

MIASTA PRZYJAZNE STARZENIU: PRZEWODNIK



M
MAGAZYN MIASTA

respublica
DAJE DO WYELEKHA

MIASTA PRZYJAZNE STARZENIU: PRZEWODNIK



M
MAGAZYN MIASTA

republi
DAJE DO MYS

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

ŚWIATOWA ORGANIZACJA ZDROWIA, MIASTA PRZYJAZNE STARZENIU: PRZEWODNIK

Oryginał wydany został przez Światową Organizację Zdrowia w 2007 roku pod tytułem *Global Age-friendly Cities: A Guide*

© World Health Organization (2007)

Światowa Organizacja Zdrowia udzieliła Fundacji Res Publica im. Henryka Krzeczkowskiego zezwolenia na tłumaczenie i publikację materiału po polsku. Fundacja Res Publica odpowiedzialna jest za jakość i dokładność polskiego tłumaczenia. W przypadku rozbieżności pomiędzy angielską i polską wersją tekstu należy uznać oryginalny tekst angielski za obowiązujący.

Miasta Przyjazne Starzeniu: Przewodnik

© Fundacja Res Publica im. Henryka Krzeczkowskiego (2014)

Odpowiedzialność za wstęp i przedmowy do tego tłumaczenia ponosi Fundacja Res Publica. Teksty te nie muszą odzwierciedlać oficjalnego stanowiska Światowej Organizacji Zdrowia i jej krajów członkowskich. Odpowiedzialność za ich interpretację ponosi tylko czytelnik. WHO nie ponosi też odpowiedzialności za sposób wykorzystania zawartych w nich treści i za żadne szkody z nich wynikające.

Tłumaczenie **Katarzyna Krupowicz**

Przedmowa do polskiego wydania **Irena Lipowicz, Paweł Kubicki, Marta Żakowska**

Redakcja **Marta Żakowska**

Korekta **Magdalena Malińska**

Opracowanie graficzne i skład **Agnieszka Popek-Banach, Kamil Banach**

Ilustracje **Agnieszka Popek-Banach, Kamil Banach**

Druk **Drukarnia LIBRA-PRINT Daniel Puławski**

Nakład **1000 egz. + wersja elektroniczna**

Wydanie I, 2014

ISBN: 978-83-935211-7-3

Sfinansowano ze środków ASOS 2014-2020 Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

Publikacja wydana w ramach programu Starsze Miasta Magazynu Miasta



WSTĘP DO POLSKIEGO WYDANIA

MARTA ŻAKOWSKA

Kwestia szerokich konsekwencji faktu starzenia się naszego społeczeństwa poruszana jest co chwilę w polskich dyskusjach publicznych i popierana licznymi danymi. Wzmoczona debata na ten temat, zapoczątkowana w dużej mierze przez przedstawicieli starszych pokoleń, uświadamia młodszym pokoleniom, że warto myśleć o starości, przystosowywać miasta i społeczności do oczekiwań osób starszych, w ramach solidarności międzypokoleniowej i ze względu na nasze przyszłe potrzeby oraz jakość naszego życia w jego późniejszych etapach. Czas więc na rzetelną kontynuację naszej pracy nad przystosowywaniem polskiego środowiska miejskiego do oczekiwań pokoleń, które nas wychowały. Czas też na pracę nad świadomym przystosowywaniem miast do naszych przyszłych potrzeb. Podstawowym stojącym obecnie przed nami zadaniem jest przede wszystkim zmierzenie się ze zjawiskiem dyskryminacji ze względu na wiek i praca nad rozwojem solidarności międzypokoleniowej. Przemianę w życiu miejskim trzeba więc kontynuować między innymi dzięki przemianie w zakresie społecznej świadomości oraz kultury i społecznej redefinicji zjawiska starzenia się, młodości i starości.

W dyskusjach dotyczących starzenia się społeczeństwa, które przetoczyły się przez Polskę, pojawiała się już Globalna Sieć Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu Światowej Organizacji Zdrowia (The WHO Global Age-friendly Cities and Communities Network). Omawiana była też publikacja WHO *Miasta Przyjazne Starzeniu: Przewodnik*. Wyrażenie *Age-friendly Cities and Communities* tłumaczone było jednak jako *Miasta i Gminy Przyjazne Starszemu Wiekowi* lub *Miasta i Gminy Przyjazne Seniorom/Ludziom Starszym*. Po lekturze przewodnika WHO i konsultacjach z jedną z koordynatorek sieci mam nieodparte wrażenie, że działania sieci WHO skupiają się m.in. na redefinicji pojęcia starości i społecznej roli młodości oraz na uświadamianiu młodszym pokoleniom, że doświadczenie starzenia się jest zjawiskiem międzypokoleniowym, dotyczącym w takiej samej mierze dwudziestolatków, jak i osiemdziesięciolatków, choć w różnych wymiarach. Tylko społeczeństwo uznające to doświadczenie jako doświadczenie wspólne oraz kreujące wspólnie, międzypokoleniowo jego społeczny charakter, ma szansę być społeczeństwem przyjaznym starzeniu. Słowo „Age” tworzące wyrażenie „Age-friendly Cities” jest w związku z tym czasownikiem i określa proces starzenia się, w którym aktywny udział biorą przedstawiciele wszystkich pokoleń. Praca Sieci Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu WHO – w ramach której organizacja ta tworzy globalną sieć wymiany wiedzy i doświadczeń związanych z przystosowywaniem miast, gmin oraz społeczności do potrzeb starzenia się na różnych poziomach – skupiona jest więc na wspieraniu rozwoju gmin i społeczności przyjaznych ludziom w każdym wieku i zaspokajających potrzeby wszystkich swoich członków, nie tylko młodych.

Mam nadzieję, że niniejszy „przewodnik” opublikowany z inicjatywy „Magazynu Miasta” wydawanego przez Fundację Res Publica i Instytut Badań Przestrzeni Publicznej, sfinansowany ze środków ASOS 2014-2020 Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej wraz z naszymi działaniami wokół niego prowadzonymi w ramach programu *Starsze Miasta* zainspirują polskie samorządy, urzędników i mieszkańców do współpracy z WHO oraz konsekwentnej kontynuacji pracy nad przystosowywaniem polskich przestrzeni zurbanizowanych do potrzeb różnych pokoleń przy wsparciu ekspertów Sieci. Warto też korzystać z wiedzy wypracowanej przez WHO, nawet nie przystępując do Sieci i podejmować kolejne kroki w celu skutecznego działania na rzecz procesu starzenia się i jakości życia starszych mieszkańców naszych miast.

Życząc przyjemnej i konstruktywnej lektury, oddajemy w Państwa ręce pierwsze w Polsce tłumaczenie przewodnika Światowej Organizacji Zdrowia. Mam ogromną nadzieję, że przyczyni się ono do rzetelnego rozwoju debaty i działań związanych z faktem postępującego starzenia się naszego społeczeństwa.

Marta Żakowska – redaktorka naczelna „Magazynu Miasta”, członkini Instytutu Badań Przestrzeni Publicznej, autorka programu *Starsze Miasta* Fundacji Res Publica realizowanego dzięki ASOS 2014-2020 MPiPS, animatorka kultury, stypendystka Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego 2014

MIĘDZYPOKOLENIOWA SOLIDARNOŚĆ

PROF. IRENA LIPOWICZ

Starzenie się ludności staje się zjawiskiem globalnym, choć postępuje w poszczególnych społeczeństwach w różnym tempie. Zdiagnozowanie i zaspokojenie potrzeb wynikających z tego faktu w dużej mierze leży w gestii społeczności lokalnych. Publikacja Globalnej Sieci Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu *Miasta Przyjazne Starzeniu: Przewodnik* oddaje tę perspektywę w bardzo przejrzysty sposób.

Wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa nabierają głębszego znaczenia, gdy przyglądamy się im przez pryzmat podstawowego prawa człowieka do godnego życia. Bierność w zakresie wzmocnienia infrastruktury, integracji usług socjalnych i medycznych, wdrażania systemowych rozwiązań włączających osoby starsze w podejmowanie decyzji związanych z ich otoczeniem wpływa negatywnie na jakość codziennego życia zwiększającej się liczby seniorów. Mimo wielu przedsięwzięć ryzyko ich marginalizacji pozostaje wysokie. Ogromnie ważna jest zatem aktywność samorządów w zakresie tworzenia lokalnych strategii działania w starzejącym się społeczeństwie, opartych na międzypokoleniowej solidarności. Powinny one obejmować możliwie szeroki wachlarz działań: od zapewnienia opieki medycznej, mieszkalnictwa dostosowanego do potrzeb seniorów, poprzez poszerzenie dostępności pracy dla osób starszych, dostępu do kultury, aż po wzmocnienie spójności społecznej dzięki pracy na rzecz integracji pokoleń.

W szczególności należy zwrócić uwagę na adekwatne zabezpieczenie socjalne w kontekście opieki długoterminowej, na które wskazuje Komitet Ochrony Socjalnej przy Radzie Unii Europejskiej w dokumencie¹ opublikowanym w czerwcu 2014 r. Brak spójnego systemu – również na poziomie lokalnym – może prowadzić do sytuacji, w której dostęp do opieki długoterminowej zależy od środków pozostających w dyspozycji samego zainteresowanego lub jego rodziny. Fakt, że bliska osoba zrezygnuje z pracy, by zapewnić seniorowi opiekę, nie gwarantuje, że będzie to opieka efektywna, wysokiej jakości. Przygotowanie wykwalifikowanego personelu jest istotne nie tylko ze względu na zwiększające się zapotrzebowanie na tego rodzaju usługi, lecz także z powodu zmniejszającej się liczby osób, które do tej pory zwyczajowo podejmowały opiekę nad bliskimi osobami starszymi. Bez stawienia czoła wyzwaniom wynikającym ze zmian demograficznych należy się spodziewać pogorszenia sytuacji osób starszych i ich rodzin. Z tego względu samorzady lokalne powinny dołożyć istotnych starań dążących do głównego celu, którym jest osiągnięcie możliwie najdłuższej

¹ Council of the European Union/The Social Protection Committee/3.06.2014/10406/14/SOC403/ECOFIN525/Adequate social protection for long-term care needs in an ageing society – Endorsement of key messages.

samodzielności starszych mieszkańców ich gmin. Przy realizacji tego celu konieczne jest uwzględnienie następujących celów szczegółowych:

- | zapobieganie popadaniu w zależność od usług opiekuńczych poprzez promocję zdrowego stylu życia;
- | promocja przyjaznego otoczenia poprzez uniwersalne projektowanie zapewniające dostępność dla osób starszych i osób z niepełnosprawnościami;
- | zapewnienie usług rehabilitacyjnych w celu wsparcia w jak najdłuższym utrzymaniu samodzielności;
- | wykorzystanie potencjału nowych technologii do umożliwienia jak najdłuższego pozostania we własnym gospodarstwie domowym;
- | integracja opieki zdrowotnej i usług opiekuńczych;
- | poszerzenie wsparcia nieformalnych opiekunów.

Można przy tym i należy korzystać z doświadczeń samorządów lokalnych w Polsce i na świecie. Z perspektywy podmiotowego traktowania osób starszych, członków ich rodzin, opiekunów formalnych oraz innych zaangażowanych osób, także zatrudnionych w różnego rodzaju instytucjach, bardzo ważne jest także szerokie konsultowanie z nimi decyzji i działań. Wyzwaniem jest więc m.in. stworzenie sprawnego systemu komunikowania się i współpracy podmiotów wspierających z samą osobą starszą, aby wykluczone zostały sytuacje, w których osoba potrzebująca pomocy jest pozbawiona wpływu na realizację swoich podstawowych potrzeb. Może to bowiem prowadzić do naruszenia godności i podstawowych praw człowieka. Z tych względów pragnę podkreślić, że odpowiedzialność za podjęcie potrzebnych działań spoczywa na organach publicznych. Nieoceniony pozostaje przy tym zaangażowany udział społeczności lokalnej w tworzeniu środowiska przyjaznego starzeniu, do którego niniejsze opracowanie może się przyczynić.

Prof. Irena Lipowicz - Rzecznik Praw Obywatelskich

MIASTA I GMINY PRZYJAZNE WSZYSTKIM MIESZKAŃCOM

PAWEŁ KUBICKI

Spółeczeństwo polskie należy do grupy najszybciej starzejących się społeczeństw europejskich (GUS 2009; The 2012 Ageing Report, 2011), więc nasze samorzady muszą stawić czoła nadchodzącym zmianom demograficznym. Niniejszy przewodnik przygotowany przez Światową Organizację Zdrowia koncentruje się na lokalnej polityce społecznej i stanowi zestaw pożytecznych wskazówek dotyczących obszarów, które wymagają przemian w tym kontekście.

Dyskusję na temat doprecyzowania definicji miast i samorządów terytorialnych przyjaznych seniorom, a tym samym ludziom w każdym wieku, zawdzięczamy konferencji Międzynarodowego Stowarzyszenia Gerontologów i Geriatrów w Rio de Janeiro w Brazylii, która odbyła się w 2005 r., oraz późniejszym działaniom Światowej Organizacji Zdrowia. Oryginalne wydanie przewodnika, który trzymacie Państwo w rękach, ukazało się w 2007 r. jako prezentacja wyników badań na temat oczekiwań seniorów w zakresie warunków ich życia w społecznościach lokalnych. W każdym z 33 ośrodków badanych przez Sieć Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu WHO w ramach wywiadów grupowych pytano o osiem kluczowych obszarów.

Pierwsze trzy – przestrzeń publiczna, transport i mieszkalnictwo – obejmowały możliwość poruszania się osoby starszej i jej fizyczne otoczenie. Kolejne trzy – partycypacja społeczna (poziom angażowania się seniorów w życie miasta), szacunek i integracja społeczna (postrzeganie ich przez innych mieszkańców), aktywność obywatelska i zatrudnienie (możliwości pracy wolontariackiej oraz zawodowej) – tworzyły otoczenie społeczne seniora. Ostatnie dwa – komunikowanie się i informacja oraz wsparcie środowiskowe i usługi zdrowotne – dotyczyły czynników społeczno-ekonomicznych i koncentrowały się na możliwościach uzyskania przez seniorów odpowiedniego wsparcia. Co istotne, braki w tym zakresie wynikać mogą zarówno z niewystarczająco rozwiniętej sieci wsparcia, jak i z niedoboru informacji o dostępnych możliwościach (z perspektywy seniora), bądź o osobie starszej potrzebującej pomocy (z perspektywy instytucji).

Efekty wywiadów prowadzonych przez zespół WHO stanowiły podstawę szeregu punktów pozwalających doprecyzować z jednej strony braki, a z drugiej postępy miast objętych badaniem w zakresie jakości życia seniorów. Za miasta przyjazne uznano jednocześnie ośrodki, w których władze, przedsiębiorcy i mieszkańcy uwzględniają różnorodność potrzeb starszych mieszkańców, przeciwdziałają ich wykluczeniu i promują wnoszony przez seniorów wkład we wszystkie dziedziny życia, szanują wybory, decyzje i sposób życia osób starszych, przewidują potrzeby związane ze starzeniem się oraz stosownie na nie reagują.

Warto jednak wyraźnie podkreślić, że za poziom przystosowania miasta do potrzeb seniorów odpowiadają nie tylko władze, lecz także przedsiębiorcy i mieszkańcy. Dopiero wspólne, zgodne postępowanie wszystkich twórców życia miejskiego zapewnia odpowiedni klimat do życia w środowisku przyjaznym starzeniu. Należy jednocześnie zaznaczyć, że choć początkowo publikacja *Miasta przyjazne starzeniu: Przewodnik WHO*, jak i definicja pojęcia „miasta przyjazne starzeniu” koncentrowały się na ośrodkach miejskich, założona przez WHO sieć podmiotów zainteresowanych kreowaniem przestrzeni przyjaznej osobom starszym otrzymała nazwę Global Network of Age-friendly Cities and Communities, czyli Globalna Sieć Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu. Podkreślenie możliwości przystąpienia do sieci każdego, nawet małego samorządu, wyraźnie wybrzmiewa w tekście promującym inicjatywę WHO, zamieszczonym na stronach internetowych organizacji¹: „Coraz więcej miast i społeczności na całym świecie stara się lepiej zaspokajać potrzeby swoich starszych mieszkańców. Światowa Sieć Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu WHO została ustanowiona w celu ułatwienia wymiany doświadczeń oraz wiedzy pomiędzy miastami i społecznościami, gminami na skalę globalną. Do programu zapraszane są wszystkie miasta i gminy, które starają się tworzyć dla swoich starszych mieszkańców dostępne i integracyjne środowiska miejskie”.

Mamy więc ogromną nadzieję, że niniejsza publikacja przyczyni się do skutecznego diagnozowania potrzeb osób starszych oraz zmiany lokalnej polityki społecznej na rzecz rozwoju polskich miast i gmin przyjaznych mieszkańcom w każdym wieku.

Paweł Kubicki – adiunkt w Szkole Głównej Handlowej w Warszawie i badacz w Instytucie Badań Edukacyjnych. Specjalizuje się w zagadnieniach związanych z polityką publiczną wobec osób z niepełnosprawnościami i osób starszych

¹ Patrz strona WHO: http://www.who.int/ageing/projects/age_friendly_cities_network/en/index.html (dostęp 22.09.2014)

SPIIS TREŚCI

PODZIĘKOWANIA _____ 10

WSTĘP: O PRZEWODNIKU _____ 12

CZĘŚĆ 1. STARZENIE SIĘ POPULACJI ŚWIATA I URBANIZACJA:
WYZWANIA _____ 14

CZĘŚĆ 2. AKTYWNE STARZENIE SIĘ: OGÓLNE WYTYCZNE
DLA MIAST PRZYJAZNYCH STARZENIU _____ 17

CZĘŚĆ 3. JAK POWSTAŁ PRZEWODNIK _____ 19

CZĘŚĆ 4. JAK KORZYSTAĆ Z PRZEWODNIKA _____ 23

CZĘŚĆ 5. PRZESTRZENIE PUBLICZNE I BUDYNKI
PRZYJAZNE STARZENIU _____ 24

CZĘŚĆ 6. TRANSPORT _____ 33

CZĘŚĆ 7. MIESZKALNICTWO _____ 44

CZĘŚĆ 8. PARTYCYPACJA SPOŁECZNA _____ 53

CZĘŚĆ 9. SZACUNEK I INKLUZJA SPOŁECZNA _____ 62

CZĘŚĆ 10. PARTYCYPACJA OBYWATELSKA I ZATRUDNIENIE _____ 69

CZĘŚĆ 11. KOMUNIKACJA I INFORMACJA _____ 78

CZĘŚĆ 12. WSPARCIE SPOŁECZNOŚCI I USŁUGI ZDROWOTNE _____ 85

CZĘŚĆ 13. PODSUMOWANIE I DALSZE DZIAŁANIA _____ 93

BIBLIOGRAFIA _____ 99

PODZIĘKOWANIA

Niniejszy projekt powstał w czerwcu 2005 r. podczas sesji otwierającej konferencję *XVIII IAGG World Congress of Gerontology and Geriatrics* Międzynarodowego Stowarzyszenia Gerontologów i Geriatrów w Rio de Janeiro w Brazylii. Od początku wzbudził on duże zainteresowanie, co zaowocowało hojnym wsparciem wielu partnerów projektu. Chcielibyśmy serdecznie podziękować Agencji Zdrowia Publicznego Kanady za pomoc finansową i organizacyjną, umożliwiającą przeprowadzenie badań, udział niektórych miast w naszym przedsięwzięciu oraz wydanie niniejszego przewodnika.

Dziękujemy również Ministerstwu Zdrowia prowincji Kolumbia Brytyjska za wsparcie przy organizacji pierwszego spotkania miast biorących udział w projekcie w maju 2006 r. w Vancouver w Kanadzie, organizacji 2010 Legacies Now za sfinansowanie broszury promocyjnej, organizacji Help the Aged za umożliwienie dwóm miastom udziału w projekcie oraz wsparcie drugiego spotkania miast w Londynie w Wielkiej Brytanii w marcu 2007 r., jak również miastu Ottawa w Kanadzie za przeprowadzenie testu protokołu badania. Przeprowadzenie badań i udział w spotkaniach były możliwe dzięki pomocy finansowej uzyskanej przez większość państw uczestniczących w projekcie ze źródeł rządowych oraz lokalnych.

Chcemy również serdecznie podziękować członkom grupy doradców wspierającej każdy etap projektu. Są to: Margaret Gilli z Agencji Zdrowia Publicznego Kanady, James Goodwin z organizacji Help the Aged z Wielkiej Brytanii, Tessa Graham z Ministerstwa Zdrowia prowincji Kolumbia Brytyjska z Kanady, Gloria Gutman z Uniwersytetu Simona Frasera z Kanady, Jim Hamilton z Healthy Aging Secretariat prowincji Manitoba w Kanadzie, Nabil Kronful z organizacji Lebanese Healthcare Management Association z Libanu, Laura Machado z firmy konsultingowej Inter-Age Consulting in Gerontology z Brazylii oraz Elena Subirats-Simon z Acción para la Salud z Meksyku.

Projekt *Global Age-Friendly Cities* został napisany przez Alexandre'a Kalache'a oraz Louise Plouffe z centrali WHO w Genewie w Szwajcarii i zrealizowany pod ich kierownictwem. Za znaczny intelektualny wkład w analizę danych oraz przygotowanie raportu odpowiedzialne są Louise Plouffe, Karen Purdy z Biura Spraw Seniorów i Wolontariatu (Office for Seniors Interests and Volunteering) Rządu Australii Zachodniej, Julie Netherland, Ana Krieger i Ruth Finkelstein z Akademii Medycznej w Nowym Jorku, Donelda Eve, Winnie Yu i Jennifer MacKay z Ministerstwa Zdrowia prowincji Kolumbia Brytyjska oraz Charles Petitot z centrali WHO.

Dzięki staraniom władz, organizacji pozarządowych i ośrodków akademickich przeprowadzone zostały badania w poniższych 33 miastach :

Amman, Jordania	Meksyk, Meksyk	Saanich, Kanada
Cancun, Meksyk	Melbourne, Australia	San Jose, Kostaryka
Dundalk, Irlandia	Melville, Australia	Sherbrooke, Kanada
Genewa, Szwajcaria	Moskwa, Rosja	Stambuł, Turcja
Halifax, Kanada	Nairobi, Kenia	Szanghaj, Chiny
Himeji, Japonia	Nowe Delhi, Indie	Tokio, Japonia
Islamabad, Pakistan	Nowy Jork, USA	Trypolis, Liban
Kingston i Montego Bay (połączone), Jamajka	Ponce, Portoryko	Tujmazy, Rosja
La Plata, Argentyna	Portage la Prairie, Kanada	Udaipur, Indie
Londyn, Wielka Brytania	Portland, USA	Udine, Włochy
Mayaguez, Portoryko	Rio de Janeiro, Brazylia	Zagłębie Ruhry, Niemcy

Na koniec chcemy wyrazić wdzięczność seniorom mieszkającym we wszystkich miastach, w których prowadzono badania, oraz opiekunom i dostawcom usług, którzy brali udział w konsultacjach w wielu ośrodkach miejskich. Podczas dyskusji w grupach fokusowych wypowiedzieli się oni na temat modelu miasta przyjaznego starzeniu na podstawie własnych doświadczeń, które stanowią najcenniejszy element naszego badania. Seniorzy oraz osoby mające z nimi kontakt nadal będą odgrywać ważną rolę w reprezentowaniu swoich społeczności oraz nadzorowaniu działań zmierzających do przemiany ich miast w stronę bardziej przyjaznych starzeniu.

WSTĘP:

O PRZEWODNIKU

Starzenie się populacji i urbanizacja to dwa globalne trendy, które najwyraźniej kształtują rzeczywistość XXI wieku. Jednocześnie wraz z rozwojem miast zwiększa się udział osób po 60. roku życia w ich populacji, a seniorzy są ważnymi uczestnikami życia rodzinnego, lokalnego i ekonomicznego w środowiskach umożliwiających i wspierających ich działanie. WHO uważa, że aktywne starzenie się jest procesem trwającym całe życie i warunkowanym kilkoma czynnikami – każdy z osobna i wszystkie razem promują zdrowie, partycypację i bezpieczeństwo obywateli w wieku starszym. Opierając się na tym podejściu WHO do aktywnego starzenia się, autorzy niniejszego przewodnika stawiają sobie za cel pracę nad podnoszeniem poziomu przystosowania miast do potrzeb starszych mieszkańców i procesu starzenia się oraz dążenie do tego, by wykorzystywały one potencjał, który seniorzy mogą zaoferować pozostałym mieszkańcom.

Miasto przyjazne starzeniu wspiera aktywne starzenie się poprzez zapewnienie optymalnych warunków ochrony zdrowia, bezpieczeństwa i partycypacji w celu podniesienia jakości życia osób starzejących się. W praktyce dostosowuje ono swoje struktury i usługi tak, aby były dostępne osobom starszym i odpowiadały na potrzeby mieszkańców ze zróżnicowanymi potrzebami i możliwościami.

Przy przedstawianiu cech charakteryzujących miasto przyjazne starzeniu konieczne jest odwołanie się do źródła – do seniorów mieszkających w miastach. W badaniu przeprowadzonym w 33 ośrodkach we wszystkich regionach Światowa Organizacja Zdrowia poprosiła członków grup fokusowych o opisanie, z jakimi ułatwieniami i barierami spotykają się w kontekście ośmiu aspektów życia w mieście. W większości miast raporty uzyskane od seniorów uzupełniają informacje pozyskane od grup fokusowych składających się z opiekunów i dostawców usług w sektorze publicznym, wolontariackim i prywatnym. Na podstawie wyników uzyskanych w grupach utworzono zestaw list kontrolnych cech miasta przyjaznego starzeniu.

————— **CZĘŚĆ 1.**

opisuje zbieżne trendy urbanizacji i gwałtownego wzrostu populacji osób powyżej 60. roku życia oraz wyzwania stojące przed miastami w tym kontekście.

————— **CZĘŚĆ 2.**

przedstawia koncepcję „aktywnego starzenia się” jako modelu wskazującego kierunki rozwoju miast przyjaznych starzeniu.

————— **CZĘŚĆ 3.**

podsumowuje proces badania prowadzącego do zidentyfikowania najważniejszych cech miasta przyjaznego starzeniu.

CZĘŚĆ 4.

opisuje sposoby jednostkowego i grupowego korzystania z przewodnika w celu pobudzenia przemian we własnym mieście.

CZĘŚĆ 5. – 12.

opisują problemy i obawy wyrażane przez seniorów i osoby z nimi pracujące w kontekście każdego z ośmiu aspektów życia w mieście: przestrzeni publicznych i budynków, transportu, mieszkalnictwa, partycypacji społecznej, szacunku i inkluzji społecznej, partycypacji obywatelskiej i zatrudnienia, komunikacji i informacji oraz wsparcia społeczności i usług zdrowotnych. W każdej części opis wyników badania podsumowany jest listą kontrolną najważniejszych cech miasta przyjaznego starzeniu uzyskanych dzięki analizie wyników diagnozy ze wszystkich miast biorących udział w przedsięwzięciu.

CZĘŚĆ 13.

podsumowuje wyniki badania w perspektywie koncepcji aktywnego starzenia i podkreśla silne związki pomiędzy poszczególnymi aspektami życia w mieście przyjaznym starzeniu. Ujawniają one najważniejsze cechy „idealnego” miasta tego typu i wskazują na fakt, że zmiana w jednym zakresie funkcjonowania miasta może mieć pozytywny wpływ na inne sfery życia osób starszych. Mając na celu rozwijanie większej liczby społeczności przyjaznych starzeniu, organizacje współpracujące z WHO podejmują inicjatywy zmierzające do przekucia wyników badań w działania lokalne, rozszerzenia koncepcji środowiska przyjaznego starzeniu poza miasta oraz rozpowszechnienia jej w większej liczbie środowisk. Niniejszy przewodnik stanowi punkt wyjścia działań członków rozwijającego się ruchu na rzecz społeczności przyjaznych starzeniu.

CZĘŚĆ 1.

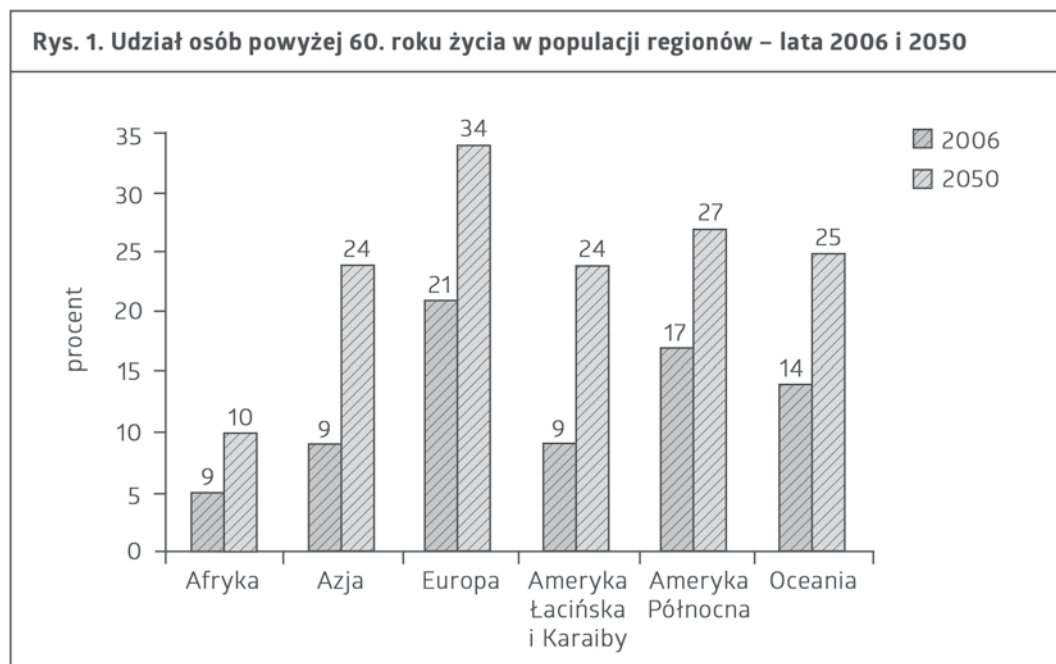
STARZENIE SIĘ POPULACJI ŚWIATA

I URBANIZACJA: WYZWANIA

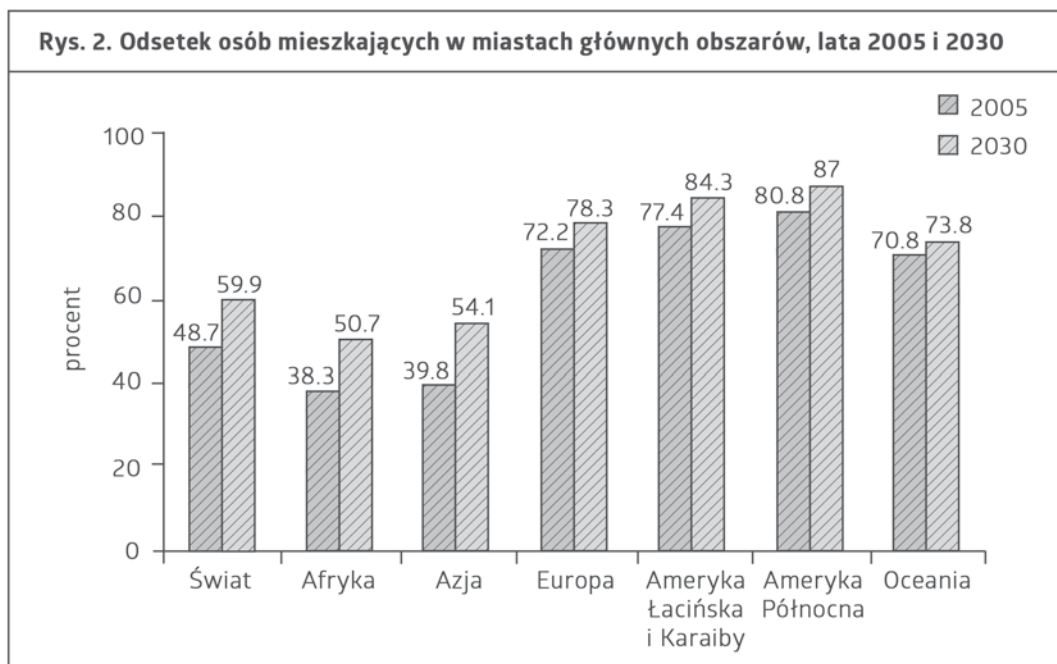
Populacja świata starzeje się gwałtownie: do 2050 r. odsetek osób po 60. roku życia wzrośnie do 22% (z 11% w 2006 r.). Po raz pierwszy w historii liczba osób starszych przekroczy więc liczbę dzieci w wieku do czternastu lat (1). Kraje rozwijające się starzeją się w tempie dużo szybszym niż kraje rozwinięte: na przestrzeni najbliższego półwiecza ponad 80% osób starszych będzie żyć w krajach rozwijających się (w 2005 r. wskaźnik ten wyniósł 60%) (2).

Ziemia staje się jednocześnie rozrastającym się miastem. W roku 2007 r. ponad połowa populacji całego świata mieszkała

w ośrodkach zurbanizowanych. Liczba megamiast, tzn. miast o populacji liczącej co najmniej 10 milionów mieszkańców, wzrosła w XX wieku dziesięciokrotnie, z 2 do 20, a ich mieszkańcy w 2005 r. stanowili 9% wszystkich mieszkańców miast na świecie (4). W najbliższych dekadach liczba i odsetek mieszkańców miast będą rosnąć, powiększy się przede wszystkim populacja ośrodków liczących mniej niż 5 milionów mieszkańców (5). Wzrost ten jest znacząco gwałtowniejszy w regionach rozwijających się. Do 2030 r. około trzy z pięciu osób będą mieszkać w mieście,



Źródło: Rada Gospodarcza i Społeczna ONZ (1)



Źródło: Rada Gospodarcza i Społeczna ONZ, Wydział ds. Populacji (6)

a liczba mieszkańców miast w słabo rozwiniętych regionach będzie prawie czterokrotnie większa niż w regionach rozwiniętych (rys. 2) (6).

W miastach mieszka również więcej osób starszych. W ośrodkach zurbanizowanych w krajach rozwiniętych seniorzy stanowią około 80% populacji osób młodszych i procent ten będzie rosł w takim samym tempie. W krajach rozwijających się liczba osób starszych w miastach zwiększy się jednak szesnastokrotnie – z 56 milionów w 1998 r. do ponad 908 milionów w 2050 r. Do tego czasu seniorzy będą stanowili jedną czwartą całej populacji miast w krajach mniej rozwiniętych (7).

Starzenie się populacji i urbanizacja są wynikiem pomyślnego rozwoju ludzkości w ciągu ostatnich stu lat. Stanowią też największe wyzwania stojące przed nami w najbliższym stuleciu. Rosnąca długość życia jest

owocem podniesienia jego standardu oraz ogromnych zdobyczy w dziedzinie zdrowia publicznego. Jak twierdzą autorzy dokumentu WHO *Brasilia Declaration on Ageing* z 1996 r. (8), „zdrowe osoby starsze są cenne dla swoich rodzin, społeczności i gospodarki”. Rozwój miast jest przy tym związany z rozwojem technologicznym i ekonomicznym kraju. Tętniące życiem miasta mają korzystny wpływ na całą populację, zarówno miejską, jak i wiejską. W związku z faktem, że miasta stanowią centra aktywności kulturalnej, społecznej i politycznej, są one wylęgarnią nowych idei, produktów i usług, mających wpływ na inne społeczności oraz cały świat. Aby rozwijać się w sposób zrównoważony, muszą jednak posiadać struktury i usługi umożliwiające ich mieszkańcom zachowanie dobrego samopoczucia i produktywności. Osoby starsze w szczególności potrzebują wsparcia oraz kompensaty fizycznych i społecznych

zmian związanych z procesem starzenia. Działania te zostały więc uznane za jeden z trzech priorytetowych kierunków zmian w madryckim planie działania w kontekście starzenia się społeczeństw (*Madrid International Plan of Action on Ageing*) przyjętym przez Organizację Narodów Zjednoczonych

w 2002 r. (9). Rozwijanie w miastach środowiska przyjaznego starzeniu jest koniecznym i logicznym sposobem na podniesienie poziomu dobrego samopoczucia i aktywności ich starszych mieszkańców oraz warunkowanie dalszego intensywnego rozwoju miast.

CZĘŚĆ 2.

AKTYWNE STARZENIE SIĘ: OGÓLNE WYTYCZNE DLA MIAST PRZYJAZNYCH STARZENIU

Idea miasta przyjaznego starzeniu zaprezentowana w niniejszym przewodniku opiera się na ramowych założeniach polityki WHO dotyczącej aktywnego starzenia się (10).

Polityka aktywnego starzenia się polega na optymalizacji możliwości związanych ze zdrowiem, partycypacją i bezpieczeństwem w celu zwiększenia jakości życia osób starzejących się.

W mieście przyjaznym starzeniu zasady, usługi, otoczenie i struktury wspierają proces aktywnego starzenia się i umożliwiają je mieszkańcom poprzez:

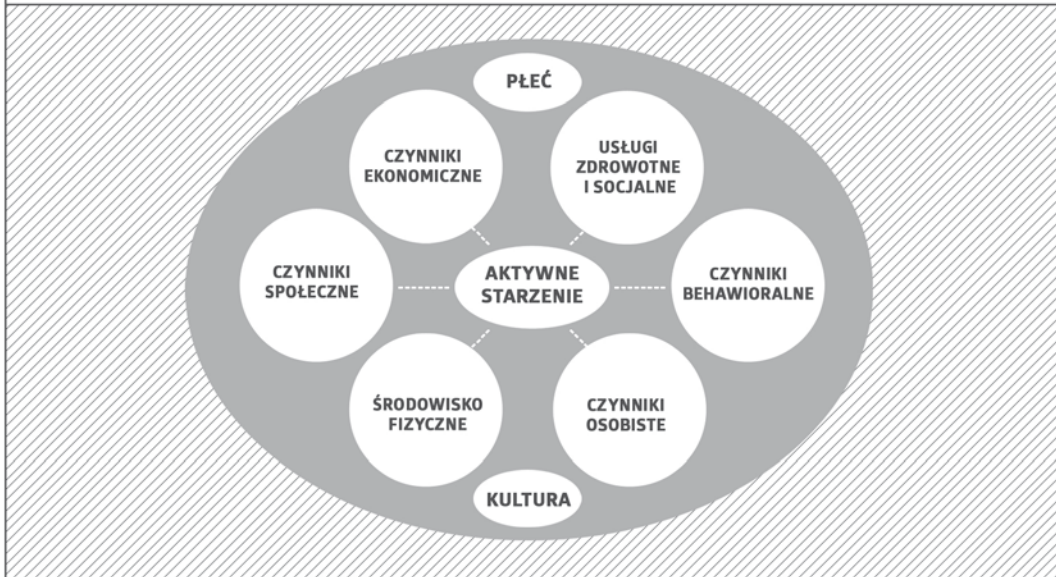
- | docenienie szerokiego wachlarza możliwości i zasobów wśród osób starszych;
- | przewidywanie i elastyczne reagowanie na potrzeby i preferencje związane z wiekiem;
- | szacunek dla decyzji i wyborów dotyczących stylu życia;
- | ochronę najbardziej bezbronnych osób oraz
- | promocję inkluzji i udziału osób starszych we wszystkich sferach życia społeczności.

Aktywne starzenie się warunkowane jest wieloma czynnikami wpływającymi na życie jednostek, rodzin i narodów, w tym zarówno kwestiami materialnymi, jak i czynnikami społecznymi, mającymi wpływ na indywidualne zachowania i odczucia (11).

Wszystkie te czynniki i zależności pomiędzy nimi w znaczny sposób wpływają na proces starzenia się poszczególnych osób. Wiele aspektów środowiska miejskiego i dostępnych w nim usług odzwierciedla te czynniki, więc zawarliśmy je w charakterystyce miasta przyjaznego starzeniu się (rys. 3).

Czynniki te należy interpretować z perspektywy cyklu życia, a więc przy uwzględnieniu faktu, że osoby starsze nie stanowią jednorodnej grupy, a różnice osobiste pogłębiają się wraz z wiekiem. Złożoność ta odwzorowana została na rys. 4, na którym zilustrowano proces przemian – od zdolności funkcjonowania (takiej jak siła mięśni czy wydolność sercowo-naczyniowa) wzrastającej w dzieciństwie, osiągającej szczyt we wczesnej dorosłości, po jej stopniowe zmniejszanie się. Tempo spadku aktywności w dużej mierze zależy od czynników związanych ze stylem życia oraz zewnętrznych czynników społecznych, środowiskowych i ekonomicznych. Z perspektywy jednostki i społeczeństwa ważne jest, aby pamiętać, że w każdej grupie wiekowej można zmniejszyć tempo tego spadku, a nawet odwrócić tendencję dzięki odpowiedniej polityce oraz odpowiednio dobranym metodom indywidualnym, takim jak np. promocja środowiska życia przyjaznego starzeniu. Jako że aktywne starzenie jest procesem trwającym całe życie, miasto przyjazne starzeniu nie jest jedynie

Rys. 3. Czynniki warunkujące aktywne starzenie się

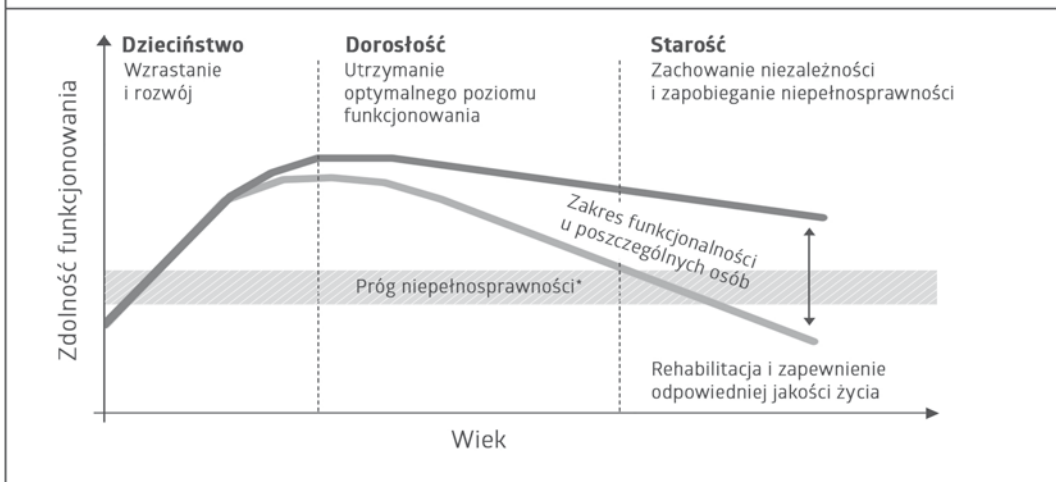


Źródło: Rada Gospodarcza i Społeczna ONZ, Wydział ds. Populacji (6)

przyjazne osobom starszym. Budynki i ulice pozbawione barier zwiększają mobilność i niezależność wszystkich osób niepełnosprawnych, zarówno starszych, jak i młodych. Bezpieczne sąsiedztwa pozwalają dzieciom, młodym kobietom i seniorom bez obaw wychodzić poza dom, aby aktywnie spędzać czas i brać udział w wydarzeniach społecznych. Rodziny mogą żyć spokojniej, gdy starsi członkowie mają zapewnioną niezbędną

opiekę zdrowotną i wsparcie wspólnotowe. Z podejmowanej przez osoby starsze pracy odpłatnej i wolontariackiej korzyści czerpie cała wspólnota. I w końcu: starsi klienci wyraźnie wspierają również lokalną gospodarkę. Najważniejszym hasłem w społecznym oraz fizycznym środowisku miejskim przyjaznym starzeniu jest więc „tworzenie możliwości”.

Rys. 4. Zdolności funkcjonowania na przestrzeni całego życia



Źródło: Kalache, Kickbusch (12)

CZĘŚĆ 3.

JAK POWSTAŁ PRZEWODNIK

MIASTA WE WSZYSTKICH REGIONACH WHO

Niniejszy przewodnik powstał w wyniku projektu WHO, w którym wzięło udział 35 miast ze wszystkich kontynentów, przy czym 33 z nich uczestniczyło w badaniach grup fokusowych dzięki współpracy z organami państwowymi oraz organizacjami pozarządowymi i akademickimi¹. Wybór miast biorących udział w projekcie odzwierciedla zróżnicowanie współczesnych środowisk miejskich oraz reprezentuje szeroką gamę państw rozwiniętych i rozwijających się (rys. 5); w zestawie tym znalazło się sześć megamiast posiadających ponad 10 milionów mieszkańców (Meksyk, Moskwa, New Delhi, Rio de Janeiro, Szanghaj i Tokio), „prawie megamiasta” takie jak Sztambuł, Londyn i Nowy Jork, a także stolice państw i regionów oraz małe miasta.

PODEJŚCIE ODDOLNE

Podjęcie oddolne (13) polega na bezpośrednim udziale osób starszych, analizujących i opisujących swoją sytuację oraz

¹ Edynburg dostarczył informacje dotyczące oceny tego miasta jako przyjaznego starzeniu zebrane na podstawie ankiety i wywiadów przeprowadzonych kilka miesięcy przed rozpoczęciem projektu WHO. Informacje z Edynburga, uzyskane przy użyciu innej, podobnej metodologii, stanowiły dodatkowe potwierdzenie danych zebranych w grupach fokusowych. Nowy Jork mocno zaangażował się w proces analizy danych oraz planowania kolejnej fazy międzynarodowego projektu Miasta Przyjazne Starzeniu.

uwzględnieniu tak uzyskanych danych w programowaniu polityki państwa. Organizacja Narodów Zjednoczonych rekomenduje umożliwianie osobom starszym udziału w życiu i procesach decyzyjnych społeczeństwa. Jako że seniorzy posiadają najbardziej rzetelne informacje o swoim życiu, WHO wraz z organizacjami partnerskimi z każdego z państw w pełni włączyły je do udziału w projekcie. Liderzy projektu dążyli do zebrania ich bezpośrednich doświadczeń. Jakie są przyjazne starzeniu cechy miasta, w którym mieszkają? Z jakimi spotykają się problemami? Czego brakuje w ich mieście, co podniosłoby poziom ich zdrowia, partycypacji i bezpieczeństwa?

Grupy fokusowe składały się z osób po 60. roku życia z terenów zamieszkałych przez osoby niezamożne i średniozamożne. Łącznie w okresie od września 2006 do kwietnia 2007 r. zorganizowano 158 takich grup i uczestniczyło w nich 1485 seniorów. Osoby starsze były głównym źródłem informacji we wszystkich 33 miastach organizujących grupy fokusowe. Aby uzyskać opinie mieszkańców niemogących wziąć udziału w spotkaniach z uwagi na niepełnosprawność ruchową i intelektualną, większość miast utworzyła grupę fokusową opiekunów, którzy podzielili się doświadczeniami będących pod ich opieką osób starszych. W celu uzupełnienia informacji zebranych od osób starszych i opiekunów większość miast zorganizowała również grupy fokusowe dostawców usług z sektorów publicznego,

wolontariackiego i komercyjnego. W konsultacjach wzięło udział łącznie 250 opiekunów i 515 dostawców usług. Osoby te przedstawiły swoje obserwacje poczynione na podstawie własnych relacji z seniorami. Opiekunowie i dostawcy usług podawali niekiedy dane nieobecne w relacjach osób starszych, jednak zawsze były one zgodne z opiniami seniorów.

TEMATY ROZMÓW

W grupach fokusowych zebrano informacje na temat ośmiu tematów pozwalających w wyczerpujący sposób określić, czy miasto jest przyjazne starzeniu. Tematy te dotyczyły cech miasta związanych z jego strukturą, środowiskiem, usługami i polityką, które odpowiadają czynnikom warunkującym aktywne starzenie. Tematy zostały wybrane

Rys. 5. Mapa przyjaznych starzeniu miast partnerskich



Zastosowane nazwy i sposób prezentacji danych na mapie nie implikują żadnej opinii Światowej Organizacji Zdrowia na temat prawnego statusu jakiegokolwiek kraju, terytorium, miasta czy rejonu lub ich zwierzchnictwa ani na temat wytyczonych granic. Przerywaną linią zaznaczono niepewne granice, co do których może nie być jeszcze pełnej zgody.

na podstawie wcześniejszego badania przeprowadzonego wśród starszych mieszkańców, dotyczącego cech społeczności przyjaznych seniorom (14, 15). W grupach fokusowych we wszystkich miastach zadano te same podstawowe pytania dotyczące każdego z tematów.

Pierwszymi trzema tematami były przestrzenie publiczne i budynki, transport oraz mieszkalnictwo. Są to najważniejsze cechy środowiska fizycznego miasta, w związku z czym mają duży wpływ na mobilność, liczbę wypadków i związanych z nimi urazów, przestępczość, zachowania zdrowotne oraz partycypację społeczną. Kolejne trzy tematy oddają różne aspekty środowiska społecznego oraz kultury mające wpływ na partycypację i dobrostan psychiczny. Szacunek i inkluzja społeczna dotyczą postaw, zachowań i przekazu płynącego od innych mieszkańców i całej społeczności w kierunku osób starszych. Partycypacja

społeczna odnosi się do udziału seniorów w rekreacji, socjalizacji oraz aktywnościach kulturalnych, edukacyjnych i duchowych. Partycypacja obywatelska oraz zatrudnienie dotyczą możliwości obywatelskich oraz pracy płatnej i niepłatnej. Mają one związek zarówno ze społeczno-środowiskowymi, jak i ekonomicznymi czynnikami wpływającymi na aktywne starzenie się. Ostatnie dwa tematy, tj. komunikacja i informacja oraz wsparcie społeczne i usługi zdrowotne, dotyczą zarówno środowiska społecznego, jak i usług zdrowotnych i społecznych. Kultura i płeć, stanowiące przekrojowe czynniki wpływające na starzenie się, były uwzględnione w tym projekcie jedynie pośrednio, jako że ich wpływ na aktywne starzenie się obejmuje nie tylko życie w mieście. Z uwagi na ich ogromne znaczenie na te czynniki najlepiej wpływać przez bardziej skoncentrowane inicjatywy.



Podobnie jak czynniki warunkujące aktywne starzenie się, powyższe osiem aspektów życia w mieście wpływają na siebie nawzajem i częściowo się pokrywa. Szacunek i inkluzja społeczna są odzwierciedlone w dostępności budynków i przestrzeni oraz w możliwościach partycypacji społecznej, rozrywki i zatrudnienia oferowanych osobom starszym przez miasto. Z kolei partycypacja społeczna ma wpływ na inkluzję społeczną oraz dostępność informacji. Mieszkalnictwo wpływa na dostępność usług wspólnotowych, podczas gdy partycypacja społeczna, obywatelska i ekonomiczna częściowo zależą od dostępności, bezpieczeństwa, przestrzeni i budynków publicznych. Transport i komunikacja oraz dostępność informacji są z kolei częściowo powiązane z innymi czynnikami: bez transportu oraz odpowiednich narzędzi dostępu do informacji umożliwiających umawianie się na spotkania i współdziałanie, inne obiekty

i usługi wspomagające aktywne starzenie się po prostu nie są dostępne. Rys. 6 przedstawia aspekty miasta przyjaznego starzeniu.

IDENTYFIKACJA CECH MIASTA PRZYJAZNEGO STARZENIU

Dla każdego z tematów informacje na temat przyjaznych starzeniu aspektów życia w mieście, napotykanym barier i braków, jak również sugestie poprawy sytuacji zebrane od uczestników grup fokusowych z każdego miasta zostały spisane i pogrupowane. Dane ze wszystkich miast pozwoliły stworzyć obraz najważniejszych spraw w kontekście zarówno ogólnomiastotowym, jak i konkretnych regionów czy miast. Na podstawie tych danych sporządzono listy kontrolne podstawowych cech miasta przyjaznego starzeniu dla każdego z aspektów życia w mieście. Listy kontrolne wiernie odtwarzają opinie przedstawione przez uczestników grup fokusowych na całym świecie.

CZĘŚĆ 4.

JAK KORZYSTAĆ Z PRZEWODNIKA

KLUCZOWE CECHY MIASTA PRZYJAZNEGO STARZENIU

Niniejszy przewodnik ma za zadanie pomóc miastom w dokonaniu samooceny – z uwzględnieniem perspektywy osób starszych – w celu znalezienia sfer, w których mogą one stać się bardziej przyjazne starzeniu. Kolejne części przewodnika opisują zalety i bariery, jakie osoby starsze dostrzegają w miastach na różnych etapach rozwoju, w każdym aspekcie życia. Listy kontrolne kluczowych cech miasta przyjaznego starzeniu zamieszczone na końcu każdej części dotyczą zarówno mniej, jak i bardziej rozwiniętych ośrodków. Mają one na celu ustalenie standardów miasta przyjaznego starzeniu.

Lista kontrolna cech miasta przyjaznego starzeniu nie ma służyć porównywaniu miast pod względem warunków życia seniorów, a raczej być narzędziem samooceny i mapy pomagającej ocenić postęp zmian. Żadne miasto nie jest zbyt daleko w tyle, aby wprowadzać znaczące ulepszenia. Możliwe i wskazane jest także wykroczenie poza listy kontrolne; niektóre miasta już teraz przejawiają cechy spoza tych list. Te dobre praktyki dostarczają przykładów rozwiązań, które mogą zostać zastosowane w innych ośrodkach. O żadnym z liderów nie można jednak jeszcze powiedzieć, że osiągnął najwyższe standardy w każdej sferze.

Listy kontrolne cech miasta przyjaznego starzeniu nie zawierają technicznych

wskazówek ani specyfikacji projektowych. Dostarczają ich bardziej techniczne dokumenty pomagające wprowadzić zmiany wymagane w konkretnych miastach (16, 17).

KOMU MA SŁUŻYĆ PRZEWODNIK?

Przewodnik ma służyć osobom i grupom chcącym uczynić swoje miasto bardziej przyjaznym procesowi starzenia się – w tym organom państwowym, organizacjom wolontariackim, sektorowi prywatnemu oraz grupom obywatelskim. Korzystając z przewodnika, należy pamiętać o zasadzie, która przyświecała tworzeniu tej publikacji: na każdym etapie pracy nad przemianami należy włączać osoby starsze jako pełnoprawnych partnerów działań. W momencie oceny mocnych stron i braków w mieście osoby starsze powinny opisać, jak listy kontrolne mają się do ich własnych doświadczeń. Dobrze, by zaproponowały zmiany, jakie należy wprowadzić, mogą też wziąć udział w wypracowywaniu projektów zmian. Taka ocena sytuacji – z wykorzystaniem podejścia oddolnego – dostarcza niezbędnych informacji, które powinny zostać następnie przefiltrowane i przeanalizowane przez gerontologów oraz osoby decyzyjne, odpowiedzialne za tworzenie lub modyfikowanie działań i polityki. Nie mniej ważne jest, aby także na kolejnych etapach lokalnego przedsięwzięcia budowy miasta przyjaznego starzeniu osoby starsze doradzały i brały udział w monitorowaniu postępów.

CZĘŚĆ 5.

PRZESTRZENIE PUBLICZNE I BUDYNKI PRZYJAZNE STARZENIU

OGÓLNE WNIOSKI

Przestrzeń publiczna i budynki użyteczności publicznej mają duży wpływ na mobilność, niezależność i jakość życia osób starszych oraz na ich umiejętność funkcjonowania w środowisku dotychczasowego zamieszkania. Seniorzy i osoby mające z nimi znaczący kontakt, biorące udział w konsultacjach do niniejszego projektu WHO, opisały wiele cech środowiska mających wpływ na ocenę jego przyjazności starzeniu. Jakość życia, brak przeszkód komunikacyjnych oraz bezpieczeństwo powtarzały się w relacjach z różnych miast na całym świecie. Mile widziane przez uczestników badania są też ulepszenia, które już zastosowano i które wprowadza się w miastach o różnych stopniach rozwoju. Wymieniali oni również zmiany, które powinny zająć w ich środowisku życia w niedalekiej przyszłości.

1. PRZYJEMNE I CZYSTE OTOCZENIE

Spontanicznie podkreślaną przez mieszkańców wielu miast cechą przestrzeni przyjaznej starzeniu jest obecność piękna naturalnego. Sąsiedztwo oceanu jest uznawane za zdecydowany atut Rio de Janeiro oraz Cancún, podobnie oceniana jest bliskość rzeki w Melville oraz Londynie. W Himeji seniorzy cenią ciszę i spokój środowiska, w którym żyją. W każdym mieście narzekają przy tym na to samo: nieczystości, hałas i nieprzyjemne zapachy.

Z powodu hałasu dobiegającego zza okna człowiek budzi się o czwartej rano zamiast o szóstej.

Osoba starsza, Stambuł

W Trypolisie zapach dymu z orientalnych fajek wodnych zwanych *narguileh* jest oceniany jako duszący, zwłaszcza wieczorami i w czasie ramadanu. Mieszkańców Jamajki niepokoi głośna muzyka oraz wulgaryzmy w piosenkach. W wielu miastach jakość życia starszych mieszkańców obniżają też zostawione na widoku śmieci. Aby rozwiązać te problemy, mieszkańcy miasta Meksyk proponują przeprowadzenie kampanii promującej czystość na ulicach. Z kolei mieszkańcy Jamajki proponują wprowadzenie regulacji prawnych mających na celu ograniczenie hałasu.

W niektórych miastach za problem uważa się ich wielkość. W Tokio wzrost liczby mieszkańców skutkuje obniżeniem poziomu spójności społecznej, a mieszkańcy Nairobi uważają, że ich miasto jest przeludnione i że trudno się po nim poruszać.

2. ZNACZENIE TERENÓW ZIELONYCH

Najczęściej wspomnianą cechą przyjazną starzeniu jest obecność terenów zielonych. W wielu miastach istnieją jednak przeszkody

uniemożliwiającej swobodne z nich korzystanie. W New Delhi niektóre tereny zielone są na przykład źle utrzymane, a badani opisują je wręcz jako „śmietnik”, a w Himeji natomiast część parków uważa się po prostu za niebezpieczne. Mieszkańców Melville niepokoi brak toalet publicznych oraz miejsc do siedzenia, a seniorzy z Moskwy zwracają uwagę na brak ochrony przed trudnymi warunkami pogodowymi. Starsi mieszkańcy Udaipur podkreślają trudność dotarcia do parków. Kolejną kwestią są niebezpieczeństwa wynikające ze wspólnego korzystania z terenów zielonych.

Fakt, że park jest przestrzenią dostępną dla wszystkich, w tym również dla użytkowników rowerów, deskorolek czy łyżworolek oraz biegających wokół czworonożnych bestii może być ograniczeniem dla wybierającej się tam starszej osoby.

Opiekun osób starszych, Melbourne

Uczestnicy badania wskazują kilka propozycji rozwiązania tych problemów. Opiekunowie osób starszych z Halifaxu zauważają potrzebę tworzenia niewielkich, cichych, odosobnionych terenów zielonych na obrzeżach miast, a nie tylko wielkich, zatłoczonych parków uprzywilejowujących dzieci i deskorolkarzy. Seniorzy z Amman zalecają tworzenie specjalnych ogrodów przeznaczonych dla ich rówieśników, podczas gdy starsi mieszkańcy New Delhi proponują wyznaczenie w parkach przestrzeni przeznaczonych dla osób starszych. W kilku spośród badanych

miast mieszkańcy domagają się lepszego poziomu utrzymania parków.

3. MIEJSCA PRZEZNACZONE DO ODPOCZYNKU

Za jedną z cech miast przyjaznych starzeniu uznano dostępność miejsc do siedzenia w przestrzeni publicznej, jako że dla wielu seniorów spacerowanie nawet niedaleko domu jest szczególnie trudne, jeśli nie mają gdzie odpocząć.

Brakuje miejsc, gdzie można usiąść... człowiek robi się zmęczony i potrzebuje sobie przysiąść.

Osoba starsza, Melville

Dostępność miejsc do odpoczynku w swoim mieście doceniają osoby starsze i ich opiekunowie w Szanghaju. Przebudowa miejsc przeznaczonych do siedzenia jest pozytywnie odbierana także w Melbourne. Niepokój wywołuje natomiast zajmowanie ogólnodostępnych miejsc do siedzenia przez osoby i grupy osób, które zachowują się w sposób budzący strach i przejawiają zachowania aspołeczne. W Tujmazach z tego właśnie powodu zaproponowano na przykład usunięcie ogólnodostępnych miejsca do siedzenia.

4. CHODNIKI PRZYJAZNE STARZENIU

Stan chodników w oczywisty sposób wpływa na możliwość poruszania się po okolicy. Wąskie, nierówne, popękane, zatłoczone chodniki z wysokimi krawężnikami i innymi przeszkodami stanowią potencjalne

zagrożenie, a przez to ograniczają osobom starszym możliwość spacerowania.

Kiedyś złamałem bark w wyniku upadku na chodniku.

Osoba starsza, Dundalk

Nieodpowiednie chodniki są niemal powszechnym problemem. W wielu miastach i aglomeracjach, takich jak Meksyk, Rio de Janeiro czy miasta na Jamajce, piesi muszą dzielić przestrzeń chodnika z ulicznymi sprzedawcami. Z kolei w ośrodkach takich jak La Plata, Moskwa, Ponce czy Zagłębie Ruhry z powodu samochodów zaparkowanych na chodnikach przechodnie muszą poruszać się jezdnią. Trudności dla starszych użytkowników mnożą dodatkowo warunki pogodowe. Mieszkańcy Sherbrooke boją się spacerować, bo chodniki nie są oczyszczane ze śniegu, także w Portage la Prairie ryzyko upadku jest większe właśnie zimą.

Z ogromną aprobatą spotykają się więc wprowadzane w niektórych miastach ulepszenia projektów i sposobów utrzymania chodników. Za przyjazne starzeniu uważa się te chodniki, które:

mają gładką, wyrównaną, ale nieśliską powierzchnię;

są wystarczająco szerokie, aby mógł nimi przejechać wózek inwalidzki;

mają niskie krawężniki, opadające ku jezdni;

są wolne od przeszkód takich jak stragany uliczne, zaparkowane samochody i drzewa;

gwarantują pieszym pierwszeństwo w ich użytkowaniu.

Nie mieszkam w centrum, lecz w La Loma, jednak mamy tu taki sam problem z chodnikami. Mam trudności w poruszaniu się, chodzę o lasce, i – jak mawiał mój przyjaciel – muszę cały czas patrzeć pod nogi. Kiedy chodzę po centrum i potrzebuję pomocy w przejściu przez siódmą ulicę, zawsze staram się prosić młodych ludzi, aby mi pomogli. A oni podchodzą do mnie, więc nie mogę na to narzekać, na brak pomocy ze strony innych.

Osoba starsza, La Plata

5. BEZPIECZNE PRZEJŚCIA DLA PIESZYCH

Często wspomnianym problemem jest także brak możliwości bezpiecznego przejścia przez jezdnię. Wiele miast podjęło jednak działania mające na celu poprawę warunków w tym kontekście: w Cancún wprowadzono odpowiednią sygnalizację świetlną na przejściach dla pieszych, w La Plata wysepki, w Mayaguez liczne przejścia, a w Portland paski antypoślizgowe. W Ammanie zbudowano natomiast przejścia nadziemne i podziemne, ułatwiające przechodniom przejście na drugą stronę ulicy bez wkraczania na jezdnię.

W wielu miastach stwierdzono przy tym, że światła na przejściach dla pieszych zmieniają się zbyt szybko. W Melville zaproponowano,

aby były one wyposażone w widoczny licznik, żeby piesi wiedzieli, ile mają czasu na znalezienie się po drugiej stronie jezdni. W Stambule doceniono sygnały dźwiękowe na przejściach, a w Portland i Udine zaproponowano zainstalowanie sygnalizacji dźwiękowej i wizualnej.

Sygnalizacja na przejściach dla pieszych została zaprojektowana dla biegaczy olimpijskich.

Osoba starsza, Halifax

Innym powszechnym problemem jest fakt, że kierowcy nie stosują się do sygnalizacji drogowej i nie przepuszczają pieszych.

...mamy przejścia, jednak kierowcy nie szanują pieszych. Widzą cię, ale i tak jada prosto na ciebie. Jeśli ktoś ma słabe serce, może dostać zawału.

Osoba starsza, Jamajka

W większości miast natężenie i prędkość ruchu ulicznego stanowi poważną przeszkodę dla starszych mieszkańców, zarówno tych poruszających się pieszo, jak i zmotoryzowanych. W Udaipurze ruch jest opisywany jako chaotyczny, a seniorzy boją się wyjścia na ulicę z uwagi na jego duże natężenie. Niektórzy nie wychodzą z domu bez osoby towarzyszącej (trudności napotymane przez starszych kierowców zostały omówione w części 7.).

6. DOSTĘPNOŚĆ

Zarówno w krajach rozwiniętych, jak i rozwijających się mieszkańcy uważają, że ich miasto nie zostało zaplanowane z myślą o osobach starszych.

Wychodzę na miasto tylko wtedy, gdy mam coś konkretnego do załatwienia. Wychodzę, kończę to, co mam do zrobienia, i wracam prosto do domu. Po co mam chodzić po mieście? Nie jestem już młodą osobą.

Osoba starsza, Nairobi

W wielu miastach wymieniono fizyczne przeszkody, które mogą zniechęcać osoby starsze do wyjścia z domu. Mieszkańcy Rio de Janeiro zauważają, że seniorom trudno jest korzystać z betonowych stopni prowadzących do *farweli* (tj. dzielnicy biedy). Problemem w Sherbrooke jest z kolei brak podjazdów w niektórych częściach miasta. W celu zaradzenia tym trudnościom zaleca się więc prowadzenie szkoleń na temat potrzeb osób starzejących się, przede wszystkim wśród urbanistów i architektów.

7. BEZPIECZNE OTOCZENIE

Poczucie bezpieczeństwa w miejscu zamieszkania ma duży wpływ na chęć poruszania się po okolicy, a ta z kolei wpływa na niezależność, zdrowie psychiczne, integrację społeczną oraz dobre samopoczucie. Wiele miast uważa się za bezpieczne, jednak innym wiele do tego statusu brakuje. Niezależnie od faktycznego zagrożenia, mieszkańcy prawie wszystkich ośrodków obawiają się o swoje

bezpieczeństwo, w tym o oświetlenie, przemoc, przestępczość, narkotyki oraz bezdomnych w miejscach publicznych. Obawy wielu starszych mieszkańców budzi zwłaszcza wychodzenie z domu w godzinach nocnych.

*Nie wychodzimy z domu wieczorami.
Nie wychodzę nigdzie... mógłbym zostać zamordowany.*

Osoba starsza, Tujmazy

Należy zauważyć, że niektóre miasta podjęły kroki w celu podniesienia poziomu bezpieczeństwa. Przykładem może być wprowadzenie monitoringu w Genewie i Sherbrooke.

W La Placie zaproponowano natomiast zaangażowanie lokalnej społeczności, na przykład poprzez zachęcanie do samodzielnego tworzenia grup osób starszych mających na celu zwiększenie ich bezpieczeństwa poza domem. Innym pomysłem jest zapewnienie większej liczby policjantów patrolujących ulice, a w Dundalk podkreślono potencjał wprowadzenia grantów rządowych mających umożliwić osobom starszym podniesienie poziomu własnego bezpieczeństwa.

W Turcji, w związku z częstym występowaniem trzęsień ziemi, starsi mieszkańcy Stambułu wyrazili przy tym obawy dotyczące faktu, że miasto nie jest zaprojektowane z myślą o minimalizowaniu ryzyka urazów nimi spowodowanych.

Powinniśmy mieć dostęp do pustych przestrzeni, abyśmy czuli się bezpiecznie w razie trzęsienia ziemi. Nie mamy jednak takich możliwości, mówią nam, że mamy wychodzić na ulice.

Osoba starsza, Stambuł

8. ŚCIEŻKI DLA PIESZYCH I ROWERZYSTÓW

Uważa się, że obecność ścieżek dla pieszych i rowerzystów w miastach pomaga w promocii zdrowego trybu życia i świadczy o tym, że środowisko jest przyjazne starzeniu.

Wiążą się one jednak również z niebezpieczeństwem. Obecność rowerzystów w Genewie uznawana jest przez seniorów za pewnego typu zagrożenie. W Udine zaproponowano wprowadzenie dwóch typów ścieżek: oddzielnych dla rowerzystów i pieszych. Również w Cancún, Portland oraz Saanich starsi ludzie cenią sobie wydzielone ścieżki dla pieszych. Opiekunowie w Halifaksie podkreślają przy tym, że należy upewnić się, że ścieżki dla pieszych mają gładką powierzchnię. Z kolei w Portage la Prairie zarówno starsi mieszkańcy, jak i ich opiekunowie zwracają uwagę na fakt, że należy zapewnić łatwy dostęp do ścieżek poprzez budowanie podjazdów dla wózków inwalidzkich. Starsi mieszkańcy Udine zalecają z kolei rozbudowę systemu ścieżek dla pieszych poruszających się po mieście, a w Halifaksie zaproponowano utworzenie ich na parkingach, by zapewnić bezpieczeństwo pieszym. Kolejnym pomysłem z Saanich jest tworzenie publicznych toalet przy ścieżkach.

9. BUDYNKI PRZYJAZNE STARZENIU

W wielu miastach, w tym w Himeji, Mayaguez, Melbourne oraz New Delhi, zaznaczono, że należy zwrócić uwagę na wprowadzanie ulepszeń zwiększających dostęp do budynków, zarówno tych już istniejących, jak i nowo budowanych. By budynek był przyjazny starzeniu, powinien posiadać:

- | windy;
- | ruchome schody;
- | podjazdy;
- | szerokie drzwi i przejścia;
- | odpowiednie schody (nie za wysokie i niestrome) z poręczami;
- | nieśliskie podłogi;
- | miejsca do odpoczynku wyposażone w wygodne siedzenia;
- | odpowiednie oznakowanie;
- | publiczne toalety przystosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych.

W dwóch miastach wspomniano jednak o utrudnieniach w korzystaniu z wind. Starsi mieszkańcy Nairobi boją się do nich wsiadać i potrzebują do tego pomocy innych osób. W Trypolisie natomiast seniorzy niechętnie korzystają z wind, bo boją się, że w nichutkną – często dochodzi tam do awarii prądu.

Świadomość znaczenia dostępności budynków jest powszechna. Jednocześnie wiadomo, że w wielu budynkach, zwłaszcza tych starszych, wciąż istnieją poważne przeszkody i w niektórych przypadkach nie da się temu zaradzić. Większość administracji zauważa jednak potrzebę likwidowania barier architektonicznych, przede wszystkim

w kontekście potrzeb osób na wózkach inwalidzkich.

Nasi respondenci wspominali również o galeriach handlowych, podając zarówno pozytywne, jak i negatywne ich przykłady. W Dundalk i Melville wiele galerii handlowych zapewniło wózki inwalidzkie dla swoich klientów i wprowadziło rozwiązania ułatwiające poruszanie się po budynku. W Melbourne barierą stanowi konieczność pokonywania dużych odległości pieszo w galerii, a w Stambule choć budynki te posiadają windy, seniorzy jako trudne oceniają korzystanie z nich.

Zalecamy więc zwiększenie dostępu mieszkańców do usług i obiektów i umiejscawianie budynków, w tym sklepów, w pobliżu miejsc zamieszkania osób starszych. Starsi mieszkańcy Tujmazów doceniają fakt, że mieszkają blisko sklepów i bazarów, a koncentrowanie siedzib firm w Sherbrooke umożliwia seniorom załatwianie spraw w niedalekiej odległości od domów.

10. ODPOWIEDNIE TOALETY PUBLICZNE

Ważną cechą środowiska miejskiego przyjaznego starzeniu jest także dostępność czystych, wygodnie położonych i dobrze oznakowanych toalet publicznych przystosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych. Mieszkańcy Islamabadu doceniają fakt, że od pewnego czasu otwiera się w nim ogólnodostępne toalety, a ich liczba stale rośnie.

Odnotowano jednak również kilka barier w tym kontekście. W Halifaksie zauważono, że drzwi toalet są zbyt ciężkie. W Himeji

toalety są za małe i nie wszystkie sedesy posiadają nakładki do siedzenia. Opiekunowie osób starszych w La Placie wskazują natomiast na fakt, że w mieście nie ma toalet dostępnych dla osób niepełnosprawnych.

11. STARSZY KLIENT

Kolejną cechą uważaną za przyjazną starzeniu jest dobra obsługa klienta, uwzględniająca potrzeby osób starszych. W Cancún i na Jamajce starsi klienci są traktowani w sposób uprzywilejowany, a niektóre firmy zapewniają im wózki inwalidzkie. W Meksyku prawo zapewnia seniorom obsługę poza kolejnością, a w Portland grupa wolontariuszy stworzyła przewodnik po firmach przyjaznych osobom starszym i przeprowadza w nich audyty.

Jedną z trudności zauważoną w wielu miastach są długie kolejki lub czas oczekiwania na obsługę. Zaproponowano więc wprowadzenie specjalnych zasad obsługi osób starszych, takich jak oddzielne kolejki lub kasy. Seniorzy z Islamabadu zalecają nawet wprowadzenie w kolejkach pierwszeństwa dla starszych kobiet. W Sherbrooke zaproponowano także zapewnienie miejsca do siedzenia w punktach, w których osoby starsze muszą czekać na obsługę, na przykład w bankach.

Kolejną barierą w kontekście usług, jaką zauważa się w wielu miastach, na przykład w Londynie czy Tokio, jest zamykanie osiedlowych sklepów, w tym spożywczych. Osoby starsze tracą w ten sposób potencjalne źródło kontaktów towarzyskich i muszą jeździć po zakupy bardzo daleko, na co wielu z nich nie ma siły.

PRZESTRZENIE PUBLICZNE I BUDYNKI PRZYJAZNE STARZENIU

LISTA KONTROLNA

OTOCZENIE:

miasto jest czyste, wdrożone są odpowiednie regulacje ograniczające poziom hałasu i nieprzyjemne czy szkodliwe zapachy w przestrzeni publicznej.

chodniki są pozbawione przeszkód (np. straganów ulicznych, zaparkowanych samochodów, drzew, psich odchodów, śniegu), piesi mają pierwszeństwo w ich użytkowaniu.

TERENY ZIELONE I PIESI:

tereny zielone są dobrze utrzymane i bezpieczne. Odpowiednie wiaty, toalety oraz miejsca do siedzenia są łatwo dostępne;

DROGI:

w obrębie dróg w regularnych odstępach rozmieszczone są nieśliskie przejścia dla pieszych zapewniające bezpieczne przejście na drugą stronę ulicy;

deptaki są pozbawione przeszkód, mają gładką powierzchnię i są łatwo dostępne. Zapewniony jest łatwy dostęp do publicznych toalet w ich obrębie.

drogi są dobrze zaprojektowane i wyposażone w odpowiednio rozmieszczoną infrastrukturę, taką jak wyspy czy przejścia naziemne i podziemne umożliwiające pieszym przejście przez ruchliwe ulice;

MIEJSCA DO SIEDZENIA W PRZESTRZENI PUBLICZNEJ:

miejsca do siedzenia są dostępne i rozmieszczone w regularnych odstępach – szczególnie w parkach, na przystankach oraz w innych miejscach publicznych; utrzymywane są w dobrym stanie oraz kontrolowane, tak by wszystkim zapewnić do nich bezpieczny dostęp.

światła na przejściach dla pieszych zapewniają osobom starszym dostatecznie dużo czasu na przejście przez ulicę i wyposażone są w sygnalizację wizualną oraz dźwiękową.

CHODNIKI:

chodniki są utrzymywane w dobrym stanie, gładkie, wyrównane, nieśliskie oraz wystarczająco szerokie i wyposażone w niskie krawężniki zwężające się ku drodze, a co za tym idzie dostosowane są m. in. do potrzeb mieszkańców korzystających z wózków inwalidzkich;

RUCH ULICZNY:

zasady ruchu ulicznego oraz regulacje dotyczące przepuszczania pieszych przez kierowców są wyraźnie komunikowane i ściśle przestrzegane przez użytkowników ruchu.

ŚCIEŻKI ROWEROWE:

dla rowerzystów przeznaczona jest oddzielna ścieżka.

BEZPIECZEŃSTWO:

bezpieczeństwo we wszystkich otwartych przestrzeniach i budynkach jest priorytetem i powinno być promowane, na przykład dzięki infrastrukturze redukującej ryzyko wynikające z klęsk naturalnych, odpowiedniemu oświetleniu ulic, patrolom policyjnym, wdrażaniu regulacji oraz wsparciu inicjatyw podnoszących poziom bezpieczeństwa ogólnego i indywidualnego.

USŁUGI:

lokale usługowe skoncentrowane są w jednym miejscu, w bliskim sąsiedztwie miejsc zamieszkania osób starszych, a dostęp do nich jest łatwy (np. partery budynku);

istnieją odrębne zasady obsługi osób starszych, takie jak oddzielne kolejki czy punkty obsługi.

BUDYNKI:

budynki są łatwo dostępne i są wyposażone w:

- windy;
- podjazdy;
- odpowiednie oznakowanie;
- poręcze przy schodach;
- schody z niskimi stopniami;
- nieśliskie podłogi;
- przestrzenie przeznaczone do odpoczynku z wygodnymi miejscami do siedzenia;
- wystarczającą liczbę publicznych toalet.

TOALETY PUBLICZNE:

toalety publiczne są czyste, dobrze utrzymywane, łatwo dostępne dla osób o różnych możliwościach, dobrze oznakowane i rozmieszczone w dogodnych lokalizacjach.

CZĘŚĆ 6.

TRANSPORT

OGÓLNE WNIOSKI

Transport, w tym łatwo dostępny i niedrogi transport publiczny, jest kluczowym czynnikiem wpływającym na proces aktywnego starzenia. Ten temat przewija się też przez wiele innych kontekstów dyskusji o przyjaznym starzeniu się w mieście. Możliwość poruszania się decyduje w szczególności o aktywności społecznej i obywatelskiej oraz dostępie do usług społecznych i medycznych.

Konsultanci projektu WHO mieli wiele do powiedzenia na temat infrastruktury, wyposażenia i usług związanych ze wszystkimi rodzajami transportu miejskiego.

Życie wielu starszych osób jest uzależnione od dostępu do systemu transportu.

Opiekun osób starszych, Dundalk

1. DOSTĘPNOŚĆ

Transport publiczny jest teoretycznie dostępny w większości miast, które biorą udział w programie, ale nie na całym ich obszarze. Systemy transportu tego typu jako dobrze zorganizowane i wystarczające oceniają głównie mieszkańcy miast krajów rozwiniętych oraz tych będących w okresie transformacji (na przykład Federacji Rosyjskiej). W wielu ośrodkach dostępne są jednak różne środki transportu, w tym autobusy prywatne i miejskie, pociągi,

tramwaje, trolejbusy, riksze prywatne i miejskie, autobusy wahadłowe i minibusy, niezależne usługi transportu społecznego, specjalne usługi dla osób niepełnosprawnych i słabych, taksówki i osobiści kierowcy. Braki w każdym z tych typów odnotowano przy tym w miastach na każdym etapie rozwoju. Żeby ośrodki te stały się bardziej przyjazne starzeniu, ocena systemów transportowych przez mieszkańców musi ulec poprawie.

2. PRZYSTĘPNOŚĆ

Ważnym czynnikiem umożliwiającym starszym osobom korzystanie z transportu publicznego są ceny biletów. Niektóre ośrodki zapewniają seniorom darmowy lub dotowany transport. W Genewie udostępnia się także darmowe przejazdy dla towarzysza osoby starszej, a w Dundalk osoby od 75. roku życia mają prawo do tak zwanego *companion pass*, czyli dokumentu upoważniającego osobę towarzyszącą do darmowej podróży. W kilku miastach objętych badaniem ceny transportu publicznego są jednak bardzo wysokie. Starsi mieszkańcy Nairobi narzekają nawet na arbitralnie naliczane dopłaty za niekorzystne warunki pogodowe oraz przejazd w święta państwowe czy w okresach wzmożonego ruchu. Badani wspominali również o problemach z uzyskaniem dofinansowania czy darmowego przejazdu. Mieszkańcy Himeji uważają, że wiek uprawniający do bezpłatnego przemieszczania się środkami transportu publicznego jest zbyt wysoki, natomiast

w New Delhi stwierdzono, że procedura uzyskania zezwolenia na darmowe przejazdy jest bardzo uciążliwa. W Rio de Janeiro natomiast starsi mieszkańcy faweli w ogóle nie mają dostępu do transportu publicznego, a w Genewie zniżki na przejazd można uzyskać jedynie przy zakupie sezonowego biletu kolejowego. W niektórych miastach objętych naszą diagnozą nie ma też możliwości uzyskania dofinansowania do transportu prywatnego, ale dobry przykład daje Dundalk, w którym obowiązują darmowe przejazdy dla seniorów na wybranych liniach prywatnych.

Mieszkańcy niektórych miast proponują więc darmowe lub dofinansowywane przejazdy albo poszerzenie grupy objętej tymi przywilejami o mieszkańców w wieku senioralnym. W Meksyku zaproponowano także wprowadzenie darmowych przejazdów umożliwiających osobom starszym uczestnictwo w specjalnych wydarzeniach.

3. NIEZAWODNOŚĆ I CZĘSTOTLIWOŚĆ

Czynnikiem warunkującym rozwój miasta przyjaznego starzeniu jest dostęp do niezawodnego transportu publicznego o dużej częstotliwości kursów. Tylko niektórzy seniorzy, zwłaszcza ci mieszkający w krajach rozwiniętych, oceniają ich częstotliwość jako wystarczającą.

W licznych miastach na różnych etapach rozwoju stwierdzono, że transport publiczny jest zawodny, a kursy są nie dość częste. W Stambule osoby starsze zaznaczają, że podróżowanie transportem publicznym trwa długo właśnie z powodu niskiej częstotliwości przejazdów. W niektórych

częściach Melbourne nie ma dostępu do żadnych środków transportu publicznego od sobotniego popołudnia aż do poniedziałku rano, a starsi mieszkańcy Zagłębia Ruhry uważają, że środki transportu publicznego nie kursują wystarczająco często w godzinach nocnych oraz na obrzeżach miasta. W niektórych ośrodkach zaproponowano w związku z tym, aby przewoźnicy publicznego transportu kursowali z większą częstotliwością, w szczególności w nocy i w weekendy.

Mieszkańcy kilku miast, na przykład Genewy, Londynu, Moskwy i Tokio oceniają transport publiczny jako niezawodny, jednak nie we wszystkich ośrodkach o podobnym poziomie rozwoju ta ocena jest równie wysoka. Wśród cech przyjaznych starzeniu mieszkańcy w miastach rozwijających się wymieniali – co ważne – właśnie niezawodność transportu. Tymczasem w Amman brakuje stałych rozkładów jazdy autobusów, natomiast w Islamabadzie pojazdy publiczne w ogóle nie kursują według żadnego rozkładu. W La Placie autobusy nie są niezawodnym środkiem transportu, ponieważ rozkłady jazdy bardzo często podlegają zmianom.

4. CELE PODRÓŻY

Decyzja o skorzystaniu z publicznych środków transportu w dużej mierze zależy od możliwości dotarcia do określonego miejsca. Niektórzy objęci naszą diagnozą mieszkańcy miast stwierdzili, że sieć publicznych środków transportu w ich miejscach zamieszkania dobrze pokrywa przynajmniej wybrane obszary, umożliwiając im wygodne przemieszczanie się. Zarówno w krajach rozwiniętych, jak i rozwijających się wyrażano jednak obawy z powodu nieadekwatności tras

przejazdu. Mieszkańcy narzekają, że sieć linii komunikacyjnych nie obejmuje niektórych obszarów miasta, trudno im jest dojechać z jednego końca na drugi, a połączenia między liniami autobusowymi i innymi środkami transportu są źle zaplanowane. Co więcej, transport publiczny nie pozwala na dotarcie do wszystkich ważnych dla osób starszych miejsc. Autobusy w Dundalk nie dojeżdżają np. do jednego z domów spokojnej starości, a w Mayaguez brakuje linii prowadzących do centrów dla seniorów. Mieszkańcy Tujmazów stwierdzili natomiast, że brakuje im linii prowadzących do ogrodów publicznych.

Problem z transportem publicznym polega na tym, że w siatce są dziury... pół biedy, jeśli chcesz dojechać do centrum, ale jeśli chcesz pojechać na drugi koniec miasta, to czeka cię męka.

Osoba starsza, Portland

5. POJAZDY PRZYJAZNE STARZENIU

Kolejną ważną kwestią podnoszoną przez seniorów jest wsiadanie i wysiadanie z pojazdów. W wielu miastach niektóre pojazdy transportu publicznego posiadają udogodnienia w tym kontekście. W Szanghaju zapewniono dostosowane do potrzeb osób starszych siedzenia, w Saanich przystosowane są niektóre autobusy, natomiast w Udaipur w najbliższym czasie zostaną wprowadzone pojazdy niskopodłogowe. W Genewie część autobusów posiada podwyższenia i niskie podłogi.

Mieszkańcy często zauważają jednak, że sposób, w jaki pojazdy transportu publicznego zostały zaprojektowane, utrudniają seniorom korzystanie z nich. W Udine przeszkodą są wysokie stopnie, a w Ponce pojazdy nie są dostosowane do pasażerów na wózkach inwalidzkich.

Mieszkańcy niektórych miast wymieniają wiele przeszkód zniechęcających do korzystania z publicznych środków transportu. W New Delhi osoby starsze podkreślają, że oznaczenia numerów linii autobusowych nie są wystarczająco widoczne. W Dundalk dostawcy usług podważają zasadność niektórych linii, podczas gdy w La Placie osoby starsze zgłaszają zastrzeżenia do pogarszającego się stanu niektórych autobusów.

6. SPECJALISTYCZNE USŁUGI TRANSPORTOWE

Osoby starsze mające trudności w korzystaniu z publicznych środków transportu potrzebują pojazdów dostosowanych do ich potrzeb. W kilku miastach w krajach rozwiniętych znajdują się one na liście realizowanych zasad ośrodka przyjaznego starzeniu, jednak w innych miejscach nie ma dostępu do tego typu rozwiązań. Rekomendujemy zapewnienie osobom niepełnosprawnym dostępu do usług odpowiadających ich potrzebom. W Rio de Janeiro opiekunowie osób starszych wspominają, że jedynym środkiem transportu dostępnym dla ich podopiecznych byłyby taksówki, gdyby nie fakt, że nie da się w nich przewieźć wózka inwalidzkiego – w bagażniku zwykle umieszczane są zbiorniki paliwa. Opiekunowie seniorów z Meksyku proponują natomiast zapewnienie im i osobom starszym dostępu do specjalnych autobusów.

7. MIEJSCA SIEDZĄCE Z PIERWSZEŃSTWEM DLA SENIORÓW I UPRZEJMOŚĆ INNYCH PASAŻERÓW

Mieszkańcy niektórych miast objętych naszą diagnozą jako cechę środowiska przyjaznego starzeniu wymieniają także dostęp do miejsc siedzących z pierwszeństwem dla osób starszych. W wybranych ośrodkach, na przykład w Islamabadzie, pasażerowie z zasady ustępują miejsca seniorom. Uprzejmość pasażerów nie jest jednak powszechna. Starsi mieszkańcy Moskwy proponują więc na przykład kampanie uświadamiające społeczeństwu rolę bycia uprzejmym wobec osób starszych.

8. KIEROWCY TRANSPORTU PUBLICZNEGO

W niektórych miastach także uprzejmość kierowców wymieniana jest wśród czynników, które sprawiają, że miasto jest przyjazne starzeniu i sprzyja korzystaniu seniorów z transportu publicznego. W wielu ośrodkach mieszkańcy skarżą się, że kierowcy nie są wrażliwi na ich potrzeby, zwłaszcza w autobusach. Jeden z najczęstszych problemów polega na tym, że kierowcy nie czekają, aż starsi pasażerowie zajmą miejsca siedzące i ruszają z przystanku zaraz po zamknięciu drzwi.

Nie mam problemu z wejściem do autobusu, jednak z chwilą, kiedy kierowca rusza, autobus kołusze się, a ja ląduję na twarzy.

Osoba starsza, Saanich

Starsi mieszkańcy Rio de Janeiro zaznaczają nawet, że wielu spośród nich (głównie ci, którzy należą do klasy średniej) zamiast z autobusów korzysta z taksówek oraz metra, bo boją się upadku w autobusie.

Szczególnie powszechnym problemem w miastach rozwijających się, takich jak Amman, jest z kolei fakt, że kierowcy w ogóle nie chcą zabierać starszych osób. W Delhi i Genewie seniorzy zwracają zaś uwagę, że zatrzymywanie pojazdu zbyt daleko od krawężnika znacząco utrudnia im podróż – zachowanie odpowiedniej odległości przez kierowcę ułatwia starszym pasażerom wejście do autobusu i opuszczenie go. Mieszkańcy Dundalk zaznaczają przy tym, że kierowcy często zatrzymują pojazdy w nieoznaczonych i niebezpiecznych miejscach, w tym także na rogu ulicy. W Genewie i Ponce niektórzy z nich są też często nieuprzejmi.

Inne, ważne przeszkody wymienione przez uczestników badania to nieważna jazda i niestosowanie się kierowców do zasad ruchu drogowego.

Jeżdżą jak wariaci, słuchając bardzo głośniej muzyki.

Osoba starsza, Meksyk

Ostatnią kwestią wymienianą przez mieszkańców niektórych miast rozwijających się jest ekonomiczne wykorzystywanie pasażerów przez kierowców. W New Delhi np. niektórzy kierowcy rikszy naliczają im

zawyżone opłaty, a w Nairobi opłaty ulegają arbitralnym zmianom.

Nie dziwi więc fakt, że mieszkańcy wielu miast zaproponowali, by kierowcy przechodzili szkolenia dotyczące potrzeb osób starszych. Skutki programu szkoleniowego wprowadzonego w Sherbrooke oceniane są przez starszych pasażerów jako korzystne.

Mieszkańcy niektórych miast sugerują także, aby inni pracownicy systemu transportu, na przykład kasjerzy, przechodzili szkolenia na temat potrzeb osób starszych i wpływu poczucia komfortu seniorów w trakcie podróży na ich decyzję o korzystaniu lub niekorzystaniu z konkretnych środków transportu.

9. BEZPIECZEŃSTWO I WYGODA

Chęć korzystania ze środków transportu publicznego jest uzależniona od poczucia bezpieczeństwa, a tylko w niektórych miastach objętych diagnozą transport publiczny został oceniony jako bezpieczny. W Cancún stwierdzono przy tym, że w środkach transportu publicznego ma miejsce mniej przestępstw niż w innych. Za bezpieczny uznano także moskiewski transport publiczny. Jednak nawet w miejscach takich jak Londyn, w którym niektórzy oceniają transport publiczny jako bezpieczny, rekomenduje się wprowadzenie dodatkowych rozwiązań podnoszących bezpieczeństwo. W wielu ośrodkach, w których mieszkańcy zgłaszają zastrzeżenia do bezpieczeństwa transportu publicznego, problemem są zwłaszcza kradzieże i zachowania aspołeczne.

Głównym problemem jest wsiadanie i wysiadanie z autobusów. Którą z kieszeni mieć na oku? Jeśli będziesz kontrolować kieszeń, zniknie twoja torebka.

Osoba starsza, Stambuł

W wielu miastach problem bezpieczeństwa osób starszych jest ściśle związany z tłokiem w środkach transportu, zwłaszcza podczas godzin szczytu. Najczęściej występuje on w miastach rozwijających się i w Rosji. Na Jamajce problemem dla seniorów jest na przykład popychanie przez innych pasażerów na przystankach i w momencie wsiadania do autobusu. W Moskwie zaznaczono także, że z uwagi na tłok na stacjach kolejowych trudno się oddycha.

W kilku miastach rozwiniętych, na przykład Dundalk, Portland i Saanich, wspomniano także o problemach seniorów związanych z nadmiernym zatłoczeniem środków transportu publicznego.

Nie da się w nim oddychać [w pociągu z Dublina]. Jak się omdleje, nikt niczego nie zauważy, człowiek jest w pułapce!

Osoba starsza, Dundalk

Starszych mieszkańców Nairobi cieszy fakt, że problem nadmiernego zatłoczenia środków transportu znacznie zmniejszył się od czasu wprowadzenia tzw. Zasad Michuki, czyli regulacji prawnych zapobiegających

przekraczaniu maksymalnej liczby miejsc siedzących w pojazdach. Mieszkańcy Tujmazów proponują wprowadzenie większej liczby autobusów w godzinach szczytu, z kolei w Saanich zaproponowano zachęcanie osób starszych do korzystania z transportu publicznego w pozostałych porach dnia.

10. PRZYSTANKI I STACJE

Istotną kwestią jest również projekt, rozmieszczenie oraz stan przystanków i stacji. Starsi mieszkańcy Szanghaju i ich opiekunowie cenią sobie ławki, zadaszenie i oświetlenie na niektórych przystankach. W Ponce przystanki i stacje są utrzymywane w zadowalająco dobrym stanie, a mieszkańców Portland cieszy łatwy do nich dostęp.

Dla osób starszych problemem jest jednak rozmieszczenie przystanków. W Melbourne jest ich za mało, a odległości pomiędzy nimi są zbyt duże. W Melville seniorzy wyrażają niepokój związany z koniecznością przekraczania ruchliwej drogi na trasie do przystanku autobusowego, a niektórzy starsi mieszkańcy Saanich zaznaczają, że przystanki ulokowane są zbyt daleko od ich domów.

W kilku miastach problem stanowi także bezpieczeństwo na przystankach. W Moskwie w tłumie grasują kieszonkowcy, a mieszkańcy Melbourne narzekają na wandalizm. Ciekawe rozwiązanie kwestii wandalizmu podsuwa Melville, w którym poziom wandalizmu obniżono poprzez program dekorowania przystanków przez dzieci.

W San José wadą jest także brak zadaszenia na przystankach, podczas gdy w Szanghaju – niedostateczna liczba miejsc do siedzenia w ich obrębie. Seniorzy z Tokio podkreślają jednak, iż ulice są bardzo wąskie i umieszczenie ławek na przystankach utrudnia osobom niepełnosprawnym poruszanie się po nich.

Mieszkańcy wielu miast zwracają też uwagę na fakt, że stacje kolejowe i autobusowe powinny być łatwo dostępne i dostosowane do potrzeb osób starszych, czyli posiadać podjazdy, ruchome schody, windy, toalety publiczne oraz czytelne oznakowania. Seniorzy z Tokio i ich opiekunowie doceniają fakt, że stacje metra zostały wyposażone w windy, a starsi mieszkańcy Zagłębia Ruhry podkreślają, że przewożenie bagażu i wózków inwalidzkich na perony na dworcu głównym jest utrudnione przez brak odpowiednich urządzeń. W New Delhi osoby starsze zaznaczają także, że stacje metra są umieszczone zbyt daleko od ich miejsca zamieszkania i że oznakowanie na stacjach nie jest czytelne.

11. TAKSÓWKI

Seniorzy z wielu ośrodków na liście środków transportu miast przyjaznych starzeniu umieszczają także taksówki. W Cancún ich ceny postrzegane są jako przystępne, a w Dundalk osoby starsze cenią sobie zniżki wprowadzone przez niektóre korporacje. W Melville opiekunowie seniorów doceniają natomiast rządowy system dofinansowywania przejazdów taksówką. W Halifaksie oceniono, że niektórzy kierowcy taksówek są bardzo pomocni osobom starszym, podczas gdy w Trypolisie usługi taksówkowe określono jako dobre i wygodne.

W innych miastach zauważono jednak wiele trudności w korzystaniu z taksówek przez seniorów, w tym wysokie stawki i utrudniony dostęp do pojazdów dla osób niepełnosprawnych. W Portage la Prairie opiekunowie osób starszych relacjonują, że taksówkarze nie chcą przyjmować pasażerów na wózkach inwalidzkich, w Halifaksie z kolei problemem jest brak miejsca do przewozu balkonika. W Tujmazach zaproponowano, aby taksówki były wyposażone w duży bagażnik mieszczący wózek inwalidzki.

12. TRANSPORT SPOŁECZNY

Transport społeczny, tj. darmowy transport organizowany przez sektor prywatny i wolontariuszy, wymieniany jest jako czynnik przyjazny starzeniu części w miastach rozwiniętych niż rozwijających się. W Ponce centra seniora zapewniają darmowy transport na wizyty lekarskie, a mieszkańcy Portage la Prairie doceniają usługi kierowców-wolontariuszy oraz możliwość dowozu zakupów zapewnianą przez sklepy spożywcze. W Londynie seniorzy proponują przy tym wprowadzenie transportu społecznego z autobusami dostosowanymi do ich potrzeb i kierowcami przeszkolonymi w zakresie pomocy osobom starszym.

13. INFORMACJA

Mieszkańcy niektórych miast podkreślają także znaczenie dostępu do informacji o środkach transportu, zasadach korzystania z nich oraz rozkładach jazdy. W Portland istnieją np. programy szkolenia osób starszych w zakresie korzystania z transportu publicznego. W Melville zaproponowano, aby osoby starsze niemogące już prowadzić

samochodu miały możliwość skorzystania z takiego kursu. Z kolei w Himeji proponuje się, aby rozkłady jazdy autobusów zawierały informację, czy dany kurs jest obsługiwany przez pojazd przystosowany do osób niepełnosprawnych. Starsi mieszkańcy Tokio zwrócili przy tym uwagę na fakt, że rozkłady jazdy powinny być pisane większą czcionką i umieszczane w łatwo dostępnym miejscu.

14. WARUNKI JAZDY

Mieszkańcy kilku miast objętych naszą diagnozą podkreślili, że samochód jest starszym mieszkańcom niezbędny. W Melville stwierdzono, że miasto zostało zaprojektowane z myślą o autach. W Himeji samochód staje się konieczny zwłaszcza na obrzeżach, a w Ponce jest niezbędny ze względu na ograniczony dostęp do innych środków lokomocji.

Mieszkańcy kilku miast, zwłaszcza rozwiniętych, stwierdzili natomiast, że prowadzenie samochodu na terenie ich miasta jest proste. W Portage la Prairie na ulicach nie ma dużego ruchu i prowadzenie nie nastręcza trudności. W Saanich osoby starsze doceniają znaki ostrzegające przed skrzyżowaniami, a starsi mieszkańcy Tokio podkreślili, że sygnalizacja i znaki drogowe są dobrze widoczne. Także w Trypolisie oceniono, że drogi są odpowiednio oznaczone, a seniorzy z Szanghaju uznali, że zarządzanie ruchem drogowym jest na dobrym poziomie.

Znacząca liczba mieszkańców miast na wszystkich etapach rozwoju zauważa jednak problemy związane z prowadzeniem samochodu w mieście – duży ruch, słabą jakość dróg, małą efektywność rozwiązań mających

go uspokoić, nieodpowiednie oświetlenie, słabo widoczne lub źle rozmieszczone oznakowanie oraz nieprzestrzeganie zasad ruchu drogowego przez innych kierowców. W Rio de Janeiro barierą jest na przykład duży ruch. W Cancún osoby starsze narzekają na dziury i niską jakość dróg, z kolei mieszkańców Melville kłopotuje mała efektywność rozwiązań uspokajających ruch, takich jak zbyt małe lub umieszczone w nieodpowiednich miejscach ronda. W Mayaguez osoby starsze zaznaczają natomiast, że drogi nie są odpowiednio oświetlone, a mieszkańcy Halifaksu uważają, że znaki uliczne są zbyt małe, zbyt wysokie i często słabo widoczne. Starsi mieszkańcy Udine podkreślają także, że kierowcy nie przestrzegają zasad ruchu drogowego, a według seniorów z Sherbrooke inni kierowcy często są agresywni.

15. UPRZEJMOŚĆ WOBEC STARSZYCH KIEROWCÓW

Oprócz wyżej wymienionych barier, wielu starszych kierowców do samodzielnej jazdy zniechęca okazywany im brak szacunku.

Nie lubię prowadzić samochodu. Kiedy jedziesz wolno, inni ludzie cię obrażają. Są nieuprzejmi.

Osoba starsza, Trypolis

Mieszkańcy La Platy podkreślają, że są obrażani z powodu powolnej jazdy. Seniorzy w Cancún nie czują się bezpiecznie, prowadząc samochód, ze względu na problemy ze wzrokiem i agresywny styl jazdy innych

kierowców. Do podobnych wniosków doszli opiekunowie osób starszych w Tujmazach.

W niektórych miastach seniorów niepokoją także trudności, jakie napotykają, oddając prawo jazdy po przekroczeniu pewnego wieku – na przykład w Portage la Prairie, w którym samochód jest ważnym środkiem lokomocji. Przebadani przez nas mieszkańcy Genewy i Portland zaproponowali też m.in. organizowanie kursów doszkalających związanych z prowadzeniem auta. Podobne zdanie mają też starsi mieszkańcy innych miast. Seniorzy cenią sobie również możliwość wzięcia udziału w dodatkowych zajęciach, np. w Himeji, kiedy chcą odnowić prawo jazdy.

16. PARKOWANIE

Badani podkreślają też znaczenie zatok do wsiadania i wysiadania przy budynkach – zatok parkingowych z pierwszeństwem dla osób starszych i niepełnosprawnych. Mieszkańcy Ammanu doceniają np. zatoki dla osób niepełnosprawnych budowane przy sklepach, przy czym w Dundalk cieszy też m.in. brak opłat parkingowych dla seniorów. Co ciekawe, w Portage la Prairie jako przyjazny starzeniu wymieniony został m.in. dostęp do dużego parkingu.

W wielu miastach barierą dla osób starszych są właśnie między innymi nieodpowiednie i drogie parkingi. W Mayaguez brakuje zatok do wsiadania i wysiadania dla osób niepełnosprawnych, a seniorzy z Portage la Prairie zaznaczają, że miejsca parkingowe nie są wystarczająco szerokie, aby można było włożyć do samochodu wózek inwalidzki.

Dla przebadanych przez nas mieszkańców Saanich problemem okazuje się brak miejsc parkingowych przeznaczonych dla osób niepełnosprawnych, a w Melbourne znalezienie miejsca do parkowania w pobliżu budynków. Innym problemem wymienionym w badaniu w tym kontekście jest zajmowanie miejsc parkingowych przeznaczonych dla osób niepełnosprawnych przez zdrowych kierowców.

Część miejsc parkingowych zarządcy przeznaczają osobom niepełnosprawnym, ale kierowcy całkowicie ignorują ten fakt.

Osoba starsza, Londyn

TRANSPORT PRZYJAZNY STARZENIU

LISTA KONTROLNA

DOSTĘPNOŚĆ:

transport publiczny jest przystępny cenowo dla wszystkich starszych osób;

pobierane są spójne i jasno komunikowane opłaty transportowe.

NIEZAWODNOŚĆ I CZĘSTOTLIWOŚĆ:

transport publiczny jest niezawodny i częsty (włącznie z nocnymi i weekendowymi kursami).

CELE PODRÓŻY:

transport publiczny umożliwia starszym osobom dojazd do kluczowych dla nich miejsc – centrów aktywności, szpitali, przychodni, parków, centrów handlowych, banków;

wszystkie części miasta (łącznie z obrzeżami) są pokryte i dobrze połączone adekwatną siecią linii transportu, w której wpisane są też linie łączące miasto sąsiedzkie;

linie różnych środków transportu są ze sobą dobrze i wygodnie połączone.

POJAZDY PRZYJAZNE STARZENIU:

pojazdy są łatwo dostępne, wyposażone w obniżane podłogi, niskie schody oraz wysokie i szerokie siedzenia;

pojazdy są dobrze utrzymane i czyste;

pojazdy są dobrze oznakowane, mają dobrze wyeksponowany numer linii i cel podróży.

WYSPECJALIZOWANE USŁUGI:

funkcjonuje wystarczająca liczba środków transportu dostępnych osobom niepełnosprawnym.

MIEJSCA Z PIERWSZEŃSTWEM DLA OSÓB STARSZYCH:

w pojazdach zapewnione są miejsca z pierwszeństwem dla osób starszych, a pierwszeństwo to jest uznawane przez pozostałych pasażerów.

KIEROWCY:

są uprzejmi, przestrzegają przepisów ruchu drogowego, zatrzymują się na wyznaczonych przystankach, przed odjazdem czekają, aż pasażerowie zdążą usiąść i zatrzymują się wzdłuż krawężnika, by ułatwić wsiadanie i wysiadanie osobom starszym.

BEZPIECZEŃSTWO I WYGODA:

transport publiczny jest wolny od przestępczości i niezatłoczony.

PRYZSTANKI I STACJE:

wyznaczone przystanki znajdują się blisko miejsc zamieszkania osób starszych i są wyposażone w czyste, bezpieczne i dobrze oświetlone wiaty chroniące przed złymi warunkami pogodowymi;

stacje są łatwo dostępne i wyposażone w podjazdy, ruchome schody, windy, odpowiednie perony, toalety publiczne i posiadają dobrze rozmieszczone, czytelne oznakowania;

przystanki i stacje są łatwo dostępne i dogodnie rozmieszczone;

obsługa stacji jest uprzejma i pomocna.

INFORMACJA:

starszym ludziom udostępniane są informacje o korzystaniu z transportu publicznego i o zakresie możliwości związanych z transportem publicznym;

rozkłady jazdy są czytelne i łatwo dostępne;

rozkłady jazdy posiadają wyraźne oznaczenia tras pojazdów dostępnych niepełnosprawnym.

TRANSPORT SPOŁECZNY:

niezależne usługi transportu społecznego są dostępne dla starszych osób dzięki kierowcom wolontariuszom i wahadłowym kursom umożliwiającym starszym dotarcie na konkretne wydarzenia.

TAKSÓWKI:

nie są drogie i funkcjonują zniżki lub dotowane stawki przejazdowe dla osób starszych z niskimi dochodami;

są wygodne, łatwo dostępne, z miejscem dla wózków i/lub chodzików;

taksówkarze są uprzejmi i pomocni.

DROGI:

są dobrze utrzymane, szerokie i dobrze oświetlone, wyposażone w odpowiednio zaprojektowane i rozmieszczone rozwiązania uspokajające ruch, znaki drogowe i światła na dobrze oznaczonych skrzyżowaniach oraz kryte kanały ściekowe; mają spójny, dobrze widoczny, właściwie rozmieszczony system oznakowania;

ruch drogowy jest dobrze regulowany;

drogi są wolne od przeszkód, które mogą blokować widoczność kierowcom;

zasady korzystania z dróg są ściśle egzekwowane, a kierowcy nauczeni ich przestrzegania.

KOMPETENCJE KIEROWCÓW:

zapewnione i promowane są kursy jazdy doszkalające, na których kierowcy mogą odświeżyć umiejętności.

PARKOWANIE:

dostępne są niedrogie parkingi;

zatonki parkingowe z pierwszeństwem dla osób starszych są umieszczane blisko budynków i przystanków;

zatonki parkingowe z pierwszeństwem dla niepełnosprawnych są umieszczane blisko budynków i przystanków, a ich użytkowanie jest monitorowane;

zatonki do wsiadania i wysiadania dla osób starszych i niepełnosprawnych są umieszczane blisko budynków i przystanków.

CZĘŚĆ 7.

MIESZKALNICTWO

OGÓLNE WNIOSKI

Dobre mieszkanie to podstawa bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia. Nie dziwi więc fakt, że we wszystkich rejonach świata osoby biorące udział w badaniu Światowej Organizacji Zdrowia miały wiele do powiedzenia na temat spraw związanych z miejscem zamieszkania – jego strukturą, projektowaniem, lokalizowaniem i wyborem. Istnieje wyraźny związek pomiędzy posiadaniem odpowiedniego mieszkania i dostępem do usług a podnoszeniem poziomu niezależności i jakości życia osób starszych. Na całym świecie cenione są w związku z tym polityka mieszkaniowa i wsparcie pozwalające ludziom bezpiecznie i komfortowo starzeć się we własnej społeczności.

1. PRZYSTĘPNOŚĆ

We wszystkich miastach biorących udział w naszym projekcie badani stwierdzili, że koszty związane z miejscem zamieszkania są głównym czynnikiem wpływającym na lokalizację i jakość życia osób starszych. W niektórych ośrodkach ceny oceniane są jako przystępne – czynszów też – podczas gdy w innych opłaty za mieszkania oraz domy są wysokie i utrudniają osobom starszym przeprowadzenie się do miejsc lepiej spełniających ich potrzeby.

Dostaję emeryturę, ale jak mam przeżyć za tak małą sumę? Przychodzi do mnie i odchodzi w kilka sekund.

Osoba starsza, Stambuł

Niektóre osoby starsze mieszkają w za dużych lokalach, ale w licznych ośrodkach, np. w Genewie, nie mają możliwości przeprowadzenia się na emeryturze. Podobna sytuacja jest w Tujmazach, w których koszty związane ze zmianą miejsca zamieszkania są zbyt wysokie, nieosiągalne dla emerytów. W Londynie i innych miastach uważa się przy tym, że to właśnie darmowe i niskokosztowe mieszkalnictwo komunalne jest najbardziej przyjazne starzeniu. W Portage la Prairie podkreślono także potrzebę większego dostępu do informacji na temat dofinansowywanych mieszkań i domów. Z kolei w miastach takich jak Islamabad ogromną barierę stanowi generalny brak lokali tego typu.

Mieszkam w szeregowcu komunalnym, bez czynszu – to wspaniałe.

Osoba starsza, Londyn

Starsi mieszkańcy miast na wszystkich etapach rozwoju powinni mieć dostęp do niedrogiego mieszkalnictwa. W Ammanie zaproponowano w związku z tym obniżenie podatków od mieszkań i domów przeznaczonych dla osób starszych, a w Himeji dofinansowanie mieszkalnictwa komunalnego i prywatnego.

2. NIEZBĘDNE USŁUGI

W kilku badanych przez nas miastach niezbędne usługi zostały ocenione jako nieodpowiednie i drogie. W Islamabadzie w domach położonych w biedniejszych dzielnicach nie ma prądu, gazu i wody. Mieszkańcy Moskwy uważają, że usługi użyteczności publicznej są drogie. Seniorów z Dundalk i Stambułu martwią natomiast wysokie koszty ogrzewania – twierdzą, że powinno być ono dofinansowywane z budżetu państwa, a na Jamajce niezamożne osoby starsze mają trudności z opłaceniem podstawowych kosztów utrzymania i proponują ich obniżenie.

Opłata za wodę to w moim przypadku tysiąc dolarów. Nie stać mnie na to, więc nie używam prysznica i czasem mam wodę odciętą.

Osoba starsza, Jamajka

Biorący udział w badaniu mieszkańcy Rio de Janeiro doceniają natomiast zmiany, które zostały wprowadzone w usługach wodociągowych, sanitarnych i elektrycznych. Jednocześnie w Stambule seniorzy chwalą dobry dostęp do wody.

3. PROJEKTOWANIE

Na możliwość wygodnego życia osób starszych wyraźny wpływ mają kwestie związane z projektowaniem mieszkań i domów. Osoby starsze powinny mieszkać w miejscach zbudowanych z odpowiednich materiałów, posiadających solidną konstrukcję, równe powierzchnie, windy w budynkach wielopiętrowych, odpowiednio wyposażone kuchnie i łazienki, miejsce na zapasy oraz korytarze i drzwi przystosowane do wózków inwalidzkich. Lokale powinny być odpowiednio przestronne i umożliwiać swobodne poruszanie się, przeciwdziałając niekorzystnym warunkom atmosferycznym dzięki adekwatnemu wyposażeniu.

Badani w kilku miastach wspominali także o problemach z konstrukcją budynków mieszkalnych. Mieszkańcy Meksyku zauważyli potrzebę sprawdzania w nowych inwestycjach, czy jest ona solidna. Brak środków finansowych prowadzi do gorszej jakości konstrukcji i gorszego stanu utrzymania budynków mieszkalnych także w Stambule. W Nairobi problem stanowi brak dostępu do materiałów budowlanych, w Islamabadzie zaś niektóre realizacje nie są odporne na trzęsienia ziemi.

Jako poważna bariera wymienianych jest również kilka innych kwestii związanych z konstrukcją budynków. W Dundalk problemy rodzi rozkład pomieszczeń utrudniający seniorom poruszanie się. W La Placie są to schody oraz nierówna powierzchnia podłóg. W Moskwie zauważono potrzebę wprowadzania wyposażenia łazienek i toalet odpowiadającego potrzebom seniorów, a w New Delhi – lepszego rozplanowania

kuchni. W Meksyku wspomniano o potrzebie instalowania poręczy i schodów ruchomych w budynkach wielopoziomowych, natomiast w Tokio zaznaczono, że korytarze i przejścia powinny być odpowiednio szerokie, tak by mieścił się w nich wózek inwalidzki.

Badani w kilku miastach stwierdzili przy tym, że znane im miejsca zamieszkania nie są wyposażone adekwatnie do panujących warunków atmosferycznych. W Cancún potrzebne są więc np. klimatyzatory, a w niektórych dzielnicach Melville projekt dachu w nowych budynkach sprawia, że w mieszkaniach robi się zbyt gorąco.

W wielu ośrodkach docenia się jednocześnie kroki podjęte w celu ulepszenia projektu budynków mieszkalnych, by mogły w nich komfortowo mieszkać osoby starsze. W Halifaksie niektóre bloki już teraz są przyjazne starzeniu i posiadają podjazdy, windy, parkingi, sale gimnastyczne oraz szerokie drzwi, a w Meksyku regulacje zobowiązują do tego, by jeden procent wszystkich budynków mieszkalnych był w ten sposób dostosowany do potrzeb seniorów.

Mieszkańcy często mają jednak poczucie, że należy robić więcej, aby mieć pewność, że mieszkalnictwo w miastach odpowiada potrzebom seniorów. W Himeji należy budować więcej budynków przyjaznych starzeniu, a w Melbourne trzeba zachęcać architektów i deweloperów do budowania odpowiednich mieszkań. Seniorzy i ich opiekunowie z New Delhi proponują nawet wprowadzenie ustaw regulujących dostosowywanie budynków mieszkalnych do potrzeb osób starszych. W Saanich natomiast plany budynków

obejmują też realizowane lub możliwe do wprowadzenia udogodnienia, takie jak umieszczanie włączników światła nisko, stosowanie pryszniców w miejsce wanien, a także klatki schodowe, w których można montować krzeselka schodowe.

4. MODYFIKACJE

Na jakość i poziom wygody życia osób starszych wpływa też możliwość modyfikowania własnego domu lub mieszkania. Opiekunowie seniorów z Dundalk cenią sobie fakt, że w ich domach zainstalowano krzeselka schodowe, a mieszkania przeznaczone dla osób starszych w Mayaguez posiadają liczne tego typu niezbędne ulepszenia. W kilku miastach, takich jak Himeji i Dundalk, wprowadzono też dofinansowanie do modyfikacji lokali.

Badani wskazują także na różne inne problemy związane z modyfikacjami mieszkań i domów. W Halifaksie są one drogie i trudne w instalacji. W Himeji i New Delhi wspomniano o ograniczeniach związanych z modyfikacjami lokali w budynkach komunalnych. W Portland natomiast wynajmowane mieszkanie lub dom, w którym wprowadzono modyfikacje, muszą zostać doprowadzone do stanu sprzed najmu, co stanowi nie lada wyzwanie. W Melbourne zwrócono z kolei uwagę na fakt, że nie używa się odpowiedniego wyposażenia, bo nie pasuje ono do mieszkań, a opiekunowie osób starszych nie mają odpowiednich środków na niezbędne renowacje.

Poza potrzebą informowania seniorów o dostępnych metodach modyfikowania miejsc zamieszkania, w wielu miastach badani

podkreślają fakt, że muszą mieć dostęp do odpowiednich sprzętów. Opiekunowie starszych mieszkańców z Tujmazów potrzebują informacji o dostępnych przyrządach i możliwych modyfikacjach oraz łatwo dostępnych rozwiązaniach, z kolei w Udaipur wspomniano o utrudnionym dostępie do poręczy, podjazdów i wyposażenia toalet.

5. UTRZYMANIE

Dla wielu osób starszych znaczną barierę stanowi także brak możliwości utrzymania własnego miejsca zamieszkania w odpowiednim stanie. Seniorzy z Cancún stwierdzili, że z uwagi na koszty nie są w stanie dokonywać koniecznych napraw. W Melbourne martwią koszty utrzymania, zaproponowano więc, aby władze lokalne zapewniły pulę drobnych usług remontowych dostępnych za niewielką opłatą. W Rio de Janeiro barierę stanowią wysokie koszty remontów w blokach, choć badani podkreślają, że jest możliwe podnajmowanie pomieszczeń w lokalach celem obniżenia kosztów utrzymania.

W Dundalk osoby starsze doceniają natomiast dopłaty do napraw domowych, ale narzekają na trudności w znalezieniu osób wykonujących takie usługi.

*Poszedł sobie w połowie roboty
i wrócił dopiero po kilku miesiącach,
żeby dokończyć.*

Osoba starsza, Dundalk

Starsi mieszkańcy Melville niechętnie wpuszczają do domu obcych, którzy mają dokonać napraw. Zaproponowano więc sporządzenie wykazu godnych zaufania firm remontowych przygotowanych na obsługę osób starszych. System selekcji przedsiębiorstw i innych dostawców tego typu usług dobrze ocenili opiekunowie seniorów w Portland.

Wielu badanych wskazuje na problemy związane z utrzymaniem komunalnych i wynajmowanych miejsc zamieszkania. Mieszkańców Londynu martwi długie oczekiwanie na naprawy, a w Trypolisie osoby starsze twierdzą, że właściciele wynajmowanych nieruchomości celowo nie wykonują prac konserwacyjnych, by seniorzy się z nich wyprowadzili. W Delhi zaniedbane są natomiast przestrzenie wspólne, takie jak klatki schodowe – często są brudne i nieoświetlone.

Niektórzy seniorzy podkreślają także, że osoby zatrudnione w budynkach wielorodzinnych na stanowisku konsjerżki czy dozorki pełnią ważną rolę w zapewnianiu dobrego samopoczucia starszym mieszkańcom. Seniorzy w Genewie opowiadają np., jak bardzo konsjerżki pomagają w dbaniu o mieszkanie i utrzymywaniu kontaktów między mieszkańcami.

6. DOSTĘP DO USŁUG

Ważną kwestią jest też zapewnienie seniorom dostępu do usług w ich własnych miejscach zamieszkania. W Udine stwierdzono, że osoby starsze nie biorą pod uwagę przeprowadzki. Opiekunowie seniorów z Tujmazów podkreślają, że starsi mieszkańcy są przywiązani

do swoich domów i nie chcą zmieniać miejsca zamieszkania. W Saanich stwierdzono także, że pomoc oferowana w miejscu zamieszkania jest lepsza niż przeprowadzenie się w inne miejsce.

W kilku miastach wyraźnie na niekorzyść działają jednak problemy z dostępem do usług w miejscu zamieszkania, np. ich zaporowe ceny. W Zagłębiu Ruhry brakuje dostawców usług sprzątania i pielęgnacji ogrodu, a funkcjonujący na rynku są bardzo drodzy. Z podobnym kłopotem mierzą się starsi mieszkańcy Saanich.

Wśród cech przyjaznych starzeniu wymienia się również bliskie położenie usług, zwłaszcza w miastach rozwiniętych, takich jak Melville, Portage La Prairie czy Tokio. Starsi mieszkańcy San José cenią sobie bliskość usług publicznych, handlowych i religijnych. W wielu miastach, na przykład w Nairobi, Udaipur czy Udine, ogromnym problemem jest jednak właśnie oddalenie tego typu punktów od miejsca zamieszkania.

Niepokój budzi też brak możliwości właściwego dbania o siebie oraz niewychodzenie z domu seniorów. W Meksyku wspomniano o potrzebie edukowania starszych osób o ryzyku związanym z pozostawaniem w dotychczasowym miejscu zamieszkania, z kolei w Saanich z myślą o starszych mieszkańcach planuje się publikację wykazu usług wykonywanych właśnie w ich okolicach.

7. WIĘZI SPOŁECZNE I RODZINNE

Na ocenę miasta jako przyjaznego starzeniu pozytywnie wpływa także znajome otoczenie, w którym osoby starsze mają poczucie

przynależenia do społeczności lokalnej, dlatego też seniorzy niechętnie się przeprowadzają. W Udine starsi mieszkańcy mówią o „psychicznym bezpieczeństwie”, które odczuwają we własnym środowisku, a w Trypolisie podkreślają, jak ważni są dla nich ich sąsiedzi. W Dundalk zauważa się też potrzebę budowania nowych domów przeznaczonych dla osób starszych blisko ich dotychczasowego miejsca życia, aby możliwe było zachowanie istniejących więzi rodzinnych i społecznych. U mieszkańców Himeji wyraźny niepokój budzi z kolei fakt, że seniorzy zmieniający miejsce zamieszkania tracą kontakt z lokalną społecznością.

Zmiany wprowadzane w miastach mają duży wpływ na poczucie znajomości społeczności lokalnej. W Tokio budowa wieżowców skutkuje brakiem osobistych kontaktów między mieszkającymi w nich sąsiadami, co jest postrzegane przez badanych jako poważna przeszkoda dla dobrego starzenia. W Sherbrooke osoby starsze wskazują na brak przestrzeni przeznaczonych do interakcji międzypokoleniowych, podobnie sytuację oceniają seniorzy w Genewie - problemem mieszkańców bloków jest brak kontaktów z młodymi ludźmi. Opiekunów osób starszych z Udaipur martwi z kolei fakt, że z uwagi na brak werand w nowych budynkach nie ma miejsca na integrację lokalnych społeczności. W Dundalk zauważono, że budynki powinny być planowane z myślą o zapewnieniu miejsca na integrację społeczną. Zaproponowano więc, aby wyposażone były one w okna wychodzące na tereny publiczne, by zmniejszyć poczucie izolacji.

8. MOŻLIWOŚCI MIESZKANIOWE

Ważną cechą miasta przyjaznego starzeniu jest jednocześnie zapewnienie dostępu do różnych rozwiązań mieszkaniowych, w zależności od zmieniających się potrzeb osób starszych. W niektórych miastach istnieje kilka takich opcji – w Melville np. seniorzy mogą przeprowadzić się do mniejszego mieszkania lub domu, domu spokojnej starości i domu opieki. W wielu miastach wyraźnie podkreślana jest jednak potrzeba zapewnienia większej liczby możliwości mieszkaniowych. W Halifaksie niektóre starsze osoby martwią trudności ze znalezieniem miejsca zamieszkania w okolicy, w której mieszkały dotychczas, oraz brak wiedzy na temat dostępnych w niej opcji mieszkaniowych. W wybranych miastach funkcjonują jednak odpowiednie miejsca przeznaczone do zamieszkania przez osoby starsze. Domy spokojnej starości w Melville zapewniają np. dostęp do wielu usług, obiektów i aktywności.

Mamy tu zapewnionych wiele aktywności społecznych, można się czymś cały czas zajmować, lub zamknąć drzwi i nie brać w niczym udziału. Każdy dokonuje wyboru sam.

Osoba starsza, Melville

W wielu miastach brakuje takich lokalizacji. Ponadto, jak zaznaczono w Halifaksie i Himeji, czas oczekiwania na miejsce w ośrodku tego typu może być bardzo długi. Domy spokojnej starości powinny być także niedrogie i przyjazne starzeniu. Seniorów nie

tylko w Saanich martwią koszty mieszkania w takich miejscach. W kilku miastach jasno zaznaczono także, że miejsca zamieszkania dedykowane osobom starszym powinny być częścią lokalnej społeczności. W Melville zaproponowano, aby małe skupiska domów spokojnej starości z niewielkimi ogrodami były rozmieszczone na terenie całego miasta, tak aby seniorzy nie żyli w izolacji od lokalnej społeczności, w tym szczególnie od własnych dzieci. W Portland podkreślono potrzebę wznoszenia zabudowań wielopokoleniowych. W Zagłębiu Ruhry oraz w Sherbrooke wyrażono także niepokój związany z faktem, że wielkie domy spokojnej starości zamieniają się w getta dla osób starszych.

9. ŚRODOWISKO ŻYCIA

Osoby starsze muszą mieć wystarczająco dużo przestrzeni i prywatności w miejscu zamieszkania. W kilku miastach rozwijających się, w tym w Tujmazach, przeszkodę stanowi przeludnienie. W Delhi domy są przeludnione ze względu na wzrost średniej liczby osób w gospodarstwie domowym. W San José przeludnienie jest wynikiem wysokich kosztów budownictwa, zmuszających członków rodziny do wspólnego mieszkania. Osoby starsze nie mają w tych sytuacjach wystarczająco dużo przestrzeni.

Kolejną kwestią jest poczucie bezpieczeństwa w środowisku domowym: w wielu miastach seniorzy nie czują się bezpiecznie i boją się mieszkać sami. W kilku ośrodkach podjęto więc kroki zmierzające do podniesienia poziomu bezpieczeństwa w domach osób starszych. W Dundalk np. w niektórych lokalach zainstalowano monitoring,

a w Genewie zadbano o bezpieczne dojście do bloków. W Saanich osobom starszym zapewnia się darmowe kontrole bezpieczeństwa, a w Szanghaju funkcjonują liczne patrole. Niektóre mieszkania w Himeji posiadają także urządzenia alarmowe.

Z opowieści badanych wyraźnie wybrzmiewa jednak także potrzeba wprowadzania kolejnych rozwiązań zapewniających osobom starszym poczucie bezpieczeństwa w domu.

W Udaipur należy zwiększyć dostęp do informacji na ten temat, a w Saanich zaproponowano instalację alarmów. W niektórych miastach domy seniorów zlokalizowane są ponadto na terenach narażonych na klęski naturalne. W La Placie część z nich znajduje się w okolicach narażonych na powodzie, a w Islamabadzie osoby starsze niepokoi zagrożenie trzęsieniem ziemi.

MIESZKALNICTWO PRZYJAZNE STARZENIU

LISTA KONTROLNA

PRZYSTĘPNOŚĆ:

wszyscy starsi mieszkańcy miasta mają dostęp do mieszkań w przystępnych cenach.

NIEZBĘDNE USŁUGI:

zapewnione są niezbędne usługi, dostępne cenowo dla wszystkich.

PROJEKTOWANIE:

mieszkania są zbudowane z odpowiednich materiałów i dobrze skonstruowane;

zapewniona jest wystarczająca ilość miejsca umożliwiająca osobom starszym swobodne poruszanie się;

miejsca zamieszkania są odpowiednio wyposażone i normalizują złe warunki atmosferyczne (odpowiednia klimatyzacja, ogrzewanie itd.);

miejsca zamieszkania są przystosowane do potrzeb osób starszych, charakteryzują je równe powierzchnie, szerokie przejścia umożliwiające poruszanie się osobom na wózkach inwalidzkich oraz odpowiednio zaprojektowane łazienki, toalety i kuchnie.

MODYFIKACJE:

miejsca zamieszkania są modyfikowane adekwatnie do potrzeb osób starszych;

koszty modyfikacji są dostosowane do możliwości finansowych osób starszych;

sprzęt niezbędny do wykonania modyfikacji jest łatwo dostępny;

zapewnione jest wsparcie finansowe przy dokonywaniu modyfikacji miejsc zamieszkania;

sposoby modyfikacji miejsc zamieszkania związanych z dostosowaniem do potrzeb osób starszych są dobrze znane osobom wykonującym prace remontowe.

UTRZYMANIE:

usługi związane z utrzymaniem mieszkań i domów są finansowo dostępne osobom starszym;

dostawcy usług podejmujący prace związane z utrzymaniem są odpowiednio wykwalifikowani i godni zaufania;

miejsca zamieszkania, wynajmowane lokale i przestrzenie publiczne są dobrze utrzymane.

STARZENIE W MIEJSCU:

miejsca zamieszkania są ulokowane blisko usług i odpowiednich infrastruktur;

zapewnione są niedrogie usługi pozwalające starszym osobom „starzeć się w miejscu”, tj. bez zmiany miejsca zamieszkania;

osoby starsze są odpowiednio informowane o dostępnych usługach pozwalających na starzenie się w miejscu;

INTEGRACJA ZE SPOŁECZNOŚCIĄ:

projekty miejsc zamieszkania wspierają integrację osób starszych ze społecznością lokalną.

MOŻLIWOŚCI MIESZKANIOWE:

osoby starsze, w tym niepełnosprawne, mogą wybierać spośród odpowiednich i niedrogich możliwości uzyskania niezależnych lokali mieszkaniowych w pobliżu ich dotychczasowego miejsca zamieszkania;

osoby starsze są odpowiednio informowane o dostępnych możliwościach mieszkaniowych;

osoby starsze mają zapewniony dostęp do wystarczającej liczby niedrogich miejsc zamieszkania bezpośrednio przeznaczonych dla seniorów w okolicach ich dotychczasowego zamieszkania;

dostępna jest szeroka gama odpowiednich usług, udogodnień i aktywności w okolicach zamieszkiwanych przez osoby starsze;

miejsca zamieszkania osób starszych są zintegrowane z otaczającymi je częściami miasta i społecznościami.

ŚRODOWISKO ŻYCIA:

miejsca zamieszkania nie są przeludnione;

ludzie starsi mają zapewniony komfort w swoim środowisku życia;

miejsca zamieszkania nie są lokowane na terenach zagrożonych klęskami naturalnymi;

ludzie starsi czują się bezpiecznie w swoim środowisku życia;

udziela się wsparcia finansowego dla zapewnienia bezpieczeństwa w miejscach zamieszkania osób starszych.

CZĘŚĆ 8.

PARTYCYPACJA SPOŁECZNA

OGÓLNE WNIOSKI

Na stan zdrowia i dobre samopoczucie przez całe życie silnie wpływają także poziom partycypacji oraz wsparcia społecznego. Uczestniczenie w wydarzeniach społecznych, kulturalnych oraz duchowych z członkami rodziny i społeczności lokalnej pozwalają cieszyć się szacunkiem, a także dobrostanem psychicznym i umożliwiają dalszy rozwój kompetencji oraz wzmacnianie lub tworzenie relacji zapewniających wsparcie oraz opiekę. Aktywność tego typu sprzyja integracji społecznej i podnosi poziom dostępności przydatnych informacji. Nasi badani wyraźnie podkreślają, że możliwość uczestniczenia w zorganizowanym i osobistym życiu społecznym zależy nie tylko od oferty wydarzeń, lecz także od dostępu do informacji o wydarzeniach, możliwości dojazdu do miejsc spotkań oraz innych zapewnionych udogodnień.

Czuję się bardzo dobrze, widząc swoich przyjaciół.

Osoba starsza, Meksyk

Starsi mieszkańcy większości miast biorących udział w naszym przedsięwzięciu uczestniczą w lokalnych wydarzeniach, ale uważają, że powinny być bardziej dostępne. Sugerują również, by oferta aktywności blisko ich miejsca zamieszkania była szersza

i bardziej zróżnicowana. Chcą, by aktywności te sprzyjały integracji ze społecznością lokalną, innymi grupami wiekowymi i przedstawicielami różnych kultur. Największym problemem jest niska dostępność i dostępność wydarzeń, zwłaszcza dla osób niepełnosprawnych, oraz dostęp do informacji o aktywnościach społecznych. Brak wsparcia dostępności wydarzeń, szczególnie w przypadku osób niepełnosprawnych ruchowo, ma ogromne znaczenie dla seniorów ze wszystkich miast, jednak w szczególności tych żyjących w krajach rozwijających się i będących w okresie przejściowym.

1. DOSTĘPNOŚĆ

Wielu uczestników projektu podkreśla także, że wie, jakie wydarzenia i aktywności toczą się w ich społeczności, ale nie może na nie dotrzeć. Wśród barier zarówno w miastach rozwiniętych, jak i rozwijających się dużą rolę odgrywa poczucie bezpieczeństwa, zwłaszcza w godzinach nocnych. Na problem ten wskazują starsi mieszkańcy Halifaxu, La Platy, Londynu, Rio de Janeiro i wielu innych ośrodków. W licznych miastach wydarzenia, które mogłyby przyciągnąć seniorów, odbywają się w dużej odległości od ich miejsc zamieszkania, a dojazd do nich jest trudny. Powszechnym problemem jest także niedostępność budynków dla osób niepełnosprawnych ruchowo oraz brak odpowiedniej infrastruktury, w tym na przykład toalet, miejsc siedzących czy przestrzeni wolnych od dymu

papierosowego. Znaczącą barierę stanowi też selekcja przy wstępie, w tym na przykład wymóg bycia członkiem danej organizacji.

Mają one [starsze osoby niepełnosprawne – przyp. red.] trudności z przystosowaniem z powodu braku odpowiednich dla nich miejsc siedzących, toalet itp. Dla nich rekreacja to zazwyczaj rozmowy telefoniczne z przyjaciółmi lub członkami rodziny albo okazjonalne wizyty.

Opiekun osób starszych, New Delhi

W kilku miastach biorących udział w naszym przedsięwzięciu seniorzy i osoby z nimi związane zauważyli, że podejmowane są liczne działania skierowane do najstarszych mieszkańców. Władze miasta Mayaguez organizują różnorakie aktywności w godzinach odpowiednich dla osób starszych, zapewniają też dojazd do miejsc spotkań. Jeden z seniorów z Genewy potwierdził też, że w mieście zapewnione są odpowiednie udogodnienia dla osób niedosłyszających, a w Melbourne i Melville podkreślono, że mieszkańcy mogą korzystać z transportu społecznego. W Portland aktywności są organizowane w dogodnych lokalizacjach, a w Trypolisie wydarzenia toczą się w odpowiednich godzinach. Uczestnicy badania z Dundalk twierdzą natomiast, że seniorom byłoby łatwiej brać udział w aktywnościach społecznych, gdyby mieli możliwość przyprowadzenia na nie osoby towarzyszącej.

2. NIEDROGIE AKTYWNOŚCI

Uczestnictwo seniorów w życiu społecznym i kulturalnym ułatwiają darmowy wstęp lub niskie, dostosowane do ich możliwości opłaty. Koszty stanowią powszechnie wymienianą barierę uczestnictwa, zwłaszcza w krajach rozwijających się oraz tych w stanie przejściowym. W niektórych regionach jedynie osoby z odpowiednimi dochodami mają dostęp do zróżnicowanej oferty zajęć, tylko bogaci seniorzy mogą więc pozwolić sobie na rekreację i wypoczynek. Uczestnicy badania z Islamabadu zaznaczają jednak, że uczestniczenie w aktywnościach nie jest drogie, podobnie jest w Rio de Janeiro, w którym osoby starsze mogą spędzać wolny czas na wiele sposobów dzięki niskim opłatom za uczestnictwo w wydarzeniach różnego typu, czy w Meksyku, gdzie darmowe lub tanie wydarzenia kulturalne też są często spotykane. W Dundalk, Genewie i Londynie podkreślono także, że ze względu na wysokie koszty ubezpieczenia organizacje *non-profit* mają obowiązek pobierania opłat za organizowane formy aktywności, choć wiedzą, że fakt ten może wpłynąć na liczbę uczestników.

3. ZAKRES MOŻLIWOŚCI

Dostęp do zróżnicowanych form działań wzbudzających zainteresowanie osób starszych sprzyja uczestnictwu seniorów w życiu społecznym i kulturalnym. W wielu miastach tworzy się jednak tego typu ofertę głównie w centrum miasta. Słabsi i niepełnosprawni mieszkańcy mają więc dostęp do mniejszej liczby zajęć. Czasem z uwagi na sztywny i ograniczony plan wydarzeń osoby starsze muszą dokonać wyboru między własnymi

potrzebami, takimi jak codzienna popołudniowa drzemka, a uczestnictwem w aktywnościach grupowych. Wyzwaniem są dla nich także lokalizacje, w których wydarzenia te mają miejsce – nie zawsze im odpowiadają ze względu na wysoki poziom hałasu lub programy nastawione na potrzeby młodszych mieszkańców. Poziom uczestnictwa seniorów w życiu społecznym i kulturalnym może więc także podnieść szeroka oferta wydarzeń przeznaczonych dla konkretnych grup odbiorców i tych sprofilowanych dla wybranych uczestników. Gama ta może również zawierać wydarzenia takie jak w Himeji, których docelową grupę stanowią osoby powyżej 80. roku życia. Na Jamajce osoby starsze podkreślają także wartość wydarzeń sportowych, podczas których osoby starsze mogą współzawodniczyć na różnych poziomach zaawansowania. W Portage La Prairie do wzięcia udziału w wydarzeniach zachęcają z kolei wspólne posiłki i możliwość nawiązania kontaktów społecznych. Łatwym i niedrogim sposobem na podniesienie poziomu partycypacji społecznej seniorów są także aktywności na świeżym powietrzu, takie jak spacer po ogrodzie organizowane w Nairobi czy wspólne przechadzki w słoneczne dni w Moskwie.

Uczestnicy badania z Udine opowiadają, że w ich mieście osobom starszym udostępnia się budynki, w których mogą działać teatry, kluby czy uniwersytety trzeciego wieku. W Tujmazach prężnie funkcjonuje klub szachowy, stowarzyszenie organizujące rekonstrukcje historyczne oraz klub dla osób powyżej 60. roku życia. W Cancún wspomniano natomiast o „klubie złotego

wieku”, zajęciach artystycznych odbywających się w klasztorze, wykładach, grupach muzycznych i tanecznych. Zajęcia różnego typu organizuje się we wszystkich większych miastach w regionach rozwiniętych i większości ośrodków w krajach rozwijających się.

Dla seniorów z licznych miast biorących udział w naszym badaniu ważne jest także uczestniczenie w wydarzeniach religijnych oraz możliwość integracji w społeczności religijnej. Osoby starsze są znane i poważane w swoich lokalnych społecznościach wyznaniowych. Grupy te często są otwarte na nowych członków, co wpływa na wzrost poziomu partycypacji wśród osób objętych ryzykiem izolacji. W Halifaksie dzięki kościołom osoby starsze mogą też np. uczestniczyć w aktywnościach takich jak gry w karty, posiłki grupowe oraz korzystać z pomocy przeznaczonej dla osób potrzebujących i samotnych. Są one także dowożone do kościołów – dzięki możliwości skorzystania z transportu organizowanego przez parafię. W Islamabadzie zauważono natomiast wyższy poziom uczestnictwa w życiu społecznym wśród osób uczęszczających do meczetu więcej niż raz dziennie.

W kościele chcą nas słuchać ze względu na nasze doświadczenia. Szanują nas.

Osoba starsza, Jamajka

W wielu miejscach dla mieszkańców miast bardzo ważne są jednak wydarzenia kulturalne, edukacyjne i spotkania związane

z lokalną tradycją. Dzięki kontynuacji edukacji na uniwersytetach trzeciego wieku czy kursach prowadzonych przez lokalne centra społeczne czy centra seniora osoby starsze mogą nadal być zaangażowane w życie społeczne i poszerzać wiedzę. Okazją do integracji są również wesela i pogrzeby. Seniorzy mieszkający w Islamabadzie potwierdzają, że chętnie uczestniczą w tradycyjnych uroczystościach takich jak wesela.

4. DOSTĘP DO INFORMACJI

Kilku uczestników badania stwierdziło, że aby osoby starsze mogły uczestniczyć w aktywnościach oraz wydarzeniach społecznych i kulturalnych, muszą mieć dostęp do informacji o nich.

Myślę, że wszystko sprowadza się do świadomości – pytania, czy ludzie wiedzą, jakie mają możliwości.

Opiekun osób starszych, Saanich

W Dundalk, co ciekawe, organizacje tworzące ofertę dla seniorów promują ją m.in. poprzez rozsyłanie informacji do osób dopiero zamierzających przejść na emeryturę. O możliwości korzystania z oferty zorganizowanego życia społecznego seniorzy dowiadują się też często dzięki poczcie pantoflowej podczas nabożeństw i innych regularnie odbywających się wydarzeń. Z kolei dostawca usług z Szanghaju stwierdza, że gdyby takie wydarzenia były lepiej promowane, uczestniczyłoby w nich więcej osób starszych.

5. ZACHĘCANIE DO UCZESTNICTWA I PRZECIWDZIAŁANIE IZOLACJI

Badani w miastach na całym świecie zaznaczają, że poziom partycypacji społecznej starszych mieszkańców wzrasta, gdy wydarzenia kulturalne są organizowane blisko ich miejsca zamieszkania oraz gdy seniorzy mają duży wybór aktywności. Mieszkańcy La Platy narzekają, że nie we wszystkich dzielnicach istnieją centra społeczne, natomiast w Udaipurze zaproponowano, aby centra społeczne były umieszczone w takich odległościach od miejsca zamieszkania seniorów, które można przemierzyć piechotą. Uczestnicy badania z Dundalk i Szanghaju zalecają z kolei, aby miejsca takie jak szkoły czy centra rekreacji były dostępne dla wszystkich członków społeczności lokalnej, w tym właśnie dla seniorów. Podobną kwestię podniesiono w Islamabadzie – zaproponowano organizowanie bardziej różnorodnych form spędzania wolnego czasu, w rozmaitych miejscach.

Zdecydowane działania zachęcające i motywujące osoby starsze mogą czasem decydować o partycypacji lub izolacji seniorów. Wielu członków grup czy klubów seniora jest bardzo zadowolonych z ich działalności, ale niektórzy mieszkańcy z różnych powodów niechętnie wstępują do klubów czy stowarzyszeń. Awersja ta może być spowodowana faktem, że nie znają nikogo, kto jest ich członkiem, brakiem przekonania o atrakcyjności oferty działań albo poczuciem, że będąc ich członkiem, trzeba związać się z jakimś konkretnym poglądem politycznym.

Osoby starsze niechętnie cokolwiek robią. Kiedy pytaliśmy, czy chcą dołączyć do klubu, wielu pytanych odmówiło.

Opiekun osób starszych, Himeji

Istnieje kilka powodów, dla których osoby odizolowane mają trudności z nawiązaniem kontaktów z innymi. Ich relacje społeczne mogły ucierpieć z powodu śmierci współmałżonka i innych członków rodziny czy grupy przyjaciół. Decydującym powodem może być też pogarszający się stan zdrowia, ograniczający możliwość brania udziału w wydarzeniach grupowych. Na skutek zachodzących zmian społecznych coraz więcej kobiet pracuje, nie mogą więc w ciągu dnia odwiedzać starszych członków rodziny. Rozwiązaniem okazują się zatem próby bezpośredniego dotarcia do odizolowanych seniorów przebywających w domach, umożliwiające im początkowe kontakty społeczne i zachęcanie ich do wzięcia udziału w życiu społecznym. Zarówno w Melbourne, jak i Szanghaju podkreślono, że organizacje społeczne starają się docierać do osób starszych bezpośrednio i zapraszać je do udziału w grupowych aktywnościach.

Myślę, że istnieje wiele możliwości brania udziału w różnych formach aktywności, jeżeli tylko ludzie mają kontakty społeczne i kogoś, kto może im towarzyszyć w konkretnych wydarzeniach. Wyzisolowani i marginalizowani seniorzy wskazują

na potrzebę odbudowywania relacji, sieci społecznych, a także tworzenia nowych.

Opiekun osób starszych, Halifax

Opiekunowie seniorów, sami często będąc osobami starszymi, są przy tym w szczególności narażeni na poczucie izolacji z uwagi na fakt, że ich świat jest skoncentrowany na osobie, którą się opiekują. Uczestnicy badania zaproponowali w związku z tym uruchamianie większej liczby programów oraz możliwości pozwalających starszym osobom niepełnosprawnym utrzymać kontakty towarzyskie poza domem bez konieczności przebywania pod okiem opiekunów. Starszym opiekunom seniorów oraz ich podopiecznym należy pomóc w podtrzymaniu kontaktów społecznych poprzez zapewnienie dostępu do programów opieki dziennej i odpoczynku od codziennych obowiązków.

Niewielu mężczyzn bierze udział w wydarzeniach grupowych: nie mogą się pogodzić ze swoją starością, lub nie czują się swobodnie w towarzystwie tak wielu kobiet.

Osoba starsza, Cancún

W kilku miastach, między innymi w Cancún i Genewie, mówi się także wyraźnie o braku integracji społecznej wśród mężczyzn. W niektórych ośrodkach oferuje się jednak formy aktywności właśnie z myślą o nich. W Melville funkcjonuje np. specjalna świetlica organizująca aktywności dla panów

w różnym wieku. Osoby starsze w Stambule stwierdziły, że miejscem, w którym mężczyźni włączają się w życie społeczne, są meczety. Uczestnicy badania z Meksyku zaproponowali natomiast organizowanie większej liczby zajęć przeznaczonych właśnie dla panów, takich jak warsztaty czy gra w domino lub karty.

Niektóre osoby starsze nie chcą przy tym w ogóle brać udziału w żadnych wydarzeniach grupowych. Mieszkańcy Portland podkreślili, że należy uszanować takie decyzje.

6. INTEGRACJA MIĘDZYPOKOLE- NIOWA, MIĘDZYKULTUROWA I MIĘDZYŚRODOWISKOWA

Seniorzy chcą mieć także możliwość integrowania się z innymi grupami wiekowymi i kulturowymi we własnych społecznościach oraz grupach rodzinnych podczas wydarzeń i spotkań różnego typu.

Seniorzy mają poczucie, że mogą brać udział w różnych aktywnościach wraz z osobami w różnym wieku, w zależności od własnej inicjatywy i potrzeb.

La Plata, Argentyna

Seniorzy biorący udział w naszym badaniu ocenili aktywności sprzyjające integracji jako bardziej atrakcyjne niż te przeznaczone jedynie dla osób starszych. Możliwość uczestniczenia w wielopokoleniowych działaniach można zapewnić m.in. przez wspólne korzystanie z przestrzeni i obiektów członków różnych grup wiekowych. Dobry

przykład daje Saanich, w którym centrum osób starszych umieszczono w nieużywanej części budynku szkoły podstawowej, a w Ponce niektóre aktywności dla seniorów są organizowane w szkołach. Aby zachęcić do udziału w organizowanych wydarzeniach osoby w różnym wieku i o różnym poziomie sprawności, warto realizować specjalne programy w centrach społecznych i rekreacyjnych.

Jeśli osoby starsze nie mogą brać udziału w aktywnościach poza domem, ich jedynym źródłem rozrywki i kontaktu ze społecznościami pozostaje telewizja. W niektórych miastach seniorzy narzekają na niewielki wybór programów telewizyjnych spełniających ich oczekiwania, co świadczy o tym, że należy rozszerzyć ofertę tak, aby odpowiadała ona na potrzeby osób w różnym wieku.

Jedną z możliwości jest oglądanie telewizji. Ostatnio nagrywa się jednak programy nieprzeznaczone dla widzów w każdym wieku.

Osoba starsza, Udaipur

W wielu miejscach na świecie seniorzy chcą też brać aktywny udział w życiu rodzinnym. W Ammanie np. osoby starsze stwierdziły, że nie chcą być odizolowane od krewnych. Członkowie rodzin nie zawsze mogą jednak poświęcić wystarczająco dużo uwagi starszym członkom rodziny, zwłaszcza w sytuacji, gdy oczekuje się od nich, że będą zajmować się także wnukami, lub gdy inni członkowie rodziny nie mają czasu na spędzanie czasu ze starszymi.

Integracja międzypokoleniowa służy walce z dyskryminacją ze względu na wiek, która zniechęca osoby starsze do aktywności społecznej lub obniża poziom ich radości z udziału we wspólnych aktywnościach.

Seniorzy podkreślają więc, że należy zwiększać świadomość społeczną związaną z ich doświadczeniami i procesem starzenia się. Uważają, że gdyby osoby w różnym wieku lepiej się nawzajem rozumiały, miałyby więcej cierpliwości i szacunku dla innych.

Integracja międzypokoleniowa wzbogaca także doświadczenia wszystkich grup wiekowych. Osoby starsze przekazują innym tradycje, wiedzę i doświadczenie, a młodsze pokolenia mogą oferować wiedzę o nowych zwyczajach oraz pomóc seniorom w poruszaniu się po gwałtownie zmieniającym się świecie. Osoby starsze w Nairobi biorą udział m.in. w tradycyjnych tańcach, dzięki czemu przekazują wiedzę o nich innym.

Seniorzy są źródłem „żywej tradycji”.

Opiekun osób starszych, Nairobi

Integracji reprezentantów różnych środowisk i kultur oraz grup wiekowych mogą sprzyjać struktura i plany sąsiedztwa. Wiele osiedli mieszkalnych oraz modeli zamieszkiwania w miastach na całym świecie przechodzi obecnie proces zmian. Młodzi mieszkańcy nie zawsze mieszkają w sąsiedztwie innych członków swojej rodziny. Nie zawsze mamy też tych samych sąsiadów przez całe życie.

W wielu miastach rośnie przy tym populacja imigrantów, którzy często posługują się różnymi językami i pochodzą z różnych krajów.

Wioski opustoszały, a ludzie przeprowadzili się do miast. Teraz mieszkańcy wiosek starzeją się w miastach.

Osoba starsza, Stambuł

W Zagłębiu Ruhry ludność napływowa łatwo integruje się z mieszkańcami dzięki ich otwartości i gościnności. Nowi mieszkańcy miast na całym świecie zagrożeni są jednak odizolowaniem, więc nasi badani widzą potrzebę lepszej integracji ich aktywności w celu zachęcenia osób pochodzących z różnych miejsc i kultur.

Chciałbym, aby istniały jakieś sposoby na promowanie międzykulturowych aktywności w przestrzeniach lokalnych o zróżnicowanej strukturze społecznej.

Osoba starsza, Portland

Rozwiązaniem byłoby, gdyby seniorzy przywiązywali wagę do akceptowania towarzystwa nowych mieszkańców. Byłoby też dobrze, gdyby sąsiedzi witali się ze sobą.

Osoba starsza, Tokio

PARTYCYPACJA SPOŁECZNA

LISTA KONTROLNA

PRZYSTĘPNOŚĆ WYDARZEŃ I AKTYWNOŚCI:

lokalizacja wydarzeń społecznych i kulturalnych jest dogodna dla osób starszych.

Dostępny jest elastyczny i cenowo przystępny transport do miejsc wydarzeń;

osoby starsze mają możliwość uczestniczenia w wydarzeniach z przyjaciółmi lub opiekunami;

wydarzenia odbywają się w ciągu dnia, a ich czas trwania jest dogodny dla osób starszych;

wstęp na wydarzenie jest otwarty (na przykład nie ma wymogu członkostwa), a wejście na wydarzenie biletowane odbywa się w ramach szybkiego, jednoetapowego procesu niewymagającego od osób starszych długiego oczekiwania w kolejce.

PRZYSTĘPNOŚĆ:

wydarzenia, aktywności i lokalne atrakcje są przystępne dla uczestników w starszym wieku i nie mają ukrytych dodatkowych kosztów (jak opłata za transport).

organizacje wolontariackie wspiera sektor publiczny i prywatny, co pozwala na utrzymywanie kosztów aktywności ponoszonych przez osoby starsze na minimalnym poziomie.

ZAKRES WYDARZEŃ I AKTYWNOŚCI:

dostępna jest szeroka gama aktywności dostosowana do zróżnicowanych zainteresowań osób starszych;

społeczności lokalne w ramach swoich działań zachęcają do partycypacji ludzi w różnym wieku i o różnym zapleczu kulturowym.

INFRASTRUKTURA I OTOCZENIE:

spotkania skierowane m.in. do osób starszych odbywają się w wielu lokalnych przestrzeniach publicznych, takich jak centra rekreacji, szkoły, biblioteki, centra społeczne w sąsiedztwach, parki i ogrody;

dostępne są udogodnienia umożliwiające udział osobom niepełnosprawnym i tym wymagającym opieki.

PROMOCJA WYDARZEŃ:

informacje o wydarzeniach i aktywnościach są odpowiednio komunikowane osobom starszym (w tym informacje o samym wydarzeniu oraz możliwościach dojazdu).

PRZECIWDZIAŁANIE IZOLACJI:

do osób starszych bezpośrednio wysyłane są osobiste zaproszenia (celem promocji aktywności i zachęcenia do uczestnictwa);

uczestnictwo w wydarzeniach nie wymaga specjalnych umiejętności (łącznie z piśmiennością);

osoba należąca do klubu i nieuczestnicząca już w wydarzeniach pozostaje na klubowej liście mailingowej oraz telefonicznej do momentu, w którym sama wyrazi prośbę o usunięcie jej z listy;

organizatorzy starają się angażować nieaktywnych seniorów do wspólnych działań, na przykład poprzez odwiedzanie ich czy rozmowy telefoniczne.

INTEGRACJA ZE SPOŁECZNOŚCIĄ:

działania społeczności sprzyjają integracji sąsiedzkiej oraz wspólnym i wieloaspektowym aktywnościom ludzi w różnym wieku i o różnych zainteresowaniach;

lokalne miejsca spotkań i aktywności promują znajomości oraz wymianę w społeczności sąsiedzkiej.

CZĘŚĆ 9.

SZACUNEK I INKLUZJA SPOŁECZNA

OGÓLNE WNIOSKI

Osoby starsze doświadczają sprzecznych zachowań i postaw wobec nich. Z jednej strony wielu z nich ma poczucie, że są szanowani i włączani w życie społeczne. Z drugiej strony odnoszą wrażenie, że nie są ważni dla swoich społeczności, rodzin oraz dostawców usług. Sprzeczność tą można interpretować w kontekście zmieniających się norm społecznych i wzorów zachowań, braku kontaktów międzypokoleniowych oraz ogólnej ignorancji wobec procesu starzenia się i osób starszych. Z wywiadów przeprowadzonych w ramach naszego projektu wynika, że na szacunek do osób starszych i ich inkluzję społeczną wpływają nie tylko zmiany społeczne – ważną rolę odgrywają również czynniki kulturowe, płeć, zdrowie i status ekonomiczny. Z poczuciem przynależenia do społeczności ma też silny związek stopień, w jakim seniorzy biorą udział w życiu społecznym, obywatelskim i ekonomicznym miasta.

1. ZACHOWANIA WYRAŻAJĄCE SZACUNEK I JEGO BRAK

Uczestnicy projektu opisują zachowania innych ludzi okazujących szacunek czy uprzejmość, jak również ich brak. Seniorzy są jednak szanowani w miastach biorących udział w badaniu: większość osób starszych i innych uczestników grupach fokusowych na różne sposoby przywołuje szacunek i uprzejmość okazywaną im na co dzień.

Idąc ulicami, widzisz, jak ludzie się do ciebie uśmiechają. Wchodzisz do sklepu i jesteś miło obsługiwany, a dzieci witają cię nawet, jeśli cię nie znają.

Osoba starsza, Melbourne

Na Jamajce i w Ponce osoby starsze są np. obsługiwane w firmach i miejscach publicznych poza kolejnością, a w Islamabadzie i Moskwie ustępuje się im miejsca w autobusach. W niektórych miastach badani wspominają też o usługach przyjaznych starzeniu. W Portage la Prairie karty do głosowania są dostarczane do miejsc zamieszkania obywateli niemogących samodzielnie dotrzeć do lokali wyborczych, a w kościołach zapewnia się zestawy słuchawkowe dla osób niedosłyszących. W Meksyku wspomniano o banku, w którym szkoli się pracowników w zakresie odnoszenia się do osób starszych, a pod koniec każdego miesiąca wyznaczane są godziny obsługi wyłącznie dla takich klientów. W niektórych firmach na Jamajce seniorzy mogą nawet usiąść i poczekać na obsługę przez specjalnie wyznaczonych pracowników, a w Tokio osoby starsze stwierdziły, że są dobrze traktowane przez pracowników firm z uwagi na fakt, że stanowią większość ich klientów. Seniorzy czują się jednak szczególnie szanowani i ważni w klubach seniora. Zaznaczono również, że kiedy sami zwracają się do

innych z szacunkiem i w sposób uprzejmy, często są traktowani przez nich w ten sam sposób.

Uczestnicy badania wspominali także w kilku krajach o przypadkach doświadczenia braku szacunku wobec starszych mieszkańców. Ludzie okazują czasem zniecierpliwienie spowodowane powolnością seniorów, a starsi kierowcy często bywają adresatami nieuprzejmych gestów. W Sherbrooke badani mają poczucie, że są traktowani jak dzieci, a mieszkańcy Ammanu krytykowani są przez osoby w młodszym wieku za ich odmienny styl ubierania i sposób mówienia. Niektórym młodszym mieszkańcom brakuje dobrych manier (Tokio i Udine), część z nich nie ustępuje miejsca w autobusach (Portland), a nawet okazuje słowną lub fizyczną agresję wobec osób starszych (Halifax, New Delhi i San José).

Patrz na ciebie, jakby twoja data przydatności minęła, i nie chcę cię obsługiwać.

Osoba starsza, Melville

W niektórych ośrodkach miejskich pracownicy handlu i usług nie okazują osobom starszym szacunku i nie zwracają uwagi na ich potrzeby. Opiekun z Ammanu zauważył na przykład, że jedzenie serwowane w restauracjach nie jest odpowiednie dla seniorów. W sklepach w Melville bardzo źle obsługuje się starszych mieszkańców, ale pracownicy banków i administracji publicznej w La Placie i Mayaguez zwracają uwagę na potrzeby i skargi seniorów. W San José podano natomiast przykład lekarzy, którzy wypisują

recepty przed planowaną wizytą osoby starszej. Liczne uwagi na temat pracowników usług wymieniono też w miastach takich jak Nairobi, Ponce i Saanich.

Niektóre osoby starsze chodzą od biura do biura i nie mogą uzyskać potrzebnej im informacji dlatego, że nikomu nie starcza czasu i uprzejmości, żeby ich wysłuchać.

Opiekun osób starszych, Mayaguez

Aby uczynić pracowników usług bardziej przyjaznymi starzeniu, zaproponowano szkolenia z zakresu odpowiadania na potrzeby osób starszych.

2. DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA WIEK I IGNORANCJA

W społeczeństwie gloryfikującym młodość nieuprzejme zachowania wobec osób starszych tłumaczy się często powszechnie prezentowanym niekorzystnym wizerunkiem dojrzałego wieku i procesu starzenia się.

Wśród uprzedzeń wobec osób starszych wymieniono beużyteczność, głupotę, skąpstwo i bycie ciężarem dla innych. W krajach rozwiniętych seniorów uznaje się za wymagającą grupę społeczną, pochłaniającą ogromne ilości środków, przy czym chore i niepełnosprawne osoby starsze są postrzegane negatywnie częściej niż osoby zdrowe.

Nawet własne dzieci szanują cię o wiele bardziej, póki cieszysz się zdrowiem i nie jesteś od nikogo uzależniony.

Osoba starsza, Trypolis

Uważa się, że nieuprzejme zachowania i dyskryminacja ze względu na wiek w niektórych miastach wynikają z zaniku dobrych manier. W wielkich i rosnących ośrodkach powodem jest też anonimowość, brak interakcji międzypokoleniowej i ogólny brak wiedzy o procesie starzenia się i osobach starszych. W Melbourne i New Delhi zauważono również rozdźwięk między współczesnymi normami promującymi indywidualizm i oczekiwaniami seniorów.

3. INTEGRACJA MIĘDZYPOKOLE- NIOWA I EDUKACJA

W dzisiejszych czasach istnieje jeden duży problem... dzieci nie mają możliwości spędzania czasu ze starszymi ludźmi... i niesie to okropne skutki.

Osoba starsza, Portland

W niemalże wszystkich miastach biorących udział w projekcie podkreślano ogromną potrzebę wspierania procesów solidarności międzypokoleniowej i organizowania okazji do kontaktów międzypokoleniowych, na przykład poprzez wspólną pracę, udział w międzypokoleniowych wydarzeniach, korzystanie z pomocy osób starszych w edukacji obywatelskiej i historycznej w szkołach oraz w opiece nad dziećmi w przestrzeniach publicznych, a także wolontariat młodych na rzecz starszych. W większości miast mile widziane są wszelkie rozwiązania promujące aktywności międzypokoleniowe. W Genewie osoby starsze stwierdziły nawet, że same powinny

wykonać pierwszy krok w kierunku młodszych pokoleń.

Wyraźnie brakuje jednak wiedzy na temat procesu starzenia się i związanych z nim zmian stylu życia oraz faktów. Edukację w tym zakresie powinno się prowadzić od najmłodszych lat, a potem ją kontynuować we wszystkich grupach wiekowych.

Spotykam się ze stosunkiem do osób starszych, który wymaga zmiany. Myślę, że to jest najważniejszy problem, i nie wiem, jak można uczyć młodszych szacunku do seniorów.

Osoba starsza, Portage la Prairie

Wiele osób uważa, że edukacja społeczna powinna rozpoczynać się w szkole podstawowej, tak aby możliwe było zaszczepienie wartości kulturowych i szacunku do osób starszych już w pierwszych klasach. Zdaniem uczestników badania, wiedza o starzeniu się powinna obejmować również tematy związane z przemianami fizycznych możliwości oraz wynikającymi z nich trudnościami, a także często występujące w tym wieku upośledzenia. Jak stwierdzono na Jamajce, dzięki tego typu wiedzy ludzie byłoby lepiej przygotowani do późnego okresu we własnym życiu. Prawie we wszystkich grupach fokusowych podkreślano jednocześnie, jak ważne jest zaszczepienie szacunku dla osób starszych u przedstawicieli różnych pokoleń. W Udaipurze zaproponowano w związku z tym organizację letnich

obozów poświęconych wartościom społecznym. Proponuje się również, aby wiedza o procesie starzenia była przekazywana poprzez reklamy w mediach. Badani przytaczali tu przykład Melville, w którym nagrano program telewizyjny ukazujący kontakty osoby młodszej ze starszą, a także gazety umieszczającej informacje o zasługach starszych mieszkańców dla lokalnej społeczności. Wspominali również o pokazywaniu atrakcyjnych obrazów starzenia się i o przedstawianiu osób starszych w naturalny, nieprzerysowany sposób.

4. MIEJSCE W SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ

W naszych społeczeństwach nie słucha się głosu osób starszych.

Opiekun, Sherbrooke

Poziom szacunku i stopień inkluzji, którymi cieszą się seniorzy w danej społeczności, zależą od funkcji, jaką w niej pełnią. W kilku miastach, takich jak Moskwa czy Tokio, stwierdzono, że osoby starsze nadal odgrywają rolę przywódcze i mają wpływ na podejmowane decyzje. Częściej jednak, tak jak w Melville, wspomina się o utracie takich obowiązków oraz o ignorowaniu głosu seniorów. Uczestnicy badania w Mayaguez zaznaczyli, że lokalna społeczność nie jest już przyzwyczajona do brania pod uwagę opinii osób starszych oraz że nawet decyzje dotyczące seniorów są teraz podejmowane bez konsultacji z nimi.

Zaangażowanie społeczne osób starszych wpływa na szacunek do nich wśród członków społeczności. Seniorzy często angażują się i pełnią aktywną funkcję w działaniach wolontariackich, dzieje się tak na przykład w Halifaksie czy Melbourne. Ponadto niektóre stanowiska pracy są zarezerwowane dla osób starszych – na przykład stanowiska pracy w supermarketach w Cancún. W Himeji wśród przykładów inkluzji osób starszych wymienia się natomiast program *Ask Older People*. Seniorzy włączają się w jego ramach w zadania, w których mogą się wykazać doświadczeniem, takie jak ogrodnictwo, organizowanie wydarzeń czy spotkania w szkołach podstawowych. W Saanich wspomniano z kolei o przedsięwzięciach, podczas których rozwijane są kontakty osób starszych ze szkołami.

Liczymy na wolontariat seniorów i z całą pewnością bierzemy pod uwagę ich opinie oraz cenimy ich wkład.

Dostawca usług, Saanich

Najstarsi mieszkańcy często są też członkami komitetów i rad stowarzyszeń oraz organizacji, choć w Sherbrooke nadal uważa się, że powinni częściej zasiadać w tego typu organach. Wielu badanych uważa także, że należy ufać doświadczeniu i kompetencji seniorów, które trzeba wykorzystywać w procesach podejmowania decyzji. Jak stwierdzono w Dundalk i Meksyku, zasoby seniorów powinny być cenione przez społeczeństwo.

Dostawcy usług z Portland dodają, że mogą oni być oczami i uszami lokalnej społeczności.

5. POMOC ZE STRONY SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ

To nie jest wielkie miasto, ludzie się znają. I o to chodzi – jeśli ludzie się znają, pomagają sobie nawzajem.

Osoba starsza, Portage la Prairie

Wiele komentarzy badanych dotyczy stopnia, w jakim mieszkańcy miasta są skłonni pomóc osobom starszym – warunkuje on poziom inkluzywności społeczności. Za bardziej przyjazne i inkluzywne uważane są mniejsze społeczności, w których ludzie mieszkają dłużej i znają siebie nawzajem. Stąd też tak dobra ocena tego parametru w Dundalk, Portage la Prairie czy Copacabanie, dzielnicy Rio de Janeiro.

Ludzie zauważają, kiedy kogoś zabraknie na mszy.

Osoba starsza, Dundalk

Z komentarzy w innych, większych miastach, takich jak Stambuł, wynika, że są one „zbyt duże” i bezosobowe. Sąsiedztwom brakuje spójności także w Islamabadzie i Meksyku, a w Londynie zmieniają się one tak szybko, że mieszkańcy nie mają możliwości spotykania się i poznania siebie nawzajem. Istnieją

jednak sposoby na podnoszenie poziomu inkluzji w tego typu społecznościach lokalnych. W niektórych grupach fokusowych (w San José i Tujmazach) zaproponowano promocję organizacji sąsiedzkich – na przykład poprzez wprowadzenie komitetów ulicznych. W Stambule podkreślono z kolei wartość tworzenia miejsc przeznaczonych na spotkania społeczności lokalnej, które funkcjonują już m.in. w La Placie. Na spotkania seniorów wygospodarowano w tym mieście pomieszczenia w ratuszu.

6. MIEJSCE W RODZINIE

W niektórych miastach, takich jak Amman czy Udaipur, jako korzystne ocenia się mieszkanie seniorów z członkami ich rodzin. Zdaniem mieszkańców Trypolisu umożliwia to opiekę, wsparcie i utrzymanie statusu społecznego. W Udaipurze osoby starsze nie tylko są pytane przez swoje rodziny o opinię przy podejmowaniu ważnych decyzji, ale ich rady są też potem wykorzystywane. Niektórzy seniorzy z Cancún stwierdzili, że opuścili swoje rodzinne regiony, by mieszkać razem z dziećmi. Inni członkowie rodziny byli określani jako pomocni i wspierający, choć jednocześnie zaznaczano, że stosunki rodzinne ulegają przemianom. W Stambule i New Delhi podkreślano np., że rodziny są bardziej rozproszone ze względu na fakt, iż dzieci przeprowadzają się, a młodsze pokolenia nie mają zbyt dużo czasu dla starszych członków rodziny. Jak pisano w New Delhi, w wyniku tych przemian osoby starsze są stopniowo odsuwane przez pozostałych członków rodziny na dalszy plan. W Islamabadzie seniorzy opowiadają z kolei,

że starsze kobiety nie zawsze są pytane o zdanie w kwestiach rodzinnych, a w New Delhi dziadkowie zostali zredukowani do roli służących własnych wnuków. Niektóre rodziny w San José wymagają nawet od dziadków, aby podejmowali pracę zarobkową. Dostawcy usług w kilku miastach podkreślili, że ogromnym problemem jest też porzucanie seniorów i znęcanie się nad nimi.

7. WYŁĄCZENIE EKONOMICZNE

W sklepie czuję onieśmienie, bo nie stać mnie na kupno tego, czego potrzebuję.

Osoba starsza, Tujmazy

W niektórych krajach większość osób starszych ma dochody na niskim poziomie, przy czym bieda wyklucza ze społeczeństwa ludzi w każdym wieku. O poczuciu wyłączenia ze społeczeństwa spowodowanego niskimi dochodami opowiada m.in. wielu seniorów z Rosji, w której osoby starsze są w pełni uzależnione od niewysokich zasiłków

wypłacanych przez państwo. Na Jamajce i w Meksyku podkreślano z kolei fakt, że państwo udziela niewielkiego wsparcia finansowego i że do uzyskania prawa do zasiłku trzeba dopełnić zbyt wielu formalności. W Cancún seniorzy mają natomiast poczucie wykluczenia z programów rządowych.

To pierwszy raz, kiedy ktoś pomyślał o potrzebach osób nieposiadających żadnych dochodów [o karcie Si Vale – przyp.red.].

Osoba starsza, Meksyk

W Meksyku bardzo docenia się natomiast wsparcie finansowe dostosowane do warunków finansowych osób starszych. Wyjątkowo przydatna okazuje się karta identyfikacyjna umożliwiająca uzyskanie zniżek lub nawet darmowych usług, jak również karta Si Vale gwarantująca najuboższym dochód w wysokości osiemdziesięciu dolarów miesięcznie.

SZACUNEK I INKLUZJA SPOŁECZNA

PRZYJAZNE STARZENIU

LISTA KONTROLNA

PEŁNE SZACUNKU I INKLUZYWNE USŁUGI:

potrzeby osób starszych są regularnie badane przez przedstawicieli usług publicznych, komercyjnych i wolontariackich, by usługi były im jak najbardziej pomocne;

publiczne i komercyjne sektory dostarczają usługi i produkty dostosowane do preferencji i potrzeb osób starszych;

obsługa jest pomocna i uprzejma, wyszkolona w kontaktach ze starszymi osobami.

PUBLICZNE WIZERUNKI STAROŚCI:

media włączają osoby starsze do dyskursu publicznego, ukazując je pozytywnie i niestereotypowo.

RELACJE MIĘDZYPOKOLENIOWE I RODZINNE:

wydarzenia i aktywności społeczne przyciągają ludzi w każdym wieku, dzięki uwzględnianiu ich potrzeb i preferencji;

ludzie starsi są szczególnie uwzględniani w społecznych aktywnościach skierowanych do rodzin;

regularnie organizowane są wydarzenia łączące pokolenia we wspólnej rozrywce i doświadczeniach.

EDUKACJA PUBLICZNA:

nauka o starzeniu się i osobach starszych jest obecna w programie szkół pierwszego i drugiego stopnia;

osoby starsze regularnie i aktywnie uczestniczą w życiu lokalnych szkół poprzez kontakt z uczniami i nauczycielami;

seniorzy mają możliwość dzielenia się swoją wiedzą i doświadczeniem z innymi pokoleniami.

WŁĄCZENIE W SPOŁECZNOŚĆ LOKALNĄ:

osoby starsze są pełnoprawnymi uczestnikami procesu podejmowania decyzji, które ich dotyczą;

seniorzy traktowani są w społeczności przez pryzmat zarówno swojego przeszłego, jak i obecnego w nią wkładu;

działania społeczności lokalnej nastawione na rozwój więzi sąsiedzkich i lokalnych systemów wsparcia włączają starszych mieszkańców jako kluczowych informatorów, doradców, uczestników i beneficjentów.

WŁĄCZENIE EKONOMICZNE:

ekonomicznie pokrzywdzone osoby starsze mają dostęp do publicznych, wolontariackich oraz prywatnych usług i wydarzeń.

CZĘŚĆ 10.

PARTYCYPACJA OBYWATELSKA I ZATRUDNIENIE

WNIOSKI OGÓLNE

Osoby starsze wnoszą dużo do swoich społeczności po przejściu na emeryturę. Wiele z nich nieodpłatnie pracuje na rzecz swoich rodzin i społeczności, ale w niektórych rejonach świata warunki ekonomiczne zmuszają ich do podjęcia lub kontynuowania odpłatnej pracy długo po przejściu na emeryturę. Społeczność przyjazna starzeniu powinna dawać osobom starszym możliwość dalszej pracy zarobkowej na emeryturze lub pełnienia wolontariatu, jak również udziału w życiu politycznym.

Wielu seniorów chce pracować i rzeczywiście nadal pracuje. Ale nawet pracujące osoby starsze biorące udział w projekcie WHO wyraziły chęć działań wolontariackich na rzecz społeczności lokalnej. W większości miast objętych naszym badaniem seniorzy mają możliwość podjęcia pracy zarobkowej oraz wolontariatu – a przy tym czują, że ich wkład w lokalną rzeczywistość jest szanowany. Chcieliby jednak mieć większe możliwości zatrudnienia i życzyliby sobie, by ich dotychczasowe możliwości pracy zarobkowej oraz wolontariackiej były lepiej dostosowane do ich potrzeb i zainteresowań. Zależy im również na tym, by prowadzono więcej działań zachęcających do partycypacji obywatelskiej i podkreślają przy tym, że poziom udziału w życiu społecznym jest pochodną towarzyszących im zarówno barier fizycznych, jak i stygmatyzacji kulturowej.

1. MOŻLIWOŚCI WOLONTARIATU OSÓB STARSZYCH

Badania naukowe dowodzą, że wolontariat pomaga zachować zdrowie i długowieczność.

Osoba starsza, Halifax

W wielu miastach biorących udział w badaniu osoby starsze biorą udział w aktywnościach wolontariackich i czerpią korzyści z wolontariatu, który podnosi poziom ich poczucia własnej wartości, aktywności, pozwala pozostać przy lepszym stanie zdrowia i rozwijać kontakty społeczne. Na podstawie diagnozy przeprowadzonej w ramach naszego badania wnioskujemy, że w niektórych miastach istnieje dobrze rozwinięta struktura, prężnie działają w nich centra i organizacje wolontariackie. Uczestnicy z większości ośrodków stwierdzili, że mają wiele możliwości podjęcia wolontariatu.

Seniorzy w Ponce lubią mieć poczucie, że są potrzebni dzięki wolontariatowi. W Udine z kolei zaznaczono, że wolontariat daje poczucie satysfakcji i zapobiega izolacji. Starsi mieszkańcy Genewy są członkami klubów i organizacji wolontariackich.

Mimo ogromnego znaczenia wolontariatu, uczestnicy badania wymieniali wiele trudności doświadczanych przez osoby starsze podejmujące próby aktywizacji,

w tym m.in. dostęp do informacji na temat możliwości podjęcia wolontariatu, zwłaszcza odpowiedniego dla seniorów. Badani podkreślili jednocześnie, że chcą mieć więcej możliwości działania i bardziej zróżnicowaną ofertę. Postulują więc m.in. tworzenie centralnych rejestrów wolontariatu. W Melbourne powstał na przykład projekt, w którym za pomocą internetu łączy się wolontariuszy z dostępnymi możliwościami działania, a w Portland istnieje podobna strona, na której umieszczane są wszelkie informacje na temat możliwości podjęcia wolontariatu. Utworzenie centralnej bazy danych lub rejestru wolontariuszy proponują m.in. starsi mieszkańcy Melville oraz Udaipuru, natomiast w New Delhi stwierdzono, że taki rejestr mogłaby prowadzić na przykład organizacja Help Age India.

Osoby starsze mają jednak problemy z transportem do miejsca odbywania wolontariatu i z powrotem. Niektóre wspominają również o fizycznych ograniczeniach wynikających z realizacji powierzonych im zadań. W bardziej rozwiniętych krajach możliwość lub chęć podjęcia się działań wolontariackich hamują brak zwrotu kosztów poniesionych z powodu odbywania wolontariatu (na przykład za benzynę) oraz kwestie związane z odpowiedzialnością cywilną (leżące po stronie organizacji wolontariackich).

Kilku uczestników wspomina także o ogólnym pogorszeniu się sytuacji oraz zmianach w sektorze wolontariatu wpływających na starszych wolontariuszy i ich działania. Odnoszą oni wrażenie, że zanika etyka wolontariatu, przy czym młodszy nie są w stanie zastąpić osób starszych w niektórych formach

aktywności. Jeden z uczestników badania w Halifaksie stwierdził także, że wzrost kosztów ubezpieczenia i zwiększająca się ilość dokumentacji powodują zmniejszanie się liczby wolontariuszy. W Dundalk zaproponowano jednocześnie rezygnację z ubezpieczenia dla starszych wolontariuszy.

Proponowane ulepszenia mają na celu wzmocnienie organizacji wolontariackich, utworzenie korpusu wolontariuszy w starszym wieku oraz zwracanie kosztów ponoszonych przez nich w związku z pracą. Uczestnicy badania w Islamabadzie proponują powołanie korpusu wolontariuszy składającego się z seniorów pracujących na rzecz osób pokrzywdzonych. W Mayaguez podkreśla się konieczność wprowadzenia środków motywacyjnych, a jeden z opiekunów z Meksyku zaproponował (znowu, w innym kontekście), aby wolontariusze otrzymywali zwrot poniesionych kosztów. W Himeji wskazano natomiast na konieczność wsparcia finansowego organizacji wolontariackich. Uczestnicy z Szanghaju uważają przy tym, że seniorów zachęciłyby do aktywności społeczne poparcie i odpowiednia atmosfera wokół tego typu działań. W Tokio zaproponowano także, aby zachęcać osoby starsze do wolontariatu poprzez wysyłanie im bezpośrednich zaproszeń.

2. LEPSZE MOŻLIWOŚCI ZAROBKOWANIA I WIĘKSZA LICZBA OFERT PRACY

Moja mama często mówi, że chce pracować, ale ja wiem, że ona nie dałaby sobie rady. Seniorzy po prostu chcą mieć własne pieniądze.

Opiekun, Jamajka

Musimy pomóc osobom starszym utrzymać zatrudnienie. Praca to dar zdrowia i życia.

Dostawca usług, Trypolis

uczestnicy z wielu miast objętych badaniem twierdzą, że chętnie podejmą pracę i że posiadają odpowiednie doświadczenie oraz kwalifikacje. Seniorzy napotykać jednak różne bariery w poszukiwaniu oraz utrzymaniu zatrudnienia i odrzucają politykę ustanawiania obowiązkowego wieku emerytalnego, różnego w zależności od kraju. W niektórych miejscach po przejściu na emeryturę wszelkie dochody wynikające ze stosunku pracy odlicza się od emerytury i innych świadczeń, co stanowi kolejną barierę dla seniorów chcących kontynuować działalność zarobkową.

W kilku miastach osoby starsze stwierdziły także, że są po prostu zbyt słabe, aby nadal pracować, mają problem z dotarciem do miejsca pracy i z powrotem i że nie czują się bezpiecznie podczas podróży do pracy i w trakcie jej wykonywania. W kilku miastach podkreślono przy tym, że jedyne możliwości pracy dostępne osobom starszym to stanowiska niewdzięczne, niskopłatne lub ogólnie niepożądane. W niektórych rejonach seniorzy pomagają także innym członkom rodziny w opiece nad dziećmi, choć w Meksyku uważa się, że obowiązki te uniemożliwiają im podjęcie właściwej pracy.

W rejonach, w których pomoc ze strony państwa i dochody nie są znaczące, niektórzy starsi mieszkańcy mają poczucie, że muszą

pracować niezależnie od tego, czy tego chcą, czy nie. W wybranych miastach (na przykład w Moskwie, Nairobi, Ponce) uczestnicy badania stwierdzili natomiast, że ogólny poziom bezrobocia i konkurowanie o stanowiska pracy mają ogromny wpływ na możliwość znalezienia przez nich zatrudnienia.

Nie myślę o pracy. Dlaczego? Bo bezrobocie jest wysokie nawet wśród młodych, jak więc mogę chcieć pracować?

Osoba starsza, Stambuł

Pomimo tych barier, w wielu miastach seniorzy pracują. W Trypolisie wymieniono wiele korzyści wynikających z kontynuowania pracy zarobkowej, spośród których podkreślano dochody, zwalczanie poglądu, że osoby starsze nie są samodzielne, oraz utrzymanie kontaktów społecznych. Wielu seniorów, w tym mieszkańcy Himeji, chce pracować i chciałoby mieć większe możliwości pracy zarobkowej. Starsi mieszkańcy Ammanu zaproponowali natomiast, aby czas i doświadczenie osób starszych były wykorzystywane tak długo, jak długo są w stanie pracować, oraz by funkcjonowały programy zachęcające seniorów do tego typu aktywności.

W niektórych miejscach, zwłaszcza w krajach rozwiniętych, promuje się i ceni pracę osób starszych. W kilku ośrodkach objętych naszym badaniem podano przykłady konkretnych firm przyjaznych starzeniu. W Mayaguez dostawcy usług zaznaczyli przy tym, że starsi pracownicy rzadko biorą wolne i że są z reguły punktualni. W Melville z kolei

miejsca pracy często się zmieniają i panuje w nich pozytywne nastawienie do kwestii zatrzymywania starszych pracowników.

Uczestnicy badania mają kilka propozycji w kontekście procesu ulepszania istniejących i tworzenia nowych możliwości zatrudnienia dla osób starszych. Są to między innymi: motywowanie pracodawców do zatrudniania seniorów, rządowe programy zatrudnienia, tworzenie partnerstw publiczno-prywatnych oraz zatrudnianie osób starszych do prac w sektorze publicznym.

W miejscach, w których istnieją regulacje dotyczące obowiązku emerytalnego czy ograniczeń wiekowych w zatrudnieniu, sugerujemy przede wszystkim ich likwidowanie. W Dundalk zaproponowano, aby umożliwić pracę po przekroczeniu wieku emerytalnego, a w Islamabadzie rezygnację z ograniczenia wieku zatrudnienia. Dostawcy usług z Sherbrooke uważają natomiast, że prawo i polityka dotyczące powrotu do pracy po przejściu na emeryturę powinny być bardziej elastyczne. Pewna osoba starsza ze Stambułu zaproponowała także rezygnację z prawa do wcześniejszej emerytury.

W trakcie badania pojawiły się również pomysły na polepszenie warunków pracy i jej poszerzenie zakresu jej rodzajów. W kilku ośrodkach biorących udział w naszym badaniu uczestnicy uważają, że problemem jest m.in. brak informacji i narzędzi pozwalających dopasowywać umiejętności, potrzeby osób starszych oraz pracodawców. Zaproponowano więc ulepszenie sposobu informowania o dostępnych stanowiskach pracy, utworzenie baz danych pozwalających dopasowywać je do umiejętności i możliwości

seniorów oraz stworzenie rejestru umiejętności osób starszych, z którego mogliby korzystać pracodawcy. W Stambule zauważono z kolei, że kobiety pracujące w domu powinny otrzymywać większe wsparcie, a w New Delhi podkreślono rolę uczulania pracodawców na potrzeby seniorów.

3. ELASTYCZNOŚĆ W ZATRUDNIANIU SENIORÓW I WOLONTARIACIE

Nie chcę pracy, w której muszę być co tydzień o 9. Mam dosyć takiego trybu życia.

Osoba starsza, Portland

Elastyczne możliwości płatnej pracy i wolontariatu przytaczane są jako jeden ze sposobów na lepsze dopasowanie ofert do możliwości osób starszych. Seniorzy biorący udział w badaniu pisali m.in. o sztywnych harmonogramach oraz poczuciu, że prace wolontariackie stały się zbyt profesjonalne. Zaproponowano więc, aby oferty pracy odpłatnej i wolontariackiej odpowiadały starszym pracownikom. Wolontariat powinien być bardziej elastyczny i lepiej dopasowany do potrzeb seniorów. W kilku miastach wspomniano także o większej elastyczności pracodawców w zakresie godzin pracy i zatrudnienia sezonowego oraz tymczasowego, jak również udogodnieniach zgodnych z fizycznymi wymogami danej pracy.

Seniorzy mieszkający w Genewie uważają, że oferty wolontariatu powinny być elastyczne i dopasowane do możliwości wolontariuszy i że muszą uwzględniać potrzeby

seniorów, którzy męczą się szybciej niż młodsi pracownicy. Dostawcy usług z Himeji sądzą natomiast, że firmy powinny stwarzać warunki, w których osoby starsze mogą pracować bez problemu i wiele przedsiębiorstw stawia sobie to wyzwanie jako to cel do osiągnięcia w przyszłości.

Badani z Halifaksu zaproponowali natomiast zmniejszenie ilości obowiązków pracujących seniorów oraz wprowadzenie bardziej elastycznych zasad dotyczących zwolnień chorobowych. Uczestnicy badania z Londynu wskazali też na możliwość wprowadzenia małych projektów, które byłyby interesujące dla osób starszych i odpowiadałyby ich umiejętnościom. Seniorzy z Nairobi, Ponce oraz Tujmazów chcieliby mieć dostęp do większej liczby ofert pracy tymczasowej. Tego typu przedsiębiorstwo pręźnie działa w Tokio i jego oferty odpowiadają potrzebom osób starszych. Seniorzy z Tujmazów uważają przy tym, że najbardziej odpowiednie jest dla nich stanowisko doradcy.

4. WSPIERANIE AKTYWNOŚCI OBYWATELSKIEJ

Dane dotyczące poziomu aktywności obywatelskiej w ośrodkach objętych naszą diagnozą różnią się wyraźnie. Seniorzy interesują się działalnością obywatelską i chcą pełnić różne funkcje w jej obszarze. W niektórych miastach głos osób starszych ma istotne znaczenie dzięki radom społecznym i radom seniorów. W wybranych kulturach ceni się ich doświadczenie i wiedzę oraz zwyczajowo powierza się im wysokie stanowiska. Część z nich ma jednak jedynie wartość symboliczną. W Melville istnieją

specjalne grupy lobbystyczne, których członkami są osoby w starszym wieku, a w Mayaguez w organach administracyjnych zasiada proporcjonalnie wielu seniorów. Uczestnicy badania z Trypolisu stwierdzili natomiast, że osoby starsze wchodzi w skład rad powierniczych, zaś w Halifaksie seniorzy włączają się w organizację wyborów.

W znaczącej liczbie miast stwierdzono jednak, że seniorzy mają ograniczone możliwości udziału w działalności obywatelskiej. W kilku ośrodkach wspomniano o barierach logistycznych, takich jak utrudniony dojazd, brak udogodnień fizycznych oraz problemy związane z bezpieczeństwem w czasie dużych wydarzeń obywatelskich.

W celu podniesienia poziomu aktywności obywatelskiej zaproponowano więc między innymi rezerwowanie miejsc siedzących dla osób starszych, pracę nad przystępnością wydarzeń obywatelskich (tzn. zapewnieniem udogodnień fizycznych oraz udostępnianiem sprzętu dla osób słabo słyszających) oraz tworzenie i odbudowę rad społecznych i innych tego typu organów. Uczestnicy badania z Dundalk uważają, że poziom partycypacji podniósłby ich poziom dostępu do informacji o aktywnościach obywatelskich, a w Portland zaproponowano umożliwienie osobom starszym zgłaszania swoich uwag urzędnikom państwowym. Seniorzy w La Placie chcieliby natomiast mieć większe możliwości udziału w działalności politycznej i możliwość pełnienia funkcji związanych z rozwiązywaniem problemów społeczności lokalnej. W Tokio zasugerowano także, że warto powierzać seniorom zadania związane

z rozwiązywaniem problemów właśnie najstarszych mieszkańców, przy czym w Saanich zaproponowano, aby seniorzy brali udział w tworzeniu projektów dotyczących ich grupy wiekowej.

5. SZKOLENIA

W dzisiejszych czasach wolontariat stał się sprawą profesjonalną. Żeby zostać wolontariuszem, trzeba najpierw przejść szkolenie.

Dostawca usług, Londyn

Szkolenia są dla osób starszych zarówno sposobem na podtrzymanie kontaktów zawodowych, jak i uczestniczenie w wolontariacie. W niektórych miastach seniorzy mają poczucie, że brakuje im niezbędnych umiejętności zawodowych (zwłaszcza tych związanych w używaniem nowych technologii), co utrudnia im rywalizację z innymi pracownikami. W kilku miastach stwierdzono także, że osoby starsze chciałyby mieć możliwość uczestniczenia w szkoleniach i przekwalifikowania się (choć mówią o tym zazwyczaj dostawcy usług, a nie sami seniorzy). W New Delhi zaproponowano organizację szkoleń i umożliwienie przekwalifikowania osobom w wieku przedemerytalnym. W Ammanie istnieje z kolei potrzeba organizacji szkoleń na mniej wymagające stanowiska przynoszące jakiegokolwiek dochody. Uczestnicy badania z Tujmazów uważają natomiast, że szkolenie starszych pracowników powinno być skoncentrowane na możliwościach samozatrudnienia i prowadzenia małych firm.

6. MOŻLIWOŚCI ROZWIJANIA PRZEDSIĘBIORCZOŚCI

Niektórzy uczestnicy badania podkreślają potrzebę warunkowania możliwości rozwijania przedsiębiorczości przez osoby starsze jako sposobu na utrzymanie dochodów i stanowiska pracy. Rozwiązaniem mogą być też finansowanie i inne formy wspierania samozatrudnienia. Sugestie te pochodzą zazwyczaj od mieszkańców miast, w których wśród osób starszych panuje niskie zatrudnienie i niski poziom zarobków, jak np. w Cancún, Meksyku, New Delhi, Ponce, Trypolisie, Tujmazach czy Udine. W kilku miastach objętych naszym badaniem seniorzy aktywnie włączają się w różne formy samozatrudnienia, takie jak rękodzieło czy ogrodnictwo. W San José osoby starsze znajdują zatrudnienie jako sprzedawcy uliczni. W Cancún istnieją możliwości handlu rękodziełem, choć starsi mieszkańcy tego miasta twierdzą, że pomocne byłoby wyznaczenie odpowiednich miejsc do tego typu działalności. W Trypolisie zaproponowano z kolei, aby organizacje pozarządowe pomagały seniorom w prowadzeniu małych, domowych firm i podkreśliły, że warto promować rolnictwo jako zajęcie odpowiednie dla seniorów. W Tujmazach stwierdzono także, że dobrą formą pracy dla seniorów jest handel produkcją rolną.

7. DOCENIENIE WKŁADU OSÓB STARSZYCH

Doniesienia o aktach dyskryminacji pracowników ze względu na wiek są bardzo powszechne. niesprawiedliwe traktowanie objawia się na wiele sposobów i różnie

skutkuje – jego konsekwencją jest więc przekrój zjawisk: od poczucia braku szacunku ze strony innych pracowników po odmowę zatrudnienia starszego pracownika. W niektórych miastach ze względów kulturowych niedopuszczalne jest przy tym, aby osoba starsza pracowała po osiągnięciu wieku emerytalnego. Część tych uprzedzeń wynika jednak z postawy samych seniorów, wśród których są i tacy, którzy twierdzą, że pracowali całe życie i nie chcą już tego robić.

Zdarza się też, że są oni traktowani w sposób przejawiający brak szacunku. Niektórzy uczestnicy badania twierdzą przy tym, że trudno jest im pracować dla ludzi młodszych od siebie, zajmować stanowiska pracy niższe od tych zajmowanych przez osoby młodsze lub pracować w miejscu, w którym są traktowani protekcyjnie.

Zróznicowany jest również stopień, w jakim starsi wolontariusze mają poczucie, że ich

wkład jest zauważany i doceniany. W Genewie rozdaje się np. certyfikaty uznania, a w Nairobi dostawcy usług uważają, że doświadczenie i wiarygodność seniorów czynią ich liderami. W Udine natomiast uważa się, że doświadczenie seniorów powinno być bardziej doceniane. Niektórzy uczestnicy badania proponują w związku z tym organizację szkoleń dla pracodawców, które mogłyby uwrażliwić ich na potrzeby i kompetencje osób starszych. W Meksyku badani podkreślają przy tym, że powinno się w większym stopniu doceniać wartość kompetencji starszych pracowników, a skala ich zatrudnienia powinna być większa. Seniorzy z Jamajki proponują z kolei zatrudnianie osób starszych w celu edukowania młodszych mieszkańców miast w zakresie kultury starzenia się, co mogłoby skutkować zarówno podniesieniem poziomu partycypacji seniorów, jak i obniżeniem poziomu dyskryminacji ze względu na wiek.

PARTYCYPACJA OBYWATELSKA

I ZATRUDNIENIE PRZYJAZNE STARZENIU

LISTA KONTROLNA

MOŻLIWOŚCI WOLONTARIATU:

istnieje wiele możliwości uczestnictwa w wolontariacie dla osób starszych;

organizacje wolontariackie są dobrze rozwinięte, posiadają infrastrukturę, programy treningowe i pracowników-wolontariuszy;

umiejętności i zainteresowania wolontariuszy są dopasowane do ich zadań (na przykład dzięki rejestracji czy bazom danych);

wolontariusze są wspierani w swojej pracy, m.in. poprzez zapewnianie im transportu czy zwrotów kosztów parkowania/benzyny.

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA:

istnieje szeroki zakres możliwości pracy dla osób starszych;

polityka postępowania i prawodawstwo przeciwdziałają dyskryminacji ze względu na wiek;

przejście na emeryturę jest wyborem, nie przymusem;

istnieją elastyczne możliwości zatrudnienia dla osób starszych, takie jak praca w niepełnym wymiarze godzin czy praca sezonowa;

istnieją programy zatrudnienia i agencje pracy, których działania skierowane są do starszych pracowników;

organizacje pracownicze (jak związki zawodowe) wspierają elastyczne możliwości pracy, takie jak praca w niepełnym wymiarze godzin czy wolontariat, aby umożliwić osobom starszym partycypację;

pracodawcy są zachęceni do zatrudniania i utrzymywania starszych pracowników.

SZKOLENIA:

dla starszych pracowników organizowane są szkolenia po przejściu na emeryturę;

dostępne są możliwości przekwalifikowania się, takie jak szkolenia z zakresu nowych technologii;

organizacje wolontariackie zapewniają szkolenia dla wolontariuszy.

DOSTĘPNOŚĆ:

możliwości uczestnictwa w wolontariacie czy płatnej pracy są powszechnie znane i promowane;

osobom starszym zapewnia się transport do pracy i z pracy do domu;

miejsca pracy są dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych;

pracownik nie ponosi kosztów pracy wolontariackiej czy płatnej;

wspierane są organizacje (np. poprzez dotację lub redukcję kosztów ubezpieczenia) podejmujące się rekrutacji oraz szkoleń i utrzymywania na rynku starszych pracowników.

PARTYCYPACJA OBYWATELSKA:

osoby starsze zasiadają w komisjach doradczych, zarządach organizacji itp.;

zapewnione są udogodnienia wspierające uczestnictwo osób starszych w spotkaniach i wydarzeniach obywatelskich, takich jak zarezerwowane specjalnie dla nich miejsca siedzące, różnego typu wsparcie uczestników z niepełnosprawnością, udogodnienia dla osób z zaburzeniami słuchu i pomoc w transporcie do miejsca, w którym odbywa się wydarzenie;

polityka działań, plany i programy skierowane do osób starszych angażują je już na poziomie ich powstawania;

osoby starsze są zachęcane do uczestnictwa w życiu obywatelskim.

CENNY WKŁAD:

osoby starsze są doceniane za wkład w działania obywatelskie;

pracodawcy i organizatorzy są wrażliwi na potrzeby osób starszych;

wśród pracodawców promowane są zyski płynące z zatrudniania osób starszych.

PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ:

wspiera się przedsiębiorczość wśród osób starszych i możliwości samozatrudnienia (na przykład poprzez targi żywności czy rzemiosła, kursy dla małego biznesu, mikrofinansowanie dla starszych pracowników);

informacje dotyczące rozwoju małego i opierającego się na pracy w domu biznesu są upowszechniane w formie odpowiadającej potrzebom osób starszych.

PŁACA:

starsi pracownicy są uczciwie opłacani za swoją pracę;

wolontariusze dostają zwrot kosztów, które ponieśli podczas swojej pracy;

zarobki osób starszych nie są odejmowane od emerytur i rent, do których mają prawo.

CZĘŚĆ 11.

KOMUNIKACJA I INFORMACJA

OGÓLNE WNIOSKI

Uczestnicy badania uważają, że podtrzymywanie kontaktów oraz stały dostęp do informacji o wydarzeniach oraz praktycznych wskazówek ułatwiających życie codzienne i zaspokajanie indywidualnych potrzeb są niezbędnym elementem procesu aktywnego starzenia się. Badani z większości miast w krajach rozwiniętych twierdzą, że seniorzy mają dostęp do różnorodnych informacji z mediów ogólnych i specjalistycznych, podczas gdy w krajach rozwijających się największą rolę odgrywają media ogólnodostępne, w tym przede wszystkim telewizja, radio i prasa. Niemalże we wszystkich ośrodkach objętych naszą diagnozą seniorzy przyznawali się jednak do strachu przed brakiem dostępu do informacji i wypadnięciem z głównego nurtu życia społecznego. Szybki rozwój mediów o różnym charakterze i komunikacji jest jednocześnie doceniany oraz krytykowany jako przyczyna wykluczenia społecznego. Niezależnie od ilości dostępnych informacji i możliwości wyboru środków komunikacji, głównym wyzwaniem stojącym przed nami w tym kontekście jest zróżnicowanie kanałów dostępu starszych mieszkańców miast i gmin do użytecznych informacji.

Z wiekiem jest coraz gorzej... takie rzeczy powodują coraz więcej stresu, kiedy nasze umiejętności zanikają...

Osoba starsza, Halifax

1. ROZPOWSZECHNIENIE INFORMACJI

We wszystkich miastach objętych naszą diagnozą jako źródło przydatnych informacji seniorzy wymieniali media lokalne. W krajach rozwijających się i w Rosji osoby starsze zazwyczaj są przyzwyczajone jedynie do korzystania z radia, telewizji i prasy. W krajach rozwiniętych jako źródło wielu informacji ogólnych i specjalistycznych przydatnych osobom starszym wskazywano jednak także inne media, w tym internet. We wszystkich ośrodkach objętych badaniem cenione są przy tym informacje docierające do seniorów w ich codziennym życiu i czynnościach, dzięki kontaktom osobistym, telefonicznym czy dystrybucji w jednej z podstawowych z ich punktu widzenia lokalizacji: centrach społeczności lokalnej, budynkach administracji publicznej, bibliotekach, sklepach, gabinetach lekarskich i przychodniach oraz w biuletynach. Starsi mieszkańcy Stambułu podkreślali, że najlepszym narzędziem kontaktu z nimi jest telefon. Jednocześnie to władze lokalne i organizacje wolontariackie odgrywają ważną rolę w zapewnianiu dostępu do informacji: za przyjazną starzeniu nasi badani uznają systematyczność i skuteczność publicznego dystrybuowania informacji. W Himeji funkcjonuje np. dobrze zorganizowany system przekazywania oficjalnych komunikatów od władz miasta stowarzyszeniom mieszkańców, którzy przekazują je następnie liderom dzielnic, a ci dostarczają wiadomość do każdego gospodarstwa

domowego. W miastach takich jak Trypolis, w których sektor prywatny jeszcze nie jest świadomy istnienia takich możliwości, podkreślano, że to właśnie firmy mogłyby finansować proces tworzenia systemu przekazywania informacji seniorom. Jak wskazywali starsi mieszkańcy Saanich, dystrybucją katalogu lokalnych „usług przyjaznych starzeniu” mogłaby być zainteresowana też na przykład Izba Handlowa.

Niedrogi dostęp do kanałów komunikacyjnych i informacji to kluczowa kwestia w budowaniu środowiska przyjaznego starzeniu. Podstawowym źródłem informacji dla mieszkańców Nairobi jest radio, bo wymaga niewielkich nakładów finansowych. W Udaiपुरze istotnym sposobem na dotarcie do niezamożnych seniorów są z kolei tablice informacyjne. W Tujmazach pracodawcy wykupują natomiast swoim emerytowanym pracownikom prenumeraty gazet, a w Dundalk stacjonarne linie telefoniczne są dofinansowywane dla osób powyżej siedemdziesiątego roku życia. W pozostałych miastach objętych badaniem jako przyjazne starzeniu wymieniono m.in. darmowe publikacje oraz niedrogi lub darmowy dostęp do gazet, komputerów czy internetu w centrach społeczności lokalnych i bibliotekach.

2. ADEKWATNE INFORMACJE W ODPOWIEDNIM CZASIE

Mamy dostęp do dużej ilości informacji, jednak niełatwo jest znaleźć wśród nich to, czego się potrzebuje.

Opiekun, Moskwa

W miastach o różnym stopniu rozwoju, niezależnie od liczby i różnorodności źródeł informacji, problem sprawia seniorom dotarcie do odpowiednich informacji w odpowiednim czasie. W niektórych rozwiniętych ośrodkach, na przykład w Genewie, starsi mieszkańcy z łatwością przegapiają ważne informacje z uwagi na przeładowanie komunikatami. Często spotykaną barierą jest też nieznajomość dostępnych treści i usług oraz brak umiejętności odnalezienia potrzebnych informacji. W rezultacie część seniorów nie otrzymuje należnych im świadczeń, nie korzysta ze skierowanych do nich usług, albo zgłasza się po nie zbyt późno. Starszym mieszkańcom miast rozwiniętych brakuje także wiedzy, która pozwalałaby im radzić sobie z natrętną telesprzedazą, ora umiejętności rozpoznawania oszustów i przekrętów. Seniorzy z miast w krajach rozwijających się częściej spotykają się z kolei z problemem niewystarczającego dostępu do aktualnych informacji w ważnych kwestiach – zdrowotnych, prawnych, dotyczących usług, wydarzeń czy uprawnień do zasiłków. W La Placie zaznaczono także, że ogólnodostępne media nie poruszają tematów ważnych dla seniorów w wyczerpujący sposób.

Podczas dyskusji na temat komunikacji przyjaznej starzeniu liczni badani wskazywali też na potrzebę podawania większej ilości informacji skierowanych do nich w specjalnych gazetach czy stałych rubrykach w ogólnej prasie i w specjalnych programach telewizyjnych oraz radiowych. Podkreślali jednocześnie, że media powinny poszerzać swoje pole zainteresowań o tematy interesujące dla starszych odbiorców. Seniorzy w kilku miastach opowiadali także, że tematów

odpowiadających ich gustom i zainteresowaniom brakuje przede wszystkim w telewizji. Chcieliby, aby informacje były podawane przy pomocy jednego, znanego wszystkim i łatwo dostępnego serwisu. W Portland władze lokalne uruchomiły 24-godzinny serwis telefoniczny, co spotkało się z bardzo dobrym odbiorem. Uczestnicy badania z New Delhi zaproponowali przy tym, aby któraś z szanowanych organizacji wolontariackich działająca na terenie całego kraju, na przykład Help Age India, zbierała dane i prowadziła bazę informacji przydatnych seniorom oraz umożliwiła telefoniczny dostęp do niej. W Islamabadzie zaproponowano natomiast utworzenie sąsiedzkich centrów informacyjnych z prasą i telewizją.

3. CZY KTOŚ MOŻE ZE MNĄ POROZMAWIAĆ?

Osoby starsze dzwonią do programów radiowych o każdej porze.

Dostawca usług, Mayaguez

Niezależnie od stopnia rozwoju miasta, głównym i cenionym sposobem przekazywania informacji osobom starszym jest przekaz ustny, zarówno poprzez nieformalny kontakt z rodziną i przyjaciółmi, jak i przez kluby, stowarzyszenia, spotkania, centra społeczności lokalnej czy ośrodki religijne. W wielu miastach popularne źródło informacji stanowi też radio nadające programy w lokalnych dialektach oraz programy, w trakcie których słuchacze mogą dzwonić do ekspertów i uczestniczyć w dyskusji.

W komunikacji bardzo ważny jest przy tym wymiar międzyludzki. Badani często powtarzali, że najlepszym sposobem na utrzymanie dostępu do aktualnych informacji jest pozostanie aktywnym i zaangażowanym członkiem społeczności. Wyrażali żal, że ze względu na zmiany takie jak stawianie w sąsiedztwie wieżowców, zamykanie lokalnych poczt czy zastępowanie siedzib banków automatami, zanikają możliwości interakcji z innymi ludźmi. Komunikacja ustna jest w szczególności ważna dla seniorów niepiśmiennych i mających problem ze wzrokiem. W krajach rozwijających się procent starszych mieszkańców analfabetytów jest bardzo wysoki, a w rozwiniętych średnio wyższy niż wśród osób młodszych. „Poczta pantoflowa” sprawdza się również ze względu na fakt, że badani ufają osobom przekazującym im informacje i mogą zadać im tyle pytań, ile potrzebują. Seniorzy z całego świata podkreślili, że zainteresowanie ze strony pomocnej, zrozumiałej i niespieszącej się osoby jest dla nich bardzo cenne.

W każdej dzielnicy jest meczet. W języku arabskim wyraz oznaczający meczet jest synonimem miejsca zbliżającego ludzi.

Osoba starsza, Trypolis

Na całym świecie komunikacja przyjazna starzeniu wykorzystuje te nieformalne kanały w celu dotarcia do osób starszych. Skuteczne okazuje się m.in. regularne dostarczanie im użytecznych informacji w miejscach, w których się spotykają,

gromadzą i tworzenie okazji do tego typu przekazywania ich. W Rio de Janeiro zaproponowano także np. wykorzystanie sali wykładowej w centrach zdrowia do prowadzenia wykładów edukacyjnych. Efektywne okazuje się też przekazywanie informacji konkretnym osobom, które dzięki bezpośredniemu kontaktowi dostarczają je seniorom. Starsi mieszkańcy z Jamajki proponują, by „kluczowymi informatorami” byli wolontariusze oraz pracownicy opieki społecznej i służby zdrowia czy pracownicy usług takich jak biura nieruchomości, zakłady fryzjerskie i poczty. Badani w Rio de Janeiro podkreślają jednocześnie potencjalną rolę portierów w budynkach mieszkalnych – znają mieszkańców i są cenionym źródłem informacji i wsparcia.

Zarówno w bogatszych, jak i biedniejszych miastach problem stanowi również dotarcie do osób samotnych – seniorów niemających kontaktu ze światem, mieszkających samotnie, upośledzonych i posiadających niewielkie wsparcie rodziny. Niektórzy badani twierdzili, że mogliby odbierać informacje drogą mailową. Lepszym rozwiązaniem okazuje się jednak osobisty kontakt z zaufanymi wolontariuszami będącymi w kontakcie telefonicznym lub bezpośrednim i z pracownikami opieki społecznej. Zaproponowano również rozpoznanie miejsc publicznych, w których można spotkać osoby zagrożone samotnością. Seniorzy z San José zaproponowali np., aby funkcje centrów przekazywania informacji o usługach przeznaczonych dla osób starszych z problemami zdrowotnymi pełniły m.in. przychodnie.

4. FORMATY I PROJEKTY PRZYJAZNE STARZENIU

Wczoraj przyszedł do mnie list. Okazuje się, że chcą sprawdzić, jakie dostajemy zasiłki... Ale żeby to zrozumieć, trzeba było go przeczytać jakieś cztery razy.

Osoba starsza, Londyn

Na całym świecie największą barierę komunikacyjną stanowi dla osób starszych sposób prezentacji informacji wizualnej i ustnej. Rozmiar czcionki jest zbyt mały przede wszystkim w tekstach drukowanych, ale również na monitorach, np. w telewizji. Etykiety i instrukcje na produktach, zwłaszcza medycznych, są trudne do odszyfrowania. Układ strony jest z punktu widzenia seniorów często zagmatwany, bo na małej powierzchni umieszcza się zbyt dużo informacji. Przekazy ustne są z kolei podawane zbyt szybko, a reklamy w radiu i telewizji sprawiają, że osoby starsze się gubią. Dodatkowo jak się okazuje język w nich używany jest często zbyt skomplikowany i wypełniony niezrozumiałymi dla seniorów terminami. Wyjątkowo niezrozumiałe są też formularze niezbędne do uzyskania zasiłków i usług.

Trzeba pisać prosto, krótko, dużymi literami.

Dostawca usług, Meksyk

W związku z postępującą automatyzacją w sektorze usług według naszych badanych utrudnione są nawet nowe formy płatności.

Ekran i przyciski na telefonach komórkowych i sprzęcie elektronicznym są według nich zbyt małe, a bankomaty i automaty pocztowe, parkingowe oraz inne maszyny tego typu bardzo się między sobą różnią, są słabo oświetlone i mają niejasne instrukcje. Panele są też położone zbyt wysoko dla osób na wózkach inwalidzkich. W Ammanie zaproponowano wprowadzenie systemu kolorystycznego oznaczania klawiszy na telefonach oraz numerów telefonicznych, co ułatwiłoby dostęp do telefonii starszym analfabetom i umożliwiłoby im wykonywanie połączeń do członków rodziny oraz dostawców usług.

Objęci naszą diagnozą seniorzy narzekali przy tym na automatyczne instrukcje udzielane przez serwisy telefoniczne, podkreślając, że podają one zbyt dużo informacji w zbyt szybkim tempie, dostępne opcje są zagniatwane i często nie dopuszczają możliwości rozmowy z człowiekiem.

5. TECHNOLOGIE INFORMATYCZNE: DOBRODZIEJSTWO I UTRAPIENIE

Niektórzy seniorzy doceniają jednak technologie informatyczne za wszechstronność i wygodę (w tym przede wszystkim komputery i internet). Badani z Trypolisu stwierdzili, że internet jest dla nich dobrym medium kontaktu z dziećmi, które mieszkają daleko, na przykład w innym kraju.

Wielu seniorów odczuwa jednak wykluczenie spowodowane brakiem umiejętności obsługi komputera. Potęguje je przejście

na technologie informatyczne w usługach i prowadzeniu dokumentacji. W krajach rozwijających się oraz w Rosji komputery są przy tym dla osób starszych zbyt drogie lub po prostu nie są w ich społeczności łatwo dostępne. W innych krajach komputery są dostępne, jednak technologie są obce seniorom. Obawiają się, że nie będą w stanie nauczyć się ich obsługi. Ważną cechą systemu komunikacji przyjaznej starzeniu jest więc m.in. niedrogi dostęp do komputerów w centrach lokalnej społeczności, klubach seniora, miejscach użyteczności publicznej i bibliotekach. Zaleca się także prowadzenie kursów komputerowych, zwłaszcza przystosowanych do indywidualnych potrzeb i tempa uczenia się, prowadzonych przez zaufane seniorom osoby. W Halifaksie starsi badani wspomnieli przy tym o nauczycielu internetu, którego zawsze mogą prosić o pomoc i który w razie potrzeby odwiedza ich też w domach.

6. ODPOWIEDZIALNOŚĆ INDYWIDUALNA I ZBIOROWA

Podobnie jak inni obywatele, seniorzy odpowiedzialni są za to, by trzymać rękę na pulsie poprzez angażowanie się w życie społeczności i starać się przystosowywać do zmian oraz podejmować ryzyko uczenia się. Jednocześnie administracja publiczna, organizacje wolontariackie i firmy prywatne powinny likwidować bariery komunikacyjne stopniowo odcinające seniorów od życia społecznego, a w szczególności przeszkody biedy, analfabetyzmu i ograniczonych możliwości.

KOMUNIKACJA I INFORMACJA

PRZYJAZNA STARZENIU

LISTA KONTROLNA

OFERTA INFORMACYJNA:

podstawowy i uniwersalny system komunikacji medialnej (gazety, telewizja, radio) oraz telefonia są powszechnie dostępne;

systematyczna i godna zaufania dystrybucja informacji zapewniana jest przez rząd lub organizacje wolontariackie;

rozpowszechniane informacje trafiają do zasięgu osób starszych, w pobliżu domów lub niedaleko miejsc związanych z ich codziennymi aktywnościami;

procesy rozpowszechniania informacji prowadzone są przez łatwo osiągalne, lokalne podmioty. Informacje są odpowiednio publikowane przez „jednostopniowe” centrum informacji;

powszechne informacje i edycje programów interesujących osoby starsze są dostępne zarówno w regularnych, jak i w specjalistycznych mediach.

KOMUNIKACJA USTNA:

osoby starsze informuje się drogą ustną (np. w trakcie publicznych spotkań, w centrach lokalnej społeczności, klubach i poprzez media oraz dzięki kontaktom bezpośrednim);

seniorzy zagrożeni wykluczeniem społecznym uzyskują informacje od zaufanych osób w swoim otoczeniu, w tym od wolontariuszy kontaktujących się z nimi telefonicznie oraz osobiście, pracowników pomocy domowej, fryzjerów, portierów czy opiekunów;

pracownicy publicznych instytucji i biznesu zapewniają w razie potrzeby przyjazne usługi, nastawione na kontakt z drugim człowiekiem.

INFORMACJE TEKSTOWE:

informacje tekstowe (w tym m.in. oficjalne formularze, napisy telewizyjne i teksty na ekranach) mają duże czcionki, a ich główne punkty są pogrubione i zawarte w klarownych nagłówkach.

KLAROWNY JĘZYK:

drukowana i ustna komunikacja odbywa się przy pomocy prostych, znanych słów oraz krótkich, nieskomplikowanych zdań.

AUTOMATY I URZĄDZENIA:

automatyczne instrukcje udostępniane przez serwisy telefoniczne są udzielane powoli i jasno, a dzwoniący jest powiadomiony, jak odsłuchać wiadomość ponownie w dowolnym momencie;

użytkownicy mogą rozmawiać nie tylko z automatem lub zostawić wiadomość, by do nich oddzwoniono;

urządzenia elektroniczne, takie jak telefony komórkowe, radia, telewizory, bankomaty oraz automaty biletowe mają duże przyciski i odpowiednio dużą czcionkę;

ekrany na poczcie, w banku i w innych miejscach usług są podświetlone i łatwo czytelne dla osób o różnym wzroście.

KOMPUTERY I INTERNET:

w miejscach publicznych takich jak budynki rządowe, centra społeczności lokalnej czy biblioteki zapewniony jest dostęp do publicznych komputerów i internetu (darmowy lub za drobną opłatą);

łatwo osiągalne są odpowiednie instrukcje i pomoc indywidualna.

CZĘŚĆ 12.

WSPARCIE SPOŁECZNOŚCI I USŁUGI ZDROWOTNE

OGÓLNE WNIOSKI

W procesie utrzymywania dobrego stanu zdrowia i samodzielności ogromną rolę odgrywają usługi zdrowotne i społeczne. Wiele obaw wyrażanych przez osoby starsze, opiekunów i dostawców usług w grupach fokusowych naszego badania dotyczyło dostępności odpowiedniej opieki świadczonej na wystarczająco wysokim poziomie. Uczestnicy konsultacji WHO pisali o swoich doświadczeniach bardzo zróżnicowanych systemów i oczekiwań, jednak seniorzy ze wszystkich miast jasno wyrażali potrzebę, by zapewniono im podstawową opiekę zdrowotną i wsparcie finansowe. W każdym z krajów objętych naszym badaniem koszty opieki zdrowotnej są oceniane jako zbyt wysokie, a usługi świadczone w jej ramach jako ciężko dostępne.

Spotkałem wiele osób starszych, które odkładają wizytę u lekarza na później. Ich zdrowie stale pogarsza się z powodu braku pieniędzy.

Osoba starsza, Portland

W wielu miastach w krajach rozwijających się zaobserwowano brak niezbędnych usług i zaopatrzenia, w innych z kolei nieadekwatne do potrzeb rozmieszczenie punktów usług. Niektóre z krajów najbardziej rozwiniętych cieszą się przy tym największą liczbą i zakresem usług zdrowotnych i społecznych,

ale to w nich właśnie odnotowaliśmy największą liczbę skarg. Fakt ten dzwierciedla niezadowolenie z dostępnych usług, a zarazem pokazuje, że seniorzy z tych miast mają dostęp do usług, których brakuje w innych częściach świata.

W większości miast biorących udział w projekcie decyzje w sprawie dostępu, organizacji i finansowania wielu usług zdrowotnych i społecznych są podejmowane przez władze centralne, nie zaś miejskie. Poza samorządami lokalnymi zapadają również decyzje dotyczące zapewnienia odpowiedniej liczby pracowników służby zdrowia oraz opieki społecznej i ich szkoleń. Na terenie miasta usługi zdrowotne i społeczne są też jednak dostarczane przez mieszkańców w ramach lokalnych przedsięwzięć, a osadzone w lokalnej społeczności organizacje wolontariackie i te działające dla zysku grają ważną rolę w zapewnianiu opieki i pomocy. Osoby decyzyjne w administracji publicznej oraz sektory prywatny i wolontariacki działające na poziomie miasta mają ogromny wpływ na liczbę, zasięg i położenie punktów usługowych oraz innych czynników warunkujących dostęp do obiektów i usług na ich terenie. Zarządzający lokalnymi usługami zapewniają również szkolenia pracowników i ustalają standardy prowadzonych działań. Ogromną rolę w zapewnianiu wsparcia i pracy wolontariackiej pełni też poziom rozwoju społeczeństwa obywatelskiego. Opracowując wyniki badań oraz tworząc listę

kontrolną cech miasta przyjaznego starzeniu dotyczących usług zdrowotnych i społecznych w niniejszym przewodniku, skupiliśmy się na tych ich aspektach, na które mogą wpływać różnego typu mieszkańcy miast przyjaznych starzeniu.

W większości ośrodków w dyskusjach prowadzonych w grupach fokusowych dominowało podkreślanie roli usług zdrowotnych, co świadczy o tym, jak bardzo ważne są one w procesie aktywnego starzenia się. Często pojawiającym się tematem jest także dostęp do opieki zdrowotnej oraz szerokiego wachlarza usług zdrowotnych, ale nie *stricte* medycznych. Wsparciu społecznemu i usługom społecznym poświęcono mniej uwagi, jednak na podstawie komentarzy uczestników projektu można zidentyfikować najważniejsze cechy miasta przyjaznego starzeniu także w tym aspekcie.

1. DOSTĘPNOŚĆ OPIEKI

W każdym z miast biorących udział w naszym projekcie priorytetową kwestią dla seniorów jest dostęp do dogodnie rozmieszczonych i łatwo dostępnych usług zdrowotnych. Starsi mieszkańcy takich miast jak Amman, Rio de Janeiro, Sherbrooke czy Tokio cenią fakt, że mogą korzystać z szeroko rozwiniętej oferty, z kolei w Genewie i Szanghaju seniorzy doceniają dobry transport do obiektów, w których realizowane są te świadczenia. Seniorzy często wymieniają jako bariery usługi położone daleko od ich miejsc zamieszkania lub w okolicach, do których nie ma łatwego dostępu. W niektórych miastach oceniono przy tym transport publiczny jako nieodpowiedni, a w innych

miastach, takich jak Delhi czy Meksyk, stwierdzono, że transport osób niepełnosprawnych stanowi problem. Wielu z badanych narzekało także na dostęp do opieki zdrowotnej w nagłych wypadkach. Oprócz konkretnych problemów, takich jak brak tego typu opieki w niektórych z miast, seniorzy stwierdzili również, że usługi pogotowia ratunkowego nie są wystarczające (Ponce), lub że dojazd do nich trwa zbyt długo z powodu dużego ruchu ulicznego (Moskwa). Rozwiązaniem problemu barier geograficznych może być m.in. umiejscawianie kilku punktów usługowych obok siebie oraz decentralizacja usług, aby były one dostępne w każdym sąsiedztwie. Pożądane jest także zapewnianie transportu wolontariackiego oraz uruchomienie telefonicznej usługi powiadomienia o nagłych wypadkach zdrowotnych dla osób mieszkających samotnie, takiej jak ta działająca w Himeji.

Ważne wyzwanie stanowi też kwestia bezpieczeństwa oraz zapewnienie mobilności i ograniczenie barier strukturalnych na terenie obiektów ochrony zdrowia. Wśród wymienianych przez seniorów problemów znalazły się m.in. źle utrzymane windy oraz podjazdy w Udaipurze, utrudniony dostęp do budynków dla osób niepełnosprawnych, brak wózków inwalidzkich i balkoników dla pacjentów w Cancún oraz zbyt duży tłok w obiektach w wielu innych miastach. W Ammanie, La Placie i Portage la Prairie wyrażono także obawy dotyczące bezpieczeństwa i podniesiono kwestię braku miejsc w domach spokojnej starości.

Kolejnym często wymienianym problemem w zakresie dostępu do opieki jest brak wiedzy o usługach zdrowotnych świadczonych w mieście wśród starszych mieszkańców. Jak zauważono w Melbourne, jeśli brakuje informacji o dostępnych usługach, mieszkańcy rzadko z nich korzystają. Rozwiązaniem może być lepsze reklamowanie lokalnych usług zdrowotnych, edukowanie mieszkańców w zakresie systemu opieki zdrowotnej, koordynowanie przepływu wiadomości oraz uruchomienie serwisów telefonicznych udzielających konkretnych informacji.

Badani często podkreślali również rolę stosunku dostawców usług zdrowotnych do osób starszych. Tujmazy są jednym z niewielu miast objętych naszą diagnozą, w których mówiono o uprzejmym i przyjaznym traktowaniu przez obsługę rejestracji i pielęgniarki w przychodniach. Wielu starszych mieszkańców narzekało niestety na negatywne podejście do pacjenta i niskie umiejętności komunikacyjne wśród dostawców usług. Wśród problemów wymieniano m.in. obojętność, brak szacunku i współczucia oraz traktowanie osób starszych jak ciężar i grupę pochłaniającą zbyt duże środki. Sposobem na poprawę postaw i zachowań tego typu może być m.in. praca nad poprawą zdolności komunikacyjnych oraz szkolenia na temat podejścia do osób starszych dla pracowników służby zdrowia. W Ammanie zaproponowano przy tym, by zachęcać młode osoby do wolontariatu polegającego na opiekowaniu się seniorami.

*Kiedy przychodzili ją umyć i przebrać,
traktowali ją jak mebel: zero godności,
zero szacunku.*

Osoba starsza, Londyn

2. SZERSZA OFERTA USŁUG ZDROWOTNYCH

We wszystkich miastach badani mówili także o potrzebie szerszej oferty usług zdrowotnych dla osób starszych. Dostęp do różnorodnych form opieki wymieniany jest zarówno wśród atutów, jak i problemów miast objętych diagnozą. Seniorzy wspominali o potrzebie powołania licznych klinik geriatrycznych i szpitali, centrów opieki dziennej, punktów oferujących opiekę nad osobami z problemami psychicznymi, usług zdrowia psychicznego, opieki tymczasowej, o konieczności prowadzenia szkoleń dla opiekunów, o dostępie do rehabilitacji i opiece paliatywnej. Zaproponowano nie tylko zwiększenie liczby usług, lecz także zwiększenie dostępu do sprzętów takich jak wózki inwalidzkie, balkoniki i aparaty słuchowe. Na całym świecie za najważniejsze uważa się jednak zapobieganie chorobom i promocję zdrowia, opiekę domową oraz dostęp do ośrodków spokojnej starości, również tych oferujących pobyt długoterminowy.

3. USŁUGI WSPIERAJĄCE PROCES DOBREGO STARZENIA SIĘ

Osoby starsze i inni uczestnicy badania w kilku miastach mówili o braku usług i programów zapobiegających chorobom oraz promujących zdrowie lub wymieniali je wśród sugestii działań na rzecz poprawy sytuacji. Na liście ważnych usług znalazły się

m.in. kompleksowe badania profilaktyczne, aktywność fizyczna, edukacja na temat zapobiegania urazom, doradztwo żywieniowe oraz pomoc psychologiczna. W Zagłębiu Ruhry wśród elementów środowiska przyjaznego starzeniu wymieniono także istniejące grupy samopomocy, regularne badania kontrolne wykonywane w domu oraz organizacje oferujące rehabilitacje i zajęcia sportowe pomagające utrzymać sprawność fizyczną. Starszych mieszkańców Meksyku cieszy akcja szczepień oraz darmowe okulary. Uczestnicy badania w Saanich zaproponowali z kolei przekształcanie centrów seniora w lokalne centra wellness, a mieszkańcy Tujmazów wpadli na pomysł wprowadzenia dopłat do biletów wstępu do spa. W Islamabadzie i Meksyku stwierdzono natomiast, że dobrym pomysłem byłoby zapewnienie usług w sąsiedztwie zamiast w centrum miasta.

4. OPIEKA DOMOWA

Często podnoszoną przez seniorów kwestią jest przy tym zapotrzebowanie na szeroki wachlarz usług wsparcia i opieki domowej, począwszy od pomocy przy zakupach czy przygotowywaniu posiłków po wizyty domowe lekarzy i innych dostawców usług. Z kilkoma wyjątkami, uczestnicy grup fokusowych podkreślali, że chcieliby mieć dostęp do usług pozwalających na zajęcie się własnym zdrowiem i indywidualnymi potrzebami we własnym domu. Bariery przed skorzystaniem z usług opieki domowej stanowią: ogólny brak oferty wsparcia tego typu, kiepska organizacja, restrykcyjne kryteria doboru osób, którym one przysługują, wysokie koszty oraz duża

rotacja pracowników opieki domowej. Sugestie dotyczące podnoszenia poziomu usług opieki domowej znacznie różnią się jednak w zależności od miejsca. W kilku miastach, zwłaszcza w krajach rozwijających się, mówiono po prostu o roli dostępu do opieki domowej. W innych ośrodkach komentarze dotyczyły głównie zwiększenia liczby i zakresu usług takich jak fizjoterapie oraz pomoc psychologiczna, jak również podnoszenia ich jakości (na przykład poprzez zapewnianie pacjentom opieki tuż po wyjściu ze szpitala), zwiększenia liczby opiekunów prowadzących oraz świadczenia opieki stale przez jedną osobę. W niektórych miejscach objętych diagnozą seniorzy wskazywali także na kwestię kosztów takiej opieki, tj. na przykład możliwości pokrywania ich z ubezpieczenia czy, jak wspomniano w Sherbrooke, tworzenia spółdzielni pracy świadczących usługi prac domowych. W Szanghaju opiekunowie podkreślali przy tym rolę systemu, który sprawia, że osoby powyżej 80. roku życia, wdowcy i wdowy, osoby o niskich dochodach oraz seniorzy niepełnosprawni mają zapewnioną co tydzień jedną godzinę darmowych usług z zakresu utrzymania domu.

5. DOPY OPIEKI DLA OSÓB NIEMOGĄCYCH MIESZKAĆ W DOMU

Często podnoszoną kwestią jest także brak odpowiednich i przystępnych cenowo możliwości opieki nad osobami, które nie są już w stanie samodzielnie żyć w dotychczasowym miejscu zamieszkania. Wielu badanych narzekało na brak wolnych miejsc w ośrodkach opieki oraz ich wysokie koszty. Opiekunowie z Portage la Prairie zauważyli także, że

w instytucjach brakuje miejsca na przecho-
wywanie rzeczy osobistych. Starsi miesz-
kańcy Genewy zaproponowali, aby ośrodki
te były ulokowane w centrach miast, lub by
zapewniano ich mieszkańcom łatwy trans-
port do centrum. W kilku miastach wspo-
mniano przy tym o poważnych obawach
o bezpieczeństwo, niewystarczającej opiece
w domach dla biedniejszych seniorów, braku
personelu oraz podejrzeniach związanych
z faktem, że środki uspokajające podawane
są wszystkim pensjonariuszom bez względu
na zalecenia lekarskie. Badani przedstawiali
m.in. pomysły na odmienny model opieki:
opiekunowie w Ammanie zaproponowali
wprowadzenie małych domów opieki dla
kilku pensjonariuszy zamiast wielkich ośro-
dów seniora, natomiast dostawcy usług z Ja-
majki oraz seniorzy z Udine – utworze-
nie kompleksów zapewniających pomoc
w utrzymaniu domu oraz pewien zakres
opieki zdrowotnej i osobistej.

6. SIĘĆ USŁUG SPOŁECZNYCH

Zakres oferowanych usług opieki społecznej
oraz sposoby, w jakie się je dostarcza, zna-
cznie różnią się pomiędzy miastami na całym
świecie. W niektórych miejscach, zwłaszcza
w krajach rozwiniętych, świadczenia te są
opłacane ze środków publicznych lub za-
pewniane przez instytucje publiczne. W in-
nych ośrodkach opieka organizowana jest
głównie przez członków rodziny, instytucje
religijne, organizacje charytatywne czy lo-
kalne grupy wsparcia. Wśród cennych usług
oferowanych w lokalnej społeczności badani
wskazują na tańsze posiłki dla osób star-
szych w restauracjach (Rio de Janeiro oraz

Genewa), pomoc przy uzyskaniu emerytury
czy innych świadczeń (Jamajka) oraz system
monitorowania usług budowlanych i remon-
towych mający na celu sprawdzenie, czy
działają one w sposób zgodny z prawem.
Uważa się, że centra społeczności lokalnej
oraz centra seniora są idealnym miejscem
świadczenia usług – decyduje o tym wygoda,
dostępność oraz fakt, że są to miejsca dobrze
znane mieszkańcom.

W badaniu wymieniono również kilka barier.
W mniej rozwiniętych regionach były to
przeszkody częściej spotykane i poważniejsze:
za mało dostępnych usług w zbyt wysokiej
cenie, usługi trudno dostępne lub o niskiej
jakości. Podczas diagnozy systemu opieki
zdrowotnej niektórzy uczestnicy badania
stwierdzili, że nie mają rzetelnych infor-
macji na temat dostępnych możliwości.
Wśród napotykanym problemów często
wymieniane były też brak koordynacji usług,
warunkujący niepotrzebną komplikację for-
malności podczas aplikowania o nie, oraz
generalny brak niektórych usług. Badani su-
gerowali także liczne rozwiązania związane
z podniesieniem jakości pomocy społecznej.
Seniorzy z miast dobrze rozwiniętych, o bo-
gatej sieci świadczeń, wskazywali na koniecz-
ność większej koordynacji usług, zatrudnie-
nia większej liczby opiekunów prowadzących.
Niezależnie od regionu, w większości miast
wspomniano przy tym o ograniczeniu lub
usprawnieniu formalności administracyjnych.
Wśród rekomendacji znalazło się także m.in.
zapewnienie dostępu do usług społecznych
i zdrowotnych w jednym miejscu (w centrach
społeczności lokalnej lub centrach seniora),
jak również dofinansowanie tych działań.

Uczestnicy badania wskazywali jednocześnie na fakt, że istnieje potrzeba utworzenia lub poprawienia systemu funkcjonowania wielu usług pomocy społecznej, często dotyczących ochrony i wsparcia seniorów o niskich dochodach, czyli grupy stanowiącej w wielu miastach większość starszych mieszkańców. Oprócz zwiększenia wsparcia finansowego, badani uważają, że w ich miejscach zamieszkania powinno się utworzyć lub ulepszyć funkcjonowanie schronisk i systemu ochrony dla bezdomnych, osób starszych pozbawionych środków do życia oraz ofiar przemocy, programów i usług dożywiania, zniżek na usługi dla osób o niskich dochodach, rejestrów osób starszych mieszkających w samotności, systemu pomocy przy uzyskaniu emerytury czy innych świadczeń, jak również wsparcia duchowego. Dobrym przykładem opisanym w Meksyku jest karta seniora uprawniająca jej posiadacza do zniżek oraz nieodpłatnego dostępu do niektórych usług.

7. WOLONTARIAT

Stale powracającą kwestią jest także zapotrzebowanie na wolontariuszy, którzy pomogliby wypełnić luki w usługach zdrowotnych i społecznych. Istnieje potrzeba pomocy osobom starszym w przychodniach i szpitalach, jak również wolontariuszy świadczących usługi społeczne i te z zakresu opieki domowej, zapewniających transport na zakupy i spotkania oraz wsparcie przy wyprowadzaniu zwierząt domowych dla seniorów, którzy nie są już w stanie robić tego samodzielnie. Wolontariacką pomoc tego typu mogłyby świadczyć stowarzyszenia osób powyżej 50. roku życia przechodzących na

wcześniejszą emeryturę oraz grupy uczniów oraz studentów w zakładach opieki zdrowotnej i społecznej. Na rolę organizacji wolontariatu umożliwiającego integrację osób w różnym wieku wskazują badani z różnych ośrodków miejskich. Tworzenie silnej sieci tego typu jest jednak łatwiejsze w zintegrowanych społecznościach, których członkowie mają poczucie więzi społecznych; w Islamabadzie stwierdzono bowiem np., że miasto jest relatywnie młode, w związku z czym mieszkańcy nie znają się dobrze.

Portier jest bardzo miły i opiekuje się czterema starszymi osobami mieszkającymi w moim budynku. Muje je, sprząta i pomaga im w czasie swojej przerwy na lunch.

Osoba starsza, Rio de Janeiro

8. INNE KWESTIE

W kilku miastach wspomniano także o nieoczywistej w niektórych ośrodkach miejskich konieczności pamiętania o osobach starszych w sytuacjach kryzysowych oraz braku miejsc na cmentarzach. Choć niewielu seniorów wskazywało na te problemy, są one ważną kwestią w rozrastających się miastach. Uczestnicy badania z dwóch ośrodków podkreślali właśnie braki w niesieniu pomocy osobom starszym w sytuacjach kryzysowych takich jak katastrofy naturalne oraz konflikty. Na Jamajce, którą często nękają huragany, seniorzy stwierdzili, że ogromną rolę w dostarczaniu pomocy podczas katastrof naturalnych odgrywają kościoły. Dostawcy

usług z Ammanu zaproponowali przy tym stworzenie w ich mieście planów działania podczas katastrof uwzględniających procesy wsparcia seniorów. Choć pomysł ten pojawił się przy okazji innego tematu, w nagłych sytuacjach tego typu przydatny byłby również – zaproponowany w Dundalk – wykaz osób

starszych mieszkających samotnie. O braku wystarczającej liczby miejsc na cmentarzach wspomniano z kolei w Cancún i Melbourne, a rozwiązaniem tego problemu zaproponowanym przez dostawców usług jest utworzenie cmentarza, na którym zwłoki byłyby układane pionowo czy warstwowo.

USŁUGI SPOŁECZNE I SŁUŻBA ZDROWIA PRZYJAZNE STARZENIU LISTA KONTROLNA

DOSTĘPNOŚĆ USŁUG:

usługi społeczne i służba zdrowia są dobrze rozmieszczone na terenie całego miasta, wygodnie ulokowane i łatwo dostępne za pomocą różnych rodzajów transportu;

ośrodki opieki całodobowej takie jak domy opieki i domy spokojnej starości są umieszczone w pobliżu punktów usługowych oraz obszarów mieszkalnych, tak by podopieczny pozostawał w kontakcie z lokalną społecznością;

przestrzeń usługowa jest skonstruowana zgodnie z zasadami bezpieczeństwa oraz przystosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych;

informacje z zakresu opieki zdrowotnej i usług społecznych są dostępne osobom starszym i przedstawione w łatwy i klarowny sposób;

indywidualne usługi są dobrze skoordynowane, a procesy biurokratyczne są ograniczone do minimum;

pracownicy administracji i usług odnoszą się do osób starszych z szacunkiem i zrozumieniem;

bariery ekonomiczne utrudniające dostęp do wsparcia zdrowotnego i usług społecznych są minimalne;

miejsca pochówku są łatwo dostępne.

OFERTA USŁUG:

funkcjonuje odpowiednia liczba instytucji wsparcia zdrowotnego i społecznego promująca, podtrzymująca i poprawiająca kondycję zdrowotną mieszkańców miast;

osobom starszym oferowane są usługi domowe związane ze zdrowiem, opieką czy utrzymaniem domu;

oferta zdrowotna i społeczna odpowiada potrzebom i obawom osób starszych;

pracownicy usług mają odpowiednie umiejętności i są przeszkoleni, by sprawnie się komunikować i tym samym jak najlepiej służyć osobom starszym.

WSPARCIE WOLONTARIACKIE:

wolontariusze w każdym wieku są zachęceni do pomagania osobom starszym w czynnościach dotyczących życia społecznego i opieki zdrowotnej.

PLANY AWARYJNE I OPIEKA:

planowanie awaryjne obejmuje osoby starsze, uwzględnia ich potrzeby i możliwości przygotowania się oraz reakcji na niebezpieczeństwa.

CZĘŚĆ 13.

PODSUMOWANIE I DALSZE DZIAŁANIA

AKTYWNE STARZENIE W SPRZYJAJĄCYM MIEŚCIE

Punktem wyjściowym dla niniejszego prze-wodnika było założenie, że miasto sprzyjające starzeniu zachęca do aktywnego starzenia się poprzez zapewnienie optymalnych warunków zdrowotnych, bezpieczeństwa oraz partycypacji w celu podniesienia jakości życia starzejących się mieszkańców. Ułatwienia i bariery wymienione przez około 1500 seniorów i 750 opiekunów oraz dostawców usług biorących udział w naszym międzynarodowym projekcie potwierdziły sensowność tego założenia i dostarczyły wielu przykładów uzasadniających stwierdzenie, że cechy miasta przyjaznego starzeniu odzwierciedlają czynniki warunkujące aktywne starzenie się na wiele połączonych ze sobą sposobów. Architektura, budynki, system transportu i mieszkalnictwo mogą sprzyjać swobodnemu poruszaniu się, zdrowym zachowaniom, partycypacji społecznej i podmiotowości seniorów, lub wręcz odwrotnie, mogą prowadzić do ich izolacji, bierności i wykluczenia społecznego. Dostęp do zróżnicowanych możliwości partycypacji społecznej, przeznaczonych dla konkretnych grup wiekowych i integrujących je, sprzyja wzmocnieniu podmiotowości i utrzymaniu silnych więzi społecznych starszych mieszkańców ośrodków miejskich. Procesy wzmacniania pozycji społecznej i poczucia własnej wartości w dużej mierze warunkowane są przez jakość życia społecznego

dostrzegającego, szanującego i włączającego osoby starsze. Korzystny wpływ na upodmiotowienie oraz zdrowe zachowania seniorów ma też podawanie informacji w odpowiedniej i zrozumiałej formie. Na zachowania i status zdrowotny seniorów korzystnie wpływają też dostępne i dobrze zorganizowane usługi zdrowotne. Możliwości odpłatnej pracy w środowisku miejskim są związane z ekonomicznymi czynnikami warunkującymi aktywne starzenie się, ogromne znaczenie ma więc jednocześnie polityka redukcji nierówności społecznych w dostępie do struktur, usług i możliwości oferowanych w mieście.

Główną cechą miasta przyjaznego starzeniu pojawiającą się przy okazji wielu tematów omawianych przez nasz zespół z badanymi w różnych miastach na świecie, okazało się projektowanie odpowiadające na zróżnicowane potrzeby mieszkańców. Zgodnie z opisaną w Części 2. perspektywą cyklu życia WHO i związanym z nią procesem aktywnego starzenia projektowanie oparte na świadomości zróżnicowanych potrzeb użytkowników jest niezbędne do utrzymania optymalnych możliwości funkcjonowania jednostek oraz umożliwienia aktywnego życia osób starszych, które tracą niezależność w złych warunkach architektonicznych i urbanistycznych. Według uczestników projektu w mieście przyjaznym starzeniu podstawową jakością powinno być przystosowanie środowiska naturalnego i sztucznego

do potrzeb oraz możliwości osób o różnym stopniu sprawności, a nie budowanie z myślą o mitycznej „przeciętnej”, tj. młodej osobie. Miasto przyjazne starzeniu wspiera sprawność, a nie niepełnosprawność i przede wszystkim jest przyjazne dla wszystkich grup wiekowych, a nie tylko dla osób starszych. Ośrodki tego typu powinny więc m.in. zapewniać wystarczającą liczbę miejsc do siedzenia i toalet publicznych, standard powinno stanowić w nich też zastosowanie obniżonych krawężników i podjazdów przy budynkach. Odpowiednia regulacja światła na przejściach dla pieszych musi umożliwiać bezpiecznie przejście w wyznaczonym czasie na drugą stronę ulicy. Projekty budynków i obiektów mieszkalnych powinny uwzględniać konieczność redukcji barier komunikacyjnych, a materiały informacyjne i stosowane technologie komunikacyjne muszą być dostosowane do zróżnicowanych potrzeb percepcyjnych, intelektualnych i kulturowych. Jednym słowem – w mieście przyjaznym starzeniu wszystkie przestrzenie i struktury muszą być dostępne wszystkim mieszkańcom.

Diagnozowanie i poszanowanie różnorodności powinno więc charakteryzować stosunki społeczne oraz usługi w nie mniejszym stopniu niż struktury i materiały fizyczne. Uczestnicy projektu WHO wyraźnie stwierdzili, że nadrzędną wartością procesu rozwoju miast musi być szacunek dla jednostki – przejawiany na ulicy, w domu, w miejscach publicznych, w prywatnych punktach usługowych, przy zatrudnianiu i opiece. W mieście przyjaznym starzeniu użytkownicy przestrzeni publicznych pamiętają o innych osobach korzystających z obiektów,

przestrzegają zasad ustępowania miejsca siedzącego w transporcie publicznym oraz niezajmowania miejsc do zatrzymywania się i postoju przeznaczonych dla osób ze szczególnymi potrzebami. W usługach zatrudnia się osoby przyjazne, skłonne do poświęcenia wystarczającej ilości czasu, aby pomóc osobom starszym. W handlu seniorzy obsługiwani są równie dobrze i szybko jak inni klienci, a pracodawcy i biura pracy oferują elastyczne warunki pracy i szkolenia dla starszych pracowników oraz wolontariuszy. Społeczności doceniają nie tylko bieżący wkład seniorów, lecz również ich dokonania. Z uwagi na fakt, że budowanie świadomości wymaga edukacji, w mieście przyjaznym starzeniu uczniowie uczą się o starzeniu i osobach starszych, a media pokazują seniorów w sposób realistyczny i niestereotypowy.

Zgodnie z ideą cyklu życia, w proces promocji aktywnego starzenia włączone są wszystkie grupy wiekowe. Podkreślane jest również znaczenie integracji i solidarności. Zdaniem uczestników projektu kolejną ważną cechą miasta przyjaznego starzeniu powinno być wspieranie solidarności międzypokoleniowej i międzyspołecznościowej. Miasto przyjazne starzeniu ułatwia utrzymanie więzi społecznych poprzez instytucje lokalne i aktywności zbliżające ludzi w każdym wieku. Zapewnia sąsiadom możliwość poznawania siebie nawzajem, w związku z czym wzajemnie zważają oni na swoje bezpieczeństwo, pomagają sobie nawzajem i przekazują sobie przydatne informacje. Dzięki sieci zaufanych członków rodziny, przyjaciół, sąsiadów i dostawców usług, starsi członkowie

społeczności mają poczucie bezpieczeństwa i przynależności do grupy. Co więcej – instytucje, organizacje oraz mieszkańcy starają się docierać do osób starszych obarczonych ryzykiem izolacji społecznej, a bariery ekonomiczne, językowe i kulturalne, których doświadcza wielu seniorów, są stopniowo minimalizowane.

ZINTEGROWANE I WZAJEMNIE WZMACNIAJĄCE SIĘ CECHY MIASTA

Silne związki między różnymi aspektami życia w mieście wspomniane przez uczestników projektu WHO wyraźnie ilustrują fakt, że miasto może stać się przyjazne starzeniu jedynie dzięki zintegrowanym działaniom uwzględniającym sposób życia osób starszych. Podejście tego typu wymaga skoordynowanych działań w różnych sferach polityki miasta i usług, tak aby wzajemnie się wzmacniały. Z raportów otrzymanych od seniorów i innych uczestników projektu wynika jednocześnie, że szczególnie ważne jest podejmowanie zintegrowanych działań uwzględniających fakt, że:

projektując tereny mieszkalne powinno się uwzględniać tereny publiczne a pozostałe elementy zabudowy, takie jak domy spokojnej starości, powinny być umieszczane w miejscach nienarażonych na katastrofy naturalne oraz blisko punktów usługowych, aktywności innych grup wiekowych i miejsc rozrywki. Dzięki temu seniorzy mogą integrować się z różnymi społecznościami, pozostają mobilni i sprawni;

usługi i infrastruktura transportowa powinny zapewniać możliwość partycypacji społecznej, obywatelskiej i ekonomicznej, jak również dostęp do niezbędnych usług zdrowotnych;

inkluzja społeczna osób starszych powinna być elementem tych sfer i ról, które dają władzę i wysoki status w społeczeństwie, w tym procesów podejmowania decyzji w życiu obywatelskim, odpłatnej pracy i kształtowania mediów;

Jako że wiedza jest kluczem do samookreślenia, wszyscy powinni mieć zapewniony stały dostęp do informacji o wszystkich sprawach związanych z życiem w mieście.

PONAD PRZEWODNIKIEM PO MIASTACH PRZYJAZNYCH STARZENIU I LISTAMI KONTROLNYMI

Niniejszy projekt jest pierwszym krokiem i ma poprzedzać wiele innych działań badawczych oraz procesów rozwoju społeczności, a także uruchomienia rozleglejszej międzynarodowej sieci społeczności przyjaznych starzeniu. Kolejnym krokiem dla WHO i współpracujących miast będzie potwierdzenie prawidłowości list kontrolnych. W jednym z ośrodków sprawdzono już obecność barier wymienionych przez seniorów dotyczących środowiska naturalnego i budownictwa oraz usług. Pozostałe miasta biorące udział w naszym przedsięwzięciu ponownie zwracają się do uczestników grup fokusowych w celu sprawdzenia, czy przewodnik dokładnie oddaje ich opinie lub tworzą grupy fokusowe seniorów w innych lokalizacjach, aby ocenić poziom zbieżności

między listami kontrolnymi i opiniami starszych mieszkańców miast. Kolejnym sposobem weryfikacji jest korzystanie z pomocy ekspertów w dziedzinie procesu starzenia, którzy porównają listy kontrolne utworzone na podstawie opinii seniorów z danymi pochodzącymi z praktyki i badań gerontologicznych.

Jednocześnie wiele ośrodków nieobjętych dotychczasową diagnozą w ramach naszego projektu wyraziło zainteresowanie wykorzystaniem przewodnika WHO i list kontrolnych w celu zapoczątkowania procesu rozwoju swojego miasta jako miasta przyjaznego starzeniu. Rozważa się obecnie także utworzenie sieci wewnątrzpaństwowych, na przykład w Japonii i Hiszpanii, oraz regionalnych centrów na Bliskim Wschodzie, w Kanadzie i na terenie Ameryki Łacińskiej i Karaibów. Przewodnik tłumaczony jest też właśnie na kilka języków, w tym chiński, francuski, niemiecki, japoński, portugalski i hiszpański, by poszerzyć krąg miast przyjaznych starzeniu. Idea miasta przyjaznego starzeniu ma wiele wspólnego z cieszącą się popularnością i odnoszącą sukcesy koncepcją zdrowego miasta, dążymy więc przy tym do aktywnego połączenia tych sieci, z korzyścią dla nich obu. Instytucjonalną bazę dla inicjatyw tworzenia miast przyjaznych starzeniu nadal będzie stanowić jednak prowadzony przez Światową Organizację Zdrowia program Ageing and Life Course [Starzenie i cykl życia – przyp. red.].

W trakcie diagnozy uczestnicy grup fokusowych wymieniali przykłady praktyk przyjaznych starzeniu obecnych w ich miastach. Niektóre z nich zostały

wspomniane w niniejszym przewodniku. Kolejnym ważnym krokiem będzie uzyskanie większej liczby informacji na temat tych inicjatyw od liderów projektów oraz wydanie katalogu dobrych praktyk. W Zagłębiu Ruhry w 2007 roku odbyła się konferencja mająca na celu wymianę informacji o lokalnych i międzynarodowych inicjatywach rozwoju miast przyjaznych starzeniu. Sponsorował ją rząd kraju związkowego Nadrenia Północna-Westfalia w związku z wyborem miasta Essen na Europejską Stolicę Kultury 2010. W Stambule planowane jest też właśnie spotkanie poświęcone najlepszym praktykom, także w związku z wyborem tego miasta jako Europejskiej Stolicy Kultury 2010. Aby badania WHO doprowadziły do zwiększenia liczby dobrych praktyk, eksperci i dostawcy usług będą proszeni o identyfikowanie przedsięwzięć w praktyce odzwierciedlających cechy miasta przyjaznego starzeniu z list kontrolnych. Obecne listy kontrolne będą także testowane w przynajmniej jednym miejscu pod kątem przydatności we wprowadzaniu rozwiązań przyjaznych starzeniu.

Badania przeprowadzone z myślą o powstaniu niniejszego przewodnika zaowocowały licznymi wnioskami na całym świecie oraz nakreśleniem związków pomiędzy badaniami dotyczącymi starzenia się i środowiska. We współpracy z Instytutem Starzenia Kanadyjskiego Instytutu Badań nad Zdrowiem wspieramy współpracę między badaczami, aby podnieść poziom wiedzy o starzeniu się w środowisku miejskim. Planujemy przy tym publikację prac dokładniej opisujących techniczne aspekty

koncepcji i metodologii badań prowadzonych przez WHO, bardziej szczegółowo ilustrujących związek między środowiskiem miejskim przyjaznym starzeniu i procesem aktywnego starzenia oraz prezentujących dowody na istnienie związku między starzeniem się a urbanizacją i globalizacją, które są największymi siłami formującymi XXI wiek, kluczowymi dla niniejszego projektu.

Jak zaznaczono powyżej, omawiane w niniejszej publikacji badanie nie było skoncentrowane na płci i kulturze jako przekrojowych czynnikach wpływających na aktywne starzenie, choć ich wpływ był wspomniany w przewodniku. W wielu miastach zaobserwowano na przykład, że mężczyźni w mniejszym stopniu niż kobiety włączają się w działania społeczne i że sytuacja wielu starszych kobiet opisywana jest poprzez bariery, z jakimi spotykają się grupy o słabszej sytuacji ekonomicznej w licznych kontekstach życia w mieście. W celu zbadania tych czynników przeprowadzone zostaną dalsze szczegółowe diagnozy, w których współpracować będą ze sobą miasta z różnych rejonów świata. Pierwszym z nich będzie badanie dotyczące „starzenia się w obcym kraju” prowadzone przez Akademię Medyczną w Nowym Jorku.

Bardziej przyjazne starzeniu muszą się także stać społeczności pozamiejskie. W wielu krajach w wyniku migracji młodych mieszkańców seniorzy stanowią duży odsetek własnie wśród członków populacji na terenach wiejskich i oddalonych od centrum. Rząd Federalny Kanady i rządy prowincji prowadzą projekty mające na celu identyfikację cech przyjaznych starzeniu środowiska lokalnego kilku małych miast i wsi. Ich wyniki mają być dostępne niebawem.

Przewodnik i listy kontrolne spotkały się z dużym entuzjazmem na całym świecie i z chęcią rozpowszechniania zawartej w nich wiedzy i jej stosowania. Zachęcamy do tworzenia nowych inicjatyw i włączania się nowych członków do naszej międzynarodowej Sieci Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu Światowej Organizacji Zdrowia. Wspieranie i umożliwianie aktywnego starzenia się w mieście będzie jednym z najbardziej efektywnych sposobów na podtrzymanie wysokiej jakości życia i dobrobytu w starzejącym się i coraz bardziej zurbanizowanym świecie.

BIBLIOGRAFIA

1.

Population Ageing 2006. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (<http://www.un.org/esa/population/publications/ageing/ageing2006.htm>, accessed 10 July 2007).

2.

Population issues: meeting development goals. *Fast facts 2005*. New York, United Nations Population Fund, 2007 (www.unfpa.org/pds/facts.htm, accessed 26 June 2007).

3.

Urbanization: a majority in cities. New York, United Nations Population Fund, 2007 (www.unfpa.org/pds/urbanization.htm, accessed 26 June, 2007).

4.

World urbanization prospects: the 2005 revision. Fact sheet 7. *Mega-cities*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (www.un.org/esa/population/publications/WUP2005/2005wup.htm, accessed 26 June 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, accessed 26 June 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, accessed 26 June 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, United Nations Human Settlements Programme, 2006 (<http://www.unhabitat.org/programmes/housingpolicy/pubvul.asp>, accessed 26 June 2007).

8.

Brasilia Declaration on Ageing. *World Health*, 1997, No. 4: 21.

9.

Report of the Second World Assembly on Ageing, Madrid, 8–12 April 2002. New York, United Nations, 2002.

10.

Active ageing: a policy framework. Geneva, World Health Organization, 2002 (http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf, accessed 26 June 2007).

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>, accessed 26 June 2007).

_____ **14.**

Livable communities: an evaluation guide. Washington, DC, AARP Public Policy Institute, 2005 (www.aarp.org/research/housing-mobility/indliving/d18311_communities.html, accessed 26 June 2007).

_____ **15.**

The AdvantAge initiative. Improving communities for an aging society. New York, Visiting Nurse Service of New York, 2004 (<http://www.vnsny.org/advantage>, accessed 26 June 2007).

_____ **16.**

Improving the quality of life of the elderly and disabled people in human settlements. Nairobi, United Nations Human Settlements Programme, 1993 (www.unhabitat.org/list.asp?typeid=15&catid=298&RecsPerPage=ALL, accessed 26 June 2007).

_____ **17.**

Inclusive design for getting outdoors. Design guidance. Edinburgh, IDGO Consortium, 2007 (http://www.idgo.ac.uk/design_guidance/index.htm, accessed 26 June 2007).

(...) Silne związki między różnymi aspektami życia w mieście wspomiane przez uczestników projektu WHO wyraźnie ilustrują fakt, że miasto może stać się przyjazne starzeniu jedynie dzięki zintegrowanym działaniom uwzględniającym sposób życia osób starszych. Podejście tego typu wymaga skoordynowanych działań w różnych sferach polityki miasta i usług, tak aby wzajemnie się wzmacniały. (...)

(...) Przewodnik i listy kontrolne spotkały się z dużym entuzjazmem na całym świecie i z chęcią rozpowszechniania zawartej w nich wiedzy i jej stosowania. Zachęcamy do tworzenia nowych inicjatyw i włączania się nowych członków do naszej międzynarodowej Sieci Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu Światowej Organizacji Zdrowia. Wspieranie i umożliwianie aktywnego starzenia się w mieście będzie jednym z najbardziej efektywnych sposobów na podtrzymanie wysokiej jakości życia i dobrobytu w starzejącym się i coraz bardziej zurbanizowanym świecie. (...)

Fragment przewodnika

M
MAGAZYN MIASTA

respublica
DANE DO WYŁĘBIA

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej