

# Seznam za preverjanje starosti prijaznih značilnosti

## 1. Zunanji prostori in stavbe

### *Pločniki, poti in steze*

- Pločniki, poti in steze so dobro vzdrževani, očiščeni, neдрseči in dostopni.
- Pločniki so neprekinjeni, z nizkimi robniki in dovolj veliki za navadne ter motorne vozičke (skuterje).
- Odstranjevanje snega je takojšnje in hitro ter uvidevno do starejših (npr. pri kopičenju snega se upošteva vstopanje in izstopanje iz avtomobilov, starejše v vozičkih in uporabnike skuterjev).
- Parkirišča so dobro vzdrževana in očiščena snega in ledu.
- Ulice so dobro vzdrževane.
- V podporo pešcem so na voljo zavetja pred dežjem.

### *Javna stranišča in počivališča*

- Javni toaletni prostori so dostopni in prilagojeni za ljudi z različnimi nezmožnostmi (prilagoditve vključujejo stikala na pritisk, široka vrata, držala, ključavnice, ki so enostavne za uporabo tudi za ljudi z artritisom), locirani na prikladnih mestih ter primerno označeni.
- Ob pločnikih, poteh ali stezah so v rednih intervalih postavljene starejšim dostopne klopi (primerne višine).

### *Varnost*

- Obstajajo ukrepi za zmanjšanje stopnje kriminala.
- Soseske in poti so dobro osvetljene.
- Količina prometa je nizka in/ali dobro nadzirana.

### *Stavbe*

- Stavbe so dostopne in imajo:
  - rampe s klančino primerno za vozičke,
  - manj stopnic pri dostopu v stavbo in znotraj stavbe,
  - neдрseča tla,
  - dostopne toaletne prostore v glavnem nadstropju,
  - parkirišče, ki je dobro vzdrževano in se nahaja blizu javnih stavb za lažji dostop.

### *Javne dobrine (trgovine z živili, cerkve, uradi, centri skupnosti)*

- Storitve se nahajajo blizu druga drugi in prebivališčem starejših ter so lahko dostopne (npr. se nahajajo v pritličju stavb, vključujejo rampe za vozičke).

## 2. Prevoz

### *Ceste*

- Ceste so dobro vzdrževane, dobro osvetljene in označene z jasno vidnimi znaki.

- Tok prometa je dobro uravnavan (še posebno v skupnostnih poletnih hišic, kjer je promet v poletnih mesecih povečan).
- Pravila vožnje so fleksibilna – mogoče je voziti pod omejitvijo (počasneje), ni preveč semaforjev, drugi vozniki dajejo starejšim več varnostne razdalje.
- Črte in druge označbe na vozišču so jasne in vidne.

### ***Odstranjevanje snega***

- Odstranjevanje snega s cest in parkirnih površin je takojšnje in hitro.

### ***Parkiranje***

- Parkirišča in ulična parkirna mesta se nahajajo blizu dobrin in storitev.
- Parkirni predpisi se upoštevajo, nepravilno parkiranje je sankcionirano (kar preprečuje ljudem, da bi parkirali na intervencijskih poteh in na parkirnih mestih za invalide).
- Območja za odlaganje in pobiranje potnikov so jasno označena.
- Parkirnih mest za invalide je dovolj.

### ***Storitve prevoza v skupnosti***

- Na voljo so cenovno dostopne in dosegljive storitve prevoza v skupnosti (vključno z lokalnimi taksi kombiji), da starejše peljejo na dogodke, nakupovanja in izlete.
- Na voljo je prostovoljska in/ali neformalna mreža voznikov. Za njihov trud so jim povrnjeni stroški (npr. za gorivo).

### ***Prevoz do zdravstvenih storitev (vključno z večjimi zdravstvenimi centri)***

- Na voljo so dostopne storitve prevoza, da starejše peljejo k zdravniku (tudi do večjih mest) – vključno z ladijskim in letalskim prevozom iz oddaljenih skupnosti.

### ***Prevoz s pomočjo***

- Večina storitev prevoza nudi dostopen prevoz tudi za osebe z različnimi nezmožnostmi.

### ***Javni prevoz***

- Za opravljanje dnevnih aktivnosti je starejšim na voljo dosegljiv, cenovno dostopen in prikladen javni prevoz (avtobusi, trajekti ipd.). Z njim lahko dosežejo destinacije kot so bolnišnice, zdravstveni/skupnostni centri, nakupovalna središča in banke.
- Storitve javnega prevoza so koordinirane.
- Storitve so na voljo čez cel dan in zvečer.

### ***Taksiji***

- Starejšim so na voljo dosegljivi in cenovno dostopni taksiji.

### ***Informacije***

- Starejšim so podane informacije o različnih možnostih storitev prevoza (javnih in zasebnih), ki so jim na voljo, vključno z informacijami o tem, kako in kje jih lahko uporabijo, voznimi redi in cenami.
- Uporaba javnega in alternativnega prevoza je promovirana v skupnosti.

### 3. Bivališča

#### *Bivalne možnosti*

- Obstajajo različne možnosti primernih in cenovno dostopnih bivališč (naprodaj ali za najem). Vključujejo stanovanja, neodvisno bivanje, manjša etažna stanovanja in družinske hiše.
- Bivališča so cenovno dostopna in vključujejo subvencionirana bivališča.
- Velikosti domov so prilagojene potrebam in življenjskim slogom starejših danes.
- Bivališča se nahajajo v bližini različnih storitev.
- Bivališča so prilagojena za starejše in ljudi z nezmožnostmi.

#### *Staranje na domu*

- Starejšim je na voljo cenovno dostopna podpora, ki omogoča, da starejši čim dlje živijo doma.
- Možnosti podpore pri samostojnem življenju so na voljo vsem.
- Dostopne so »vmesne« možnosti bivališč (npr. možnosti med veliko družinsko hišo in majhnim stanovanjem z več možnostmi podpore samostojnemu življenju, ki jih lahko obravnavamo kot »vmesni« korak).
- »Alarmni sistemi« so na voljo starejšim, ki živijo sami (npr. sistemi, ki obvestijo nekoga, ko starejši potrebuje pomoč).

#### *Dolgotrajna oskrba*

- Na voljo so cenovno dostopne možnosti dolgotrajne oskrbe, ki preprečujejo ločitev od družine in potrebo po odselitvi iz skupnosti.

#### *Vzdrževanje in prilagoditve*

- Splošno vzdrževanje domov je cenovno dostopno starejšim s fiksnimi prihodki.
- Starejšim je na voljo cenovno dostopno ali brezplačno splošno vzdrževanje (npr. vzdrževanje dvorišča).
- Če je potrebno so bivališča prilagojena starejšim, starejši se upoštevajo pri gradnji novih bivališč.
- Bivališča (vključno s hišami in stanovanji) ustrezajo potrebam ljudi z nezmožnostmi.
- Prilagoditve bivališč so cenovno dostopne, omogočena je finančna pomoč v obliki donacij in subvencij.
- Informacije o finančni pomoči programom prilagoditve doma so na voljo in lahko dostopne starejšim.
- Zavarovanje doma je cenovno dostopno.

### 4. Spoštovanje in socialna vključenost

#### *Pokazano spoštovanje, prijaznost in vljudnost*

- Starejši so s strani skupnosti kot celote obravnavani s spoštovanjem – naslovljeni so z ustreznimi nazivi, zaželeno je, da prispevajo k vprašanju skupnosti, njihovi prispevki so cenjeni, poskrbljeno je za njihove potrebe.

### ***Medgeneracijsko spoštovanje in interakcija***

- Aktivnosti v skupnosti pripeljejo skupaj različne generacije – vključujejo prijetne aktivnosti (npr. ročna dela ipd.) in praktične aktivnosti (npr. računalniški tečaji, ki jih vodijo mladi, programi »častnih starih staršev«).
- Otrokom in mladostnikom so ponujeni programi, ki se osredotočajo na vprašanja, kako starejše obravnavati s spoštovanjem in ki pojasnijo, kako se je postarati.

### ***Vključujoče skupnosti***

- Starejši so naprošeni k sodelovanju v sestankih odbora in podobnih aktivnostih in dobijo priznanje za svoje prispevke.
- Starejše osebe so naprošene, da prispevajo k javnim vprašanjem (na lokalnem in pokrajinskem nivoju).
- Člani skupnosti obiskujejo starejše tudi z namenom druženja.

### ***Dogodki in nagrade priznanja***

- Prispevki starejših so v skupnosti cenjeni na dogodkih in/ali z nagradami.
- Starejši so »slavljeni« v medijih (npr. njihove zgodbe se dokumentira in deli z drugimi).

## **5. Družbena udeležba**

### ***Dogodki in dejavnosti***

- Za starejše vseh starosti so na voljo različni dogodki in dejavnosti – nekateri so namenjeni osebam določene starosti, drugi so medgeneracijski. Dejavnosti vključujejo fizične/rekreativne dejavnosti, ogled športnih dogodkov, dogodke povezane s cerkvijo in šolo, druženja ob hrani ipd.
- Dejavnosti, ki so na voljo, vključujejo zunanje (npr. hoja) in notranje dejavnosti (npr. tombola, kartanje, pikado ipd.)

### ***Prevoz***

- Dogodki in dejavnosti potekajo na lokacijah, ki so dosegljive z ugodnim in dostopnim prevozom.

### ***Preprečevanje izolacije***

- Domači obiski so zagotovljeni za tiste, ki nočejo ali ne morejo zapustiti svojih domov.
- Vzpostavljen je sistem družabništva, ki vključuje starejše, ki običajno niso dejavni v skupnosti.
- Potrebe starejših, ki jih sodelovanje v skupnosti ne zanima, so spoštovane.

### ***Tečaji, ročna dela in konjički***

- Na voljo je širok razpon cenovno dostopnih tečajev. Tečaji potekajo na prikladnih lokacijah (npr. v skupnostnem centru, univerzi), ki so dostopne z javnim prevozom.

### ***Cenovna dostopnost in dosegljivost***

- Dejavnosti in dogodki potekajo na prikladnih lokacijah, ki so dostopne za vse – vključno s tistimi z nezmožnostmi.

- Dogodki, dejavnosti in kulturni dogodki (npr. glasba, gledališče) so cenovno dostopni vsem starejšim.

#### ***Družinska usmeritev***

- Dogodki in dejavnosti so medgeneracijski in oblikovani tako, da privlačijo ljudi različnih starosti in ozadij.

#### ***Promocija dejavnosti***

- Dejavnosti so med starejšimi dobro promovirane.

## **6. Komunikacija in informacije**

#### ***Široko razširjena komunikacija***

- Obstaja redno in zanesljivo širjenje informacij o dogodkih in programih (vključno s kontaktnimi informacijami) preko lokalnega vodstva in/ali prostovoljskih organizacij.
- Informacije so razširjane/objavljene tam, kjer starejši opravljajo svoje dnevne aktivnosti – npr. na pošti, na krajih bogoslužja, v lokalnih centrih in mestnih hišah.
- Lokalni kanali (TV in radio) oglašajo dogodke v skupnosti in novice, ki zanimajo starejše – na primer preko »dostopnosti skupnostnih kanalov«.
- Obstaja centralni imenik, kjer lahko starejši poiščejo informacije o dejavnostih in storitvah, ki so na voljo, in izvedo kako priti do njih (vključno s telefonskimi številkami).

#### ***Interaktivni stiki (ustno predajanje informacij)***

- Pomembne informacije so razširjene v javnih forumih (vključno z javnimi zborovanji in informacijskimi urami).
- Informacije za starejše odrasle, ki so socialno izolirani, so jim predane telefonsko ali z osebnim obiskom.
- Ustvarjena so interaktivna predavanja, ki podajajo pomembne informacije (npr. o zdravju, varovanju pred prevarami).

#### ***Dostopne informacije***

- Pisne komunikacije so natisnjene jasno, z velikimi črkami in lahke za branje. Sporočila so enostavna.
- Na voljo so programi opismenjevanja.
- Starejši so povabljeni k prostovoljstvu v vlogi ekspertov, širiteljev informacij in trenerjev.

#### ***Nove tehnologije***

- Dostop do računalnikov in interneta je omogočen v lokalnem centru, ki je odprt za javnost.
- Starejšim so na voljo dosegljivi tečaji uporabe nove tehnologije.

#### ***Vrste informacij***

- Informacije, ki so zanimive starejšim, so razširjane. To so npr. informacije o lokalnih dogodkih (vključno z osmrtnicami), pomembne informacije (o zdravju, varnosti ipd.) ter informacije o programih in storitvah, ki so na voljo starejšim.

- Dosežki starejših so občasno poudarjeni v medijih.

## 7. Državlјanska vključenost in zaposlitvene priložnosti

### *Prostovoljstvo*

- Prostovoljci dobijo podporo v svojem prostovoljskem delu – npr. z urejenim prevozom, povračilom stroškov in/ali honorarjem.
- Na voljo je širok razpon prostovoljskih priložnosti, ki ustrezajo zanimanjem starejših.
- Prostovoljske možnosti dovoljujejo medgeneracijsko vključenost.
- Priložnosti za prostovoljstvo so fleksibilne (npr. kratkoročne), da ustrezajo starejšim, ki potujejo in imajo druge obveznosti.

### *Zaposlovanje*

- Na voljo je širok razpon možnosti plačane zaposlitve za starejše.
- Starejši odrasli so pravično plačani za svoje delo.

### *Dostopnost*

- V prostovoljskem, državlјanskem ali plačanem delu je poskrbljeno za starejše z nezmožnostmi.
- Za starejše odrasle, ki želijo sodelovati v prostovoljskih, državlјanskih ali plačanih delih je na voljo dostopen prevoz.

### *Spodbujanje k sodelovanju*

- Starejše odrasle se spodbuja k prostovoljstvu in ohranjanju vključenosti v skupnosti s tem, da imajo na voljo fleksibilne in dostopne možnosti.
- Spodbujanje posameznikov k sodelovanju v prostovoljskih aktivnostih je osebno.

### *Možnosti usposabljanja*

- Starejši odrasli, za katere se pričakuje, da bodo v plačanem, državlјanskem in prostovoljskem delu uporabljali novejšo tehnologijo, imajo za to možnosti usposabljanja.

### *Priznavanje in hvaležnost*

- Starejšim odraslim se priznava njihov prispevek v prostovoljskem, državlјanskem in plačanem delu.

### *Državlјanska udeležba*

- Starejši odrasli so dobro zastopani v odborih, svetih in komisijah.

## 8. Podpora skupnosti in zdravstvene storitve

### *Skrbni in odzivni poklicni delavci*

- V skupnosti so na voljo zdravniki.
- Medicinske sestre javnega zdravstva so na voljo v zdravstvenih domovih in za obisk na domu.

- Specialisti (vključno z gerontologi) redno opravljajo zdravniške ocene v skupnosti in se za nadaljnje spremljanje dogovorijo z zdravniki v primarni oskrbi.

#### ***Zdravje doma in podporne storitve***

- Vzpostavljene so cenovno dostopne in dosegljive zdravstvene in domače storitve; vključujejo zdravstveno, osebno in gospodinjsko oskrbo.
- Podpora na domu je na voljo pravočasno.
- Cenovno dostopni programi naročanja obrokov na dom so na voljo *vsem* starejšim v skupnosti, ne glede na njihovo zdravstveno stanje.
- Starejšim so na voljo storitve dostave (živil, zdravil itd.) ali storitve spremljanja pri nakupovanju.
- Dobava storitev je dobro koordinirana (npr. preko modela »svežnja oskrbe«).
- Med obiski na domu se izvajajo ocene zdravja.

#### ***Raznolikost zdravstvenih storitev in objektov***

- Zdravstveni objekti vključujejo svežnje storitev (npr. zdravnike, pedikerje, delavne terapevte, farmacevte) in omogočajo zdravstvene in *wellness* storitve na enem mestu.
- V skupnosti so na voljo cenovno dostopne storitve paliativne oskrbe.
- V skupnosti so na voljo specialistične storitve, vključno z storitvami duševnega zdravja, mamogrami in diabetičnimi klinikami ter terenskim delom za oskrbo raka.

#### ***Dostopnost opreme in pripomočkov***

- Medicinska oprema (vključno z medicinskimi alarmi) je na voljo preko programa posojil brez stroškov za starejše.

#### ***Podpora oskrbovalcev (vključno z možnostjo predaha)***

- Oskrbovalci si lahko oddahnejo od svojih dolžnosti preko programov kot so podpora na domu ali dnevni programi za starejše.
- Izobraževalni programi o oskrbi starejših in podobne dostopne storitve so na voljo družinam, ki skrbijo ali bodo skrbele za starejšega odraslega.

#### ***Informiranje***

- Starejši odrasli so preko različnih medijev dobro obveščeni o storitvah, do katerih so morda upravičeni in načinih dostopa do njih.
- Serija predavanj starejšim nudi informacije o različnih zdravstvenih in *wellness* temah.