

# Staranje je edini način, da dolgo živimo. Naj bo čim lepše.

Nataša Jan

*Življenjska doba se tudi v Sloveniji podaljšuje in s tem se pojavlja vse več potreb in zahtev po rešitvah in ukrepih, ki zagotavljajo kakovostno preživljanje zadnjega življenjskega obdobja. Vedno večji delež starejšega prebivalstva za družbo postavlja številne nove izzive, še posebno tistim, ki se z njimi ukvarjamo in jim že sedaj pomagamo do lepšega življenja na svojem domu. O tem smo se pogovarjali z direktorico Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana, gospo Liljano Batič.*

**Staranje je normalen proces, dočakati pozna leta je velik dosežek, a nas nanj nihče ne pripravi. Starostniki imajo mnoge težave, ki so jim prepuščene v reševanje po njihovih močeh. Poleg zdravstvenih tudi finančne, socialne, idr. V Sloveniji obstaja sistem pomoči na domu. Kakšen je in ali smo lahko z njim zadovoljni?**

Povsod v državi je v okviru lokalne skupnosti organizirana storitev pomoči na domu, izvajajo pa jo različni izvajalci. V Ljubljani in Mariboru sta to javna zavoda, ponekod imajo občine izbrane koncesionarje, ponekod to pomoč izvajajo domovi za starejše, centri za socialno delo... Glavna naloga našega zavoda je, da vsem, ki bi radi v starosti živeli doma in ohranili kakovostno življenje, za to pa potrebujejo pomoč, pomagamo pri dnevnih in gospodinjstkih opravilih ter ohranjanju socialnih stikov. Upravičenci do naših storitev so starejši občani nad 65 let, invalidi in kronično bolni.

Demografski kazalniki in smernice strategije socialnega varstva dajejo danes velik pomen pomoči na domu in tem pričakovanjem ter zahtevam v zavodu sledimo. Dejstvo, da število uporabnikov in število ur pomoči na domu v Mestni občini Ljubljana, ki je naš ustanovitelj, stalno narašča kaže na to, da so ljudje z našimi storitvami pomoči na domu zadovoljni.

**Staranje je del življenja, dočakati pozna leta je dosežek, zato je postati star normalno. Staranja ne moremo preprečiti, zdrav način življenja – zdrava prehrana, redna telesna dejavnost pa ohranjajo človeka vitalnejšega, prav tako pa redna telesna in miselna dejavnost varujeta njegovo duševno zdravje. Kaj pa takrat, ko ljudje tega ne zmorejo zagotavljati? Ali vedo za vse vaše storitve?**

Pri svojem delu ugotavljamo, da je danes veliko starejših ljudi osamljenih, da niso pravilno oskrbovani in velikokrat prepuščeni sami sebi, poleg tega pa starejši nase velikokrat prevzemajo tudi velik del skrbi za vnuke, finančno pomagajo svojim otokom in s svojo skromnostjo pri sebi prihranijo še tisto, kar bi lahko vložili v kakovost svojega življenja. Zavedati se moramo, da je danes srednja generacija zelo obremenjena, trg dela je neusmiljen do zaposlenih, zato poleg svojih obveznosti mlajši težko skrbijo še za svoje starše



Direktorica  
Liljana Batič

in svojce. Zato si prizadevamo, da s svojim delom osveščamo širšo družbo o potrebah starejših in jim priskočimo na pomoč, takrat ko nas potrebujejo ter jim tudi tako v življenje vnesemo nekaj veselja, topline in zadovoljstva. Veseli so tudi obiskov naših prostovoljcev, ki jim ravno tako nudijo podporo pri vsakdanjem življenju.

Naša naloga je, da starejšim naše storitve čim bolj približamo, se na njihove potrebe ustrezno odzovemo in jim nudimo čim širši izbor pomoči, ki jo potrebujejo za kakovostno življenje na svojem domu.

Večina ljudi naše storitve pozna, saj se uspešno predstavljamo na številnih dogodkih in festivalih, velik doprinos pa ima tudi Projekt A-Qu-A, zaradi katerega zavod postaja še bolj prepoznaven.

**Vaši sodelavci mnogim polepšajo dneve, ne le z nego ampak tudi s toplino, nasmehom, pogovorom in družbo. Ali so vaše kapacitete polno obremenjene? Koliko jih oskrbite na leto? Jim brez težav priskočite na pomoč?**

Naše storitve na domu uporabnikom nudimo vsak dan, vse dni v tednu, med 6. in 22. uro. Poskrbimo za okoli 1.500 uporabnikov letno, zanje pa skrbi 120 socialnih oskrbovalcev, katerih delo koordinirajo in vodijo socialne delavke. Prizadevamo si, da se na potrebe starejših odzovemo takoj.



Uporabnica ZOD Ljubljana

### Si vaše storitve lahko privoščiti vsak? Ali Mestna občina Ljubljana pripomore k nižjemu plačilu za vaše storitve?

Naš zavod je leta 2002 ustanovila Mestna občina Ljubljana, ki tudi sofinancira storitve javne službe. MOL je mesto, prijazno starejšim, kar dokazuje z zelo visoko subvencijo cene storitve, ki so dostopne uporabnikom, v višini 80 odstotkov cene. Cena storitve tako za uporabnika znaša 3,54 evra na uro, ob nedeljah 4,61 evra na uro in ob praznikih in dela prostih dnevih 4,78 evra na uro.

### Kljub temu da so starejši danes bolj »pri močeh«, kot so bili toliko stari pred desetletji, se vendar zdi, da je obremenjenost s starostjo danes večja kot nekoč. Vse bolj se ceni mladost, lepota in uspešnost, razširil se je dvom o vrednosti in smislu staranja, pa vendar bi si dostojanstvene starosti, spoštovanja tudi v teh letih vsakdo želel. Kakšne so vaše izkušnje o stanju pri nas oziroma mnenje glede tega?

Napačno je, da so ljudje obremenjeni s predsodki, da morajo biti večno mlad, lep in uspešen, pomembno je zavedanje, da je staranje življenjski proces, del življenja, ki ga plemenitijo izkušnje in modrost. Zato nikakor ne sprejemam misli, da za starejšega človeka ni več pomembno, kako živi, ali celo, da je v breme družbi, ravno nasprotno, zelo pomembno je, da so starejši vključeni v svoje okolje ter se aktivno vključujejo v širše družbeno dogajanje. Enakopravno in enakovredno jih moramo sprejemati medse, jim omogočiti možnost izbire o načinu življenja ter jim tako izkazati spoštovanje in jim omogočiti dostojanstveno življenje.

### Osamljenost je pri starejših preveč pogosta. Še posebej, ko ostanejo sami, brez življenjskih sopotnikov. Otroci pa tudi imajo svoje družine in življenje. Ali za te starejše ljudi organizirate tudi družabne dogodke?

Na Zavodu za oskrbo na domu Ljubljana smo temu posvetili posebno pozornost in zato že drugo leto zapored organiziramo veliko delavnic in druženj med uporabniki, tako s pomočjo prostovoljcev, kot v okviru medgeneracijskega sodelovanja: Noč knjige, Babica bere otrokom, dnevi odprtih vrat, delavnice tehnik premikanja, ipd. Enkrat na leto pa pripravimo letno srečanje uporabnikov in njihovih svojcev z našimi zaposlenimi, takrat jim pripravimo tudi lep kulturni dogodek, sodelujemo tudi na Festivalu za tretje



Uporabnik ZOD Ljubljana

življenjsko obdobje, na Tednu mobilnosti, sodelujemo s centrom medgeneracijskega učenja, na Festivalu prostovoljstva, Festivalu Igraj se z mano in različnih izletih... Ravno tako sodelujemo še z vrtci in šolami.

Vsa ta druženja naše uporabnike razveseljujejo, zato se jih radi udeležujejo, kar nas seveda obvezuje, da bomo tudi v bodoče skrbeli za še več prijaznih srečanj in jim tako polepšali njihov vsakdan.

### V starosti je potreba starejših ljudi za pomoč pri vsakodnevnih opravilih za zagotovitev njihovega dobrega počutja in samostojnosti vse večja. Zavod za oskrbo na domu Ljubljana inovativno išče nove rešitve in ponudbe storitev. Kako bo k temu pripomogel vaš projekt »A-QU-A, Aktivno in kvalitetno staranje v domačem okolju«?

Dolgoletne izkušnje pri delu s starejšimi ljudmi so pokazale, da uporabniki in uporabnice na svojem domu, poleg storitve pomoči družini na domu in socialnega servisa (pedikura, frizerske storitve, druženja, spremstvo pri različnih obveznostih, varstva v času odsotnosti svojcev ...) potrebujejo in želijo koristiti še več storitev, med katerimi je bilo zaznati največ povpraševanja po fizioterapiji, delovni terapiji, dietetiki, zdravstveni negi in logopediji. Zavod bo za čas projekta, do konca decembra 2016, za uporabnike omenjene storitve izvajal brezplačno, poleg tega pa bo organiziral tudi svetovanja o zdravi prehrani, gibalni vadbi in izobraževanje zaposlenih. Vse to so dejavnosti, ki na dolgi rok omogočajo boljše kakovost življenja prebivalcev in spodbujajo dolgoročne rešitve medgeneracijske solidarnosti.

### K čemu si bo Zavod za oskrbo na domu Ljubljana še bolj prizadeval v prihodnje? Kje opazate največje potrebe za vaše delovanje?

Zavod za oskrbo na domu Ljubljana se v svojih letih delovanja odziva na demografske razmere in spremembe strukture prebivalstva ter potrebe skupnosti po reševanju odprtih vprašanj na področju dela s starejšo generacijo. Nadaljevali bomo z dosedanjim delom, se trudili za še večje zadovoljstvo uporabnikov z našimi storitvami in jih skušali približati čim večjemu številu upravičencev, ravno tako si bomo prizadevali, da bodo rezultati projekta A-Qu-A doprinesli k sistemskim spremembam na področju dela s starejšimi in se tako bolj ustrezno odzvali na potrebe uporabnikov in njihovih svojcev. Še več dodatnih dejavnosti bomo namenili skupinam starejših z demenco in drugim področjem dela, ki jih od nas starejši pričakujejo. ♥

ZA SRCE  
25 let