

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

Tina Koren

**Potrebe starih ljudi in njihova vključenost v medgeneracijski center
Hiša Sadeži družbe Vipava**

Diplomsko delo

LJUBLJANA, 2016

PODATKI O DIPLOMSKEM DELU

Ime in priimek: Tina Koren

Naslov diplomskega dela: Potrebe starih ljudi in njihova vključenost v medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava

Kraj: Ljubljana

Leto: 2016

Št. strani: 84

Št. tabel: 9

Št. prilog: 4

Št. grafov: 14

Mentorica: izr. prof.dr. Jana Mali

Somentorica: doc. dr. Liljana Rihter

Ključne besede: potrebe starih ljudi, medgeneracijsko sožitje, kakovostna starost, predsodki, osamljenost, demografske spremembe.

Povzetek: V teoretičnem delu diplomskega dela sem opredelila pojme, kot so starost, staranje ter demografske spremembe. Opisala sem kakovostno starost, osamljenost starih ljudi ter razne predsodke, ki jih imamo o starosti. Predstavila sem tudi pomembnost in nujnost medgeneracijskega sožitja.

V raziskovalnem delu naloge pa me je zanimalo, katere so ovire, ki onemogočajo starim ljudem udeležbo na aktivnostih, ki jih ponuja medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava. Opisala sem tudi aktivnosti, ki stare ljudi najbolj zanimajo. Ugotovila sem, da velika večina starih ljudi medgeneracijskega centra Hiša Sadeži družbe Vipava sploh ne pozna oziroma ga pozna slabo. Največ zanimanja za aktivnosti je poželo druženje, telovadba oziroma fizične aktivnosti ter delavnice o zdravljenju in lažšanju raznih bolezni. Glavne ovire za obisk zelenih aktivnosti pa so pomanjkanje prevoza in denarja. S pridobljenimi podatki sem prišla do ugotovitve, da bi bilo treba še veliko narediti na področju prepoznavnosti Hiše Sadeži družbe Vipava, saj je velika večina starih ljudi sploh ne pozna in se še nikoli ni udeležila aktivnosti, ki jih ponuja. Udeležbo na aktivnosti bi zelo olajšala možnost spremstva oziroma prevoza na brezplačne aktivnosti. Predlagam, da se poskrbi za pester in

zanimiv program v Hiši Sadeži družbe Vipava ter poišče izvajalce delavnic, ki so pozele največ zanimanja.

Title: Needs of the older people and their involvement in the intergenerational community centre the House Fruits of Society Vipava

Descriptors: needs of the older people, intergenerational coexistence, quality of life in old age, prejudice, loneliness, demographic changes.

Abstract: The theoretical part of the Graduate Thesis describes the notions like age, ageing and demographic changes. I described the quality of life in old age, the notion of loneliness of the older people and prejudices as regards ageing. I also presented the importance and urgency of intergenerational coexistence.

In the empirical part I was interested in the obstacles preventing the older people from getting involved in activities offered by the House Fruits of Society Vipava. I also described the activities that the older people are most interested in and I discovered that majority of the older people are not, or poorly, acquainted with the intergenerational community centre, the House Fruits of Society Vipava. My findings show that the most interesting activities are socializing, physical exercise and other physical activities and workshops on treating and alleviating illnesses. Lack of transportation and money represent the main obstacles for visiting the desired activities. From the data obtained we came to the conclusion that a lot would need to be done in the field of the organisation's recognisability, since most people are not familiar with it and have never participated in the activities it has to offer. A possibility of escort or transportation to these free activities would facilitate participation greatly. We suggest providing a varied and interesting programme in the House Fruits of Society Vipava and searching for workshop providers who attracted most attention.

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

Tina Koren

**Potrebe starih ljudi in njihova vključenost v medgeneracijski center
Hiša Sadeži družbe Vipava**

Diplomsko delo

Mentorica: izr. prof. dr. Jana Mali

Somentorica: doc. dr. Liljana Rihter

LJUBLJANA, 2016

PREDGOVOR

V času študija sem delala v medgeneracijskem centru Hiša Sadeži družbe Vipava kot strokovna koordinatorka programa. Že kmalu sem opazila, da v center dnevno prihaja veliko mladih, zelo malo pa je bilo srednje generacije in ljudi nad 65. letom starosti. Namen Hiše Sadeži družbe pa je ravno v vzajemnem medgeneracijskem predajanju znanj, idej ter izkušenj med generacijami. Istočasno sem veliko časa preživela tudi med ljudmi v mestu Vipava, saj je bila moja naloga tudi informiranje o programu našega centra. Tako sem velikokrat delila letake s programom Hiše po mestu in javnih prostorih ter se veliko pogovarjala predvsem s starimi ljudmi, ki so mi večkrat potožili, da se v Vipavi nič ne dogaja zanje, da pogrešajo medsebojno druženje in občutek, da bi bili koristni ter druge podobne izjave. V tem sem videla veliko protislovje in tako se je porodila ideja za moje diplomsko delo. Zanimalo me je, kaj je razlog, da si stari ljudje po eni strani želijo več aktivnosti, po drugi strani pa v Hiši skorajda ni starih ljudi. Slednje me je spodbudilo k iskanju možnih rešitev, ki bi prispevale k izboljšanju trenutnega stanja.

Namen diplomskega dela je torej izvedeti, koliko je Hiša Sadeži družbe Vipava v zgornji Vipavski dolini sploh prepoznavna in kakšno ponudbo aktivnosti bi si stari ljudje želeli, da bi postali njeni aktivni uporabniki in prostovoljci. S pomočjo raziskave sem želela osvetliti tudi glavne ovire, ki prispevajo k neudeležbi aktivnosti, ki so na voljo v Hiši Sadeži družbe Vipava. Pridobljene informacije pa bodo v pomoč pri oblikovanju kvalitetnega programa, ki ne bi bil le sam sebi namen, ampak bi odgovarjal na potrebe lokalnega okolja in ljudi vseh generacij.

Zahvaljujem se vsem dobrim ljudem, ki so me potrpežljivo podpirali in me bodrili. Resnično hvaležna sem svoji mami, ki mi je ves čas študija stala ob strani in verjela vame, sestri Tadeji in prijateljem Teji, Andreji, Meti in Mitju.

In ne nazadnje se iskreno zahvaljujem mentoriciizr. prof. dr. Jani Mali ter somentorici doc. dr. Liljani Rihter za izredno potrpežljivost, ažurnost in pomoč pri pisanju diplomskega dela.

KAZALO

1. TEORETIČNI UVOD.....	6
1.1. Starost, staranje in demografske spremembe.....	6
1.2. Potrebe v starosti	10
1.3. Kakovostna starost.....	19
1.4. Osamljenost	26
1.5. Predsodki o starosti.....	28
1.6. Medgeneracijsko sožitje	33
2. PROBLEM	38
3. METODOLOGIJA	42
3.1 Vrsta raziskave.....	42
3.2 Spremenljivke.....	42
3.3 Merski instrument.....	42
3.4 Populacija in vzorčenje.....	43
3.5 Zbiranje podatkov.....	43
3.6 Analiza podatkov.....	44
4. REZULTATI	45
4.1 Splošni podatki o anketirancih.....	45
4.2 Prikaz porazdelitve odgovorov	46
4.3 Preverjanje hipotez.....	56
5. RAZPRAVA	60
6. SKLEPI	63
7. PREDLOGI	64
8. LITERATURA:	65
9. PRILOGE.....	69
9.1 Vprašalnik	69
9.2 Zbirnik podatkov.....	73
9.3 Izračuni za preverjanje hipotez.....	77
9.4 Izjava o avtorstvu	82
10. POVZETEK	83

KAZALO TABEL

Tabela 4.1: Primerjava med poznavanjem Hiše Sadeži družbe Vipava in udeležbo na aktivnostih, ki jih ponuja	48
Tabela 4.2: Udeležba in izvajanje raznih dejavnosti	48
Tabela 4.3: Zanimanje za druženje med anketiranci, ki se udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava in anketiranci, ki se aktivnosti ne udeležujejo	53
Tabela 4.4: Zanimanje za fizične aktivnosti/telovadbo med anketiranci, ki se udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava in anketiranci, ki se aktivnosti ne udeležujejo	54
Tabela 4.5: Zanimanje za delavnice o zdravljenju raznih bolezni med anketiranci, ki se udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava in anketiranci, ki se aktivnosti ne udeležujejo	54
Tabela 4.6: Število ovir med anketiranci, ki so vključeni v program Hiše Sadeži družbe Vipava in tistimi, ki niso	56
Tabela 4.7: Večja ali manjša mera druženja z mladimi med anketiranci, ki so vključeni v program Hiše Sadeži družbe Vipava in tistimi, ki niso	57
Tabela 4.8: Poznavanje Hiše Sadeži družbe Vipava med anketiranci, ki so vključeni v program Hiše Sadeži družbe Vipava, in tistimi, ki niso	58
Tabela 4.9: Želeno število aktivnosti glede na okolje, kjer živijo anketiranci	59

KAZALO GRAFOV

Graf 4.1: Spol anketirancev	45
Graf 4.2: Starost anketirancev	45
Graf 4.3: Občina stalnega bivališča anketirancev	46
Graf 4.4: Kraj bivanja anketirancev	46
Graf 4.5: Poznavanje Hiše Sadeži družbe Vipava	46
Graf 4.6: Udeležba na aktivnostih v Hiši Sadeži družbe Vipava	47
Graf 4.7: Razlogi za obiskovanje aktivnosti	49
Graf 4.8: Generacije, s katerimi se anketiranci najraje družijo oziroma preživljajo prosti čas	49
Graf 4.9: Ovire, ki otežujejo udeležbo na želeni aktivnosti	50
Graf 4.10: Stvari, ki olajšajo udeležbo na želeni aktivnosti	51
Graf 4.11: Zanimanje za aktivnosti	52
Graf 4.12: Udeležba na aktivnosti	53
Graf 4.13: Želen način informiranja anketirancev	55
Graf 4.14: Informiranost o ponudbi aktivnosti, ki jih izvajajo različni izvajalci na področju medgeneracijskega sodelovanja	55

1. TEORETIČNI UVOD

1.1. Starost, staranje in demografske spremembe

Naša družba se stara, zato se danes vse več ljudi posveča tej tematiki. Šircelj (2009: 15–19) z izrazom demografsko staranje poimenuje proces, v katerem se spreminja starostna sestava prebivalstva, in sicer tako, da se povečuje delež starih. Staranje prebivalstva je del demografskega prehoda, posledica prehoda iz tradicionalnih v moderne družbe, tako da ga prej ali slej doživi vsako prebivalstvo. Najprej so ga doživela prebivalstva evropskih držav, večinoma v 19. stoletju, zaradi sprememb povezanih z industrijsko revolucijo, nato pa še druga (ibid.).

Vsak mesec se poveča število ljudi, ki so stari nad 60 let, za več kot 60 milijonov. Malo pred prelomom tisočletja je bilo okrog 9% svetovnega prebivalstva starega več kot 60 let, do leta 2030 pa naj bi ta številka narasla do 13–17%. Leta 1950 je bilo starejših od 80 let 13,1 milijona, leta 1990 že 53,1 milijona, do leta 2015 pa naj bi bilo to število kar 138 milijonov (Ramovš 2003: 225).

Zaradi stalnega daljšanja življenjske dobe se v naših družbah občutno večja število ostarelih (80+): +17,1 % med 2005 in 2010, +57,1 % med 2010 in 2030. Število se bo torej povečalo na 34,7 milijonov v primerjavi s približno 18,8 milijoni danes (EUR-Lex. Sporočilo Komisije – Zelena knjiga; Odziv na demografske spremembe: nova solidarnost med generacijami (2005)).

Intenziteta staranja prebivalstva se kaže tudi v povečevanju števila prejemnikov pokojnin. V Sloveniji je bilo v letu 2009 po podatkih ZPIZ povprečno 538.455 uživalcev starostnih, invalidskih, družinskih, vdovskih in delnih pokojnin iz obveznega zavarovanja, to je 10.522 upokojencev ali 2,0 % več kot v letu 2008. V tem letu se je v primerjavi z letom 2008 med uživalci pokojnin iz obveznega zavarovanja povečalo število starostnih, vdovskih in delnih starostnih pokojnin, zmanjšalo število invalidskih in družinskih pokojnin, število družinskih in vdovskih pokojnin skupaj pa se je le malo povečalo (Statistični urad Republike Slovenije. Drugi evropski dan solidarnosti in sodelovanja med generacijami (2010)).

Podatki statističnega urada RS (Statistični urad Republike Slovenije. Starejše prebivalstvo v Sloveniji (september 2010)) navajajo, da se je v zadnjih dvajsetih letih, od 1989 do 2009, v Sloveniji delež prebivalcev, starih najmanj 65 let, povečal z 10,6 % na 16,5 %; to pomeni, da se je ta starostna skupina povečala za 125.000 ljudi. Ta

trend se bo po napovedih nadaljeval: leta 2029 naj bi bilo vsaj 65 let starih prebivalcev 24,8 %, leta 2059 pa že 33,5.

Po nekaterih napovedih naj bi se v Sloveniji delež najmanj 65 let starih ljudi med skupnim prebivalstvom do leta 2060 povečal za več kot 16 % (na 33,4 %) oziroma naj bi se število toliko starih prebivalcev predvidoma povečalo od leta 2008 do leta 2060 s 325.300 na 589.900. Delež najmanj 80 let starih ljudi (80+) med skupnim prebivalstvom pa naj bi se po omenjeni projekciji do leta 2060 povečal s 3,5 % na 14,1 % oziroma z 71.200 na 249.500 prebivalcev (ibid.).

Najhitreje se povečujeta delež in število prebivalcev, starih 85 let in več (»najstarejših med starejšimi«). V Sloveniji jih je bilo leta 1989 nekaj manj kot 15.000 (0,7 % vsega prebivalstva); do leta 2009 se je njihovo število več kot podvojilo (30.369); leta 2029 naj bi jih bilo po projekcijah 66.478, leta 2059 pa 136.720 (to pomeni, da se bo do konca 50. let tega stoletja njihovo število v Sloveniji petkrat povečalo in bo predstavljalo 7,6 % celotnega prebivalstva) (ibid.).

Starostna skupina oseb, ki so že dosegle starost 80 let, se letno poveča za 3,8 % in pomeni več kot desetino (11 %) vseh starejših (tj. vsaj 65 let starih) prebivalcev sveta. Do sredine 21. stoletja bo po pričakovanjih že petina vseh »današnjih« starejših ljudi dosegla starost 80 let in več. Število stoletnikov – teh je bilo v 1999 približno 145.000 – se bo do 2050 povečalo za 15-krat, na 2,2 milijona. Povedano drugače: delež oseb, starih nad 60 let – ta danes obsega nekaj manj kot 11 % od 6,9 milijarde svetovnega prebivalstva (739 milijonov leta 2009) – se bo do 2050 po predvidevanjih povečal na 22 % oz. teh oseb bo takrat predvidoma 2 milijardi (vseh prebivalcev bo takrat po predvidevanjih nekaj več kot 9 milijard). Skoraj vsak 10. prebivalec pa bo takrat star že več kot 80 let. Če bo rodnost še naprej upadala, bo do 2050 v svetu prvič v zgodovini več starejših ljudi kot otrok (0–14) let (ibid.).

Demografske spremembe so posledica treh temeljnih pojavov:

- **Konstantno daljšanje življenjske dobe**, to pa se bo še nadaljevalo, poleg tega pa se bo zmanjšala razlika med pričakovano življenjsko dobo moških in žensk. Zdaj lahko znotraj ene družine obstajajo štiri generacije, a so bolj mobilne in ne živijo več skupaj kot v preteklosti.
- Število zaposlenih iz **generacij, starejših od 60 let**, se bo večalo do 2030, ko bodo otroci »baby-boom« generacije postali starejši.

- **Stalna nizka rodnost:** generacije »baby-boom« so imele manj otrok kot prejšnje. Stopnja rodnosti je skoraj povsod pod mejo, ki je potrebna za obnavljanje prebivalstva (EUR-Lex. Sporočilo Komisije – Zelena knjiga; Odziv na demografske spremembe: nova solidarnost med generacijami (2005)).

Staranje prebivalstva je ena najbolj aktualnih političnih, gospodarskih, socialnih in etničnih nalog v današnji Evropi (Ramovš 2003: 235).

S spreminjanjem števila starih in mladih se spreminja tudi odnos družbe do teh dveh skupin. Ko je bilo število starih majhno, so bili ti deležni spoštovanja zaradi znanja in izkušenj, ki so jih prenašali na mlajše generacije. Vedno bolj pa so cenjeni mladi, ker jih je malo, so bolj izobraženi in se hitreje prilagajajo tehnološkemu razvoju. Vloga starih pa ni zanemarljiva, saj lahko s svojo številčnostjo vplivajo na pomembne odločitve, predvsem z udeležbo na volitvah, z delovanjem v političnih strankah ter nevladnih organizacijah. Nepogrešljivi so tudi pri lajšanju težav, ki nastanejo z usklajevanjem delovnih in družinskih obveznosti svojih otrok (Šircelj 2009: 21).

Počasi se torej naseljuje v ljudi mnenje, da so stari ljudje breme družbe. Zasledila sem podatek, da je v Sloveniji 23 % prebivalcev, ki menijo, da so starejši ljudje breme (Statistični urad Republike Slovenije. Drugi evropski dan solidarnosti in sodelovanja med generacijami (2010)). V stroki socialnega dela pa je mnenje drugačno.

Mali (2009b: 68) pravi, da ko dandanes javno spregovorimo o starosti, beseda pogosto nanese na demografske spremembe, ki jih nekateri poimenujejo tudi demografski preplah. Te spremembe so v javnosti pogosto prikazane kot grožnja mlajšemu prebivalstvu, čeprav je daljšanje življenjske dobe dosežek naše civilizacije, saj v zgodovini človeštva tega pojava še nismo doživeli. V socialnem delu pa vidimo te spremembe razmerij med starim in mladim prebivalstvom kot možnost za krepitev medgeneracijskega sožitja in solidarnosti. Ta poteka na treh ravneh. Prvič, na mikroravni, ko govorimo o medgeneracijskem sožitju v družinah in socialnih omrežjih. Drugič, na mezzoravni, ki vključuje sožitje v skupnosti in tretjič na makroravni, ko govorimo o sožitju celotne družbe.

Družba razume stare ljudi kot nesamostojne in odvisne od volje in interesov drugih. Stopnja sodelovanja starih ljudi pri različnih institutih (pokojninski sistem, socialno

varstvo, skupnostne službe, skrbstveni poklici ipd.) je minimalna, zanemarljiva in spregledana (Mali 2008: 56).

Na odnos do starosti v sodobni družbi je vplival tudi razvoj znanosti 20. stoletja. V tem času si je medicina pridobila moč in ugled, postala je vodilna znanost v skrbi za stare ljudi. Še danes tako stari ljudje, ne glede na težavo, najprej poiščejo pomoč pri zdravniku. Zdravje, kot zelo pomembna človeška vrednota, je pridobilo moč v dobi industrializacije. Ta je namreč zahtevala zdrave in delovne ljudi, temu pa stari ljudje zaradi pogostih bolezni, povezanih s staranjem telesa, niso ustrezali. Tako se je klasificiralo ljudi na zdrave in bolne. V teh pogojih je nastala veda gerontologija (Mali 2008: 35).

Mejnik v načrtnem raziskovanju starosti je ustanovitev prvega inštituta za proučevanje problemov staranja leta 1928 na stanfordski univerzi v ZDA. Od takrat velja, da gerontologija kot nova znanost proučuje vzroke in pogoje staranja in tudi spremembe vedenja in doživljanja, ki so povezane s starostjo (Požarnik 1981: 6).

Gerontologija je znanost ali veda o starosti, staranju in starih ljudeh. Izraz gerontologija izvira iz stare grščine in združuje besedi *geron* (star, prileten, siv, starec) in *logos* (govorjenje, beseda, pogovor, govorica) (Ramovš 2003: 31).

Accetto (1987: 6–8) deli gerontologijo na tri velike skupine, in sicer socialno, medicinsko in eksperimentalno gerontologijo. Socialna gerontologija se ukvarja s socialnimi vidiki staranja in starosti ter podrobno proučuje vplive družbenih premikov na staranje in starost in obratno, vpliv stare populacije na razvoj družbe. Medicinska gerontologija ali geriatrija proučuje zdravstvene vidike staranja in starosti in tudi vpliv staranja in starosti na razvoj organizacije zdravstva. Eksperimentalna gerontologija pa s poskusi na živalih proučuje in ugotavlja dinamiko staranja.

Področja gerontološkega raziskovanja sestavljajo štiri temeljna področja (Mali 2008: 41):

- kronološko staranje, ki starost definira na osnovi posameznikove starosti, to pa ni nujno povezano s posameznikovim zdravjem, duševnimi sposobnostmi in socialnim statusom;
- biološko staranje, povezano s spremembami v telesu, ki se kažejo kot zmanjšane sposobnosti v delovanju organizma;

- psihološko staranje, pri katerem so poudarjene spremembe senzoričnih in perceptivnih procesov, mentalnih funkcij, osebnosti in motivacije zaradi procesa staranja;
- sociološko staranje, ki opozarja na spremembe, ki jih posameznik zaradi starosti doživi v družbi, družini in na individualni ravni (ibid.).

Pečjak (1998: 61) meni, da je starost povezana tudi z družbo in družbenim dogajanjem. Vpliva namreč na družbene razmere (pokojninska kriza) in je družbeni konstrukt oziroma družbena vloga, ki jo mora vsakdo, ki doseže določena leta, igrati. Družbena vloga zajema obnašanja, ki jih družba pripisuje nekemu sloju prebivalstva (mladi, stari, moški, ženske itd). Večina ljudi se tudi vede v skladu s to vlogo. Tako rekoč družba predpisuje, kdaj je nekdo star.

Kristančič (2005: 26–27) pa navaja najbolj grobo in pogosto delitev življenjskega obdobja:

- prvo obdobje: od rojstva do 30 let,
- drugo obdobje: od 31 do 65 let,
- tretje obdobje: od 66 let naprej.

Omenja tudi petstopenjsko delitev po starosti, ki se ji zdi realnejša (ibid.):

- prva življenjska doba: od rojstva do 30 let,
- druga življenjska doba: od 30 do 65 let,
- tretja življenjska doba: od 65 do 80 let,
- četrta življenjska doba: od 80 do 100 let,
- peta življenjska doba: od 100 let naprej.

Človeško življenje delimo v obdobja zato, da se lažje orientiramo. Nekje je pač treba postaviti mejo. Sama pa se strinjam s psihologom Vidom Pečjakom, ki pravi, da ni toliko pomembno, koliko si star, ampak kako si star. Staranje je nekaj naravnega in neizogibnega. In vsaka generacija ima pač svoje radosti in bremena. Tega se moramo zavedati vsi in delati za skupno dobro ter živeti v sožitju.

1.2. Potrebe v starosti

Vsako obdobje ali cikel človekovega življenja ima svoje posebne življenjske potrebe in zmožnosti, ki jih zadovoljuje v mejah svojih sposobnosti. Vsaka generacija, ki

zaide v pozna zrela leta, ima svoje povsem drugačne in posebne potrebe, zmožnosti, sposobnosti in cilje, ki jim sledi (Kristančič 2005: 15).

Različni avtorji navajajo razne življenjske potrebe, zlasti v starosti. Kristančič (2005: 25) povzame najosnovnejše fiziološke potrebe po Maslowu:

- potreba po hrani in vodi,
- potreba po varnosti, gotovosti, stanovitnosti,
- potreba po pripadnosti, ljubezni in identiteti.

Flaker et al. (2008: 19) opozarjajo, da se je pojavila nova potreba, in sicer potreba po dolgotrajni oskrbi. V zadnjih desetletjih se je na področju socialnega in zdravstvenega varstva in na področju organiziranja socialne varnosti razvila tema dolgotrajne oskrbe ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno, organizirano pomoč in podporo drugih ljudi. Ta potreba se kaže po eni strani kot potreba po novem stebru socialne varnosti, po drugi strani po drugačnem organiziranju odgovorov na potrebe ljudi. Flaker et al. (ibid.) tudi navajajo, da se je z demografskimi spremembami močno povečalo število ljudi, ki zaradi bolezni, dolgotrajne stiske, hendikepa ali oslabelosti potrebujejo dolgotrajno pomoč ali podporo.

Mali (2013a: 15) ugotavlja, da dolgotrajna oskrba zajema kompleksno področje in ima pomembno vlogo v življenju sodobnega človeka. Dolgotrajna oskrba je pojav, ki ga razumemo kot odziv na demografske spremembe, s katerimi se spopadajo države po vsem svetu. Naglo staranje prebivalstva in sočasno zmanjševanje deleža mladega prebivalstva v sodobnem zahodnem svetu povzročata številne spremembe v (do zdaj) dokaj stabilnih ureditvah. S podaljševanjem življenja, napredkom medicine, zmanjševanjem deleža aktivnega prebivalstva in večanjem deleža ljudi, odvisnih od pomoči, so vidne spremembe v družinskih razmerah in medgeneracijskih odnosih. Te spremembe so posledica specifičnega pojava v moderni družbi, to je demografskega prehoda z visokih na nizke stopnje rodnosti in smrtnosti (ibid.).

Potreba po dolgotrajni oskrbi se lahko pojavi v kateremkoli starostnem obdobju in nepredvidoma, zato je znatnega pomena, da jo prepoznamo kot našo skupno temo. Gre za spremembo paradigme oskrbe: poudarja človeka, njegove potrebe, pomoč pa je učinkovita, ko na potrebe človeka odgovori v skladu z njegovimi pričakovanji in nujami (Mali 2013a: 17).

Flaker et al. (2008) navajajo osem kategorij potreb dolgotrajne oskrbe:

- **namesto hospitalizacije in institucionalizacije**

Mali (2013a: 24-25) razlaga, da se želijo ljudje z izkušnjo institucionalizacije vrniti domov, tisti, ki so doma, pa ne želijo prestopiti praga institucije. Človek lahko pomoč ali strokovno obravnavo, ki jo dobi v instituciji, prejme tudi v domačem okolju. Prednost te pomoči je to, da v nasprotju z institucionaliziranim človekom človek, ki je doma, ni prikrajšan za življenje in sobivanje z ljudmi, ki mu veliko pomenijo, ki v njegovo življenje vnašajo smisel in srečo. Prav tako ni prikrajšan za vse dobrine, ki jih prinaša civilizirano življenje, za svobodno odločanje o načinu življenja, za vpliv in moč odločanja o sebi. Ni izoliran, oropan tega, čemur preprosto rečemo običajno življenje, in ni prisiljen sprejemati strogih pravil, ki jih določajo zaposleni v instituciji. Vsekakor pa je treba poiskati in raziskati takšne rešitve za življenjsko stisko, ki bodo tudi v domačem okolju zagotovile razbremenitev vseh udeleženih, povrnilo življenju gotovost in smisel. Človek v stiski potrebuje umik tudi v domačem okolju, a umik v institucijo ima več negativnih kot pozitivnih učinkov na življenje ljudi, zato ga je smiselno izvajati v okolju, ki je človeku znano, domače. Za umik se skupaj dogovorimo, da je v dani situaciji najprimernejši, verjetno le začasen in kratkotrajen (ibid.).

- **stanovanje**

Mali (2013a: 25) navaja, da je osnovna potreba vsakega posameznika, potreba po stanovanju, potreba kje bivati. Poleg osnovne funkcije zavetja pred vremenskimi razmerami ima stanovanje še vrsto socialnih funkcij. Stanovanje je prostor za druženje s prijatelji, za ustvarjanje družine, za shranjevanje potrebščin in drugih stvari. Stanovanje nam omogoča zasebnost. To je še posebno vidno v zavodih, v katerih so sobe stanovalcem prostor, kamor se lahko umaknejo pred drugimi, kjer so lahko sami in kjer imajo pravico, da jih drugi ne motijo. Stanovanje nam daje tudi naslov stalnega prebivališča in s tem eno od osnovnih birokratskih podlag naše identitete. Stanovanje pa lahko postane neuporabno, nefunkcionalno, saj lahko človek zaradi starosti ali nesreče postane slabše gibljiv ali mu v tem primeru stanovanje ne omogoča več samostojnega življenja, ker se zaradi demence v njem ne znajde več. Včasih ljudje potrebujejo drugačne prostore, v katere se lahko začasno umaknejo, jih ustrezno opremijo ali v njih dobijo storitve, ki jim zagotavljajo

kakovostno življenje v skupnosti. Pomembno je, da v njih vzdržujejo dejavnosti, ki jih zmorejo in ki jim zagotavljajo, da ostanejo v prostoru, v katerem se počutijo domače (ibid.).

Flaker et al. (2008: 111) pa opozarjajo, da dostop do stanovanj ni lahek. Visoke cene stanovanj, neugodna stanovanjska posojila, pomanjkanje socialnih in neprofitnih stanovanj, dolge čakalne vrste na listah, nesorazmerje med ponudbo in povpraševanjem so le nekateri izmed razlogov, ki otežujejo dostop. Stanovanjske težave še povečujejo osebno stisko.

- **delo in denar**

Flaker et al. (2008: 142–144) navajajo, da je delo ena izmed osnovnih človekovih potreb. Biti dejaven, delovati, delati je pogoj človeškega življenja. Hkrati pa je delo tudi osnovno orodje, kako živeti, kako zagotoviti sredstva za preživetje in življenje. V naši družbi je zaposlitev eden od osnovnih statusov, ki nam daje pravice, ugled in sploh mesto v družbi. V vsakdanjem življenju je delovno mesto tudi eno od osnovnih okolij, ki nam organizira življenje, pojmovanje o sebi in celotno življenjsko izkušnjo. Dejavnost je fiziološka nuja eksistence, poganja organizem. Z dejavnostjo ustvarjamo svet okoli sebe in se združujemo z drugimi. Flaker et al. (ibid.) navajajo Sacks (1986), ki meni, da dejavnost, ki se ji človek posveti v celoti, ki ga prevzame, spremeni človeka v celostnega, živega, zdravega; pomanjkljivosti in bolezni postanejo postranskega pomena.

Mali (2013a: 26) še dodaja, da za razne ugodnosti potrebujemo zaposlitev, to pa ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, težko dobijo oziroma ohranijo, če jo imajo. Potrebovali bi posebna delovna mesta in bolj fleksibilne ureditve, ki bi preprečevale tveganja za izgubo delovnega mesta. Namesto tega ljudje pogosto dobijo nadomestne statute (upokojenec, invalid, bolnik, brezposelna oseba), s katerimi sicer pridobijo nekaj denarja, nikakor pa ohranjanja dejavnosti. Druga plat dela je neplačano delo ali delo v senci, ki ima prav tako pomembno identiteto in družbeno vrednost. Tega pa sodobna družba pogosto ne priznava. Družbeno vrednost dela merimo z denarjem. Brez dela in denarja ni mogoče spremeniti življenjske zgodbe tako, da bi rešili posameznikove stiske in zagate. Tudi stari ljudje imajo namreč potrebo po tem, da so aktivni, da nekaj delajo (ibid.).

- **vsakdanje življenje**

Flaker et al. (2008: 191) navajajo, da nam vsakdanje rutine, potek dneva, prekinitve ali okrepitev dejavnosti, dajejo socialni občutek življenjskega ritma, samega sebe in pripadanja okolju, v katerem živimo. Ciklični ritmi dneva, tedna, leta (spanje, obedi, obiski, delo, šola) omogočajo avtomatično nadaljevanje, prekinitev pa blokado, krizo ter novost in presenečenje. Za obvladovanje cikličnega in progresivnega poteka potrebujemo življenjske spretnosti in sodelovanje drugih (ibid.).

Mali (2013a: 27–28) še dodaja, da v vsakdanje življenje sodijo rutine, ki oblikujejo našo realnost (povezane so s časovnim ritmom in opravili, ki so razporejena čez dan); potrebe po skrbi zase (gospodinjska opravila, osebna higiena, vzdrževanje stanovanja, opravljanje za vzdrževanje lastne identitete) in potrebe, ki jih imajo ljudje v prostem času (rekreacija, druženje, hobiji). Ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, potrebujejo za zadovoljevanje teh potreb pomoč in podporo drugih. Veliko dejavnosti izvajamo zunaj delovnega časa, v prostem času in v odnosu z drugimi ljudmi. Prosti čas je zelo pomemben, saj je čas, v katerem lahko storimo vse tiste stvari, ki jih v delovnem času nismo mogli. Je tudi čas, v katerem lahko izrazimo svojo ustvarjalnost ter si z njo popestrimo vsakdanje življenje. Ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, imajo po navadi malo prostega časa, ker čakajo na pomoč drugih, saj je njihovo življenje odvisno od urnika ljudi, ki jim pomagajo. Organizacija pomoči je prilagojena ritmu služb, ki pomoč izvajajo (ibid.).

- **nelagodje v interakciji**

Interakcijski prekrški so zelo pomemben vidik procesa konstrukcije drugačnosti in tudi družbenega izločanja in stigmatiziranja. Tem prekrškom bi lahko rekli tudi vljudnostni prekrški (odmaknjen pogled, kršitev vljudnostne razdalje, pretirana neposrednost ali zadržanost ipd.) in jih dnevno delamo vsi, popravljamo pa jih z opravičili oziroma pojasnili. Tudi nespečnost je prekršek, pri katerem najbolj trpi prekršitelj sam, torej je v interakciji sam s sabo. Kršitelj je tako hkrati tudi oškodovanec, medosebno pa postane nespečnost prekršek, ko je nespečnež drugi dan zaspan in težko sledi pogovoru ali kaki drugi interakciji (Flaker et al. 2008: 231–234).

Mali (2013a: 28) še omenja, da ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, doživijo več interakcijskih prekrškov. Tisti, ki jih povzročajo, jih ne popravljajo, zato eni in drugi v odnosih občutijo nelagodje v interakcijah. Pri ljudeh z dolgotrajno stisko bolj izstopajo

interakcijski prekrški zaradi njihove stigme. Lahko pa tisti, ki jih povzročajo, ne vedo, kako naj se vedejo in tako naredijo še več napak kot sicer. Najboljši odgovor na nelagodje je popravljanje prekrškov, saj je vedno na voljo in lahko interakcije celo okrepi. Zato potrebujemo več medsebojnega sodelovanja, ki bo omogočalo medgeneracijsko sožitje in odpravljalo stereotipno doživljanje generacij.

- **stiki in družabnost**

Človek je družbeno bitje, zato so stiki z drugimi fiziološka nuja in nuja civilizacije. Skozi življenje vzpostavljamo veliko različnih stikov, od globokih trajnih vezi, do bežnih vsakdanjih. Stiki nas zaznamujejo, govorijo o tem, kaj smo, o naši identiteti in lastni vrednosti in omogočajo, da ustvarjamo svet okoli sebe (Flaker et al. 2008: 258).

Mali (2013a: 29) navaja, da so za ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, stiki izredno pomembni, saj iz njih lahko črpajo pomembno pomoč in podporo. Mreže starih ljudi pa so po navadi majhne, šibke, revne (zaradi smrti in umiranja, institucionalizacije ali stigme) in omejene predvsem na družinske člane in redke prijatelje. Ljudje, ki pomagajo starim ljudem za plačilo, ter prostovoljci so tudi pomemben del omrežja, saj so pogosto večinski del uporabnikove socialne mreže in so edini stik uporabnika z zunanjim svetom. Ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, si po navadi želijo stikov z drugimi, vendar ne vejo, kako jih vzpostaviti, zato je pomembno, da poskušamo povečati družabnost teh ljudi (ibid.).

Osamljenost je nemalokrat glavna stiska, ki jo občutijo ljudje s potrebo po dolgotrajni oskrbi. K osamljenosti pa velikokrat prispevajo omejene možnosti gibanja in demenca. Staranje pomeni progresivno izgubo prijateljev in znancev in s tem progresivno osamljenost, če človek ne obnavlja mreže (Flaker et al. 2008: 281–282).

- **institucionalna kariera**

Flaker et al. (2008: 311–325) ugotavljajo, da si ljudje, ki so bili ali so še v institucijah, želijo, da bi imeli večjo izbiro (iti na zdravljenje v bolnišnico ali oditi v zavod; izbiro o načinu zdravljenja in o zdravilih; izbira sobe, hrane in dejavnosti; izbira o upravljanju z denarjem itd.), da bi bili bolj informirani o zdravljenju in obravnavi, v stiku s službami si želijo več vpliva in varstvo pravic in interesov. Vpliv uporabnikov se lahko zmanjša, ker osebje razume njihove želje kot simptom bolezni in jim zato zaposleni ne ugodijo ali pa zaradi pomanjkanja kadra. Ljudi zelo moti tudi pomanjkanje

zasebnosti. Uporabniki potrebujejo tudi možnost učinkovite pritožbe in zagovorništva, in tudi zaščito pred nasiljem in zlorabami. V institucijah bi moralo biti bolj razvito in organizirano zagovorništvo. Uporabniki si tudi želijo, da bi bilo osebje do njih strpno, prijazno, da bi stopili ven iz svojih birokratskih vlog. Pomembno je biti bolj človeški in odprt za vse vrste stikov. Pomembne kvalitete osebja pa so tudi toplina, spoštljivost, potrpežljivost, da niso zadirčni, da se znajo prilagajati potrebam stanovalcev ter da spoštujejo njihove izbire in odločitve. Osebje, še posebej socialni delavci in delavke, morajo biti osebno dostopni in delovati v vsakdanjih situacijah ter uporabnikom na bolj kvaliteten način posvetiti več časa. Cenijo, če je osebje sposobno poslušati, kaj uporabniki zares rečejo in se v njihovo situacijo res vživijo (ibid.).

- **neumeščenost in pripadnost**

Flaker et al. (2008: 346–364) pravijo, da gre pri neumeščenosti in pripadnosti za dinamično in dialektično potrebo, ki se vzpostavi na razkoraku med neumeščenostjo in pripadnostjo. Neumeščenost pomeni, da po eni strani potrebujemo druge (odvisnost od njih), po drugi strani pa potrebujemo tudi samostojnost in neodvisnost od drugih. Biti avtonomen in hkrati pripadati je mogoče takrat, ko ljudje počnemo pomembne stvari skupaj, se lahko izrazimo in se zabavamo. Avtonomnost pomeni skrb zase tudi takrat, ko drugi skrbijo za nas. Možnosti za pripadnost ponuja druženje z ljudmi, najsi bodo v podobnem položaju ali živijo oziroma delajo v istem okolju. Vir občutka pripadnosti je tudi vključevanje v različne organizacije in društva. V pripadnosti prepoznamo tri vidike: vključevanje, navezovanje in poistovetenje. Da bi kdo kam pripadal, mora fizično in socialno stopiti v skupino, se vključiti. Pogoji navezave so verjetno podobne vrednote, skupen projekt, privlačnost, vzajemnost čustev. Poistovetimo se lahko z ljudmi, posebej z dejavnostjo in produkti skupine, zato je izredno pomemben obstoj projektov in produktivnih skupin, ki ta proces omogočajo (ibid.).

Mali (2013a: 30–31) še dodaja, da je pomembno, da so načini razbremenjevanja za sorodnike in strokovnjake vključeni v sistem dolgotrajne oskrbe, saj so ljudje z dolgotrajnimi stiskami z njimi v odvisnem razmerju. To razmerje pa je nujno za avtonomnost in pripadnost hkrati. Ko smo skupaj in skrbimo za druge ter drugi za nas, čutimo, da pripadamo, zato institucije te potrebe ne morejo zadovoljiti, temveč jih lahko le v skupnosti, v domačem okolju človeka, ki potrebuje dolgotrajno oskrbo.

Ramovš (2003) navaja 7 višjih socialnih potreb v starosti:

- **potreba po materialni preskrbljenosti**

Ramovš (2003: 93–94) ugotavlja, da je v današnjih razvitih družbah glavni vir materialne preskrbljenosti starostno in invalidsko pokojninsko zavarovanje ter osebno premoženje in prihranki posameznega človeka. V starosti je človek večinoma še sposoben za delo. V vseh dosedanjih kulturah so ljudje delali, dokler so mogli, ko so obnemogli, pa so zanje poskrbeli sorodniki, sosedje ali družbena skupnost. Pomembno se je zavedati, da ima delo, če star človek skrbi zase, ali varuje svoje vnuke tolikšno vrednost kot plačilo za službeno opravljeno delo.

- **potreba po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine**

Ramovš (2003: 95–97) vidi to potrebo kot temeljno potrebo in potrebuje posebno pozornost vse življenje, še posebej v starosti. Danes se pogosto dogaja, da se ljudje premalo gibljejo ter jedo hitro pripravljeno, nezdravo hrano. Po upokojitvi se ta pot nadaljuje in kombinacija pomanjkanja gibanja z nezdravo prehrano vodi do občutka oslabelosti in naprej v bolezn. Z vidika kakovostne starosti je treba vse življenje uravnoteženo skrbeti za svoje telesno in duševno zdravje, v starosti pa še posebej. Torej prisluhniti pristnim telesnim potrebam po gibanju, po zmernosti in zdravi prehrani, po ravnotežju med delom, razvedrilom in počitkom, po izbiri dela, ki ga človek opravlja z veseljem in uspehom, ter zadovoljevanje teh potreb zavestno uravnati na svoj osebni ritem prehoda v tretje življenjsko obdobje.

- **potreba po osebem medčloveškem odnosu**

Ramovš (2003: 98–105) pravi, da je za vsakega posameznika izrednega pomena, da ima ob sebi sočloveka, ki ga jemlje resno kot človeka, da ga sprejme takšnega, kot je, da ga posluša v žalosti in veselju, da ceni njegove življenjske izkušnje; skratka, da ga ima rad. V starosti se potreba po osebem odnosu še izostri. Star človek potrebuje reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega. Lahko je ob njem veliko ljudi, a če jih ne doživlja kot »svojih«, je osamljen. Potreba po osebem medčloveškem odnosu je pri današnjih starih ljudeh med najmanj zadovoljenimi, zato je osamljenost ena od njihovih najbolj razširjenih in najhujših stisk.

- **potreba po predajanju življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji**

Ramovš (2003: 105–109) navaja, da če drugi, zlasti mlajši ljudje, starostnikove življenjske izkušnje jemljejo resno, to veliko pripomore k temu, da star človek svoje življenje doživlja kot nekaj vrednega. Človekove življenjske izkušnje so njegovo največje in najbolj osebno bogastvo. Človekova temeljna potreba in naloga je, da osvoji čim več kulturnih in zgodovinskih izkušenj in jih nato tudi preda mlajšim generacijam. Če želi torej človek v tretjem življenjskem obdobju uspešno predajati izkušnje mlajšim generacijam, se mora sam nenehno učiti. Če sam ni odprt za nove izkušnje in spoznanja, te ne bodo zanimive za mlajše. Za starega človeka je torej pomembna predaja izkušenj, če do tega ne pride, doživlja svoje dosedanje življenje kot nesmiselno.

- **potreba po doživljanju smisla starosti**

Ramovš (2003: 110–112) ugotavlja, da ko se človek stara, se vedno bolj sprašuje o smiselnosti svojega življenja. Če star človek ne doživlja smisla svoje preteklosti, smisla svojega sedanjega trenutka z novimi možnostmi in starostnimi tegobami ter smisla prihodnosti, se mu vse njegovo življenje zdi prazno in brezciljno. Človek si mora postavljati delovne in doživljajske cilje do zadnjega diha. Tudi ko je človek bolan, onemogel in malodušen, ima možnost, da nekaj dobrega nekomu pove ali naredi in da se nečesa lepega spominja in doživlja. Človek mora starost sprejeti kot posebno obdobje življenja, ki ima svoje posebne možnosti in naloge, prav tako pa tudi svoje omejitve in težave. Če potreba po smislu ni zadovoljena, človek svoje življenje doživlja kot prazno. Mali (2002: 319) se s tem strinja, saj pravi, da občutek, da ima življenje v starosti še vedno smisel in pomen, vzbuja zadovoljstvo nad lastnim življenjem.

- **potreba po negi v starostni onemoglosti**

Ramovš (2003: 113–119) pravi, da morajo star človek, pa tudi svojci in negovalci, sprejeti svojo oziroma starostnikovo onemoglost, to je pogoj za maksimalno kakovost življenja in medčloveškega sožitja. Kdor tega ne sprejme, si zagreni življenje. Zato si star človek zelo težko prizna, da je nemočen, oslabel, nebogljen, onemogel, opešan. Zelo težko sprejema pomoč na stvaren in osebni človeški način. Dandanes prevladuje tudi miselnost, da je nekaj najbolj nesprejemljivega biti odvisen od nege

drugega človeka. To pomeni diskriminacijo vseh, ki so nemočni in potrebni nege. To, da si ljudje do zadnjega težko priznajo onemoglost, če pa jo zaradi svoje nebogljenosti morajo, se ob tem počutijo povsem razvrednoteni –to je patologija našega časa, ki jo moramo ozavestiti in sprejeti temeljno človekovo potrebo po negi v onemoglosti, da bodo lahko generacije za nami ostale humani ljudje.

- **potreba po nesmrtnosti**

Ramovš (2003: 120–122) navaja, da potrebe po nesmrtnosti ni mogoče potlačiti. Ta se danes najpogosteje kaže v zaverovanosti ljudi v trajno mladost. Mnogi današnji ljudje zadovoljujejo svojo potrebo po nesmrtnosti tako, da ne mislijo na smrt ali se v skrajnem primeru omamljajo, največkrat z alkoholom. Zdravi načini zadovoljevanja potrebe po nesmrtnosti pa so skrb, da bi se človeka po smrti spominjali, prizadevanje, da bi ostala za človekom njegova dela in vera v življenje po smrti.

Ramovš (2003: 88) pravi, da se kakovost človeškega življenja meri po tem, koliko in v kakšni medsebojni skladnosti so zadovoljene vse njegove potrebe.

Obstoj potreb je posledica načina organiziranosti družbe in delovanja skupnosti. Več kot je v njih ovir, ki preprečujejo prebivalcem organizirati svoje življenje in izboljševati kakovost svojega življenja, večji bo obseg intervencij, ki jih bo morala skupnost izvesti za odpravljanje posledic (Flaker et al. 2008: 27).

Ramovš (2000: 327) povzame razpravljanje o potrebah starega človeka v tri glavne misli:

- Potrebe v starosti so smerokaz pri prizadevanjih za kakovostno starost.
- Materialne potrebe so ena plat kakovostne starosti, nematerialne pa druga.
- V starosti so medčloveški odnosi enako pomembni kakor materialna preskrbljenost.

K zadovoljevanju potreb v starosti in s tem k skrbi za kakovostno starost pa smo še posebej poklicani socialni delavci. S koncepti socialnega dela s starimi ljudmi se moramo uporabnikom pridružiti ter krepiti njihove vire moči.

1.3. Kakovostna starost

Ramovš (2000: 327) meni, da lahko kakovostno starost očrtamo z zadovoljenostjo splošnih in posebnih potreb starega človeka, ki jim odgovarjajo splošne in posebne

možnosti in naloge v starosti. Današnji stari ljudje največkrat nimajo zadovoljenih zlasti višjih človeških potreb, kar zelo znižuje kakovost življenja na stara leta, srednji generaciji pa onemogoči pripravo na lastno starost.

V socialnem delu so zato razvili načela socialnega dela s starimi ljudmi, ki tretji generaciji pomaga do kakovostne starosti. Stari ljudje namreč niso zgolj pasivni prejemniki pomoči, temveč so oblikovalci in ustvarjalci kakovostnega življenja v zadnjem obdobju človekovega življenja (Mali 2013b: 63). Ta načela so:

- **partnerstvo**

Partnerski odnos v socialnem delu pomeni, da uporabnik in socialni delavec enakopravno sodelujeta pri definiranju in reševanju problema, da strokovnjak verjame v sposobnost uporabnika za uspešno rešitev težave ter v njegovo kompetentnost za prevzem odgovornosti in kontrole nad svojim življenjem (Mali ibid.).

- **perspektiva moči**

Perspektiva moči nas usmeri k iskanju virov in moči uporabnikov in zahteva od socialnega delavca, da vidi uporabnike na drugačen način. To povzroči premik od usmeritve na posameznikov problem k iskanju novih možnosti in priložnosti. V ospredju je star človek, njegove sposobnosti in zmožnosti, ne pa zgolj problemi (Mali ibid.).

- **zagovorništvo**

Zagovorništvo je dejavnost, ki vključuje osebe ali skupine, ki se zavzemajo za uresničevanje svojih potreb in želja ali za skupen cilj pri vplivnih osebah, da bi dobili dostop do storitev, ki jih potrebujejo (Mali 2008: 73). Namen zagovorništva je, da poveča občutek moči posameznika; pomaga mu, da pridobi več samozaupanja, postane asertivnejši, dobi več izbire v svojem življenju, izboljša kvaliteto življenja in zmanjša izgube, prikrajšanosti ter izključenosti (Zaviršek et al. 2002: 80).

- **antidiskriminacijska usmeritev**

Praksa socialnega dela je usmerjena proti predsodkom, negativnemu odnosu in neustrezni obravnavi ljudi glede na njihove značilnosti, kot so rasa, spol, religija, etnična pripadnost, starost ipd. Načelo antidiskriminacijske usmerjenosti nas opozarja, da pri delu s starimi ljudmi ne spregledamo spoštovanja in ohranjanja dostojanstva starih ljudi (Mali 2013b: 63).

- **skupine za samopomoč**

Namen skupin za samopomoč je reševati osebno osamljenost starih ljudi in medgeneracijsko nepovezanost. Pobudnik za njihov nastanek je po navadi socialna stroka, ne pa stari ljudje sami (Mali 2013b: 64).

- **socialne mreže**

Pri socialnem delu s starimi ljudmi se ukvarjamo s socialnim kapitalom posameznika, kar je še posebej pomembno, saj so stari ljudje pogosto odvisni od pomoči, ki jo dobijo v socialnem okolju, v katerem živijo. Upoštevamo potrebe in želje starega človeka in jih usklajujemo z različnimi sistemi, v katere je vpet (ibid.)

- **skupnostna skrb**

Skupnostna skrb je kolektivno zasnovana in njen cilj je povečanje kakovosti življenja v skupnosti, vzpostavljanje raznih fleksibilnih mrež pomoči, ki so na voljo različnim potencialnim uporabnikom v njihovem življenjskem okolju. Pri tem je pomembno, da se načrtovalci skupnostne skrbi opirajo na potrebe uporabnikov (Mali 2008: 76).

Mali (2009c: 96) opozarja, da mora tudi družba na najrazličnejše načine skrbeti za svoje stare prebivalce, tako da bi mogli čim dlje ostati v tistem okolju, kjer so živeli in delali v svojih najaktivnejših letih, ko so bili za delo najbolj sposobni. Zato je treba organizirati različne dejavnosti za rešitev stanovanjskega vprašanja, ureditev starostnih pokojnin, ustanavljanje gerontoloških dispanzerjev, klubov za starejše ljudi, udejstvovanje humanitarnih organizacij in ureditev službe zdravstvenega varstva za starejše znotraj splošnega zdravstvenega varstva.

Žal pa nova socialna zakonodaja ne kaže skrbi za stare ljudi. Mali (2012: 131–132) opozarja, da slednja ne omogoča kakovostne starosti ter je v nasprotju z veljavno socialno politiko staranja, saj se ljudje množično odpovedujejo pravici do državne pokojnine in varstvenega dodatka. Bojijo se namreč, da bi po njihovi smrti svojci morali vračati sredstva, ki so jih prejeli. Nikakor ne želijo bremeniti svojih družin, zato je to velikokrat glavni razlog, da se odločijo za odhod v dom. Podatki kažejo, da so z novo socialno zakonodajo stari ljudje, ki že sicer spadajo v najrevnejši del prebivalstva, še bolj ranljivi in potisnjeni pod prag revščine. Odpovedovanje pravici do varstvenega dodatka stare ljudi potisne v novo odvisnost od svojcev, kar pa je v

nasprotju z načeli socialnega dela s starimi ljudmi, saj je samostojno in od svojcev neodvisno življenje ključni dejavnik kakovostnega življenja v starosti (ibid.).

Zaskrbljujoč je torej podatek, da je starejša populacija izrazito ranljiva in ima višjo stopnjo tveganja revščine kot ostala populacija. Znotraj starejše populacije pa je kmečka populacija izpostavljena še posebnim tveganjem, tako zaradi revščine kot zaradi slabše pokritosti s socialnovarstvenimi storitvami. Radi bi si privoščili kakšen izlet, ekskurzijo, šli v zdravilišče, se včlanili v kakšno društvo, pa zaradi pomanjkanja financ ne morejo (Mali, Ovčar 2010: 229–235).

Ramovš (2012: 35) se pridružuje mnenju, da se kakovostno staranje začne z osnovno materialno preskrbljenostjo, nikakor pa se pri njej ne konča.

Po antropohigienskem modelu je človek nedeljiva celota, ki jo sestavlja šest razsežnosti (Ramovš 2003: 65–67):

- **Telesna ali biofizikalna razsežnost** je osnova vseh višjih razsežnosti in skupni imenoalec človeka z drugo živo in neživo naravo. Sem sodijo organizem z organi in organskimi sistemi, presnova in rast, razmnoževanje, zdravljenje in celjenje.
- **Duševna ali psihična razsežnost** je komunikacijska izmenjava med podsistemi v človeku ter med človekom in okoljem na temelju razvitega živčnega sistema, ki je človeku skupen zlasti z višje razvitimi sesalci. V to razsežnost spadajo zaznavanje okolja in sebe s čutili, intelektualna predelava informacij, čustvena barva dogajanja v zavesti, spomin, navade, obnašanje; vse to na zavedni in nezavedni ravni.
- **Duhovna ali noogena razsežnost** je človekovo dojemanje samega sebe kot osebe in njegova zavestna orientacija v ekološki celoti prostorsko-časovne stvarnosti. Glavni lastnosti te razsežnosti sta svoboda odločanja in odgovornost za svoje odločitve, kar predpostavlja zmožnost prepoznavanja več stvarnih možnosti ter vrednostno orientacijo med njimi.
- **Sožitna ali medčloveška družbena razsežnost:** sem spadajo povezave med ljudmi na ravni osebnih odnosov in stvarnih razmerij v temeljnih in drugotnih človeških skupinah ter razmerja v širši družbi.
- **Razvojna ali zgodovinsko-kulturna razsežnost** obsega človekov individualni ali ontogenetski razvoj od spočetja do smrti. Razvoj temelji na človekovi učljivosti in ustvarjalnosti, zato lahko to razsežnost opazujemo na

teh dveh njegovih sposobnostih ali pa na njegovem razvoju, ki ga je dosegel skozi svojo mladost, srednja leta in starost.

- **Bivanjska ali eksistencialna razsežnost** je človekovo spraševanje, kaj je smisel posameznega dejanja, trenutka ali situacije v okviru ekološke ali sistemske celote resničnosti, njegovo iskanje smisla za daljše obdobje svojega življenja ter smisla življenja, zgodovine in stvarnosti kot celote.

Ramovš (2003: 49–50) opozarja, da so vse te razsežnosti in potrebe enako pomembne za kakovostno staranje. Za kakovostno staranje moramo torej kot prvo upoštevati celotnega človeka z vsemi njegovimi razsežnostmi in potrebami, zmožnostmi, možnostmi in nalogami. Kot drugo pa moramo upoštevati dejstvo, da je vsak človek edinstven in enkraten. Zato tudi ne obstaja model, kaj je kakovostna starost. Za vsakega človeka je kakovostno staranje nekoliko drugačno. Vsak si mora torej oblikovati svoje staranje po svoje. Zato velja prvo temeljno izhodišče – za kakovostno starost mora poskrbeti vsakdo sam. Nanjo se moramo pripravljati že v srednjih letih, jo sprejeti kot obdobje življenja, ki je drugačno, a prav tako vredno in smiselno kot mladost in srednja leta. Brez samopomoči ni pomoči za kakovostno starost. Drugo temeljno izhodišče za oblikovanje kakovostne starosti je medčloveška solidarnost. Nihče, niti bogat, zdrav, mladosten človek se ne more kakovostno starati sam, brez drugih ljudi in nihče ni tako reven, bolan in ostarel, da ne bi mogel pomagati drugim na poti kakovostne starosti (ibid.).

Dojemanje starosti je individualno pogojeno, saj lahko starost opazujemo s kronološkega, biološkega ali psihološkega vidika. Težko je reči, kdaj naj se človek začne pripravljati na starost, vsekakor je upokojitve velika prelomnica v življenju in je treba že prej pripraviti načrte o življenju po tem obdobju. Veljavne teorije o staranju poudarjajo aktivnost človeka tudi po upokojitvi, saj se takrat poruši dnevni ritem. Ritmičnost socialnega življenja pa določa človekovo notranjo varnost, ki je eden od osnovnih občutkov, potrebnih za samostojno življenje (Hojnik-Zupanc 1997: 6–7).

Hojnik-Zupanc (1997: 10) za lepše življenje po upokojitvi svetuje redno telesno aktivnost, zdravo prehrano in pa ohranjanje stikov z ljudmi. Tu navaja več možnosti, npr. društva, ki pokrivajo interese starega človeka, lahko tudi starostno mešana, saj so za medsebojno sodelovanje in izmenjavo izkušenj lahko bolj plodna kot čiste starostne skupine.

Staranju se ne more nihče izogniti ali ulti, lahko pa s svojim načinom življenja na to pomembno vpliva. Zdrav način življenja v mladosti in srednjih letih pomeni tudi bolj zdravo starost (Pentek 1997: 45).

Tudi Voljč (2007: 6) se pridružuje tej trditvi in pravi, če smo v svojem delovnem obdobju znali zdravo, mirno in aktivno živeti, je velika verjetnost, da bo taka tudi starost v letih, ki prihajajo. Življenje je možno oblikovati in bogatiti do zadnjega. Cilj zdravega staranja je torej, da ostanemo čim dlje telesno in družbeno aktivni, samostojni in neodvisni, vendar čustveno povezani z okolico.

Požarnik (1981: 11) je prepričan, da je telesno in duševno zdravje v starosti izjemnega pomena. Vse raziskave namreč kažejo, da relativno zdravi ljudje v starosti najbolj uživajo življenje.

Ramovš (2003: 44–48) se s tem strinja. Pravi, da je zdravje res pomembna vrednota, za katero je treba skrbeti in ga krepiti. Prav tako osnovna materialna varnost. Vendar pa dodaja, da ima človek več razsežnosti kot le telesno in duševno. Zato moramo v starosti poleg zavestne skrbi za ohranjanje ter krepitev zdravja in materialno preskrbljenost postaviti tudi skrb za višje človeške razsežnosti; in sicer zavestno skrb za ohranjanje in krepitev:

- človekove svobode in samostojnosti v odločanju ter njegovo osebno odgovornost za odločitve,
- medčloveških odnosov z različnimi ljudmi, zlasti z bližnjimi, pa tudi z ljudmi različnih generacij,
- učenja in ustvarjalnosti do zadnjega diha, v skladu s sposobnostmi, razmerami in zdravjem,
- zavedanja vrednosti in smisla preteklosti, sedanosti in prihodnosti svojega življenja.

Za doživljanje vrednosti in smisla starosti je pomembno, da človek svojo starost sprejme, da se sam aktivno trudi za njeno kakovost in da brez grenkobe v srcu sprejema solidarno pomoč drugih, da ohrani ali ustvari z nekom pristni medčloveški odnos ter da je osebno povezan z ljudmi iz mlade in stare generacije (Ramovš 2003: 51).

Če človek ne doživlja smisla in ciljev, ne more živeti. Doživljanje smisla in vrednosti življenja je za človekovo življenje nekaj bistvenega, podobno kot hrana (Ramovš 2003: 46).

Russi Zagožen (2001: 15) se s tem strinja in pravi, da človek že po svoji naravi teži k temu, da bi v svojem življenju in v stvareh, ki se mu dogajajo, videl nek namen. Prav tako tudi star človek še vedno išče nek smisel in namen življenja, ne pa samo, da bi pač preživel svoje življenje. Dodaja pa, da delamo veliko napako, ko poskušamo stare ljudi spodbujati k aktivnostim samo zato, da bi jim minil čas, in ne zato, ker menimo, da imajo te aktivnosti nek poseben smisel oz. namen.

Najpogostejši dejavniki, ki zavirajo staranje, so srečen zakon, zadovoljstvo pri delu, občutek osebne sreče, redno delo, prijetno preživljanje prostega časa, predvsem pa vsakodnevne in delovne rutine. K prezgodnemu staranju pa veliko pripomore občutek, da nimamo za kaj živeti. Ta občutek vodi v depresivnost, ki se jo zdravi tudi z redno telesno aktivnostjo (Hojnik-Zupanc 1997: 5–6).

Kristančič (2005: 47–48) navaja, da znanstveniki, ki se ukvarjajo z ugotavljanjem delovanja naših možganov, pravijo, da presnovni procesi v zdravih možganih starejših oseb niso nič drugačni od tistih procesov v možganih mladih oseb. Vzroki za zmanjšano inteligentnost starih ljudi torej niso organski, ampak so odvisni od načina, kako se z njimi ravna. To so znanstveniki eksperimentalno tudi dokazali. Ko so ljudje živeli izolirani od drugih oseb, so bili manj socialno in mentalno dejavni; to velja za slehernega človeka, ne glede na starost. Ne glede na to, v kateri starosti izoliramo osebo, jo obravnavamo kot manj sposobno in zmožno. Nasprotno pa osebe, ki ostanejo aktivne in so pripravljene na intelektualne izzive, ohranjajo živost in dolgo živijo. V dodanih letih življenja so tudi boljšega zdravja in se vključujejo v socialno življenje (ibid.).

Zato je še bolj pomembno tudi povezovanje generacij. Mali (2009a: 255–256) pravi, da bi k povezovanju generacij pripomoglo tudi spremenjeno razmišljanje o staranju in starosti. O staranju ne moremo več govoriti kot o posebnem življenjskem obdobju, ki je nenavadno in izrazito negativno, nesmiselno in neproduktivno. Staranje je del našega življenja, brez katerega ostajata mladost in izkušnje srednjih let nepopolni in zaključeni obdobji življenja. Če bomo znali pogledati na medgeneracijska razmerja drugače kot doslej, predvsem z upoštevanjem zmožnosti in sposobnosti starih ljudi, bomo olajšali položaj sedanji generaciji starih ljudi in konec koncev tudi vsem ostalim

generacijam, saj je staranje naraven življenjski pojav, ki mu nihče ne more pobegniti. Takšen ideološki premik v razumevanju staranja in starosti bo omogočil odkriti specifične kvalitete življenja v starosti.

1.4. Osamljenost

Mali (2002: 318–319) navaja Wood (1986), ki meni, da je osamljenost pri starih ljudeh zelo pogosta, saj ima danes »biti star« pogosto sramotilen, ponižujoč pomen in lahko pušča hude posledice na čustvenem področju. Osamljenost je ena od najbolj tipičnih človeških lastnosti, saj kaže na odsotnost medčloveških vezi in nas opozarja, da smo ljudje socialna bitja (Mali po Wood 1986: 189). Zato bi zlahka opredelili osamljenost kot osnovno človeško čustvo, a temu ni tako, saj družba osamljenost povezuje s staranjem, kot del starosti in vsakega starostnika. Šele zadnja desetletja se priznava, da se osamljenost ne pojavlja le v starosti, ampak v vseh življenjskih obdobjih.

Mali (2002: 319) opozarja, da osamljenost ni vselej odvisna od pomanjkanja neposrednih stikov z ljudmi. Človek se lahko počuti osamljenega v družbi in se ne čuti osamljenega, če je sam, zato je osamljenost treba razumeti kot subjektiven fenomen. Velik razlog za osamljenost je lahko tudi bolezen, saj zmanjšuje socialne stike.

Pečjak (2007: 77–78) opominja, da so stari ljudje velikokrat izločeni iz skupin, zato je osamljenost ena od njihovih prevladujočih razpoloženj. Za družbo niso zanimivi, saj večinoma nimajo niti denarja niti družbene moči. Le izjemni posamezniki si ohranijo boljši položaj, a žal večina starih ljudi ne spada mednje. Pečjak (ibid.) še navaja, da poznamo dve teoriji, ki razlagata osamljenost v starejših letih. Po prvi jih družba izolira, diskriminira in izključuje, po drugi pa se sami umikajo iz družbenega življenja, saj v njem ne najdejo več svojega kotička. Da jih družba izolira, vidimo po napisanih in nenapisanih pravilih. Določena je koledarska starost upokojitve, prepovedana vožnja z motornim vozilom po 70. ali 80. letu brez posebnega dovoljenja, oteženo zadolževanje v bankah in zavarovanje po 70. letu; pa še starostniki naj ne plešejo na javnih plesiščih, naj ne sklepajo ljubezenskih zvez, naj se ne družijo s skupino mlajših ljudi itd. Da se stari ljudje sami umikajo iz družabnega življenja pa vidimo po tem, da ne hodijo radi na prireditve, vabila na obiske odklanjajo, zapirajo se vase in v

svoj prostor itd. Če združimo oba pogleda, družba odklanja starostnika, zato se ji tudi on izmika, in obratno, ker se ji izmika, ga odklanja. Tako se pojavi začarani krog, ki mu ni videti konca (ibid.).

Tej misli se pridružuje Mali (2002: 317), ki pravi, da stari ljudje za sodobne zahodne družbe niso zanimivi, saj le-te potrebujejo mlado, aktivno populacijo za dvig storilnosti, zato so jim stari ljudje v breme. Vzbujaajo strah in apetit za dohodek, saj kot neaktivni člani družbe »uživajo sadove« aktivne populacije. Zato se jih vse prevečkrat potiska v socialno izolacijo, nekam stran.

Kristančič (2005: 117) pravi, da je treba ločiti med samskostjo in osamljenostjo. Samskost si po svoji lastni presoji posameznik lahko izbere v želji, da je v svojem zasebnem svetu. Osamljenost pa je subjektivni občutek, da smo sami. Lahko vsebuje čustva, da smo s strani drugih oseb zavrženi in zapuščeni. Osamljenost se lahko pojavi tudi v skupini z drugimi in kljub velikemu številu socialnih kontaktov.

Kristančič (ibid.) loči osebne in socialne dejavnike, ki vplivajo na osamljenost.

Osebni dejavniki:

- zmanjšanje sposobnosti oblikovanja dobrih odnosov,
- pomanjkanje veščin za začetni kontakt,
- nezmožnost za intimnejši odnos z drugimi,
- sramežljivost,
- strah pred zavrženostjo,
- konflikt znotraj sebe glede spremljajočih čustev v odnosu,
- nezaupanje vase,
- nejasni občutki krivde,
- bojazni pred ljudmi nasploh,
- čustvena revščina,
- dosedanje neprijetne, travmatične izkušnje v odnosih z drugimi.

Socialni dejavniki:

- osamljena družba (stoletje tehnoloških napredkov zmanjšuje možnosti komunikacije iz oči v oči),
- mestno življenje,
- spremenjen družbeni sistem (pehanje za materialnimi dobrinami, potrošništvo),

- individualizem (ibid.).

Šadl in Hlebec (2007: 226–229) omenjata, da je za stare ljudi velikega pomena tudi emocionalna opora, saj je pomembna za kakovosten odnos z drugimi in predstavlja enega od načinov ustvarjanja intimnosti in ohranjanja odnosne harmonije. Emocionalna opora je vrsta socialne opore, usmerjena v zadovoljevanje emocionalnih potreb individuuma v stresnih in kriznih življenjskih situacijah z namenom varovanja in izboljšanja njegovega psihološkega počutja; torej zajema poslušanje, dajanje nasvetov za delovanje, razumevanje dane situacije, vživljanje v vlogo drugega, ustvarjanje bližine, izražanje topline, skrbi, zaupnosti, spoštovanja ter fizične naklonjenosti, tolažbe ipd.

Tudi Ramovš (1997: 13–14) se strinja, da sta brezcilnost in osamljenost najpogostejši nematerialni stiski starih ljudi. V ta namen se uvajajo in razvijajo skupine za samopomoč, ki delujejo kot zdravilo proti osamljenosti in brezcilnosti.

V veliko pomoč pri občutku osamljenosti je lahko tudi sodobna tehnologija, kot so televizija, računalnik, internet, video ipd. Po drugi strani pa to lahko vodi v industrijo osame, kot to poimenujejo Flaker et al. (2008: 291). Industrija osame zadovoljuje potrebe osamljenih ljudi, velikokrat pa istočasno tudi ustvarja osamljenost. Po eni strani računalnik omogoči zadovoljitev potreb uporabnikov, saj ga ima lahko vsakdo doma, po drugi strani pa je lahko računalnik razlog za osamitev – če človek nima kaj početi, je na računalniku (ibid.).

Lake (1989: 10) predlaga dva načina, kako rešiti osamljenost; lahko se spoprimemo z njo ali pa jo ozdravimo. Spoprijemanje z osamljenostjo pomeni, da se navadimo na ta občutek, vendar ne dovolimo, da bi nas v celoti prevzel, da bolje izkoristimo možnosti za komuniciranje z že poznanimi ter novimi ljudmi. Za ta način se nam je treba le malo spremeniti. Če pa želimo osamljenost pozdraviti, se moramo spremeniti v svoji notranjosti, ne samo na zunaj. Zavračanje samega sebe moramo razumeti in ga končati ter nato nadomestiti s sprejemanjem. Morda se bomo morali ponovno naučiti komuniciranja, medsebojnega sprejemanja in dajanja, saj se osamljeni ljudje včasih odvadijo komuniciranja, njihove spretnosti pa zaradi nerabe zarjavijo. Najpomembnejše je spoznanje, da je vse odvisno od nas samih. Vsakdo med nami je na neki način vreden in pomemben, nihče pa ni varen, dokler stvarno ne oceni te vrednosti (ibid.).

1.5. Predsodki o starosti

V današnji družbi je vse več raznih predsodkov, strahov in negativnih misli v povezavi s starostjo in staranjem. Pomembno pa je, da jih prepoznamo, ozavešimo in se jim načrtno izognemo, le tako jih bomo namreč preprečili ali pa vsaj omilili.

Predsodki o starosti pa niso samo problem današnjega časa, Požarnik je nanje opozarjal že leta 1981 v knjigi *Umetnost staranja*, kjer pravi (Požarnik 1981: 6), da je kljub napredku gerontologije podoba o starostnikih še vedno neverjetno izkrivljena in polna predsodkov. Že takrat je veljalo zmotno prepričanje, da so stari ljudje manj sposobni, nazadnjaški, težje prilagodljivi in podobne negativne oznake.

Danes temu rečemo angl. ageizem ali staromrzništvo, ki pomeni odpor do starih ljudi, staranja in starosti ter s tem povezano socialno ali psihično zapostavljanje in podcenjevanje starih ljudi zaradi njihove starosti. Pojav je tipičen stereotip in predsodek (Inštitut Antona Trstenjaka. Gerontologija. Slovar).

Kastenbaum (1985: 119–120) obtožuje družbo, ki se pogosto vede tako, kakor da bi bili stari ljudje manj vredni. Izraz »star« je znak za razvrščanje in sramotni žig. Predsodek, da je starost obdobje brez vrednot, nas zastruplja vse življenje. Tako ima odraslost manjšo vrednost, saj se nadaljuje v življenje brez vrednosti. Na staranje in starost bi morali gledati bolj vedro ter bi tako tudi v mlajših letih živeli neobremenjeno s strahom in potrtostjo. Včasih se namreč zdi, da stari ljudje poleg svojih težav nosijo še dodatno breme negativnih misli okrog staranja.

Tudi Mali (2011: 15–18) opozarja, da se povečevanje starejšega prebivalstva opredeljuje kot problem, skrajnost, pojav, ki bo porušil dosedanje oblike skupnega sožitja in obstoj političnega in družbenega sistema, le redko pa se zasledi pozitivno razmišljanje o staranju. Sodobna zahodnjaška družba stare ljudi dojema napačno, nesmiselno stereotipno kot nesamostojne, nesposobne in zgolj pomoči potrebne člane družbe. Takšno gledanje vodi v izključevanje starih ljudi iz središča družbenega dogajanja, vpliva na njihovo nizko samopodobo, medgeneracijsko nesodelovanje, družbeno in politično izključevanje, v materialnem smislu vodi v revščino, gledano celostno pa v začarani krog izključevanja in zapostavljanja (ibid.).

Pečjak (1998: 63) pravi, da o starosti prevladujejo večinoma negativni stereotipi, kot so fizična, intelektualna in spolna nemoč, odvisnost od drugih ljudi, slab spomin, duševna odsotnost, konservativnost, rigidnost, prepirljivost, trmoglavost, sitnost,

egocentričnost, egoizem, cinizem in še mnoge druge. Te bi lahko strnili v pet prevladujočih lastnosti:

- vsi stari ljudje so si med seboj podobni,
- stari ljudje so senilni,
- konservativni,
- neproduktivni,
- izkoriščevalski.

Pozitivni stereotipi, ki stare ljudi prikažejo kot modre in izkušene, so redkejši (ibid.).

Kristančič (2005: 44) našteje podobne najpogostejše mite o staranju:

- osebe, ki imajo več kot 65 let, so že stare;
- mnogo starih ljudi je slabega zdravja;
- stari ljudje niso tako pametni kot mladi;
- stari ljudje so neproduktivni;
- stari ljudje so seksualno neprivlačni;
- vsi stari ljudje so v glavnem enaki;

Negativen priokus staranju daje vsekakor tudi povzdigovanje in malikovanje mladosti, ki je igriva, živahna in polna energije, nasprotno pa je starost vse obratno. Iz tega izhaja tudi strah pred staranjem – gerontofobija. Ta je prisotna skoraj pri vseh ljudeh, tudi starejših, in povzroča čustva jeze do samega staranja ter nas posledično hromi v videnju resnične rasti in zorenja v poznih letih življenja (Kristančič 2005: 42–43).

Mali (2002: 318) pravi, da so starostni stereotipi pomanjkljivi, ker pretiravajo, posplošujejo in pogosto sploh ne ustrezajo resnici. Stigmatizirajo starega človeka in vplivajo na njegovo subjektivno doživljanje in vedenje. Posledica tega je, da se ljudje lahko počutijo starejše, kot so v resnici. Tako prihaja do paradoksa, da imamo na eni strani družbo, ki starim ljudem predpisuje vloge in čustva, na drugi strani pa posameznikovo individualno občutenje starosti, ki pogosto ni vezano na družbeno pogojevanje starosti. Sivi lasje, upočasnjene telesne funkcije in starost nad 60 let še ne pomenijo, da se človek počuti starega in da mora biti osamljen, depresiven, nostalgичen; to naj bi bila tipična čustva, povezana s starostjo. Družba danes starim ljudem daje vedeti, da se morajo umakniti iz družabnega življenja in postati pasivni, vdani v usodo ter osamljeni. Otroke namreč spodbujamo, da živijo v nekem pričakovanju; ko gre za stare ljudi, pa se nam to ne zdi pomembno. In prav to

opuščanje pričakovanj povzroča manjšo aktivnost starih ljudi in potisnjenost na stranski tir (ibid.).

Kristančič (2005: 42–43) zato pravi, da se je treba bojevati proti mitom o staranju, tako pri sebi kot v svojem okolju ter tako preprečevati gerontofobijo.

Pečjak (1998: 65) ugotavlja, da je negativen odnos do starih ljudi značilen za vso zahodno civilizacijo, ki je del evropske in ameriške kulture. V njej se ljudje pulijo za dobiček, nenehno tekmujejo in hlastajo za uspehom, pomembna je samo ekonomska rast, moč in napredek. V takih razmerah pa stari ljudje postanejo obrobni del družbe. Prevladujoča družba jih označi kot odpadke, biti star pa je ponižujoče, sramotno in ničvredno.

Kristančič (2005: 197–198) pravi, da kapitalistična proizvodnja človeka obravnava kot surovino v proizvodnem procesu. Ob koncu 19. stoletja polovica evropskega prebivalstva ni doživela petdesetega leta, druga polovica delovnega prebivalstva pa je bila s šestdesetim letom industrijski odpad. Skrb za ta sloj prebivalstva je začela prevzemati država, ki je pričakovala, da šestdesetletnik ne bo predolgo živel, da ne bi predolgo obremenjeval pokojninskih skladov.

Pečjak (2007: 96–97) pravi, da gre pri ageizmu za neupravičeno posploševanje nekaterih lastnosti na vse posameznike v skupini. Vsakega človeka je treba jemati kot individuum, ne pa kot pripadnika neke koledarske skupine. Danes je veliko boja proti rasizmu in seksizmu, proti ageizmu pa precej manj. Kot da je diskriminacija starih ljudi spregledana oziroma sprejeta. Za to obstaja več razlag:

- Ageizem kot odziv na občutek ogroženosti. Starih ljudi je vedno več in mlajše generacije se čutijo ogrožene zaradi njihovih potreb in zahtev.
- Nekateri avtorji domnevajo, da je temu tako, ker stik s starejšimi osebami mlajše spominja na njihovo prihodnost in umrljivost.
- Staromrzništvo je lahko tudi odziv na frustracije in strese, ki jih je življenje polno. Nabrano napetost in agresivnost je najlažje in najvarneje sprostiti proti skupini, ki je šibka in nezavarovana. Primerna tarča so vsi, ki so drugačni od večine.
- Ageizem je tudi posledica čedalje večje segregacije starih ljudi. Vedno manj je družin, v katerih živi več generacij skupaj in tako manj priložnosti za stike med

njimi. Mlajše generacije imajo manj možnosti, da bi spoznale starejše, in to je ugodna klima za razraščanje predsodkov in mitov o starosti in staranju.

Ramovš (2000: 328) opozarja, da tabuizacija starosti blokira zavedanje o možnostih in nalogah skrbi za kakovostno starost in s tem energije za samopomoč in samoorganizacijo. Zato ima družba tri akutne naloge:

- srednja generacija se mora začeti zavedati pomembnosti priprave na kakovostno starost;
- treba je nemudoma detabuizirati starost in v družbi demarginalizirati stare ljudi;
- takoj je treba oblikovati nove socialne mreže za postmoderno zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb v starosti (ibid.).

Ramovš (2000: 318) še dodaja, da je v današnji civilizaciji starost tabuizirana, zato, se pojavljajo štiri vrste množične patologije v stališčih in ravnanjih glede starosti:

- med generacijami ni povezanosti,
- stara generacija ne sprejema svoje starosti,
- stari ljudje so marginalizirani v družbi,
- srednja generacija zanemarja pripravo na lastno starost.

Zato je nujna detabuizacija in s tem povezana sprememba zgoraj omenjenih patoloških trendov današnje družbe (ibid.).

Stari ljudje so bili namreč dolga stoletja prenašalci zgodovinskih, moralnih in kulturnih izročil. Brez teh izročil bi morala vsaka generacija s trdom na novo ustvarjati svoj svet. Še danes je vloga starega človeka kot prenašalca zelo pomembna, kljub moderni tehnologiji, saj nam lahko le on da pravo podobo kake generacije. Stari ljudje so dragoceni, saj so mnogi izmed njih premagali precejšnje težave, ustvarili družine v zelo slabih razmerah, odkrili nova področja, ustanavljali podjetja, prispevali zamisli, ki so pomagale oblikovati sedanost in prihodnost. To zasluži resnično spoštovanje (Kastenbaum 1985: 120).

S tem se strinja tudi Russi Zagožen (2001: 14–15), ki pravi, da so bili včasih stari ljudje zelo cenjeni in spoštovani zaradi obilice življenjskih izkušenj, ki so bile pomembne za vsakdanje preživetje. Današnje okolje pa sporoča starim ljudem, da so neuporabni, saj so v času tehnološkega napredka njihove uporabne izkušnje zastarele. Zato je nujen miselni premik v družbi, da uporabnost ali produktivnost ne

sovpadata z namembnostjo ter da obstaja poleg materialnih potreb, tudi široko področje nematerialnih potreb in vrednot.

1.6. Medgeneracijsko sožitje

»Medgeneracijsko sožitje pomeni sožitje med mlado, srednjo in tretjo generacijo. Pri tem obsega mlada generacija ljudi od spočetja do starosti povprečne prve zaposlitve ali rojstva prvega otroka, srednja od tu do starosti povprečne upokojitve, tretja generacija pa zajema vso starejšo populacijo od obeh navedenih. Za razumevanje medgeneracijskega sožitja je odločilni pojem sožitje,«(Ramovš 2009: 104).

Mali (2009a: 245) pravi, da način življenja v sodobni družbi, ki povečuje produktivnost, storilnost in lov za zaslužkom, zmanjšuje pomen medsebojnih odnosov med vsemi tremi generacijami. Mladi ljudje, ljudje srednje generacije in stari ljudje se le redko skupaj družijo pri delu, razvedrilu in drugih oblikah sodelovanja, hiter razvoj znanosti in znanja na vseh področjih odriva izkušnje in modrost starih ljudi in s tem posredno zmanjšuje veljavo in položaj starosti. Po drugi strani pa tudi niso vzpostavljeni sistemi za medsebojno komunikacijo vseh treh generacij. Mladi ljudje pogosto niti nimajo možnosti za vzpostavitev komunikacije s starimi ljudmi, kadar pa ta možnost obstaja, med njimi komunikacija ne steče. Kljub mogočnemu napredku znanosti in tehnologije človek še vedno ostaja socialno bitje. Potrebuje stike in druženje z drugimi ljudmi, prenašanje znanja in modrosti med generacijami. Trenutni medgeneracijski propad je lahko priložnost in možnost, da na področjih delovanja sodobnega človeštva poiščemo oblike za integrirano medgeneracijsko sodelovanje in sožitje med vsemi generacijami (ibid.).

Hlebec et al. (2012: 7) navajajo Bengtson in Oyama (2007), ki opredeljujeta medgeneracijsko solidarnost kot socialno povezanost med generacijami. Nanaša se na odnose med ljudmi in na preiskovanje vezi, ki povezujejo posameznike s skupinami in skupine med seboj. Solidarnost se navezuje na pozitivne vidike povezovanja med ljudmi. Medgeneracijsko solidarnost lahko opazujemo in analiziramo na treh nivojih: na makro-, mezzo- in mikronivoju. Makronivo opazovanja medgeneracijske solidarnosti je javni sistemski nivo in se povezuje z delovanjem sistemov blaginje na ravni države, mezzonivo na ravni skupnosti, medtem ko

mikronivo zajema odnose med generacijami v okviru družine, kjer se opazuje odnos med odraslimi otroki in njihovimi starši (op. cit: 8–15).

Ramovš (2007: 36–37) pravi, da so vsa tri obdobja življenja nedeljiva celota človekovega življenja. Vsako naslednje obdobje gradi življenje na zrelosti in dosežkih prejšnjega. Za osnovno urejenost sleherne človeške družbe je torej nujno, da vsaka generacija doživlja brezpogojno soodvisnost od obeh generacij. To je osnova solidarne medgeneracijske povezanosti vseh treh generacij.

»Medgeneracijsko zavezništvo kot prevzemanje odgovornosti in skrbi za druge generacije je močno in vitalno pomembno, saj družba brez teh navzkrižnih tokov podpore in pomoči med generacijami ne bi mogla obstati,« (Mandič 2009: 139).

Knific (1997: 36–37) navaja, da so dobri odnosi med predstavniki prve, druge in tretje generacije zelo pomembni zaradi prenosa življenjskih izkušenj, vrednot in tradicije ter predvsem zato, da se ljudje med seboj spoznajo in povežejo. Če trdnih povezav ni, izgubljajo vsi, stari ljudje so osamljeni, otroci in mladi pa so prikrajšani za dragocene nauke (ibid.).

Vsa življenjska obdobja so enako pomembna in smiselni deli enega samega človekovega življenja. Človek se razvija skozi mladost, srednja leta in starost, da opravi svoje življenjske naloge in človeško dozori (Ramovš 2012: 21).

Ramovš (2000: 319–320) še navaja, da so vse tri generacije, mlada, srednja in stara, ena sistemska celota. Med njimi vladajo manjše medgeneracijske napetosti, ki so normalen pojav v družbi. Vsaka večja medgeneracijska patologija pa škodi najprej eni generaciji, nato pa še ostalima dvema. Temeljno medsebojno razmerje generacij je njihovo komplementarno dopolnjevanje, ki je osnovno gibalno človeškega razvoja. Za zdrav razvoj človeštva generacije potrebujejo druga drugo, prihaja do vzajemnega učenja. Ramovš (ibid.) vidi nujnost tesnega stika stare in mlade generacije. Mlada generacija je polna življenja, prešerno razposajena, zvedavo radovedna, pred njo so vse življenjske možnosti. V nasprotju s tem pa se star človek približuje koncu življenja, njegove možnosti so vse bolj izčrpane, čedalje bolj je neokreten. Ob tesnem stiku z mladimi sodoživlja in vpija mladostne razsežnosti življenja, da lahko svojo starost živi polno in se bliža svojemu zatonu z upanjem v življenje. Prav tako tudi mladi nujno potrebujejo stik s staro generacijo, saj ima ta več čustev, ki jih mladi potrebujejo, kot srednja generacija, ki dela za preživetje vseh treh generacij in

pogosto nima časa za otroke in mladino. Prav tako je stara generacija pomembna za varstvo vnukov in predajanje izkušenj na mlade (ibid.).

Ramovš (2003: 189) še dodaja, da je človek po svojem bistvu družbeno bitje. Medčloveške povezave so zanj nekaj temeljnega, kar nujno potrebuje za preživetje. Skozi vse življenje je človeku nujno potrebna vpletenost v bolj površinska razmerja z mnogimi ljudmi, prav tako pa globoka povezanost z nekaj ljudmi v osebnih človeških odnosih. Medčloveška razmerja in odnosi so socialna mreža, ki človeku:

- pomaga, da uspeva, zadovoljuje svoje potrebe, ustvarja in napreduje;
- postavlja v življenju pravila igre za družbeno sožitje;
- preseje njegovo vedenje in ravnanje v družbeno sprejemljive in nesprejemljive vloge;
- nudi varstvo pred pomanjkanjem in nevarnostmi, čeprav mu s svojimi omejitvami povzroča tudi nevšečnosti;
- v trenutku njegove težave pomaga, da ne propade (ibid.).

S tem se strinja tudi Russi Zagožen (2001: 16), ki dodaja, da ima interakcija z drugimi ljudmi, predvsem s tistimi iz ožjega družinskega okolja, pomemben vpliv na doživljanje življenjskega zadovoljstva. Pri tem je odločilnega pomena medgeneracijska povezanost, ki vključuje tri vidike, in sicer vzajemno pomoč, pogostost stikov in izražanje naklonjenosti. Pomoč je odvisna predvsem od potreb družinskih članov, pogostost stikov od geografske bližine, izražanje naklonjenosti pa je povezano s predhodnimi navadami družine. Pri medgeneracijskih povezavah je posebno dragocen prenos izkušenj iz ene generacije v drugo in medsebojno spoštovanje. Stari ljudje imajo veliko življenjskih izkušenj, ki jih lahko posredujejo mlajšim, važno pa je, da jih mlajši sprejemajo s spoštovanjem (ibid.).

Arko et al. (2011: 9–10) navajajo pozitivne vplive medgeneracijskega prostovoljskega sodelovanja:

Pozitivni vplivi na družbo/širšo skupnost:

- Rušenje stereotipov in predsodkov med generacijami (sprejemanje, razumevanje in sodelovanje med posamezniki različnih generacij; izmenjava mnenj in pogledov med generacijami).
- Spodbujanje solidarnosti v družbi – krepitev socialnih vezi in sožitja.
- Osmišljanje staranja ter sprejemanje starosti kot načina življenja.

- Kvalitetna izraba prostega časa posameznikov (zmanjšanje rizičnega in destruktivnega vedenja pri mlajših in starejših, manj psihosomatskih obolenj, zmanjševanje osamljenosti in izoliranosti).
- Vseživljenjsko učenje. Predajanje in ohranjanje znanj, spretnosti in izkušenj med različnimi generacijami (tradicionalna znanja, področja računalništva in elektronike). Komplementarno dopolnjevanje v združevanju mladostne neobremenjenosti ter znanja starejših.
- Širina pogledov na posamezne vrednote, dogodke, pojave v družbi.
- Boljša kvaliteta življenja v lokalni skupnosti.
- Ohranjanje tradicije.
- Aktiven odziv na družbene razmere.

Pozitivni vplivi na posameznika v povezavi z lokalno skupnostjo (ibid.):

- Aktivna poraba prostega časa.
- Aktivno državljanstvo.
- Širjenje socialnih in podpornih mrež.
- Priprava na lastno kakovostno staranje.
- Medsebojna pomoč in podpora.
- Vključenost v družbo in iskanje skupnih ter povezovalnih elementov med različnimi generacijami.
- Vzpostavljanje občutljivosti za sočloveka.

Pozitivni vplivi na posameznike(ibid.):

Pridobivanje in nadgradnja znanj in izkušenj:

- Veščine s področja prenašanja znanj (kako učiti in poslušati posameznika).
- Pridobivanje znanj, spretnosti in izkušenj (povezanih s kulturo in tradicijo, modernimi tehnologijami ipd.).
- Pridobivanje znanj in izkušenj, povezanih z novejšo dobo (nove tehnologije ipd.).
- Razvijanje spretnosti.
- Pridobivanje izkušenj.
- Učenje sodelovanja (sklepanje kompromisov, konsenzov, širina razmišljanja).
- Pridobivanje kompetenc za zaposlitev.

Osebnostni razvoj:

- Pridobivanje socialnih veščin (komunikacijske, reševanje skupnih nalog, gradnja skupnega sistema itd.).
- Dvig samopodobe, samospoštovanja ter krepitev samozavesti.
- Razvoj empatije in solidarnosti.
- Spoznavanje življenja in sveta pripadnikov drugih generacij, poudarjanje skupnih elementov, gradnja zaupanja med generacijami.
- Zadovoljevanje osnovnih življenjskih potreb.
- Sprejemanje različnih mnenj in pogledov, sodelovanje.
- Osmišljanje življenja (ibid.).

Mali in Nagode (2009: 218) dodajata, da socialna opora, ki jo star človek lahko dobi v socialnih omrežjih, pozitivno vpliva na njegovo funkcioniranje in psihično počutje. Ublažuje napetosti zaradi stresa in uravnava posameznikovo zdravje.

Mali (2009b: 71) ugotavlja, da se nahajamo v situaciji, ko ni več pomembno, kdo pripada kateri od generacij in koliko je kronološko star. Pomembno je raziskati in prakticirati načine za skupno preživetje in sožitje. Poudarek je na sožitju, na naših dejanjih in ravnanju, usmerjenem v iskanje in udejanjanje poti za skupno, kvalitetno in smiselno preživetje. Medgeneracijsko sožitje je temelj družbe, saj sta od njega odvisna tako njen obstoj kot tudi njen razvoj.

V takih okoliščinah ima posebno vlogo tudi socialno delo. Mali (2014: 117–118) ugotavlja, da je solidarnost ena od najpomembnejših komponent za socialno delo, saj razume in artikulira vprašanja solidarnosti tukaj in zdaj, v razumljiv in poznan način ter omogoča posameznikom, da vzamejo usodo v svoje roke. Socialno delo omogoča tudi spremembe z opolnomočenjem tistih, ki imajo manj moči, ljudi v krizah in negotovih situacijah, da lahko naredijo bistvene spremembe in izboljšave.

2. PROBLEM

Raziskavo sem opravila v okviru medgeneracijskega centra Hiša Sadeži družbe Vipava, kjer sem bila zaposlena enajst mesecev. Zaposleni v tem centru si želijo, da bi hiša pripomogla k temu, da bi s svojo ponudbo medgeneracijskih aktivnosti ohranjali aktivnost starih ljudi. Predvsem pa da bi si stari ljudje prek teh aktivnosti ustvarili kvalitetnejše življenje. Zato želim raziskati, kaj je tisto, česar si želijo, kaj potrebujejo.

Hiša Sadeži družbe deluje pod okriljem medgeneracijskega programa Slovenske filantropije. Slovenska filantropija se aktivno odziva na družbene probleme, spodbuja in razvija prostovoljstvo ter medgeneracijsko sodelovanje, deluje na področju migracij, pomaga ogroženim in je glasna zagovornica človekovih pravic. Vizija Slovenske filantropije je prijazna in varna družba, ki v partnerskem sodelovanju državnih institucij, gospodarskega sektorja in neprofitnih organizacij ter s prostovoljskimi aktivnostmi ljudi ponuja varno okolje vsem, tudi tistim, ki zaradi kakršnih koli okoliščin sami ne zmorejo zagotoviti kvalitetnega bivanja zase in za svoje družine.

V okviru medgeneracijskega programa Slovenska filantropija izvaja tri projekte in sicer Sadeži družbe, vzpostavljanje medgeneracijskih skupnostnih centrov Hiše Sadeži družbe in Mrežo medgeneracijskih programov .

Namen medgeneracijskega programa je spodbujanje tesnejšega povezovanja in sodelovanja med generacijami.

Cilji programa so (Slovenska filantropija):

- povečanje socialne vključenosti starejših;
- zagotavljanje pogojev za medgeneracijsko učenje;
- pridobivanje in usposabljanje prostovoljcev vseh generacij za delovanje na področju medgeneracijskega sodelovanja;
- podpora in promocija medgeneracijskega prostovoljstva;
- vzpostavljanje okoliščin, v katerih se srečajo in sodelujejo različne generacije;
- prenos in pridobivanje praktičnih znanj, veščin in spretnosti;
- promocija medgeneracijskega sodelovanja in solidarnosti;
- spodbujanje tesnejših povezav med generacijami;

- dvig vrednot medgeneracijskega sodelovanja (ibid.).

Najprej nekaj besed o Hiši Sadeži družbe. Leta 2008 je Slovenska filantropija začela z vzpostavljanjem medgeneracijskih skupnostnih centrov – Hiše Sadeži družbe. Prvi center so odprli v Murski Soboti, drugega v Vipavi, nato še v Žalcu in Črnomlju. Medgeneracijski skupnostni centri so namenjeni vsem prebivalcem lokalne skupnosti, ciljno pa se v njih izvaja aktivnosti, ki spodbujajo sodelovanje med generacijami in medgeneracijsko učenje: v obliki medgeneracijskih delavnic se omogoča prenos znanja med generacijami, skupne aktivnosti spodbujajo dialog in povezovanje med generacijami, kvalitetno preživljanje prostega časa in druženje pa spodbuja socialno vključevanje starih in mladih. Na podlagi izkušenj na področju medgeneracijskih aktivnosti je Slovenska filantropija vzpostavila tudi Mrežo medgeneracijskih programov. Namen mreže je povezati organizacije, ki izvajajo medgeneracijske aktivnosti, jih obveščati o novostih, promovirati medgeneracijske programe ter organizacije in širiti dobre prakse. V okviru mreže so zasnovali mesečne novice, ki združujejo najaktualnejše teme s področja medgeneracijskega sodelovanja; organizacijam, ki se vključijo, pa ponujajo tudi tematska usposabljanja.

Hiša Sadeži družbe je medgeneracijska hiša, namenjena prostovoljcem vseh generacij in nudi prostor za izvajanje različnih skupnih aktivnosti. Starejši in mlajši prostovoljci si v različnih delavnicah (kuharska, ustvarjalna, računalniška, mojstrska itd.) izmenjujejo svoja znanja, izkušnje in spretnosti. S srečevanjem v Hiši se tako krepijo vezi med generacijami.

V Hiši so dobrodošli ljudje vseh starosti, spretnosti, znanj in izkušenj. Vabljeni so tisti, ki jih zgolj zanima, kaj se v Hiši dogaja, predvsem pa vsi, ki so pripravljeni svoja znanja in izkušnje prostovoljsko deliti z drugimi.

Hiša Sadeži družbe v Vipavi je odprta dobri dve leti in v tem času je pridobila že veliko uporabnikov, večinoma mlajših (OŠ). Stari ljudje pridejo le na kakšne delavnice, nekaj jih je tudi prostovoljcev (učna pomoč, učenje šivanja, namiznega tenisa ipd.). Človek je biološko in psihološko bitje, a tudi socialno, zato težko živi sam. Pa vendar se lahko počuti osamljenega v družbi. Toda osamljenost je pojav, vezan tako na družbo kot posameznika (Mali 2002: 319). Vemo, da je v naših krajih osamljenost velika. Človek težko prenaša samoto. Posameznik živi v skupinah (družini, delovni enoti, interesni skupini, politični skupini ter drugih formalnih in neformalnih skupinah). Prav skupine odločilno oblikujejo njegovo osebnost. Stari

ljudje pa so velikokrat izločeni iz skupin. Zato je osamljenost ena od njihovih prevladujočih razpoloženj. Vse prevečkrat so odrinjeni na rob družbenega dogajanja (Pečjak 2007: 76–77). Tretje življenjsko obdobje je polno hudih stresov, najhujših v življenju. Stresom pa se stari ljudje težko prilagodijo. Posledica so hude in dolgotrajne negativne emocije, ki poslabšajo njihovo telesno in duševno stanje (Pečjak 2007: 148). Zato bi v Hiši radi ponudili kvalitetnejše življenje starim ljudem. Radi bi naredili kvaliteten program, ki ne bi bil le sam sebi namen, ampak bi odgovarjal na potrebe lokalnega okolja in ljudi vseh generacij. Raziskati je treba, kaj stari ljudje v občini Vipava in Ajdovščina potrebujejo, česa si želijo. Kakšno ponudbo medgeneracijskih aktivnosti bi želeli, da bi postali aktivni uporabniki in prostovoljci ter si tako okrepili svojo samopodobo in smisel življenja. Prav smisel življenja je namreč človekova temeljna potreba (Pečjak 2007: 169).

Raziskovalna vprašanja:

- S kakšnimi aktivnostmi se stari ljudje v občinah Ajdovščina in Vipava ukvarjajo?
- Kakšni so razlogi, da se ne vključujejo v aktivnosti, kaj jih pri tem ovira?
- Kakšne aktivnosti najbolj pogrešajo oz. bi si jih želeli v svoji občini?
- S katerimi generacijami se želijo povezovati v okviru aktivnosti?
- Ali stari ljudje poznajo medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava in njene aktivnosti?
- Kakšna je razlika mesto/podeželje glede potreb po teh aktivnostih?

Hipoteze, ki sem jih postavila:

H1: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, imajo manj ovir za udeležbo na aktivnostih kot ljudje, ki v program niso vključeni.

H2: Večina vprašanih si želi fizičnih aktivnosti ter druženja.

H3: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, se v večji meri družijo z mladimi kot ljudje, ki v program niso vključeni.

H4: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, bolje poznajo njegov program kot tisti, ki v program niso vključeni.

H5: Ljudje iz mestnega okolja se želijo vključiti v več aktivnosti kot ljudje iz podeželskega okolja.

S pomočjo te raziskave bom izvedela, kaj je največji problem, da se ljudje ne udeležujejo aktivnosti Hiše Sadeži družbe Vipava.

3. METODOLOGIJA

3.1 Vrsta raziskave

Raziskava je kvantitativna in deskriptivna ali opisna, saj so me zanimali številčni podatki, ki sem jih preštevala in analizirala. Pri kvantitativni raziskavi namreč zbiramo številčne podatke o pojavih, ki nas zanimajo. Namen opisne raziskave pa je količinsko opredeliti ali oceniti osnovne značilnosti proučevanega pojava ali ugotoviti obstoj in jakost zveze med dvema ali več pojavi (Mesec 1997: 38–40).

3.2 Spremenljivke

- Spol, starost, občina stalnega bivališča, kraj bivanja,
- poznavanje programa Hiše Sadeži družbe Vipava,
- udeležba na aktivnostih Hiše Sadeži družbe Vipava,
- udeležba na različnih aktivnostih: fizične aktivnosti, druženje, izobraževanje, razne delavnice, gledanje televizije, branje knjig, branje revij/časopisov, varstvo vnukov,
- razlogi za obiskovanje določenih aktivnosti,
- druženje z otroki, z mladimi, s srednjo generacijo, s svojo generacijo,
- ovire za obiskovanje zelenih aktivnosti,
- olajševalne okoliščine za udeležbo na zelenih aktivnostih,
- zanimanje za določene aktivnosti in potencialna udeležba,
- način informiranja glede dogajanja v Hiši Sadeži družbe Vipava.

3.3 Merski instrument

Merski instrument v raziskavi je vprašalnik, sestavljen iz 11 vprašanj, in sicer 5 vprašanj zaprtega tipa in 6 polzaprtega tipa.

Prvi dve vprašanji se nanašata na poznavanje medgeneracijskega centra Hiša Sadeži družbe Vipava in obiskov dejavnosti le-tega. Tretje vprašanje sprašuje o dejavnostih, ki jih stari ljudje obiskujejo. V četrtem vprašanju pa me je zanimalo, zakaj obiskujejo te dejavnosti, kaj je tisto, kar jih motivira za aktivacijo samega sebe. S petim vprašanjem sem želela izvedeti, s katero generacijo se najraje družijo. V šestem vprašanju pa me je zanimalo, kaj jih ovira pri obisku zelenih aktivnostih in nato v sedmem, kaj bi bile stvari, ki bi jim to olajšale. Osmo vprašanje se nanaša na aktivnosti, ki bi jih utegnile zanimati in bi se jih udeležili, če bi imeli možnost. Pri

devetem vprašanju so vprašani obkroževali, kakšen način informiranja o dogajanju v Hiši Sadeži družbe Vipava bi jim najbolj ustrezal. V desetem vprašanju pa so odgovarjali na vprašanje, če menijo, da so dovolj informirani o ponudbi aktivnosti, ki jih izvajajo različni izvajalci na področju medgeneracijskega sodelovanja. Na koncu je sledilo še zadnje vprašanje s podatki o spolu, starosti, občini stalnega bivališča ter kraju bivanja.

Vprašalnik je v prilogi št. 9.1.

3.4 Populacija in vzorčenje

Populacija v moji raziskavi so bili ljudje, starejši od 65 let iz občin Ajdovščina in Vipava.

Vzorec je neslučajnostni priložnostni. Vprašalnice sem razdelila 100 ljudem, in sicer v Društvu upokojencev Ajdovščina in Društvu upokojencev Vipava, v Centru starejših Pristan Vipava, uporabnikom našega programa in našim prostovoljcem Hiše Sadeži družbe Vipava ter nekaterim znancem, sorodnikom in sovaščanom.

3.5 Zbiranje podatkov

Podatke sem zbirala z anketiranjem. Vprašalnice sem razdelila 100 ljudem, ki so ustrezali kriterijem. Pred anketiranjem sem pristojne vprašala za dovoljenje, da uporabim podatke za namene raziskave. Na sestanku Društva upokojencev Vipava, 13.5.2014, sem razdelila 16 vprašalnikov, v Centru Starejših Pristan, 15.5.2014, sem razdelila 15 vprašalnikov, 13 pa sem jih razdelila uporabnikom in prostovoljcem Hiše Sadeži družbe Vipava, od 12.5. do 23.5.2014. 20.5.2014 sem šla na sestanek Društva upokojencev Ajdovščina, kjer sem razdelila 20 vprašalnikov. Ostalih 35 vprašalnikov pa sem razdelila naključnim ljudem, ki so del vzorca, in sicer od 13.5. do 23.5.2014.

Pred anketiranjem sem ljudem razložila, kdo sem, kaj je namen raziskave, zakaj to potrebujem, da je vprašalnik anonimen in bom odgovore uporabila samo za namene raziskave ter pojasnila, kako se odgovarja. Povedala sem jim tudi, da se lahko obrnejo name, če katerega od vprašanj ne razumejo.

Trudila sem se, da bi bil vprašalnik čim bolj enostaven in pregleden, a sem kmalu ugotovila, da niso vsa vprašanja najbolj razumljiva. Že pri prvem skupinskem anketiranju so me spraševali za dodatna pojasnila določenih vprašanj. Tako sem jim še enkrat razložila nejasnosti, dokler niso razumeli. Vsak vrnjen vprašalnik sem nato

pogledala in vprašala za morebitne manjkajoče podatke. Tako sem bila vedno prisotna ob odgovarjanju in s tem rešila morebitne zagate.

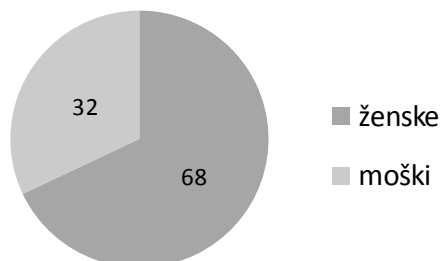
3.6 Analiza podatkov

Zbrane podatke sem obdelala kvantitativno. Podatke sem obdelovala ročno in računalniško (s programom Microsoft Office Excel).

4. REZULTATI

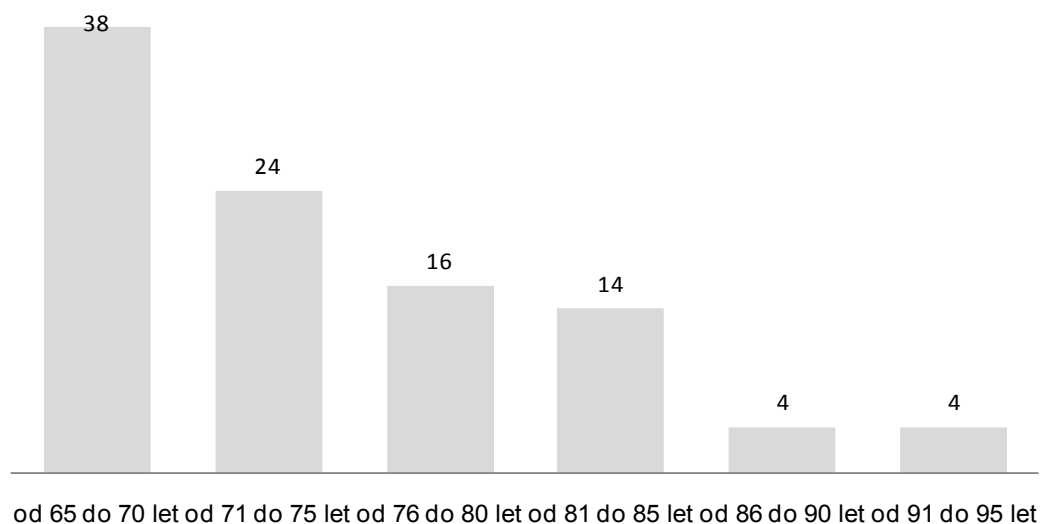
4.1 Splošni podatki o anketirancih

Graf 4.1: Spol anketirancev



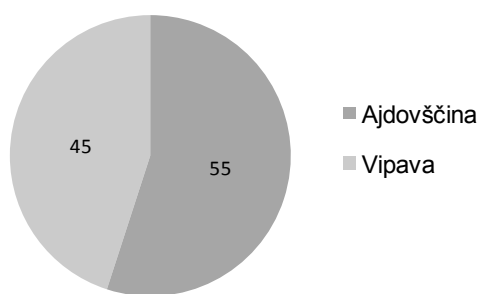
Iz grafa je razvidno, da je bilo od 100 anketirancev, 68 žensk in 32 moških.

Graf 4.2: Starost anketirancev



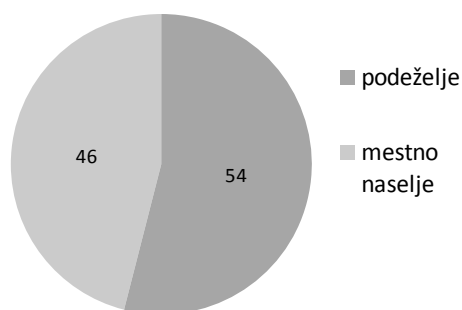
Povprečna starost anketirancev je 74,34 let. Največ anketirancev je bilo starih od 65 do 70 let (38 %), 24 % je bilo starih od 71 do 75 let, 16 % starih od 76 do 80, 14 % od 81 do 85 let, 4 % anketirancev je bilo starih od 86 do 90 let in 4 % od 91 do 95 let.

Graf 4.3: Občina stalnega bivališča anketirancev



Iz občine Ajdovščina prihaja 55 % anketirancev, 45 % pa iz občine Vipava.

Graf 4.4: Kraj bivanja anketirancev

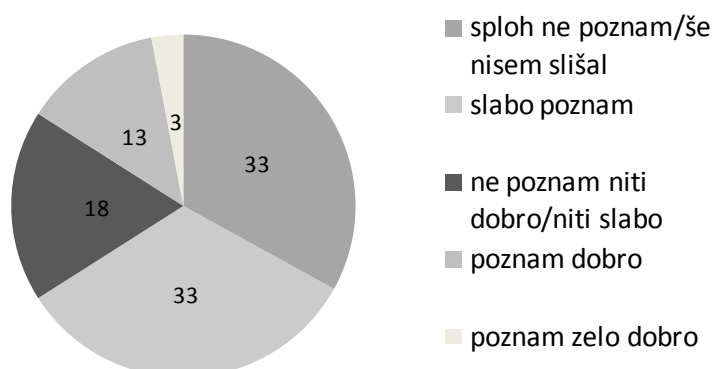


S podeželja prihaja 54 % anketirancev, 46 % pa iz mesta.

4.2 Prikaz porazdelitve odgovorov

Poznavanje Hiše Sadeži družbe Vipava

Graf 4.5: Poznavanje Hiše Sadeži družbe Vipava



Kot lahko vidimo, dobra tretjina, kar 33 % anketirancev ne pozna medgeneracijskega centra Hiša Sadeži družbe Vipava in zanj niso nikoli niti slišali. Druga dobra tretjina (33 %), prav tako pozna Hišo slabo. Več kot polovica anketirancev (66 %) torej sploh

ne ve za poslanstvo, aktivnosti in namen Hiše Sadeži družbe Vipava, 18 % vprašanih Hiše ne pozna niti dobro niti slabo, 13 % jo pozna dobro in 3 % Hišo poznajo zelo dobro. Lahko bi rekli, da samo 16 % anketirancev dejansko ve, kaj se v Hiši dogaja, komu vse je namenjena ter kakšen je mesečni program, pa še to so tisti, ki jo redno obiskujejo

Izmed vseh anketiranih žensk je 40 % takih, ki Hišo slabo ali zelo slabo poznajo, 19 % žensk pa jo pozna dobro ali zelo dobro. Pri moških so odstotki pričakovano višji, in sicer 84 % jih pozna Hišo slabo ali zelo slabo, le 9 % pa zelo dobro ali dobro.

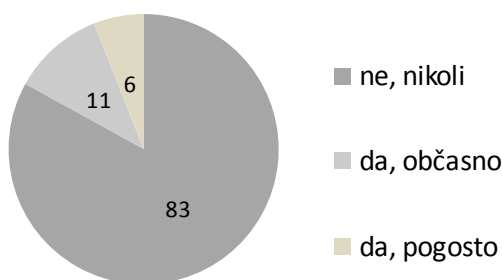
Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo iz občine Ajdovščina, je 75 % takih, ki Hišo Sadeži družbe Vipava poznajo slabo ali zelo slabo, le 4 % pa jo pozna zelo dobro ali dobro. Iz občine Vipava pa je 56 % takih, ki Hišo Sadeži družbe Vipava poznajo slabo ali zelo slabo, 31 % pa jo pozna zelo dobro ali dobro.

Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo s podeželja, je 76 % takih, ki Hišo Sadeži družbe Vipava poznajo slabo ali zelo slabo, le 7 % pa jo pozna zelo dobro ali dobro.

Izmed v mestu živečih vprašanih je 54 % takih, ki Hišo Sadeži družbe Vipava poznajo slabo ali zelo slabo, 26 % pa jo pozna zelo dobro ali dobro.

Udeležba na aktivnostih, ki jih ponuja Hiša Sadeži družbe Vipava

Graf 4.6: Udeležba na aktivnostih v Hiši Sadeži družbe Vipava



Večina, 83 % anketirancev se ni nikoli udeležila nobene aktivnosti, ki jo ponuja Hiša Sadeži družbe Vipava, 11 % anketirancev se aktivnosti udeležuje občasno in 6 % se aktivnosti udeležuje pogosto.

Izmed vseh anketiranih žensk se velika večina (81 %) še nikoli ni udeležila aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava. Pri moških so odstotki malo višji. Takih je 88 % moških.

Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo iz občine Ajdovščina, se nihče nikoli ni udeležil aktivnosti, ki jih ponuja Hiša Sadeži družbe Vipava; 62 % anketirancev iz občine

Vipava se ni še nikoli udeležilo aktivnosti, ki jih ponuja Hiša Sadeži družbe Vipava; 38 % vprašanih iz občine Vipava pa se aktivnosti udeležuje pogosto ali občasno.

Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo s podeželja, je 93 % takih, ki se še nikoli niso udeležili aktivnosti Hiše Sadeži družbe Vipava. Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo iz mesta, je 72 % takih, ki se še nikoli niso udeležili aktivnosti Hiše Sadeži družbe Vipava, 28 % pa se aktivnosti udeležuje občasno ali pogosto.

Tabela 4.1: Primerjava med poznavanjem Hiše Sadeži družbe Vipava in udeležbo na aktivnostih, ki jih ponuja

	da*	%	ne, nikoli	%	skupaj
sploh ne poznam in slabo poznam	3	17,6	63	75,9	66
ne poznam niti dobro niti slabo	3	17,6	15	18,1	18
poznam dobro in zelo dobro	11	64,8	5	6	16
skupaj	17	100	83	100	100

**pogosto in občasno*

Med tistimi, ki Hiše niso obiskali nikoli, je 76 % takih, ki programa ne poznajo ali ga poznajo slabo; 18 % ga ne pozna niti dobro niti slabo in le 6 % dobro ali zelo dobro. Med tistimi, ki hišo obiskujejo pogosto in občasno, je 18 % takih, ki programa ne poznajo ali ga poznajo slabo; prav tako 18 % ne pozna programa niti dobro niti slabo; 65 % vprašanih pa pozna program Hiše Sadeži družbe Vipava dobro ali zelo dobro.

Udeležba in pogostost udeležbe na dejavnostih

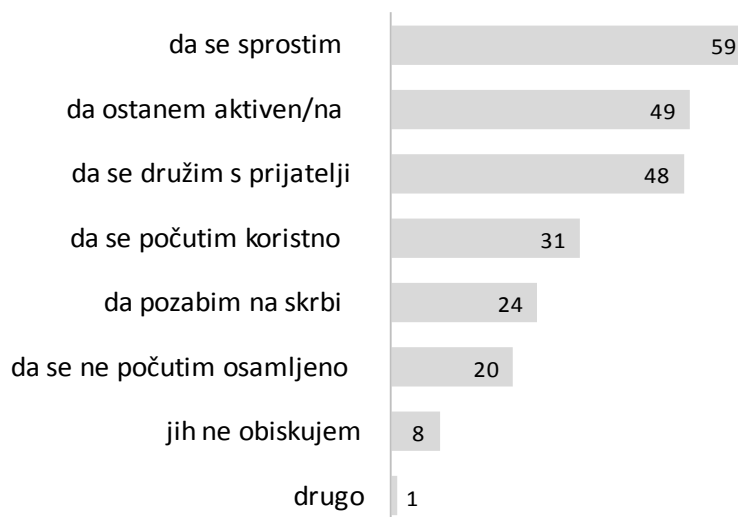
Tabela 4.2: Udeležba in izvajanje raznih dejavnosti

	nikoli	vsaj 1x mesečno	vsaj 2x mesečno	vsaj 1x tedensko	vsaj 2-3x tedensko	skoraj vsak dan
fizične aktivnosti	22	14	5	9	21	29
druženje	12	14	12	12	21	29
izobraževanje	49	26	4	12	4	5
razne delavnice	45	28	4	9	8	6
gledanje televizije	10	5	1	6	18	60
branje knjig	14	12	6	11	23	34
branje revij/časopisov	12	8	4	12	22	42
varstvo vnukov	35	9	4	12	20	20
drugo: ustvarjalnost						1

Vidimo, da sta najpogostejši in najzanimivejši aktivnosti gledanje televizije ter branje. Najmanjkrat se anketiranci udeležujejo izobraževanja ter raznih delavnic.

Razlogi za obiskovanje aktivnosti

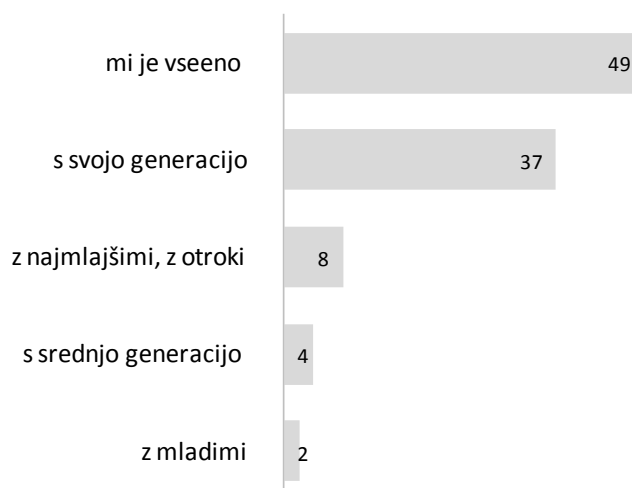
Graf 4.7: Razlogi za obiskovanje aktivnosti



Na vprašanje, zakaj se udeležujejo raznih aktivnosti, je bilo možnih več odgovorov. Največ anketirancev je obkrožilo odgovor, da se sprostim (kar 59 % anketiranih). Osem anketirancev je obkrožilo, da aktivnosti ne obiskuje. Eden pa je pripisal pod drugo, da obiskuje te aktivnosti zato, da se lahko vključi v širše družbeno okolje in spoznava kraje in ljudi s kulturnega področja, literaturo, umetnost in znanost. Ljudem je torej najvažnejše, da se sprostijo, ostanejo aktivni in se družijo s prijatelji.

Generacije, s katerimi se najraje družijo oziroma preživljajo prosti čas

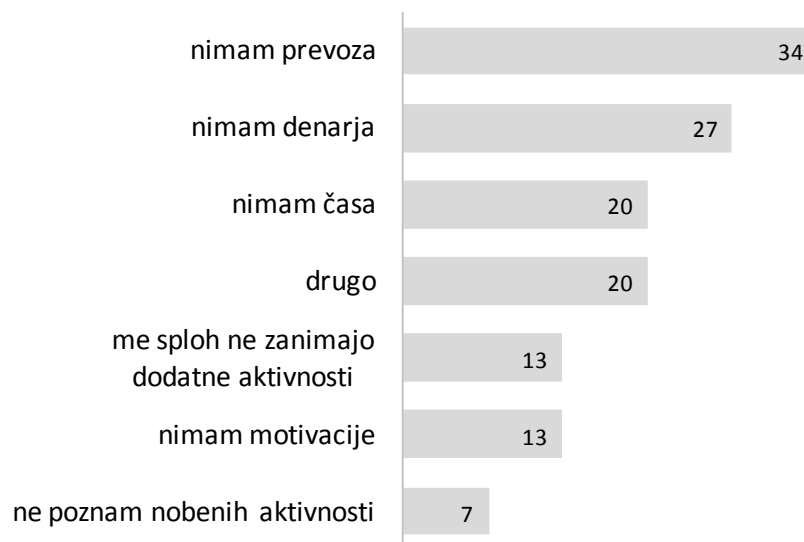
Graf 4.8: Generacije, s katerimi se anketiranci najraje družijo oziroma preživljajo prosti čas



Na vprašanje, s katero generacijo se anketiranci najraje družijo oziroma preživljajo prosti čas, je 49 anketirancev obkrožilo odgovor, da jim je vseeno, 37 anketirancev se najraje družijo s svojo generacijo, 8 z najmlajšimi, z otroki, 4 s srednjo generacijo in 2 najraje svoj prosti čas preživljata z mladimi. Slabi večini je torej vseeno, s kom preživljajo prosti čas.

Ovire, ki otežujejo udeležbo na zeleni aktivnosti

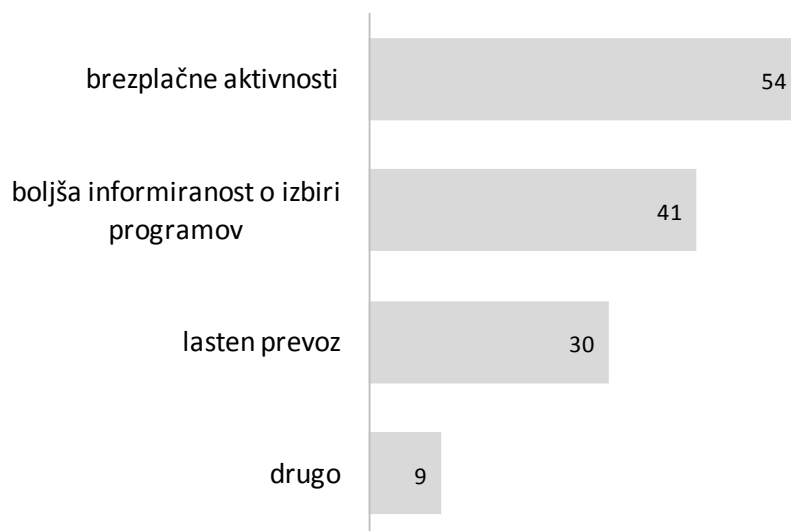
Graf 4.9: Ovire, ki otežujejo udeležbo na zeleni aktivnosti



Pri ovirah, ki anketirancem otežujejo udeležbo na določenih aktivnostih, je bil največkrat obkrožen odgovor nimam prevoza in nimam denarja, 20 % anketirancev je obkrožilo odgovor drugo. Od tega 14-krat nimam ovir, štirikrat pomanjkanje zdravja in dvakrat invalidnost.

Stvari, ki olajšajo udeležbo na zeleni aktivnosti

Graf 4.10: Stvari, ki olajšajo udeležbo na zeleni aktivnosti



Na vprašanje o stvareh, ki bi olajšale udeležbo na raznih aktivnostih, je 54 % anketiranih odgovorilo, da bi to bile brezplačne aktivnosti. Odgovor boljša informiranost o izbiri programov je bil obkrožen 41-krat, 30-krat lasten prevoz in 9-krat odgovor drugo. Od tega štirje niso navedli, kaj je drugo, trije boljše zdravje, eden ustrezní termin in eden aktivnosti, ki bi bile bližje.

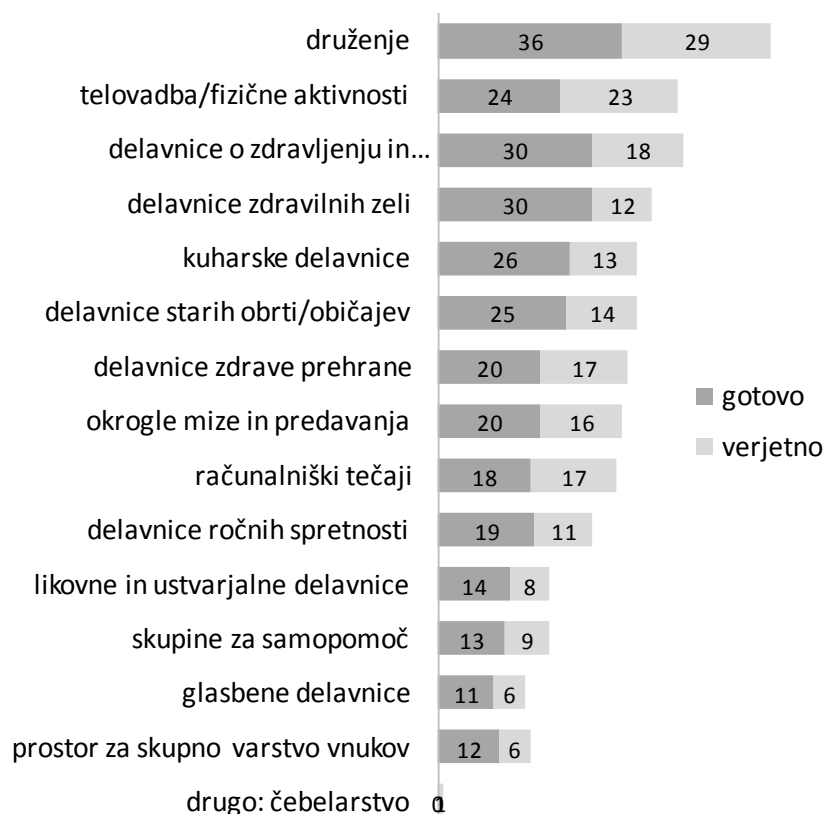
Aktivnosti, ki zanimajo stare ljudi in bi se jih udeležili

Graf 4.11: Zanimanje za aktivnosti



Na vprašanje, katere aktivnosti bi anketirane zanimale, je največ ljudi, 66, odgovorilo, da je to druženje. Na drugem mestu zanimanja za aktivnosti je telovadba oziroma fizične aktivnosti. Sledi zanimanje za delavnice o zdravljenju in lažšanju raznih bolezni ter delavnice zdravilnih zeli. Najmanj zanimanja so pozele skupine za samopomoč, glasbene delavnice ter prostor za skupno varstvo vnukov.

Graf 4.12: Udeležba na aktivnosti



Drugo področje pa je udeležba na zelenih aktivnostih. Zgodi se namreč, da te nekaj zanima, a se dejavnosti iz različnih razlogov ne udeležiš. V zgornjem grafu vidimo, da bi se sicer večina vprašanih gotovo udeležila želene aktivnosti, nekaj ljudi pa le verjetno. Izstopa telovadba oziroma fizične aktivnosti, kjer je potrebna večja aktivacija samega sebe.

Tabela 4.3: Zanimanje za druženje med anketiranci, ki se udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava in anketiranci, ki se aktivnosti ne udeležujejo

	da *	%	ne, nikoli	%	skupaj
me ne zanima	2	11,7	32	38,6	34
me zanima	15	88,3	51	61,4	66
skupaj	17	100	83	100	100

* pogosto in občasno

Skoraj 90 % tistih, ki se občasno ali pogosto udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava, druženje zanima. Med tistimi, ki se aktivnosti ne udeležujejo, pa jih večinoma druženje sicer zanima, le da je odstotek precej nižji (61 %).

Tabela 4.4: Zanimanje za fizične aktivnosti/telovadbo med anketiranci, ki se udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava in anketiranci, ki se aktivnosti ne udeležujejo

	da*	%	ne, nikoli	%	skupaj
me ne zanimajo	4	23,5	46	55,4	50
me zanimajo	13	76,5	37	44,6	50
skupaj	17	100	83	100	100

** pogosto in občasno*

Skoraj 80 % tistih, ki se občasno ali pogosto udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava, izkazuje zanimanje za fizične aktivnosti. Med tistimi, ki se aktivnosti ne udeležujejo, je več takih, ki se ne zanimajo za fizične aktivnosti.

Tabela 4.5: Zanimanje za delavnice o zdravljenju raznih bolezni med anketiranci, ki se udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava in anketiranci, ki se aktivnosti ne udeležujejo

	da*	%	ne, nikoli	%	skupaj
me ne zanimajo	5	29,4	47	56,6	52
me zanimajo	12	70,6	36	43,4	48
skupaj	17	100	83	100	100

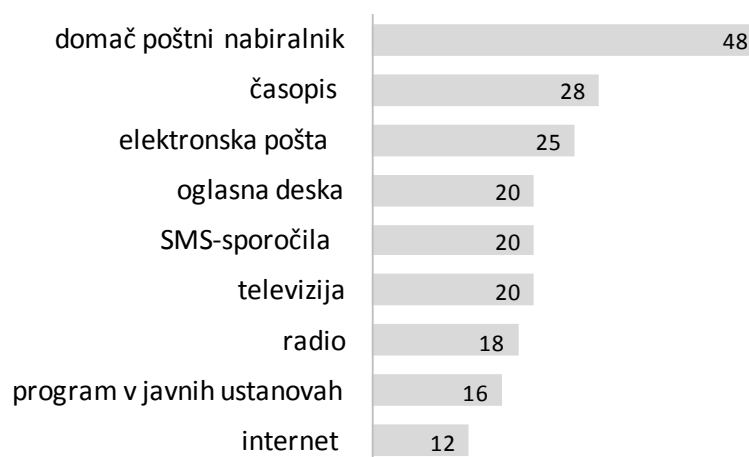
** pogosto in občasno*

Dobrih 70 % tistih, ki se občasno ali pogosto udeležujejo aktivnosti v Hiši Sadeži družbe Vipava, zanimajo delavnice o zdravljenju raznih bolezni. Med tistimi, ki se aktivnosti ne udeležujejo, je več takih, ki se ne zanimajo za te delavnice (skoraj 57 %).

Iz teh podatkov lahko sklepam, da se ljudje, ki se pogosto ali občasno udeležujejo aktivnosti Hiše Sadeži družbe Vipava, bolj zanimajo za nekatere aktivnosti, kot tisti, ki v Hišo Sadeži družbe Vipava ne prihajajo.

Način informiranja glede dogajanja v Hiši Sadeži družbe Vipava

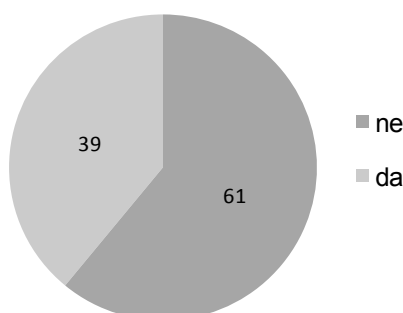
Graf 4.13: Želen način informiranja anketirancev



Tudi pri tem vprašanju je bilo možnih več odgovorov. Največ, 48-krat, je bil obkrožen odgovor »program bi rad dobival v domač poštni nabiralnik«. Sledi časopis, ki je bil obkrožen 28-krat ter elektronska pošta s 25 odgovori. Sledijo oglasna deska, SMS-sporočila in televizija z enakim številom odgovorov. Najmanj zanimanja sta požela odgovora »program bi lahko bil na razpolago v javnih ustanovah« in »internet (facebook, spletna stran Slovenske filantropije)«.

Informiranost o ponudbi aktivnosti, ki jih izvajajo različni izvajalci na področju medgeneracijskega sodelovanja

Graf 4.14: Informiranost o ponudbi aktivnosti, ki jih izvajajo različni izvajalci na področju medgeneracijskega sodelovanja



Večina anketirancev (61 %) meni, da so premalo informirani o ponudbi programov in aktivnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja. Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo iz mesta, jih je 54 % odgovorilo, da so premalo informirani o ponudbi, 46 % pa meni, da je informacij dovolj. Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo s podeželja, pa

je 67 % takih, ki menijo, da so o ponudbi premalo informirani, in 33 % takih, ki so dovolj obveščeni na področju medgeneracijskega sodelovanja. Tak podatek sem pričakovala, saj je v mestu dostop do informacij večji.

4.3 Preverjanje hipotez

Preverjanje hipoteze 1(H1):

H1: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, imajo manj ovir za udeležbo na aktivnostih kot ljudje, ki v program niso vključeni.

Ničelna hipoteza – H0: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, imajo enako število ovir za udeležbo na aktivnostih kot ljudje, ki v program niso vključeni.

Tabela 4.6: Število ovir med anketiranci, ki so vključeni v program Hiše Sadeži družbe Vipava in tistimi, ki niso

	so vključeni v HSD*		niso vključeni v HSD*		
		%		%	skupaj
manj ovir	15	94	59	76, 6	74
več ovir	1	6	18	23, 4	19
skupaj	16	100	77	100	93

**HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava*

To hipotezo sem preverjala z izračunom hi-kvadrata (χ^2). Postavila sem tudi ničelno hipotezo. Pri preverjanju te hipoteze sem upoštevala 93 vprašalnikov, 7 pa sem jih izključila, saj so vprašani na šesto vprašanje odgovorili, da ne poznajo nobenih aktivnosti. Anketirance sem razdelila v dve skupini: tiste z manj ovirami in tiste z več ovirami. Manj ovir imajo tisti, ki nimajo ovir ali imajo samo eno oviro. Več ovir imajo tisti, ki imajo dve ali več ovir.

Izračunani hi-kvadrat ($\chi^2 = 2,442 < 3,841$) je manjši od tabeliranega, zato s 5 % tveganjem ohranim ničelno hipotezo, hipotezo 1 pa zavržem. To pomeni, da med skupinama ni statistično značilnih razlik v številu ovir. Odstotki pa sicer nakazujejo, da imajo nekoliko več ovir tisti, ki ne sodelujejo v programu Hiša Sadeži družbe.

Preverjanje hipoteze 2 (H2):

H2: Večina vprašanih si želi fizičnih aktivnosti ter druženja.

Izračun je pokazal, da se dejanski deleži (66 % in 50 %) statistično značilno ne razlikujejo od deleža, ki sem ga postavila za kriterij (50 %). Standardiziran odklon z pa je v obeh primerih manjši od tabeliranega pri stopnji tveganja 5 % (1,96). Hipotezo 2 ohranim.

Preverjanje hipoteze 3 (H3):

H3: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, se v večji meri družijo z mladimi kot ljudje, ki v program niso vključeni.

H0: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, se v enaki meri družijo z mladimi kot ljudje, ki v program niso vključeni.

Tabela 4.7: Večja ali manjša mera druženja z mladimi med anketiranci, ki so vključeni v program Hiše Sadeži družbe Vipava in tistimi, ki niso

	so vključeni v HSD*		niso vključeni v HSD*		
		%		%	skupaj
večja mera	1	12,5	9	20,9	10
manjša mera	7	87,5	34	79,1	41
skupaj	8	100	43	100	51

**HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava*

To hipotezo sem preverjala z izračunom hi-kvadrata (x^2). Postavila sem tudi ničelno hipotezo. Pri preverjanju te hipoteze sem upoštevala 51 vprašalnikov, 49 pa sem jih izključila, saj so vprašani na peto vprašanje odgovorili, da jim je vseeno, s katero generacijo se družijo. Anketirance sem razdelila v dve skupini: tiste, ki se v večji meri družijo z mladimi, in tiste, ki se v manjši meri družijo z mladimi. Pod večjo mero druženja z mladimi sem upoštevala tiste, ki so odgovorili, da se najraje družijo z mladimi ali z otroki. Pod manjšo mero druženja z mladimi pa sem upoštevala tiste, ki so odgovorili, da se najraje družijo s svojo ali srednjo generacijo.

Izračunani hi-kvadrat je manjši od tabeliranega ($x^2 = 0,334 < 3,841$) zato s 5 % tveganjem ohranim ničelno hipotezo, hipotezo 3 pa zavržem. To pomeni, da se ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, v enaki

meri družijo z mladimi ljudmi kot tisti, ki v program niso vključeni. Odstotki pa sicer nakazujejo, da se ljudje, ki niso vključeni v program, v večji meri družijo z mladimi.

Preverjanje hipoteze 4 (H4):

H4: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, bolje poznajo njegov program kot tisti, ki v program niso vključeni.

H0: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, enako poznajo njegov program kot tisti, ki v program niso vključeni.

Tabela 4.8: Poznavanje Hiše Sadeži družbe Vipava med anketiranci, ki so vključeni v program Hiše Sadeži družbe Vipava, in tistimi, ki niso

	so vključeni v HSD*		niso vključeni v HSD*		
		%		%	skupaj
bolje poznajo	11	79	5	7	16
slabše poznajo	3	21	63	93	66
skupaj	14	100	68	100	82

**HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava*

To hipotezo sem preverjala z izračunom hi-kvadrata (χ^2). Postavila sem tudi ničelno hipotezo. Pri preverjanju te hipoteze sem upoštevala 82 vprašalnikov, 18 pa sem jih izključila, saj so vprašani na prvo vprašanje odgovorili, da medgeneracijskega centra Hiša Sadeži družbe Vipava ne poznajo niti dobro niti slabo. Anketirance sem razdelila v dve skupini: tiste, ki HSD bolje poznajo, in tiste, ki HSD slabše poznajo. Med prve sodijo tisti, ki HSD poznajo dobro ali zelo dobro, med druge pa tisti, ki HSD sploh ne poznajo ali poznajo slabo.

Izračunani hi-kvadrat je večji od tabeliranega ($\chi^2 = 38,055 > 3,841$), zato s 5 % tveganjem potrdim hipotezo 4, ki pravi, da ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, bolje poznajo program le-te kot tisti, ki v program niso vključeni.

Preverjanje hipoteze 5 (H5):

H5: Ljudje iz mestnega okolja se želijo vključiti v več aktivnosti kot ljudje iz podeželskega okolja.

H0: Ljudje iz mestnega okolja se želijo vključiti v enako število aktivnosti kot ljudje iz podeželskega okolja.

Tabela 4.9: Želeno število aktivnosti glede na okolje, kjer živijo anketiranci

	mesto	%	podeželje	%	skupaj
manj aktivnosti	10	21,7	18	33,3	28
več aktivnosti	36	78,3	36	66,6	72
skupaj	46	100	54	100	100

To hipotezo sem preverjala z izračunom hi-kvadrata (χ^2). Postavila sem tudi ničelno hipotezo. Pri preverjanju te hipoteze sem upoštevala vseh 100 vprašalnikov. Anketirance sem razdelila v dve skupini: tiste, ki si želijo manj aktivnosti in tiste, ki si želijo več aktivnosti. Manj aktivnosti si želijo tisti, ki so odgovorili, da si želijo nič, eno ali dve aktivnosti, več aktivnosti pa tisti s tremi, štirimi in več zelenimi aktivnostmi.

Izračunani hi-kvadrat ($\chi^2 = 1,679 < 3,841$) je manjši od tabeliranega, zato s 5 % tveganjem ohranim ničelno hipotezo, hipotezo 5 pa zavržem. To pomeni, da se ljudje iz mestnega okolja želijo vključiti v enako število aktivnosti kot ljudje iz podeželskega okolja.

5. RAZPRAVA

V raziskavi so sodelovale večinoma ženske. Ta podatek me ni presenetil, saj so v društvih upokojencev po navadi bolj aktivne ženske. Med naključnim deljenjem anket so me moški večkrat zavrnili kot ženske.

Medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava je odprt šele dobri dve leti, zato ne preseneča podatek, da ga kar dobri dve tretjini anketirancev sploh ne pozna ali pa ga pozna zelo slabo. To pomeni, da je treba še veliko narediti glede promocije, saj ljudje sploh ne vedo, da obstaja, niti ne vedo, kakšen program ponuja. Prav tako je z udeležbo na aktivnostih Hiše. Večina anketirancev se ni nikoli udeležila nobene aktivnosti, ki jo ponuja Hiša Sadeži družbe Vipava. Predvidevam, da je ta odgovor povezan s poznavanjem Hiše. Če centra ljudje ne poznajo, je pričakovati, da se tudi ponujenih aktivnosti ne udeležujejo. Na odgovor o poznavanju in udeležbi aktivnosti v centru je verjetno vplivalo tudi to, da je bila malo več kot polovica anketiranih iz občine Ajdovščina in s podeželja. Običajno imajo ljudje v ruralnem okolju več dela oziroma aktivnosti in zato manj potreb po dodatnih dejavnostih. V občini Ajdovščina pa ni nobenega medgeneracijskega centra, tako da sklepam, da je tudi to vplivalo na rezultate prvih dveh vprašanj ankete. Izmed vseh anketirancev, ki prihajajo iz občine Ajdovščina, se nihče nikoli ni udeležil aktivnosti, ki jih ponuja Hiša Sadeži družbe Vipava. Čeprav je Ajdovščina od Vipave oddaljena le slabih sedem kilometrov, je to očitno poleg nepoznavanja Hiše in pomanjkanja denarja še dodatna ovira.

Najpogostejši in najzanimivejši aktivnosti med anketiranci sta gledanje televizije ter branje. Najmanjkrat se anketiranci udeležujejo izobraževanja ter raznih delavnic. Vzrokov za to je lahko več. Dostop do televizije je mogoč tako rekoč vsakemu in ni potrebno vložiti nobenega truda za to; je najenostavnejše in poceni. Za izobraževanje in delavnice pa potrebuješ najprej neko voljo, motivacijo, nato informiranost o izbiri, denar, prevoz, organiziranost itd. Pečjak (2007: 77–78) govori o začaranem krogu, ki se lahko pojavi. Družba odklanja starostnika, zato se ji tudi on izmika, in narobe, ker se ji starostnik izmika, ga družba odklanja.

Ljudje se udeležujejo raznih aktivnosti predvsem za sprostitev, da ostanejo aktivni ter da se družijo s prijatelji. Flaker et al. (2008: 258) omenjajo, da je človek družbeno bitje ter da so stiki z drugimi nujno potrebni. Russi Zagožen (2001: 16) dodaja, da

ima interakcija z drugimi ljudmi pomemben vpliv na doživljanje življenjskega zadovoljstva.

Skoraj polovici starih ljudi je vseeno, s katero generacijo se družijo oziroma preživljajo prosti čas. Dobri tretjini vprašanih pa je prioriteta druženje s svojo generacijo. Najmanj pozornosti je dobila srednja in mlada generacija, to je verjetno zato, ker sta ti dve generaciji zaposleni, eni s šolo, drugi s službo in preživetjem. Stari ljudje jim nočejo biti v breme, nočejo se vtikati v njihovo življenje. Kot pravi Ramovš (2000: 318), med generacijami ni povezanosti, saj je v današnji civilizaciji starost tabuizirana. Tej misli se pridružuje Mali (2009a: 255), ki govori o prepadu med generacijami in prav tako meni, da bi k povezovanju generacij pripomoglo spremenjeno razmišljanje o staranju in starosti. Pečjak (2007: 97) ugotavlja, da je vedno manj družin, v katerih živi več generacij skupaj in imajo tako manj priložnosti za medsebojne stike.

Največji oviri, ki otežujeta udeležbo na aktivnosti sta pomanjkanje prevoza in denarja. Omogočen prevoz bi lahko spodbudil udeležbo. Problem pa je tudi, da velikokrat ljudje niti ne vedo za določeno ponudbo programa in ko gre zadeva mimo, povedo, da če bi vedeli, bi prišli. Stari ljudje pogosto zaradi zdravstvenih ovir ne morejo več voziti ali si privoščiti avta in vseh stroškov, ki jih prinaša. Vemo, da je vse večja finančna kriza tudi med starimi ljudmi. Pokojnine se znižujejo in komaj pokrivajo tekoče stroške. Tudi nova socialna zakonodaja veliko pripomore k temu, saj se ljudje množično odpovedujejo pravici do državne pokojnine in varstvenega dodatka. Bojijo se, da bi morali njihovi svojci vračati prejeta sredstva. Tako postajajo stari ljudje še bolj ranljivi in potisnjeni pod prag revščine (Mali 2012: 131–132). V takih razmerah so vse aktivnosti predrage in si jih marsikdo ne more privoščiti. Brez denarja ni mogoče spremeniti življenjske zgodbe na način, da bi rešili stiske in zagate posameznikov. (Mali 2013a: 26). Večina anketiranih je odgovorila, da bi jim brezplačne aktivnosti olajšale udeležbo na zelenih aktivnostih. Ramovš (2012: 35) pravi, da je osnovna materialna preskrbljenost prvi pogoj za kakovostno staranje. Opozarja tudi, da je potreba po materialni preskrbljenosti ena izmed višjih socialnih potreb v starosti (Ramovš 2003: 93).

Največ starih ljudi se zanima za druženje. Sledi telovadba oziroma fizične aktivnosti. Zanimajo pa se tudi za delavnice o zdravljenju in lajšanju raznih bolezni ter delavnice zdravlilnih zeli. Iz teh odgovorov sklepam, da ljudem manjka druženje, družba, klepet,

pogovor. Ta podatek me ne preseneča, saj sem že v teoretičnem uvodu predstavila osamljenost kot veliko stisko starih ljudi. Se mi pa zdi zanimiv podatek, da druge aktivnosti za vprašane niso toliko zanimive, saj vemo, da druženje samo po sebi po navadi ni dejavnost, ampak poteka znotraj raznih aktivnosti. Ne preseneča me tudi veliko zanimanje za zdrav način življenja (telovadba oziroma fizične aktivnosti, delavnice o zdravljenju in lajšanju raznih bolezni ter delavnice zdravilnih zeli), saj se danes veliko osvešča ljudi in govori o teh temah tako v medijih kot tudi v strokovni literaturi. Ramovš (2003: 95–97) meni, da je treba prisluhniti pristnim telesnim potrebam po gibanju, po zmernosti in zdravi prehrani, sicer lahko pride do začaranega kroga poslabševanja: star človek se telesno zanemarja in pri tem duševno otopeva, vedno manj je aktiven in tako tudi vedno bolj socialno osamljen; to še pospešuje njegovo duševno pešanje in pasivnost, kar pa povzroča še hujše telesno zanemarjanje. Z vidika kakovostne starosti je treba vse življenje uravnoteženo skrbeti za svoje telesno in duševno zdravje, v starosti pa še posebej. S tem se strinja tudi Hojnik-Zupanc (1997: 10), ki svetuje redno telesno aktivnost, zdravo prehrano ter ohranjanje stikov z ljudmi.

Večina starih ljudi meni, da so premalo informirani o ponudbi programov in aktivnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja. Še posebej ljudje s podeželja, kjer je informiranost manjša. Ramovš (2003: 104) ugotavlja, da ljudje niso več tako osamljeni, ko se vključijo v medgeneracijske programe, zato sama vidim nujnost delovanja medgeneracijskih centrov še naprej. Tudi Mali in Nagode (2009: 218) navajata, da socialna opora, ki jo star človek lahko dobi v socialnih omrežjih, blagodejno deluje na njegovo funkcioniranje in psihično počutje.

6. SKLEPI

- Večina starih ljudi iz občin Ajdovščina in Vipava ne pozna oziroma zelo slabo pozna medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava.
- Večina starih ljudi iz občin Ajdovščina in Vipava se ne udeležuje aktivnosti, ki jih ponuja medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava.
- Stari ljudje najpogosteje gledajo televizijo in berejo časopise/revije ter knjige.
- Najpogostejši razlogi za obiskovanje katerihkoli aktivnosti, so sprostitev, čim več časa ostati aktiven ter druženje s prijatelji.
- Slabi polovici vprašanih je vseeno, s katero generacijo preživljajo prosti čas, dobri tretjini pa je prioriteta druženje s svojo generacijo.
- Glavne ovire, da se stari ljudje ne udeležujejo raznih aktivnosti so pomanjkanje prevoza, denarja in časa.
- Udeležbo na aktivnostih bi starim ljudem olajšale brezplačne aktivnosti, boljša informiranost o izbiri programov ter lasten prevoz.
- Največ zanimanja med starimi ljudmi je za aktivnosti, kot so druženje, telovadba oziroma fizične aktivnosti, delavnice o zdravljenju in lajšanju raznih bolezni ter delavnice o zdravilnih zeliščih.
- Največ anketiranih bi si želelo program Hiše Sadeži družbe Vipava dobivati v domač poštni nabiralnik.
- Večina vprašanih meni, da so premalo informirani o ponudbi aktivnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja.
- Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, imajo enako število ovir za udeležbo na aktivnostih kot ljudje, ki v program niso vključeni.
- Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, se v enaki meri družijo z mladimi kot ljudje, ki v program niso vključeni.
- Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, bolje poznajo program le-te kot tisti, ki v program niso vključeni.
- Ljudje iz mestnega okolja se želijo vključiti v enako število aktivnosti kot ljudje iz podeželskega okolja.

7. PREDLOGI

- Glede na to, da dobri dve tretjini anketiranih slabo pozna oziroma sploh ne pozna medgeneracijskega centra Hiša Sadeži družbe Vipava, predlagam, da se več vlaga v prepoznavnost centra. Hišo in njene aktivnosti bi lahko predstavili v lokalnih časopisih in poslali promocijski letak v hišne nabiralnike v okoliške kraje ter povabili ljudi vseh generacij ali še bolje, lahko bi osebno pristopili do ljudi in jim predstavili ter jih povabili na aktivnosti.
- Veliko ljudi je izrazilo željo po nekaterih aktivnostih, zato se mi zdi pomembno obveščati o programu Hiše Sadeži družbe Vipava na več mestih, na primer po oglasnih deskah okoliških krajev, na javnih mestih in prostorih.
- Velik problem je tudi nedostopnost do same Hiše za invalide, saj so pred vhodom stopnice, zato predlagam ureditev klančine za invalide, da bodo lahko tudi ljudje na invalidskih vozičkih imeli prost dostop do aktivnosti Hiše.
- Vse večja je tudi finančna kriza med starimi ljudmi in ovira za udeležbo na želeni aktivnosti je tudi denar, zato bi lahko organizirali brezplačne aktivnosti. V ta namen pa predlagam zbiranje donatorskih sredstev, saj si marsikdo ne more več privoščiti plačevanja članarin in drugih aktivnosti.
- Glede na to, da je bil kot ovira za obisk želene aktivnosti naveden tudi prevoz oziroma spremstvo, predlagam, da se aktivira mlade uporabnike Hiše Sadeži družbe Vipava ali druge, da prostovoljno pripeljejo ali pospremijo ljudi na aktivnost ter poskrbijo za njihov povratek domov.
- Predlagam, da bi bolj promovirali prostovoljstvo in pomen medgeneracijskega sožitja.
- Prav tako predlagam, da prostovoljci delijo letake s programom in opisom centra v hišne nabiralnike ter ponudijo ljudem tudi možnost vodenja zelenih delavnic.
- Predlagam, da se poskrbi za pester in zanimiv program v Hiši Sadeži družbe Vipava ter se poišče izvajalce delavnic, ki so pozele največ zanimanja: druženje, telovadba, zdravljenje raznih bolezni ipd.

8. LITERATURA:

- Accetto, B. (1987), *Starost in Staranje. Osnove medicinske gerontologije*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Arko T., Goričan B., Kovač J., Novak T. (2011), *Sadeži družbe: priročnik za izvajanje medgeneracijskega programa*. Ljubljana: Slovenska filantropija, Združenje za promocijo prostovoljstva.
- Flaker, V., Mali, J., Kodele, T., Grebenc, V., Škerjanc, J., Urek, M. (2008), *Dolgotrajna oskrba: očrt potreb in odgovorov nanje*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Hlebec, V., Filipovič Hrast, M., Kump, S., Jelenc Krašovec, S., Pahor, M., Domajnko, B. (2012), *Medgeneracijska solidarnost v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Hojnik- Zupanc, I. (1997), Priprava na upokojitev in starost. V: Hojnik- Zupanc, I., *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije (stran 3–12).
- Kastenbaum, R. (1985), *Staranje*. Murska Sobota: Pomurska založba.
- Knific, B. (1997), Medgeneracijski odnosi. V: Hojnik- Zupanc, I., *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije (stran 35–44).
- Kristančič, A. (2005), *Nova podoba staranja–siva revolucija*. Ljubljana: Združenje svetovalnih delavcev Slovenije.
- Lake, T. (1989), *Osamljenost*. Ljubljana: Založba Mladinska knjiga.
- Mali, J. (2002), Starost, emocije in emocionalno delo v domovih za stare. *Socialno delo*, 41, 6:317–323.
- Mali, J. (2008), *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2009a), Medgeneracijska solidarnost v obstoječih oblikah skrbi za stare ljudi. V: Tašner, V. (ur.), Lesar, I. (ur.), Antič, M. G. (ur.), Hlebec, V. (ur.), Pušnik, M. (ur.), *Brez spopada: kultur, spolov, generacij*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta (stran 243–256).

Mali, J. (2009b), Sožitje med generacijami kot ga razumemo v socialnem delu: sožitje generacij. V: Bezjak, S. (ur.), *Vloga starejših v sodobni slovenski družbi: zbornik*. Ljubljana: Inštitut Hevrek (stran 68–74).

Mali, J. (2009c), Spremembe v institucionalnem varstvu starejših. V: Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Dialogi, (letnik 10). Maribor: Aristej (stran 95–107).

Mal, J. (2011), Uvajanje zagovorništva starejših oseb. V: Tratnik-Volasko, M. (ur.), *Zagovorništvo starejših*, (Zbornik referatov in razprav, 2011, št. 1). Ljubljana: Državni svet Republike Slovenije (stran 15–27).

Mali, J. (2012), Socialno delo s starimi ljudmi in nova socialna zakonodaja. *Čas. krit. znan.*, 39, 250: 128–137.

Mali, J. (2013a), *Dolgotrajna oskrba v Mestni občini Ljubljana*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Mali, J. (2013b), Socialno delo s starimi ljudmi kot specializacija stroke. *Socialno delo*, 52, 1: 57–67.

Mali, J. (2014), The role of social work in the epoch of intergenerational solidarity in society. *Revija za socialnu politiku* 21,2: 111–131.

Mali, J., Nagode, M. (2009), Medgeneracijsko sožitje kot temelj sodobne socialne politike v Sloveniji. V: Tašner, V. (ur.), Lesar, I. (ur.), Antić, M. G. (ur.), Hlebec, V. (ur.), Pušnik, M. (ur.), *Brez spopada: kultur, spolov, generacij*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta (215–228).

Mali, J., Ovčar, L. (2010), Življenjski svet starejšega kmečkega prebivalstva. *Socialno delo*, 49, 4: 229–238.

Mandič, S. (2009), Medgeneracijsko zavezništvo, izmenjava virov blaginje in sodobne dileme. V: Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Dialogi, (letnik 10). Maribor: Aristej (stran 139–151).

Mesec, B. (1997), *Metodologija raziskovanja v socialnem delu I*. Ljubljana, Fakulteta za socialno delo.

- Pečjak, V. (1998), *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Pečjak, V. (2007), *Psihologija staranja*. Bled: samozaložba.
- Pentek, M. (1997), Značilnosti staranja in možnosti vplivanja na dejavnike tveganja. V: Hojnik- Zupanc, I., *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije (stran 45–58).
- Požarnik, H. (1981), *Umetnost staranja. Leta, predsodki in dejstva*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Ramovš, J. (1997), Smiselno življenje v starih letih. V: Hojnik- Zupanc, I., *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije (stran 13–26).
- Ramovš, J. (2000), Medgeneracijska povezanost, samopomoč in kakovostna starost. *Socialno delo*, 39, 4–5: 315–329.
- Ramovš, J. (2003), *Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in SAZU.
- Ramovš, J. (2009), Gerontološko izrazje: Medgeneracijsko sožitje. *Kakovostna starost*, 12 1: 104/105.
- Ramovš, J. (2012), *Za kakovostno staranje in lepše sožitje med generacijami*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.
- Ramovš, J. in Ramovš K. (2007), *Pitje mladih: raziskava o pitju alkohola med mladimi v luči antropoloških znanj o omamah in zasvojenostih*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.
- Russi Zagožen, I. (2001), *Živeti s staranjem in smrtjo: priročnik za voditelje skupin starih za samopomoč*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Šadl, Z., Hlebec, V. (2007), Emocionalna opora v omrežjih srednje in starejše generacije v časovni perspektivi. *Teorija in praksa* 44, 1/2: 226–253.
- Šircelj, M. (2009), Staranje prebivalstva v Sloveniji. V: Hlebec, V. (ur), *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Dialogi, (letnik 10). Maribor: Aristej (stran 15–43).
- Voljč, B. (2007), Zdravo staranje. *Kakovostna starost* 10, 2: 2–8.

Zaviršek, D., Zorn, J., Videmšek, P. (2002), *Inovativne metode v socialnem delu: Opolnomočenje ljudi, ki potrebujejo podporo za samostojno življenje*. Ljubljana: Študentska založba (Scripta).

Spletni viri:

EUR-Lex. Sporočilo Komisije – Zelena knjiga; Odziv na demografske spremembe: nova solidarnost med generacijami (2005). Dostopno na: http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/sl/com/2005/com2005_0094sl01.pdf (10.3.2014).

Inštitut Antona Trstenjaka. Gerontologija. Slovar. Dostopno na: <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/gerontologija/slovar/?offset=50> (23.4.2014).

Slovenska filantropija, medgeneracijsko sodelovanje. Dostopno na <http://www.filantropija.org/medgeneracijsko-sodelovanje/> (15.3.2014).

Statistični urad Republike Slovenije. Drugi evropski dan solidarnosti in sodelovanja med generacijami (2010). Dostopno na: http://www.stat.si/novica_prikazi.aspx?id=3095 (10.3.2014).

Statistični urad Republike Slovenije. Starejše prebivalstvo v Sloveniji (september 2010). Dostopno na: <http://www.stat.si/doc/StarejsePrebivalstvo.pdf> (10.3.2014).

9. PRILOGE

9.1 Vprašalnik

Pozdravljeni, sem Tina Koren in sem študentka Fakultete za socialno delo v Ljubljani. Za diplomsko delo delam raziskavo na področju starejših ljudi. Prosim vas za sodelovanje pri anketi, saj mi bodo prav vaši iskreni odgovori pomagali izvesti raziskavo ter izboljšati program in aktivnosti za vas! Prosim vas za iskrene odgovore. Anketa je anonimna, dobljeni podatki pa bodo uporabljeni samo za namene raziskave in izboljšanja storitev v Hiši Sadeži družbe Vipava. Hvala!

1. Kako dobro poznate medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava ter njene aktivnosti in programsko ponudbo? (obkrožite en odgovor)

- a) sploh ne poznam / še nisem slišal
- b) slabo poznam
- c) ne poznam niti dobro / niti slabo
- d) poznam dobro
- e) poznam zelo dobro

2. Ste se že kdaj udeležili kakšne od aktivnosti, ki jih ponuja Hiša Sadeži družbe Vipava? (obkrožite en odgovor)

- a) da, pogosto
- b) da, občasno
- c) ne, nikoli

3. Označite s križcem, katerih dejavnosti se udeležujete in kako pogosto jih izvajate? (na splošno, ne samo v Hiši Sadeži družbe Vipava)

	nikoli	vsaj 1x mesečno	vsaj 2x mesečno	vsaj 1x tedensko	vsaj 2-3x tedensko	skoraj vsak dan
fizične aktivnosti						
druženje						
izobraževanje						
razne delavnice						
gledanje televizije						
branje knjig						
branje revij/časopisov						
varstvo vnukov						
drugo: _____						

4. Zakaj obiskujete te aktivnosti, kaj vam to pomeni? (možnih je več odgovorov)

- a) da se sprostim
- b) da pozabim na skrbi
- c) da se družim s prijatelji
- d) da se ne počutim osamljeno
- e) da ostanem aktiven/na
- f) da se počutim koristno
- g) jih ne obiskujem
- h) drugo_____

5. S katero generacijo se najraje družite oziroma preživljate prosti čas?

- a) z najmlajšimi, z otroki
- b) z mladimi
- c) s srednjo generacijo
- d) s svojo generacijo
- e) mi je vseeno

6. Katere so ovire, ki vam otežujejo udeležbo na želeni aktivnosti? (možnih je več odgovorov)

- a) nimam prevoza
- b) nimam časa
- c) ne poznam nobenih aktivnosti
- d) me sploh ne zanimajo dodatne aktivnosti (jih ne potrebujem)
- e) nimam denarja
- f) nimam motivacije
- g) drugo_____

7. Kaj bi vam olajšalo udeležbo na želeni aktivnosti? (možnih je več odgovorov)

- a) lasten prevoz
- b) boljša informiranost o izbiri programov
- c) brezplačne aktivnosti
- d) drugo_____

8. Katere aktivnosti bi vas zanimale in bi se jih radi udeležili?

	Aktivnost bi me zanimala (obkrožite)	Bi se udeležili te aktivnosti? (označite s križcem)			
		gotovo	verjetno	ne	ne vem
kuharske delavnice	DA/NE				
delavnice zdrave prehrane	DA/NE				
računalniški tečaji	DA/NE				
telovadba/fizične aktivnosti	DA/NE				
glasbene delavnice	DA/NE				
likovne in ustvarjalne delavnice	DA/NE				
okrogle mize in predavanja	DA/NE				
skupine za samopomoč	DA/NE				
druženje	DA/NE				
delavnice ročnih spretnosti (šivanje/kvačkanje/pletenje...)	DA/NE				
prostor za skupno čuvanje vnukov	DA/NE				
delavnice starih obrti/običajev	DA/NE				
delavnice o zdravljenju in lajšanju raznih bolezni	DA/NE				
delavnice zdravilnih zeli	DA/NE				
drugo:	DA/NE				

9. Hiša Sadeži družbe Vipava objavlja svoje aktivnosti na različne načine. Kakšen način informiranja glede dogajanja v Hiši pa bi vam najbolj ustrezal? (možnih je več odgovorov)

- a) časopis
- b) televizija
- c) radio
- d) oglasna deska
- e) internet (facebook, spletna stran Slovenske filantropije)
- f) elektronska pošta
- g) SMS- sporočila
- h) program bi rad dobival v domač poštni nabiralnik (v obliki zloženke ali letaka)
- i) program bi lahko bil na razpolago v javnih ustanovah (v obliki zloženke ali letaka)
- j) drugo: _____

10. Ali menite, da ste dovolj informirani o ponudbi aktivnosti, ki jih izvajajo različni izvajalci na področju medgeneracijskega sodelovanja?

- a) da
- b) ne

11. Za konec bi vas še prosila, če mi zaupate še nekaj podatkov, ki mi bodo pomagali pri razvrščanju rezultatov.

spol: moški/ženski

starost:

občina stalnega bivališča: Ajdovščina/Vipava

kraj bivanja (obkrožite): mestno naselje/podeželje

Najlepša hvala za sodelovanje in lep dan še naprej!

9.2 Zbirnik podatkov

Št. ankete	1. poznavanje HSD	2. udeležili aktivnosti HSD	3.1 fizične aktivnosti	3.2 druženje	3.3 izobraževanje delavnice	3.4 razne delavnice	3.5 gledanje TV	3.6 branje knjig	3.7 branje revij/casopisov	3.8 čuvanje vmukov	4.1 da se sprostim	4.2 da pozabim na skrbi	4.3 da se družim s prijatelji	4.4 da se ne počutim osamljeno	4.5 da ostanem aktiven/na	4.6 da se počutim koristno	4.7 jih ne obiskujem	5. s katero generacijo ste radi	6.1 nimam prevoza	6.2 nimam časa	6.3 ne poznam nobenih aktivnosti	6.4 me sploh ne zanimajo dodatne aktivnosti	6.5 nimam denarja	6.6 nimam motivacije	7.1 lasten prevoz	7.2 boljše informirano st o izbiri programov	7.3 brezplačne aktivnosti	8. a.1 kuharske delavnice	8.a.2 delavnice zdrave prehrane	8.a.3 računalniški tečaj	8.a.4 telovadba/fizične aktivnosti	8.a.5 glasbene delavnice	8.a.6 likovne/ustvarjalne delavnice	8.a.7 okrogle mize/predavanja		
1	4	3	2	6	2	2	6	5	3	5	1	0	0	0	1	1	0	5	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	
2	2	3	4	4	4	4	3	3	6	5	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	
3	3	3	4	5	3	3	6	6	6	6	0	0	1	0	0	0	0	5	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
4	1	3	6	4	1	1	2	6	6	1	1	0	1	0	1	0	0	5	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	
5	1	3	6	4	1	1	6	4	6	6	0	0	0	0	1	1	0	5	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
6	2	3	5	4	2	2	6	4	5	4	1	0	0	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
7	2	3	6	2	4	2	6	6	5	4	0	0	0	0	1	1	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	
8	2	3	3	3	2	1	6	4	5	4	1	0	0	0	0	1	0	5	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	
9	3	3	2	3	2	1	6	6	6	3	1	0	0	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	
10	2	3	4	3	2	2	6	5	4	6	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	
11	2	3	4	3	5	1	6	5	5	4	0	0	0	0	1	1	0	5	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	
12	4	3	6	6	4	4	6	3	6	6	0	0	0	0	1	1	0	5	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	
13	2	3	6	4	2	2	6	5	6	3	1	0	1	0	0	0	0	4	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	
14	2	3	6	1	1	1	5	2	5	3	1	1	0	0	0	0	0	4	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
15	1	3	3	3	2	6	5	5	6	5	0	0	1	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	
16	3	2	3	2	2	2	4	4	4	4	1	0	1	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
17	3	3	1	1	1	1	6	6	1	6	1	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0
18	4	1	5	5	1	4	4	5	2	1	1	0	1	0	1	0	0	5	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0
19	5	2	2	6	1	5	6	6	1	1	0	0	0	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	
20	4	1	5	6	2	5	6	2	1	1	1	0	1	0	1	0	0	3	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	
21	1	3	4	3	1	1	6	3	5	1	1	1	0	0	0	0	0	5	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	
22	1	3	2	2	1	1	6	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	5	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	
23	5	1	6	6	5	5	6	6	2	1	1	1	1	0	1	1	0	5	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	
24	4	3	1	1	2	2	6	6	6	5	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1
25	2	3	1	6	2	4	6	6	6	6	1	0	1	1	1	0	1	4	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1
26	3	1	5	5	1	4	6	6	4	2	1	1	1	1	1	1	0	5	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0
27	1	3	1	2	1	1	1	6	6	1	0	0	0	2	0	0	0	5	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0
28	2	3	6	5	2	2	6	5	6	1	1	1	1	1	1	0	0	4	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1
29	2	3	6	5	2	2	6	5	6	2	1	1	1	1	1	0	0	4	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1
30	3	2	4	4	2	2	6	6	6	4	1	0	0	0	1	1	0	3	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0
31	5	1	4	6	2	2	6	6	6	5	0	0	1	0	1	1	0	4	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1
32	4	2	5	3	1	1	6	6	6	6	0	0	0	1	0	0	0	4	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0
33	4	2	5	5	3	4	5	5	5	5	0	0	0	0	0	1	0	5	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0
34	2	3	1	4	3	2	6	6	6	1	1	0	0	0	1	1	0	5	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1
35	3	3	1	4	1	1	1	5	5	1	0	0	0	0	0	0	1	4	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
36	2	3	2	5	2	2	6	5	6	1	0	0	1	0	1	0	0	5	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0
37	3	3	6	5	1	1	5	4	3	5	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0
38	2	3	6	5	2	2	6	2	6	6	1	1	1	0	1	1	0	5	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0
39	2	3	5	5	4	4	6	6	5	5	0	0	1	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1
40	1	3	5	5	2	1	5	5	5	4	0	0	1	0	0	0	0	4	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0
41	3	3	6	4	1	1	2	6	6	5	1	0	1	0	1	0	0	5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
42	1	3	5	5	1	1	5	5	5	5	0	0	0	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0
43	2	3	5	5	4	2	5	5	5	5	1	1	1	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
44	3	3	3	3	1	1	6	6	6	5	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
45	1	3	4	6	2	2	6	6	6	6	1	0	0	0	0	0	0	5	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0
46	1	3	5	6	2	2	6	2	2	2	0	0	1	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0
47	1	3	6	5	1	1	5	5	6	6	1	0	1	0	0	0	0	4	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
48	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	5	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
49	1	3	5	6	4	4	6	6	4	5	1	0	1	0	1	1	0	5	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
50	1	3	5	6	6	5	6	5	5	5	1	0	0	0	1	0	0	4	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1

Št.anke	8.a.8 skupine za samopomoč	8.a.9 skupine za druženje	8.a.10 delavnice ročnih spretnosti	8.a.11 prostor za skupno čuvanje vnukov	8.a.12 delavnice starih obrti /običajev	8.a.13 delavnice o zdravljenju in lajšanju raznih bolezni	8.a.14 delavnice zdravnih zeli	8.b.1 kuharske delavnice	8.b.2 zdrave prehrane	8.b.3 računalniški tečaji	8.b.4 telovadba	8.b.5 glasbene delavnice	8.b.6 likovne/arjalne	8.b.7 ustv. miše/predavanja	8.b.8 skupine za samopomoč	8.b.9 skupine za druženje	8.b.10 delavnice ročnih spretnosti	8.b.11 prostor za skupno varstvo vnukov	8.b.12 delavnice starih obrti /običajev	8.b.13 delavnice o zdravljenju in lajšanju raznih bolezni	8.b.14 delavnice zdravnih zeli	9.1 časopis	9.2 televizija	9.3 radio	9.4 oglasna deska	9.5 internet	9.6 elektronska pošta	9.7 sms sporočila	9.8 program bi rad dobil v pošti	9.9 program razpolago v javnih ustanovah	10. št. menite da ste dovolj informirani o aktivnostih	11.a spol	11.b starost	11.c občina stalnega bivališča	11.d kraj bivanja		
1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	2	67	2	1	
2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	2	65	1	2	
3	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	2	75	1	1	
4	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	65	2	2	
5	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	2	2	66	1	2	
6	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	2	1	77	1	1	
7	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	2	80	1	2	
8	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	2	72	1	2
9	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	2	73	1	2
10	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	2	68	1	1	
11	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	0	0	2	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	2	84	1	1	
12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	2	2	69	1	1	
13	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	0	0	0	1	0	0	1	0	2	1	68	1	1	
14	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	2	1	75	2	2
15	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	1	88	1	2
16	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	2	2	65	2	1	
17	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	2	73	2	1
18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	1	1	2	2	2	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2	2	77	2	2
19	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	75	2	1
20	0	1	0	0	0	1	1	2	2	0	1	0	2	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	2	68	2	2
21	0	1	0	0	1	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	2	1	82	1	2	
22	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	2	0	0	0	0	2	0	0	0	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	78	1	2
23	0	1	1	0	0	1	1	1	2	0	1	0	1	0	0	2	1	0	0	2	2	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	2	66	2	2	
24	0	0	0	0	1	0	1	0	0	2	2	1	1	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	2	67	2	1	
25	0	1	0	1	1	1	1	0	0	2	4	1	0	1	0	1	0	1	1	2	4	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	2	2	70	1	2
26	0	1	0	0	1	1	1	1	1	2	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	2	2	65	2	1
27	0	1	0	0	0	0	0	2	4	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	2	2	79	1	2
28	0	1	0	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	2	0	2	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	2	71	2	2	
29	0	1	0	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	2	71	2	1	
30	1	1	0	0	0	0	1	2	2	0	2	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	2	2	71	2	1	
31	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	2	1	78	2	1	
32	1	1	0	0	1	1	1	1	2	0	1	0	0	0	1	2	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	2	68	2	2	
33	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	2	67	2	1	
34	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2	65	2	2	
35	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	2	80	1	2	
36	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	2	0	0	0	0	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	2	2	77	1	2
37	1	1	0	1	1	1	1	0	1	2	2	2	0	0	2	2	0	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	2	65	1	2	
38	0	1	0	0	0	0	0	2	2	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	69	1	2	
39	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	2	0	0	1	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	75	1	2
40	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	1	68	1	2
41	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	67	1	2	
42	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	76	1	1
43	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	2	85	1	2	
44	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	68	1	2		
45	0	1	1	1	0	1	1	2	2	0	1	0	0	0	0	1	2	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	68	1	2	
46	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	66	1	2	
47	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	1	67	1	2	
48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	81	1	1	
49	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	66	1	1	
50	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2	2	72	1	1	

Št.lankete	1. poznavanje HSD	2. udeležili aktivnosti HSD	3.1 fizične aktivnosti	3.2 druženje je	3.3 izobraževanje razne delavnice	3.5 gledanje TV	3.6 branje knjig	3.7 branje revij/kasopisov	3.8 čuvanje vnukov	4.1 da se sprostim	4.2 da pozabim na skrbi	4.3 da se družim s prijatelji	4.4 da se ne počutim osamljeno	4.5 da ostanem aktiven/na	4.6 da se počutim koristno	4.7 jih ne obiskujem	5. s katero generacijo ste radi	6.1 nimam prevoza	6.2 nimam časa	6.3 ne poznam nobenih aktivnosti	6.4 me sploh ne zanimajo dodatne aktivnosti	6.5 nimam denarja	6.6 nimam motivacije	7.1 lasten prevoz	7.2 boljše informirano st o izbiri programov	7.3 brezplačne aktivnosti	8.a.1 kuharske delavnice	8.a.2 delavnice zdrave prehrane	8.a.3 računalniški tečaji	8.a.4 telovadba/fitnesne aktivnosti	8.a.5 glasbene delavnice	8.a.6 likovne/ustv arjalne delavnice	8.a.7 mize/predavanja		
51	1	3	5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	4	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	
52	4	3	6	5	2	2	6	4	4	6	1	0	1	0	1	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	
53	2	3	5	5	4	1	6	1	6	1	0	0	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	
54	1	3	2	3	2	2	6	1	3	2	1	0	1	0	0	0	4	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	
55	3	3	6	3	1	1	6	5	6	6	1	1	1	1	1	1	5	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	
56	2	3	6	5	6	5	6	6	6	5	1	1	1	1	1	1	4	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	
57	1	3	4	5	1	1	6	1	5	5	0	0	1	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	
58	2	3	5	5	2	1	5	2	5	5	0	0	1	0	1	1	4	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	
59	1	3	6	2	6	6	4	6	4	6	0	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	
60	1	3	1	2	1	1	2	1	4	1	0	0	1	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	
61	2	3	6	6	2	2	6	6	6	5	1	0	1	0	0	0	5	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	
62	1	3	5	4	4	5	5	6	1	0	1	0	0	0	0	1	5	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	
63	3	3	6	5	6	6	6	3	1	2	1	1	1	1	1	1	4	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	
64	2	3	6	6	1	1	6	3	3	6	1	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	
65	1	3	5	6	5	2	6	6	6	2	1	0	0	0	0	0	5	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	
66	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	0	0	0	0	0	4	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
67	4	2	5	4	3	4	6	5	6	1	0	0	1	0	1	0	4	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	
68	2	2	6	6	1	1	6	6	6	1	1	0	1	1	1	0	5	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	
69	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	5	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
70	3	3	6	6	1	2	6	5	2	1	1	1	0	1	0	0	5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	
71	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	
72	4	3	6	6	1	3	6	1	6	1	0	0	1	1	0	0	4	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	
73	1	3	6	6	1	6	6	6	6	1	1	1	1	1	1	1	4	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	
74	1	3	6	6	1	6	5	6	6	1	1	0	1	0	0	0	5	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	
75	1	3	6	6	6	6	6	6	6	1	1	0	0	0	0	0	5	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	
76	2	2	6	6	1	1	5	6	6	1	1	0	0	1	0	0	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1
77	2	3	2	3	1	1	5	1	5	6	0	0	1	0	0	0	3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
78	1	3	1	2	1	1	6	2	6	1	0	0	0	0	0	0	4	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0
79	2	3	1	6	4	2	5	5	4	6	1	0	1	0	1	1	5	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	
80	1	3	1	1	1	1	6	2	1	4	0	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
81	3	3	2	2	1	1	6	2	5	4	0	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0
82	2	3	2	2	1	1	1	2	2	4	0	0	1	0	0	0	4	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
83	1	3	2	6	5	2	4	5	6	6	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1
84	3	3	1	1	1	2	4	4	5	6	1	0	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
85	1	3	1	1	1	1	6	4	4	4	1	0	0	0	0	0	4	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
86	1	3	6	1	1	1	1	1	4	1	0	1	0	0	0	0	4	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
87	4	1	1	6	1	3	5	6	6	3	1	1	1	1	0	0	5	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1
88	1	3	3	4	2	2	4	4	1	2	1	0	0	1	0	0	2	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1
89	2	3	1	2	1	1	6	5	6	1	0	0	0	0	0	0	1	5	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0
90	2	3	5	6	1	1	5	6	5	1	1	0	1	0	1	0	4	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0
91	4	2	2	6	1	2	5	6	6	2	1	0	1	0	1	0	4	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1
92	2	3	1	6	1	1	6	6	6	4	1	1	1	1	1	1	5	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1
93	1	3	1	2	1	1	5	5	4	1	0	0	0	0	0	1	5	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
94	1	3	6	6	4	5	1	4	5	6	1	1	1	1	1	1	5	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
95	2	3	2	3	1	1	6	4	4	1	1	1	0	0	0	0	4	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
96	2	3	2	6	4	3	1	1	5	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1
97	4	2	5	5	4	5	2	2	5	5	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
98	3	3	1	1	1	1	6	1	2	1	0	1	0	0	0	0	4	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
99	3	3	1	2	1	1	6	2	1	1	0	0	0	0	1	0	3	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1
100	2	3	1	2	1	1	6	6	6	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0

Št.anke	8.a.8 skupine za samopomoč		8.a.9 skupine za druženje		8.a.10 delavnice ročnih spretnosti		8.a.11 skupno čuvanje vnukov		8.a.12 delavnice starih občian /občičev		8.a.13 delavnice o zdravljenu in lajanju delavnic raznih bolezni		8.a.14 delavnice zdravilnih zeli		8.b.1 kuharske delavnice		8.b.2 delavnice zdrave prehrane		8.b.3 računalniški tečaji		8.b.4 telovadba		8.b.5 glasbene delavnice		8.b.6 likovne/arjanske		8.b.7 okrogle mize/predavanja		8.b.8 skupine za samopomoč		8.b.9 skupine za druženje		8.b.10 delavnice ročnih spretnosti		8.b.11 skupno varstvo vnukov		8.b.12 delavnice starih občian /občičev		8.b.13 delavnice o zdravljenu in lajanju delavnic raznih bolezni		8.b.14 delavnice zdravilnih zeli		9.1 časopis		9.2 televizija		9.3 radio		9.4 oglasna deska		9.5 internet		9.6 elektronska pošta		9.7 sms sporočila		9.8 program bi rad dobil v pošti		9.9 program na razpolago v javnih ustanovah		10. ali menite da ste dovolj informirani o aktivnostih		11.a spol		11.b starost		11.c občina stalnega bivališča		11.d kraj bivanja																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0

9.3 Izračuni za preverjanje hipotez

Preverjanje H1:

H1: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, imajo manj ovir za udeležbo na aktivnostih kot ljudje, ki v program niso vključeni.

Tabela 8.1: Opažena frekvenca (f_o)

	so vključeni v HSD*		niso vključeni v HSD*		
		%		%	skupaj
manj ovir	15	94	59	76,6	74
več ovir	1	6	18	23,4	19
skupaj	16	100	77	100	93

*HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava

Tabela 8.2: Teoretična frekvenca (f_t)

	so vključeni v HSD*	niso vključeni v HSD*	skupaj
manj ovir	12,7	61,3	74
več ovir	3,3	15,7	19
skupaj	16	77	93

*HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava

Tabela 8.3: Izračun hi-kvadrata

celice	f_o	f_t	$f_o - f_t$	$(f_o - f_t)^2$	$(f_o - f_t)^2 / f_t$
a	15	12,7	2,3	5,29	0,416
b	59	61,3	-2,3	5,29	0,086
c	1	3,3	-2,3	5,29	1,603
d	18	15,7	2,3	5,29	0,337
skupaj	93	93	0		2,442

$$\chi^2 = \sum \frac{(f_o - f_t)^2}{f_t} = 2,442$$

$$sp = 1$$

$$h_{i,0,05} = 3,841$$

$$x^2 = 2,44 < x^2_{2p=0,05} = 3,84$$

Preverjanje H2:

H2: Večina vprašanih si želi fizičnih aktivnosti ter druženja.

66 anketiranih je odgovorilo, da jih druženje zanima.

$$s_p = \sqrt{\frac{PQ}{n}} = \sqrt{\frac{66 \times 34}{100}} = \sqrt{\frac{2244}{100}} = \sqrt{22,44} = 4,737$$

$$z = \frac{66 - 50}{4,737} = 3,38$$

50 ljudi je odgovorilo, da jih zanimajo fizične aktivnosti.

$$s_p = \sqrt{\frac{PQ}{n}} = \sqrt{\frac{50 \times 50}{100}} = \sqrt{\frac{2500}{100}} = \sqrt{25} = 5$$

$$z = \frac{50 - 50}{5} = 0$$

Preverjanje H3:

H3: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, se v večji meri družijo z mladimi kot ljudje, ki v program niso vključeni.

Tabela 8.4: Opažena frekvenca (f_o)

	so vključeni v HSD*		niso vključeni v HSD*		skupaj
		%		%	
večja mera	1	12,5	9	20,9	10
manjša mera	7	87,5	34	79,1	41
skupaj	8	100	43	100	51

*HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava

Tabela 8.5: Teoretična frekvenca (f_t)

	so vključeni v HSD*	niso vključeni v HSD*	skupaj
večja mera	1,6	8,4	10
manjša mera	6,4	34,6	41
skupaj	8	43	51

**HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava*

Tabela 8.6: Izračun hi-kvadrata

celice	f_o	f_t	$f_o - f_t$	$(f_o - f_t)^2$	$(f_o - f_t)^2 / f_t$
a	1	1,6	-0,6	0,36	0,225
b	9	8,4	0,6	0,36	0,043
c	7	6,4	0,6	0,36	0,056
d	34	34,6	-0,6	0,36	0,01
skupaj	51	51	0		0,334

$$x^2 = \sum \frac{(f_o - f_t)^2}{f_t} = 0,33$$

$$sp = 1$$

$$hi_{0,05} = 3,841$$

$$x^2 = 0,33 < x^2_{2p=0,05} = 3,84$$

Preverjanje H4:

H4: Ljudje, ki so vključeni v medgeneracijski program Hiša Sadeži družbe Vipava, bolje poznajo njegov program kot tisti, ki v program niso vključeni.

Tabela 8.7: Opažena frekvenca (f_o)

	so vključeni v HSD*		niso vključeni v HSD*		
		%		%	skupaj
bolje poznajo	11	79	5	7	16
slabše poznajo	3	21	63	93	66
skupaj	14	100	68	100	82

*HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava

Tabela 8.8: Teoretična frekvenca (f_t)

	so vključeni v HSD*	niso vključeni v HSD*	
			skupaj
bolje poznajo	2,7	13,3	16
slabše poznajo	11,3	54,7	66
skupaj	14	68	82

*HSD: Hiša Sadeži družbe Vipava

Tabela 8.9: Izračun hi-kvadrata

celice	f_o	f_t	$f_o - f_t$	$(f_o - f_t)^2$	$(f_o - f_t)^2 / f_t$
a	11	2,7	8,3	68,89	25,515
b	5	13,3	-8,3	68,89	5,18
c	3	11,3	-8,3	68,89	6,1
d	63	54,7	8,3	68,89	1,26
skupaj	82	82	0		38,055

$$\chi^2 = \sum \frac{(f_o - f_t)^2}{f_t} = 38,06$$

$$sp = 1$$

$$hi_{0,05} = 3,841$$

$$\chi^2 = 38,06 > \chi^2_{2p=0,05} = 3,84$$

Preverjanje H5:

H5: Ljudje iz mestnega okolja se želijo vključiti v več aktivnosti kot ljudje iz podeželskega okolja.

Tabela 8.10: Opažena frekvenca (f_o)

	mesto	%	podeželje	%	skupaj
manj aktivnosti	10	21,7	18	33,3	28
več aktivnosti	36	78,3	36	66,6	72
skupaj	46	100	54	100	100

Tabela 8.11: Teoretična frekvenca (f_t)

	mesto	podeželje	skupaj
manj aktivnosti	12,9	15,1	28
več aktivnosti	33,1	38,9	72
skupaj	46	54	100

Tabela 8.12: Izračun hi-kvadrata

celice	f_o	f_t	$f_o - f_t$	$(f_o - f_t)^2$	$(f_o - f_t)^2 / f_t$
a	10	12,9	-2,9	8,41	0,652
b	18	15,1	2,9	8,41	0,557
c	36	33,1	2,9	8,41	0,254
d	36	38,9	-2,9	8,41	0,216
skupaj	100	100	0		1,679

$$x^2 = \sum \frac{(f_o - f_t)^2}{f_t} = 1,68$$

$$sp = 1$$

$$hi_{0,05} = 3,841$$

$$x^2 = 1,68 < x^2_{2p=0,05} = 3,84$$

9.4 Izjava o avtorstvu

IZJAVA O AVTORSTVU

Spodaj podpisana **Tina Koren**, študentka univerzitetnega dodiplomskega študija Socialno delo, Fakultete za socialno delo Univerze v Ljubljani, z vpisno številko **06050636**, s svojim podpisom izjavljam, da sem avtorica diplomskega dela z naslovom:

»Potrebe starih ljudi in njihova vključenost v medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava«.

S svojim podpisom zagotavljam:

- da je predloženo diplomsko delo rezultat mojega samostojnega raziskovalnega dela ter da so vsa dela in mnenja drugih avtorjev citirana in navedena v seznamu virov, ki je sestavni del predloženega diplomskega dela;
- da se zavedam, da je plagiatorstvo, ne glede na obliko in način predstavljanja tujega avtorskega dela kot svojega, v nasprotju z akademsko etiko in s pričakovanimi moralnimi prepričanji ter pomeni hujšo kršitev pravil in predpisov, ki urejajo to področje, kot tudi posledic, ki jih ima takšno dejanje za predloženo delo in z njim povezani status;
- da sem seznanjen/-a z določili Pravilnika o diplomskem delu in diplomskem izpitu;
- da je predloženo pisno delo identično elektronski verziji istega dela;
- da v skladu s 1. odstavkom 21. člena Zakona o avtorskih in sorodnih pravicah (Ur. l. RS, št. 16/07, 68/08 in 110/13) dovoljujem, da se zgoraj navedeno diplomsko delo objavi v digitalni zbirki eGradiva in repozitoriju UL.

V Ljubljani, 5.5.2016

Podpis avtorice:

10. POVZETEK

Staranje je naraven in neizogiben proces, zato mi je hudo, ko poslušam ljudi okoli sebe, kako negativno razmišljajo o staranju in starosti. Zdi se mi, da pri tem ne gre samo za povečevanje mladosti ali predsodke o starosti, ampak predvsem za strah. Gre za strah, kako bom živel, če bom odvisen od pomoči drugih, kako bom sprejemal svoje telo, ki morda ne bo več tako gibčno kot nekoč, svojo kožo, ki se bo nagubala, ali pa, da bom vse pozabil in ne bom prepoznal niti svojih najbližjih. Ljudje se bojimo nepoznanih stvari ali stvari, o katerih premalo vemo, zato vidim nujnost medgeneracijskega sožitja. Negativne predsodke o starosti je treba razbijati ter več govoriti tako o staranju kot tudi o sožitju med generacijami. Prav tako je pomembno spregovoriti tudi o tem, kako se kakovostno starati, kakšne so potrebe starih ljudi, kako si medsebojno pomagati in podobno. Poleg informiranja javnosti je treba začeti tudi to udeležati, se tako obnašati, čutiti, misliti. Medgeneracijski centri, kot so na primer Hiše Sadeži družbe, so odlično okolje za učenje sožitja in vzajemne strpnosti. Prav o tem teče tudi beseda v mojem diplomskem delu: o staranju, o potrebah, ki morajo biti zadovoljene za kakovostno starost, o osamljenosti starih ljudi ter o predsodkih in ne na zadnje o medgeneracijskem sožitju.

V raziskovalnem delu diplomskega dela sem se srečala z ljudmi, starejšimi od 65 let. Razdelila sem jim anonimne anketne vprašalnike, vrnjenih sem dobila 100 pravilno izpolnjenih. Rezultati so pokazali, da večina starih ljudi iz občin Ajdovščina in Vipava ne pozna oziroma zelo slabo pozna medgeneracijski center Hiša Sadeži družbe Vipava ter da se jih večina, kar 83 %, še nikoli ni udeležila nobene izmed aktivnosti, ki jih Hiša ponuja. Iz tega lahko sklepam, da je programska ponudba za stare ljudi nezanimiva, da za medgeneracijski center sploh ne vedo ali pa imajo razne ovire, ki jim preprečujejo udeležbo pri želenih aktivnostih. Največji oviri sta pomanjkanje prevoza in denarja, zato bi starim ljudem brezplačne aktivnosti ter lasten oziroma organiziran prevoz precej olajšali dostop do želenih dejavnosti. Večina anketirancev tudi meni, da so premalo informirani o ponudbi aktivnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja. Pravkar omenjeno pomanjkljivost bi lahko rešili z vključitvijo prostovoljcev, ki bi delili letake s predstavitvijo Hiše ter programsko ponudbo v hišne nabiralnike po okoliških krajih ali še bolje, lahko bi osebno pristopili do ljudi in jim jo predstavili ter jih povabili na aktivnosti. Prav tako bi lahko prostovoljci

tudi pripeljali ali pospremili ljudi na aktivnosti ter poskrbeli za njihov povratek domov. Največ zanimanja med starimi ljudmi je za aktivnosti, kot so druženje, telovadba, delavnice o zdravljenju in lajšanju raznih bolezni ter delavnice o zdravih živilih.

Vsak človek ima nekaj v sebi, kar lahko podari. Talent. Znanje. Izkušnje. Svojo zgodbo. Pomoč. Nasmeh. In vsak človek je nekje šibak, nemočen, ranljiv. Potrebujemo drug drugega, zato se moramo med seboj opominjati, saj na to kaj hitro pozabimo. Ko se bomo tega vsi zavedali, bomo naredili pomemben korak na poti do sočloveka in medgeneracijskega sožitja.