným poměrem zastoupeni v městské radě. Respondenti v Tripolisu uvádí, že senioři jsou členy správních rad, a v Halifaxu jsou zapojeni do přípravy voleb.

Významná část měst přes uvedené informace o občanském zapojení seniorů uvádí, že možnosti zapojení seniorů do občanských záležitostí jsou omezené. Některá města uvádí logistické překážky, například nedostatečnou dopravu potřebnou k vykonávání občanských činností, nedostatečné podmínky a bezpečnost na velkých občanských událostech.

Mezi návrhy na zlepšení občanského zapojení seniorů patří vyhrazení míst k sezení, zlepšení přístupnosti občanských událostí (např. fyzická přístupnost, poskytování kompenzačních pomůcek pro špatně slyšící) a rozvoj nebo zřízení nových komunitních rad a dalších participativních institucí. Respondenti v Dundalku se domnívají, že lepší informovanost seniorů o občanských aktivitách by vedla k vyšší účasti. V Portlandu respondenti navrhuji, aby se senioři zapojili prostřednictvím poskytování svých podnětů městské samosprávě. Senioři v La Plata si přejí mít více příležitostí k politickému zapojení a hrát roli při řešení problémů komunity. V Tokiu respondenti navrhuji, aby seniorům byla dána konkrétní občanská role při prosazování zájmů seniorů, a respondenti v Saanichi navrhuji zapojení seniorů do plánování pro seniory.

5. Vzdělávání a výcvik

Dobrovolná práce se profesionalizovala. Abyste se mohl stát dobrovolníkem, musíte projít vzděláváním.

Poskytovatel služeb, Londýn

Vzdělávání a výcvik se považuje za způsob, jak seniorům umožnit zapojení na trh práce a do dobrovolnictví. Některá města uvádí, že senioři se domnívají, že jim chybí dovednosti (většinou týkající se nových technologií), potřebné k jejich konkurenceschopnosti na trhu práce. Několik měst uvádí, že senioři by uvítali příležitosti ke vzdělávání nebo rekvalifikaci (i když tento návrh častěji uvádí poskytovatelé služeb než samotní senioři). V Dillí respondenti navrhuji vzdělávání a rekvalifikaci před odchodem do důchodu. Respondenti v Ammánu požadují vzdělávání a výcvik pro méně náročné práce, kterými by si senioři mohli přivydělat. Respondenti v Tujmazech se domnívají, že vzdělávání starších pracovníků by se mělo zaměřit na samostatně výdělečnou činnost a na příležitosti pro malé podnikání.

6. Příležitosti k podnikání

Někteří respondenti navrhuji vytvoření příležitosti k podnikání jako cesty ke zvýšení příjmu seniorů a uplatnění na trhu práce. Navrhují finanční či jinou podporu příležitosti k samostatně výdělečné činnosti seniorů, a to častěji ve městech, kde je celková nezaměstnanost nebo kde senioři dostávají podporu pro osoby s nízkým příjmem (např. Cancún, Mexico City, Dillí, Ponce, Tripolis, Tujmazy a Udine).

V několika městech jsou senioři aktivně zapojeni do různých samostatně výdělečných aktivit, např. řemesla a zahradnické práce. V San José se senioři uplatňují v pouličním prodeji. V Cancúnu existují příležitosti pro prodej řemeslných výrobků, i když seniorům by pomohl prostor pro trh. Respondenti v Tripolisu uvádí, že seniorům by mohly s malým a domácím podnikáním pomoci nevládní organizace a navrhuji, aby bylo podporováno zemědělství jako možnost pro seniory. V Tujmazech respondenti navrhuji zemědělské trhy jako zdroj příjmu pro seniory.

7. Ocenění přínosu seniorů

Zprávy o případech věkové diskriminaci na trhu práce jsou běžné. Diskriminace se projevuje různými způsoby, od nerespektování ze strany ostatních pracovníků až po přímé odmítání starší pracovníky přijímat. V některých městech je kulturně naprosto nepřijatelné, aby senioři po dosažení důchodového věku pracovali. Některé z těchto předsudků vyjadřují senioři sami; někteří uvádějí, že prostě už nechtějí pracovat, když celý život pracovali.

Existují zprávy o nevhodném zacházení se seniory. Jiní respondenti uvádí, že je pro ně obtížné pracovat pro lidi, kteří jsou mladší než oni sami, nebo být v postavení, které považují za nedůstojné, nebo pracovat v prostředí, kde s nimi druzí jednají blahosklonně.

Míra, do jaké se seniorští dobrovolníci cítí být za svůj přínos oceňováni a respektováni se rovněž liší. V Ženevě se dobrovolníkům jako výraz poděkování dávají diplomy. V Nairobi jsou podle poskytovatelů služeb senioři vnímáni vzhledem ke svým zkušenostem a důvěryhodnosti jako vůdci.

Respondenti v Udine se domnívají, že zkušenosti seniorů by měly být více oceňovány a respektovány. Někteří respondenti navrhnou organizovat kurzy zaměřené na zvýšení citlivosti zaměstnavatelů vůči potřebám a kvalifikaci starších pracovníků. Respondenti v Mexico City se domnívají, že ve společnosti je žádoucí zvýšit uznání hodnoty znalostí a přítomnosti seniorů na trhu práce. Senioři na Jamajce navrhnou zaměstnávat seniory, kteří by vzdělávali mladší lidi o kultuře stárnutí a zaměřili se přitom jak na participaci, tak na ageismus.

Občanské zapojení a zaměstnání přátelské seniorům – shrnutí

Možnosti dobrovolnictví

- Seniorům je dostupná široká nabídka možností zapojení se do dobrovolnictví.
- Dobrovolnické organizace jsou profesionální, mají dobrou infrastrukturu, vzdělávací programy a dostatek zájemců o dobrovolnictví.
- Dovednosti a zájmy dobrovolníků odpovídají nabídce (např. poptávka a nabídka příležitostí je evidována v registru nebo databázi).
- Dobrovolníci jsou podporováni, např. prostřednictvím poskytnutí dopravy nebo refundace nákladů na parkování.

Možnosti zaměstnání

- Seniorům je dostupná široká nabídka příležitostí pro pracovní uplatnění.
- Politika a legislativa zabraňuje diskriminaci na základě věku.
- Odchod do důchodu je osobní volbou, ne povinností.
- Seniorům jsou dostupné flexibilní možnosti zaměstnání, včetně práce na částečný úvazek nebo sezónní zaměstnání.
- Existují programy a agentury zaměřené na zaměstnávání seniorů.

- Organizace zaměstnanců (např. odbory) podporují flexibilní podmínky, např. práci na částečný úvazek a dobrovolnou práci, za účelem vyšší participace starších pracovníků.
- Zaměstnavatelé jsou motivováni k přijímání a udržení starších pracovníků.

Vzdělávání a výcvik

- Starším pracovníkům jsou poskytovány informace a vzdělávání zaměřené na možnosti a příležitosti po odchodu do důchodu.
- Starším pracovníkům jsou k dispozici příležitosti pro vzdělávání, např. v oblasti nových technologií.
- Dobrovolnické organizace zájemcům o dobrovolnictví poskytují vzdělávání, které je připravuje na danou pozici.

Přístupnost

- Informace o příležitostech k dobrovolnické nebo placené práci jsou dostupné a zveřejňované.
- Je k dispozici doprava do místa zaměstnání či dobrovolné práce.
- Pracoviště jsou přizpůsobena potřebám lidí se zdravotním postižením.
- Zapojením se do placené nebo dobrovolné práce nevznikají žádné náklady.
- Dobrovolnické organizace jsou podporovány (např. prostřednictvím finanční podpory nebo snížení nákladů na pojištění), aby mohly získávat, vzdělávat a udržet seniorské dobrovolníky.

Občanské zapojení

- V poradních radách, správních radách organizací apod. jsou zahrnuti senioři.
- Seniorům je dostupná podpora, umožňující účast na setkáních a občanských událostech, např. rezervovaná místa k sezení, podpora pro osoby se zdravotním postižením, kompenzační pomůcky pro lidi se zhoršeným sluchem nebo doprava.
- Politiky, programy a plány pro seniory zahrnují názory a návrhy seniorů.
- Senioři jsou motivováni a podporováni k účasti a zapojení.

Ocenění přínosu

- Senioři jsou pro svůj přínos respektováni a váženi.
- Zaměstnavatelé a organizace jsou senzitivní k potřebám starších pracovníků.
- Zaměstnavatelé jsou o výhodách zaměstnávání starších pracovníků informováni.

Podnikání

- Seniorským podnikatelům a seniorům je dostupná podpora příležitostí pro samostatnou výdělečnou činnost (např. trhy farmářských a řemeslných výrobků, vzdělávání zaměřené na malé podnikání, mikrofinancování pro starší pracovníky apod.).
- Informace zaměřené na podporu malého a domácího podnikání jsou poskytovány ve formě vhodné pro seniory.

Odměňování

- Starší pracovníci jsou spravedlivě odměňováni.
- Dobrovolníkům jsou propláceny náklady, které jim vznikají.
- Důchody a jiné dávky nejsou starším pracovníkům redukovány o příjmy ze zaměstnání a výdělečné činnosti.

Část 11. Komunikace a informace

Přehled poznatků

Účastníci focus groups se shodují, že zachování kontaktu s událostmi a lidmi a přístup k aktuálním, praktickým informacím, umožňujícím zvládnání životních situací a uspokojování osobních potřeb má pro aktivní stárnutí zásadní význam. Ve většině měst ve vyspělých zemích respondenti říkají, že seniorům je dostupné množství různých informací prostřednictvím běžných a specializovaných médií, zatímco v rozvojových zemích účastníci focus groups zdůrazňují pouze několik v celé komunitě dostupných médií, nejčastěji televizi, rozhlas a noviny. Nicméně obava z nedostatku a přehlédnutí informací a z vyloučení z hlavního proudu je vyjadřována prakticky všude. Rychle se rozvíjející informační a komunikační technologie jsou jak vítány jako užitečné nástroje, tak kritizovány jako nástroje sociálního vyloučení. Hlavní prioritou účastníků focus groups, bez ohledu na nabídku komunikačních možností a objem dostupných informací, jsou relevantní informace, které jsou snadno přístupné seniorům s různými možnostmi a zdroji.

Nejhorší je to [sic], když stárnete ... když vám začínají ubývat síly, to je, pokud jde o zdroje stresu, zřejmě nejzávažnější.

Senior, Halifax

1. Dostupnost informací

Ve všech městech jsou jako užitečný zdroj informací uváděna místní média. V rozvojových zemích a v Ruské federaci se média dostupná seniorům většinou omezují na rozhlas, televizi a noviny. V rozvinutých zemích respondenti hovoří o dostupnosti velkého množství obecných informací či specifických informací pro seniory, a to v různých zdrojích včetně internetu. Všude jsou pozitivně hodnoceny informace, které jsou seniorům přístupné v každodenním běžném životě prostřednictvím osobního sdělení, telefonu a důležitých míst, jakými jsou např. komunitní centra, informační tabule, veřejné služby, knihovny, obchody, ordinace a zdravotnická zařízení. Senioři v Istanbulu uvádí, že nejběžnějším a nejspolehlivějším komunikačním prostředkem je pro ně telefon. Vlády a neziskové organizace podle respondentů hrají hlavní roli v zajišťování dostupnosti informací: systematická a efektivní distribuce informací je oceňována jako prvek přátelský seniorům. V Himeji jsou podle respondentů kvalitně předávány obecní informace sdružením občanů, která je předávají místním představitelům a ti následně do každé domácnosti. Ve městech, ve kterých si soukromý sektor teprve začíná rostoucího stříbrného trhu všímat, například v Tripolisu, je uváděn jako potenciální zdroj šíření informací pro seniory také soukromý sektor. Například obchodní komora by mohla zaujmout distribuci místního adresáře služeb „přátelských seniorům“, jak navrhuji senioři v Saanichi.

Finančně dostupné komunikační a informační zdroje jsou zásadní. V Nairobi je pro seniory hlavním sdělovacím prostředkem rádio, protože je levné; v Udajpuru v informování lidí z nižších socioekonomických skupin hraje důležitou roli místní informační tabule. V Tujmazech je přístup k informacím zajištěn pomocí bezplatného předplatného novin, které senioři dostávají od svých bývalých zaměstnavatelů. V Dundalku je z veřejných zdrojů dotována telefonní linka pro osoby starší 70 let. V jiných městech jsou seniorům přátelské služby považovány za bezplatné publikace a bezplatný nebo symbolicky zpoplatněný přístup k dennímu tisku, počítačům a internetu na veřejných místech, např. v komunitních centrech a v knihovnách.

2. Správné informace ve správný čas

Informací je hodně, ale najít to, co potřebuji, je složité.

Pečovatel, Moskva

Respondenti ve městech na různém stupni rozvoje mají bez ohledu na počet a rozmanitost informačních zdrojů potřebu získat relevantní a aktuální informace. V některých rozvinutých městech, například v Ženevě, je těžké se v záplavě informací orientovat. Důležité informace můžete snadno přehlédnout. Častou bariérou je nízké povědomí o dostupných informacích nebo službách nebo o tom, kde lze relevantní informace najít. Výsledkem je, že senioři nemusí pobírat dávky nebo služby, na které mají nárok, nebo se o nich dozví pozdě a nemohou o ně požádat. Jiným problémem, zmiňovaným pouze v několika rozvinutých městech, je otázka reagování na agresivní reklamu a telemarketing a rozpoznání podvodných nabídek.

Ve městech v rozvojových zemích jsou senioři častěji konfrontováni s nedostatkem aktuálních informací o důležitých oblastech, jako např. o zdraví, právech, nárocích na dávky, službách a událostech v komunitě. Respondenti v La Plata uvádí, že běžná lokální média témata důležitá pro seniory nepokrývají v takovém rozsahu a detailu, aby byla pro seniory užitečná.

Častým návrhem, jak komunikaci učinit přátelštější seniorům, je poskytovat více informací seniorům prostřednictvím speciálních tiskovin nebo pravidelných článků v běžném tisku a prostřednictvím speciálních rozhlasových a televizních programů. Jiným návrhem je, aby média rozšířila svou programovou nabídku a zpravodajství tak, aby zahrnovala témata zajímavá pro seniory. V některých městech seniorům vadí, že zejména televize nebere na jejich zájmy ohled.

Lidé chtějí získávat informace prostřednictvím jedné, snadno přístupné služby, která je v dané komunitě běžná a známá. V Portlandu má místní úřad k dispozici nepřetržitou telefonní informační linku. Senioři v Dillí navrhnou, aby celostátní a respektovaná nezisková organizace, jako např. HelpAge India, formou databáze shromažďovala a zpracovávala informace důležité pro seniory a zpřístupnila je prostřednictvím telefonní linky. Respondenti v Islámábádu doporučují místní informační místnost s novinami a televizí.

3. Je někdo, s kým si mohu promluvit?

Senioři volají do rádia pořad.
Poskytovatel služeb, Mayaguez

Ať je město jakkoliv vyspělé, hlavním a preferovaným způsobem komunikace je pro seniory mluvené slovo, a to jak v neformálních vztazích s rodinou a přáteli, tak v různých klubech, sdruženích, na veřejných setkáních, v komunitních centrech a církvích. Velmi populárním informačním zdrojem v mnoha městech je rozhlas, který vysílá v místním jazyce nebo živé pořady, do kterých lidé mohou zavolat, dávat odborníkům dotazy a účastnit se diskuse. Osobní interakce v komunikaci je velmi důležitá a respondenti opakovaně konstatují, že zůstat aktivním a zapojeným do komunity je nejlepším způsobem, jak být informován. Respondenti vyjadřují politování nad ztrátou příležitostí ke komunikaci s druhými, která je způsobena takovými změnami, jakými jsou například růst počtu výškových domů, uzavření místní pošty nebo automatizace bankovních a jiných služeb. Pro seniory se zhoršeným zrakem a negramotné je mluvená komunikace je obzvláště důležitá. V rozvojových zemích je míra negramotnosti mezi seniory velmi vysoká a i v rozvinutých zemích je míra gramotnosti seniorů v průměru nižší než mladších lidí. Neformální předávání informací je rovněž důležité, protože lidé se mohou ptát někoho, komu důvěřují, dokud se nedozví, co potřebují. Senioři všude na světě oceňují pozornost živého člověka, který je ochotný, mluví s nimi srozumitelně a má dostatek času.

V každé čtvrti je mešita. Arabský výraz pro mešitu je synonymem pro místo setkávání.

Senior, Tripolis

Komunikace přátelská seniorům respektuje a využívá neformální cesty ke komunikaci se seniory. Jednou z možností je poskytovat pravidelně důležité informace na místech, kde se senioři vyskytují nebo setkávají; další možností je vytvářet příležitosti pro poskytování zajímavých informací seniorům. Respondenti v Rio de Janeiru například navrhují využít prostor místního zdravotnického střediska pro vzdělávací přednášky. Třetí strategií může být informování osob, které následně předávají informace dalším lidem. Těmito „klíčovými informátory“ mohou být dobrovolníci, jak navrhují na Jamajce, nebo poskytovatelé sociálních a zdravotních služeb či pracovníci dalších služeb – realitní makléři, holiči, poštovní doručovatelé nebo recepční v bytových domech v Rio de Janeiru, kteří znají každého obyvatele a jsou uznávaným neformálním zdrojem informací a podpory.

Problém, jak kontaktovat sociálně izolované seniory – kteří nejsou v kontaktu s okolním světem, protože bydlí sami a mají závažné postižení a minimální podporu rodiny – se vyskytuje v bohatších i chudších městech. E-mail a internet představují jedno řešení, které respondenti, i když zřídka, uvádí. Preferovaným přístupem je osobní kontakt prostřednictvím dobrovolníků, kteří navštěvují seniory, popř. jim telefonují, nebo prostřednictvím pracovníků sociálních služeb.

Respondenti navrhují také vytipovat místa, kde lze seniory ohrožené sociální izolací nalézt: v San José jako místo pro distribuci informací o službách pro seniory se zdravotním postižením navrhují obvodní zdravotnickou kliniku.

4. Formát a design přátelský seniorům

*Včera jsem dostal dopis. Zřejmě zjišťují, jaké dávky dostávám...
Člověk to musí přečíst aspoň čtyřikrát, aby to pochopil.*

Senior, Londýn

Největší jednotlivou překážkou komunikace se seniory je vizuální a zvuková forma prezentace informací. Velikost písma v textových materiálech je pro čtení příliš malá, zejm. v tištěných materiálech ale i na televizních obrazovkách apod. Etikety na výrobcích a pokyny, zejm. u léků, jsou nerozluštitelné. Rozložení stránky je často matoucí a na malém prostoru je uvedeno příliš mnoho informací. Informace prostřednictvím mluvené komunikace jsou předávány příliš rychle a reklamy v rozhlase a televizi narušují možnost vnímat smysl a souvislosti. Jazyk užívaný v médiích je často příliš složitý a obsahuje mnoho neznámých slov. Formuláře – které jsou nezbytné pro získání služeb a dávek – jsou obzvláště obtížně srozumitelné.

Pište jednoduše, stručně, velkými písmeny.

Poskytovatel služeb, Mexico City

Automatizace služeb složitost každodenního fungování ještě více zvyšuje. Displeje a tlačítka na mobilních telefonech a elektronických přístrojích jsou příliš malá, bankovní, parkovací a další automaty jsou všechny odlišné, špatně osvětlené a s nejasnými pokyny. Ovládací panely jsou pro osoby na invalidním vozíku příliš vysoko, takže na ně nedosáhnou. Aby užívání telefonu bylo přístupné i negramotným lidem a mohli zavolat rodině nebo kontaktovat služby, respondenti v Ammánu navrhují barevně označit tlačítka telefonu a telefonní čísla. Zdrojem kritiky a nespokojenosti jsou velmi často automatické odpovídací služby: je poskytováno příliš mnoho informací a příliš rychle, nabídka voleb je matoucí a není často vůbec možné dovolat se osobnímu operátorovi.

5. Informační technologie: požehnání i prokletí

Někteří senioři informační technologie, zejména počítače a internet, oceňují kvůli rozsahu dostupných informací a komfortu. Respondenti v Tripolisu říkají, že internet je pro ně dobrým prostředkem, jak být v kontaktu s dětmi, které bydlí daleko, třeba v jiné zemi.

Mnoho seniorů však kvůli tomu, že počítač a internet nepoužívají, prožívá pocit vyloučení. Přechod od přímých osobních služeb a tištěné dokumentace k digitálním a počítačovým technologiím pocit vyloučení zvyšuje.

V rozvojových zemích a v Ruské federaci jsou počítače pro mnohé seniory příliš nákladné nebo jim nejsou běžně nedostupné. Jinde sice mají přístup k počítačům, ale senioři nejsou vůbec s novými technologiemi obeznámeni a obávají se, že se jejich užívání nemohou naučit. Finančně dostupný veřejný přístup k počítačům, např. v komunitních centrech, klubech seniorů, veřejných službách a knihovnách představuje důležitý prvek přátelskosti seniorům. Respondenti velmi doporučují organizovat kurzy práce na počítači, pokud možno přizpůsobené individuálním potřebám a tempu učení seniorů a vedené důvěryhodnou osobou. Například v Halifaxu senioři uvádí, že mají k dispozici stálého lektora internetu, který jim jednotlivě pomáhá a na požádání je navštěvuje v jejich domácnosti.

6. Odpovědnost jedince a společnosti

Senioři, stejně jako jiní občané, mají odpovědnost udržovat kontakt s novými informacemi tím, že zůstávají zapojeni do aktivit v komunitě, snaží se přizpůsobit změnám a mají zájem učit se novým věcem. Vlády, neziskové organizace a soukromý sektor jsou všichni společně odpovědní za odstraňování komunikačních bariér, které seniory stále více oddělují od druhých, zejména bariér souvisejících s chudobou, nízkou gramotností a zhoršeným funkčním zdravím.

Komunikace a informace

Nabídka informací

- Základní komunikační systém tištěných a audiovizuálních sdělovacích prostředků a telefonu je dostupný všem obyvatelům.
- Vláda nebo neziskové organizace zajišťují pravidelné a spolehlivé poskytování informací.
- Informace jsou poskytovány tak, aby byly seniorům dostupné v místě jejich bydliště a místě každodenních aktivit.
- Informace jsou poskytovány koordinovaně na místní úrovni formou přístupné služby, o které je každý informován – informační centrum „pod jednou střechou“.
- V běžných i speciálně zaměřených médiích jsou pravidelně uváděny informace a programy pro seniory.

Mluvená komunikace

- Mluvená komunikace přístupná seniorům je preferována, například v rámci veřejných setkání, komunitních center, klubů a sdělovacích prostředků, a prostřednictvím jednotlivců předávajících informace osobně z úst do úst.

přátelské seniorům – shrnutí

- Lidé ohrožení osamělostí a sociální izolací získávají informace od osob, kterým důvěřují a se kterými mohou komunikovat, například od dobrovolníků prostřednictvím osobních návštěv nebo telefonním kontaktem, pracovníků domácí péče, kadeřníků, domovníků nebo pečovatелů.
- Zaměstnanci úřadů a komerčních služeb poskytují přátelské individuální služby, pokud jsou o ně požádáni.

Tištěné a textové informace

- Tištěné a textové informace – včetně oficiálních formulářů, titulků v televizi a textů na displejích – jsou psány velkým písmem a hlavní sdělení jsou opatřena jasnými nadpisy a psána tučným písmem.

Srozumitelný jazyk

- Tištěná a mluvená komunikace užívá jednoduchých, známých slov a krátkých, jednoduchých vět.

Automatizovaná komunikace a zařízení

- Telefonní automatický operátor sděluje pokyny pomalu a jasně a informuje volající, jak lze pokyn či informaci kdykoliv zopakovat.
- Uživatelé si mohou zvolit, zda budou mluvit s osobním operátorem nebo zanechají zprávu, aby byli kontaktováni.
- Elektronické přístroje, jako mobilní telefony, rádio, televize, bankomaty a automaty na jízdenky, mají velká tlačítka a používají velké písmo.
- Displeje bankovních, poštovních a jiných automatů jsou dobře osvětlené a přístupné osobám různého věku.

Počítače a internet

- Počítače a internet jsou běžně dostupné, zdarma nebo za minimální poplatek, na veřejných místech, jako jsou úřady, komunitní centra a knihovny.
- Uživatelům jsou snadno dostupné potřebné instrukce a osobní pomoc.

Část 12. Komunitní sociální a zdravotní služby

Přehled poznatků

Zdravotní a sociální služby mají pro udržení zdraví a nezávislého života v komunitě zásadní význam. Mnoho problémů, které senioři, pečovatelé i poskytovatelé služeb ve focus groups zmiňují, se týká dostupnosti kvalitní, odpovídající a přístupné péče. Respondenti dotazovaní WHO hovoří o svých zkušenosti, které získali v odlišných systémech a na základě různých očekávání; nicméně senioři na celém světě vyjadřují jednoznačný zájem o základní zdravotní a finanční podporu. Náklady na zdravotní péči jsou všude považovány za příliš vysoké a respondenti vyjadřují souhlasné přání, aby péče byla finančně dostupná.

Setkal jsem se s tolika seniory, kteří odkládají návštěvu lékaře, protože nemají peníze, a jejichž zdraví se zhoršuje a zhoršuje.

Senior, Portland

V mnoha městech v rozvojových zemích existuje nedostatek základních služeb a vybavení a v jiných městech jsou služby špatně dostupné. Některé nejrozvinutější země mají největší nabídku komunitních zdravotních a sociálních služeb a současně jsou v těchto zemích služby nejvíce kritizovány. I když to na jedné straně odráží nespokojenost se stávajícím

stavem služeb, současně to ukazuje, že v těchto městech jsou služby seniorům přístupné v takové míře, která může být v jiných částech světa nedostupná.

Ve většině spolupracujících měst rozhoduje o nabídce, organizaci a financování mnoha zdravotních a sociálních služeb stát nebo vládní instituce, a nikoliv město. Dostupnost a odborné vzdělávání zdravotnických a sociálních pracovníků je rovněž mimo kontrolu města. Nicméně zdravotní a sociální služby v daném městě poskytují lidé v místní komunitě a v místních zařízeních a při poskytování podpory a péče hrají důležitou roli místní ziskové i neziskové skupiny. Místní samospráva a soukromý a neziskový sektor mají vliv na počet, rozsah a dostupnost služeb a na další aspekty související s dostupností zařízení a služeb na svém území. Místní úřady, které jsou odpovědné za poskytování služeb, zajišťují také vzdělávání pracovníků a stanovují standardy kvality poskytovaných služeb. Občanská společnost hraje v poskytování finanční podpory a dobrovolnické práce svou roli. Při formulaci výstupů tohoto projektu a tvorbě klíčových prvků sociálních a zdravotních komunitních služeb přátelských seniorům se proto tento průvodce zaměřil na ty aspekty služeb, které může město přátelské seniorům ovlivnit.

Problematika zdravotních služeb byla ve většině focus groups převládajícím tématem, což odráží jejich důležitost pro aktivní stárnutí. Významnými tématy jsou přístup k zdravotní péči a také k dalším, nejen úzce medicínským, zdravotním službám. Komunitním sociálním službám je sice obecně věnována menší pozornost, na základě názorů účastníků však lze identifikovat prvky města přátelského seniorům.

1. Dostupná péče

Dobře lokalizované a snadno dostupné zdravotní služby pro seniory v každém spolupracujícím městě jsou zásadně důležité. Seniori ve městech jako Ammán, Rio de Janeiro, Sherbrooke a Tokio oceňují blízkost zdravotních služeb a v Ženevě a v Šanghaji oceňují dobrou dopravu do zdravotnických zařízení. Služby, které jsou daleko nebo jsou obtížně dostupné, jsou často považovány za bariéru. Na některých místech je veřejná doprava považována za neadekvátní a jinde, například v Dillí a v Mexico City, je za zvláště významný problém považována doprava osob se zdravotním postižením. Přístup ke zdravotní péči v neodkladných situacích je častým tématem a prioritou. Vedle konkrétních připomínek, jako je nedostatek pohotovostní péče v některých městech, respondenti také uvádí, že dopravní zdravotní služby jsou buď nedostatečné (Ponce) nebo příliš pomalé kvůli hustému provozu (Moskva). Návrhy, jak minimalizovat geografické bariéry, zahrnují možnost umisťovat jednotlivé služby blízko sebe nebo je decentralizovat tak, aby byly dostupné ve všech komunitách. Jiní respondenti navrhují nabízet dopravu prostřednictvím dobrovolníků a poskytovat telefonické pohotovostní zdravotní služby seniorům, kteří bydlí sami, jako je tomu v Himeji.

Důležité jsou bezbariérovost a mobilita uvnitř zdravotnických zařízení, stejně jako jejich bezpečnost. Mezi zmiňovanými bariérami jsou nedostatečně udržované výtahy a rampy v Udajpuru, nedostatečný přístup pro osoby se zdravotním postižením do budov a nedostatek invalidních vozíků nebo chodítek pro pacienty v Cancúnu, nebo přeplněná zařízení v mnoha dalších městech. Obavy o bezpečnost nebo nedostatek prostoru v ošetrovatelských zařízeních uvádějí v Ammánu, La Plata a Portage la Prairie. Jinou často zmiňovanou překážkou v přístupu ke zdravotní péči je nedostatek informovanosti o dostupných zdravotních službách. Jak poznamenávají v Melbourne, když se o službách neví, tak nejsou využívány. Jako možná řešení zde navrhuji lepší publicitu a informovanost o místních zdravotních službách, vzdělávání seniorů o zdravotnickém systému, koordinované poskytování informací a telefonickou linku poskytující informace o zdravotnictví.

Často je také zmiňován přístup poskytovatelů zdravotních služeb k seniorům. Tujmazy je jedno z mála míst, kde respondenti uvádí zdvořilé a přátelské chování přijímajícího personálu a zdravotních sester. Časté stížnosti na zdravotní péči se týkají negativních postojů a špatné komunikace ze strany poskytovatelů péče. Problémy, o kterých se hovoří, zahrnují lhostejnost, neúctu, nezájem a jednání se seniory jako se zátěží či těmi, kdo odčerpávají finance. Časté návrhy na zlepšení postojů a chování poskytovatelů služeb se týkají zlepšení jejich komunikačních dovedností a vzdělávání a výcviku zdravotnických pracovníků s cílem zlepšit jejich jednání a chování k seniorům. V Ammánu navrhuji, aby mladší lidé byli motivováni k dobrovolnictví v péči o seniory.

*Když ji přišli umýt a převléknout,
jednali s ní jako s kusem nábytku –
žádná důstojnost, žádná úcta.*

Senior, Londýn

2. Širší nabídka zdravotních služeb

Ve všech městech názory lidí ukazují potřebu široké nabídky zdravotních služeb pro seniory. Dostupnost či nedostupnost specifických forem péče o seniory se jeví jako klad či zápor městského prostředí: respondenti uvádí geriatrické kliniky a služby, lůžka v nemocnicích, denní centra pro dospělé, péči o osoby s demencí, psychologické a psychiatrické služby, respitní služby a vzdělávání pro pečovatele, rehabilitaci a paliativní péči. Vedle služeb je doporučována také větší nabídka zdravotních pomůcek, jako jsou invalidní vozíky, chodítka a pomůcky pro sluchově postižené. Mezi zdravotní služby, kterým je na celém světě věnována největší pozornost, nicméně patří prevence nemocí a podpora zdraví, domácí péče a zařízení dlouhodobé ošetrovatelské péče.

3. Podpora zdravého stárnutí

V několika městech jak senioři, tak další respondenti uvádí buď nedostatek služeb a programů prevence nemocí a podpory zdraví, nebo je uvádí v rámci svých návrhů na zlepšení služeb. Mezi důležité služby patří preventivní screening, fyzická aktivita, vzdělávání v oblasti prevence úrazů, poradenství v oblasti výživy a psychologické poradenství. V Porúří prvky přátelské seniorům zahrnují svépomocné skupiny a organizace nabízející kondiční sportovní aktivity a rehabilitaci a dále pravidelné zdravotní prohlídky v domácím prostředí.

V Mexico City senioři oceňují cílenou kampaň zaměřenou na očkování a bezplatné poskytování brýlí. Respondenti v Saanichi doporučují rozšíření seniorských center na komunitní wellness centra a lidé v Tujmazech navrhuje, aby senioři měli přístup k dotovaným lázeňským pobytům. V Islámábádu a Mexico City respondenti za dobrý návrh považují poskytování služeb v jednotlivých komunitách spíše než soustředěně na jednom místě.

4. Domácí péče

Velmi častým tématem je potřeba široké nabídky podpory a péče poskytované v domácím prostředí – od pomoci s nákupy a/nebo poskytováním stravy až po návštěvy lékařů a dalších služeb v domácnostech lidí. Účastníci focus groups mají až na několik výjimek zájem o služby, které by jim umožnily pečovat o své zdraví a uspokojovat své osobní potřeby v domácím prostředí. Překážky v přístupu k domácí péči spočívají v obecném nedostatku těchto služeb, jejich špatné organizaci, omezeném nároku na služby, vysoké ceně a časté fluktuaci personálu. Návrhy na zlepšení služeb domácí péče závisí velmi na kontextu. V několika městech, zejména v rozvojových zemích, je cílem prostě „poskytovat domácí péči“. V jiných městech se návrhy zaměřují na zlepšení počtu nebo spektra služeb (např. fyzioterapie a psychologické poradenství) nebo jejich kvality (např. poskytování péče ihned po propuštění z nemocnice, zvýšení počtu případových manažerů a péče od stále těžké osoby). V některých městech se názory týkají způsobů financování a řízení nákladů, například prostřednictvím pojištění nebo služeb bytových družstev a podnikání, jak zmiňují v Sherbrookku.

V Šanghaji pečovatelé uvádí, že lidé nad 80 let, ovdovělé osoby, lidé s nízkými příjmy a lidé se zdravotním postižením mají nárok na hodinu péče o domácnost denně zdarma.

5. Residenční zařízení pro seniory, kteří nemohou žít doma

Častým problémem je nedostatek vhodných a finančně dostupných možností péče o seniory, kteří již nemohou žít v domácím prostředí. Respondenti nejčastěji kritizují nedostatek volných míst a vysoké ceny. Pečovatelé v Portage la Prairie uvádí, že v domovech je nedostatek prostorů pro úschovu osobních věcí, a senioři v Ženevě navrhují, aby domovy pro seniory byly v centru města nebo měly do centra snadnou dostupnost. V několika městech se objevují vážné výhrady týkající se bezpečnosti, podprůměrné péče v domovech pro chudé seniory, nedostatku personálu a podezření na časté podávání sedativ. Respondenti navrhují alternativní modely: pečovatelé v Ammánu místo „obřích“ ústavů doporučují zřízení malých domovů pro několik obyvatel; poskytovatelé služeb na Jamajce a senioři v Udine obdobně požadují malé domovy, nabízející péči o domácnost a některé služby zdravotní a osobní péče.

6. Síť komunitních služeb

Rozsah komunitních sociálních služeb a způsob jejich poskytování se v jednotlivých městech velmi liší. V některých městech, zejména v rozvinutých zemích, sociální služby poskytuje nebo financuje stát.

Jinde respondenti uvádí, že podporu a služby poskytují primárně rodiny, náboženské instituce, charitativní organizace nebo skupiny občanů. Mezi pozitivně hodnocené služby, poskytované komunitou, patří levnější stravování pro seniory v restauracích v Rio de Janeiru a v Ženevě, pomoc s vyřizováním důchodů a dalších dávek na Jamajce a systém kontroly dodavatelů a řemeslných služeb v Portlandu. Komunitní a seniorská centra jsou považována za ideální místa pro poskytování sociálních služeb vzhledem k jejich kvalitě, známosti a dobré dostupnosti.

Existuje několik bariér, přičemž problémy jsou častější a akutnější v méně rozvinutých regionech: služeb je nedostatek, jsou příliš nákladné, obtížně dostupné nebo mají nízkou kvalitu. Někteří respondenti říkají, stejně jako je tomu u zdravotních služeb, že nemají dostatečné informace o tom, jaké služby jsou dostupné či jak jich lze využít. Častým problémem je také nedostatečná koordinace služeb, důsledkem čehož jsou zbytečné a komplikované formality a mezery ve službách. Návrhy na zlepšení komunitních sociálních služeb jsou různé. Ve městech s dobře rozvinutými, ale roztržitými sítěmi služeb respondenti navrhují zlepšení koordinace služeb, zvýšení počtu případových manažerů a integrování týmů pracovníků ve službách. Ve většině měst, bez ohledu na region, je navrhováno snížení či zjednodušení administrativních formalit. Další doporučení se týká poskytování sociálních a zdravotních služeb na jednom místě v komunitě nebo v seniorských centrech a poskytnutí více finančních prostředků na služby.

Respondenti uvádí, že řada sociálních služeb chybí nebo by měla být zlepšena, často za účelem zajištění ochrany a péče pro seniory s nízkými příjmy, kterých je v mnoha městech většina. Senioři se domnívají, že vedle zvýšení základní příjmové podpory, by jejich města měla zavést nebo posílit: azyl a ochranu pro seniory bez přístřeší, velmi chudé seniory a oběti zneužívání; zajištění stravování a donáškové služby; slevy pro osoby s nízkými příjmy na užívání základních služeb; registry seniorů bydlících v jednočlenné domácnosti; pomoc při získávání důchodů a dalších dávek; a duchovní podporu. Dobrým příkladem z Mexico City je průkaz seniora, opravňující držitele ke slevám a některým službám zdarma.

7. Nedostatek dobrovolníků

Častým tématem je potřeba zajištění dobrovolníků, kteří by vyplnili mezery ve zdravotních a sociálních službách. Respondenti uvádí, že je potřeba více dobrovolníků, kteří by pomáhali seniorům ve zdravotnických zařízeních i sociálních službách a v domácí péči, dopravou do obchodů a na setkání, nebo prostě vyvenčili domácí mazlíčky seniorů, kteří to již sami nezvládnou. Mezi místy pro nábor dobrovolníků respondenti uvádí asociace osob „50+“ sdružující mladé seniory, dále studenty sociálních a zdravotních škol a školní mládež. V několika městech je často opakovaným tématem mezigenerační dobrovolnictví. Mobilizace sítí dobrovolníků je snazší v zavedených tradičních komunitách, kde se lidé cítí sociálně provázáni: v Islámábádu respondenti uvádí jako bariéru to, že město je relativně nové a lidé se dostatečně dobře neznají.

Recepční je opravdu laskavý, stará se o čtyři seniory v domě. Pomáhá jim s koupáním, uklízí a ve své polední pauze lidem pomáhá.

Senior, Rio de Janeiro

8. Další témata

V několika městech respondenti uvádí dva specifické problémy: péče o seniory v krizových situacích a nedostatek míst k pohřbívání. Ačkoli tato témata jsou zmiňována jen zřídka, jsou v rychle rostoucích městech důležitá. Respondenti ve dvou městech uvádí nedostatky v podpoře seniorů v krizových situacích, například při přírodních pohromách a válečných konfliktech. Na Jamajce, kde jsou časté hurikány, senioři uvádí, že při poskytování péče během přírodních katastrof hrají důležitou roli církve. Poskytovatelé služeb v Ammánu navrhuje, aby město vytvořilo krizové plány, zahrnující seniory. I když to není navrhováno v této souvislosti, v Dundalku byla vyslovena myšlenka užitečná pro krizové situace, a to vytvořit místní registr seniorů, kteří bydlí sami. V Cancúnu a v Melbourne se respondenti stručně zmínili také o nedostatku hřbitovů a poskytovatelé v druhém z uvedených měst navrhuje jako řešení „vertikální“ či vícevrstvé hřbitovy.

Komunitní sociální a zdravotní služby přátelské seniorům – shrnutí

Přístupnost služeb

- Zdravotní a sociální služby jsou dobře lokalizovány v jednotlivých částech města, jsou blízko sebe, jsou navzájem propojeny a jsou snadno dosažitelné všemi druhy dopravy.
- Residenční zařízení, např. domovy pro seniory a ošetrovatelská zařízení, jsou umístěny v blízkosti dalších služeb a obydlených lokalit, takže jejich obyvatelé zůstávají integrováni v širší komunitě.
- Budovy a zařízení, v nichž jsou služby poskytovány, jsou bezpečné a plně přístupné osobám se zdravotním postižením.
- Informace o zdravotních a sociálních službách pro seniory jsou srozumitelné a přístupné.
- Jednotlivé služby jsou poskytovány koordinovaně a s minimální administrativní zátěží.
- Administrativní a odborní pracovníci služeb jednájí se seniory s respektem a ohleduplností.
- Ekonomické překážky, bránící přístupu ke zdravotním a komunitním sociálním službám, jsou minimální.
- Určená pohřebiště jsou dostatečně přístupná.

Nabídka služeb

- Je dostupná dostatečná nabídka zdravotních a komunitních sociálních služeb zaměřených na posílení, zachování a navrácení zdraví.
- Jsou dostupné služby domácí péče, které zahrnují zdravotní služby, osobní péči a pomoc v domácnosti.
- Nabízené zdravotní a sociální služby reagují na potřeby a priority seniorů.
- Odborní pracovníci ve službách mají potřebné dovednosti a jsou vzděláni pro komunikaci se seniory a efektivní poskytování služeb seniorům.

Podpora dobrovolníků

- Dobrovolníci každého věku jsou motivováni a podporováni k pomoci seniorům ve zdravotních a komunitních službách v různých zařízeních a prostředích.

Krizové plánování a péče

- Krizové plánování zahrnuje jako cílovou skupinu seniory a zohledňuje jejich potřeby a možnosti v přípravě a reagování na krizové situace.

Část 13. Shrnutí a kroky do budoucna

Aktivní stárnutí ve městě přátelském seniorům

Výchozím bodem tohoto průvodce byla představa, že město přátelské seniorům podporuje aktivní stárnutí prostřednictvím optimalizace příležitostí pro zdraví, participaci a bezpečí s cílem zvýšení kvality života ve stáří. Příležitosti a bariéry, o kterých informovalo přibližně 1500 seniorů a 750 pečovatелů a poskytovatelů zapojených do tohoto globálního projektu, tuto představu potvrzují a na mnoha příkladech ilustrují, jak jednotlivé prvky města reflektují determinanty aktivního stárnutí, a to ve vzájemné interakci. Prostředí města, budovy, dopravní systém a bydlení přispívají k mobilitě, zdravému chování, společenskému zapojení a sebeurčení, anebo naopak k izolaci, pasivitě a sociálnímu vyloučení. Široká nabídka příležitostí ke společenskému zapojení, ať všech věkových skupin společně nebo konkrétní věkové skupiny, posiluje sociální vazby a osobní růst a zplnomocnění. Zplnomocnění a sebeúctu zvyšuje také kultura, která seniory uznává, respektuje a začleňuje. Také relevantní informace poskytované ve vhodné formě přispívají ke zplnomocnění a zdravému chování. Přístupné a dobře koordinované zdravotní služby mají nepochybný vliv na zdravotní stav seniorů a zdravé chování. I když příležitosti k placenému zaměstnání ve městě souvisí s ekonomickými determinanty aktivního stárnutí, důležitější jsou politiky a opatření snižující ekonomické nerovnosti v přístupu ke všem službám, příležitostem a infrastruktuře v daném městě.

Design podporující různost se ukázal být základní charakteristikou města přátelského seniorům, která se často opakuje v mnoha různých oblastech. V rámci celoživotního přístupu WHO k aktivnímu stárnutí, popsaného v části 2, je design podporující různost klíčovým pro podporu optimální kapacity funkčně velmi zdatných jednotlivců a také pro fungování seniorů, kteří by se jinak stali závislími. Podle účastníků projektu by mělo být ve městě přátelském seniorům samozřejmé, že přirozené a architektonické prostředí bude předpokládat uživatele s různými funkčními schopnostmi, a ne designování pro imaginárního „průměrného“ (tj. mladého) člověka. Město přátelské seniorům klade důraz na uschopnění, nikoliv zneschopnění a je přátelské lidem každého věku, nejen seniorům. Ve městě přátelském seniorům by měl být dostatek míst pro sezení a veřejných toalet; standardními prvky by měly být snížené obrubníky a rampy pro přístup do budov, a signalizace na přechodech by měla poskytovat dostatek času na bezpečný přechod silnice. Design domů a bytů by měl být bezbariérový. Informační materiály a komunikační technologie by měly být upraveny tak, aby odpovídaly různým percepčním, rozumovým a kulturním potřebám. Jedním slovem, prostor a forma musí být přístupné.

Uznání a respektování různosti by mělo charakterizovat také služby a sociální vztahy, stejně jako je tomu u vnějších podmínek a materiálů. Účastníci tohoto projektu WHO jednoznačně zdůrazňují, že respekt a ohleduplnost k jednotlivci by měly být hlavními hodnotami na veřejných místech, doma, na silnici, ve veřejných a soukromých službách, v zaměstnání a při poskytování péče. Ve městě přátelském seniorům by uživatelé veřejného prostoru měli být při sdílení zařízení a služeb ohleduplní, přednostní místa ve veřejné dopravě a zastávky a parkování pro osoby se zvláštními potřebami by měly být respektovány. Služby by měly zaměstnávat přátelský personál, který věnuje dostatek času poskytnutí osobní pomoci. Personál v obchodech by měl obsluhovat seniory stejně dobře a rychle jako ostatní zákazníci. Zaměstnavatelé a agentury by měli poskytovat flexibilní podmínky a vzdělávání seniorům a dobrovolníkům. Komunity by měly seniory oceňovat také za minulý přínos, nejen současný. Vzhledem k tomu, že vzdělávání zvyšuje povědomí a informovanost, děti by se měly ve školách učit o stárnutí a seniorech a média by měla zobrazovat seniory realisticky a bez stereotypů.

Celoživotní přístup do procesu podpory aktivního stárnutí zahrnuje všechny věkové kategorie. Zahrnuje také hodnotu mezigenerační solidarity. Podle účastníků projektu je další důležitou charakteristikou města přátelského seniorům to, že posiluje solidaritu mezi generacemi a v rámci komunity. Město přátelské seniorům by mělo zprostředkovávat a rozvíjet sociální vztahy – ve službách v komunitě a v aktivitách, které umožňují kontakty lidí různého věku.

Příležitosti k tomu, aby se lidé v komunitě mohli potkat a více se o sobě dozvědět by měly být podporovány; lidé by měli dávat pozor na bezpečí druhého, navzájem si pomáhat a informovat se. Díky síti tvořené rodinou, přáteli, sousedy a službami by se senioři měli v komunitě cítit integrováni a v bezpečí. Kromě toho by měl existovat individualizovaný kontakt a vyhledávání seniorů, ohroženým sociální izolací, a měly by být minimalizovány ekonomické, jazykové či kulturní bariéry, které mnozí senioři zakoušejí.

Integrované a vzájemně se posilující charakteristiky města

Silné souvislosti mezi různými aspekty městského života, které uvádí lidé dotazovaní v rámci tohoto projektu WHO, jasně ukazují, že město přátelské seniorům může vzniknout pouze jako výsledek integrovaného přístupu zaměřeného na to, jak senioři žijí. Přijetí tohoto přístupu znamená koordinovat opatření a aktivity napříč různými oblastmi obecní politiky a služeb tak, aby se vzájemně posilovaly. Na základě informací seniorů a dalších účastníků projektu se jako obzvlášť důležité jeví integrovaná opatření, která respektují tyto vztahy:

- Bydlení musí být chápáno v kontextu vnějšího prostoru a architektonického prostředí takže bydlení seniorů se nachází v oblastech, kde nehrozí rizika přírodních katastrof, v blízkosti služeb, dalších věkových skupin a komunitních aktivit a příležitostí, které jim umožní zůstat začleněnými, mobilními a v kondici.

- Doprava a vybavenost dopravními službami musí navazovat na příležitosti k společenskému, občanskému a ekonomickému zapojení a také na důležité zdravotní služby.
- Sociální začleňování seniorů se musí orientovat na sociální oblasti a role, které jsou ve společnosti spojeny s mocí a statusem, jako je například proces rozhodování v občanském životě, placené zaměstnání a tvorba programů v médiích.
- Protože vědění je důležité pro zplnomocnění, informace o všech aspektech života ve městě musí být každému kdykoliv k dispozici.

Shrnutí a kroky do budoucna

Tento projekt je východiskem pro řadu dalších aktivit v oblasti komunitního rozvoje a výzkumu a pro vznik rozsáhlejší globální sítě komunit přátelských seniorům. Pro spolupracující města a WHO je dalším cílem potvrzení validity klíčových prvků přátelskosti seniorům. Jedno město již realizovalo návštěvy několika vybraných lokalit, aby ověřilo bariéry v přirozeném a architektonickém prostředí a ve službách, o nichž senioři informovali. Jiná města navazují spolupráci s původními účastníky focus groups s cílem ověřit, zda charakteristiky v tomto průvodci přesně vystihují jejich názory, nebo zakládají nové focus groups se seniory na jiných místech, aby zjistila míru shody mezi názory seniorů a stanovenými prvky města přátelského seniorům. Další způsobem ověření výsledků projektu bude zapojení expertů v oblasti stárnutí, kteří budou porovnávat jednotlivé prvky města přátelské seniorům, formulované na základě zkušeností seniorů, s výsledky a poznatky gerontologického výzkumu a praxe.

Mnoho dalších měst zároveň vyjádřilo zájem o využití tohoto průvodce WHO a prvků přátelských seniorům při rozvoji města přátelského seniorům. Založení sítě měst přátelských seniorům na národní úrovni v současnosti zvažují například v Japonsku a ve Španělsku a sítě širší regionální úrovni na Blízkém východě, v Kanadě, Latinské Americe a v Karibské oblasti. S cílem usnadnit růst počtu měst přátelských seniorům se připravuje překlad tohoto průvodce do několika jazyků, včetně čínštiny, francouzštiny, němčiny, japonštiny, portugalštiny a španělštiny. Vzhledem k tomu, že idea města přátelského seniorům má mnoho společného s úspěšným a efektivním projektem „Zdravá města“, existuje snaha o aktivní a oboustranně přínosné propojení mezi oběma sítěmi. V rámci WHO bude nadále institucionálním „domovem“ iniciativy WHO město přátelské seniorům „Program pro stárnutí a životní cyklus“.

Účastníci focus group uvedli několik příkladů praxe přátelské seniorům ve svých městech. Některé z nich byly v tomto průvodci velmi stručně zmíněny. Dalším důležitým krokem bude získání dalších informací o těchto iniciativách od realizátorů projektů a zveřejnit inventář této dobré praxe. V červnu 2007 se při příležitosti zvolení města Essen evropským městem kultury pro rok 2010 v Porúří konala za podpory vlády spolkového státu Severní Porýní – Vestfálsko konference zaměřená na výměnu místních a mezinárodních iniciativ seniorům přátelských měst. Další setkání zaměřené na výměnu dobré praxe by se mělo uskutečnit v Istanbulu, rovněž v souvislosti se zvolením tohoto města jako dalšího evropského města kultury pro rok 2010.

Experti a poskytovatelé služeb budou požádáni o formulaci opatření odpovídajících jednotlivým prvkům města přátelského seniorům a výzkum WHO tak byl využit pro tvorbu dalších příkladů dobré praxe. Stávající přehledy prvků přátelských seniorům budou minimálně na jednom místě testovány také z hlediska jejich využitelnosti pro tvorbu opatření přátelských seniorům.

Výzkum, na základě kterého tento průvodce vznikl, na celém světě přinesl mnoho cenných poznatků a vedl k navázání kontaktů mezi výzkumnými pracovníky zaměřenými na problematiku stárnutí a prostředí. S podporou Institutu pro stárnutí Kanadského institutu zdravotního výzkumu je spolupráce výzkumných pracovníků dále rozvíjena s cílem prohloubení poznatků o stárnutí v městském prostředí. Dále se připravují odborné články, které podrobněji charakterizují koncept a metodologii výzkumu WHO, zaměří se detailněji na prostředí a prvky přátelské seniorům ve vztahu k aktivnímu stárnutí a přinesou poznatky o souvislostech mezi stárnutím, urbanizací a globalizací – hlavními silami formujícími 21. století, které jsou v tomto projektu klíčové.

Jak již bylo uvedeno, tento výzkum se nezaměřoval na průřezové determinanty aktivního stárnutí, gender a kulturu, i když jejich vliv byl na několika místech v tomto průvodci zmíněn. V mnoha městech bylo například zjištěno, že muži se do společenských aktivit zapojují méně než ženy, a že mezi bariérami, kterým ekonomicky znevýhodněné skupiny obyvatel v mnoha oblastech městského života čelí, je popisována situace mnoha

starších žen. Na tyto specifické determinanty se zaměří podrobnější výzkum, který bude realizován ve spolupráci měst z různých částí světa, počínaje iniciativou Newyorské lékařské akademie na téma „stárnutí v cizí zemi“.

Závěrem je třeba dodat, že nejen města, ale i neurbánní komunity se musí stát přátelštějšími seniorům. V důsledku migrace mladších lidí tvoří senioři v mnoha zemích vysoký podíl obyvatelstva ve venkovských a odlehlých oblastech. Kanadská federální vláda a provinční vlády realizují projekt, který má identifikovat prvky komunity přátelské seniorům v několika malých městech a vesnicích. Jeho výsledky budou následně celosvětově dostupné.

Již nyní existuje značný zájem o šíření a využití tohoto průvodce a prvků přátelských seniorům. Nové iniciativy a spolupracovníci jsou v globální komunitě vítáni. Aktivní stárnutí v podporujících a začleňujících městech bude jedním z neúčinnějších způsobů zachování a podpory kvality života a prosperity ve stále starším a více urbanizovaném světě.

Zdroje

1. *Population Ageing 2006*. New York, Odbor OSN pro ekonomické a sociální otázky, Sekce pro populaci, 2006 (<http://www.un.org/esa/population/publications/ageing/ageing2006.htm>, přístup dne 10. července 2007).
2. Population issues: meeting development goals. *Fast facts 2005*. New York, Populační fond OSN, 2007 (<http://149.120.32.2/pds/facts.htm>, přístup dne 26. června 2007).
3. *Urbanization: a majority in cities*. New York, Populační fond OSN, 2007 (www.unfpa.org/pds/urbanization.htm, přístup dne 26. června 2007).
4. World urbanization prospects: the 2005 revision. Fact sheet 7. *Mega-cities*. New York, Odbor OSN pro ekonomické a sociální otázky, oddělení populace, 2006 (www.un.org/esa/population/publications/WUP2005/2005wup.htm, přístup dne 26. června 2007).
5. *A billion voices: listening and responding to the health needs of slum dwellers and informal settlers in new urban settings*. Kobe, WHO Kobe Centre, 2005 (www.who.int/social_determinants/resources/urban_settings.pdf, přístup dne 26. června 2007).
6. *World urbanization prospects: the 2005 revision*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (www.un.org/esa/population/publications/WUP2005/2005wup.htm, přístup dne 26. června 2007).
7. *Living conditions of low-income older people in human settlements. A global survey in connection with the International Year of Older People 1999*. Nairobi, Program OSN pro lidská sídla, 2006 (http://www2.unhabitat.org/programmes/housing_policy/pubvul.asp, přístup dne 26. června 2007).
8. Brasilia Declaration on Ageing. *World Health*, 1997, No. 4: 21.
9. *Zpráva druhého světového shromáždění o stárnutí, Madrid, 8. – 12. dubna 2002*. New York, United Nations, 2002.
10. *Active ageing: a policy framework*. Geneva, World Health Organization, 2002 (<http://www.who.int/ageing/publications/active/en/index.html>, přístup dne 20. srpna 2009).
11. Marmot M. Health in an unequal world. *The Harveian Oration*. London, Royal College of Physicians of London, 2006.
12. Kalache A, Kickbusch I. A global strategy for healthy ageing *World Health*, 1997, No. 4:4–5.
13. *Guidelines for review and appraisal of the Madrid International Plan of Action on Ageing. Bottom-up participatory approach*. New York, United Nations, 2006 (<http://www.un.org/esa/socdev/ageing/documents/MIPAA/GuidelinesAgeingfinal13%20Dec2006.pdf>, přístup dne 26. června 2007).
14. *Livable communities: an evaluation guide*. Washington, DC, AARP Public Policy Institute, 2005 (http://assets.aarp.org/rgcenter/il/d18311_communities.pdf, přístup dne 20. srpna 2009).
15. *The AdvantAge initiative. Improving communities for an aging society*. New York, Visiting Nurse Service of New York, 2004 (<http://www.vnsny.org/advantage>, přístup dne 26. června 2007).
16. *Improving the quality of life of the elderly and disabled people in human settlements*. Nairobi, Program OSN pro lidská sídla, 1993 (http://new.unhabitat.org/pmss/pmss/electronic_books/1634_alt.pdf, přístup dne 20. srpna 2009).
17. *Inclusive design for getting outdoors. Design guidance*. Edinburgh, i'DGO Consortium, 2007 (http://www.idgo.ac.uk/design_guidance/index.htm, přístup dne 26. června 2007).



Pro další informace prosím kontaktujte:

Ageing and Life Course
Family and Community Health
World Health Organization
Avenue Appia 20
CH-1211 Geneva 27
Switzerland
E-mail: activeageing@who.int
www.who.int/ageing/en