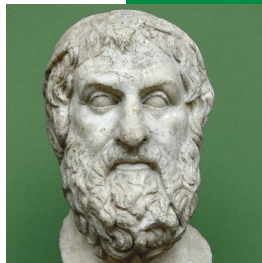


Kakovostna starost

REVIJA ZA GERONTOLOGIJO IN MEDGENERACIJSKO SOŽITJE
LETNIK 23 (2020), ŠTEVILKA 1



INŠTITUT ANTONA TRSTENJAKA

KAKOVOSTNA STAROST

letnik 23, številka 1, 2020

UVODNIK

ZNANSTVENI IN STROKOVNI ČLANKI

- 3 Barbara Černič Mali in Naja Marot:
Nova dejstva in pristopi k oskrbi starejših s storitvami na podeželju
- 16 Lidija Gradišnik, Danica Železnik, Uroš Maver, Tomaž Velnar:
Pomen termalne vode za počutje starejših in njen vpliv na zdravje kože
- 27 Vesna Zupančič, Torsten Breuerbach Larsen:
Prizadevanja za razvoj kulture varnosti v domovih za starejše

GERONTOLOŠKO IZRAZJE

- 40 Starostna modrost (Jože Ramovš)

SIMPOZIJ, DELAVNICE

- 45 Kako do kakovostne in dostopne dolgotrajne oskrbe?
(Tjaša Hudobivnik)

STAROSTI PRIJAZNA MESTA IN OBČINE

- 47 Starosti prijazna mesta in občine v mednarodni primerjavi
(Ana Gorenc Vujović)

DRUŽINSKI OSKRBOVALCI

- 52 UNECE o neformalnih oskrbovalcih (Alenka Ogrin)

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

- 58 Osvežitveni tečaj za medgeneracijske prostovoljce
(Bernarda Mali in Sara Schwarzmann)

KLASIKI O STARANJU IN SOŽITJU GENERACIJ

- 63 Kajetan Gantar in Jože Ramovš: Starostna modrost in tegobe v zadnji Sofoklovi tragediji

GOOD QUALITY OF OLD AGE

- 79 Good Quality of old age: Journal for Gerontology and Intergenerational Relations, Vol. 23, Num. 1, 2020

Prva številka 23. letnika naše revije izhaja v času pandemije novega virusa, ki najbolj ogroža življenje starejših ljudi. Še posebej jo občutijo tisti v domovih, ki ostajajo izolirani brez obiskov. Glavnina prebivalstva, od šolskih otrok do zaposlenih in upokojenec, se mora držati doma v fizični izolaciji od drugih. Zdravstveni, oskrbovalni in drugi strokovnjaki pa garajo čez svoje moči, da rešujejo bolne, preprečujejo okužbo zdravih in blažijo osamljenost. Doživljamo iznajdljivost družinskih članov, ki bivajo na raznih koncih, prostovoljcev in njihovih organizacij pri lažšanju stisk in težav drugim. Take situacije še nismo doživeli ne kot posamezniki ne kot celotno človeštvo. Na površje se prebijajo izkušnje, kako nesamoumevna je družbena blaginja, kako krhko je človekovo življenje in kako smo vsi ljudje med seboj radikalno soodvisni – to pa so izkušnje, ki jih sicer doživljajo predvsem ljudje v dolgotrajni oskrbi.

Ob tej izredni krizni situaciji doživljamo protislovje: starejši ljudje in drugi morajo biti čim bolj fizično izolirani, medtem ko sodobna gerontologija ve, da je osebna bližina neločljiv vidik vsake storitve za kakovostno staranje. To protislovje postaja ploden izziv, da se ob fizični izoliranosti osebno povezujemo s pisanjem pisem, telefoniranjem in sodobnimi IKT sredstvi. Osebne stiske ljudi ob pandemiji odkrivajo nemoč tiste »gerontologije«, ki hoče delovati kot »čista znanost« ali »donosen tržni projekt« – ločeno od celostne interdisciplinarne gerontologije ter od dejanskega staranja in sožitja, kakor se dogaja ljudem v živi praksi. Ta »gerontologija« je povsem brez moči pri reševanju konkretnih gerontoloških in medgeneracijskih nalog. Gerontološko-medgeneracijska teorija in praksa sta prav tako neločljiva celota, kakor sta neločljiva celota oskrbovalna storitev in oskrbovalni odnos.

Po svetu je pandemija še v vzponu, na Kitajskem, kjer so se morali z njo spopadati prvi, pa njen razmah že pojema. Upamo, da bomo ob izidu naslednje številke revije doživljali ta uspeh tudi pri nas ter poročali o strokovnih odmevih in dobrih izkušnjah.

Nova vsebinska tema, ki jo najdete v pričujoči številki, je starostna modrost. Mišljena je tista lastnost, ki jo vse kulture postavljajo v vrh človekovega življenjskega zorenja. Znano je mnenje, da naj bi jo starejši ljudje imeli več, kakor mlajši; raziskovalno se to ne potrjuje vedno, kakor tudi ne teza tradicionalistov o modrosti starih časov. Za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje je zanimiv prvi vidik – modrostni razvoj skozi vsa obdobja življenja, še posebej v starosti. V drugi polovici življenja ima človek zaradi nakopičenih izkušenj in obpešanju drugih sposobnosti dobre možnosti prav za modrostni razvoj. To temo odpira naša občasna rubrika *Klasiki o staranju in sožitju* s člankom *Starostna modrost in tegobe v zadnji Sofoklovi tragediji*. V njem naš vodilni klasični filolog, akademik Kajetan Gantar, v znanstvenem intervjuju z urednikom, odkriva modrostno zorenje največjega grškega dramatika, ki je to nesmrtno umetnino napisal pri 90-ih letih starosti. Z umetniško močjo in starostno modrostjo je v njej obdelal tragiko propada atenske demokracije 400 let pr. Kr. in svojo aktualno osebno tragiko; njegov sin je skušal pri oblasteh doseči, da je neprišteven (da ima demenco) in s tem razveljaviti Sofoklovo oporoko, da del premoženja dobi tudi njegov nezakonski sin. Starostna modrost je obdelana tudi v rubriki *Gerontološko in medgeneracijsko izrazje*.

Tudi tokrat se obsežen vsebinski sklop znanstvenih in strokovnih člankov nanaša na dolgotrajno oskrbo. Druge dobre izkušnje iz prakse in zanimiva spoznanja lahko najdete tudi v ostalih rubrikah.

Revija je dve desetletji ohranjala isto ceno – da lahko še naprej izhaja, je bilo njeno ceno nujno približati drugim primerljivih znanstveno-strokovnim revijam.

Urednik

KAKOVOSTNA STAROST *GOOD QUALITY OF OLD AGE*

Revija za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Izdajatelj in založnik / Publisher

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje
Resljeva 11, p. p. 4443, 1001 Ljubljana

ISSN 1408 – 869X

UDK: 364.65-053.9

Uredniški odbor / Editors

dr. Jože Ramovš (urednik)

Ajda Svetelšek

Uredniški svet / Editorial Advisory Board

prof. dr. Herman Berčič (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport*)

prof. dr. Vlado Dimovski (*Univerza v Ljubljani, Ekonomska fakulteta*)

dr. Simona Hvalič Touzery (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede*)

prof. dr. Zinka Kolarič (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede*)

prof. dr. Ana Krajnc (*Univerza za tretje življenjsko obdobje*)

prof. dr. Jana Mali (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo*)

mag. Ksenija Ramovš (*Inštitut Antona Trstenjaka*)

prof. dr. Jože Ramovš (*Inštitut Antona Trstenjaka*)

dr. Božidar Voljč (*zdravnik in bivši minister za zdravje*)

Mednarodni uredniški svet / International Advisory Board

prof. dr. Mladen Davidović (*Center for geriatrics, KBC Zvezdara, Beograd, Srbija*)

prof. dr. David Guttman (*Faculty of Welfare and Health Studies, School of Social Work,
University of Haifa, Izrael*)

dr. Andreas Hoff (*Oxford Institute of Ageing, VB*)

dr. Iva Holmerová (*Centre of Gerontology, Češka*)

prof. dr. Ellen L. Idler (*Institute for Health, Health Care Policy and Aging Research, Rutgers University, ZDA*)

dr. Giovanni Lamura (*National Research Centre on Ageing – INRCA, Italija*)

Povzetki člankov so vključeni v naslednjih podatkovnih bazah:

Sociological Abstracts, Social Services Abstracts, Cobiss, EBSCO, ProQuest.

Oblikovanje in priprava za tisk: Salve d.o.o. Ljubljana, Rakovniška 6

Tisk: Itagraf d.o.o. Ljubljana

Cena: letnik 44 €, posamezna številka 14 €, prostovoljci 24 €

Spletna stran: <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-kakovostna-starost-arhiv.asp>

E-pošta: info@inst-antonatrstenjaka.si

Revijo Kakovostna starost v letu 2019 in 2020 sofinancira ARRS na temelju javnega razpisa za sofinanciranje in izdajanje domačih znanstvenih periodičnih publikacij v letih 2019 in 2020 (EPP: 6316-10/2018-252, 20. 12. 2018)

Barbara Černič Mali in Naja Marot

Nova dejstva in pristopi k oskrbi starejših s storitvami na podeželju – primer Idrijsko-Cerkljanskega

POVZETEK

Članek obravnava problematiko oskrbe starejših na Idrijsko-Cerkljanskem podeželju. Prikazuje rezultate pilotne aktivnosti transnacionalnega projekta INTESI, v kateri so bili na osnovi analiz, anket in delavnic s ponudniki in uporabniki storitev za oskrbo starejših pripravljeni in testirani nekateri novi ukrepi za zagotavljanje storitev oskrbe starejših. Poleg izboljšanja dostopnosti storitev prinašajo predlagani ukrepi v podeželski prostor tudi nove poslovne priložnosti.

Ključne besede: socialne storitve, oskrba starejših, podeželje, dostopnost

AVTORICI

Mag. Barbara Černič Mali, univ. dipl. ekon., se na Urbanističnem inštitutu RS ukvarja z raziskavami politik in ukrepov za prilagajanje demografskim spremembam na področjih dostopnosti do storitev, inovativnih oblik oskrbe za starejše in stanovanjske oskrbe. V času trajanja projekta INTESI se je priključila raziskovalni skupini na Oddelku za krajinsko arhitekturo na Biotehniški fakulteti.

Dr. Naja Marot, univ. dipl. geogr., je docentka s področja geografije na Oddelku za krajinsko arhitekturo Univerze v Ljubljani in poučuje predmeta regionalno planiranje ter turizem in rekreacijo. Raziskovalno se ukvarja z analizo politik, regionalnim planiranjem, mestnim turizmom, upravljanjem prostora in degradiranimi površinami. V projektu INTESI je vodila projektno skupino Univerze v Ljubljani.

ABSTRACT

New facts and approaches to the delivery of services for the elderly in rural areas: the case of the Idrijsko-Cerkljansko area

The article deals with the problem of care for the elderly in the Idrijsko-Cerkljansko rural area. It presents the results of one of the pilot activities of the transnational project INTESI. Based on the analysis, surveys and workshops with providers and users of services, new measures for elderly care were developed and tested. In addition to improved accessibility of services, the proposed measures bring new business opportunities to the rural area.

Keywords: social services, care for the elderly, rural areas, accessibility

AUTHORS

Mag. Barbara Černič Mali is at the Urban Planning Institute of the Republic of Slovenia engaged in research of policies and measures required for adaptation to demographic changes in the fields of accessibility to services, innovative forms of care for the elderly and housing for the elderly. During the course of the INTESI project, she joined a research team at the Department of Landscape Architecture at the Biotechnical Faculty.

Dr. Naja Marot as assistant professor at the Department of Landscape Architecture of University of Ljubljana teaches Regional Planning and Tourism and recreation. She dedicates her research work to topics such as policy analysis, regional planning, city tourism, territorial governance and degraded areas. In the project INTESI she led the project group of the University of Ljubljana and its activities.

1 UVOD

Zagotavljanje enakovrednega dostopa do storitev, kot so oskrba, izobraževanje, zdravstvo, sociala, javni promet in podobno za vse prebivalce, tako v mestih kot na podeželju, je zapisano med cilji številnih mednarodnih in nacionalnih dokumentov. Tako na primer Strategija prostorskega razvoja Slovenije (Ministrstvo za okolje in prostor, 2004, v prenovi) med cilji predvideva, da se »v okviru policentričnega urbanega sistema razvija omrežje ustrezno opremljenih središč, ki omogočajo vsem prebivalcem udobno, cenovno ugodno, varno in okoljsko sprejemljivo dostopnost do javnih funkcij, delovnih mest, storitev in znanja«. Tudi Nacionalni program socialnega varstva (Resolucija, 2013) ima med cilji zapisano »izboljšanje razpoložljivosti in pestrosti ter zagotavljanje dostopnosti in dosegljivosti storitev in programov«. Glavni prostorski razvojni dokument na EU ravni predvideva »enakopraven dostop do storitev splošnega pomena« (Ministri, 2007). Tudi nova Evropska komisija je kot poslanstvo podpredsednika za demokracijo in demografijo opredelila »podporo podeželskim regijam pri ciljno usmerjenih reformah ali naložbah zlasti za izboljšanje infrastrukture in dostop do storitev« (Evropska komisija, 2019).

Tako je zapisano v dokumentih, v realnosti pa se v slovenskem, predvsem podeželskem prostoru zaenkrat kljub naporom oblikovalcev politik, pripravljavcev dokumentov in izvajalcev storitev srečujemo z drugačno stvarnostjo. Trgovine na podeželju se zapirajo, enako pošte, banke in podružnične šole, ukinjajo se linije javnega prometa, storitve se selijo na splet, pri čemer podeželski prostor ni vedno ustrezno pokrit s sodobnimi komunikacijskimi omrežji. Zaradi zmanjšanja števila prebivalstva oskrba za komercialne ponudnike storitev ni dovolj donosna, saj so stroški zagotavljanja storitev zaradi majhnega in razpršenega povpraševanja visoki (Gløersen idr., 2016). Vzrok takšnih trendov so zlasti

družbene, oz. natančneje, demografske spremembe. Zaradi staranja prebivalstva in zmanjševanja razmerja med delovno sposobnimi in starejšimi prebivalci se zmanjšuje obseg javnih virov, po drugi strani pa se dvigujejo potrebe po javnih izdatkih za zdravstvo in socialo. Pri oskrbi starejših se spreminjajo potrebe po oblikah in vrstah pomoči, kar prinaša nove izzive in zahteve po uvajanju novih in inovativnih pristopov. Zmanjševanje dostopnosti do storitev oz. spremenjeni načini dostopa (e-dostop) najbolj prizadenejo starejše prebivalstvo podeželskih območij, saj je njihova mobilnost slaba, novih tehnologij pa večinoma ne zmorejo uporabljati.

Prostorsko umestitev storitev in izzive njihovega zagotavljanja na prostoru Slovenije obravnavajo številne študije. Tudi posledice staranja prebivalstva so – predvsem v novejših študijah – posebej izpostavljene (Nared idr., 2016; Zavodnik Lamovšek idr., 2010; Klemenčič idr., 2008; Barbič in Prosen, 2005).

Z enakimi izzivi kot Slovenija, in predvsem njena slabše dostopna območja, se srečuje tudi celotno območje Alp. Tako je problematiko oskrbe prepoznal tudi program EU transnacionalnega sodelovanja Območje Alp 2014–2020 in med prednostne cilje za teme projektov, ki jih sofinancira iz sredstev Evropskega sklada za regionalni razvoj, umestil »povečanje zmogljivosti za zagotavljanje storitev splošnega pomena v spreminjajoči se družbi«. Med odobrene projekte se je v letu 2015 uvrstil tudi projekt INTESI Celostne prostorske strategije za zagotavljanje storitev splošnega interesa. Kot odgovor na razvojne izzive alpskega podeželja je bil cilj projekta zagotoviti dolgoročno oskrbo s storitvami splošnega pomena s pomočjo celostnih prostorskih strategij in politik. Projekt je obravnaval osem sektorjev javnih politik in sicer: splošni, regionalni razvoj, promet, telekomunikacije, osnovne dobrine, zdravstvo, socialno varstvo in izobraževanje. V projektu, ki je potekal od decembra 2015 do novembra 2018 je sodelovalo 10 partnerjev iz petih alpskih držav: Francije, Avstrije, Švice, Italije in Slovenije. Slovenski partner v projektu je bil Oddelek za krajinsko arhitekturo Biotehniške fakultete Univerze v Ljubljani. Pričujoči članek izhaja iz rezultatov tega projekta.

Aktivnosti projekta so vključevale analizo politik, regionalno analizo in pripravo regionalnih profilov ter pilotne aktivnosti za preizkušanje novih pristopov k zagotavljanju storitev in pripravo modela upravljanja integracije. V Sloveniji smo izvajali dve pilotni aktivnosti, eno s področja oskrbe z osnovnimi dobrinami in drugo, ki jo podrobneje prikazujemo v tem članku in se nanaša na področje iskanja inovativnih rešitev za zadovoljevanje potreb oskrbe starejših ljudi. Pilotne aktivnosti smo izvajali na območju Idrijsko-Cerkljanskega. Območje je bilo eno od devetih pilotnih lokacij v Alpah, ki so bila izbrana po naslednjih merilih: podeželski značaj, tipičen alpski hribovit relief, območje razpršene poselitve in nizke gostote prebivalstva, neugodna demografska struktura in nadpovprečna stopnja staranja prebivalstva ter obstoječe težave z zagotavljanjem storitev

splošnega pomena. Obe občini sta bili vključeni v projekt kot opazovalki in sta v projektu ves čas aktivno sodelovali.¹

Med rezultati projekta INTESI so tako dokumenti, ki so namenjeni oblikovalcem politik in odločevalcem na nacionalnih ravneh vseh držav partneric, na primer publikacija *Priporočila za celostne strategije upravljanja s prostorom*, pet tematskih knjižnic v spodbudo uveljavitvi integracije, nabor dobrih praks ter posamezna regionalna poročila², kot tudi konkretne aktivnosti in uvedene novosti na pilotnih območjih.

Predstavitvi pomena rezultatov projekta INTESI za izbrano testno območje Idrijsko-Cerkljanskega in predstavitvi njihove uporabe v praksi namenjamo v nadaljevanju posebno pozornost.

2 IZHODIŠČA IN UTEMELJITEV IZBIRE OBMOČJA

Tako kot v številnih drugih slabo dostopnih podeželskih območjih v Sloveniji (npr. Solčavsko, Bovško in Tolminsko, Zgornje Mežiška dolina, Zgornje Pokolpje) se tudi na Idrijsko-Cerkljanskem zapirajo oskrbne lokacije, podružnične šole, pošte in banke, ukinjajo se linije javnega prevoza.

Območje meri skupaj 425,3 km² in ima 16.328 prebivalcev (Cerkno: 4.580, Idrija: 11.748). Zaznamuje ga nizka gostota prebivalstva (35 preb./km² Cerkno, 40 Idrija; 103,7 Slovenija). V obdobju od 2009 do 2019 je število prebivalcev upadlo v občini Cerkno za 4 %, v Idriji za 1 %, medtem ko je v enakem obdobju v Sloveniji poraslo za 2 %. Prebivalstvo na tem območju se stara hitreje kakor v Sloveniji. V obdobju 2008–2017 se je delež starejših od 65 let povečal na 23 %, v celotni državi pa 19 %. Tudi demografske napovedi niso obetavne – napoved do leta 2030 kaže, da se bo celotno prebivalstvo na območju teh dveh občin zmanjšalo za 3 %, medtem ko se bo delež prebivalcev, starejših od 65 let, povečal za 14 %, delež mladih pa se bo zmanjšal za 9 % (Giuliani idr., 2017a). Vse navedene številke so nižje od povprečja za Slovenijo.

Idrijsko-Cerkljansko območje zaznamuje tudi zelo razgiban relief: visoke planote, strma pobočja, gozdnati hrbti, globoke doline in grape. Poselitev je razen v dolinskih delih zelo razpršena, dostopnost je zato v velikem delu območja zelo slaba. Zagotavljanje storitev je zaradi vseh navedenih dejavnikov velik izziv. Problematiko so že obravnavale nekatere nacionalne raziskave in študije, ki so bile podlaga za pripravo občinskih dokumentov (Nared idr., 2010; Nared idr.,

¹ Na državni ravni je bil opazovalec projekta Ministrstvo za okolje in prostor – Direktorat za prostor, graditev in stanovanja, ostali opazovalci so bili: RRA Severne primorske, d.o.o., Varstveno-delovni center Vrhnika-Idrija in Center za socialno delo Idrija.

² Rezultati projekta so dostopni na spletni strani slovenskega partnerja v projektu, t.j. Univerze v Ljubljani, Biotehniške fakultete na naslovu <http://www.bf.uni-lj.si/oddelek-za-krajinsko-arhitekturo/oddelek/raziskovalno-in-strokovno-delo/projekti/intesi/> in na spletni strani projekta <https://www.alpine-space.eu/projects/intesi/en/project-results>. Ob zaključku projekta je izšla tudi monografija *Izzivi zagotavljanja storitev splošnega pomena v 21. stoletju: celostnim pristopom naproti* (Marot idr., 2018a).

2011; Lampič idr., 2017), vendar predlogi ukrepov še niso bili testno izvedeni, kar je sodelujoče v projektu INTESI dodatno spodbudilo k izbiri tega območja.

Občini se pri zagotavljanju storitev za starejše srečujeta s številnimi problemi organizacije, financiranja in izvajanja storitev: domovi za starejše imajo premalo mest za namestitvev oskrbovancev, primanjkuje dnevnik centrov, izvajalci storitev pomoči na domu imajo premalo kadra, saj se povečuje obseg in raznovrstnost potrebne pomoči, izvajalci zdravstvenih storitev ne zadostijo vsem potrebam po specialističnih pregledih za starejše, zaradi ukinjanja avtobusnih linij so starejšim iz odročnejših predelov številne storitve nedostopne (Černič Mali idr., 2018). Eno izmed pilotnih aktivnosti projekta INTESI smo zato namenili iskanju novih rešitev za zadovoljevanje potreb po oskrbi starejših.

3 METODOLOGIJA

Temo oskrbe starejših smo izbrali skupaj z lokalno razvojno agencijo ICRA d.o.o. že na začetku projekta, aktivnosti smo nato podrobneje razvili glede na ugotovitve posameznih faz projekta. Pri analizi smo uporabili kombinacijo kvantitativnih in kvalitativnih pristopov. Demografska analiza območja v zadnjih 20 letih je bila pripravljena na podlagi podatkov Statističnega urada Republike Slovenije, projekcije za obdobje do leta 2030 je tako za Idrijsko-Cerkljansko kot tudi za ostala testna območja projekta INTESI pripravil raziskovalni inštitut EU-RAC Research iz Bolzana (Giuliani idr., 2017a; 2017b). Podatki o demografski strukturi in projekciji so za lokalno skupnost in izvajalce oskrbe nujni za oceno bodočih potreb po oskrbi starejših.

S pregledom obstoječih razvojnih dokumentov smo pridobili vpogled v stanje in razvojne usmeritve na območju. Znanje smo nadgradili z rezultati treh delavnic; eno smo izvedli z izvajalci različnih storitev splošnega pomena v obeh občinah in dve z uporabniki storitev, po eno za vsako občino. Cilji delavnic so bili oceniti dostopnost in kakovost različnih storitev, vključno z različnimi storitvami za starejše, opredeliti izzive in prednosti, preveriti pretekle in prihodnje naložbe ter predlagati ukrepe za izboljšanje storitev.

Analiza ponudbe storitev za starejše je bila narejena na podlagi polstrukturiranih intervjujev s ponudniki storitev za starejše. V analizo so bile vključene organizacije z območja in iz širše regije, ki nudijo storitve pomoči na domu, institucionalnega varstva, zdravstvene oskrbe, medgeneracijskih centrov, storitve nevladnih organizacij ter tisti, ki nudijo storitve za starejše s področij izobraževanja, kulture in rekreacije. V intervjujih so bile pridobljene informacije o vrstah storitev na območju, številu uporabnikov, izzivih ponudnikov in morebitnih novih potrebah uporabnikov. Ciljna skupina pilotne aktivnosti so bili starejši, ki živijo na svojih domovih, v intervjuje smo vključili tudi ponudnike institucionalne oskrbe, saj izvajajo storitve za nerezidente in imajo zato dober vpogled v potrebe

in izzive na področju storitev za starejše. Vključeni so bili izvajalci javnega in zasebnega sektorja (glej Černalogar idr., 2017a).

Povpraševanje po storitvah za starejše smo preverili z anketo med prebivalci občin Idrija in Cerklno, starimi 65 let in več, ki živijo na svojih domovih. Z vprašanji smo ugotavljali, katere storitve uporabljajo sedaj in kako so z njimi zadovoljni, katere naloge doma in zunaj opravljajo sami, katere s pomočjo drugih, kdo in kako pogosto jim pomaga itd., kot tudi potrebe, za katere pričakujejo, da jih bodo imeli v naslednjih petih letih. Večina od 112 vprašalnikov, uporabljenih za analizo, je bilo izpolnjenih med osebnimi obiski, ki jih je izvedla ICRA v sodelovanju z občinskima društvoma upokojencev in Karitasom (glej Černalogar idr., 2017b).

Na podlagi zbranih rezultatov analize demografskega stanja in projekcij bodoče starostne strukture prebivalstva, analize ponudbe in sedanjega ter ocene bodočega povpraševanja po storitvah za starejše smo identificirali ključne razkorake med ponudbo in povpraševanjem sedaj in v prihodnosti. Te informacije so ključne za oblikovanje bodočih politik in ukrepov oskrbe. Sledil je še vpogled v primere dobrih praks v tujini in doma, ki je tudi prispeval k oblikovanju nabora mogočih ukrepov. Nabor rešitev smo na diskusijskem srečanju preverili z deležniki iz lokalnega in regionalnega okolja (glej Marot idr., 2018) in nato oblikovali ter testno izvedli dva predloga rešitev ter pripravili akcijske načrte za izvedbo treh ukrepov inovativnih rešitev oskrbe starejših.

4 KLJUČNI RAZKORAKI MED PONUDBO IN POVPRŠEVANJEM

Poleg problemov, s katerimi se soočamo na celotnem prostoru države, to je pomanjkanjem mest v domovih za starejše in omejenimi kapacitetami dnevnega varstva za starejše ter pomanjkanjem drugih alternativnih oblik bivanja za starejše, so ponudniki izpostavili naslednje izzive oskrbe za starejše na Idrijsko-Cerkljanskem.

Prevozi za starejše. Pomanjkanje prevozov ovira dostop starejšim do zdravstvenih storitev in do ostalih aktivnosti, ki vključujejo nakupovanje, opravke na pošti ali banki, udeleževanje na družabnih in kulturnih dogodkih, izobraževanjih in pri socializaciji nasploh. Posebnih prevozov za starejše ni, storitve taksi prevozov so veliko finančno breme, nove oblike (npr. prevozi.org) so starejšim nedostopne. Tako ostajajo odvisni od pomoči sorodnikov, ki zaradi zaposlenosti pogosto niso na voljo. Najbolj prizadeti so starejši brez svojcev. Pomoč pri spremstvu in prevozu bi že sedaj potrebovala tretjina anketiranih, v prihodnjih petih letih skoraj polovica vprašanih. V višjih starostnih skupinah so te potrebe še bolj izrazite. Kar tri četrtine tistih, ki so izrazili željo po dnevni oskrbi, bodo potrebovali tudi prevoz. Povečane bodo tudi potrebe za prevoze do zdravstvenih storitev.

Povečane potrebe po storitvah pomoči na domu. Ponudniki storitev in tisti, ki so v zagotavljanje storitev za starejše vključeni posredno (na primer društva upokojencev), so navajali, da se potrebe po storitvah pomoči na domu večajo po številu uporabnikov in po obsegu dela s posameznim uporabnikom ter po obliki pomoči. Medtem ko je sedaj v storitve pomoči na domu vključena manj kot desetina vprašanih, jih pomoč v prihodnjih petih letih pričakujeta skoraj dve petini. Izvajalci pomoči že sedaj težko zadostijo potrebam, srečujejo se s kadrovskimi problemi, povečuje se tudi finančno breme občin.

Osamljenost starejših oziroma socialna izolacija. Za starejše so na Idrijsko-Cerkljanskem organizirane številne aktivnosti in druženja, a ker potekajo skoraj izključno v večjih in bolj dostopnih krajih, so tistim iz bolj oddaljenih naselij zaradi slabih prometnih povezav nedostopne. Z zapiranjem vaških trgovin, pošt in podružničnih šol starejši izgublajo tudi prostore za socializacijo. Tudi v anketi so starejši izrazili, da bodo v prihodnosti potrebovali več druženja oziroma storitev družabništva (sedaj nekaj manj kot desetina, v prihodnosti dve petini).

Starejši, ki ostajajo izključeni iz sistema socialne varnosti. V intervjujih so si bili ponudniki storitev enotni, da so v lokalnem okolju tudi starejši ljudje, ki njihove storitve potrebujejo in so do njih upravičeni, vendar ne zaprosijo zanje. Razlogi so različni, navedli so pomanjkanje informacij, slabo finančno situacijo, stigmatizacijo in sram, ki sta v relativno majhnih okoljih z močnimi socialnimi mrežami še posebej prisotna. Po opažanju enega od ponudnikov iz naše analize *»starejšim priseljencem ni nerodno, domačinom pa je za pomoč zaprositi težko, nerodno in so osebno prizadeti«*. K identifikaciji potreb v lokalnem okolju pomembno prispevajo informacije, ki jih socialnim in drugim javnim službam posredujejo prostovoljci programa *»starejši za starejše«*. Ta program je na Idrijsko-Cerkljanskem dobro razvit, a se srečuje s pomanjkanjem prostovoljcev, oz. pričakuje ta problem v bodoče.

Visoka stopnja zanašanja starejših na pomoč svojcev. Starejši se glede na rezultate ankete močno zanašajo na pomoč družinskih članov. Pri tistih opraviilih, kjer starejši potrebujejo pomoč, jim največkrat (v 80 %) pomagajo svojci. Enak obseg pomoči pričakujejo tudi v bodoče. *»Mi bodo že otroci pomagali«*, so pogosto izjavili anketiranci. Menimo, da so takšna pričakovanja pogosto nerealna zaradi sprememb življenjskega sloga, ki vključujejo razpad tradicionalne družine, podaljševanja delovne dobe, oddaljenost delovnih mest in zahtevnejše delovne obveznosti družinskih članov. Poleg tega je pomoč družinskih članov, tj. dejavnost neformalne oskrbe, podcenjena. Prav tako ni vzpostavljene povezave med formalno in neformalno oskrbo, kot tudi ni vertikalnega povezovanja izvajalcev storitev in oblikovalcev politik.

5 PREDLOGI IN TESTNA IZVEDBA UKREPOV

Rezultati analize ponudbe in povpraševanja so pokazali na pogloblitve razkorake med ponudbo in povpraševanjem po storitvah za starejše. Na delavnicah, v intervjujih s ponudniki in v anketi med starejšimi je bilo ugotovljeno, da je mest v domovih za starejše premalo. Po drugi strani so vsi vprašani soglasni, da ima čim daljše bivanje starejših v domačem okolju številne prednosti. Izvajalci te storitve na testnem območju so posebej izpostavili, da sta »*razvoj in dostopnost storitev v domačem okolju pomembna predvsem zaradi prednosti, ki jih prinese preživljanje zadnjega življenjskega obdobja v domačem okolju, vrednot, ki ljudi vežejo na dom, in v znanem okolju z bližnjimi ljudmi*« (Dom upokoјencev Idrija, 2017, 3). Takšne oblike pomoči tudi močno razbremenijo družinske člane, ki nudijo pomoč starejšim, in vplivajo na dvig kvalitete življenja oskrbovancev kot tudi oskrbovalcev (Hlebec idr., 2014, Drole idr., 2015, Ramovš, 2013). Velik in naraščajoč pomen pomoči na domu je razviden iz znanstvenih in strokovnih študij in mednarodnih dokumentov (Horner in Boldy, 2008; Davis idr., 2012, Filipovič Hrast idr., 2014; CE-Ageing platform, 2013). Razvoj storitev, ki potekajo v domačem okolju ali na domu uporabnikov, je tudi med prednostnimi usmeritvami Nacionalnega programa socialnega varstva (Resolucija, 2013). Pripravljalci nacionalnih poročil o izvajanju storitve pomoči na domu (npr. Nagode idr., 2018) opozarjajo na strmo naraščajoče in spremenjene potrebe starejših ter na težave pri zagotavljanju storitev. Izvajalci storitev so v letu 2017 poročali tudi o prekomernem številu ljudi na čakalnih seznamih.

Na Idrijsko-Cerkljanskem so storitve pomoči na domu zelo dobro organizirane, vendar pa se občini in izvajalci soočajo s problemi organiziranja, financiranja in izvajanja pomoči na domu, saj se število uporabnikov hitro večja in soočajo se s kadrovske težavami.

V odgovor na te izzive smo zato skupaj z ICRO pripravili in izvedli program *Izobraževanja za oskrbo starejših na domu*. S programom smo želeli usposobiti nove kadre za opravljanje storitev, ki bodo zadovoljevali potrebe starejših oseb po pomoči in oskrbi na domu, izboljšali kakovost njihovega življenja ter hkrati zapolnili primanjkljaj usposobljenih oskrbovalcev. V program smo želeli pritegniti osebe s podeželja, ki na domu skrbijo za ostarele svojece, kmete, ki razmišljajo o izvajanju socialnovarstvenih dopolnilnih dejavnosti na svoji kmetiji, brezposelne osebe, mlade ali že zaposlene, ki jim grozi izguba zaposlitve ter zato razmišljajo o pridobitvi nacionalne poklicne klasifikacije (NPK) za opravljanje poklica oskrbovalec na domu. Program je obsegal skupaj 75 ur teoretičnega dela in 75 ur praktičnega dela na oddelku Doma upokoјencev Idrija in na terenu. V programu je sodelovalo 13 udeleženk, 11 jih je program tudi uspešno zaključilo. Nekaj od njih se je po izpolnitvi ostalih zahtev za NPK tudi zaposlilo na delovnem mestu socialne oskrbovalke v Domu upokoјencev Idrija.

Izvajanje najrazličnejših pomoči na domu ne pomeni le boljšega zadovoljevanja potreb starejših, dviga kvalitete njihovega življenja in razbremenitve javnega sektorja, ampak tudi pomembno razvojno priložnost in nove zaposlitve. S ciljem podpreti podjetniške ideje s tega področja smo skupaj zasnovali, razvojna agencija ICRA pa izvedla, *Podjetniško-motivacijske delavnice*, ki so udeležence motivirale za oblikovanje podjetniških idej na področju oskrbe starejših. Udeleženci programa (skupaj 12, med njimi tudi nekatere udeleženske, ki so uspešno zaključile zgoraj opisano usposabljanje) so se seznanili s temeljnimi poslovnimi znanji, razumevanjem vloge podjetništva ter s tem, kako razvijati podjetne lastnosti in spretnosti, pridobili pa so tudi potrebna znanja za ustanovitev lastnega podjetja oziroma vzpostavitev dejavnosti. Motivirani so bili tudi za nadaljnje formalno ali neformalno izobraževanje s tega področja. Izobraževanje je vsebovalo teoretični del (20 ur) in individualna svetovanja v obsegu desetkrat po 2 uri. V okviru individualnih svetovanj so udeleženci lahko dobili odgovore na konkretna vprašanja za njihov primer oziroma podjetniško idejo.

Za področja ključnih izzivov oskrbe starejših so bili pripravljene trije akcijski načrti, ki predstavljajo strateška izhodišča za izboljšanje izbranih storitev s področja oskrbe za starejše in podlago za nadaljnje odločanje o izvedbi ustreznih ukrepov na Idrijsko-Cerkljanskem. Na osnovi pozitivnih izkušenj iz testne izvedbe programov izobraževanja za oskrbo starejših na domu in podjetniško-motivacijske delavnice je bil pripravljen *Akcijski načrt za spodbujanje podjetništva na področju oskrbe starejših*.

Na problem pomanjkanja finančno, organizacijsko in tudi tehnično dostopnih prevozov za starejše so opozorili tako ponudniki storitev za starejše, kot tudi uporabniki sami. Za povečanje mobilnosti starejših je bil pripravljen *Akcijski načrt za uvedbo brezplačnih prevozov za starejše*. Pripravljen je bil po modelu uspešno delujočega Zavoda Sopotniki (glej Černalogar idr., 2018).

Da bi omilili socialno izoliranost starejših posameznikov in v programe pomoči vključili tiste, ki jih iz najrazličnejših vzrokov programi zaenkrat ne dosežejo, ter zagotovili pravočasno pomoč in celostno obravnavo, je bil pripravljen *Akcijski načrt za uvedbo mobilnega socialnega delavca*.

6 UPORABA REZULTATOV IN PRIPOROČILA

Predstavniki Občine Idrija in Občine Cerkljevo so aktivno sodelovali pri vseh projektnih dogodkih in pri pripravi dokumentov. Pripravljene publikacije in različna poročila (regionalno poročilo, sintezna poročila, delavnice, diskusijsko srečanje ipd.) so bili neposredno uporabljeni pri pripravi lokalnih razvojnih dokumentov v testnem območju in sicer v primeru Celostne strategije Občine Cerkljevo (Občina Cerkljevo, 2018) in Inovativne strategije trajnostnega razvoja Občine Idrija (Občina Idrija, 2018, revidirana). S projektom INTESI smo s tem

uspeli zagotoviti povezanost projektov, ki se izvajajo v različnih prostorskih okvirih (transnacionalni, lokalni) in strateških usmeritev, zapisanih v več razvojnih dokumentih.

Tudi pilotne aktivnosti, izvedene v projektu INTESI, so bile ali pa bodo v bližnji prihodnosti prenesene v prakso, kar podrobneje opisujemo v nadaljevanju.

Rezultati testno izvedenega programa izobraževanja za oskrbo starejših na domu so bili pozitivni: ustvarjen je bil nov kader s potrebnimi znanji; udeleženkam je bilo omogočeno karierno napredovanje; izvajalec storitve lahko oskrbi več starejših oz. jim zagotavlja storitve v večjem obsegu. Izobraževanje je naletelo na dober odziv v širšem lokalnem okolju. Pripravljen akcijski načrt je podlaga za implementacijo ukrepov v obeh občinah. Razvojna agencija ICRA se že dogovarja za ponovno izvedbo programa. Program je možno ob morebitnih manjših prilagoditvah prenesti tudi v druga podeželska območja in s tem okrepiti oskrbo in število oskrbovalcev ter ponuditi nove poslovne priložnosti delovno aktivnim osebam na podeželju.

Z modifikacijo izvedenega programa izobraževanja za oskrbo starejših na domu bi lahko izvedli krajša izobraževanja za svoje in ostale bližnje, ki nudijo pomoč in podporo starejšim. Zaenkrat jim – vsaj v analiziranem podeželskem območju – niti ni zagotovljena podpora v smislu svetovanja in pridobivanja veščin oskrbe niti ne ostale oblike podpor. S tem bi okrepili in podprli izvajalce neformalne oskrbe.

Tudi podjetniško-motivacijske delavnice za storitve pomoči starejšim so prinesle pozitivne rezultate in so bile v lokalnem okolju odmevne. Udeleženci so v individualnih svetovanjih izkazali interes za izvajanje različnih dejavnosti oskrbe starejših, med drugim tudi za nudenje dnevnega bivanja za starejše. Razvoj teh in tudi nekaterih drugih oblik oskrbe starejših zaenkrat še vedno ovira neusklajena in neurejena zakonodaja.

Neposredno uresničitev rezultatov projekta INTESI oziroma ciljev Akcijskega načrta za zagotavljanje izbranih storitev splošnega pomena za starejše pomeni tudi uvedba brezplačnih prevozov za starejše. V Občini Idrija so jeseni 2019 storitev Sopotnik že uvedli, stroške zaposlitve krije občinski proračun, uporabo avtomobila omogoča sponzor – korporacija Hidria.

Tudi cilji iz akcijskega načrta za uvedbo mobilnega socialnega delavca se bodo predvidoma udejanjili. Občina Cerkljeva je ukrep vključila v pripravo projekta v programu LAS (lokalna akcijska skupina).

Rezultati projekta INTESI so na testnem območju pokazali izjemno velik pomen prostovoljstva pri oskrbi starejših. V podeželskem prostoru je to še posebej izrazito. Poleg ostalih skupin prostovoljcev (Karitas, Rdeči križ, ...) je za kakovostno življenje starejših pomemben tudi program Starejši za starejše. Obiski prostovoljcev iz tega programa so pomembni tako za zmanjšanje socialne izolacije starejših, za splošno izboljšanje informiranosti obiskovanih kot tudi

zato, ker ob obiskih lahko neposredno identificirajo potrebe posameznikov in o njih poročajo izvajalcem storitev. Program Starejši za starejše je pozitiven tudi z vidika uporabe obstoječega socialnega kapitala v kraju – starejši, ki program izvajajo, ostajajo fizično in psihično aktivni ter socialno vključeni. Program, ki pomeni tudi racionalizacijo porabe javnih finančnih sredstev, se srečuje s problemom pomanjkanja izvajalcev. Če želimo to in ostale oblike prostovoljstva kot pomembnega dodatnega vira zagotavljanja storitev za starejše obdržati tudi v prihodnje, je pomembno priznati pomen prostovoljstva, ga spodbujati in trajno sofinancirati njegove programe.

Opravljenе analize so pokazale, pilotne aktivnosti pa potrdile, da je za izboljšanje pomanjkljive oskrbe s storitvami še posebej v slabše dostopnih in redko poseljenih območjih potrebno poiskati nove, predvsem bolj integrirane rešitve, ki horizontalno in vertikalno povezujejo sektorje in izvajalce. Menimo, da je bil vzrok za uspeh izvedenega izobraževanja tudi dobro horizontalno povezovanje (sektorji za izobraževanje, socialo, zdravstvo) ter vertikalno povezovanje z vključevanjem deležnikov z različnih upravljaljskih ravni (nacionalna raven, lokalna razvojna agencija, medobčinski in lokalni izvajalci storitev, uporabniki). Tudi v uspešnem projektu brezplačnih prevozov Zavoda Sopotniki gre za kombinacijo zasebne iniciative in sredstev ter podpore lokalne skupnosti. Močno integrativno komponento ima tudi program Starejši za starejše, saj izvajalci med seboj povezujejo uporabnike in ponudnike storitev s področij sociale in zdravstva.

Za kakovostno življenje starejših in njihovo oskrbo morajo lokalne skupnosti poznati aktualne in bodoče potrebe po storitvah za starejše in spodbujati zasebne ponudnike k vključevanju v zagotavljanje storitev. To je možno le ob stalnem spremljanju kvantitativnih podatkov in ob vzpostavljenem strukturiranem dialogu in partnerstvih med vsemi deležniki. Za oblikovalce politik in odločevalce je ključno, da prepoznajo pomen stalnega sodelovanja z izvajalci ter vključevanja izkušenj in predlogov inovativnih rešitev v nove politike in ukrepe.

LITERATURA

- Barbič Ana in Prosen Anton (2005). *Izzivi in priložnosti podeželja*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- CE-Ageing platform (2013). *Green paper: Central European Ageing Strategy, Central European Knowledge Platform for an Ageing Society*. Dunaj: ZSI Centre for social innovation.
- Černalogar Dušanka, Lazar Jožica, Bizjak Mateja (2017a). Poročilo 2, *Poročilo o izvedbi načrtovanih aktivnosti do junija 2017 in predlog izvedbe nadaljnjih načrtovanih aktivnosti na Idrijsko-Cerkljanskem*. Idrija: ICRA d.o.o.
- Černalogar Dušanka, Lazar Jožica, Bizjak Mateja, Gantar Damjana (2017b). *Rezultati analize potreb in razvoja inovativnih rešitev za storitve splošnega pomena (SSP) za starejše in preveritev ponudbe v širšem območju Severno primorske*. Idrija: ICRA d.o.o.
- Černalogar Dušanka, Lazar Jožica, Bizjak Mateja (2018). *Akcijski načrt, ki vsebuje ukrepe za zagotavljanje izbranih SSP s področja oskrbe za starejše, Pilotna aktivnost I, Analiza in razvoj inovativnih rešitev za zagotavljanje izbranih SSP s področja oskrbe za starejše*. Idrija: ICRA d.o.o.
- Černič Mali Barbara, Kolarič Špela, Kostanjšek Barbara, Marot Naja (2018). WP-T2. Poročilo o izvedbi pilotnih aktivnosti za območje Idrijsko-Cerkljansko. PAI: Analiza potreb in razvoj inovativnih rešitev za storitve splošnega pomena (SSP) za starejše. Ljubljana: Biotehniška fakulteta Univerze v Ljubljani.

- Davis, S., N. Crothers, J. Grant, S. Young and K. Smith (2012). Being involved in the country: Productive ageing in different types of rural communities. *Journal of Rural Studies* 28 (4), 338-346.
- Dom upokoencev Idrija (2017). *Poročilo o izvajanju storitve Pomoč na domu v letu 2016 – Občina Idrija*. Idrija: Dom upokoencev Idrija.
- Drole Janja, Črnak Meglič Andreja, Lebar Lea, Nagode Mateja, Peternej Andreja, Šonc Anja, Toth Martin (2015). *Podpora samostojnemu bivanju v domačem okolju in dolgotrajna oskrba: zaključni dokument projekta s predlogi ukrepov, projekt AHA.SI*. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, Ministrstvo za zdravje, Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.
- Evropska komisija (2019) Mission letter, Vice-President-designate for Democracy and Democracy. Dostopno na: https://ec.europa.eu/commission/sites/beta-political/files/mission-letter-dubravka-suica_en.pdf (citirano 12.11.2019).
- Filipovič Hrast Maša, Hlebec Valentina, Knežević Hočevar Duška, Černič Istenič Majda Kavčič Matic, Jelenc-Krašovec Sabina, Kump Sonja, Mali Jana (2014). *Oskrba starejših v skupnosti: dejavnosti, akterji in predstave*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede, Založba FDV.
- Giuliani Clare, Hoffmann Christian, Laner Peter, Černič Mali Barbara., Kolarič Špela, Kostanjšek Barbara (2017a). *WP-T2, Deliverable 3.7.2, Assessment regional report: Idrija and Cerkno – Slovenija*. Bolzano: EURAC.
- Giuliani Clare, Hoffmann Christian, Laner Peter (2017b). *WP-T2, Deliverable 3.7.2, Assessment regional report: Synthesis Report*. Bolzano: EURAC.
- Gløersen, Erik, Borec Andrej, Price F. Martin M, Dax Thomas, Giordano Benito (2016). *Research for REGI Committee, Cohesion in the mountain regions of the EU*. Bruselj: DG for internal policies - Policy Department B: Structural and Cohesion Policies.
- Hlebec Valentina, Nagode Mateja, Filipovič Hrast Maša (2014). *Kakovost socialne oskrbe na domu: vrednotenje, podatki in priporočila*. Ljubljana : Fakulteta za družbene vede, Založba FDV.
- Horner Barbara, Boldy Duncan (2008). The benefit and burden of „ageing-in-place“ in an aged care community. *Australian Health Review* 32 (2): 356-65.
- Klemenčič Marijan M., Lampič Barbara, Potočnik Slavič Irma, Herakovič Andrej, Skobir Matjaž, Skušek Maja ... V: Klemenčič Vladimir (2008). *Življenjska (ne) moč obrobnihi podeželskih območij v Sloveniji*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete, Oddelek za geografijo.
- Lampič Barbara, Cigale Dejan, Kušar Simon, Potočnik Slavič Irma, Zupančič Jernej (2017). *Strokovna podpora fokusnim skupinam v sklopu priprave Strategije prostorskega razvoja Slovenije 2050, Sklop 4, Gorska in obmejna območja, Zaključno poročilo*. Ljubljana: Oddelek za geografijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani.
- Marot Naja, Matko Maruša, Kostanjšek Barbara, Černič Mali Barbara (2018). *Pregled dobrih praks s sporočilom diskusijskega srečanja*. Ljubljana: Biotehniška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Marot Naja, Černič Mali Barbara, Kolarič Špela, Kostanjšek Barbara, Laner Peter (2018a). *Izzivi zagotavljanja storitev splošnega pomena v 21. stoletju: celostnim pristopom naproti*. Ljubljana: Biotehniška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Ministri za urbani razvoj in teritorialno kohezijo (2007). *Teritorialna agenda 2020. Teritorialna agenda Evropske unije za bolj konkurenčno in trajnostno Evropo raznolikih regij, sprejeta na neformalnem srečanju ministrov za urbani razvoj in teritorialno kohezijo*, Leipzig, 24. in 25. maj 2007 [splet]. Dostopno na: https://www.gov.si/assets/ministrstva/MOP/Dokumenti/Urbani-razvoj/510d3bd19f/leipziska_listina.pdf (itirano 21.11.2019).
- Ministrstvo za okolje in prostor (2004). *Strategija prostorskega razvoja Slovenije Republike Slovenije*. Ljubljana: Ministrstvo za okolje in prostor, Urad za prostorski razvoj.
- Nagode Mateja, Lebar Lea, Ramović Sanel, Vidrih Nejc, Kobal Tomc Barbara (2018). *Izvajanje pomoči na domu, Analiza stanja v letu 2017, končno poročilo*. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.
- Nared Janez (2010). *SWOT-analiza za Občino Idrija. CAPA Cities, Delovni paket 5.2*. Ljubljana: Geografski inštitut Antona Melika Znanstvenoraziskovalnega centra Slovenske akademije znanosti in umetnosti.
- Nared Janez, Smrekar Aleš, Bole David, Kozina Jani, Fridl Jerneja, Polajnar Horvat Katarina, Gabrovec Matej, Repolusk Peter (2011). *Inovativna strategija trajnostnega razvoja Občine Idrija*. Ljubljana:

Geografski inštitut Antona Melika Znanstvenoraziskovalnega centra Slovenske akademije znanosti in umetnosti.

Nared Janez, Bole David, Breg Valjavec Mateja, Ciglič Rok, Černič Istenič Majda, Goluža Maruša, Kozina Jani, Razpotnik Visković Nika, Repolusk Peter, Rus Petra, Tiran Jernej (2016). *Policentrično omrežje središč in dostopnost prebivalstva do storitev splošnega in splošnega gospodarskega pomena: končno poročilo*. Ljubljana: Geografski inštitut Antona Melika Znanstvenoraziskovalnega centra Slovenske akademije znanosti in umetnosti.

Občina Cerklje (2018). *Celostna prometna strategija občine Cerklje*. Dostopno na: <http://sptm.si/wp-content/uploads/2019/04/Cerklje-CPS-2018.pdf> (citirano 12. 11. 2018).

Občina Idrija (2018). *Inovativna strategija trajnostnega razvoja Občine Idrija*. Dostopno na: <https://www.idrija.si/objava/69565> (citirano 25. 9. 2018).

Ramovš Jože, ured. (2013). *Staranje v Sloveniji – Raziskava o potrebah, zmožnostih in stališčih nad 50 let starih prebivalcev Slovenije*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Resolucija o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2013–2020 (2013). Uradni list RS, 39/2013, Ljubljana: Uradni list.

Zavodnik Lamovšek Alma, Fikfak Alenka, Barbič Ana, Baša Manica, Prosen Anton, Perpar Anton (2010). *Podeželje na preizkušnji: jubilejna monografija ob upokojitvi izrednega profesorja dr. Antona Prosena*. Ljubljana: Fakulteta za gradbeništvo in geodezijo.

Naslov avtoric:

Mag. Barbara Černič Mali, Urbanistični inštitut Republike Slovenije, Trnovski pristan 2, 1000 Ljubljana. E-pošta: barbara.cernic-mali@uirs.si

Doc. dr. Naja Marot, Univerza v Ljubljani, Biotehniška fakulteta, Oddelek za krajinsko arhitekturo, Jamnikarjeva 101, 1000 Ljubljana. E-pošta: naja.marot@bf.uni-lj.si

**Lidija Gradišnik, Danica Železnik, Uroš Maver,
Tomaž Velnar**

Pomen termalne vode za počutje starejših in njen vpliv na zdravje kože

POVZETEK

Koža je vsakodnevno izpostavljena škodljivim vplivom in se spreminja s staranjem. Na različne načine pa lahko na zdravje kože vplivamo tudi od zunaj. Eden izmed njih je uporaba vode v zdravilne namene. Voda, ki pride v stik z obolelo kožo, naj bi imela ugodne učinke na različna kožna obolenja, delovala naj bi protibolečinsko, protivnetno in restitucijsko, kar je pomembno tudi za kožo starejših, zato je priporočljiva za preventivno in terapevtsko uporabo predvsem pri tej skupini ljudi. Voda pa ne vpliva ugodno le na kožo, ampak tudi na splošno počutje starejših. Seveda so v sklopu zdraviliških aktivnosti ob uporabi termalne vode za to potrebni še drugi elementi in dejavniki iz okolja, kot so socialni stiki, počitek in okolje. Zdraviliške aktivnosti tako poleg ugodnih učinkov na telesno zdravje vodijo tudi k izboljšanju počutja, to pa se odraža tudi na koži.

Ključne besede: starejši ljudje, koža, počutje, termalna voda, fibroblasti, keratinociti.

AVTORJI

Lidija Gradišnik je magistrica socialne gerontologije in živilska tehnologinja; zaposlena je kot raziskovalka na Inštitutu za biomedicinske vede na Medicinski fakulteti v Mariboru. Njeno primarno področje raziskovanja so celične kulture, ljubiteljsko pa študira tudi socialno gerontologijo. Sodeluje pri projektih, katerih cilj je zdrava in aktivna starost.

Danica Železnik je redna profesorica s področja zdravstvenih ved in gerontologije. Zaključila je specializacijo iz gerontologije in rehabilitacije na Deaconal University College, Lovisenberg v Oslu na Norveškem in doktorat s področja zdravstvenih ved na University of Oulu, Faculty of Medicine na Finskem. Karierno pot je pričela v UKC Maribor na ortopedskem oddelku, kjer je delovala več kakor dvajset let. Kot prodekanica za izobraževanje je delovala na Univerzi v Mariboru, od leta 2009 pa opravlja funkcijo dekanice na Fakulteti za zdravstvene in socialne vede Slovenj Gradec.

Uroš Maver je farmacevt, raziskovalec in predavatelj na Medicinski fakulteti v Mariboru, kjer vodi Inštitut za biomedicinske vede. Med primarne raziskovalne usmeritve sodijo interdisciplinarne raziskave s fokusom na izboljšanju kvalitete življenja različnih bolnikov.

Tomaž Velnar je zaposlen kot zdravnik v UKC Ljubljana, aktiven pa je tudi na raziskovalnem področju. Raziskovalno redno sodeluje z ostalimi avtorji na kliničnem in predkliničnem področju.

ABSTRACT

The importance of thermal water for wellbeing of older adults and its impact on healthy skin

Everyday human skin is affected by environmental conditions and ageing; water may positively influence the skin physiology. Because of its beneficial properties, water is frequently used in the treatment strategies. It provides healing effects on various skin diseases, which are especially important for the skin of older people. Water does not only affect the skin but also positively influences the general wellbeing of older people. Therefore, it can be recommended for their preventive and therapeutic use. The spa activities, in addition to beneficial effects on physical health, also lead to improved wellbeing, which may as well be reflected in the skin.

Keywords: older people, skin, wellbeing, thermal water, fibroblasts, keratinocytes

AUTHORS

Lidija Gradišnik holds a Master's degree in Social Gerontology and is employed as a researcher at the Institute of Biomedical Sciences at the Faculty of Medicine – University of Maribor. Her primary field of research are cell cultures; additionally, she studies social gerontology. She is involved in healthy and active ageing projects.

Danica Železnik is a professor of health sciences and gerontology. She made specialization in gerontology and rehabilitation at Deaconal University College, Lovisenberg in Oslo, Norway and got her PhD degree in health sciences at University of Oulu, Faculty of Medicine in Finland. She has worked at UKC Maribor, department of orthopaedics for two decades. Since 2009 she has been working as a dean of the Faculty of Health and Social Sciences in Slovenj Gradec.

Uroš Maver is a pharmacist, researcher and lecturer at the Faculty of Medicine in Maribor, where currently is a head of the Institute of Biomedical Sciences. His primary research field is multi-disciplinary approach, focused on improvement of life of patients.

Tomaž Velnar is employed as medical doctor at the University Medical Centre Ljubljana and is also very active in research field, cooperating with other researchers; together they initiated a multicentre research on deficiency of vitamin D among older adults.

1 UVOD

Staranje je kompleksen proces, kjer prihaja v organizmu do različnih telesnih sprememb. S staranjem se spreminjajo vsi organski sistemi, vendar zelo različno. Eden izmed njih je tudi koža. Ta je izpostavljena številnim zunanjim vplivom in ščiti telo pred škodljivimi dejavniki iz okolice. Regeneracijske sposobnosti kože se z leti zmanjšajo, zato postane bolj občutljiva na zunanje vplive.

Zgodovinsko gledano je imela voda v medicini zelo pomembno vlogo. Že od prazgodovinskih časov naprej so zdravilci in kasneje zdravniki svojim pacientom svetovali uporabo izvirskih vod za kopanje in pitje. Zaradi zdravilnih učinkov in sestave je imela voda čaroben pomen in so jo uporabljali za zdravljenje različnih bolezni kože. Tudi danes je voda glavna komponenta zdravljenja pri različnih terapijah, ki jih imenujejo *spa terapije*. To poimenovanje izhaja iz latinskega jezika, je okrajšava za zdravje z vodo (*sanus per aquam*). Pri tej vrsti zdravljenja lahko vodo uporabljamo na različne načine; enteralno, kot vehikel za trdne komponente z zdravilnim učinkom, ali topično kot kopel. Slednje imenujemo balneoterapija in pomeni namakanje telesa v vodi z zdravilnimi učinki. To je starodavna metoda, namenjena preventivi, kurativi in rehabilitaciji, saj ima blagodejne učinke na sklepe, mišice, prebavo, sečila in prebavila, zdravi presnovne in mehkotivne bolezni ter ima dober učinek na splošno počutje. Z vodno terapijo lahko zdravimo in olajšamo tudi motnje spanja in negativne učinke stresa. Vse to pogosto srečamo pri starejših ljudeh (Burns idr., 2012; Morer idr., 2017).

V svetovni literaturi ni veliko raziskav, ki bi proučevale učinke termalne vode na zdravje starejših. Skopa so predvsem poročila o učinku termalne vode na kožo starejših ljudi. Voda, ki pride v stik z obolelo kožo, naj bi omogočila regeneracijo in zaščito kože, imela naj bi zdravilne učinke na različna kožna obolenja in delovala naj bi protibolečinsko, protivnetno ter restitucijsko. Voda pa ne vpliva ugodno le na kožo, ampak tudi na splošno počutje starejših. Neposrednemu učinku vode na kožo in preko stika z njo na ostale organe je tako ob lokalnem učinku pridružen tudi blagodejen splošni učinek. Ko pa govorimo o zdravljenju z vodo in na splošno o *spa terapijah*, ki jih vključujemo v ta kontekst, ne moremo pustiti ob strani še koristnega učinka okolja, kjer zdravljenje poteka. Tako na počutje ugodno vplivajo tudi ostali dejavniki, kot so milje, gibanje, sprostitvev, počitek, socialni stiki in druženje v zdravilišču in nenazadnje tudi izvajanje terapije (Grether-Beck idr., 2008; Riyaz idr., 2011; Zoller idr., 2015).

Iz navedenega je nedvomno, da so terapevtski učinki vode zelo pomembni za zdravje in normalno delovanje organizma, predvsem pri starejših. To ne velja le pri zdravljenju obolenj, ampak tudi za zdravo populacijo starejših ljudi. V vsakdanji medicinski praksi pa ta dejstva tako pacienti kot tudi izvajalci zdravstvenega varstva pogosto spregledajo. V preventivi in vsakdanjem življenju se namreč še vedno premalo posvečamo ugodnim učinkom vode, ki jih izkoriščamo največ v

naravnih zdraviliščih. Dokazano je, da zdraviliške aktivnosti in voda poleg ugodnih učinkov na telesno zdravje vodijo k izboljšanju počutja tudi preko socialnih stikov in družbene vključenosti (Riyaz idr., 2011).

2 STARANJE IN SPREMEMBE KOŽE MED STARANJEM

Staranje organizma je posledica staranja osnovnih gradnikov – celic in se najprej začne na celični ravni. Postopno zmanjševanje celične aktivnosti se kaže na delovanju organov, to pa se zrcali na celotnem organizmu. Makroskopsko te spremembe vidimo kot nastanek različnih kroničnih obolenj.

Za intrinzično staranje kože so značilne makroskopske spremembe. Koža postaja tanka, suha in atrofična, zmanjša se njena elastičnost in količina podkožnega maščobnega tkiva, zato se naguba. Pojavljati se začnejo pigmentacije, lasje in kožne dlavice začnejo izpadati. Na mikroskopskem nivoju staranje kože povzroča zmanjšanje števila epidermalnih izvornih celic, upad proliferacije in obnovitvene sposobnosti bazalnih keratinocitov, kar skupno vodi do zmanjševanja števila celic v epidermalni plasti. Poleg epidermisa se pojavljajo spremembe tudi v dermisu, ki se zaradi manjše vsebnosti vezivnega tkiva tanjša. Poleg intrinzičnega staranja pa lahko kožo dodatno okvarijo številni drugi, zunanji dejavniki in prispevajo k prezgodnjim starostnim spremembam. Tako je dokazano, da onesnaženje zraka vodi k hitrejšemu staranju kože. Ljudje, ki živijo v bližini zelo onesnaženih območij in so izpostavljeni visokemu deležu prašnih delcev in strupom v zraku, kot je dušikov oksid, so bolj nagnjeni k nastanku kožnih pigmentacij in izrazitemu gubanju (Kennedy idr., 2003). Podobno velja tudi za izpostavljenost tobačnemu dimu. Pospešuje staranje in gubanje kože, propad celic in njihovih produktov ter bolezenske spremembe, kot so telangiektazije in elastoza. Na nivoju kožnih celic tobačni dim povzroča oksidativne poškodbe nukleinskih kislin, moti potek celičnega cikla ter spodbuja izločanje vnetnih mediatorjev in matriksnih metaloproteaz, ki so odgovorne za razkroj bazalne membrane (Cole idr., 2018).

Pretirana izpostavljenost sončni svetlobi prav tako pospeši staranje kože. Akutni učinki se kažejo kot opekline različnih stopenj, čez čas pa z aberantno pigmentacijo, hiperplazijo lojnic in imunsko supresijo, kar na dolgi rok lahko vodi k nastanku malignomov. Ultravijolični žarki spektra A in B (UVA in UVB) imajo mutageni učinek. Žarki UVA so šibek mutagen, ki pa prodre v dermis in prispeva k oksidativnemu stresu ter spodbuja vnetne procese v tkivu. Žarki UVB so bolj mutageni zaradi neposrednega učinka na nukleinske kisline (Clatici idr., 2017).

Ob staranju so spremembe kože neizogibne, vendar jih je mogoče s pravilnim in zdravim načinom življenja ter z različnimi učinkovinami nekoliko upočasniti. Zato so razvili številne pristope za upočasnitev ali izboljšanje procesa staranja kože, od farmakoloških do nefarmakoloških ukrepov. Eden izmed teh je tudi uporaba *spa terapij* in termalnih vod, ki na kožo ugodno vplivajo. Obstajajo

različne zdravstvene dejavnosti, katerih cilj je spodbujanje zdravja, preprečevanje in zdravljenje bolezni ter rehabilitacija (Forestier idr., 2007). Terapevtski agensi, ki jih mineralne vode vsebujejo, delujejo sinergično s številnimi toplotnimi, mehanskimi in kemičnimi mehanizmi pri preprečevanju kožnih okvar in zdravljenju kožnih obolenj. Delovanje je lokalno, torej neposredno na kožo, z zaviranjem vnetnih procesov v koži, pospeševanjem eksfoliacije odmrlih kožnih plasti in regenerativnim učinkom na kožne celice. Drugi način delovanja mineralne vode je sistemski, kadar jo uporabniki koristijo za pitje ali ob vdihavanju naravnih plinov. Zelo učinkovita je tudi uporaba klimatskih dejavnikov za zdravljenje ali klimatoterapija, ki ugodno vpliva na telo in razpoloženje. Zato so centri, ki se ukvarjajo s *spa terapijo*, navadno zelo stari, s tradicijo, in so zaradi svojih zdravilnih lastnosti znani že tisoče let (Spilioti idr., 2017).

3 VPLIVI MINERALNE VODE NA STARANJE KOŽE

Organizem ima različne obrambne in reparativne mehanizme, s katerimi lahko do določene mere obnavlja in ohranja delovanje organov in tkiv. Obstajajo pa tudi različni načini, s katerimi lahko na ohranjanje zdravja in dolgoživost do določene mere vplivamo od zunaj. Uporabljamo jih v preventivnih in kurativnih pristopih (Cesari idr., 2016). Med njimi je na zelo pomembnem mestu uporaba mineralne in termalne vode, saj je znano, da ima voda blagodejne učinke na organizem. Zato je razumljivo, da terapijo z mineralnimi in termalnimi vodami pogosto vključujemo v zdravljenje ter za preventivne in rehabilitacijske namene, predvsem pri starejših ljudeh. Različne vrste naravnih terapij, ki pa ne vključujejo le vode, ampak tudi zrak, zemljo, zdravilno blato, sonce in ugodne klimatske razmere, združujemo pod imenom *spa terapije*. Zanje je dokazano, da pomagajo pri lajšanju telesnih in kognitivnih učinkov staranja (Maeda idr., 2018).

Koža je važen organ s številnimi funkcijami, izpostavljena pa je tudi mnogim obolenjem in zunanjim vplivom, ki jo lahko okvarijo. Pri vnetnih kožnih boleznih patogenetski procesi vključujejo številne celice: keratinocite, celice vezivnega tkiva (fibroblaste) in imunske celice. Za blaženje in zdravljenje teh obolenj pogosto uporabljamo balneoterapijo s kopanjem v termalni izvirski ali morski vodi, mnogokrat tudi v kombinaciji z ostalimi vrstami naravnih virov in z zdravili. Ta vrsta terapije ostaja priljubljena oblika zdravljenja dermatoloških in revmatoloških bolezni še danes, čeprav je stara že več stoletij. Ugodna klima balneoterapevtskih termalnih centrov pozitivno vpliva na zdravljenje luskavice in atopičnega dermatitisa. Toda to ni edini učinek *spa terapije*. Na kožo dobrodejno vplivajo še sestava in biokemične lastnosti mineralne vode, toplota izvirskih termalnih vod ter za regijo specifične podnebne razmere, ki skupaj pripomorejo k zmanjšanju vnetnih procesov v koži. Kombinacija fototerapije ali talasoterapije

z balneoterapijo lahko še dodatno okrepi protivnetne učinke mineralnih vod (Huang, 2018).

Mehanizem delovanja mineralne vode in tudi morske vode na kožne celice je podoben, vendar specifičen, kar se tiče sestavin, hitrosti delovanja, indikacij zdravljenja in učinkov. Pri zdravljenju gre za lokalne učinke vode, ki vsebuje številne ione, kot sta natrij in klor. Voda in ioni, ki pridejo v stik z vrhnjimi plastmi kože, prodirajo skozi in v kožnih celicah spremenijo osmotski tlak ter preko celičnih membranskih ionskih kanalov stimulirajo živčne receptorje v koži. Zdravilno delovanje mineralnih vod, ki vsebujejo različne soli, je posledica mehanizma, ki ga pogojujeta koncentracija in kakovost vsebujočih soli. Te pa v kožnih celicah sprožijo aktivacijo ali zaviranje celičnih apoptotskih ali nekrotičnih procesov s pomočjo celične osmoze. Ta osmotski mehanizem nato spreminja nedavno opisane mehansko občutljive celične transmembranske kanale, proteine, ki so vključeni v proces signaliziranja. Gre torej predvsem za adsorpcijo ali absorpcijo in penetracijo raztopljenih ionov v mineralnih vodah skozi kožo z lokalnimi učinki (Carbajo idr., 2018; Grether-Beck idr., 2008).

Proliferacija in migracija kožnih celic, keratinocitov in fibroblastov sta bistvena za regeneracijo in reparacijo kožne pregrade po različnih poškodbah kože. Termalne vode, ki vsebujejo številne soli in elemente v sledovih (kot sta bor in mangan, ki sta prisotna v nekaterih termalnih izvirih v visokih koncentracijah), lahko pripomorejo k boljšemu in hitrejšemu celjenju ran. Na celičnih modelih v poskusih *in vitro* so ugotovili, da imajo te soli pozitivne učinke na celično kulturo keratinocitov. Že po 24-urni inkubaciji kulture keratinocitov z vodo, ki vsebuje borove soli v koncentracijah od 0,5 µg/ml do 10 µg/ml in manganove soli v koncentracijah od 0,1 µg/ml do 1,5 µg/ml, pride do pospešenega zaprtja rane v primerjavi s kontrolno kulturo. Učinke hitrejšega celjenja so pripisali delovanju bora in mangana v mineralni vodi, ki ugodno vplivata na celjenje ran s tem, da povečujeta migracijo keratinocitov, ki nato rano epitelizirajo in zaprejo. Seveda pa opisana elementa nista edina, ki ju termalne vode vsebujejo in ki ugodno delujeta na celjenje. Raziskovalci so proučevali tudi vpliv ostalih mikroelementov, kot so kalcij, cink in mangan. Ti so ključni za mehanizme migracije in adhezije v procesu obnove kože in celjenja ran (Carbajo idr., 2018).

Termalno vodo lahko uporabljamo tudi za zmanjševanje ali zaviranje nekaterih škodljivih učinkov izpostavljenosti kože staranju in ne le za olajšanje celjenja ran. Poskusi so pokazali, da se ob dodatku te vode celični kulturi keratinocitov v celicah poveča izražanje genov, ki so povezani s homeostazo kože. Spremembe so bile opazne na bolj uravnoteženi proliferaciji keratinocitov, v mehanizmih popravljanja napak dednega zapisa ter pri večjem izražanju antioksidantov in rezistenci na oksidativni stres. Na celičnem nivoju so mineralne vode spodbujale izražanje genov, ki so vključeni v zaščito celic, celični cikel, dolgoživost in uravnavanje hidracije humanih keratinocitov (Spilioti idr., 2017).

Mineralne vode poleg pospeševanja proliferacije in diferenciacije keratinocitov ugodno učinkujejo tudi na fibroblaste, vezivne celice kože, ker zaradi svojih sestavin različno delujejo na fibroblaste različnih starosti. Tako je ob dodatku mineralne vode v celični kulturi izraženo predvsem širjenje mladih fibroblastov, nekoliko manj pa je povečana proliferativna aktivnost starih fibroblastov. Za obnovo kože, predvsem pri poškodbah, so pomembne predvsem mlade celice, torej mladi fibroblasti, ki se razrastejo v dermisu, na te pa ima mineralna termalna voda največji učinek (Sasaki idr., 2005).

Mineralne in termalne vode pa nimajo ugodnega vpliva le na kožne celice, ampak še na druge vrste celic, med katerimi so pomembne tudi vnetne celice, endotelijske celice in celo celice respiratornega trakta. Termalne vode tako zaradi vsebnosti različnih koristnih snovi uporabljamo pri spodbujanju zdravja, preprečevanju in zdravljenju bolezni in pri rehabilitaciji. Zaradi številnih ugodnih učinkov na zdravje pa jih vse bolj uporabljamo tudi za kozmetične namene (Mac-Mary idr., 2006).

4 VPLIVI MINERALNE VODE NA KOŽO IN NA KREPITEV CELOSTNEGA ZDRAVJA V STAROSTI

S staranjem pride v organizmu do številnih sprememb. Te so: 1. telesne, 2. kognitivne in psihološke ter 3. socialno-ekonomske. Učinki mineralne vode na organizem lahko nekatere od teh težav ublažijo.

TELESNE SPREMEMBE

Določene težave med staranjem lahko sicer omilimo in lajšamo, vendar pa počasno upadanje delovanja organizma napreduje zaradi staranja organov in organskih sistemov. Preučevanja učinkov delovanja mineralne vode na organizem v obdobju staranja so pokazala, da ob rednih terapijah z namakanjem v mineralni vodi in s parnimi kopelmi pri starejših ljudeh pride do znatnega zmanjšanja krvnega tlaka, izboljšanja splošnega počutja, dviga telesne temperature in zmanjšanja mišičnih in skeletnih bolečin ter izboljšanja funkcije sklepov. Dober učinek ima termalna voda na zdravljenje psoriatičnega artritisa in fibromialgije, revmatičnih obolenj ter nekaterih pljučnih bolezni. Terapije z mineralno in termalno vodo, poleg ugodnega učinka na zdravljenje skeletnih in kardiovaskularnih obolenj, zmanjšujejo tudi verjetnost za nastanek nekaterih bolezni kože in upočasnijo njeno staranje. Pomagajo pri blaženju kožnih brazgotin ter ugodno vplivajo na preprečevanje sladkorne bolezni in nastanek metabolnega sindroma. Nastanek teh bolezni je v starosti bolj verjeten, njihov potek težji, zdravljenje z mineralnimi in termalnimi vodami v sklopu *spa terapij* pa lahko nekatere težave učinkovito ublaži ali odpravi (Forestier idr., 2007).

PSIHOLOŠKE IN KOGNITIVNE SPREMEMBE

Psihološke in kognitivne spremembe, ki se v obdobju staranja pojavijo, ljudje različno dojemajo. Pozitivne učinke delovanja mineralnih in termalnih vod v sklopu *spa terapij* so redke raziskave potrdile tudi na področju izboljšanja kognitivnih funkcij, zdravljenja demence ter depresivnih simptomov. O pomembnem izboljšanju kognitivnih funkcij so poročali ruski in japonski raziskovalci, ki so pri pregledu z ocenjevalnima lestvicama s kratkim preizkusom spoznavnih sposobnosti (*Mini Mental State*) in z lestvico za oceno stopnje demence (*Dementia Scale Assessment Mood*) potrdili ugodno delovanje termalne vode in parnih kopeli na zmanjšanje kognitivnih motenj v geriatričnih bolnišnicah (Yusupalieva, 2016).

SPREMEMBE SOCIALNE MREŽE

Raziskave so potrdile, da tudi zdraviliški turizem in blagodejni učinki mineralnih in termalnih vod pripomorejo k izboljšanju počutja, ne samo preko zdravilnih in sproščujočih učinkov na telo, ampak tudi s krepitvijo in ustvarjanjem medsebojnih stikov in druženjem, ko so ljudje v zdraviliškem okolju (Strauss-Blasche idr., 2002).

Socialna mreža se v obdobju staranja spreminja in zato so lahko za človeka socialne spremembe v tem obdobju še posebej problematične. Znano je, da socialne povezave izrazito vplivajo na starejše ljudi. Dobro počutje je povezano tudi z dobro komunikacijo v svojem ožjem in širšem okolju in z ohranjanjem stikov. Zaradi krčenja socialnih povezav in posledičnih sprememb v socialnem okolju je lahko moteno tudi dobro počutje starejših. Socialna vključenost starejših ljudi pripomore k izboljšanju splošne kondicije in zdravja, kar vodi h krepitvi medgeneracijskega sožitja in povečuje doprinos te starostne skupine k skupnosti. To je eden izmed bistvenih elementov za uspešno staranje v vseh vidikih. Starejši ljudje, ki imajo močno emocionalno podporo in so veliko v družbi družine in prijateljev, imajo namreč tudi manj zdravstvenih težav. Ugotovili so, da gre predvsem za zmanjšanje kognitivnega upada, življenjska doba pa je daljša (Hata in Nakajima, 2000). To velja za vse vrste druženja, kjer se posameznik dobro počuti, je sprejet in lahko uspešno navezuje stike.

Uspešno staranje je povezano tudi z dobrim počutjem in s sposobnostjo prilagajanja na raznovrstne spremembe v tem obdobju. Veliko starejših ljudi poskuša obdržati aktiven življenjski slog. To je namreč važno za dobro počutje in samozavest. K temu največ pripomoreta posameznik in družba. Namen je povečati delež starejših, ki so sposobni čim dlje živeti v domačem okolju in ostati samostojni, ter tistih, ki ohranijo dejavno družbeno vlogo in uživajo poln zdravstveni potencial. Koristnost socialnih povezav za starejše in njihov dobrodejni vpliv na dolgoživost bi morali zato bolj poudarjati tudi v družbi in stroki. Eden izmed takih profilov so socialni gerontologi. Z razumevanjem in poznavanjem problematike starejšega prebivalstva lahko prispevajo k izboljšanju psihofizične kondicije in

življenjskega sloga ter pri spodbujanju kakovostne in zdrave starosti. Ker so zdravi ljudje aktivnejši, s tem krepijo tudi socialne povezave. Različne bolezenske težave lahko učinkovito zmanjšamo z blagodejnimi učinki termalnih vod in drugimi dejavniki, povezanimi z balneoterapijo in različnimi vrstami toplotne terapije z ugodnim celotnim rezultatom zdravljenja, če pri tem upoštevamo še druženje in bivanje v prijetnem okolju (Hata in Nakajima, 2000; Strauss-Blasche idr., 2002).

Ekonomske spremembe so v starosti prav tako pomemben dejavnik, ki ga ne moremo zanemariti. Finančna preskrbljenost do določene mere omogoča samostojnost in odpira različne možnosti. Če je tudi domače okolje neurejeno, to vodi še v dodatno osamo, stres, poslabšanje življenjskega stila in zdravstvenega stanja. S tem so povezani tudi elementi, ki smo jih opisali v predhodnih odstavkih.

5 ZA KONEC

Znano je, da imajo termalne vode blagodejne učinke na organizem, saj vsebujejo terapevtske snovi, ki na kožo ugodno vlivajo preko fizikalnih in kemičnih mehanizmov. Zato jih uporabljamo pri spodbujanju in ohranjanju zdravja kože, preprečevanju in zdravljenju kožnih okvar in obolenj ter na splošno pri izboljšanju počutja (Elkhyat idr., 2004; Ghersetich idr. 2001).

Zdraviliške aktivnosti in uporaba termalne vode so za starejšo populacijo velikega pomena in so pri njih na splošno zelo priljubljene. V procesu staranja organizma so spremembe kože eden izmed prvih in bolj vidnih zunanjih znakov, kar pa je do določene mere mogoče upočasniti. Starejši ljudje se po zunanji uporabi termalne vode dobro počutijo, saj voda ne deluje ugodno le na kožo, ampak tudi na splošno telesno počutje. Tukaj gre za sinergično delovanje več dejavnikov, ki vključujejo še okolje, klimo, sprostitvev in počitek. Dokazano je, da je pri izboljšanju počutja starejših pomembno tudi ustvarjanje in krepitev medsebojnih stikov ter druženje, ko so ljudje v zdraviliškem okolju. Veliko raziskav je potrdilo, da so stiki in prijetni medsebojni odnosi eden izmed pomembnih dejavnikov za dobro počutje.

Z aktivnejšim vključevanjem starejših v zdraviliške aktivnosti bi lahko pomagali pri lajšanju telesnih sprememb, ki se pojavljajo v obdobju staranja. Ker v sodobni družbi narašča delež starejših, je izboljšanje položaja starejših z ustreznim načrtovanjem, organizacijo in obravnavo poglobitno za pripravo na kolikor je mogoče aktivno in zdravo starost. Te aktivnosti se morajo v družbi začeti že dovolj zgodaj in zato je potrebno aktivneje vključevati tudi predstavnike mlajših generacij. Poleg posameznikov samih in zdravstvenega osebja lahko k temu veliko prispevajo tudi socialni gerontologi (Ljubuncic idr., 2008; Strauss-Blasche idr., 2002).

LITERATURA

- Burns Eileen in Shereena Nair (2012). New horizons in care home medicine. *Age Ageing* 43(1): 2-7.
- Carbajo Jose Manuel in Francisco Maraver (2018). Salt water and skin interactions: new lines of evidence. *Int J Biometeorol* 62(8):1345-1360.
- Cesari Matteo, Martin Prince, Jotheeswaran Amuthavalli Thiyagarajan, Jotheeswaran Amuthavalli Thiyagarajan, Islene Araujo De Carvalho, Roberto Bernabei, Piu Chan, Luis Miguel Gutierrez-Robledo, Jean-Pierre Michel, John E. Morley, Leocadio Rodriguez Manas, Alan Sinclair, Chang Won, John Beard, Bruno Vellas (2016). Frailty: An Emerging Public Health Priority. *J Am Med Dir Assoc* 17(3): 188-192.
- Clatici Victor Gabriel, Daniel Racoceanu, Claude Dalle in Simona Fica (2017). Perceived Age and Life Style. The Specific Contributions of Seven Factors Involved in Health and Beauty. *Maedica (Buchar)* 12(3): 191-201.
- Cole A. Megan, Taihao Quan, John J. Voorhees in Gary J. Fisher (2018). Extracellular matrix regulation of fibroblast function: redefining our perspective on skin aging. *J Cell Commun Signal* 12(1): 35-43.
- Elkhyat Ahmed, Carol Courderot-Masuyer, Sophie Mac-Mary, Stéphanie Courau, Tijani Gharbi in Philippe Humbert (2004). Assessment of spray application of Saint GERVAIS water effects on skin wettability by contact angle measurement comparison with bidistilled water. *Skin Res Technol* 10(4): 283-286.
- Forestier Romain, Antoninne Françon in Fraise Saint Arroman (2007). Are SPA therapy and pulsed electromagnetic field therapy effective for chronic neck pain? Randomised clinical trial. Second part: medicoeconomic approach. *Ann Readapt Med Phys* 50(3): 148-153.
- Ghersetich, Ilaria, Benedetta Brazzini, Jana Hercogova in Torello M. Lotti (2001). Mineral waters: instead of cosmetics or better than cosmetics? *Clin Dermatol* 19(4): 478-482.
- Grether-Beck Susanne, Kathrin Muhlberg, Heidi Brenden, Ingo Felsner, Asa Brynjo, Ifsdottir, Sigurbjorn Einarsson in Jean Krutmann (2008). Bioactive molecules from the Blue Lagoon: in vitro and in vivo assessment of silica mud and microalgae extracts for their effects on skin barrier function and prevention of skin ageing. *Exp Dermatol* 17(9): 771-779.
- Hata Yokuri in Kana Nakajima (2000). Life-style and serum lipids and lipoproteins. *J Atheroscler Thromb* 7(4): 177-197.
- Kennedy Cornelis, Maarten T. Bastiaens, Rein Willemze, Jan N. Bouwes Bavinck, Chris D. Bajdik in Rudi G. J. Westendorp (2003). Effect of smoking and sun on the aging skin. *J Invest Dermatol* 120(4): 548-554.
- Ljubuncic Peter, Antje Globerson in Andrew Z. Reznick. (2008). Evidence-based roads to the promotion of health in old age. *J Nutr Health Aging* 12(2): 139-143.
- Mac-Mary Sell, Paiti Creidi, Dale Marsaut, Cole Courderot-Masuyer in Victor Cochet (2006). Assessment of effects of an additional dietary natural mineral water uptake on skin hydration in healthy subjects by dynamic barrier function measurements and clinic scoring. *Skin Res Technol* 12(3): 199-205.
- Maeda Toyoki, Yoshihiro Kudo, Takahiko Horiuchi in Naoki Makino (2018). Clinical and anti-aging effect of mud-bathing therapy for patients with fibromyalgia. *Mol Cell Biochem* 444(1-2): 87-92.
- Morer, Carla, Christian-François Roques, Alain Françon, Romain Forestier in Francisco Maraver (2017). The role of mineral elements and other chemical compounds used in balneology: data from double-blind randomized clinical trials. *Int J Biometeorol* 61(12): 2159-2173.
- Riyaz Najeeba in Faiz Riyaz Arakkal (2011). Spa therapy in dermatology. *Indian J Dermatol Venereol Leprol* 77(2): 128-134.
- Sasaki Hiroko, Taketo Itoh, Hirohiko Akamatsu, Hiroyuki Okamoto in Takeshi Horio (2005). Effects of calcium concentration on the SOD activity and UVB-induced cytotoxicity in cultured human keratinocytes. *Photodermatol Photoimmunol Photomed* 21(1): 9-14.
- Spilioti Eliana, Margarita Vargiami, Sophia Letsiou, Konstantinos Gardikis, Varvara Sygouni, Petros Koutsoukos, Ioanna Chinou, Eva Kassi in Paraskevi Moutsatsou (2017). Biological properties of mud extracts derived from various spa resorts. *Environ Geochem Health* 39(4): 821-833.
- Strauss-Blasche Greitz, Cargli Ekmekcioglu, Gunze Vacariu, Hal melchart, Victor Fialka-Moser in Werner Marktl (2002). Contribution of individual spa therapies in the treatment of chronic pain. *Clin J Pain* 18(5): 302-309.

Yusupalieva Marina (2016). The possibilities for the correction of the co-morbid anxiety and depressive disorders in the patients suffering from chronic obstructive pulmonary disease by the methods of climatic therapy. *Vopr Kurortol Fizioter Lech Fiz Kult* 93(3): 29-33.

Zoller Nadja, Eva Valesky, ^{Matthias Hofmann}, Jürgen Bereiter-Hahn, August Bernd, Roland Kaufmann, Markus Meissner in Stefan Kippenberger (2015). Impact of Different Spa Waters on Inflammation Parameters in Human Keratinocyte HaCaT Cells. *Ann Dermatol* 27(6): 709-714.

Naslovi avtorjev:

Lidija Gradišnik, Inštitut za biomedicinske vede, Medicinska fakulteta Maribor, Taborska 8, 2000 Maribor in AMEU-ECM, Slovenska 17, 2000 Maribor.

E-naslov: lidija.gradisnik@um.si

Danica Železnik, Fakulteta za zdravstvene in socialne vede Slovenj Gradec, Glavni trg 1, 2380 Slovenj Gradec.

E-naslov: danica.zeleznik@gmail.com

Uroš Maver, Inštitut za biomedicinske vede, Medicinska fakulteta Maribor, Taborska 8, 2000 Maribor.

E-naslov: uros.maver@um.si

Tomaž Velnar, Klinični oddelek za nevrokirurgijo, UKC Ljubljana, Zaloška 7, 1000 Ljubljana.

E-naslov: tvelnar@hotmail.com

Vesna Zupančič, Torsten Breuerbach Larsen

Prizadevanja za razvoj kulture varnosti v domovih za starejše

POVZETEK

Kultura varnosti je potreben kazalnik kakovosti v zdravstvenih in socialno-varstvenih zavodih. Razumevanje kulture varnosti v socialnem varstvu je manj razvito kakor v bolnišnicah, saj kultura varnosti v domovih za starejše še ni podrobno raziskovana. V prispevku so predstavljene ugotovitve ocene stanja na področju razvoja kulture varnosti v domovih za starejše v Sloveniji. Uporabljen je bil kvantitativni pristop. Za oceno stanja je bilo k izpolnjevanju namensko razvitega vprašalnika preko spletnega vmesnika 1Ka s povabilom preko e-pošte v septembru 2019 zaproseno vodstvo domov za starejše v Sloveniji. V analizo je bilo vključenih 17 izpolnjenih vprašalnikov iz skupno 15 domov za starejše (13 % stopnja odzivnosti). Rezultati kažejo, da merjenje kulture varnosti v slovenskih domovih za starejše ni uveljavljeno, tečejo pa aktivnosti za zagotavljanje varnosti in razvoj kulture varnosti. Te ne potekajo sistematično v smislu celovitega sistema upravljanja s kakovostjo in varnostjo, kar sodelujoči umeščajo v načrt za prihodnost. Obeležanje mednarodnega dneva varnosti pacientov (17. september) še ni uveljavljeno. Skrb za varnost je prisotna, potrebno jo je umestiti med področja posebnega pomena v vse domove za starejše. Prizadevanja za varnost je potrebno nadgraditi in povezati v nacionalno podprt celovit sistem upravljanja s kakovostjo in varnostjo. Ugotovitve te študije je potrebno upoštevati pri pilotnem preverjanju (v septembru 2020) in pri uveljavitvi nacionalnega sistema upravljanja z varnostnimi odkloni in tveganji za varnost, vključno z nacionalnim merjenjem kulture varnosti v domovih za starejše, kar je načrtovano za konec leta 2021.

Ključne besede: izvajalci zdravstvene dejavnosti, domovi za starejše, varnost pacientov-stanovalcev, merjenje kulture varnosti, sistem upravljanja s kakovostjo in varnostjo v dolgotrajni oskrbi.

AVTORJA

Doc. dr. **Vesna Zupančič**, je diplomirana medicinska sestra, s končanim študijem socialne pedagogike in z magisterijem iz vzgoje in menedžmenta v zdravstvu. Zaposlena je na Ministrstvu za zdravje v Direktoratu za zdravstveno varstvo, Sektor za varnost, kakovost in učinkovitost v zdravstvu, in kot docentka na Fakulteti za zdravstvene vede Novo mesto Univerze v Novem mestu. Je tudi zastopnica pravic oseb s težavami v duševnem zdravju. Na Ministrstvu za zdravje se intenzivno ukvarja s kakovostjo in varnostjo v zdravstvu. Je vodja

projekta posodobitve sistema poročanja in učenja stranskih in drugih neželenih dogodkov v zdravstvu.

Torsten Breuerbach Larsen, magister iz estetike in kulture na danski agenciji za varnost. Vodi oddelek za znanje in učenje. Je izkušen vladni uslužbenec na področju izvajanja zakonodajnih ukrepov, izmenjave znanja in varnosti pacientov. Bil je sodelujoči ekspert v okviru tehnične pomoči Evropske komisije Sloveniji pri projektu posodobitve sistema poročanja in učenja stranskih in drugih neželenih dogodkov v zdravstvu.

ABSTRACT

Efforts to develop a safety culture in the homes for the elderly

Introduction: A safety culture is a necessary indicator of quality in health and social care institutions. Understanding the safety culture within social care is less developed than in hospitals. The safety culture in homes for the elderly has not yet been thoroughly explored. The article presents the findings of an assessment of the state of development of a safety culture in homes for elderly in Slovenia.

Method: A quantitative approach was used. The management of the homes for elderly people in Slovenia was asked via e-mail invitation to assess the situation by completing a purposefully developed questionnaire via the 1Ka web interface in September 2019. The analysis included 17 completed questionnaires from a total of 15 homes for the elderly (13% response rate). **Results:** Measuring the safety culture in homes for the elderly in Slovenia is not established, activities to ensure safety and develop a safety culture are underway. These are not systematically conducted in terms of a comprehensive quality and safety management system, which participants put in a plan for the future. The International Patient Safety Day (September 17) is not celebrated. **Discussion:** Concern for safety is present and should be placed in areas of particular importance in all homes for the elderly. Safety efforts need to be upgraded and integrated into a nationally supported comprehensive quality and safety management system. **Conclusion:** The findings of this study should be taken into account in the pilot verification (September 2020) and the implementation of the national safety incident and safety risks system including a national measurement of the safety culture, planned for the end of 2021.

Key words: providers of health care, homes for the elderly, safety patients-residents, measurement of safety culture, management system of quality and safety in long term care.

AUTHORS

Vesna Zupančič, Ph.d., Assistant Professor, is a registered nurse with completed studies in social pedagogy and with a master's degree in education and management in health care. She is employed by the Ministry of Health in the

Directorate of Health, Department for Safety, Quality and Efficiency in Health, and as an Assistant Professor at the Faculty of Health Sciences Novo mesto, University of Novo mesto. She is also a representative of rights to people with mental health problems. At the Ministry of Health, she is intensively engaged in quality and safety in health care. She is the leader of the project of modernizing the system of reporting and learning from sentinel and other adverse events in health care.

Torsten Breuerbach Larsen, Master of Aesthetics and Culture from the Danish Patient Safety Authority, Copenhagen. He is the head of the Division of Knowledge and Learning. He is experienced government official within the field of implementation of legislative measures, knowledge sharing and patient safety. He was a participating expert in the technical assistance of the European Commission to Slovenia in the of modernizing the system of reporting and learning from sentinel and other adverse events in health care.

1 UVOD

Kultura varnosti v domovih za stare ljudi je tema, ki je do sedaj niso podrobno raziskovali. Kljub temu, da je kultura varnosti sprejeta kot pomemben kazalnik kakovosti v vseh zdravstvenih in socialnih ustanovah, je njeno razumevanje v socialnem varstvu manj razvito kakor v bolnišnicah (Gartshore et al., 2017). Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije eden od desetih pacientov v času bolnišnične obravnave doživi varnostni odklon (WHO, 2019), medtem ko AHRQ¹ (2018) ugotavlja, da v (institucionalni) dolgotrajni oskrbi doživi varnostni odklon v času oskrbe eden od petih pacientov-stanovalcev. Polovica jih zaradi posledic varnostnega odklona potrebuje hospitalizacijo. Od 45 do 55 % varnostnih odklonov je prepričljivih.

Na ravni Evropske komisije (2014) so bila pripravljena priporočila za vzpostavitve nacionalnih sistemov za spremljanje varnostnih odklonov. Služba za strukturni razvoj Evropske komisije (SRSS) nudi tehnično pomoč državam članicam za izboljšanje varnosti pacientov, katere prejemnica je tudi Slovenija (Ministrstvo za zdravje, 2019). Svetovna zdravstvena organizacija je v letu 2019 potrdila 17. september kot svetovni dan varnosti pacientov, ki je potekal pod sloganom *Govorite o varnosti!* Gre za kampanjo za vse deležnike v sistemu zdravstvenega varstva, da skupaj sodelujejo pri izboljšanju varnosti pacientov. Države članice Evropske unije so se zavezale, da bodo varnost pacientov priznale kot ključno prednostno nalogo in se strinjale, da bodo ukrepale za zmanjšanje varnostnih odklonov pri vseh izvajalcih zdravstvene dejavnosti. Osrednja tema obeleženja prvega dne je bila prav kultura varnosti pacientov (WHO, 2019).

¹ AHRQ – Agency for Healthcare Research and Quality je ameriška agencija za raziskave v zdravstvu in kakovost, ki deluje pod okriljem Ameriškega Ministrstva za zdravje in socialne zadeve.

Koncept kulture varnosti je bil v zadnjih dveh desetletjih deležen povečane pozornosti v zdravstvu, saj naj bi bil ta vidik organizacijske kulture osnova za varno izvajanje visoko kakovostne zdravstvene oskrbe (Hodgen et al., 2017). Objavljenih je bilo več definicij kulture varnosti, ki jim je skupno, da gre pri kulturi varnosti za »produkt posameznih in skupinskih vrednot, stališč, dožemanja, kompetenc in vzorcev vedenja, ki določajo zavezanost ter slog in strokovnost, upravljanje zdravja in varnosti organizacije« (Health Safety Commission, 1993). Razumljena je tudi kot lastnost, sestavljena iz skupnih vrednot (kaj je pomembno), prepričan (kako stvari delujejo) ter usklajenega sodelovanja in vedenja v skladu z etičnimi načeli, smernicami, standardi in protokoli (način, kako to delamo) (Sammer et al., 2010, str. 156).

Študije dokazujejo, da je pozitivna kultura varnosti povezana s pozitivnimi rezultati varnosti stanovalcev v domovih starejših občanov, kar je razvidno iz poročil o padcih ali uporabi posebnih varovalnih ukrepov (Thomas et al., 2013; Buljac-Samardzic et al. 2016). Večina empiričnih raziskav o kulturi varnosti v domovih za starejše je bila sicer izvedena v Združenih državah Amerike, nekaj več člankov je še iz Kanade in Avstralije. V evropskih domovih za starejše je raziskav o kulturi varnosti bistveno manj (Gartshore et al., 2017). Obstoječe študije večinoma poročajo o slabo razviti varnostni kulturi (Berland et al., 2012; Thomas et al., 2013; Andersson in Hjelm, 2017). Sta pa npr. študiji ARHQ (2018) in pred tem tudi študija Buljac-Samardzic (2016) med osebjem v norveških domovih za stare ljudi o dožemanju kulture varnosti dokazali pozitivno zavedanje o kulturi varnosti, skupaj s povečano pozornostjo osebja na varnost pacientov oz. stanovalcev.

Iz študije o varnosti stanovalcev v domovih za starejše na Švedskem je razvidno, da varnost stanovalcev po oceni medicinskih sester še ni prednostna naloga, da so medsebojni odnosi ob pojavu varnostnih odklonov povezani predvsem s kulturo krivde in ne s kulturo varnosti. Medicinske sestre so tudi opisale, da pomanjkanje povratnih informacij o obvladovanju tveganj, ki izhajajo iz varnostnih odklonov, povzroča pomanjkanje motivacije za nadaljnje sporočanje varnostnih odklonov (Andersson, Hjelm, 2017; Cappelen et al., 2018). Ree and Wiig (2019) ugotavljata, da se je treba v domovih za stare ljudi pri oblikovanju dobre kulture varnosti osredotočiti na odprto komuniciranje, s čimer se zagotovi, da se ideje in predlogi osebja cenijo.

Za merjenje kulture varnosti so sicer v uporabi različna orodja. Hodgen et al. (2017) so kot potencialno ustrezne za merjenje kulture varnosti pacientov potrdili več različnih obstoječih standardiziranih merilnih pripomočkov. Vierendeels in sodelavci so se ukvarjali s proučevanjem modelov merjenja kulture varnosti. Skupno so prepoznali 12 različnih dimenzij, ki so jih združili na specifičen način v t.i »Model jajca« (The Egg Model) (Vierendeels et al., 2018). Organizacija za ekonomska raziskovanja (OECD) je zaradi znanstvene zasičenosti na področju

kulture varnosti (Nunen et al., 2018) in potrebe po mednarodni primerljivosti podatkov o kulturi varnosti v lanskem letu izvajala oceno stanja na področju merjenja kulture varnosti po državah OECD, da bi oblikovala mednarodna priporočila (OECD, 2019). Za merjenje kulture varnosti v domovih za starejše so bili prepoznani kot potencialno ustrezni vprašalniki HSOPSC (Vprašalnik za merjenje kulture varnosti v bolnišnicah – Hospital Survey on Patient Safety Culture) in NHSOPSC (Vprašalnik za merjenje kulture varnosti v domovih za starejše (The Nursing Home Survey on Patient Safety Culture) (Cappelen et al., 2018) ter SAQ (Vprašalnik za samooceno – Self-Assessment Questionnaire) (Buljac-Samardžić, 2016). Pripravljene se bile tudi smernice, vključno z vprašalnikom AHRQ, za merjenje varnosti in kulture varnosti v domovih (AHRQ, 2018).

V Sloveniji je v okviru tehnične pomoči Službe za strukturni razvoj Evropske komisije (SRSS) v sodelovanju z Dansko agencijo za varnost v letih 2018-2019 potekal projekt SenSys, ki je bil namenjen pripravi na vzpostavitev nacionalnega sistema upravljanja z varnostnimi odkloni in tveganji za varnost pri vseh izvajalcih zdravstvene dejavnosti, vključno z domovi za starejše ljudi. Pri tem je bila ena izmed ključnih nalog tudi delo na področju kulture varnosti. Predvsem je bila potrebna ocena stanja, ali se izvajajo pri izvajalcih zdravstvene dejavnosti aktivnosti za razvoj kulture varnosti in kakšne so, ali poteka ocenjevanje kulture varnosti in kako poteka (Zupančič, 2019) ter uporaba pridobljenih podatkov za izboljševanje kulture varnosti. Robida (2013) je izvedel raziskavo o kulturi varnosti pacientov v akutnih splošnih bolnišnicah. Uporabil je HSOPSC vprašalnik. Druga izstopajoča raziskava je bilo merjenje kulture varnosti v slovenskih dežurnih ambulantah na primarni ravni (Klemenc Ketiš, et al., 2017). Glede situacije na področju kulture varnosti in pomena kulture varnosti v domovih za starejše občane razpravlja Zaletel (2015), vendar pa nacionalna ocena in merjenje kulture varnosti v domovih takrat nista bili izvedeni. Tako je bilo potrebno v okviru projekta SenSys pred izvedbo nacionalnega merjenja najprej oceniti stanje na področju razvoja kulture varnosti v domovih za starejše občane v Sloveniji.

2 METODA

Za nacionalno oceno stanja na področju kulture varnosti v domovih za starejše občane je bil uporabljen kvantitativni pristop. Vprašalnik za oceno stanja na področju kulture varnosti v njih je bil pripravljen namensko po mednarodnih priporočilih (Hodgen et al., 2017, Vierendeels et al., 2018). Vzorčenje je bilo kvotno. K raziskavi so bili vabljeni vsi domovi upoštevajoč seznam Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.² Povezava k sodelovanju je bilo s povezavo do e-vprašalnika posredovano na uradni

² Seznam izvajalcev: <https://www.gov.si/teme/domovi-za-starejse/>

e-naslov domov v začetku septembra 2019, brez dodatnega opozorila izvajalcem na drugačen način. Vprašalnik je bil dostopen preko spletnega vmesnika 1Ka. Za izpolnjevanje vprašalnika so bili zaproseni tako predstavniki vodstva kot strokovni vodje, in sicer na način, da ločeno izpolnijo dva vprašalnika iz posameznega doma.

Skupno je vprašalnik izpolnilo 19 domov, le 3 so izpolnili dva vprašalnika. Po pregledu odgovorov je bilo zaradi velikega števila manjkajočih odgovorov izločenih 7 vprašalnikov. V poglobljeno analizo je bilo tako vključenih 17 vprašalnikov iz skupno 15 domov. 11 vprašalnikov je bilo izpolnjenih v javnih domovih, 2 v zasebnih s koncesijo in 4 v zasebnih domovih. Izpolnjevalci so bili pri skoraj polovici domov direktorji, v četrtini pomočniki direktorja za zdravstveno nego ter v četrtini zadolženi za kakovost v domu. Izračunana stopnja odzivnosti domov je bila 13 %. Podatki so bili analizirani kvantitativno in kvalitativno. Rezultati so predstavljeni v dveh tabelah in opisno.

3 REZULTATI

Ocena kulture varnosti v domovih za starejše občane je predstavljena v Tabeli 1 po različnih dimenzijah in glede na petstopenjsko lestvico (1 – zelo nizka, 2 – nizka, 3 – niti nizka niti visoka, 4 – visoka, 5 – zelo visoka).

Tabela 1: Ocena kulture varnosti v domovih starejših občanov iz vidika vodstva

Dimenzija	Povprečna vrednost	Standardni odklon
Zavzetost vodstva v povezavi z kulturo varnosti.	4,29	0,59
Sistemi, procesi in postopki za razvoj varnostne kulture (Pri tem je mišljena obstoječa struktura, modeli vodenja, poslovni procesi, itd).	3,71	0,85
Viri za razvoj kulture varnosti.	3,52	0,62
Odnosi v kolektivu/timu.	3,71	0,90
Komunikacija.	3,65	0,70
Učenje.	3,65	0,93
Vpliv kulture varnosti na zaposlene (npr. zadovoljstvo pri delu, stres).	3,82	0,81
Zavedanje kulture varnosti.	3,65	0,70
Poudarjanje pomena varnosti.	3,82	0,72
Varnostna vprašanja (pričevanja/poročanja).	3,59	0,80

Vir: Anketni vprašalnik, 2019.

Na podlagi samoocene vodstva je bila dosežena najnižja povprečna vrednost pri dimenziji: viri za razvoj kulture varnosti (3,52) in najvišja pri dimenziji zavzetost vodstva v povezavi s kulturo varnosti (4,29). Komentarji na podano oceno so bili sledeči: *imamo vse urejeno v skladu z zakonodajo; sistemi za varnost so opredeljeni, a jih zaposleni še niso ponotranjili na vseh nivojih; kulturo varnosti je potrebno prenesti na vse zaposlene, jo vgraditi v delo in ravnanje vseh*

zaposlenih; kultura varnosti je pomembno področje, odvisno pa je od zavedanja posameznika.

Na vprašanje: *Kaj so kazalniki sprememb kulture varnosti v vašem zavodu?*, so najpogosteje odgovorili, da jih spremljajo v okviru sistema kakovosti E-qualin, nekateri jih nimajo oziroma navajajo posamezne ukrepe, kot so število varnostnih odklonov, beleženje števila padcev, spremljanje odzivnega časa, spremljanje števila okužb povezanih z zdravstvom, spremljanje pojavnosti razjed zaradi pritiska, izvajanje internih strokovnih nadzorov, izvajanje varnostnih vizit in razgovorov, sprejetje internih standardov dela, strokovnih protokolov, izobraževanje zaposlenih, spremljanje zadovoljstva zaposlenih in stanovalcev, vodenje mesečne/letne evidence poročil, analize in sprejetja ukrepov. Komentarja na opis kazalnikov sta bila: *da se je potrebno o tej tematiki veliko pogovarjati, da se začnemo zavedati kulture varnosti in kultura varnosti v našem okolju zvišuje nivo stresa pri zaposlenih, posledično pa znižuje zadovoljstvo pri delu.*

Kot ključne aktivnosti, ki jih izvajajo na področju razvoja kulture varnosti (primeri dobre in slabe prakse, učinki...) vidijo naslednje:

- kultura varnosti mora biti vključena v vizijo zavoda in njegovo poslanstvo ter sovpadati s postavitvijo strateških ciljev;
- prizadevanje vodstva za doseganje skupka vrednot, ki bi jih zaposleni medsebojno priznavali, spoštovali in se po njih ravnali na vseh ravneh organizacije, da bi privedlo do splošnih norm obnašanja, ki bi utrjevale občutek varnosti;
- zavedanje pomena varnosti na počutje in zadovoljstvo stanovalcev ter ugled ustanove;
- nenehno obnavljanje znanj, krepitev pozitivnih medosebnih odnosov, z zavedanjem o pomembnosti empatičnih odnosov do stanovalcev;
- sprotno reševanje odstopanj in uvajanje izboljšav;
- vzpostavitev timskega dela, standardizacija postopkov in posegov, izobraževanje, aktivno vključevanje stanovalcev v procese odločanja in merjenje kulture varnosti;
- izboljševanje na področju mesečnega in letnega poročanja kazalcev kakovosti s ciljem boljšega pregleda nad stanjem in vključevanje zaposlenih in stanovalcev v pripravo potrebnih ukrepov;
- upoštevanje razvoja stroke in novih možnosti, ki jih prinaša tehnologija.

Nadaljnjo priložnost za razvoj kulture varnosti vidijo v:

- *krepitev skrbi za sebe* (varstvo pri delu, uporaba vseh pripomočkov, ki so na voljo za lažje delo, aktivno preživljanje prostega časa, programi za krepitev zdravega načina življenja, izobraževanje v skladu z zakonodajo);
- *izboljševanju medsebojnih odnosov* (timbuilding, podpiranje neformalnih druženj pri sestavi urnika, prepoznavanje moči skupinskega dela in s tem

preprečevanje izgorelosti, poškodb, vzpostavitev odprte komunikacije, zaupanje v organizacijo, reševanje problemov poteka hitreje, brez obremenilnih situacij za zaposlene; odnosi so naravnani tako, da se stanovalci počutijo varne – kot doma);

- *prizadevnem vodstvu* (zaposlitev vodje sistema kakovosti, zagotavljanje zadostnega števila usposobljenega kadra, ki se zaveda pomena varnosti, zagotavljanje finančnih virov, ki omogočajo vlaganja v sistem varnosti; opolnomočenje zaposlenih, mehke veščine vodenja, komunikacija, delo v skladu s kompetencami).

Zaprošeni so bili tudi, da opišejo prizadevanja za razvoj kulture varnosti z vidika njihovega pogleda za nazaj za obdobje 10 let (Tabela 2), sedanje aktivnosti ter načrte za prihodnost in sicer za njihov dom in nacionalno.

Tabela 2: Opis pogleda nazaj na prizadevanja za razvoj kulture varnosti za obdobje 10 let

Prizadevanja na ravni zavoda	Prizadevanja na nacionalni ravni
<ul style="list-style-type: none"> • opazne so spremembe na področju kulture varnosti, več se zavedanje in izvajanje aktivnosti za izboljšanje varnosti stanovalcev, preprečevanje padcev ipd.; • uvajanje standarda vodenja kakovosti; • ukinitve izobešanja imen stanovalcev na pri vhodu v dom; • uvajanje seminarjev za kakovost obravnave stanovalcev. 	<ul style="list-style-type: none"> • veliko je dorečenega na papirju, določene aktivnosti pa se v praksi ne izvajajo, saj ni bilo podpore glede zagotavljanja varnosti; • povečevanje zavedanja in izvajanja aktivnosti za izboljšanje varnosti, pojav usmeritev za delodajalce, vendar slabo spremljanje varnosti, saj je to odvisno od posameznih ustanov; • priprava Strategije dolgožive družbe, priprava zakona o dolgotrajni oskrbi; • varovani oddelki niso rešitev, potrebno je povečati število kadra, spremeniti namembnost prostorov.

Vir: Anketni vprašalnik, 2019.

Pri opisu aktivnosti v obdobju zadnjih 10 let je razvidno, da vidijo preteklo obdobje kot uvajanje prizadevanj za kakovost in varnost stanovalcev v domovih tako na ravni zavoda kot nacionalno.

Pri opisu sedanjih aktivnosti so za nacionalno raven navedli zgolj naslednja prizadevanja:

- sprejetje splošne prakse in pravil za vse, priprava zakona o dolgotrajni oskrbi,
- daje se vse večji pomen varnosti česar se tudi vse bolj zavedamo,
- prevelik poudarek je na birokraciji na papirju – lahko je vse zabeleženo, v praksi pa ni storjeno.

Za raven zavodov izpostavljajo kot aktualno v sedanjosti:

- potrebo po sprejetju dodatnih internih navodil na osnovi državnih;

- posodobitev dokumentacije, razvoj notranjega sistema zagotavljanja varnosti v zavodu z vključevanjem zunanjih strokovnih sodelavcev (varnostni inženir, specialist medicine dela) in sodelovanje z inšpekcijskimi službami;
- vzpostavljanje ravnotežja v skupinski in individualni skrbi za pripomočke za varno gibanje;
- vpeljava standardov zdravstvene nege v proces dela, izobraževanje, merjenje kulture varnosti, varnostne vizite in vodenje statistike;
- mesečno spremljanje kazalnikov, vrednotenje in uvajanje sprememb.
- V načrtih za prihodnost vidijo kot skupni cilj v zavodih:
- celovit sistem upravljanja kakovosti z kazalniki, nadaljevanje in nadgrajevanje obstoječih aktivnosti in delo v skladu z novimi smernicami ter digitalizacijo procesov;
- zaposlitev vodje sistema kakovosti – priprava procesa na tem področju, priprava standardov in ukrepov na področju varnosti;
- dosledno onemogočanje dostopa do podatkov tistim, ki niso upravičeni do njih.

Nujno je tudi:

- zagotavljanje zadostnega kadra, da se lahko bolj individualno posveti varnosti stanovalcev in izvaja ukrepe individualno;
- odstranjevanje arhitektonskih ovir in individualno prilagajati opremo prostorov in pripomočke, vključno z barvnimi, zvočnimi in svetlobnimi opozorili na nevarnost (stopnice, dvigal...) in avtomatičnim odpiranjem vrat.

Na nacionalni ravni bi morali:

- sprejeti zakon o dolgotrajni oskrbi,
- spremeniti kadrovske normative;
- zagotavljati človeške vire za raziskavo pomena varnosti in spremljanje izboljšav;
- financirati programe za ohranjanje samooskrbe.

Le petina sodelujočih je potrdila, da imajo v domu vzpostavljeno strukturo vlog, odgovornosti in pristojnosti za varnost stanovalcev v zavodu:

- odbor za kakovost in varnost (direktor, strokovni direktor, pomočnik za zdravstveno nego, vodja službe za kakovost);
- službo za kakovost in varnost (vodja službe: redno zaposlen na področju kakovosti en dan v tednu in en delavec zaposlen za dva in pol dneva v tednu);
- komisijo za kakovost in varnost (ožja skupina, imenovana s sklepom direktorja);
- skupino za kakovost in varnost (širša skupina, sestavljena iz članov iz vseh oddelkov in enot; imenovana s sklepom).

Odgovorili so tudi:

- za varnost so zadolžene tri diplomirane medicinske sestre in vodja zdravstvene nege znotraj rednega delovnega časa za preventivne in korektivne ukrepe, analizo in statistiko, ter poročanje – dajanje povratne informacije;
- posebej za varnost nimajo nobenega zaposlenega, so pa že po svoji funkciji k temu zavezani vsi zaposleni, seveda še bolj zdravstveni kader;
- gre za subjektivno odgovornost vsakega zaposlenega na posameznem področju dela ter objektivno odgovornost direktorja za uresničevanje in zagotavljanje varnosti.

Kulturo varnosti so do sedaj ocenjevali v dveh sodelujočih zavodih, v enem primeru so sodelovali na pobudo tretje osebe oziroma so izvedli lastno raziskavo. Polovica jih je pripravljena sodelovati v nacionalnem merjenju kulture varnosti, nekateri le, če bo nujno, vsaka raziskava je namreč za izpolnjevalca obremenjujoča in vzame čas, zaradi nje pa ostaja drugo pomembnejše delo nedokončano. Menijo, da je *potrebno pri merjenju kulture varnosti povzeti dobre prakse drugih držav ter, da bi s tem prišli do novega znanja.*

Ugotovitve ocenjevanja kulture varnosti so uporabili ali bi jih v 66,7 % za namen učenja za izboljšanje situacije v zavodu, v 60 % za učenje z vključevanjem različnih deležnikov, v 33 % za učenje med podobnimi zavodi, v 20 % tudi za postopek akreditacije in certificiranja ter javno poročanje in prijavo na projekte.

Ključni ukrepi, ki bi po njihovem mnenju morali biti v akcijskem načrtu za razvoj kulture varnosti v njihovem zavodu in na nacionalni ravni, so:

- nujna je sprememba zakonodaje, saj (predvsem starejše) osebe zaradi nezaupanja do sistema varnostnih odklonov ne sporoča;
- zastavljena bi morala biti skupna izhodišča za oblikovanje kulture varnosti v posameznem zavodu;
- zagotoviti je potrebno dovolj kadra, ki bo tudi zaradi plače voljan delati, med sabo komunicirati, reševati probleme, potrebe in želje stanovalcev;
- potrebno bi bilo jasno definirati potrebne ukrepe, ki zajemajo: vodenje, odnose v timu, procese sporočanja varnostnih odklonov, standarde in protokole, izobraževanja in način zbiranja in ukrepanja na podlagi podatkov;
- znanja o kakovosti in varnosti je potrebno predajati že v vzgojno-izobraževalnem procesu šolanja za poklic.

Predvsem se bojijo še več papirnatih obveznosti in posledično še manj časa za stanovalce ob že redni kadrovski podhranjenosti. Opozarjajo, da je področje zagotavljanja varnosti in upravljanja z varnostnimi odkloni in tveganji za varnost preobsežno glede na resurse zaposlenih, ki jih imajo v manjših zavodih.

Aktivnosti ob mednarodnem dnevu varnosti pacientov (17. 9. 2019) so obeležili v treh domovih, ostali so svoj čas namenili drugim takrat aktualnejšim

obveznostim, npr. obeleženju svetovnega dneva Alzheimerjeve bolezni (12. 9. 2019).

4 RAZPRAVA

Rezultati raziskave nakazujejo na poznavanje in prizadevanje za razvoj kulture varnosti, vendar pa – kot ugotavljajo sodelujoči domovi sami – manjka sistem upravljanja s kakovostjo in varnostjo, ki bi umestil tudi merjenje in izboljševaje kulture varnosti kot aktivnost posebnega pomena tako za vodstvo kot za zaposlene v domovih. Jasni organizacijski cilji, usmerjenost na delovno učinkovitost, pozitivno delovno vzdušje in obvladljiv stres na delovnem mestu so po mnenju Zaletel (2015) ključni za kulturo varnosti v domovih. Po Hodgen et al. (2017) imajo zavodi s pozitivno varnostno kulturo močno vodstvo za spodbujanje kulture varnosti, zavzetost vodstva za kulturo varnosti je ključna prednostna naloga, osebe se zaveda, da gre vedno lahko kaj narobe ter priznava in obravnava varnostne odklone na vseh ravneh, ob pojavu varnostnih odklonov ne krivijo in ne iščejo krivca, krepi se sposobnost prepoznavanja varnostnih odklonov, sporočanja, odzivanja ter zagotavljanja povratnih informacij in učenja iz varnostnih odklonov. Predvsem glede navedka, da *se bojijo še več papirnatih obveznosti in posledično še manj časa za stanovalce ob že redni kadrovski podhranjenosti*, bo potrebno posebno pozornost nameniti integraciji skrbi za varnost v postopke zagotavljanja standardne kakovosti. AHRQ izobraževalni program za domove³ (ARHQ, 2018) bi bilo smiselno prilagoditi za uporabo v Sloveniji. Tako, kot ugotavljajo sodelujoči v raziskavi, je kultura varnosti osnovana na individualnih vrednotah, stališčih in vzorcih vedenja vsakogar v domu za starejše občane. Kot je zapisal Robida (2013) *varnost moramo jemati resno na vseh ravneh od čistilca do direktorja*.

Omejitve raziskave so izhajale iz uporabljene metodologije. Posebno skrb povzroča stopnja odzivnosti v raziskavi, in pomisleki, kaj se dogaja v domovih za starejše občane, ki v oceni niso sodelovali. Ta stopnja odzivnosti je sicer dosežena zgolj z enkratno prošnjo za sodelovanje v oceni in ni vključevala zahteve ter morebitne sankcije. Sodelujoči pri tem opozarjajo, da bi pri delu na področju kulture varnosti morali zahtevati obveznost za vse domove. V oceni stanja je sodelovalo zgolj vodstvo, tako obstaja nevarnost *razkoraka med besedami in dejanji*. Zagotovo pa je zaveza vodstva razvoju kulturi varnosti eden izmed ključnih dejavnikov pri razvoju (Hodgen et al., 2017). Za bolj poglobljeni vpogled v razvoj kulture varnosti bi bilo smiselno vzporedno uporabiti po načelih triangulacije tudi kvalitativni pristop.

³ Safety Program for Nursing Homes

5 ZAKLJUČEK

Zadostna kultura varnosti je tista, v kateri vsaka oseba v zavodu priznava svojo odgovornost za varnost uporabnikov storitev in si prizadeva izboljšati oskrbo; to vključuje tudi priznanje, da se lahko zgodijo varnostni odkloni ter da zdravstveno in socialno varstvo nista brez tveganj.

Ugotovitve naše študije je potrebno upoštevati pri pilotnem preverjanju (v septembru 2020) in uveljavitvi nacionalnega sistema upravljanja z varnostnimi odkloni in tveganji za varnost, vključno z nacionalnim merjenjem kulture varnosti, ki je načrtovano za konec leta 2021. Cilj nacionalnih prizadevanj Ministrstva za zdravje v okviru zdravstvenega varstva in dolgotrajne oskrbe je vzpostaviti pozitivno varnostno kulturo ne samo v domovih starejših občanov temveč pri vseh izvajalcih zdravstvene dejavnosti.

Zahvala: Za podporo in aktivno udeležbo pri izvajanju projekta se zahvaljujemo Marianne B. Banke iz Danske agencije za varnost, članom operativne delovne skupine in usmerjevalnega odbora ter vsem, ki ste aktivno sodelovali ali bili udeleženi na dogodkih v okviru projekta SenSys za vzpostavitev sistema upravljanja varnostnih odklonov in tveganj za varnost.

LITERATURA

- AHRQ (2018). *AHRQ Nursing Home Survey on Patient Safety Culture: User's Guide*. V: <https://www.ahrq.gov/sites/default/files/wysiwyg/professionals/quality-patient-safety/patientsafetyculture/nursing-home/nhguide/nursinghomeusersguide.pdf> (julij 2018).
- Andersson Frieda, Hjelm Katarina (2017). Patient safety in nursing homes in Sweden: nurses' views on safety and their role. V: *Journal of Health Services Research & Policy*, letnik 22, št. 4, str. 204-210.
- Berland Astrid, Gundersen Doris, Berit Bentsen Signe (2012). Patient safety and falls: A qualitative study of home care nurses in Norway. V: *Nursing and Health Sciences*, letnik 14, št. 4, str. 452-457.
- Buljac-Samardžić Martina, van Wijngaarden Jeroen D H, Dekker-van Doorn Connie M. (2016). Safety culture in long-term care: a cross-sectional analysis of the Safety Attitudes Questionnaire in nursing and residential homes in the Netherlands. V: *BMJ Quality & Safety*, letnik 25, št. 6, str. 424-431.
- Cappelen Kathrine, Harris Anette, Aase Karina (2018). Variability in staff perceptions of patient safety culture in Norwegian nursinghomes - a longitudinal cross-sectional study. V: *Safety in Health*, letnik 4, št. 9, str. 684.
- Evropska komisija (2014). *Ključne ugotovitve in priporočila glede sistemov sporočanja in učenja o varnostnih zapletih za paciente po Evropi*. V: <http://buonepratiche.agenas.it/documents/More/8.pdf> (maj 2014).
- Health and Safety Commission (HSC) (1993). *ACSNI Study Group on Human Factors. 3rd Report: Organising for Safety*. London: H.M. Stationery Office.
- Hogden Anne, Ellis Louise A., Churruca Kate, Bierbaum Mia (2017). *Safety Culture Assessment in Health Care: A review of the literature on safety culture assessment modes*. Sydney: Australian Commission on Safety and Quality in Health Care.
- Gartshore Emily, Waring Justin, Stephen Timmons (2017). Patient safety culture in care homes for older people: A scoping review. V: *BMC Health Services Research*, letnik 17, št. 752.
- Klemenc Ketiš Zalika, Tvetter Deilkas Ellen, Hofoss Dag, Tschudi Bondevik Gunnar (2017). Kultura varnosti v slovenskih dežurnih ambulantah. V: *Zdravstveno varstvo*, letnik 56, št. 4, str. 203-210.

- Ministrstvo za zdravje (2019). *Varnost pacientov. Projekt SenSys*. V: <https://www.gov.si/zbirke/projekti-in-programi/projekt-sensys/> (28. 2. 2019).
- Nunen van Karolien, Licde Jie, Reniers Genserik, Ponnet Koen (2018). Bibliometric analysis of safety culture research. V: *Safety science*, št. 108, str. 248-258.
- OECD (2019). *OECD Work on Patient Safety*. V: <http://www.oecd.org/health/OECD-Work-on-Patient-Safety-Brochure-2019.pdf> (September 2019).
- Ree Eline, Wiig Siri (2019). Employees' perceptions of patient safety culture in Norwegian nursing homes and home care services. V: *BMC Health Services Research*, letnik 19, št. 607.
- Robida Andrej (2013). Zaznavanje kulture varnosti pacientov v slovenskih akutnih bolnišnicah. *Zdravniški vestnik*, letnik 82, št. 10, str. 648-660.
- Sammer Christine E., Lykens Kristine, Singh Karan P., Mains Douglas, Lackan A Nuha (2010). What is patient safety culture? A review of the literature. V: *Journal of Nursing Scholarship*, letnik 42, št. 2, str. 156-165.
- Structural Reform Support Service (SRSS). *Structural Reform Support Programme (SRSP)*. V: https://ec.europa.eu/info/funding-tenders/funding-opportunities/funding-programmes/overview-funding-programmes/structural-reform-support-programme-srsp_en (2017).
- Thomas Lily, Galla Catherine (2013). Building a culture of safety through team training and engagement. V: *BMJ Quality & Safety*, letnik 22, št. 5, str. 425-434.
- Vierendeelsa Geert, Reniers Genserik, van Nunef Karolien, Ponnet Koen (2018). Integrative Conceptual Framework for Safety Culture: The Egg Aggregated Model (TEAM) of Safety Culture. *Safety Science*, št. 103, str. 323-339.
- WHO (2019). *Patient safety day*. V: <https://www.who.int/campaigns/world-patient-safety-day/2019> (September 2019).
- Zaletel Marija (2015). Kultura varnosti v domovih starejših občanov. V: Nevenka Kregar-Velikonja; Marjan Blažič; Ljiljana Leskovic; Jasmina Starc Kegar Velikonja (ured.). *Celostna obravnava pacienta v zdravstvenem in socialnem varstvu*. Mednarodna znanstvena konferenca, 14. November. Novo mesto: Fakulteta za zdravstvene vede, str. 16-23.
- Zupančič Vesna (2019). Kultura kakovosti in varnosti v preteklosti, sedanjosti in prihodnosti. V: Putar Brigita (ured.). *Preteklost – sedanjost – prihodnost v zdravstvu*. 1. Dan kakovosti Bolnišnice Topolšica, 7. junij 2019 Topolšica: Bolnišnica Topolščica in Terme Topolšica, str. 30-37.

Naslov avtorice:

Dr. Vesna Zupančič, Ministrstvo za zdravje, Štefanova 5, 1000 Ljubljana;
Fakulteta za zdravstvene vede Novo mesto, Na Loko 2, 8000 Novo mesto;
vesna.zupancic@gov.si; vesna.zupancic@guest.arnes.si.

GERONTOLOŠKO IZRAZJE

STAROSTNA MODROST

angleško: *wisdom of the aged*,

wisdom of old age

nemško: *Weisheit des Alters*,

Weisheit im Alter

Moder je človek, ki je sposoben široko in prodorno misliti ter smiselno ravnati za trajnostni razvoj sebe, vseh drugih ljudi, kulture in narave v komplementarni sinergični povezavi celote – tako lahko opredelimo modrost v soglasju s slovarskimi in številnimi drugimi opredelitvami. To kompleksno človeško lastnost so kulture postavljale v vrh osebnega razvoja in zorenja.

Pojem *starostna modrost* usmerja pozornost na povezanost med človekovo starostjo in modrostjo, zlasti v pričakovanje, da so ali bi morali biti stari ljudje na temelju življenjskih izkušenj modri, ali pa vsebuje primerjalno predpostavko, da so starejši ljudje modrejši od mlajših. Upravičenost ali neupravičenost gerontološko-medgeneracijskega pojma *starostna modrost* je mogoče presojati v kontekstu različnih vidikov pojma *modrost* ter iz raziskovalnih podatkov o modrosti ljudi v različnih življenjskih obdobjih ali različnih generacij na temelju določene operativne definicije te človeške lastnosti.

Za človekovo zorenje v modrosti so značilna zlasti naslednje dogajanja.

Ustrezna zavest o sebi v sistemski celoti z drugimi ljudmi, z naravo ter z razvojem vsega v mejah, ki so dosegljive človekovemu dojetanju, ob pra-zaupanju

v trdnost smisla celotne danosti. V tem, da je poglobljeno zavedanje in spoznavanje sebe bistvena sestavina modrosti, se strinjajo kulture vseh zemeljskih delov. Z zavestjo o sebi je povezana **individualna samostojnost človekove svobodne in odgovorne osebe**. Za modreca nikoli ni veljala pomanjkljivo razvita osebnost; prav tako ne človek, ki je utopljen v masi in se ravna po njenih vzgibih, ali človek, ki vsem in vsemu nasprotuje, razdira in uničuje.

Bistvena sestavina modrosti je **usmeritev v kakovostno sožitje** z drugimi ljudmi in z naravo ter dojetanje in spoštovanje zakonitosti ali vrednot, ki omogočajo razvoj celotne danosti. Modrostni razvoj je mogoč, ko se človek zaveda svoje nesamozadostnosti, medsebojne soodvisnosti, dejstva, da sta njegovi zmožnosti za dajanje in prejemanje komplementarno sinergični ter da je najlepša uresničitev sožitne medsebojnosti ljubezen. Modrost živi v neločljivem partnerstvu z ljubeznijo in dobroto; moder človek se razvija v dobrega človeka, ki živi v ljubezni do vseh in do vsega.

Znanje ima pri modrostnem razvoju pomembno vlogo, ki pa je ambivalentna. Široko in poglobljeno znanje ter njegovo pridobivanje z nenehnim učenjem je nujna hrana modrosti. Isto znanje pa ljudje uporabljamo za razvoj in ga zlorablamo za oviranje trajnostnega razvoja sebe, drugih in narave; čim več ima nekdo znanja, tem večje možnosti ima za ustvarjalnost in prav tako za razdiralnost. Bistvo modrosti je smiselno uporabljanje znanja za celosten razvoj sebe, vseh ljudi in celotne danosti,

medtem ko sta hotena ali nehotena zloraba znanja ali njegovo preziranje znak človekovega neuspešnega modrostnega razvoja.

Bistvena sestavina modrostnega razvoja je **čustveno zorenje**, tako v samem sebi kakor v doživljanju okolja. Moder človek spoznava svoje čustvene potrebe in zmožnosti, jih kultivirano razvija in uporablja kot motivacijsko moč za smiselno delovanje. Merilo čustvenega zorenja je **sočutje** ali empatičnost, to je razvita zmožnost vživeti se v drugega človeka v njegovi trenutni konkretnosti in bivanjskem položaju, sodoživljati z njim, mu biti naklonjen ter biti z njim solidaren, se solidarno obnašati in delati.

Za razvoj modrosti je nujna človekova **zakoreninjenost** v kulturo, iz katere raste in jo s svojim delovnim prispevkom izgrajuje. Moder človek spoznava dosednji razvoj svoje in drugih kultur, spoštuje prednike, ki so pripeljali razvoj do današnje stopnje, njihove dosežke meri po tedanjih možnostih in razmerah in zaupa, da bo naš sedanji doprinos omogočil nadaljnji razvoj kulture podobno, kakor je njihov omogočil našo današnjo varnost in razvoj. Pogoj za plodno zakoreninjenost v lastni kulturi in za svoj prispevek k njenemu razvoju je čim boljša uporaba materinega jezika, znanje tujih jezikov pa pomaga, da se bogatimo iz drugih kultur in sodelujemo z ljudmi iz njih. Človekova modrost se razvija sorazmerno z njegovo zakoreninjenostjo v dosedanja spoznanja svoje in drugih kultur ter z njegovim razločevanjem, kaj je v njih smiselna podpora današnjemu in prihodnjemu razvoju, kaj pa ni ali ni več.

Odločilna značilnost modrostnega razvoja je učinkovito **učenje iz lastnih izkušenj in iz izkušenj drugih**. Hrana

človekovega razvoja so vsakdanje izkušnje pri rednih opravilih v družini, službi in družbi, občasne vrhunske dobre izkušnje ter blažje ali hujše slabe izkušnje. Vse izkušnje so neobdelan gradbeni material za osebnostni razvoj in za razvoj sožitja; človek se razvija v modrega človeka toliko, kolikor vsakdanje, dobre in slabe izkušnje smiselno obdelata. Nepogrešljiva sestavina človekovega modrostnega razvoja je njegovo vseživljenjsko obdelovanje izkušenj v kakovosten in lep gradbeni material ter skladno vgrajevanje obdelanih izkušenj v svoje življenje in v sožitje z ljudmi in naravo.

Glavni pogoj za nabiranje izkušenj in za njihovo uspešno obdelovanje je **kakovost temeljnih človeških skupin**: družine, delovne tovarišije ter prijateljskih, interesnih in drugih skupin, v katerih človek živi in sodeluje ter je vanje ukoreninjen z osebnim odnosom jaz-ti, midva in mi. Uspeh človekove vseživljenjske vzgoje in samovzgoje je tolikšen, kolikor se je v temeljnih skupinah naučil obdelovati vse svoje izkušnje v kakovosten gradbeni material za razvoj svoje osebnosti in za ustvarjalno sožitje ter je pri tem pomagal drugim. Temeljne človeške skupine so glavna vez med posameznikom in skupnostjo – v njih človek prevzema spoznanja in izkušnje drugih za svoje, svoje pa predaja drugim. Moder človek posveča dovolj pozornosti in svojih moči oblikovanju in razvoju družine in drugih svojih temeljnih skupin. Poleg osebnega sprejemanja in predajanja izkušenj in znanja v skupinah, sodijo k razvoju modrosti – zlasti v drugi polovici življenja – tudi druge oblike predajanja svojih življenjskih sadov v skupnostni zaklad kulture. Danes je razvoj temeljnih človeških skupin

zanemarjen. Za učenje sožitja in osebno-stni razvoj ob lastnih in tujih izkušnjah je primerna *metoda skupinskega socialnega učenja*, ki jo razvijamo in uporabljamo v programih za kakovostno staranje in lepše sožitje med generacijami.

Z učenjem, (samo)vzgojo ter sprejemanjem in predajanjem svojih izkušenj in znanja je povezano **vseživljenjsko razvijanje** svoje osebnosti. Modrost je neločljivo vezana na odgovornost in skrb za smiselni razvoj samega sebe, svojih temeljnih skupin in skupnosti ter za trajnostni razvoj narave. Moderna evropsko-ameriška kultura je zanemarila iskanje odgovora na vprašanje o možnostih in načinih za človekov razvoj v starosti; to je povzročilo staromrzniško (ageistično) osebno in skupnostno patologijo. Zato imamo danes v svojem modrostnem razvoju posebno nalogo: zavestno iskati smiselne odgovore na vprašanje o možnostih za svoj osebni razvoj v starosti in za razvoj starejših bližnjih. Prav tako je ena od pomembnih nalog sodobne gerontologije raziskovanje možnosti in metod za človeški razvoj v tretjem življenjskem obdobju, vključno z razvojem ob pešanju moči, ter možnosti za prispevek tretje generacije k razvoju celotne skupnosti.

Bistvena značilnost modrostnega razvoja je **uravnotežena integracija človekove pozornosti na konkretnost in presežnost** – na sedanji trenutek in situacijo ob stabilni usmerjenosti v trajnostni cilj življenjske poti, kot to izraža geslo *Misli globalno, ukrepaj lokalno*. Doživljanje in delovanje modrega človeka odgovarja konkretnim potrebam, zmožnostim in smiselnem možnostim v njem, v drugih ljudeh in v okolju, obenem pa je usklajeno s trajnimi

etičnimi in bivanjskimi merili, ki veljajo za vse človekovo življenje do smrti in čez, za vso človeško kulturo in za naravo. Ljudje, ki so v kulturah izstopali v modrosti, so se odlikovali v vsakdanji življenjski konkretnosti in prav tako po globini in širini svoje duhovnosti, odprte za vse bivajoče, vključno s prazaupanjem v človeka prese-gajoč smisel.

Staranje je samo po sebi ugodno za navedene razvojne procese modrostnega zorenja: človek ima čedalje več znanja, izkušenj, bolj ima oblikovano lastno identiteto, razvito zmožnost občilnosti in medsebojnosti v socialnih mrežah družine, službe ter osebne in širše družbe. Večina starejših ljudi ima po upokojitvi več časa in boljše materialne pogoje, da zavestno posveti večjo pozornost svojemu osebemu modrostnemu razvoju. Vendar pa so vse to samo pogoji za razvijanje osebne starostne modrosti. Modrost nikoli, nikjer in pri nikomer ni samodejno stanje, ampak sad smiselnega razvoja z nenehnim zavestnim prizadevanjem. Tem bolj to velja za starost. Raziskovalci pogosto ugotavljajo, da je modrost med starimi ljudmi zelo redka. Nekateri, ki so se življenjsko posvetili temu vprašanju, govorijo o enem samem odstotku; kakor vsak raziskovalni podatek so seveda tudi ugotovitve o deležu modrih starih ljudi rezultat konkretne opredelitve modrosti v določeni raziskavi. V luči spoznanj, da je modrost ena izmed redkih zmožnosti, ki jo je v starosti možno razvijati, pa ti raziskovalni podatki vseka-kor kažejo, da so današnja stališča glede kakovostne starosti in staranja v marsičem zgrešena ter da ne usmerjajo v modrostni razvoj.

Kolikor se človek ne razvija v smeri modrostnega zorenja, se s staranjem

oddaljuje od celotnega kakovostnega staranja in sožitja. Izkušnja kaže, da ljudje, ki so bili usmerjeni v nasprotno smer od zgoraj navedenega modrostnega zorenja, padajo v starosti večinoma v eno ali drugo od starostnih psihosocialnih patologij: otopevajo in životarijo, zagrenjeno in črnogledo projicirajo svojo nezrelost v druge, so do vseh in do vsega agresivni ali pa se depresivno pogrezajo v obup, so nesmiselno zahtevni in egocentrični, navidezno vitalni, to je poudarjeno aktivistični v skupnosti, ob tem pa težavni v odnosu do bližnjih in prazni v sebi.

Vzroki za to, da se človek razvija v nasprotni smeri od modrostnega zorenja, so vedno kompleksni v njem samem in v drugih ljudeh ali razmerah. Vendar razni človekovi razvojni in bolezenski primanjkljaji, socialne ovire in udarci usode niso nujno usodna ovira za človekov modrostni razvoj – modrost določenega človeka se namreč ne meri toliko po kaki splošni lestvici, ampak po človeški zrelosti tega človeka s konkretnimi zmožnostmi, ki jih premore, in v situaciji, v kateri živi in se razvija.

Med osebnimi vzroki zakrnevanja v modrostnem razvoju je usodnejša ovira to, da se je človek navdušil za neko nesmiselno usmeritev svojega doživljanja in ravnanja, ki škoduje trajnostnemu razvoju njega samega, drugih ljudi, kulture ali narave. Pri tem je prepričan, da dela prav in se razvija zdravo. Čas pokaže, da se je gnal zmotno za nečim novim v slepo ulico ali pa zmotno vztrajal v slepi ulici pri nečem starem. Nekateri so bolj ranljivi v napredno revolucionarni smeri, da zaničujejo vse staro, drugi v konservativni, da vztrajajo pri starih nalogah, ki so bile že opravljene; prvi onemogočajo svoj modrostni razvoj s

svojo razdiralnostjo, drugi z opuščanjem nujnih razvojnih nalog, ki jih prinaša življenje in sožitje.

Druga skupina vzrokov za človekov razvoj v nasprotni smeri od modrostnega zorenja je v drugih ljudeh in v življenjskih razmerah. Proti slepi ulici polnega osebnega razvoja lahko človeka usmerijo drugi od začetka do konca življenja. Skozi vse življenje je nevaren slab zgled, lažne in zmotne informacije, manipulacija ter zgrešena stališča in sožitni slog v skupinah in skupnostih, kjer človek živi in dela. Večinoma ljudje oviramo druge pri njihovem osebnostnem zorenju nehote in nevede, lahko pa tudi hote, saj v vsakem človeku dremlje nekaj hudobije. Objektivna ovira za človekovo modrostno zorenje je tudi višja sila nesreč in vse druge tragike, ki ga doleti. Ovire za človekov modrostni razvoj, ki izvirajo iz zmot ali hudobije drugih ljudi ter iz neugodnih življenjskih razmerah, so usodne toliko, kolikor človek s svojo osebno duhovno zrelostjo ni kos, da bi jih obdelal.

Čeprav je spreminjanje življenjske usmeritve v starosti težje in redkejše kakor v mlajših obdobjih, kažejo izkušnje, da je obrat v modrostno zorenje možen do konca življenja. Pri nekaterih se dogaja po upokojitvi postopno na manj viden način. Znani pa so tudi primeri, ko se zgodi nenađen in korenit obrat iz hude psihosocialne patologije v izrazito starostno modrost. To se dogaja tako v zgodnji in srednji starosti, ko je človek relativno zdrav, samostojen in dejaven, in prav tako v onemoglosti vse do zaključevanja življenja. Povodi za obrat v modrostni razvoj v starosti so pogosto huda bolezen ali nesreča, kak osrečujoč dogodek pri najbližjih in osebno duhovno poglobljanje.

Vsekakor pa se človekov modrostni razvoj redno ne začne v starosti in tudi njegovi vrhunski dosežki niso omejeni na starost. V vseh življenjskih obdobjih srečujemo ljudi, ki so zelo razvili svojo modrost. Tudi v otroštvu; iz otroških bolnišnic poznamo primere vrhunske modrosti otrok v terminalnem obdobju neozdravljive bolezni – ob uvidu v svoj konec so bili s svojim mirom, ljubeznijo in z zaupanjem v smiselnost vsega v oporo staršem in negovalcem.

Ljudje, ki so v različnih kulturah znani po vrhunski modrosti, so gojili veliko željo po starostni modrosti in zorenju skozi vse svoje življenje, zlasti pa v starosti. Naš pesnik Alojz Gradnik jo je izrazil v stihu: *Ko odpadem, naj odpadem zrel!* Začetnik logoterapije Viktor Frankl, ki je preživel nacistično koncentracijsko taborišče in v njem izgubil svoje bližnje, je možnost za modrostno zorenje našel v spoznanju in

izkušnji, da človek v sleherni situaciji in v slehernem trenutku svojega življenja lahko išče ter najde smisel v nalogi, ki mu jo daje življenje tukaj in zdaj; skupni imenovalac vseh konkretnih nalog je živeti za nekoga in za nekaj. Usmeritev v konkretni smisel temelji na zaupanju v človeka presegajoč *nad-smisel* – stališče, da je razvoj posameznega človeka, človeške kulture in celotne narave smiseln, čeprav uvid vanj presega človekovo pamet in zmožnosti.

Jezikovna opomba. Pojem *starostna modrost* moramo razlikovati od pojma stara ali starodavna modrost. Prvi je antropološki – pomeni modrost v človekovi (katerikoli) starosti ali gerontološki – pomeni modrost starih ljudi (ta dva pomena smo obravnavali tukaj). Pojem stara ali starodavna modrost ali modrost starih časov pa se nanaša na stališče do modrosti v preteklosti in je večinoma povezan z idejo tradicionalizma.

J. Ramovš

SIMPOZIJI, DELAVNICE

KAKO DO KAKOVOSTNE IN DOSTOPNE DOLGOTRAJNE OSKRBE?

Konferenca Gospodarske zbornice Slovenije in predstavništva Evropske komisije v Sloveniji, Ljubljana 11. februarja 2020

Kakovostna in dostopna dolgotrajna oskrba je pereča naloga vse Evrope in zadeva vse družbene ravni, gospodarstvo še posebej izrazito. Organizatorja, ki sta organizirala konferenco z naslovom *Kako do kakovostne in dostopne dolgotrajne oskrbe?*, sta poskrbela za pestro vsebino ter zelo raznolike predavatelje in udeležence. Zaradi napovedane udeležbe Ministrstva za zdravje smo pričakovali nove, sveže informacije o slovenskem zakonu o dolgotrajni oskrbi. Žal je nekaj dni pred konferenco Ministrstvo za zdravje svojo udeležbo odpovedalo zaradi odstopa predsednika vlade in s tem povezanih političnih sprememb v državi. Predavanja ostalih govornikov pa so bila izjemno zanimiva in uporabna.

Konferenca je bila premišljeno razdeljena na dva dela. Uvodni del je bil bolj teoretičen. Na njem so bila predstavljena znanstvena spoznanja in ureditve dolgotrajne oskrbe na makro in mezo družbeni ravni. V drugem delu so bile prikazane izkušnje s terena, se pravi iz mikro ravni. V njem so predstavili svoje poglede na dolgotrajno oskrbo in izzive, s katerimi se vsakodnevno soočajo, strokovni delavci zaposleni na področju dolgotrajne oskrbe v Sloveniji.

V uvodnem delu je Jean-Luc Stephany iz generalnega direktorata Evropske komisije za zaposlovanje, socialne zadeve in vključevanje predstavil ureditev dolgotrajne oskrbe v Evropski uniji (EU). Izpostavil je, da so za države EU značilni različni modeli dolgotrajne oskrbe, z različno stopnjo vključenosti države in družine v oskrbo starejših in drugih pomoči potrebnih ljudi. Slovenija spada med države, ki ima dobro razvito institucionalno oskrbo starejših, oskrba na domu je sicer vpeljana, vendar se še razvija, značilna pa je tudi visoka stopnja familializacije – vključenosti in odgovornosti družine pri skrbi za starejše. Stephany je izpostavil tudi, da staranje evropskega prebivalstva kliče po sistemskih rešitvah ter da dolgotrajna oskrba ne zadeva le starih ljudi, ampak je njena ureditev v interesu vseh generacij, saj se vsakdo lahko znajde v situaciji, ko bo iz danes na jutri potreboval storitve dolgotrajne oskrbe. Rešitve vidi v integrirani oskrbi, v razvoju oskrbe na domu in drugih alternativnih oblikah oskrbe, kot so dnevni centri za starejše, stanovanjske skupnosti itd. Kot izjemno pomemben del razvijajočih se sistemov dolgotrajne oskrbe je izpostavil podporo neformalnim oskrbovalcem, predvsem v obliki raznih izobraževanj, z zagotavljanjem nadomestne oskrbe ter raznih ukrepov, ki bodo omogočali boljše usklajevanje plačanega dela z oskrbovanjem.

Tatjana Čerin in Bojan Ivanc iz Gospodarske zbornice Slovenije sta predstavila makroekonomski vidik in odprte dileme, povezane z ureditvijo dolgotrajne oskrbe v Sloveniji. Čerinova je opozorila na to, da v Sloveniji

dolgotrajna oskrba še ni sistemsko urejena v enovit sistem, pri čemur je poudarila, da bodo ključni izzivi Slovenije v prihodnosti povezani predvsem z načinom financiranja (javni ali zasebni viri financiranja), z zagotovitvijo ustreznih kadrov ter z reorganizacijo dolgotrajne oskrbe s poudarkom na razvoju oskrbe na domu. Bojan Ivanc, glavni ekonomist pri GZS je govoril predvsem o povezanosti dolgotrajne oskrbe s trgom dela in izpostavil problem, da so delovna mesta v dolgotrajni oskrbi pogosto slabo plačana; po podatkih GZS imajo zaposleni v dolgotrajni oskrbi od 12 do 22 % nižje bruto plače od povprečja v Republiki Sloveniji. Na dejstvo, da slabo plačilo (poleg neugodnega delovnega časa in velike delovne intenzivnosti) odločilno vpliva na težave pri pridobivanju in ohranjanju kadra v zdravstvu in socialni v Sloveniji, so opozorili tudi drugi govorniki na konferenci.

Drugi del konference je bil namenjen izkušnjam in priporočilom strokovnih delavcev s terena.

Carmen Rajer, vodja pomoči na domu iz Centra za socialno delo Posavje, je predstavila MOST – pilotni projekt integrirane dolgotrajne oskrbe v občini Krško, ki ga vodi. Cilji tega projekta so preizkusiti: 1. nove storitve in mehanizme podpore izvajalcem formalne in neformalne oskrbe za izvedbo kakovostne in varne obravnave na domu uporabnika; 2. elektronsko dokumentiranje postopkov od ocene upravičenosti do izvajanja storitev; 3. postopke ocenjevanja za ugotavljanje upravičenosti do dolgotrajne oskrbe in 4. vzpostaviti učinkovito koordinacijo med izvajalci socialnega in zdravstvenega varstva ter vstopno točko za integrirano dolgotrajno oskrbo. Skupen cilj projekta je zagotoviti integrirane storitve dolgotrajne oskrbe, ki postavljajo v središče uporabnika.

Pogled s terena je predstavila tudi Laura Perko, pomočnica direktorice Zavoda za oskrbo Ljubljana. Povedala je, da na terenu opažajo predvsem potrebo po celostnem pristopu k dolgotrajni oskrbi ter po sodelovanju različnih strok in profilov oskrbovalcev. Izpostavila je, da se zaradi vse večjega števila oskrbovancev z demenco ter oskrbovancev z več sočasnimi kroničnimi boleznimi pojavljajo potrebe po vključitvi več različnih kadrovskih profilov v nudenje oskrbe (socialnih oskrbovalk, psihologov, delovnih terapevtov, zdravstvenih tehnikov itd.). Izpostavila je tudi ozaveščanje neformalnih oskrbovalcev ter pogosto spregledan prispevek srednje generacije, predvsem žensk v neformalni oskrbi.

Pogled s terena sta z udeleženci konference delila tudi Marjeta Vaupot, direktorica ZD Slovenj Gradec, ki je predstavila model dolgotrajne oskrbe v Mislinjski dolini, ter Ivan Markoja, župan občine Odranci – edine slovenske občine, v kateri je pomoč na domu za uporabnike brezplačna.

Konferenca se je končala z okroglo mizo, na kateri so sodelovali Urban Krajcar iz Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, Marjan Sušelj iz Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije, Lidija Jerkič iz Zveze svobodnih sindikatov Slovenije, Martina Vuk iz Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport, ter Tatjana Čerin iz Gospodarske zbornice Slovenije.

Velika udeležba in številna vprašanja publike kažejo na to, da je sistemsko ureditev dolgotrajne oskrbe ena od najpomembnejših nalog, pred katerimi je Slovenija. Lahko samo upamo, da se tega zavedajo oblikovalci in sprejemalci novega zakona o dolgotrajni oskrbi.

Tjaša Hudobivnik

STAROSTI PRIJAZNA MESTA IN OBČINE

STAROSTI PRIJAZNA MESTA IN OBČINE V MEDNARODNI PRIMERJAVI

Knjiga *Age-Friendly Cities and Communities in International Comparison* je izšla leta 2016 pri založbi Springer. Urednika sta Thibauld Moulaert in Suzane Garon, avtorji poglavij so strokovnjaki na različnih področjih starosti prijaznih skupnosti. To je eno od pomembnejših del o programu Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) Starosti prijazna mesta in občine (SPMO). Knjiga ima tri dele.

V prvem, ki ima naslov *Starosti prijazna mesta in občine: od ideje do prakse*, avtorji razčlenjujejo teoretična ozadja in metodologije na področju starosti prijaznih skupnosti ter možnosti in potrebe za nadaljnji razvoj tega svetovnega programa.

Drugi del knjige z naslovom *Starosti prijazna mesta in občine: En model, veliko programov*, je predstavljenih devet študij primerov, od študije primera enega mesta, študije primerov več mest, do programov na nacionalni ali regionalni ravni. Vsak izmed njih je bolj ali manj povezan s programom SZO Starosti prijazna mesta in občine. V nadaljevanju bom iz tega dela knjige prikazala tiste študije primerov, ki so aplikativnejše za slovenski prostor ter kulturološko in sociološko primerljivejše z nami: *Starosti prijazni Waterloo*, *Zgodba o Quebecu*, *Starosti prijazna Francija*, *Izzivi z ustvarjanjem Starosti prijazne Viktorije in Starosti prijazna Valonija*.

Tretji del knjige ima naslov *Izzivi v zvezi Starosti prijaznimi mesti in občinami in*

obravnava izzive na različnih področjih: otroštvo in starostniki, demenca, pamezna okolja, zdravo in aktivno staranje v skupnosti. Prvi in tretji del knjige bomo predstavili v naslednjih številkah revije.

1. STAROSTI PRIJAZNI WATERLOO

Waterloo je srednje veliko mesto z 120.000 prebivalci, nahaja se 70 km zahodno od Toronta in je glavno mesto province Ontario ter večje kanadsko urbano središče. V njem sta dve univerzi in mednarodno priznan center in raziskovalno središče za računalniško tehnologijo. Značilnost Waterlooja sta tudi relativno dostopen nepremičninski trg in naraščajoče število prebivalstva; pričakovana rast prebivalstva v naslednjih 25 letih je 60 %. Skoraj 35 % populacije sestavljajo starejši ljudje, prevladujejo mladi diplomanti in družine, zaposlene v tehnološkem sektorju. Waterloo je idealno okolje za raziskovanje izzivov, povezanih s hitro rastočo in stara-jočo se populacijo.

Waterloojeva iniciativa na področju starosti prijazne občine je doživela velik uspeh. Septembra 2011 je SZO sprejela Waterloo za članico globalne mreže Starosti prijaznih mest in občin. V juniju 2013 je župan oblikoval poročilo o dosedanjem delu občine na področju staranja, hkrati pa je predvidel tudi akcijski načrt bodočih aktivnosti starosti prijaznega Waterlooja, ki ga je potrdil mestni svet. Zaposleni na občinski upravi so kot odgovor na županovo poročilo oblikovali podrobnejši akcijski načrt, ki konkretno naslavlja vsa

priporočila, ki so navedena v županovem poročilu. Sledila je aktivacija lokalnih prostovoljcev, ki so v sodelovanju z občino pomagali uresničevati plan.

K oblikovanju socialnega okolja za starejše ljudi in ustvarjanju povezave med ljudmi je zelo pripomogla raziskava, ki je bila izvedena v sodelovanju z Univerzo Waterloo. Avtorja John Lewis in Arlene Grooh sta v tem poglavju predstavila nekatere rezultate te kvalitativne raziskave, v kateri so izvedli intervjuje s 76 starejšimi prebivalci o njihovi viziji »izzivov, povezanih s staranjem v mestu Waterloo«. Starejši so v raziskavi na prvem mestu izpostavili pomembnost doma in sosedskega okolja, kar po mnenju avtorjev kaže na veliko potrebo po cenovno in lokacijsko dostopnem domovanju, po dostopnih in ne preveč oddaljenih javnih in tržnih storitvah ter po varni in dostopni infrastrukturi za pešce. Avtorji izpostavljajo, da bi morali načrtovalci v lokalni skupnosti ter urbanisti omogočiti čim boljše staranje v skupnosti, saj je starejšim prijazna občina prijazna vsem prebivalcem.

2. KAKO LAHKO RAZISKOVALNI PROGRAM VZPODBUDI POLITIKO – ZGODBA O QUEBECU

Model Starosti prijaznih mest, kakršen je bil implementiran v provinci Quebec, je odgovor na pospešeno staranje populacije; ta je posledica manjšega števila rojstev, daljše življenjske dobe zaradi medicinskega napredka, razvoja zdravstvene oskrbe in storitev, predvsem pa velikega števila baby-boomerjev, ki postopoma dosegajo starost 65 let in več. V Quebecu živi 1.405.919 ljudi, ki so starejših od 65 let. Predvideva se, da bo do leta 2031 v Quebecu vsak četrti

prebivalec starejši več kot 65 let. Povprečna življenjska doba je 81,8 let, kar je ena izmed najdaljših življenjskih dob na svetu (ISQ 2010).

Avtorji poglavja o Starosti prijaznem Quebecu: Suzane Garon, Anne Veil, Mario Paris in Samuele Remillard – Boilard opisujejo, kako se je mesto Sherbrooke leta 2007 prvo priključilo globalni mreži SPMO. S tem povezana študija je vplivala na povečanje interesa za vključitev v to mrežo tudi v drugih mestih na lokalni ravni in nacionalni ravni. V letu 2015 je bilo namreč v provinci Quebec več kot 750 starosti prijaznih skupnosti. Več kot 86 % prebivalstva živi v občini, ki je v procesu priključitve iniciativi SPMO. Leta 2009 je bil sprejet tudi nacionalni program SPMO *Municipalites Amies des Aines*. Ta vsebuje konkretne rešitve in možnosti na osmih področjih, ki jih je definirala SZO. Velik poudarek daje aktivnostim za večjo socialno vključenost. Posebnost nacionalnega programa je tudi raznolikost rešitev za občine, ki so v urbanem okolju, in za tiste v ruralnem.

3. STAROSTI PRIJAZNA FRANCIJA – MED LOKALNO DINAMIKO IN RAZDELITVENO POLITIKO PRETEKLOSTI

V preteklosti so različne lokalne politike v Franciji na področju staranja izvedle študije, ki so pomagale definirati pomembne dejavnike staranja v lokalnih skupnostih; na njihovi osnovi so zastavili nacionalni program *Starati se dobro skupaj*. SZO promovira okolja za aktivno staranje skozi participacijo starejših. Po mnenju avtorjev v Franciji vlada ni predlagala standardne metode ali zagotovila

finančno podporo temu pristopu. Slabost nacionalne iniciative je, da je ostala omejena zgolj na podeljevanje nazivov mestom na podlagi njihovih iniciativ in projektov, ki so jih prijavljali.

Ob pomanjkanju nacionalnega financiranja so lokalne skupnosti prilagodile nacionalni program *Starati se dobro* na različne načine: največkrat kot priložnost za spodbujanje lokalne socialne akcije, ponekod tudi kot okoljske in kulturne akcije ter kot akcije za večjo angažiranost seniorjev. Določena lokalna okolja v Franciji so naknadno prevzela program SZO. V urbanih okoljih, ki so začela delovati po programu SPMO, pristopi variirajo od izvajanja študij in oblikovanja partnerstev do izvajanja posebnih akcij, ki so jih lokalne skupnosti kot svojo posebnost zastavile v akcijskem načrtu. Lokalni pristop SZO daje podporo področjem, ki imajo v politiki veliko težo: oprema, urbano načrtovanje, finance itd. Vpliv vodstva občin (to je predstavnikov voljenih uradnikov in administrativnih vodij) na lokalne prioritete je tudi pomemben dejavnik pri trajanju in stopnji doseganja zastavljenih dolgoročnih ciljev občine na področju staranja. Napredek teh programov in njihovo uresničevanje kaže, da lahko zastavljeni cilji v nekaterih starosti prijaznih občinah postanejo ovira, medtem ko druge občine po zastavljenih načrtih napredujejo in redno prilagajajo svoje akcije trenutnim razmeram. Mesta, ki so sprejela program SZO, so povečala svojo prepoznavnost na nacionalni ali celo internacionalni ravni. To jim omogoča večji vpliv na oblikovanje politik na področju staranja. Prednost priključitve programu SZO se kaže tudi v razširitvi in kombinaciji vsebin, ki jih

lokalne skupnosti v Franciji vključujejo v svoje lokalne politike, okolja in socialno participacijo. V Franciji so namreč v preteklosti pri oblikovanju politik dajali velik poudarek na področjih: upokožitev, zdravstvo, socialne akcije in rekreacija, manj poudarka pa na javnem življenju, kulturi in vseživljenjskem učenju.

V Starosti prijaznih mestih v Franciji še vedno ostaja veliko izzivov. Prvi je raznolikost starejše generacije, drugi je boljša vključenost starejših na vseh področjih. Upoštevajoč načela SZO je starajočo se populacijo potrebno enakovredno vključevati v program SPMO, a ne samo mlajših starostnikov, posameznikov v dobri kondiciji z različnimi kompetencami (posebej s tistimi, ki so uporabne za prostovoljstvo), ampak tudi bolj onemogle in socialno izolirano populacijo starejših ljudi. Kako pristopati do te skupine, ostaja še vedno izziv. Drugi izziv, s katerim se je treba v Franciji spopadati, je vključevanje seniorjev od začetka do konca procesa pristopanja lokalnega okolja k programu SZO.

4. ČIGAVA JE ODGOVORNOST? IZZIVI Z USTVARJANJEM STAROSTI PRIJAZNE VIKTORIJE V ŠIRŠEM KONTEKSTU AVSTRALSKE POLITIKE

K omejenemu uspehu pri poskusih implementiranja SPMO v kontekst avstralske države Viktorije je prispevalo pomanjkanje strateških usmeritev s strani zvezne in državne vlade v obliki politik financiranja, vodenja, oblikovanja jasnih kriterijev in povezovalnih partnerstev. Na zvezni ravni se je preoblikovanje avstralske začetne povezanosti z iniciativo SZO v politično

akcijo ustavilo, saj zvezna vlada ni zagotovila vodstva pri koordiniranju programa SZO. Čeprav so vse ravni državne uprave prepoznale pomen aktivnega staranja, se to ni preneslo v voljo in odgovornost za konkretno implementacijo.

Slaba koordinacija in pomanjkanje strateških usmeritev je vodilo k omejenemu sodelovanju med sektorji, ki so pomembna za področje staranja, prav tako ni bil v ta namen ustanovljen nikakršen organ. To se kaže tudi v tem, da v Viktoriji starejši ljudje niso vključeni v proces izvajanja SPMO, v težavah pri uvedbi celostnega starosti prijaznega programa na zvezni ravni ter v manjšem vključevanju akademske ravni. Pri implementiranju iniciative SZO pa bi morala biti vključena ravno akademska stroka, država pa bi morala zagotoviti financiranje raziskave na področju starosti prijazne Viktorije. Raziskava je potrebna zaradi bolj preglednega informiranja politike, kot tudi zaradi lažjega oblikovanja implementacijskih strategij na državni in lokalni ravni.

Da se zagotovi kontinuirana trajnost in uspešna implementacija programa Starosti prijaznih mest in občin v Viktoriji ter v drugih avstralskih državah, je potrebno uspešno izvajati pristop *od zgoraj navzdol* v smislu enotne politične usmeritve in zvezne podpore iniciativi *od spodaj navzgor* – takšen je na primer program Cota Starosti prijazne Viktorije. Nekateri koordinirani poskusi so začetek podpore tem programom; takšna je prva konferenca Avstralske mreže starosti prijaznih mest in občin, ki jo je organizirala glavna avstralska mestna uprava. Vsekakor je trajnost teh iniciativ in sodelovanj odvisna od zvezne in državnih vlad ter

njihove volje, da reflektirajo vizijo, po kateri so starejši ljudje prepoznani kot prednost in ne kot ovira. Po mnenju avtorjev bi se moralo to odražati tako v politikah kakor na področju urbanega načrtovanja ter dolgotrajne oskrbe. Da bi to dosegli, je treba krepiti zagovornišтво, potrebno je tudi več vložka s strani lokalnih skupnosti, organizacij, akademske sfere in aktivnih starejših ljudi.

5. BELGIJSKI PRIMER – POMANJKANJE ZNANJA O STAROSTI PRIJAZNIH SKUPNOSTIH IN PRIMER SOCIALNE PARTICIPACIJE V VALONIJI

Ta primer opisujeta Thimbauld Mouralaert in Genevieve Houioux. Avtorja poročata, da imajo zaposleni na področju staranja in politik malo ali nič znanja o tem, kaj lahko starosti prijazna iniciativa prinese. Čeprav so v Valloniji izvedli kvalitativno študijo na 12 mestih, ki je bila finančno podpora, je potreben bolj strukturiran programski okvir.

Avtorja razpravljata, kakšni so pogoji za realističen pristop k implementaciji programa SPMO v tej regiji sedaj in v prihodnje. V literaturi in praksi se kažeta dva osnovna pogoja za uspešno implementacijo tega programa: izvedba raziskave in vključitev obstoječih pristopov v zastavljeni kontekst. Izvedba raziskave skupaj z zastavljenim programom je ključna pri implementaciji programa SPMO. Sodelovanje raziskovalcev ni zadostno, saj je treba jasno definirati znanje in akcije. Pri raziskavah bi se lahko občine osredotočale na področje komunikacije, ki je precej nerazvito pri uvajanju programa starosti

prijaznih mest in občin. Vsekakor je komunikacija eno od osmih področij, ki jih je raziskovala SZO. Avtorja kot možnosti predlagata, da se upoštevajo inovacije v teoriji socialnega dela (Dearing, 2009), ki izpostavljajo pomembnost transparentnosti iniciativ različnemu občinstvu kakor tudi upoštevanje lekcij sociologije inovacij glede pomembnosti govornika (Akrich, 1988), prav tako pa »sociologie du packaging« (Cochoy 2002).

Pri uvajanju programa opozarjata tudi, da je pomembno izhajati iz obstoječe situacije. To pomeni, da se modela SZO SPMO ne more kar prenesti brez refleksije na določen teritorij, kot je Valonija. Pri tem si po mnenju avtorjev občine in mesta lahko pomagajo z raziskavo na področju družbenih ved (Moulaert and Biggs, 2013). S socialnim kohezijskim planom bi starejše ljudi bolj vključili in bi z njimi lažje opravili analizo določenega območja (»teritorial diagnosis«) ter oblikovali občinske svetovalne odbore seniorjev, prav tako pa vključili in bolje izkoristili administrativno osebje, ki ima vlogo vmesnega člana.

Avtorji predlagajo t. i. metodo participativne analize (»participatory diagnosis«) (Houlioux in sod., 2014) kot primerno za uvajanje programa SPMO v Valoniji. Prvi razvojni koraki metode participativne analize so se pojavili pred petimi leti. Tendenca pri vključevanju mest v SPMO je prvotno bila izdelati analizo po kvantitativni metodi, ki je naslavljala starejše občane v mestu. Kmalu pa se je pokazala možnost po njihovem večjem in bolj sistematičnem vključevanju.

V Valoniji so po mnenju avtorjev ne dvomno opazili, da so seniorji hoteli biti vključeni prek t. i. občinskih svetovalnih

odborov seniorjev. Pri uporabi metode participativne analize lahko postopek variira od mesta do mesta, okvirno pa se uporablja polstrukturirane intervjuje v povezavi z odprtimi vprašanji s področij dobrega počutja, kvalitete življenja, zadovoljevanja potreb, poznavanja storitev in zbiranja predlogov. Občinski svetovalni odbori seniorjev naj vodijo postopke: oblikovanje hipotez, izbor potrebnih informacij, ki se bodo zbirale, izbor metod za obdelovanje podatkov, izbira vzorca za raziskavo, intervjuje s seniorji na njihovem domu, analizo ter izdelavo poročila in priporočil za lokalne politike. Naloga odborov je tudi oblikovanje protokola raziskave od začetka do konca, medtem ko se vzorčenje, ki temelji strukturi prebivalstva, prepusti stroki.

Strokovnjaki s področja promocije zdravja naj usposobijo občinske svetovalne odbore seniorjev na 6-tedenskem usposabljanju. Hkrati s tem naj poteka vsebinska raziskava, ki bo raziskovala strokovnjake in občinske storitve za starejše občane. Ta proces naj poteka eno celotno leto.

Participativna analiza ni edini odgovor, ki se pojavlja na področju starosti prijaznih mest in občin v Valoniji, tvori pa empirično zastavljeno strategijo, ki bolje upošteva potrebe in vire za starejše na lokalni ravni ter strukturirane znanstvene metode, ki so do sedaj manjkale na področju starosti prijaznih mest v tej regiji.

Vira:

Moulaert Thibault, Garon Suzane, Edit. (2016). *Age-Friendly Cities and Communities in International Comparison. Political Lessons, Scientific Avenues, and Democratic Issues*. Springer.

<https://www.who.int/ageing/publications/gnafcc-report-2018/en/>

Ana Gorenc Vujović

DRUŽINSKI OSKRBOVALCI

UNECE Policy Brief on Ageing, No. 22,
September 2019

UNECE O NEFORMALNIH OSKRBOVALCIH

UNECE je kratica za Ekonomsko komisijo Združenih narodov za Evropo, ki deluje v okviru urada Združenih narodov v Ženevi. Mesečno izdaja publikacijo UNECE Policy Brief, ki je vsak mesec posvečena drugi temi. Ker je bila septembrska številka povsem posvečena neformalnim oskrbovalcem, smo se odločili, da jo predstavimo tudi v naši reviji in se pri tem osredotočimo predvsem na primere dobrih praks različnih držav. Nenazadnje je v poročilu ena od opisanih praks prav naša, saj opisuje tečaj za družinske oskrbovalce, ki ga Inštitut Antona Trstenjaka uspešno izvaja že dve desetletji.

Države UNECE regije se različno soočajo z povečano potrebo po dolgotrajni oskrbi, predvsem pa se zanašajo na neplačano delo neformalnih oskrbovalcev, ki pokrivajo od 70 do 95 % vseh potreb.

Z neformalno oskrbo države sicer precej prihranijo pri javnih izdatkih za formalno oskrbo, po drugi strani pa pri tem nastajajo mnogi skriti izdatki. Če neformalni oskrbovalci nimajo ustrezne podpore pri opravljanju svojega dela, lahko trpi njihovo zdravje, počutje in poklicno delo. Nekateri so prisiljeni zmanjšati obseg zaposlitve ali jo celo opustiti, s čimer tvegajo revščino in socialno izključenost. Vsi ti izzivi ne vplivajo le na oskrbovalce, temveč tudi na

družbo v celoti, saj se posledično povešajo stroški zdravljenja oskrbovalcev kot posledica obremenitev zaradi intenzivnega in napornega oskrbovanja in negativnega vpliva na njihovo zdravje.

Priporočene strategije – potrebno je:

- razviti jasno definicijo neformalne oskrbe in neformalnih oskrbovalcev na nacionalni ravni;
- osveščati o izzivih neformalne dolgotrajne oskrbe, oceniti potrebe oskrbovalcev in nuditi družinam možnost izbire med alternativnimi oskrbovalnimi rešitvami;
- prepoznati neformalne oskrbovalce kot soizvajalce in partnerje v procesu oskrbovanja;
- usposablјati profesionalne oskrbovalce za sodelovanje z neformalnimi in usposablјati neformalne oskrbovalce, da utrdijo svoja znanja;
- zagotoviti možnosti odsotnosti z dela in fleksibilnega delovnega časa ter promovirati podporno delovno kulturo;
- izboljšati dostopnost do skupnostnih oblik pomoči kot je občasna pomoč na domu, dnevno bivanje in nadomestna oskrba;
- skrajšati in poenostaviti administrativne postopke za lažji dostop do storitev in nadomestil;
- neformalnim oskrbovalcem zagotoviti varni prihodek in socialno zaščito, vključno z zdravstvenim zavarovanjem, pokojninskimi prispevki in zavarovanjem za primer nesreč.

KAJ JE NEFORMALNA OSKRBA IN KDO JE NEFORMALNI OSKRBOVALEC?

Obstajajo različne definicije neformalne oskrbe v nacionalnih in regionalnih zakonodajah. Ponekod se izraz neformalni oskrbovalec pokriva z izrazom družinski oskrbovalec. Večina teh definicij pri tem izključuje plačano delo nepoklicnih oskrbovalcev v gospodinjstvih. Pri drugih definicijah pa je v ospredju le neformalna pomoč starejšim ljudem, ki jo potrebujejo.

V Franciji je v zakonu za prilagajanje družbe starajoči družbi od 2015 tudi razširjena definicija neformalnega oskrbovalca («proche aidant»): to je oseba, ki živi skupaj ali v bližnjem in trdnem odnosu z osebo, ki potrebuje oskrbo in kateri neprofesionalno, pogosto in redno pomaga pri opravljanju vsakdanjih opravil.

V Italiji regionalni zakon v pokrajini Emilia-Romagna določa, da je neformalni oskrbovalec »oseba, ki prostovoljno in brez kakršnegakoli plačila nudi oskrbo osebi, ki jo potrebuje in ki ji to dovoljuje«. Tovrstna pomoč lahko vsebuje tudi pomoč pri gospodinjstvih opravilih, pomoč pri ohranjanju mobilnosti, pri dostopu do storitev in pri družabnih odnosih.

Pričujoče poročilo se poslužuje naslednje definicije: »Neformalna oskrba je vsa neprofesionalna oskrba, ki jo nudijo – po lastni izbiri ali ker ni mogoče drugače – družinski oskrbovalci (svojci), prijatelji, sosedje ali ostale osebe, ki dolgotrajno oskrbujejo pomoči potrebne osebe vseh starosti, večinoma v zasebnih gospodinjstvih.«

Glede na odnos med oskrbovalcem in oskrbovancem lahko opredelimo več kategorij: a) odrasli v aktivni dobi, ki skrbijo za ostarele starše; b) upokojene ali

starejše osebe, ki skrbijo za svoje starše ali zakonce; c) mlajše osebe, ki skrbijo za svoje starše, stare starše ali druge člane družine; d) plačane neprofesionalne oskrbovalce, ki nadomeščajo ali dopolnjujejo oskrbo družinskih članov. Po evropskih raziskavah so v 40 do 55 % primerih neformalni oskrbovalci odrasli sorodniki (hčere, sinovi, snahe itd.), ti odstotki pa se razlikujejo od države do države. V 20 do 45 % oskrbujejo partnerji. Prav tako izvajajo neplačano oskrbo sorojenci, prijatelji in sosedi, večinoma ženske.

V zadnjem desetletju je opaziti naraščanje števila plačanih neformalnih oskrbovalcev, ki nadomeščajo ali dopolnjujejo neformalno oskrbovanje družinskih članov; večinoma to delo opravljajo ženske, trajni ali začasni migranti, z ali brez kvalifikacij in so različno plačani. Ta fenomen je značilen za sredozemske države, oskrbovalci pa so predvsem iz vzhodne Evrope (Romunija, Ukrajina), iz Azije (Filipini) ali iz Latinske Amerike. V Avstriji in Nemčiji oskrbovalci prihajajo predvsem iz sosednjih držav (Češka, Poljska, Slovaška). Po grobi oceni je več kot 4 milijonov migrantskih oskrbovalcev – večinoma žensk, ki izvajajo oskrbo v zasebnih gospodinjstvih v UNECE regiji. Pri tem ne smemo pozabiti na veliko število migrantskih poklicnih oskrbovalcev, ki so formalno zaposleni v teh državah.

STRATEGIJE ZA PODPORO NEFORMALNIM OSKRBOVALCEM

Obstaja veliko načinov, kako lahko nacionalne ali lokalne oblasti pomagajo neformalnemu oskrbovalcu, predvsem pa jih je potrebno prepoznati in jim dati veljavo.

Na Češkem je prepoznavanje prispevka neformalnih oskrbovalcev na zelo nizki

ravni, zato vloge neformalne oskrbe mnogi, niti sami oskrbovalci, ne prepoznajo in se z njo ne poistovetijo. Da bi to situacijo izboljšali in prebivalce – tako širšo kot strokovno javnost – ozavestili, je vlada pripravila in že izvaja medsektorski projekt, ki vključuje najrazličnejše deležnike, od delodajalcev, vladnih in socialnih služb, lokalnih oblasti in seveda tudi oskrbovalce. Ker je podatkov o neformalni oskrbi zelo malo, so začeli z zbiranjem podatkov na lokalni in nacionalni ravni: število oskrbovalcev, kategorije, izkušnje in potrebe sedanjih oskrbovalcev in tudi tistih, ki so to bili kdaj v preteklosti. Zbrani podatki bodo služili kot osnova za izbor ukrepov. Sledila bo kampanja – različni dogodki, s katerimi bodo ozaveščali javnost, pripravili bodo gradiva, praktična navodila za neformalne oskrbovalce in za lokalne javne službe. Pripravili bodo strateški dokument, ki bo pokrival različne vidike neformalne oskrbe. V mestih in na podeželju bodo organizirali certificirane izobraževalne seminarje za neformalne oskrbovalce, za zaposlene v socialnih službah, za občinske oblasti in za urade za zaposlovanje. Projekt financira operativni program za zaposlovanje, aktivnosti pa koordinira češko Ministrstvo za delo in socialne zadeve.

Neformalni oskrbovalci potrebujejo čas in fleksibilnost za uspešno manevriranje med poklicnimi in zasebnimi obveznostmi ter pogosto nepredvidljivimi oskrbovalnimi obveznostmi. V nekaterih državah oskrbovalcem omogočajo odsotnost z dela, ki variira od nekaj dni do nekaj mesecev. Možnost »oskrbovalne odsotnosti« daje zaposlenim oskrbovalcem čas za koordinacijo in izvajanje oskrbe, ali pa si privoščijo oddih za določen čas, a ob tem še vedno obdržijo zaposlitev.

Fleksibilni delovni čas, skrajšani delovni čas ali delo od doma so možnosti, ki zaposlenim omogočajo ostati v delovnem razmerju kljub zahtevnim oskrbovalnim zadolžitvam.

ODSOTNOST Z DELA ZARADI OSKRBOVANJA

Evropska direktiva urejanja poklicnega in zasebnega življenja je bila sprejeta 20. januarja 2019 in prinaša pravico do petih dni odsotnosti na leto zaradi oskrbovanja svojcev ali oseb, ki živijo v istem gospodinjstvu, pa tudi možnost fleksibilnega delovnega časa. Nekateri EU države so imele to področje že prej podobno urejeno. Vsekakor pa je sprejetje te direktive pomemben korak za priznavanje vloge neformalnih oskrbovalcev.

V Franciji je ukrep »družinska solidarnostna odsotnost« dostopen vsem zaposlenim, katerih starši, otroci, brat ali sestra ali oseba, s katero si delita skupni dom, ima bolezensko patologijo, ki ogroža njegovo življenje ali je v napredujočem ali terminalnem stanju resne ali neozdravljive bolezni. Zaposlenemu omogoča začasno prenehanje poklicne aktivnosti za potrebe izvajanja oskrbe nekoga, ki je izgubil samostojnost, za obdobje treh mesecev, ki se lahko ponovi. Te možnosti delodajalec ne more oz. ne sme zavriniti.

Maja 2019 so sprejeli novo zakonodajo, ki spodbuja oskrbovalčevo odsotnost z dela z različnimi ukrepi: kompenzacija, varstvo socialnih pravic oskrbovalca s pomočjo shem socialne varnosti, kartica oskrbovalcev, s katero se lahko identificirajo pri zdravnikih in drugod, priročnik za oskrbovalce in koristne informacije, ki so na voljo na spletnih straneh.

Zaposleni v Nemčiji imajo možnost delne odsotnosti z dela v obdobju 24 mesecev ob prisotnosti na delovnem mestu vsaj 15 ur tedensko.

KAKO NEFORMALNIM OSKRBOVALCEM ZAGOTOVITI USTREZEN DOHODEK IN SOCIALNO VARNOST?

Ostajajo različne finančne podpore oskrbovalcem. V nekaterih državah se podpora zagotavlja z nadomestilom, ki se izplačuje oskrbovancem v okviru socialnega in zdravstvenega zavarovanja (npr. v Avstriji, Nemčiji, Italiji), kar lahko razumemo kot prispevek k proračunu gospodinjstva in posredno kot priznavanje dela oskrbovalcev. V drugih državah (npr. Češka, Irska, Velika Britanija) pa se ta prispevek plačuje neposredno oskrbovalcu.

Glede na dejstvo, da so ta nadomestila razmeroma nizka, se ponekod uveljavlja možnost, da je oskrbovalec v času oskrbovanja zaposlen preko občine in prejema plačo približno v znesku, kot jo dobivajo formalni, poklicni oskrbovalci (npr. Finska, Švedska). V tem primeru se definicija neformalne oskrbe nekoliko prilagodi. Nekatere države neformalnim oskrbovalcem plačujejo tudi prispevke za pokojninsko zavarovanje (npr. Avstrija, Nemčija).

Na Slovaškem imajo neformalni oskrbovalci možnost nadomestila za svoje delo. Oskrbovalec mora biti starejši od 18 let, sposoben mora biti za oskrbovanje in imeti soglasje osebe, ki jo oskrbuje. Te osebe so lahko tudi zaposleni ali prejemniki pokojnin. Višina zneska tega nadomestila je blizu znesku minimalne neto plače. Upokojenci prejemajo pavšal, ki je približno 50 % tega zneska in je dodatek k

njihovim pokojninam. Ta znesek je višji, če oskrbujejo otroka. To nadomestilo prispeva država: neformalni oskrbovalci sicer nimajo statusa zaposlenih, a jim država krije zdravstvene in socialne prispevke.

Na Irskem je nadomestilo oskrbovalcem urejeno že vrsto let. Od leta 2017 pa so uvedli dodaten ukrep – plačevanje nadomestila dodatnih 12 tednov po smrti oskrbovanca ali njegovem odhodu v dom za starejše. Ob prenehanju intenzivnega oskrbovanja dajo na tak način oskrbovalcem podporo za prehodno obdobje, za prilagoditev in načrtovanje življenja po oskrbovanju.

Na področju Južne Karelje na Finskem je 1.250 družinskih oskrbovalcev, ki večinoma skrbijo za starejšega svojca. Upravičeni so do treh dni oddiha od oskrbovanja na mesec. Za ta čas jih lahko zamenja t.i. družinski nadomestni oskrbovalec (Family Foster Carer), ki se prej za to delo usposobi na kratkem intenzivnem tečaju in je za to delo plačan. Oskrbo izvaja pri oskrbovancu na domu, ali pa ga sprejme k sebi, če ima za to primerne pogoje. Ta ukrep omogočajo in finančno podpirajo lokalne skupnosti.

PODPORNI PROGRAMI ZA NEFORMALNE OSKRBOVALCE

Obstaja veliko načinov podpore neformalnim oskrbovalcem za lažje opravljanje njihovega dela: koristne informacije, svetovanje, dostopne podporne storitve, usposabljanja, nadomestila itd.

Na Finskem imajo centralno podporno službo za neformalne oskrbovalce »Omatatori«, ki nudi preko 70 storitev, od posredovanja informacij, nasvetov, preventivnih storitev, dostopnih na enem mestu.

V Nemčiji so 2011 odprli oskrbovalni telefon (Pflegetelefon), telefonsko linijo za družinske oskrbovalce, kjer dobijo najrazličnejše informacije o različnih vidikih oskrbovanja, vključno o pripadajočih finančnih nadomestilih, možnostih razbremenilne pomoči, svetovanja različnih strok itd.

Organizacija Carers UK je razvila spletno orodje »Digital Resource for Carers«, kjer je na enem spletnem mestu zbran izbor koristnih digitalnih izdelkov in aplikacij za podporo neformalnim oskrbovalcem: e-tečaji, specifična koristna znanja in veščine, družabna omrežja, preko katerih oskrbovalci komunicirajo in si izmenjujejo izkušnje, informacije o pravno formalnih vidikih oskrbovanja, strategije soočanja s fizičnimi in psihičnimi pritiski, krepitev osebne odpornosti itd.

USPOSABLJANJE ZA NEFORMALNO OSKRBO

Usposabljanje neformalnim oskrbovalcem pomaga pri pridobivanju potrebnih znanj in veščin o oskrbovanju in varovanju pred izgorelostjo in drugimi negativnimi učinki oskrbovanja na telesno in duševno zdravje oskrbovalcev. Tovrstna usposabljanja so lahko ključna tudi za zagotavljanje statusa neformalnih oskrbovalcev in prepoznavanje njihove vloge v dolgotrajni oskrbi in za sodelovanje s strokovnjaki s tega področja, kar posledično pozitivno vpliva na kvaliteto oskrbe.

V večini držav UNECE regije še ni vzpostavljenih nacionalnih okvirov za usposabljanje neformalnih oskrbovalcev. Tovrstne programe večinoma nudijo ne-profitne organizacije.

V belgijski pokrajini Valoniji so vzpostavili referenčni sistem za usposabljanje neformalnih oskrbovalcev ljudi z izgubo avtonomije in s posebnimi potrebami.

V Srbiji Rdeči križ organizira dvodnevna usposabljanja neformalnih oskrbovalcev s poudarkom na praktičnih veščinah (npr. pomoč pri osebni higieni), komunikacija (npr. z osebami z demenco) in ozaveščanje – kako pridobiti pomoč, kam se obrniti, kako se soočiti s čustvenimi napori pri oskrbovanju itd.

Na tem mestu je opisana tudi dobra praksa iz Slovenije – usposabljanje družinskih in drugih neformalnih oskrbovalcev, ki ga že dve desetletji izvaja Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje po Sloveniji in tudi v tujini. Skupina 15 do 25 udeležencev se srečuje 10 zaporednih tednov po 3 ure in po metodi skupinskega socialnega učenja obravnava bistvene teme za lažje in boljše oskrbovanje: doživljanje starejšega svojca in komunikacija z njim, težaven starejši svojec, oskrba dementnih oseb, skrb za lastno zdravje in kondicijo oskrbovalcev, fizioterapevtska pomoč za učinkovitejše oskrbovanje, nega starejšega človeka na domu, tema po izboru tečajnikov, ko svojca ni več mogoče oskrbovati doma, spremljanje umirajočega svojca in žalovanje. Ob koncu usposabljanja se oblikuje *skupina svojcev* za izmenjavo izkušenj in nadaljnje usposabljanje, ki se srečuje mesečno na principu samopomoči. Udeležba na usposabljanjih je brezplačna, saj jih Inštitut večinoma izvaja s sodelovanjem lokalnih skupnosti ali s sofinanciranjem Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

POLITIČNA PREPOZNAVNOST NEFORMALNIH OSKRBOVALCEV

Politična participacija neformalnih oskrbovalcev in njihovih predstavnikov ter prepoznavnost v javnosti sta izjemno pomembna dejavnika za dvig osveščenosti širše javnosti, za razumevanje pomembnosti njihove vloge in izboljšanje razmer za njihovo delo. Organizacije, ki jih zastopajo, igrajo izjemno pomembno vlogo pri oza-veščanju na vseh ravneh, od informiranja

o obstoječih oblikah podpore do zagovorništvu neformalnih oskrbovalcev, vplivanja na politične odločevalce s posredovanjem priporočil in usmeritev za izboljšanje oskrbovalnih razmer.

Na evropski ravni je potrebno omeniti krovna združenja, ki povezujejo ali predstavljajo neformalne oskrbovalce in njihove organizacije: Eurocarers, AGE Platform Europe, COFACE ter druge organizacije za različne ciljne skupine.

Alenka Ogrin

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

OSVEŽITVENI TEČAJ ZA MEDGENERACIJSKE PROSTOVOLJCE

Dobrna, 21. do 23. november 2019

Osvežitveni tečaj za medgeneracijske prostovoljce je bil tudi v letošnjem letu v Termah Dobrna. Poleg druženja in vsebine tečaja je tudi sončen dan v poznem novembru dodal svoj delež k prijetnemu vzdušju med udeleženci. Ta tečaj že tradicionalno organizira Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje za prostovoljce, ki so povezani v Zvezo medgeneracijskih društev za kakovostno staranje.

Tema letošnjega osvežitvenega tečaja je bila: ***Dobro poslušanje je temelj prostovoljstva.*** Predstavil jo je Jože Ramovš po uvodnem nagovoru direktorice Inštituta Ksenije Ramovš. Poudarila je, da smo enako kakor lani tudi tokrat na tečaju organizatorji krajevnih mrež za kakovostno staranje, voditelji skupin in voditelji skupin svojcev. Ta povezava na tečaju je obogatitev za vse, saj tako prihaja do izmenjave izkušenj, medsebojnega učenja, spoznavanja in boljšega sodelovanja v prizadevanju po boljšem sožitju.

V dopoldanskem delu programa smo spoznavali delo sekcije prostovoljcev iz Kočevja, ki je Zvezi predsedovala zadnje leto, in sekcijo Mestne knjižnice Kranj, ki je sprejela predsedovanje v prihodnjem letu. Kočevska organizatorica Vesna Krese in Damjana Muster iz kranjske knjižnice sta predstavili svoje sekcije in njihovo delo.

Po številu majhna skupina prostovoljk iz Kočevja, ki je v svojem kraju izjemno dejavna, je v zadnjem letu tudi za celotno Zvezo in vso slovensko javnost pripravila odmevne dogodke: spoznali smo Kočevje, videli v živo njihovo sodelovanje s šolami, občino in ostalo lokalno skupnostjo, njihov izjemen dosežek je po več tečajev letno za družinske in druge neformalne oskrbovalce po vaseh (v Dolgi vasi, Šalki vasi in Predgradu); po vsakem tečaju se kočevska sekcija poveča za novo skupino svojcev. Damjana Muster je predstavila sekcijo Kranj, v kateri deluje kar 23 bralnih skupin. Njihovo delo v Mestni knjižnici Kranj in njenih številnih podružničnih knjižnicah po krajevnih skupnostih je nazorno predstavila tudi s filmom. S tem ko je sekcija, ki jo sestavljajo same bralne skupine, prevzela štafetno mapo predsedovanja Zvezi, bo za vse skupine priložnost, da poživimo bralno dejavnost, saj je le-ta ena od pomembnih dejavnosti vsake skupine za kakovostno staranje.

Živimo v času, ki se odvija z veliko naglico in taka je tudi naša pozornost, prisotnost in čuječnost. V poplavi informacij in zunanjih dražljajev težko obdržimo zanimanje, se umirimo in dobro poslušamo. Dobro poslušanje je temelj za lep pogovor. Kolikokrat se nam dogodi, da prihaja do komunikacijskih mašil, nerazumevanja drug drugega, ker »nimamo časa«, da bi drugemu res prisluhnili, bili prisotni v trenutku, tukaj in sedaj in ga dejansko slišali. Naša koncentracija je v večini primerov prisotna le toliko, da

se lahko odzovemo in to pomeni, da v ospredje postavimo naš odziv in ne njegove pripovedi in vedenja. Jože Ramovš nas je spodbudil k vaji za ozaveščanje dobrega poslušanja. Njegova iztočnica je bila *Moja konkretna izkušnja, ko mi je nekdo nekaj pripovedoval, pa sem ga z zanimanjem in pozorno poslušal ter dobro razumel, tako da sva bila oba zadovoljna s tem pogovorom*. Delali smo osebno vsak sam in nato v majhnih skupinah.

Z novo izkušnjo kakovostnega pogovora v skupini ob lastnih dobrih izkušnjah in pozornega poslušanja, ki je temelj pogovorne kulture, smo odšli na kosilo, po njem pa nadaljevali s popoldanskim programom.

V čuječnost, to je zavestno prisotnost pri tem, kar delamo in se z nami dogaja, nas je popeljal Križaj Robert, učitelj (Qualified Teacher) programa MBSR s strani CFM (Center for Mindfulness in Medicine, Health Care and Society). Njegov miren glas nas je vodil v svet prisotnosti s pomočjo pozornosti, ki je bila na dihanju, počutju in zvoku. Smisel spremljanja vseh teh procesov je ozaveščanje. To od človeka ne terja nikakršne borbe ali sodbe, ampak gre za aktivno zaznavanje in sprejemanje. Tistemu, čemur se upiramo, dajemo moč, da narašča. Naj navedem primer. Če v procesu čuječnosti zaznam bolečino v desnem kolenu in je moja prisotnost tam na način, da se bolečini upiram, bom verjetno še bolj čutila bolečino v kolenu. Gre za sprejemanje tistega, kar je, brez posploševanja in želje po takojšnjem urgiranju. Sprva smo se osredotočali vsak nase, kasneje pa smo pozornost usmerili še na drugega in vadili čuječnost v paru. Vzpostavljali smo očesni kontakt, kar je bilo po svoje nerodno, saj

tako kot naš um bega tudi naš pogled in s tem pozornost.

Delavnica iz čuječnosti je lepo sovpadala z osrednjo temo *dobro poslušanje je temelj za lep pogovor*. Pri njej smo v parih izvedli še vajo iz aktivnega poslušanja. Izmenjavali smo si vlogo pripovedovalca in poslušalca: eden v paru je pet minut govoril, drugi ga je aktivno poslušal, nato smo vloge zamenjali. Izkušnja je bila pristna in močna. Doživela sem, kako aktivno poslušanje od nas terja zbranost, mirnost in predanost; ne da bi kaj rekli, naredili, popravili, zavrnilo. Gre za sprejemanje, čutenje, povezovanje in sočutje. In na drugi strani: ko človek govori in ima vso pozornost tistega, ki ga posluša, je postavljen pred dejstvo, da zaznava in to zaznavanje podeli drugemu. Gre za oddajanje, iskrenost, odpiranje in občutek, da si pomemben v vsej svoji celosti.

Pred večerom prvega dne tečaja smo se razdelili v dve skupini. S skupino voditeljev medgeneracijskih skupin je delal Jože Ramovš ob pomembnem vprašanju – **delegiranje nalog**; v skupini s strani voditelja drugim članom, v društvih in sekcijah pa s strani organizatorja mreže drugim prostovoljcem. Voditelje skupin svojcev je moderirala Ksenija Ramovš; pri njih je bila osrednja tema **metodika vodenja skupine**.

Ljudje se na različne načine odzivamo na to, kar slišimo, vidimo in se dogaja okrog in v nas. V vlogi voditelja je pomembno, da so naši odzivi pristni. Ko dobro poslušamo druge v skupini, lahko vsakega tudi zares slišimo. V odzivu poudarimo konkreten prispevek; s tem, ko se človeku pristno zahvalimo, ga tudi pohvalimo. Učimo se iz dobrih izkušenj. Čim bolj obvladamo skupinsko metodiko, tem večjo možnost imamo, da oblikujemo pogovorno kulturo

v skupini, kjer se vsak lahko izrazi, je viden in slišan. V skupini voditeljev skupin svojcev je Ksenija uprizorila nekaj možnih odzivov, ki so jasno kazali tako verbalno kot neverbalno sporočilo. Opazovalci smo zaznali razliko glede na njen odziv, ki je bil sprva radoveden, optimističen, spodbuden, v drugo pa bolj tog, brezbrizen in s kančkom neresničnega zanimanja.

Vsako srečanje skupine ima strukturo. Voditeljeva naloga je, da čuječe vodi srečanje, da se drži teme, da spretno upravlja s časom, ki je določen za srečanje. Udeleženci skupine svojcev se po navadi dobro poznajo, zato se med seboj nagovarjajo z imenom, vzpostavijo stik z očmi, predajo besedo levo od srca in se odzivajo na to, kar jim je bilo zanimivo ali pomembno v pogovoru in pri drugih dejavnostih skupine. Ksenija je opozorila na to, da naj voditelj v svoji vlogi ne bi govoril v primerjavi z drugimi člani preveč; morda kakih deset odstotkov več kakor drugi. Pozorni smo, da ne zaidemo v vlogo tistega, ki *vse ve*; s tem bi izgubili pomemben del skupinske socialne metode, kjer smo vsi učitelji in vsi učenci.

Pri voditeljih skupin je Jože Ramovš poudaril, da je smiselna delitev nalog drugim v skupini in sekciji ali društvu odločilna večšina vsakega vodenja. Vsak član skupine naj bi imel pri neki dejavnosti vidno in za vse pomembno vlogo. To je ključ do dobrega sodelovanja v skupini, do povezanosti med vsemi člani in s tem prijetnega vzdušja v skupini. V majhnih skupinah smo se pogovarjali o tem, med seboj radodarno delili dobre izkušnje in reševali vprašanja. V naši skupinici smo bile štiri sobesednice. S sovoditeljico sva pretežno spraševali bolj izkušene od sebe,

saj sta bili z nama v skupini »prekaljeni« dolgoletni voditeljici. Bili sva kot gobi, ki vpijata izkušnje in pobude, s katerimi bova lahko obogatili najino delo.

Po večerji smo se zbrali v čudoviti poročni dvorani, kjer nam je Peter Košak predvajal posnetek praznovanja ob deseti obletnici delovanja Medgeneracijskega prostovoljskega društva za kakovostno starost zaposlenih in nekdanjih sodelavcev Ministrstva za obrambo. Navdušila nas je zavzetost sodelujočih in skrbno pripravljena slovesnost. Njihova prirediteljica je bila v celoti ubrana za domoljubje. Domoljubje je tudi nov širiteljski program, ki je nastajal ob dobrem sodelovanju med Inštitutom in medgeneracijskim društvom slovenske vojske. Bil je zelo lepo sprejet, saj ga je poleg njihovih skupin že v prvem letu izvedlo nekaj deset skupin po raznih krajih.

V nov dan nas je z razgibalnimi vajami zbudila Irena Potočnik. Prva petkova delovna tema je bila posvečena temu, kaj nas v skupini sprosti in kaj zresni. Vanjo nas je popeljal Jože Ramovš z iztočnico, da je *človek skupinsko bitje*; skupina je vez med posameznikom in skupnostjo. Posledica slabega delovanja skupin je osamljenost. Naloga voditelja skupine je, da poskrbi za urnik, prostor in **vzdušje**. Ustavili smo se pri slednjem. Vzdušje je lahko pusto in prazno ali navdihujoče in dobro. Razmislili smo, kaj je potrebno, da se iz slabega vzdušja rodi dobro. Tudi tu je pomembno upoštevati »valovanje« življenja. Če je vzdušje samo prijetno, ni razvoja. Kadar je vzdušje pusto, je potreben kakovostni premik in tu se lahko rodi nekaj novega. Najprej je vsak zase razmislil o izkušnji slabega vzdušja in kako se je razpletlo, da je skupina spet »zadihalala s polnimi pljuči«.

Razdelili smo se v manjše skupine z nalogo, da zaigramo izkušnjo lepega, pozitivnega vzdušja v skupini. Predstavitve skupin so navdušile vse udeležence in razgibale tako roke kot noge. Kar iskriло se je od izvirnih idej, smeha in zadovoljstva. Navdušeno smo ploskali, zadnja skupina pa nas je vključila v svojo predstavitev, da smo z njo vsi skupaj ob pesmi zaplesali kolo.

Pred kosilom smo razvijali našo ustvarjalnost ob izdelovanju izvirne voščilnice. To je bila ustvarjalna delavnica, ki jo je tudi letos vodila organizatorica mreže iz litijske sekcije, Marjeta Agrež. Razložila nam je tehniko, dala material in spodbudno pomagala pri izdelavi.

Petkovo popoldne vsak udeleženec osvežitvenega tečaja sam izbere dejavnost, ki mu ustreza: plavanje ali skupinski pohod. Tega je skrbno pripravil Andrej Kresse, mož kočevske organizatorke Vesne. V krasnem soncu nas je šla velika skupina na Žebjarjevo peč. Od zdravilišča je pot položna, zadnjih 20 minut pa se vzpenja strmo v hrib. Zadnji kos po hrbtu Žebjarjeve peči smo plezali na skalo ob jekleni vrvi in prišli na ograjeno leseno razgledišče. Nagrajeni smo bili s prekrasnim razgledom v dolino. S pesmijo na ustih smo se spustili do ceste in se v živahnem pogovoru vračali v hotel.

Piko na »i« petkovemu sončnemu dnevu je zvečer dodal Andrej Dobre, ki je skupaj z ženo Bredo dolgoletni prostovoljec Inštituta in nekdanji profesor Biotehniške fakultete. Vse nas je začaral s projekcijo svojih fotografij Življenje z gozdom. Ogleдали smo si meditacijo o košati lipi in prisluhnili njeni zgodbi v štirih letnih časih. Nič manj nas niso očarale fotografije o bukvi in najvišjih drevesih ter o simbiozi življenja v gozdu. Srečno naključje je bilo,

da je prav ta večer Andrej praznoval svoj 87. rojstni dan.

V soboto dopoldan nas je Andrej iz gozdnega preselili v družinsko okolje – v spoznavanje **družinskega drevesa**. Spoznavali smo družinsko drevo njegove in ženine rodovine. Vsakemu je posvečena obsežna knjiga, ki ju je Andrej skrbno izdeloval več desetletij. Andrej je dejal, da nismo ne prvi ne zadnji, smo pa pomemben delček na drevesu, ki raste od prednikov v zanamce. Kak drobec za družinsko drevo, npr. zgodba o predniku, ki je zdržal v hudih časih ter ostal pokončen in ploden, je lahko posrečena dejavnost za marsikoga v širiteljskem programu *Domoljubje*. S tem namenom je vsak udeleženec tečaja lahko dobil izvod revije *Kakovostna starost* iz prejšnjih let: v njej je članek mag. Andreja Dobreta o izdelavi družinskega drevesa, v drugi dr. Barbare Merše o tem, kaj je njene prednike držalo gor v težkih časih, da so dosegli visoko starost.

K zbiranju podatkov o njihovi rodbini ga je spodbudila očetova bolezen in zavedanje, kako malo pozna svoje sorodnike. Zavzeto je več let pisal podatke o sorodnikih na lističe in iz tega je nastala zelo obsežna »rodovna knjiga«. V njej so podatki in iz zadnjega stoletja tudi fotografije njegovih prednikov do »Adama« – tako je namreč bilo ime njegovemu predniku v 16. stoletju, do koder je našel podatke v raznih arhivskih virih. Knjiga družinskega drevesa je veliko več kot zgolj kronološki pregled; je iskanje korenin, ki povezuje preteklost, sedanost in prihodnost. Je neprecenljiva dediščina sedaj in za potomce. Preteklost in sedanost se povezujeta za prihodnost. Povezovanje ljudi pa je edino zdravilo proti osamljenosti. Andrejevi živi sorodniki se

tudi po zaslugi izdelave družinskega drevesa srečujejo vsako leto. Andrej sproti posodablja njihovo »bazo podatkov«, njemu sporočajo vse spremembe kot so rojstvo, smrt in poroka. Pri njem se zbirajo poročne in družinske fotografije, dokumentirane z imeni, krajem in datumom posnetka. Vsakemu vnuku za 18. rojstni dan podari knjigi s svojim in ženinim družinskim drevesom ter zgoščenko družinskih fotografij.

Za konec pa še šopek tečaja. Najbolj so se me dotaknile cvetke, ki govorijo o

drevesih, ki si med seboj pomagajo in da smo vsi skupaj močno drevo. Dišale so po radosti, hvaležnosti, navdušenju, hrepeneju o tem, kaj vse človek še lahko naredi ter zavedanju, da imamo ves čas na razpolago za dobro poslušanje, ki je temelj lepega pogovora. Lep pogovor lahko primerjamo z vodo: je tekoča, mehka, polna moči, brez težav prevzame obliko, se prilagodi vsaki posodi, ne da bi pri tem izgubila svoje lastnosti.

Bernarda Mali in Sara Schwarzmann

KLASIKI O STARANJU IN SOŽITJU GENERACIJ

Kajetan Gantar in Jože Ramovš

Starostna modrost in tegobe v zadnji Sofoklovi tragediji

POVZETEK

Prispevek raziskuje klasična spoznanja o starosti, staranju in o sožitju med generacijami v grški tragediji *Ojdip v Kolonu*, ki jo je kot svoje zadnje delo napisal največji grški dramatik Sofokles (496-406 pr. Kr.), ko je bil star devetdeset let. Njeno umetniško sporočilo je postavljeno v obredni okvir, saj je bila grška tragedija del bogoslužnih slovesnosti na čast bogu Dionizu. Iz nje odsevajo umetniško obdelane socialne razmere v tedanjih Atenah in osebne izkušnje avtorja. Z družbenega vidika izstopa zrelo domoljubje, to je avtorjeva zakoreninjenost v rodnih Atenah, ki so bile kot samostojna država s svojo demokracijo v času nastajanja tragedije tik pred dokončnim porazom v dolgotrajni peloponeški vojni. Med značilnostmi domoljubja izstopa odklanjanje maščevalnosti med nasprotniki v skupnosti. Iz avtorjevih osebnih izkušenj se v drami verjetno zrcali njegovo doživljanje starosti in bližajoče se smrti ter hud osebni problem, ko ga je sin iz pohlepa po premoženju obtožil neprištevnosti (demence) in hotel razglasiti za opravilno nesposobnega, da bi preprečil dedovanje svojemu polbratu, Sofoklovemu nezakonskemu sinu. Usoda te drame vsebuje tudi pomembno medgeneracijsko izkušnjo. Na atenski oder jo je šele pet let po pesnikovi smrti postavil njegov vnuk, tudi sam nadarjen dramatik, pri čemer jo je po vsej verjetnosti moral deloma dopolniti ali prirediti za skupno uprizoritev v sklopu trilogije z več kakor četrto stoletja starejšima tragedijama *Kralj Ojdip* in *Antigona*; tematsko naj bi bile povezane v organsko zaokroženo celoto. S tem to klasično delo kaže temeljno medgeneracijsko zakonitost, da kulturne dosežke prednikov razvijajo naprej rodovi potomcev. Pri gerontološkem raziskovanju zadnje Sofoklove drame se potrjuje tudi spoznanje, ki je pomembno za starostno zorenje, da namreč umetniška prodornost s svojo duhovno globino preseže aktualno osebno in družbeno tragiko.

Ključne besede: starost, ekonomsko nasilje svojcev nad starim človekom, demenca, modrost, tragičnost, umetniška intuicija

AVTORJA

Dr. Kajetan Gantar (1930) je študiral klasično filologijo pri Milanu Groslju in Antonu Sovretu ter se izpopolnjeval na univerzah na Dunaju, v Parizu,

Heidelbergu in Ženevi. Poleg monografskih študij je objavil okrog tristo člankov v domačih in tujih revijah. Bil je sourednik revije *Živa antika*, predsednik Društva antične in humanistične študije in Društva slovenskih književnih prevajalcev ter član odbora za novi slovenski prevod Svetega pisma. Je redni član Slovenske akademije znanosti in umetnosti. V njegovih prevodih je v zadnjega pol stoletja spregovorila cela vrsta antičnih avtorjev, mnogi med njimi v slovenščini prvič. Začel je z Ajshilovim Vkljenjenim Prometejem, ki mu je kasneje dodal Peržane, nadaljeval z Aristotelovo Poetiko in Nikomahovo etiko, z bizantinskim zgodovinarjem Prokopijem, Horacijevimi, Propercijevimi in Sapfinimi pesmimi, Plavtovim Amfitruonom, Hišnim strahom in Komedijo o loncu, Heziodovo Teogonijo ter Deli in dnevi, Sofoklovim Kraljem Ojdipom, Antigono, Elektro, Ajantom in Filoktetom, izborom iz Ovidijevih Metamorfoz in iz Pindarjevih Od, s Terencijevim Evnuhom in izborom Homerjeve Odiseje. Za prevod Rimske lirike je dobil Sovretovo nagrado, za prevod dveh Plavtovih komedij pa nagrado Prešernovega sklada. Njegov prevod Sofoklovega Ojdipa v Kolonu je prva izdaja kake grške drame, ki je izšla kot sinopsis hkrati z izvirnikom; izdala jo je Celjska Mohorjeva družba leta 2010 z obsežno Gantarjevo študijo »Sofoklov Ojdip v Kolonu: oblikovanje tragedije med mitičnim izročilom in osebnim doživljanjem« ter izčrpno preglednico »Sofoklov čas«.

Dr. Jože Ramovš (1947) je antropolog in socialni delavec, predstojnik Inštituta Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje. Na področjih sožitja in staranja deluje že štiri desetletja razvojno, raziskovalno in pedagoško; razvija antropohigiensko metodo skupinskega socialnega učenja za razvoj osebnosti in medčloveškega sožitja v neformalnih in formalnih socialnih mrežah. Bil je pobudnik in urednik prevoda prve znane knjige o staranju in sožitju: Mark Tulij Ciceron Pogovori o starosti – Cato Maior de senectute (Inštitut Antona Trstenjaka, 2015), ki je izšla kot sinopsis hkrati z latinskim izvirnikom. V reviji *Kakovostna starost*, ki jo ureja, je uvedel rubriko znanstvenih člankov *Klasiki o staranju*. V bibliografski bazi COBISS ima nad tisoč člankov in drugih del, med njimi okrog osemdeset knjig: dvajset samostojnih, dvajset v soavtorstvu s štiri-deset ponatisi in prevodi v tuje jezike.

ABSTRACT

Wisdom of the aged and ailments in Sophocles' last tragedy

This contribution explores classical lessons about age, ageing and intergenerational relations in the greek tragedy of Oedipus at Colonus, which was the last work of the Greeks greatest playwright Sophocles (496-406 BC) when he was 90 years old. Its artistic message is set into a ritual framework, considering the greek tragedy was part of worship ceremonies in honour of god Dionysus. It artfully reflects the social circumstances in Athens of the time, coupled with the author's personal experience. From a social perspective, mature patriotism

stands out, authors rootedness in Athens which was a sovereign state with its democracy at the time and was at the brink of the ultimate defeat in a long-lasting Peloponnesian war. Among the characteristics of patriotism, the rejection of vengeance among opponents in the community stands out. Out of the author's personal experiences, the drama reflects his perception of age; impending death and also a severe personal problem when his son, out of greed, accused him of insanity (dementia) and wanted to declare him as mentally incapacitated so his half brother, Sophocles' illegitimate son, could not inherit after him. The faith of this tragedy also includes an important intergenerational experience. It was put on the stage in Athens, five years after the author's death, by his grandson, himself a gifted playwright, whereby he probably had to partially supplement or edit it for a joint staging with more than a quarter of a century older tragedies King Oedipus, and Antigone; thematically they form a whole. With it, this classical work exhibits a fundamental intergenerational law, that cultural achievements of their ancestors are further developed by new generations of descendants. Gerontological examination of Sophocles' last drama, confirms the realisation, also important for maturation that comes with age, that an artists insight with its spiritual depth can transcend actual personal and social tragedy.

Key words: age, economic violence of relatives over an old person, dementia, wisdom, tragedy, artistic intuition

AUTHORS

Dr. Kajetan Gantar (1930) studied classical philology at Milan Grošelj and Anton Sovré and did his advanced studies in Vienna, Paris, Heidelberg and Geneva. Besides monographic studies, he published around 300 articles in domestic and foreign journals. He was the coeditor of a journal *Živa antika* (= *Viva antiquitas*), president of the Society for Classical and Humanistic Studies of Slovenia, and Society of Slovenian Literary Translators and a member of the Committee for the Slovenian Bible Translation. He is a permanent member of the Slovenian Academy of Sciences and Arts. A myriad of ancient authors spoke through his translations in the last 50 years, many of them for the first time in Slovenian. He started with Aeschylus' *Prometheus Bound*, to which he later added the *Persians*, he continued with Aristotle's *Poetics* and *Nichomachean Ethics*, with Byzantine historian Procopius, poems of Horace, Propertius and Sappho, Plautus' *Amphitryon*, *The Little Pot* and *The Haunted House*, Hesiod's *Theogony* and *Works And Days*, Sophocles' *Oedipus the King*, *Antigone*, *Electra*, *Ajax*, *Philoctetes*, Ovid's *Metamorphoses*, Pindar's *Victory Odes*, Terentius' *Eunuch* and Homer's *Odyssey*. He was awarded the Sovré prize for his translation of the *Roman Lyrics*. His translation of Sophocles' *Oedipus at Colonus* was the first time a Greek drama, was published as a synopsis with an original; it was published by *Celjska Mohorjeva družba* in 2010 with an extensive Gantar's study of »Sophocles'

Oedipus at Colonus: forming a tragedy between mythical tradition and personal experience« and an extensive chart »Time of Sophocles«.

Dr. Jože Ramovš (1947) is an anthropologist, a social worker and head of the Anton Trstenjak Institute for Gerontology and Intergenerational Relations. In the fields of coexistence and ageing, for four decades, his work has been developmental, pedagogical and action-research oriented; he is developing an antropo-hygienic method of In-group Social Learning, for the development of personality and intergenerational relations in informal and formal social networks. He was the initiator and editor of the translation of the first known book about ageing and coexistence: Mark Tulij Ciceron: Conversations about old age – Cato Maior de senectute (Anton Trstenjak Institute, 2015), which was published together with the Latin original. In the journal Good Quality of Old Age, which he edits, he introduced a new section of scientific articles Classics on old Age and Ageing. In the bibliographic base COBISS he has over 1000 articles and other works, among them over 80 books: 20 independent, 20 as a co-author, with 40 reprints and translations in foreign languages.

OBREDNI OKVIR IN MITIČNO IZROČILO GRŠKE TRAGEDIJE

RAMOVŠ: Gospod akademik Kajetan Gantar, o grški tragediji pravite, da ima obredni okvir in mitično izročilo. To daje njenemu umetniškemu sporočilu dodatno razsežnost; še posebej sporočilom o starosti, ki imajo zaradi svoje dokončnosti že sama po sebi bivanjsko težo.

GANTAR: O rojstvu in značaju grške tragedije obstoji že obsežna literatura, ki vseskozi poudarja, da se je tragedija porodila iz obrednih slovesnosti na čast bogu Dionizu in da svojega bogoslužnega izvora in značaja tudi pozneje nikoli ni zatajila. Tudi pri nas je Josip Debevec že pred stoletjem v poljudni razpravi o grški drami in obisku atenskega gledališča zapisal: »Zdaj sva na svetih tleh. Tudi vse vedenje zbrane množice spričuje, da je prišla k službi božji. Ne pozabiva torej tudi midva, da bo vse, kar bova danes tukaj videla in slišala, imelo verski značaj, da bo vse bogočastje, vse v čast bogu Dionizu.« Podobne misli srečujemo pri Antonu Sovretu, Franu Bradaču in Janezu Vrečku, pa tudi v moji spremni študiji k prevodu dveh Ajshilovih tragedij; o obrednem izvoru in značaju grške tragedije kritično, izčrpno in poglobljeno razpravlja Brane Senegačnik.

Seveda so med učenjaki mnenja o iskrenosti, o notranji vsebini in globini, o intenzivni navzočnosti ali o usihanju religioznega doživljanja ob gledaliških uprizoritvah zelo deljena. Še zlasti, ker je v ohranjenih tragedijah presenetljivo malo sledov Dionizovega mita in kulta; kot edina izjema se navajajo *Bakhantke*, zadnja Evripidova tragedija, ob kateri pa se odpira vrsta precej nasprotujoči si razlag. Po drugi strani pa je treba ob tem upoštevati tudi razglašeno ekstatičnost Dionizovih obredov s svojo pregovorno bakhantsko sproščenostjo. Hkrati pa

ne smemo pozabiti, da je bil Dionizov kult po eni strani eden najbolj trdoživih vse do pozne antike, po drugi strani pa tudi dejstva, da vsebujeta Dionizov mit in bogoslužje nekaj potez, ki se – vsaj na prvi pogled – zdijo presenetljivo blizu krščanstvu.

Vsekakor so bogoslužni obredi pesnikom grških tragedij nudili enkratno priložnost, da ob njih izpovedujejo religiozne ali morda tudi drugačne svetovnonazorske poglede, da skozi njih oblikujejo, poudarjajo in oznanjajo npravstvene vrednote ter k njim usmerjajo in vzgajajo svoje rojake, ki so se ob Dionizovih praznikih, zlasti ob spomladanskem prazniku »velikih dionizij«, leto za letom trumoma zgrinjali v prostorno gledališče ob vznožju atenske Akropole.

Še posebej pogosto srečujemo ugotovitev, da nobena antična tragedija ni tako globoko prežeta z religioznostjo kot Sofoklova zadnja gledališka umetnina – *Ojdip v Kolonu*. Že samo prizorišče te tragedije, ki se odigrava v bližini svetega gaja Evmenid, je globoko religiozno obarvano. Ni slučaj, da dramsko dejanje doseže svoj prvi vrhunec v podrobno opisani spravi daritvi na čas Evmenidam. Dunajski profesor Ludwig Radermacher je pred sto leti zaključil svojo uvodno študijo k tej tragediji z besedami: »*In če na koncu drame zadoni Zevsovo grmenje, če skrivnostnost oživi in če čudež postane resničnost, tedaj v antiki gotovo ni bilo pobožnega človeka, ki kot gledalec ob tem ne bi občutil tiste groze, katere zbujanje je po Aristotelovih besedah smoter tragedije.*« Nekateri interpreti gredo v poudarjanju religioznih prvin še dalje in trpljenje naslovnega junaka Ojdipa primerjajo s svetopisemskim trpinom Jobom, njegovo poveličanje in skrivnostno izginotje na koncu tragedije pa z zgodbo o izginotju starozaveznega preroka Elija ali z zgodbo o izginotju Mojzesa, kot ga opisuje Jožef Flavij v *Starožitnostih*.

IDEALIZIRANI SPOMINI, ODMEV DRUŽBENEGA DOGAJANJA IN UMETNIŠKA INTUICIJA STAREGA SOFOKLESA

RAMOVŠ: Ta religiozni in mitični značaj daje grški tragediji presežno razsežnost; morda so tudi zaradi tega širšega antropološkega okvira ostali Sofokles in drugi grški dramatik trajni kulturni zaklad. V tem okviru postavlja Sofokles svoje zadnje dramsko delo, Ojdip v Kolonu, v konkretnost svojega rodnega kraja – lahko bi rekli v idilo, kakršno star človek goji v spominih na svoj rodni kraj; v vsebini drame pa odmevajo avtorjeve konkretne življenjske izkušnje.

GANTAR: Ob nastajanju grških tragedij se srečujemo s podobnimi vzgibi kakor pozneje: vernikov se najbolj dotaknejo besedila, kjer so v postaje križevega pota vgrajene asociacije na lastne bolečine in razočaranja, na lastne padce pod križem. In zakaj ne bi imeli podobnega odnosa do verskega izročila tudi antični besedni oblikovalci? Zakaj ne bi smeli podobnih prvin iskati in odkrivati npr. tudi pri Sofoklu, ki je slovel po svoji religioznosti?

Najbrž so ravno zato nastopajoče osebe v zadnji Sofokovi tragediji, zlasti lik naslovnega junaka Ojdipa in njegove hčerke Antigone, tako živo, realistično in prepričljivo upodobljeni, da ob njih ne čutimo nekih eteričnih breztelesnih silhuet, ampak utrip polnokrvnih človeških bitij, zgnetenih iz krvi in mesa. Njihova neposredna doživetost in psihološka dognanost nas prevzameta in ne moremo se znebiti vtisa, da je pesnik, ki je takrat že dopolnil devetdeset let, vanje v veliki meri projiciral in prelival svoja osebna doživetja in razočaranja, ki so ga pretresala v visoki starosti. Seveda daleč od tega, da bi ustvaril zgolj nekakšno avtobiografsko izpoved. Vendar se je v trpljenje naslovnega junaka Ojdipa, v njegovo soočenje z neizbežno bližajočim se koncem – ob izkušnjah iz lastnega življenja – tako globoko vživel, kot da v njem odkriva sorodno dušo, skoraj svoj drugi jaz.

Za boljše razumevanje si najprej oglejmo nekaj podatkov iz pesnikovega življenja, kot so nam znani iz antičnih biografij in pričevanj. Vzporedno ob tem pa zasledujemo tudi kratek povzetek dejanja v njegovi zadnji tragediji.

Zgovorna je že sama scenerija, prizorišče zadnje tragedije, ki jo je pesnik postavil v domači rojstni kraj, v atiški demos Kolon, od koder je izhajal rod njegovega očeta Sofila, ki je bil po svojem poklicu machairopoiós, dobesedno »izdelovalec mečev«, verjetno je imel tovarno orožja. Lahko si predstavljamo, da se je pesnik na poznejši življenjski poti iz atenskega velemestnega vrveža rad vračal v svet mladostnih doživetij. Zato ni čudno, da se je na večer svojega življenja še enkrat zamaknil v jutranji svit svoje dolge in razgibane življenjske poti ter svoje mladostne vtise strnil v hvalnico Kolonu, ki predstavlja nekaj najlepšega, kar je kdaj kak grški pesnik zapel o svojem rojstnem kraju:

*Tukaj pod roso nebeško
v prelepih grozdcih
iz dneva v dan znova
se bujno razcveta narcisa,
boginjama venec pradavni,
tukaj zlati se rumeni žafran.
Tukaj nikdár ne zaspijo izviri,
ki valovje Kefísa pojijo
in polja brsteča na zemlji prsati
s čistim vodovjem plodijo.
Tukaj rajajo, plešejo Muze,
z zlatimi vajetmi Afrodita
rada na vozu obišče ta kraj.*

Tukaj, v bližini Kolona, je nedostopni gaj maščevalnih boginj Erinij, ki so se že zdavnaj preobrazile in preimenovala v blago naklonjene Evmenide. To njihovo preobrazbo je pesniško oblikoval in osmislił že Sofokov predhodnik Ajshil v zadnjem členu Oresteje, edine v celoti ohranjene antične trilogije.

Tukaj je vhod v mračno skrivnostno podzemlje, tukaj je »bronasti prag«, kot so si po grškem verovanju predstavljali vhod v mračni drugi svet.

Vse to so – hkrati s kipom mitičnega heroja konjenika Kolona, po katerem je okraj dobil svoje ime – slikovite podrobnosti, ki so se Sofoklu najbrž v ranem otroštvu globoko vtisnile v zavest in spomin. In pesnik je imel posluš in oko za detajle scenerije; najbrž ni slučaj, da je bil prav Sofokles, kot poroča Aristotel, prvi, ki je v tragedijo uvedel scensko slikarijo.

Toda podoba Kolona je v tej tragediji več kot samo gola scenerija: Kolon postane v njej eden nosilcev dramskega dejanja. Kolon postane cilj, kjer Ojdip najde konec svoje življenjske poti in kraj svojega poslednjega počitka. Seveda se je v antiki več krajev potegovalo za čast Ojdipovega groba: po eni verziji, na katero naj bi namigoval že Homer, naj bi bil Ojdip pokopan v Tebah, po Pavzaniju in nekaterih drugih virih pa na atenskem Areopagu. Toda po starejši verziji, ki jo pozna tudi Evripid in ki jo je ovekovečil Sofokles, naj bi bil ta grob – kot blagoslov atiške dežele – v njegovem rodnem Kolonu.

RAMOVŠ: Pri svojih devetdesetih letih pa je imel veliki grški dramatik Sofokles za seboj izjemne dosežke svoje ustvarjalne prodornosti, med drugim tudi dve znani tragediji z istimi junaki, Ojdipom in Antigono.

GANTAR: Pesnik je snov za svojo zadnjo dramo *Ojdip v Kolonu* črpal iz mitičnega cikla o tebanski kraljevski hiši, se prvi iz istega cikla, iz katerega je zajemal snov tudi za dve svoji prejšnji, najbolj znani in odmevni umetnini: *Kralj Ojdip* in *Antigona*. *Ojdip v Kolonu* predstavlja v nekem smislu nadaljevanje *Kralja Ojdipa*, čeprav je kronološko med nastankom obeh najmanj četrto stoletja razlike.

Kralj Ojdip se konča z Ojdipovim samopohabljenjem, z oslepitvijo in z odločitvijo za odhod v izgnanstvo. Na začetku te drame se je namreč Ojdip zarekel, da mora ubijalec kralja Laja, kdor koli je, iz tebanskega mesta v tujino: »*ta kletev, ki sem pravkar jo izrekel, naj pride tudi nadme, če vedé gostim pod svojo streho hudodelca*« (249-51). Dosledno zvest temu svojemu preklicu vzame Ojdip krivdo nase in sklene oditi kot slepec s popotno palico in z beraško malho po svetu. Oblast v Tebah pa vzame začasno v roke, kot regent – do polnoletnosti dveh Ojdipovih sinov – Ojdipov svak Kreont. Kreont je v *Kralju Ojdipu* prikazan kot poštenjak in neambiciozen pravičnik; nasprotno pa je v poznejši tragediji upodobljen v precej drugačni luči, kot nasilen oblastnež in zahrbtn intrigant, kot siva eminenca, ki tudi po svojem formalnem odstopu v resnici še naprej drži vse niti oblasti čvrsto v svojih rokah.

Oblast v Tebah naj bi si potem, ko postaneta polnoletna, izmenoma po eno leto delila Ojdipova sinova Eteokles in Polinejk. Toda sinova ob očetovem odhodu v izgnanstvo nista odigrala ravno častne vloge. Ojdip naj bi si bil namreč – po prvem pretresu ob strahotnem odkritju svoje krvoskrunske zakonske zveze – pozneje

premisлил in bi vseeno rad še najprej ostal v mestu. Toda sinova sta ga prisilila k odhodu ali se vsaj nista zanj dovolj zavzela, ko so ga drugi silili, naj odide iz mesta.

Po Kreontu kot prvi prevzame oblast Eteokles, ki pa se potem, ko poteče dogovorjeno leto, ne drži dogovora in noče prepustiti žezla starejšemu bratu Polinejku. Zato Polinejk s pomočjo svojega tasta Adrasta, ki vlada kot kralj v Argosu na Peloponezu, zbere vojsko med zavezniškimi mesti na Peloponezu in z njo prodre pred Tebe, ki jih obkoli in oblega.

V obleganju tebanskega mesta čutimo odmeve aktualnega dogajanja med takratno peloponeško vojno, ko je vojska Spartancev in njihovih zaveznikov čedalje bolj stiskala obroč okoli obleganih Aten.

RAMOVŠ: Sofokovo zadnje delo v starosti, ki je bila za tiste čase častljivo visoka, je torej bogoslužna tragedija v okviru tedanjega Dionizijskega kulta, epopeja spominu na avtorjev rodni kraj in mladostne spomine nanj ter odraz tedanjega družbenega dogajanja v Grčiji. Ali lahko rečemo, da je ta umetnina tudi avtorjev starostno domišljen umetniški sklep dramske trilogije o kralju Ojdipu in Antigoni?

GANTAR: V *Ojdipu v Kolonu* ni tako gospodarno zgoščene in detektivsko napete zgradbe kot v *Kralju Ojdipu*, ki s svojo piramidalno strukturo (zasnova – zaplet – vrh – razplet – razsnova) že od nekdaj velja za klasični vzor vertikalno grajene tragedije. V njej bi zaman iskali kak anagorizem, ki ga Aristotel šteje za eno najučinkovitejših dramskih prvin. Prej bi lahko govorili o nekakšni horizontalni zgradbi; če za razliko od Aristotelovih poetičnih kategorij uporabimo Brechtovo terminologijo, bi lahko ob njej razmišljali skoraj o nekakem »epskem gledališču«.

Ojdip v Kolonu v bistvu sestoji iz niza šestih epizod (ali, če prištejemo k temu še uvodno, zaključno in sklepno epizodo, iz niza devetih epizod). V vseh epizodah, razen čisto na koncu, sta – poleg zbora starešin iz Kolona – na odru vseskozi navzoča Ojdip in Antigona, ob njima pa se v vsaki posamezni epizodi pojavlja še tretji igralec: v uvodnem prizoru je to domačin iz Kolona, v prvi epizodi Antigonina sestra Ismena (ki je navzoča tudi v skoraj vseh naslednjih epizodah, toda poslej večinoma le kot nema oseba), v drugi epizodi kralj Tezej, v tretji najprej Kreont, nato spet Tezej, ki dominira tudi v četrti epizodi, v peti epizodi Polinejk, v šesti spet Tezej in v zaključni epizodi sel, ki poroča o tem, česar (razen kralja Tezeja) nihče ni smel videti – o Ojdipovem skrivnostnem izginotju.

SOFOKLA JE SIN IZ POHLEPA OBDOLŽIL NEPRIŠTEVNOSTI – DEMENCE

RAMOVŠ: V tragediji Ojdip v Kolonu izstopa očetov skrajno negativen odnos do sina Polinejka, ki je z ene strani ves skrušen v svoji nesreči, ker mu je brat odvezel prestol, z druge strani pa s tujo zavezniško vojsko maščevalno oblega svojo domovino

– rodne Tebe. Zgodovinarji ugotavljajo, da se v tej vsebini Sofoklove zadnje umetnine zrcali njegova tragična osebna in družinska izkušnja.

GANTAR: Za naše čustvovanje naravnost odbijajoče in najbolj pretresljivo med vsemi naštetimi epizodami predstavlja prizor, ko pride Polinejk, za svoj prvorojenski delež opeharjeni in izgnani sin, ves skesan in skrušen k očetu in ga prosi blagohotne naklonjenosti. Polinejk je »*ujetnik svojih ambicij, tragičen, a ne katarzičen lik*«, pa vendar si v svoji skrušenosti osvaja naše simpatije. Toda namesto razumevanja (ali celo odpuščanja, kot ga dočaka npr. izgubljeni sin v evangeliju) naleti Polinejk pri očetu na gluha ušesa in na grobo zavrnitev (1383-90), iz katere diha, kot radi poudarjajo kritiki, naravnost fanatično sovraštvo do sina:

*Izgini proč, izpljunek, brez očeta,
zlo vsega zla, odnesi s sabo kletev,
ki nadte kličem jo: dežele rodne
s kopjem ne boš zavzel, ne boš se vrnil
več v Argos. Umrl boš pod roko brata,
ko ubil boš brata, ki te je prepodil!
Tako jaz molim, kličem dedni Tartar,
naj te pogoltne od tod v temo ogabno ...*

Ta epizoda tako zelo odstopa od siceršnjega poteka dejanja, da jo nekateri štejejo za »tuje telo v organizmu drame« (»ein Fremdkörper im Organismus des Dramas«), češ da bi jo lahko izločili, drama pa bi samo pridobila na enovitosti.

Dramska epizoda o prekletstvu, ki ga Ojdip izreče nad sinom Polinejkom, nam postane bližja in razumljivejša, če jo vzporejamo z epizodo iz pesnikovega življenja, o kateri poroča več antičnih virov in avtorjev, med njimi tudi Ciceron: *Sofokles je pisal tragedije do visoke starosti. Ker pa se je zdelo, da zaradi tega zanemarja svoje premoženje, so ga sinovi postavili pred sodišče, da bi ga sodniki (podobno kot tudi po naših šegah zadene prepoved očete, ki zanemarjajo svoje imetje) razglasili za neprištevne in mu odvzeli možnost upravljanja s svojim premoženjem. Tedaj je baje starec sodnikom recitiral dramo, ki jo je imel ravno v rokah in jo je nazadnje napisal, Ojdipa v Kolonu. Nato je sodnike vprašal, ali lahko takšno pesem ustvari nekdo, ki je neprištevne. Po recitaciji so sodniki izrekli oprostilno sodbo.*

Anonimna antična Sofoklova biografija (*Bios* = življenjepis) navaja ob tej epizodi še več drugih podrobnosti: Sofokles je bil poročen z Nikostrato, ki je bila po rodu Atenka in mu je rodila sina Iofonta. Pozneje je imel razmerje z neko Teorido, nežnim dekletom iz Sikiona. Ta mu je rodila nezakonskega sina Aristona, ki ga je imel pesnik menda rajši kot starejšega zakonskega sina Iofonta. Še posebej naj bi bil pesniku pri srcu vnuk, Aristonov sin, ki je po dedu prevzel imel Sofokles.

Zanimivo je, da sta se dva od pesnikovih potomcev, zakonski sin Iofont in vnuk Sofokles, tudi sama uveljavljala kot dramatika. Iofont je baje napisal 50 tragedij in vsaj enkrat (leta 435 pr. Kr.) prejel tudi prvo nagrado, sedem let pozneje pa drugo nagrado. Toda tedanja atiška komedija se je iz Iofonta rada norčevala, češ da niti od daleč ne dosega očeta, še več, podtikala mu je celo, da pod svojim imenom uprizarja očetove umetnine. Zdi se, da je bil uspešnejši in bolj nadarjen dramatik vnuk Sofokles (Aristonov sin, Sofokles III), ki je napisal 40 dram in z njimi na tragiških tekmovanjih sedemkrat (ali – po nekaterih virih – celo dvanajstkrat) osvojil prvo nagrado.

V anonimni biografiji beremo, da je bil Sofoklov prvorojenec Iofont ljubosumen na Aristona in je zato očeta na starost dolžil slaboumnosti in neprištevnosti (danes bi rekli starostne demence ali Alzheimerjeve bolezni), zraven pa še zapravljivosti in razsipnosti. Do tožbe pred sodiščem naj bi prišlo, ko je skušal Iofont izpodbijati pravice nezakonskega polbrata Aristona, ker se je očitno bal, da bi ta po očetovi smrti postal enakopraven dedič.

Sofokles se je pred sodniki zagovarjal z besedami: »*Če sem Sofokles, nisem neumen; če pa sem neumen, nisem Sofokles.*« Nato je začel brati svojo dramo, čemur je sledila oprostilna sodba. Po eni verziji naj bi bil Sofokles pred sodniki prebral celo tragedijo, po drugi pa samo en odlomek, zborsko pesem o lepotah Kolona.

Lahko si mislimo, kako se je čutil devetdesetletni pesnik prizadetega, ko je doživel, česar si človek v visoki starosti najmanj želi: da ga rodni sin razglaša za neprištevnega, da mu skuša s sklepom sodišča odvzeti opravilno sposobnost! H grenkemu razočaranju je najbrž prispevala tudi bridka misel, da prvorojenca, ki se tudi sam gre pesnika, bolj kakor očetova pesniška ustvarjalnost zanima dedovanje družinskega premoženja.

Ne bom trdil, da so pesniku neposredni povod za nastanek zadnje drame dala ravno omenjena osebna razočaranja in ponižujoči postopki pred sodiščem. Toda morda so ga ravno te grenke življenjske izkušnje navdihovale ob verzih, s katerimi Ojdip v drami odslovi starejšega sina Polinejka (1352 in nasl., 1383 in nasl.):

*Zdaj, preden gre, pa naj od mene sliši,
česar ne bo vesel v življenju nikdar. (...)
Izgini proč, izpljunek, brez očeta,
zlo vsega zla, odnesi s sabo kletev,
ki nadte kličem jo.*

Iz podobnih grenkih razočaranj se mu je verjetno porodila tudi zborska pesem o nesmiselnosti želje po dolgotrajnosti življenja, ki ga v vsakem primeru nazadnje čakajo samo še nadloge in tegobe in na koncu smrt. V bistvu je to pesem paradoksa, pesem o najvišjem dobru, ki ga povzame v skrajno obliko nihilizma, v zanikanju smisla človeškega življenja, v absurdno željo, »ne biti rôjen«. V tej pesmi je Sofokles starodavno črnogledo miselnost, ki jo v grški poeziji srečamo

že pri Heziodu in Teognisu, organsko povezal z bridko osebno izkušnjo, ki mu je narekovala eno najpretnesljivejših liričnih umetnin (1211-48):

*Kdor hlepi po predolgi dolžini življenja,
komur nikoli zadosti ni let,
ta se po mojem
nespameti vdaja.
Dni prevelika dolžina
samo bolečine grmadi,
užitkov ne najde nikjer,
če komu ni stárosti mere dovolj.
Zaveznica nam, ki vse izravna,
ko Usoda brez svatovske pesmi,
brez lire, brez plesa,
popelje nas v Had,
na koncu je smrt.*

Ne biti rôjen
je vredno več kakor vse.
Kdor pa svetlobo sveta je uzrl,
za tega je drugo najboljšo,
da čim prej se vrne,
od koder prišel je.
Kadar nam mine mladost
z lahkotnostjo svojih norčij,
kdo lahko naporom in mukam uide,
komu je kdaj prizaneslo trpljenje?
Zavist in nemir, prepiri in boji,
umori – na koncu pa starost preži
zaničevana, nemočna, neljuba,
nevšečna, vse hudo v njej druží se s hudim.

MODROST URAVNOTEŽI TRAGIČNE IZKUŠNJE

RAMOVŠ: Sofokles je v svoji zadnji drami Ojdip v Kolonu umetniško obdelal osebno tragičnost, ko ga je sin obdolžil neprištevnosti iz pohlepa po imetju in iz zavisti, da bi tudi nezakonski sin dedoval po očetu; temu osebnemu razočaranju je pridružil tudi splošne starostne nadloge. Ali je ta umetniško izražena tragika zadnja beseda njegovega labodjega speva ali lahko najdemo v tej umetnini še kak biser zrele modrosti, ki presega osebno tragiko? Za umetniško intuicijo je značilno, da v njej človek presega osebno omejenost in se steguje v presežno modrost celote.

GANTAR: Dominantno vlogo v *Ojdipu v Kolonu* igra naslovni junak Ojdip. Ob njem, kot rečeno, čutimo odmev avtobiografskega navdiha.

Toda ob Ojdipu nastopa v drami kot pozitivni junak še ena močna oseba moškega spola: pravični in neustrašni atenski kralj Tezej, mitični ustanovitelj in prvi kralj Aten, ki je Ojdipu osebno posebej blizu, saj je tudi sam nekoč doživel bridko usodo brezdomca. V liku Tezeja je pesnik utelesil vse najlepše kreposti idealnega vladarja.

Ob tem ne smemo pozabiti, da pesnikov navdih v njegovi zadnji umetnini ni izhajal samo iz osebnega in družinskega razočaranja, ampak tudi iz drugih, morda še močnejših vzgibov – iz globokega in iskrenega domoljubja, ki je v najtežjih časih atenske zgodovine, med dolgotrajno peloponeško vojno, predstavljalo še posebej dragoceno vrednoto.

Sofokles je bil, če uporabim poznejši, neprevedljiv Demostenov izraz, *philathenaiótatos*: največji možni atenski patriot, pravo poosebljenje atenskega domoljubja. Starejši Ajshil se je rad odzval tujim vladarjem, ki so ga vabili na svoj dvor, in je vsaj dvakrat potoval na Sicilijo, kjer je tudi umrl in bil pokopan v sicilskem mestu Geli; mlajši Evripid je svojo življenjsko pot tragično končal na dvoru makedonskega kralja Arhelaja, kjer so ga raztrgali divji kraljevi psi maloške pasme. Za razliko od njiju Sofokles kljub mamljivim vabilom tujih vladarjev nikoli ni hotel zapustiti rodnega mesta.

Sofokles je svojo bleščečo pesniško pot začel leta 468 pr. Kr., ko je v tragiškem agonu premagal trideset let starejšega Ajshila, takrat nestorja dramskih pesnikov, in za tragedijo o elevzinskem heroju *Triptolemu*, mitičnem predhodniku Tezeja, prejel prvo nagrado. Heroj Triptolem je – po ukazu boginje Demetre – atiške rojake kot prvi učil umnega kmetovanja in s tem postavil temelje poznejšemu atenskemu blagostanju. Takratno nagrado je Sofoklu izjemoma – ob vihnem in spontanem navdušenju občinstva – v imenu kolegija strategov (tako rekoč v imenu najvišjega državnega vrha) podelil sam vrhovni poveljnik Kimon, ki se je ravnokar vrnil z zmagovitega vojaškega pohoda.

RAMOVŠ: Tezej je v tej drami čisti lik starostnega modreca. Tudi Ojdip – ob sicer trmastem sovraštvu do sina Polinejka – odraža starostno zorenje s svojim zrelim domoljubjem, s tem, kako sprejema svojo kruto usodo in še z marsičim. Modrost in zrelost pa nista omejeni na starost in še manj na moške. V svoji zadnji umetnini je Sofokles to pokazal predvsem v liku Ojdipove hčere Antigone.

GANTAR: S pozitivnima likoma Ojdipa in Tezeja se kot antagonist sooča po eni strani že omenjeni nasilni tiran Kreont, po drugi strani pa nesrečni in zavrženi Ojdipov sin Polinejk. Napeta soočenja in dialogi omenjenih oseb dajejo svojevrsten čar in muzikalnost tej drami, v kateri sicer prevladujejo izrazito moški akordi.

Ob tem pa ne moremo in ne smemo prezreti blažilne ženske vloge, ki jo v drami igra Ojdipova hči Antigona, očetova vdana in požrtvovalna spremljevalka

na težki in mukotrpnih poti begunstva. Iz njenega lika lahko razberemo značajske poteze, ki jih ista oseba kaže kot naslovna junakinja v *Antigoni*: na videz krhko, a v resnici nepremakljivo trdno žensko bitje z izostrenim čutom človečnosti in z jasno izklesanimi etičnimi načeli.

Antigona je tista, ki že v uvodnem spevu z vljudno, a odločno prošnjo gane zbor starešin, ki najprej skušajo Ojdipa prepoditi, da nazadnje pokažejo sočutje do njenega nesrečnega očeta (137-253).

Nato je Antigona edina, ki premore moč, da pripravi starčevsko trmastega očeta do dialoga z osovraženim mu sinom, čeprav je njun dialog že vnaprej obsojen na neuspeh kot pogovor dveh gluhih. In s kakšno neverjetno prefinjeno besedo zna Antigona očeta pripraviti do tega (1181 in nasl.): »Čuj, oče, moj nasvet, čeprav sem mlada ... in daj, da sestri srečata se z bratom!«

Edino Antigona ima pogum, da Polinejku odločno odsvetuje bratomorni spopad in pogubonosni vojni pohod nad rodno mesto (1414-7): »*Le eno, Polinejk, meni na ljubo stori! ... Nazaj odvedi vojsko, čim prej, v Agros! Ne sebe in ne Teb nam ne uniči!*«

Edino Antigona je tista, ki ji Polinejk neomajno zaupa svojo poslednjo željo (1408-10): če s sestro »*kdaj se vrneta domov, vsaj vedve me ne zavrzita, s častjo pogrebno v grob me položita!*«

Edino Antigona je tista, ki nazadnje namesto varnega brezskrbnega azila v Atenah prosi Tezeja (1769-72): »*A Ti naju pošlji domov, v častljivo mesto tebansko, da tam ne vnel bi se divji spopad, ki grozi s prelivanjem bratske krvi!*«

Njena sestra Ismena Antigone pri vsem tem izrecno ne ovira in se sestri prilagaja, vendar čutimo, da ostaja v prelomnih trenutkih brez prave volje in brez moči. Za razliko od Antigone, ki spremlja očeta v bednih beraških cunjah, je Ismena prava dvorna dama: v spremstvu služabnika prijezdi na plemenskem žrebcu, oblečena po zadnji modi, s tesalskim klobukom na glavi ... Skratka, Ismena je prav takšna, prav tako neizrazitega značaja, kakršno srečujemo v uvodnem prizoru *Antigone*.

Tako je pesnik čez tragedijo, v kateri sicer prevladujejo moški značaji in trdi moški akordi, skozi lik Antigone razlil deklinško nežnost in mehko. Po drugi strani pa je z vlogo in z nastopom Antigone – *post festum* – napisal neke vrste značajski komentar k svoji najodmevnejši umetnini, ki je bila uprizorjena že tri desetletja pred tem.

RAMOVŠ: *Ojdipa v Kolonu ste ponovno prevedli pol stoletja za Sovretom, da bi bilo še to Sofoklovo delo uprizorjeno na slovenskem odru. Svoj prevod ste pospremili s temeljito študijo. V njej ste to klasično grško tragedijo poimenovali »veličastni finale (Sofoklovega) dramskega opusa.«*

GANTAR: *Zadnja Sofoklova gledališka umetnina je zrasla iz njegove življenjske izkušnje in iz umetniške zrelosti, ko je pesnik že čutil neizogibno bližajoči se konec.*

Ne le konec zasebne življenjske poti, ampak tudi skorajšnji propad, zaton in poraz domovine, atenske polis, v mučni, izčrpavajoče dolgotrajni peloponeški vojni.

S to tragedijo je pesnik tako rekoč napisal svojo nacionalno oporoko. S poslednjim pesniškim naporom je skušal v liku kralja Tezeja, utemeljitelja Aten, in s sklicevanjem na odrešilno in zaščitniško vlogo Ojdipovega groba na mejah atenske polis svojim rojakom v najtežjih trenutkih vojne in obleganja pregnati malodušje ter vlivati pogum in up na končno zmago. Žal brez uspeha.

Vendar je usoda pesniku prizanesla vsaj s tem, da mu ni bilo treba gledati vojaškega zloma in klavrnega konca Aten. Ni čudno, da je sodobnik Frinih v svoji komediji *Muze ob Sofoklovi smrti* – pesnik je umrl jeseni 406 pr. Kr. – zapisal:

*O blagor Sofoklu! Bogat in srečen
doživel je častitljivo starost,
ustvaril mnogo lepih umetnin,
umrl, ne da bi bil dočakal zlo.*

Umrl je samo nekaj mesecev za tem, ko je še zadnjikrat v življenju, že dvajsetič, prejel prvo nagrado v tragiškem agonu.

Smrti velikega pesnika se je poklonil celo sovražnik, spartanski poveljnik Lisander, ki je dovolil pogrebniemu sprevedu prost prehod iz obleganih Aten do Dekeleje, ki leži 120 stadijev (približno 20 km) severno od mesta. Baje se je Lisandru, ki se je temu naprej protivil, v sanjah dvakrat zapovrstjo prikazal sam bog Dioniz in mu ukazal pieteto do pesnika. Pri Dekeleji so pesnikove posmrtno ostanke položili v družinski grob, ki ga je pozneje krasil bronasti kip mitične pevke Sirene. Po smrti so Atenci pesnika kmalu začeli častiti kot heroja z imenom Deksion (»Pomočnik«) in v njegovo čast vsako leto opravljati žrtvene obrede.

Komaj eno leto po pesnikovi smrti je atenska mornarica jeseni 405 v bitki pri kraju Ajgospotamoí doživela katastrofalen poraz, ki je zapečatil usodo atenske polis in atenske demokracije. Že naslednje leto so morale oblegane in sestradane Atene privoliti v brezpogojno vdajo in sprejeti poniževalne mirovne pogoje.

RAMOVŠ: Kako pa je bilo v tistem vojnem času z uprizoritvijo Ojdipa v Kolonu?

GANTAR: Sofokles uprizoritve svoje zadnje umetnine ni dočakal. Na oder jo je pet let po pesnikovi smrti postavil njegov vnuk (sin Aristona) Sofokles mlajši (= Sofokles III). Preseneča, da tega ni storil pesnikov zakonski sin Iofont. Je ostala morda po Sofoklovi smrti še dolgo v spominu pesnikova prizadetost zaradi sinovih obtožb o očetovi neprištevnosti? Je morda Iofont umrl pre zgodaj, prekmalu za očetom, da bi lahko poskrbel za uprizoritev? Ali pa je bil vnuk – o čemer ni dvoma – močnejši pesnik kot Iofont in so zato to pietetno nalogo rajši kot sinu zaupali vnuku?

Ob tem ostaja odprto tudi vprašanje, v kakšnem stanju je bil ob pesnikovi smrti rokopis zadnje tragedije, kar spet odpira vrsto drugih vprašanj. Ali je pesnik

tragedijo že povsem dokončal? Ali pa je morda nameraval v njej še kaj spremeniti, izpiliti, izgledati? Ob razpravah o teh vprašanjih igra pomembno vlogo dejstvo, da je zadnja Sofoklova tragedija po zunanjem obsegu najdaljša med ohranjenimi (in tudi najdaljša med vsemi antičnimi dramami sploh): s svojimi 1779 verzi je za četrtno daljša od povprečne dolžine drugih Sofoklovih dram. Zato se v razpravah pojavlja domneva, da je pesnik morda nameraval še kaj črtati ali izpustiti ter dramsko dejanje skržiti in zgostiti.

Še pogostejša in verjetnejša pa se zdi domneva, da je pesnikov vnuk pred uprizoritvijo nekaj podrobnosti sam dopolnil ali spremenil, morda kak verz ali tudi kak cel prizor iz svojega dodal.

Zelo verjetna se zdi domneva, da *Ojdip v Kolonu* leta 401 ni bil uprizorjen kot posamezna igra, ampak v sklopu neke trilogije; kajti posamične uprizoritve tragedij so v Atenah izpričane šele po letu 386. In sicer naj bi prvi člen v trilogiji predstavljala repriza *Kralja Ojdipa*, drugi člen *Ojdip v Kolonu*, tretji člen pa repriza *Antigone*. Ob tem je moral Sofoklov vnuk dejanja vseh treh tragedij med seboj uskladiti.

RAMOVŠ: Gospod akademik Kajetan Gantar, hvala za vsa ta spoznanja! Ob Sofoklovi drami Ojdip v Kolonu, ki jo je napisal pri svojih devetdesetih letih, ste o starosti, staranju in sožitju med generacijami odstrli nekaj pomembnih klasičnih spoznanj, ki so enako živa tudi danes: od aktualnega problema, da svojci iz pohlepa po premoženju storijo hudo ekonomsko nasilje nad starim človekom, preko temeljnega spoznanja o zrelem domoljubju kot nasprotju vsake maščevalnosti med nasprotniki v skupnosti, pa vse do spoznanja, kako kulturne dosežke prednikov razvijajo naprej rodovi potomcev – sedanjjo obliko zadnje Sofoklove drame imamo verjetno po zaslugi njegovega vnuka.

Celoten Sofoklov umetniški labodji spev kaže, da umetniška prodornost s svojo duhovno globino preseže aktualno osebno in družbeno tragiko. V tej drami bi lahko še raziskovala; potrjevala bi se ali odkrivala še druga spoznanja, ki so pomembna za starostno zorenje v modrosti in za lepo medgeneracijsko sožitje. Navediva za sklep nekaj mest, ki bi bila plodna snov za to.

- Za starostno spravo s seboj in z drugimi je nujno razločevati med krivdo in zmoto – o tem so jasna spoznanja v govoru modrega starca Ojdipa hinavskemu starcu Kreontu sredi tragedije (verzi od 962 do 1015).
- Številni verzi govorijo o bistvenih spoznanjih kakovostne komunikacije, npr. Ojdip Tezeju: *Ne svétuj prej mi, dokler ne zveš vsega. Tezej mu odvrne: Povej. Če kaj ne vem, rajši molčim.* (593-594)
Ali stih Tezeja Ojdipu: *Beseda dana ni manj kot prisega.* (651)
Komunikacijsko spoznanje izraža v polemičnem tonu Kreont Ojdipu; *Dolg govor ne zadene vedno v bistvo.* In Ojdip v ironičnem odgovoru: *Tvoj kratki govor pa zadel je v polno.* (808-809)

Pomen skladnosti med doživljanjem, govorjenjem in dejanji strne stari kralj Tezej starcu Ojdipu v stihih: *Sam trudim se, da bi sijaj življenju dal ne z besedami, ampak v dejanjih.* (1143-44)

- O tem, kako je v starosti mogoče preseči življenjsko tragiko nesreč, zmot in krivde ter človeško zoreti, govori dialog med Ojdipom in hčerko Ismeno, ki se steka v vprašljivo upajoč Ojdipov stih: *Zdaj, ko sem nič, sem šele mož zares?* (393)

Zrela solidarnost in požrtvovalna strežba mlade Antigone slepemu očetu na beraški poti ter njena modrost pri posredovanju med tragično maščevalnim bratom Polinejkom in zakrknjenim sovraštvom očeta Ojdipa do njega sta bili že prikazani v članku. Zaključimo še z nekaj njenimi verzi, ki odražajo modrost, ko motivira očeta, da bi sprejel osovraženega sina Polinejka:

*Če v to ozreš se, vem, da boš spoznal,
da iz hude jeze se rodi le húdo.
Snovi ne malo ti je za razmislek,
ko trajno si ugaslih oči oropan.
Popusti! Kdor prosi kaj pravičnega,
naj ne prosjači zanj! Če kdo je užil
kaj dobrega, naj to še sam skazuje!* (1197-1203)

Naslova avtorjev:

Kajetan Gantar, kajetan.gantar@siol.net

Jože Ramovš, joze@inst-antonatrstenjaka.si

GOOD QUALITY OF OLD AGE

Good Quality of old age: Journal for Gerontology and Intergenerational Relations, Vol. 23, Num. 1, 2020

INDEX

1. Scientific and expert articles

- 1.1. Barbara Černič Mali in Naja Marot: New facts and approaches to the delivery of services for the elderly in rural areas: the case of the Idrijsko-Cerkljansko area
- 1.2. Lidija Gradišnik, Danica Železnik, Uroš Maver, Tomaž Velnar: The importance of thermal water for wellbeing of older adults and its impact on healthy skin
- 1.3. Vesna Zupančič, Torsten Breuerbach Larsen: Efforts to develop a safety culture in the homes for the elderly

2. Glossary of gerontological terms

- 2.1. Wisdom of the aged, wisdom of old age (Jože Ramovš)

3. Symposiums, workshops

- 3.1. How to achieve quality and accessible long term care? (Tjaša Hudobivnik)

4. Age friendly cities and municipalities

- 4.1. Age-friendly cities and communities in international comparison (Ana Gorenc Vujović)

5. Family carers

- 5.1. UNECE on informal carers (Alenka Ogrin)

6. Reflecting on intergenerational programmes

- 6.1. Refresher training for intergenerational volunteers (Bernarda Mali in Sara Schwarzmann)

7. Classics on old age and ageing

- 7.1. Kajetan Gantar in Jože Ramovš: Wisdom of the aged and ailments in Sophocles' last tragedy

The first issue of the 23rd year of the Slovenian scientific journal of gerontology and intergenerational coexistence brings a new topic of wisdom of the aged.

The wisdom of the aged and ailments in Sophocles' last tragedy article in the "Classics on old age and ageing" occasional section of this journal presents in the interview with the editor a Slovenian leading classical philologist, academician Kajetan Gantar and his view on greatest Greek playwright's age wisdom. In his latest drama, which he wrote at the age of 90, the tragedy about the collapse of Athenian democracy 400 years BC is actually the author's personal tragedy when he was accused of being insane and demented by his greedy son. The term *wisdom of the aged* or *wisdom of old age* is also covered in the *Glossary of gerontological terms* section.

The second section is about long-term care and brings two research articles. Barbara Černič Mali and Naja Marot report on the findings of the international project in the Alpine rural area. Vesna Zupančič and Torsten Breuerbach Larsen present current insights into the culture of safety in the health care system and pilot data on the efforts of the Slovenian Ministry of Health to develop a culture of safety in retirement homes. Tjaša Hudobivnik describes the conference on long-term care organized by the Chamber of Commerce and Industry of Slovenia and the Representation of the European Commission in Slovenia. Alenka Ogrin summarized the *UNECE Policy Brief on Ageing*, No. 22, September 2019, dedicated entirely to informal caregivers.

The article by four health researchers *The importance of thermal water for wellbeing of older adults and its impact on healthy skin* opens up a topic that has not yet been addressed in the journal and is particularly relevant for preventive gerontology. In the section of the journal dedicated to the Slovenian network of age-friendly cities and communities, Ana Gorenc Vujović summarized the lessons learned and good practices from the monograph by Moulaert Thibault, Garon Suzane (Edit.) *Age-Friendly Cities and Communities in International Comparison*. Political Lessons, Scientific Avenues, and Democratic Issues. Bernarda Mali and Sara Schwarzmann described a good practice on training of volunteers of the Slovenian network of intergenerational groups for quality ageing. The central theme of the training, organized at the Dobrna Spa from 21 to 23 November 2019 was "*good listening is the key element of volunteering*".

Complete journal together with abstracts in English is published on the Anton Trstenjak Institute's website.

POS LANSTVO REV IJE Z NAVODILI AVTORJEM

Poslanstvo revije *Kakovostna starost* je zbiranje sodobnega znanja o starosti, staranju in medgeneracijskem sožitju ter posredovanje teh znanj vsem, ki jih v slovenskem prostoru potrebujejo.

Revija je vsebinsko znanstvena in strokovna, jezikovno pa si posebej prizadeva, da so prispevki napisani v lepi in vsem razumljivi slovenščini. Pri tem so nam vzor jezik, znanstveno in strokovno delo Antona Trstenjaka, enega največjih slovenskih duhov v dvajsetem stoletju.

Revija je usmerjena v **celostno gerontologijo**, ki upošteva pri znanstvenem in praktičnem delu za kakovostno staranje in solidarno sožitje naslednja štiri izhodišča.

1. Celostna antropološka podoba človeka v njegovi telesni, duševni, duhovni, sožitno-socialni, razvojni in eksistencialni razsežnosti ob nedeljivi sistemski celoti vseh teh razsežnosti.
2. Celovit človekov razvoj skozi vsa življenjska obdobja od spočetja do smrti, isto dostojanstvo in smiselnost človekove mladosti, srednjih let in starosti ter povezanost vseh treh generacij v solidarnem družbenem sožitju.
3. Interdisciplinarno dopolnjevanje vseh znanstvenih ved in kulturnih panog, katerih znanja in tehnologije prispevajo h kakovostnemu staranju in solidarnemu sožitju; v reviji prevladujejo gerontološki in medgeneracijski prispevki iz psihosocialnega, zdravstvenega, vzgojno-izobraževalnega ter okoljsko-prostorskega področja.
4. Intersektorsko sodelovanje vseh družbenih in političnih resorjev, ki so pomembni za kakovostno staranje in solidarno sožitje; posebna pozornost je posvečena medsebojnemu dopolnjevanju družine, krajevne skupnosti, civilne družbe in države.

Posamezni prispevki naj obravnavajo svoje področje tako, da so usklajeni z navedeno jezikovno in antropološko usmeritvijo celostne gerontologije.

Revija izhaja štirikrat letno. Vodena je v domačih in mednarodnih znanstvenih bazah.

Prvi del revije je namenjen izvornim in preglednim člankom; ti so recenzirani. Praviloma vsebujejo s presledki od 10.000 do 30.000 znakov. Prispevki v drugem delu revije povzemajo informacije o novih tujih in domačih spoznanjih in izkušnjah na področju starosti, staranja in medgeneracijskega sožitja. Njihova dolžina se razteza od kratke zabeležke z nekaj sto besedami do obširnejših prispevkov o gerontoloških dogodkih ter spoznanjih in izkušnjah iz literature in prakse. Prispevki so objavljeni v slovenščini.

Uporabljene vire in literaturo se v člankih praviloma navaja sproti v tekstu v oklepaju na sledeči način: (priimek prvega avtorja, letnica izida: stran) ali pa v opombah pod črto. Uporabljena literatura se navaja na koncu članka po abecedi priimkov prvega avtorja. Primeri za navajanje posameznih zvrsti uporabljene literature:

- knjiga: Trstenjak Anton (1989). *Skozi prizmo besede*. Ljubljana: Slovenska matica;
- članek iz revije: Trstenjak Anton (1998). Štirje letni časi življenja. V: *Kakovostna starost*, letnik 1, št. 1, str. 4–7 (če je več avtorjev, se navajajo vsi, loči jih vejica);
- samostojni prispevek iz zbornika ali avtorsko poglavje v knjigi drugega avtorja: Trstenjak Anton, Ramovš Jože (1997). Sciences as a global problem. V: Pejovnik Stane in Komac Miloš (ured.). *From the global to the roots: learning – the treasure within*. Forum Bled '96, 13 – 15 October, 1996. Ljubljana: Ministry of Science and Technology of the Republic of Slovenia, str. 134–139;
- če je avtor organizacija: World Health Organization (2007). *Global Age-friendly Cities: A Guide*.
- spletno besedilo: Trstenjak Anton. *Skozi prizmo besede*. V: <http://www.inst-antonatrstenjaka.si> (datum sprejema besedila na spletu).

Izvirni in pregledni znanstveni in strokovni članki imajo naslednjo obliko: ime avtorja oziroma avtorjev, naslov članka, povzetek (do 250 besed) v slovenščini in v angleščini, ključne besede (2–5) v slovenščini in v angleščini, avtorjevi biografski podatki (do 100 besed v tretji osebi), kontaktni naslov avtorja ali avtorjev (poslovni in elektronski). Besedilo naj bo smiselno razčlenjeno v uvodni del, osrednji prikaz spoznanj, sklepne misli ter navedbo uporabljene literature. Napisano naj bo v urejevalniku besedila Word s standardno pisavo brez dodatnih slogovnih določil, velikost črk 12 pt z razmakom med vrsticami 1,5. Rokopis se pošlje v elektronski in pisni obliki na naslov revije Inštitut Antona Trstenjaka, Resljeva cesta 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana ali kot priponko v e-pismu na: info@inst-antonatrstenjaka.si. Objave izvornih in preglednih znanstvenih in strokovnih člankov v reviji praviloma niso honorirane.

Kakovostna starost

LET. 23, ŠT. 1, 2020

Good quality of old age

VOL. 23, NUM. 1, 2020

ZNANSTVENI ČLANKI

SCIENTIFIC ARTICLES

Barbara Černič Mali in Naja Marot

- Nova dejstva in pristopi k oskrbi starejših s storitvami na podeželju – primer Idrijsko-Cerkljanskega 3
New facts and approaches to the delivery of services for the elderly in rural areas: the case of the Idrijsko-Cerkljansko area

Lidija Gradišnik, Danica Železnik, Uroš Maver, Tomaž Velnar

- Pomen termalne vode za počutje starejših in njen vpliv na zdravje kože 14
The importance of termal water for wellbeing of older adults and its impact on healthy skin

Vesna Zupančič, Torsten Breuerbach Larsen

- Prizadevanja za razvoj kulture varnosti v domovih za starejše 27
Efforts to develop a safety culture in the homes for the elderly

GERONTOLOŠKO IN MEDGENERACIJSKO IZRAZJE

40 GLOSSARY OF GERONTOLOGICAL AND INTERGENERATIONAL TERMS

SIMPOZIJI, DELAVNICE

45 SYMPOSIUMS, WORKSHOPS

STAROSTI PRIJAZNA MESTA IN OBČINE

47 AGE-FRIENDLY CITIES AND RURAL COMMUNITIES

DRUŽINSKI OSKRBOVALCI

52 FAMILY CARERS

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

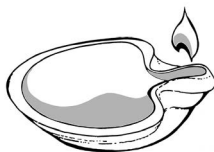
58 REFLECTING ON THE INTERGENERATIONAL PROGRAMMES

KLASIKI O STARANJU IN SOŽITJU GENERACIJ

79 CLASSICS ON OLD AGE AND AGEING

GOOD QUALITY OF OLD AGE

79 KAKOVOSTNA STAROST



INŠTITUT
ANTONA TRSTENJAKA

RESLJEVA 11, p.p. 4443,
1000 Ljubljana, Slovenija
Tel.: + 386 1 433 93 01

<http://www.inst-antontrstenjaka.si>