



PROGRAM AKTÍVNEHO STARNUTIA V NITRE NA ROKY 2023 - 2030

**MESTSKÝ ÚRAD V NITRE
ODBOR SOCIÁLNYCH SLUŽIEB
2023**

OBSAH

I.	Úvod.....	3
II.	Strategické a koncepcné východiská a princípy Programu aktívneho starnutia v Nitre.....	5
III.	Východisková analýza.....	6
	Demografický vývoj.....	6
	Kontextové a výstupové ukazovatele.....	9
	Sumárny prehľad rizík budúceho vývoja.....	9
IV.	Strategická časť.....	11
	Ciele a oblasti podpory aktívneho starnutia.....	11
V.	Akčný plán Programu aktívneho starnutia.....	13
VI.	Predpokladané riziká implementácie Programu aktívneho starnutia v Nitre.....	18
	Zoznam použitej literatúry.....	19

I. ÚVOD

S pojmom aktívne starnutie sa prvýkrát stretávame koncom 90. rokov minulého storočia, kedy bol prijatý Svetovou zdravotníckou organizáciou (WHO) ako reakcia na zväzujúcu sa problematiku celosvetového starnutia populácie. Jedná sa o koncept prístupu k starobe a k seniorom, ktorý vychádza zo zásad OSN pre seniorov a vyjadruje potrebu zmeny v prístupe k otázkam začleňovania seniorov do spoločnosti.

Aktívne starnutie chápeme ako proces optimalizácie príležitostí pre zdravie, participáciu a bezpečnosť s cieľom podporiť kvalitu života ľudí v priebehu procesu ich starnutia. Ide o prístup k jednotlivcom a skupinám v seniorskom veku, ktorý umožňuje naplňať ich fyzický, psychický i sociálny potenciál.

Program aktívneho starnutia v Nitre je prvým dokumentom svojho druhu za účelom zabezpečovania záväzkov plynúcich z Národného programu aktívneho starnutia v Slovenskej republike. Vypracovanie Programu aktívneho starnutia v Nitre vychádza a zohľadňuje najmä:

- aktuálny demografický vývoj v SR s dôrazom na podmienky mesta Nitra,
- zmeny v rodine ako inštitúcii a jej pripravenosti plniť funkcie podpory pre jej členov,
- medzigeneračné vzťahy a ich význam v procese starnutia,
- vzdelávacie aktivity, zdravotnú osvetu,
- rozvoj digitálnych zručností a iné.

Program aktívneho starnutia v Nitre nadväzuje na Národný program aktívneho starnutia na roky 2021 až 2030. Národný program aktívneho starnutia na roky 2014 -2020, bol prvým strategickým dokumentom v SR zameraným na podporu aktívneho starnutia ľudí. Zámerom spomenutého dokumentu bola najmä vízia spoločnosti ponúknuť šance na kvalitnejší a udržateľný rozvoj pre všetkých. Aktívne starnutie je chápané ako proces optimalizácie príležitostí pre zdravie, participáciu a bezpečnosť s cieľom podporiť kvalitu života ľudí v priebehu ich starnutia (SZO, 2020, s.12).

V problematike aktívneho starnutia významnú úlohu zohrávajú práve mestá, miestne samosprávy, ktoré vytvárajú pre život seniorov dôležitý rámec a to nielen poskytovanými službami, opatreniami, alebo predpismi.

Mesto Nitra sa rozhodlo spracovať tento strategický dokument z viacerých dôvodov. Jeden z dôvodov je najmä demografický vývoj na Slovensku, osobitne v meste Nitra, a jeho dopady na udržateľnosť spoločenského rozvoja v medzigeneračnej perspektíve. Zreteľným dôvodom je tiež presadzovanie verejných záujmov seniorov, rozvoj neformálneho celoživotného vzdelávania seniorov, rešpektovanie rôznorodosti aktivít, podieľanie sa a zdieľanie zodpovednosti za prípravu i napĺňanie cieľov v rôznych oblastiach bežného života. V neposlednom rade sa jedná o dôvod vyplývajúci zo strategického cieľa 1 III. Komunitného plánu sociálnych služieb mesta Nitry na roky 2021 – 2025 s názvom: „Podpora aktívneho starnutia a podpora seniorov odkázaných na pomoc s cieľom čo najdlhšie ich udržať v prirodzenom prostredí“. Tento dokument mesta Nitra bol spracovaný participatívnym spôsobom za aktívnej účasti zástupcov verejných a neverejných poskytovateľov sociálnych služieb v meste Nitra a taktiež zástupcov organizácií s predmetom činnosti zameraným na cieľovú skupinu seniorov a organizácie združujúcich seniorov.

Starnutie slovenskej populácie je v horizonte najbližších desaťročí nezvratné. Deje sa tak v dôsledku nízkej pôrodnosti a zvyšujúceho sa veku dožitia. Starnutie slovenského obyvateľstva je najintenzívnejšie zo všetkých krajín Európskej únie. Index starnutia, ktorý vyjadruje počet osôb v poproduktívnom veku pripadajúcich na 100 osôb v predproduktívnom veku, dosiahol v roku 2020 hodnotu 107,35 %, a v r. **2021 108,27 %**. Podiel osôb v poproduktívnom veku je v tom istom roku (teda 2020) na úrovni 17,07 %, r. **2021 17,39 %** a priemerný vek obyvateľa SR je 41,26, r. **2021 41,39 r.**, kým ešte v roku 2010 sa držal na úrovni 38,2. **Ukazovatele starnutia obyvateľstva mesta Nitry sú oproti celoslovenskému priemeru ešte menej priaznivejšie. Index starnutia obyvateľov Nitry medziročne (v rokoch 2015 - 2021) vzrástol zo 118,46 % na úroveň 128,4 %.**

Ďalším charakteristickým znakom starnutia obyvateľstva je tzv. feminizácia staroby kedy prevažujú v seniorskej populácii ženy a tento fakt je potrebné zohľadniť napríklad pri plánovaní vzdelávacích i voľnočasových aktivít, ale tiež pri plánovaní kapacít v pobytových sociálnych službách.

Zmeny sa dejú aj na úrovni rodiny ako inštitúcie, ktorá podporuje svojich členov v cykle života rodiny, ale tiež digitalizácia v ekonomickej sfére ale aj v širšom rodinnom či občianskom priestore.

Podpora aktívneho starnutia sa vo vyspelých európskych krajinách chápe ako systematický politický prístup, ako trvalá politická priorita a verejný záujem, v ktorom sa uznáva kľúčový vplyv širších spoločenských podmienok na podobu starnutia.

II. STRATEGICKÉ A KONCEPČNÉ VÝCHODISKÁ A PRINCÍPY PAS V NITRE

Program aktívneho starnutia v Nitre je integrovaným programom, ktorý podporu aktívneho starnutia vníma ako nástroj zachytenia a identifikácie plného potenciálu starších ľudí prispievať k vlastnému zdraviu, nezávislosti a tiež k spoločenskému rozvoju.

Víziou Programu aktívneho starnutia v Nitre je budovanie udržateľnej spoločnosti cez podporu a zhodnocovanie potenciálu ľudí všetkých vekových skupín a to v kontexte procesu ich starnutia a pre tieto účely vytvorí adekvátne hodnotové, zdrojové a inštitucionálne podmienky.

Za východiskové strategické dokumenty sa považujú:

- Madridský medzinárodný akčný plán týkajúci sa starnutia;
- Agenda 2030 pre udržateľný rozvoj (2015) v podobe Návrhu Vízie a stratégie rozvoja Slovenska do roku 2030 – dlhodobá stratégia udržateľného rozvoja Slovenskej republiky;
- Dekáda pre zdravé starnutie na roky 2021 - 2030, vyhlásená Valným zhromaždením OSN;
- Zelená kniha o starnutí Európskej komisie;
- Akčný plán Európskeho piliera sociálnych práv;
- Závery Rady EÚ o začleňovaní otázky starnutia do verejných politík (6976/ 21 SOC 142) z roku 2019.

Pre účely Programu aktívneho starnutia v Nitre sa pod cieľovou skupinou rozumejú všetky osoby aktívne sa pripravujúce na starnutie, alebo osoby vyššieho veku, najmä tie, ktoré by z dôvodu vyššieho veku mohli byť akýmkoľvek spôsobom znevýhodňované alebo limitované v prístupe k verejným zdrojom.

Program aktívneho starnutia v Nitre je postavený na výsledkoch Európskeho projektu Index aktívneho starnutia (Active Ageing Index), ktorý vníma starnutie ako jednotu štyroch základných domén:

- (1) existencia predpokladov a kapacít pre aktívne starnutie prostredníctvom vytvárania priaznivého prostredia pre starnutie;
- (2) príspevok starších ľudí k rozvoju udržateľných spoločností ich aktívnou pozíciou na trhu práce v rámci plateného zamestnania;
- (3) participácia starších ľudí v spoločensky prospešných aktivitách;
- (4) nezávislý, dôstojný a autonómny život starších ľudí.

Aplikovanie indexu aktívneho starnutia v podmienkach mesta Nitra posilňuje potrebu uplatňovania nasledujúcich princípov v otázkach aktívneho starnutia:

- Celkové starnutie populácie v meste s dôrazom na individuálne starnutie jednotlivca a podpora ľudských zdrojov v celoživotnom cykle;
- Preferencia rodinného prostredia pre aktívne starnutie – podpora starnúceho jedinca v jeho prirodzenom prostredí;
- Orientácia na širšiu paletu aktivít a činností aktívneho starnutia – podpora viacerých druhov a foriem aktivizácie starších ľudí - podpora ekonomickej aktivity starších ľudí, zdravotná starostlivosť podporujúca aktívne starnutie;
- Orientácia na rozličné oblasti procesu starnutia – fyziologické, psychologické sociálne a iné – napríklad podpora dôstojnosti a kvality života starších ľudí;
- Spoluúčasť a spoločenské začleňovanie starších ľudí do správy vecí verejných;
- Zdieľanie zodpovednosti za prípravu, napĺňanie, monitorovanie a vyhodnocovanie cieľov Programu aktívneho starnutia v meste Nitra.

III. VÝCHODISKOVÁ ANALÝZA

DEMOGRAFICKÝ VÝVOJ

Predpokladaný vývoj starnutia obyvateľstva do roku 2060 hovorí o tom, že na 100 detí vo veku do 15 rokov bude pripadať 220 seniorov vo veku 65 a viac rokov. Starnutie obyvateľstva sa zrýchľuje – v súčasnosti tvoria významnú skupinu osoby narodené okolo r. 1950; zvýšený počet osôb v poproduktívnom veku možno očakávať so starnutím početnejšej generácie zo 70-tych rokov 20. stor., čo výrazne ovplyvní aj zloženie pracovnej sily. Do roku 2060 by sa mal zvýšiť podiel obyvateľstva vo veku 65 a viac rokov zo 14 % na 30 %. Podiel obyvateľstva vo veku 80 rokov a viac sa v r. 2060 zvýši na 12% zo súčasných 3 %. Zvýšia sa záujmy a potreby staršej generácie v dôsledku nárastu početnosti osôb vo veku 65+. Osobitné dopady tohto faktu možno očakávať v oblasti zdravotníctva, sociálnych služieb a pracovného trhu. V Nitrianskom kraji sa index starnutia dlhodobo zvyšuje (počet osôb v poproduktívnom veku na 100 osôb 0-14 ročných).

Počet obyvateľov mesta Nitry každoročne klesá. Dôvodom je najmä migrácia obyvateľstva z mesta do vidieckych sídiel a taktiež pohyb obyvateľstva za prácou. V priebehu rokov 2008 až 2017 došlo k poklesu obyvateľstva o 4845 osôb. V rokoch 2008 až 2017 sa odsťahovalo v priemere ročne 1453 ľudí z mesta Nitra, v tomto období sa priemere ročne narodilo 778 detí (zdroj: matrika Mesta Nitry).

Nárast podielu obyvateľstva nad 65 rokov veku potvrdzujú aj výsledky sčítania obyvateľov z roku 2021. Podiel obyvateľov v predproduktívnom veku (do 0 do 14 rokov) tvorí 16 %, v produktívnom veku (od 15 do 64 rokov) 67 % a podiel obyvateľov v poproduktívnom veku (viac ako 65 rokov) predstavuje 17 % (denník SME, TA SR, online, 20.12.2021).

Podľa autorov Šprocha, Vaňo, Bleha, (2019, s.40) „jedinou zložkou populácií jednotlivých krajov, ktorá bude mať rastúci trend vo všetkých administratívnych celkoch sú seniori. Jednoznačne najrýchlejšie bude ich početnosť rásť v Bratislavskom kraji, ktorý by sa v roku 2040 stal krajom s najvyšším počtom osôb vo veku 65 a viac rokov.“ Vďaka tomuto absolútnemu nárastu by vo všetkých krajoch Slovenska došlo tiež k relatívnemu zvýšeniu zastúpenia seniorov. „Najväčší podiel by pritom mal v roku 2040 podľa výsledkov našej prognózy dosahovať Nitriansky (28 %) a Trenčiansky kraj (29 %) (Šprocha, Vaňo, Bleha, 2019, s.41).“

V súčasnosti je z pohľadu priemerného veku najstaršie obyvateľstvo v Trenčianskom a Nitrianskom kraji (priemerný vek obyvateľstva tesne nad 40 rokov), nasledujú Trnavský a Banskobystrický kraj (priemerný vek tesne pod hranicou 40 rokov) (Šprocha, Vaňo, Bleha, 2019, s. 42 rokov). Podľa uvedených autorov, aj v roku 2040 zostane najstaršie obyvateľstvo v Trenčianskom a Nitrianskom kraji (priemerný vek 49,3, resp. 48,5 rokov). Ako je zrejmé z predchádzajúcej analýzy vekovej štruktúry a jej možného budúceho vývoja, jednotlivé kraje Slovenska čaká pomerne rýchle starnutie ich populácií. Pokles detskej, reprodukčnej i produktívnej zložky a naopak jednoznačný nárast počtu i zastúpenia seniorov prinesie zásadné zmeny do charakteru miestneho obyvateľstva a fungovania spoločnosti. Pri naplnení predpokladov prognózy bude možné za najstaršie označiť predovšetkým populácie Trenčianskeho a Nitrianskeho kraja, kým najmladšími zostanú najmä dva kraje na východe republiky (Šprocha, Vaňo, Bleha, 2019, s.44).

Celkovo je v súčasnosti na Slovensku 17 okresov, ktoré majú viac ako 100 tisíc obyvateľov. Viac ako 150 tisíc obyvateľov majú okrem najväčšieho okresu Prešov aj okresy Nitra a Žilina (Šprocha, Vaňo, Bleha, 2019, s.45).

Nárast seniorskej zložky pri nízkej pôrodnosti a s tým spojeným predpokladanom prepade detskej časti populácie prispievajú vo všetkých okresoch k pomerne dynamickému nárastu a značnému

zvýrazneniu prevahy seniorov (s.56). V roku 2040 by najhoršia situácia mala byť v 18 okresoch najmä na západnom a strednom Slovensku (spolu s okresmi Košice I a IV), kde by index zaťaženia prekračoval hranicu 50 seniorov na 100 osôb v produktívnom veku (Šprocha, Vaňo, Bleha, s.59).

Starnutie obyvateľstva na Slovensku je a v najbližších desaťročiach bude univerzálny proces, pričom univerzálnosť procesu starnutia bude zahŕňať aj regionálne hľadisko. To znamená, že obyvateľstvo bude starnúť vo všetkých okresoch bez výnimky, rozdielna bude len intenzita procesu starnutia (Šprocha, Vaňo, Bleha, s. 63).

Zužovanie reprodukčného potenciálu, prehlbovanie prirodzených úbytkov a najmä posuny početných kohort do vyšších vekových skupín prispievajú v podstate vo všetkých krajoch a okresoch k rýchlemu starnutiu miestnych populácií (Šprocha, Vaňo, Bleha, s.68). Prognostici radia okres Nitra v horizonte roku 2040 medzi okresy s najvyšším počtom obyvateľov (Šprocha, Vaňo, Bleha, s. 45). Priemerný vek obyvateľstva okresu Nitra je na úrovni 42,27 roku, v roku 2040 sa predpokladá s nárastom priemerného veku obyvateľov okresu Nitra na 48,02 veku (Šprocha, Vaňo, Bleha, s. 79) .

Vekové zloženie obyvateľstva mesta Nitry v porovnaní rokov 1997-2007-2017 (podľa Štatistického úradu SR- Krajská správa Nitry)

Podiel osôb /rok	1997	2007	2017
Podiel osôb v predproduktívnom veku (%)	20,59	13,34	13,83
Podiel osôb v produktívnom veku (%)	69,85	75,2	68,45
Podiel osôb v poproduktívnom veku (%)	9,56	11,74	17,72

Tabuľka: *Stredná dĺžka života podľa pohlavia pre vybrané jednotky veku*

65 roční		2020	2010	2001
	Muži	14,72	13,86	13,00
	Ženy	18,58	17,56	16,64
80 roční		2020	2010	2001
	Muži	6,65	5,99	6,08
	Ženy	7,92	6,91	6,79

Zdroj:http://datacube.statistics.sk/#!/view/sk/VBD_SLOVSTAT/om2021rs/v_om2021rs_00_00_00_sk

Trend predlžovania života ľudí na Slovensku možno sledovať od deväťdesiatych rokov 20. storočia. Súbežne s tým sa predlžuje život tzv. mladších seniorov a ľudí v pred dôchodkovom veku (50 - 64 rokov). Zároveň dochádza k zmenšovaniu rozdielov medzi pohlaviami a mužskej nadúmrtosti v seniorskom veku. Prognózy populačného vývoja na Slovensku počítajú s ďalším kontinuálnym predlžovaním života starších ľudí. Stredná dĺžka života vo veku 65 rokov by sa mala do roku 2030 predĺžiť na 17 rokov u mužov a 20 rokov u žien. Do roku 2060 až o 22 až 24 rokov. Starnutie je v podmienkach Slovenska kombináciou nízkej pôrodnosti a starnutia zhora aj zo stredu vekovej pyramídy. Prehlbovaním nepomeru medzi počtom osôb 65 a viac ročných a detskou zložkou populácie dochádza k zvyšovaniu indexu starnutia. Rovnako sa zvyšuje index ekonomického zaťaženia, ktorý vyjadruje pomer medzi počtom osôb v predproduktívnom a poproduktívnom veku k počtu osôb vo veku produktívnom (15- 64 rokov).

K 31.12.2021 žilo v meste Nitra 15669 obyvateľov vo veku 65 a viac rokov. Najvyššie početnosti dosahujú mestské časti Chrenová (4013), Klokočina (3548), Staré mesto (2627) a Zobor (1854).

Tabuľka: Počet osôb s trvalým pobytom v meste Nitra vo veku 65 a viac rokov k 31.12.2021

Mestská časť	Počet obyvateľov
Čermáň	1101
Diely	732
Dolné Krškany	452
Dražovce	344
Horné Krškany	171
Chrenová	4013
Janíkovce	297
Klokočina	3548
Kynek	141
Mlynárce	111
Párovské Háje	92
Staré Mesto	2627
Zobor	1854
TP na Mesto	186
SPOLU:	15669

Zdroj: Referát evidencie obyvateľstva a domov MsÚ v Nitre

Pre porovnanie uvádzame údaje k 31.12.2022, kedy žilo v meste Nitra 16137 obyvateľov vo veku 65 a viac rokov. Najvyššie početnosti dosahujú mestské časti Chrenová (3973), Klokočina (3826), Staré mesto (2648) a Zobor (1875).

Tabuľka: Počet osôb s trvalým pobytom v meste Nitra vo veku 65 a viac rokov k 31.12.2022

Mestská časť	Počet obyvateľov
Čermáň	1137
Diely	801
Dolné Krškany	465
Dražovce	357
Horné Krškany	177
Chrenová	3973
Janíkovce	302
Klokočina	3826
Kynek	157
Mlynárce	108
Párovské Háje	100
Staré Mesto	2648
Zobor	1875
TP na Mesto	211
SPOLU:	16137

Zdroj: Referát evidencie obyvateľstva a domov MsÚ v Nitre

Podpora budovania udržateľnej spoločnosti spočíva v tvorbe verejných politík orientovaných na podporu všetkých vekových kategórií obyvateľstva a využívaní ich potenciálu v celom životnom cykle.

KONTEXTOVÉ A VÝSTUPOVÉ UKAZOVATELE

Pre účely tvorby politik zohľadňujúcich aktívne starnutie je potrebné definovať kontextové ukazovatele, ktoré možno vnímať ako východiskové predpoklady, ktoré odrážajú vplyvy a dopady širšieho prostredia na životy ľudí a proces ich starnutia.

Kontextové a výstupové ukazovatele vychádzajú z Národného programu aktívneho starnutia na roky 2021 – 2030. Subjektívne hodnotenie kvality života súčasných seniorov hovorí, že len malá časť z nich hodnotí stav svojej mentálnej pohody a blahobytu ako dobrý alebo veľmi dobrý, najmä z hľadiska života v zdraví.

Ďalším významným faktorom pre úspešné a aktívne starnutie je intenzita osobných kontaktov nielen na rodinnej báze, ale aj v širšom sociálnom okolí.

Najvyššia úroveň dosiahnutého vzdelania starších ľudí má v Slovenskej republike rezervy v nižšom zastúpení seniorov s vysokoškolským vzdelaním. Najvýraznejšie zastúpenie možno pozorovať v skupine osôb so stredoškolským vzdelaním s maturitou. Z hľadiska zručností sa ako významné pre súčasnú dobu javí najmä digitálna gramotnosť starších ľudí osobitne ľudí vo veku nad 75 rokov. Obmedzená digitálna gramotnosť môže viesť k zníženému prístupu k verejným zdrojom a službám.

Dôležitým aspektom postavenia seniorov v spoločnosti je miera zamestnanosti osôb vo veku 55-59 rokov, ktorá v roku 2018 dosiahla hodnotu 77 %, čo je porovnateľné s priemerom EÚ 28, ale vo vyšších vekových skupinách už pozorovať zaostávanie za európskym priemerom. Aplikácia vekového manažmentu v praxi zamestnávateľov vykazuje isté rezervy. Podobne je tomu pri minimálnej účasti seniorov v programoch celoživotného vzdelávania.

Sociálna participácia seniorov sa prejavuje najmä v starostlivosti o svoje vnúčatá. Menej sa už angažujú v dobrovoľníckej činnosti a v starostlivosti o odkázaných seniorov. Za nižšiu možno považovať aj mieru politickej participácie a občianskej angažovanosti. Podľa zistení je prístup k zdravotnej starostlivosti slovenských seniorov porovnateľný s prístupom v rámci ostatných členských štátov EÚ.

Aktívny životný štýl a aktívne starnutie zaostáva za priemerom európskej 28-čky najvýraznejšie - kedy na Slovensku hovoríme len o 5 % seniorov, ale napríklad v susednom Rakúsku aktívny životný štýl praktizuje 24 % seniorov a až 47 % seniorov vo Fínsku.

Podiel tých, ktorí sa na Slovensku cítia bezpečne, zaostáva v porovnaní s európskym priemerom a je stále nižší.

SUMÁRNY PREHĽAD RIZÍK BUDÚCEHO VÝVOJA

- nižšia dĺžka dožitia, osobitne dožitia sa v zdraví;
- nižšie zastúpenie seniorov s vysokoškolským vzdelaním a ich zaostávajúca digitálna gramotnosť;
- vekom klesajúca intenzita osobných kontaktov seniorov v prepojení na úroveň subjektívnej mentálnej pohody;
- dlhodobá udržateľnosť verejných financií v kontexte nerovnováhy ekonomickej aktivity ľudí a ich sociálnej ochrany v rozličných fázach života v medzigeneračnej rovnováhe;
- tlak na dlhšie zotrvanie starších ľudí v platenom zamestnaní bez vytvorenia tomu zodpovedajúcich pracovných podmienok;
- nízka úroveň digitálnej gramotnosti starších ľudí, ktorá predpokladá ich prístup ku kvalitnému zamestnaniu, k informáciám, tovarom a službám či sociálnym kontaktom;
- tlak na zvýšenie fyzickej aktivity starších ľudí, ich politickej a občianskej angažovanosti a participácie v spoločensky prospešných činnostiach, bez zabezpečenia dostupnosti programov a aktivít celoživotného vzdelávania;
- snaha o zvyšovanie kvality života, bezpečnosti a dôstojnosti starších ľudí bez zlepšovania prístupu ku komplexným a integrovaným službám dlhodobej sociálno-zdravotnej starostlivosti, poskytovaným v prirodzenom resp. komunitnom prostredí odkázaných starších osôb;

- nedostatočné personálne zabezpečenie opatrovateľských a ošetrovateľských činností pre odkázané osoby v rozličných prostrediach starostlivosti a nízka miera stabilizácie odborného personálu služieb;

IV. STRATEGICKÁ ČASŤ

Informácie zmienené vyššie v predchádzajúcich častiach tohto dokumentu sú východiskami pre návrh strategickej časti Programu aktívneho starnutia v meste Nitra.

Strategická časť Programu vychádza najmä zo strategických dokumentov vyššej úrovne – **Národný program aktívneho starnutia na roky 2021 až 2030**, ale tiež zo strategických dokumentov mesta ako je:

- III. Komunitný plán sociálnych služieb mesta Nitry na roky 2021 – 2025;
- Stratégia a Akčný plán prístupnosti mesta Nitry pre všetkých;
- Situačná analýza migrácie a možností integrácie cudzincov v meste Nitra.

Program aktívneho starnutia mesta Nitry vychádza a stojí na nasledujúcich princípoch:

- princíp sebarealizácie;
- princíp nezávislosti;
- princíp zamestnanosti;
- princíp rovnakého zaobchádzania;
- princíp účasti na veciach verejných;
- princíp solidarity.

Aktívne starnutie je chápané ako plnohodnotné prežívanie dôstojného života vo vyššom veku a zodpovedný prístup ku zdraviu, s možnosťou osobnej účasti na veciach verejných. Aktívne starnutie je prevenciou izolácie a prežívania pocitov osamelosti a vylúčenosti zo spoločnosti. Aktívne starnutie znamená integráciu seniorov a senioriek do spoločnosti na úrovni občanov a občianok mesta, obyvateľov a obyvateľiek mestskej časti a tiež členov územnej ako aj záujmovej komunity pôsobiacej v meste Nitra.

CIELE A OBLASTI PODPORY AKTÍVNEHO STARNUTIA

Seniori sú vekovo vysoko heterogénna skupina, vzhľadom na interval veku (od 65 až do 99+ rokov). Podobne je tomu v oblasti odkázanosti na sociálne služby a potreby podpory zo strany profesionálnych služieb. Priestor sa otvára pre scitlivovanie verejnosti k potrebám starších, ich akceptácií a dodržiavaniu ľudských práv v prospech všetkých vekových skupín obyvateľstva mesta. Dokument obsahuje návrh cieľov a podcieľov, ktoré boli definované existujúcimi strategickými dokumentami mesta Nitry a realizovanými sociálnymi politikami v ostatných piatich rokoch.

1/ Zdravie, zdravotná starostlivosť a sociálna starostlivosť o seniorov podporujúca aktívne starnutie

- 1.1 Zvyšovať účasť seniorov na pravidelných preventívnych prehliadkach, motivovať ich k ochrane vlastného zdravia a prehlbovať komunikáciu s lekármi prvého kontaktu a tým prispievať k prevencii vzniku ochorení alebo prehlbovania ochorení;
- 1.2 Vytvárať podmienky pre podporu aktívneho starnutia seniorov prostredníctvom športových a pohybových aktivít seniorov s cieľom upevniť ich zdravie;
- 1.3 Preventívne aktivity zamerané na oblasť zdravia a zdravého životného štýlu.

2/ Podpora dôstojnosti, nezávislosti a kvality života seniorov, podpora starnutia v rodinnom prostredí

- 2.1 Podpora rozvoja terénnej sociálnej služby pre zotrvanie seniorov prirodzenom rodinnom prostredí;
- 2.2 Zabezpečiť dostupnosť odľahčovacej služby pre rodinných opatrovateľov, príbuzných seniorov;
- 2.3 Zabezpečiť dostupnosť a finančnú udržateľnosť ambulantných sociálnych služieb pre seniorov;
- 2.4. Zabezpečiť dostupnosť a možnosť výberu pri sociálnej službe s použitím telekomunikačných technológií.

3/ Bývanie a bezpečnosť seniorov žijúcich v meste

- 3.1 Bytová politika mesta zohľadňujúca potreby občanov seniorského veku a tvorba bytového fondu prístupného aj pre ľudí s obmedzeným pohybom;
- 3.2 Zvyšovať bezpečnosť, ochranu života, zdravia a majetku starších ľudí a brániť zlému zaobchádzaniu so staršími ľuďmi a násiliu voči starším ľuďom vo všetkých jeho formách.

4/ Podpora spoločenskej participácie a začlenenie seniorov do účasti na rozvoji mesta

- 4.1 Zriadiť Radu seniorov mesta Nitra na nové volebné obdobie;
- 4.2 Podpora seniorov v oblasti zapájania sa do dobrovoľníckych programov;
- 4.3 Podporovať umelecký a kreatívny potenciál seniorov;
- 4.4 Zvyšovať kvalitu verejných priestorov v meste ako sú chodníky, pešie koridory, lavičky, zeleň, a pokračovať vo vytváraní relaxačných zón, kde môžu seniori tráviť voľný čas bez toho, aby boli ohrozovaní negatívnymi vplyvmi životného prostredia;
- 4.5 Zachovať zľavy pre seniorov v MHD;
- 4.6 Postupná debarierizácia zastávok MHD.

5/ Podpora ľudských zdrojov v celoživotnom cykle

- 5.1 Realizácia vzdelávacích podujatí s cieľom aktivizácie seniorov;
- 5.2 Realizácia aktivít na podporu celoživotného vzdelávania seniorov;
- 5.3. Realizácia vzdelávacích podujatí na témy - Právna ochrana seniorov zameraná na zvyšovanie právnej gramotnosti seniorov a obhajobu ich práv a zvýšenie bezpečnosti seniorov;
- 5.4 Zavedenie bezplatného poradenstva pre starších ľudí o možnostiach a podmienkach ďalšieho vzdelávania a rozvoja v oblasti finančnej gramotnosti ľudí 50+;

V. AKČNÝ PLÁN PROGRAMU AKTÍVNEHO STARNUTIA na roky 2023 -2030

Cieľ	Podcieľ	Aktivita	Zdroj financovania	Garant aktivity	Spolupracujúce subjekty	Termín
1/ Zdravie, zdravotná starostlivosť a sociálna starostlivosť o seniorov podporujúca aktívne starnutie	1.1 Zvyšovať účasť seniorov na pravidelných preventívnych prehliadkach, motivovať ich k ochrane vlastného zdravia a prehlbovať komunikáciu s lekármi prvého kontaktu a tým prispievať k prevencii vzniku ochorení alebo prehlbovania ochorení.	1.1 Propagačné aktivity a osвета prostredníctvom printových aj elektronických médií mesta.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OKaP, OSS)	SZSS RÚVZ – poradenské centrum ochrany a podpory zdravia	Každoročne
	1.2 Vytvárať podmienky pre podporu aktívneho starnutia seniorov prostredníctvom športových a pohybových aktivít seniorov s cieľom upevniť ich zdravie.	1.2.1 Aktivity zamerané na pohyb a prevenciu chorôb.	Rozpočet Mesta Nitra	Správa zariadení sociálnych služieb (SZSS)	KO JDS v Nitre	Každoročne
	1.3 Preventívne aktivity zamerané na oblasť zdravia a zdravého životného štýlu.	1.3.1 Prednášky na vybranú tému v oblasti zdravia a zdravého životného štýlu, prevencie civilizačných ochorení.	Aktivity Pro Bono	Mesto Nitra (OSS)	Slovenský červený kríž UKF, Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva, RÚVZ – poradenské centrum ochrany a podpory zdravia SZSS	Každoročne
2/ Podpora dôstojnosti, nezávislosti a kvality života seniorov, podpora starnutia v rodinnom prostredí	2.1 Podpora rozvoja terénnej sociálnej služby pre zotrvanie seniorov prirodzenom rodinnom prostredí.	2.1.1 Zvýšenie dostupnosti domácej opatrovateľskej služby.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS)	Verejní a neverejní poskytovatelia sociálnych služieb	Každoročne
	2.2 Zabezpečiť dostupnosť odľahčovacej služby pre rodinných opatrovateľov, príbuzných seniorov.	2.2.1 Zabezpečiť a propagovať dostupnosť odľahčovacej služby.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS)	Verejní a neverejní poskytovatelia sociálnych služieb	Každoročne

	2.3 Zabezpečiť dostupnosť a finančnú udržateľnosť ambulantlych sociálnych služieb pre seniorov.	2.3.1 Rozvoj ambulantlych sociálnych služieb na komunitnej úrovni.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS)	Verejní a neverejní poskytovatelia sociálnych služieb	Každoročne
	2.4 Zabezpečiť dostupnosť a možnosť výberu pri sociálnej službe s použitím telekomunikačných technológií.	2.4.1 Podpora a rozvoj využívania sociálnej služby s použitím telekomunikačných technológií.	Rozpočet Mesta Nitra / finančná spoluúčasť seniora	Mesto Nitra (OSS)	Neverení poskytovatelia sociálnych služieb (Asociácia samaritánov Slovenskej republiky, Santea, n. o.)	Každoročne
3/ Bývanie a bezpečnosť seniorov žijúcich v meste	3.1 Bytová politika mesta zohľadňujúca potreby občanov seniorského veku a tvorba bytového fondu prístupného aj pre ľudí s obmedzeným pohybom.	3.1.1 Program rozvoja bývania.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS, OSP- ref. ŠFRB)	SLUŽBYT Nitra, s.r.o	Každoročne
	3.2 Zvyšovať bezpečnosť, ochranu života, zdravia a majetku starších ľudí a brániť zlému zaobchádzaniu so staršími ľuďmi a násiliu voči starším ľuďom vo všetkých jeho formách.	3.2.1 Zabezpečenie ochrany práv a slobôd ľudí v seniorskom veku prostredníctvom poskytovania poradenstva.	Aktivity Pro Bono	Mesto Nitra (OSS)	Informačná kancelária MV SR pre obeť trestných činov v Nitre Centrum právnej pomoci SZSS	Každoročne
4/ Podpora spoločenskej participácie a začlenenie seniorov do účasti na rozvoji mesta	4.1 Zriadiť Radu seniorov mesta Nitry na nové volebné obdobie.	4.1.1 Aktivity a činnosti Rady seniorov ako poradného orgánu primátora mesta Nitry.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS)	Rada seniorov mesta Nitry, JDS	Každoročne
	4.2 Podpora seniorov v oblasti zapájania sa do dobrovoľníckych programov.	4.2.1 Realizácia aktivít v spolupráci s Nitrianskym	Aktivity Pro Bono	Mesto Nitra (OSS)	Nitrianske centrum dobrovoľníctva (NCD) SZSS	Každoročne

		centrom dobrovoľníctva.				
	4.3 Podporovať umelecký a kreatívny potenciál seniorov.	4.3.1 Workshopy zamerané na rozvoj umeleckého potenciálu seniorov.	Aktivity hradené v rámci projektu Kreatívne centrum Nitra	Mesto Nitra (OSS)	Kreatívne centrum Nitra SZSS Comin	Každoročne
	4.4 Zvyšovať kvalitu verejných priestorov v meste ako sú chodníky, pešie koridory, lavičky, zeleň, a pokračovať vo vytváraní relaxačných zón, kde môžu seniori tráviť voľný čas bez toho, aby boli ohrozovaní negatívnymi vplyvmi životného prostredia.	4.4.1 Aktivity realizované ako súčasť grantov EÚ resp. národných projektov; Aktívna participácia seniorov v procesoch určovania lokalít vhodných na realizáciu týchto úprav prostredníctvom Rady seniorov v meste Nitra.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OŽP, OPaSR)	Rada seniorov Mesta Nitry	Každoročne
	4.5 Zachovať zľavy pre seniorov v MHD.	4.5.1 Aktivity realizované ako súčasť Plánu udržateľnej mobility pre mesto Nitra.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OD)	Transdev	Každoročne
	4.6 Postupná debarierizácia zastávok MHD.	4.6.1 Naplnenie Stratégie prístupnosti Mesta Nitra, zabezpečiť osadenie čitateľných cestovných poriadkov, výmena dvojhých označkov MHD za jednohých, dobudovanie	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS, OPaSR,OD)	Stredisko mestských služieb Nitra Transdev	Každoročne

		kasselských obrubníkov.				
5/ Podpora ľudských zdrojov v celoživotnom cykle	5.1. Realizácia vzdelávacích podujatí s cieľom aktivizácie seniorov.	5.1.1 Vzdelávanie zamerané na rozvoj digitálnych zručností seniorov (poskytnutie priestoru a organizačného zázemia pre projekt MIRI SR). 5.1.2. Vzdelávanie seniorov v oblasti celostného osobnostného rozvoja.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS)	SZSS Nitrianske centrum dobrovoľníctva JDS Rada seniorov mesta Nitry Comin	Každoročne
	5.2 Realizácia aktivít na podporu celoživotného vzdelávania seniorov.	5.2.1 Prednáškový cyklus (Prednášky U3V UKF v Nitre – možnosť bezplatne absolvovať zimný semester) 5.2.2 Cyklus prednášok na rôzne témy, z rôznych vedných odborov.	Rozpočet Mesta Nitra	Mesto Nitra (OSS)	U3V UKF v Nitre SZSS Rada seniorov mesta Nitry	Každoročne

	5.3. Realizácia vzdelávacích podujatí na témy - Právna ochrana seniorov zameraná na zvyšovanie právnej gramotnosti seniorov a obhajobu ich práv a zvýšenie bezpečnosti seniorov.	5.3.1 Vzdelávacie podujatia zamerané na zvyšovanie bezpečnosti, ochranu života, zdravia a majetku starších ľudí a brániť zlému zaobchádzaniu so staršími ľuďmi a násiliu voči starším ľuďom vo všetkých jeho formách.	Aktivity Pro Bono	Mesto Nitra (OSS)	POLÍCIA SR, Mestská polícia Nitra, Informačná kancelária MV SR pre obeť trestných činov v Nitre Centrum právnej pomoci SZSS Comin Rada seniorov mesta Nitry	Každoročne
	5.4. Zavedenie bezplatného poradenstva pre starších ľudí o možnostiach a podmienkach ďalšieho vzdelávania v oblasti finančnej gramotnosti ľudí +50.	5.4.1. Zavedenie poskytovania poradenstva o možnostiach ďalšieho vzdelávania a rozvoja potenciálu, finančnej gramotnosti ľudí 50+ v klientskom centre služieb MsÚ Nitra. 5.4.2. Vyškolenie zamestnancov OSS na poskytovanie poradenstva týkajúceho sa možností ďalšieho vzdelávania a rozvoja potenciálu ľudí 50+.		Mesto Nitra (OSS)	Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny, Vzdelávacie inštitúcie, Nitrianske centrum dobrovoľníctva, Comin	Každoročne

VI. PREDPOKLADANÉ RIZIKÁ IMPLEMENTÁCIE PROGRAMU AKTÍVNEHO STARNUTIA V NITRE

Riziká implementácie Programu aktívneho starnutia môžu súvisieť s komunálnym politickým cyklom, nakoľko program prekračuje svojím časovým pokrytím horizont volebného obdobia, počas ktorého bol prijímaný a do ktorého integroval vlastné predstavy a riešenia verejného záujmu podpory aktívneho starnutia. V prípade zmeny zastúpenia nemusí existovať politická vôľa naplniť pôvodne ustanovené ciele a opatrenia.

Rizikom implementácie môže byť aj nedocenenie významu aktivít tzv. striebornej ekonomiky, ktorá má v kontexte demografického vývoja priamy vplyv na aktívny život starnúcich ľudí nielen v národnom, ale aj medzinárodnom meradle.

Medzi novovzniknuté riziká implementácie Programu aktívneho starnutia v Nitre môžeme zaradiť aj vývoj epidemiologickej situácie a súčasnú energetickú a hospodársku krízu, ktorá môže výrazne obmedziť implementáciu jednotlivých aktivít definovaných v programe najmä z hľadiska ich finančného zabezpečenia.

Nástrojmi prevencie vplyvu predvídateľných rizík na rozhodovanie a praktické postupy a riadenia rizík sú najmä:

- východiská programu ukotvené v širších medzinárodných strategických dokumentoch a záväzkoch, ktoré na dlhšie obdobie ovplyvňujú vývoj v národných podmienkach (napr. Madridský medzinárodný akčný plán týkajúci sa starnutia, Národný program aktívneho starnutia SR a iné) prispievajú k vytvoreniu stálej politickej priority aj na úrovni samosprávy;
- priebežný monitoring a pravidelné vyhodnocovanie procesu implementácie programu ako nástroja včasného odkrývania potreby zmien a ich riadenia;
- vytvorenie podmienok pre koordináciu činnosti subjektov zapojených do implementácie programu, pre ich systematickú komunikáciu, s jasnými pravidlami v oblasti riadenia, výkonu a kontroly úloh spojených s implementáciou programu;
- zabezpečenie širokého verejného scitlivovania smerujúceho ku zvnútorneniu postojov k aktívnemu starnutiu ako k životnej stratégii významnej pre jednotlivcov, rodiny, skupiny, komunity a spoločenstvá (pravidelné vzdelávanie zamestnancov MsÚ Nitra);
- vytvorenie podmienok pre aktívnu účasť jednotlivých zložiek spoločnosti a sektorov pri implementácii programu.

Zoznam použitej literatúry:

ŠPROCHA, B.- VAŇO, B.- BLEHA, B. 2019. Kraje a okresy Slovenska v demografickej perspektíve. Populačná prognóza do roku 2040. Bratislava: Inštitút informatiky a štatistiky. 82s. ISBN 978-80-89398-42-3.

Národný program aktívneho starnutia na roky 2021-2030, Slovenská republika. 44s.
www.employment.gov.sk/sk/ministerstvo/rada-vlady-sr-prava-seniorov/narodny-program-aktivneho-starnutia.html

