

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

DIPLOMSKO DELO

**STRATEGIJE PREŽIVETJA STAREJŠEGA ČLOVEKA
V ČASU KRIZE**

AVTORICA: Teja Kozel

MENTOR: doc. dr. Srečo Dragoš

Ljubljana, 2016

PODATKI O DIPLOMSKI NALOGI

Ime in priimek: Teja Kozel

Naslov naloge: Strategije preživetja starejšega človeka v času krize

Kraj: Ljubljana

Leto: 2016

Število strani: 125

Število prilog: 1

Mentor: doc. dr. Srečo Dragoš

Ključne besede: Starejši, demografske spremembe, proces staranja, socialne mreže, socialni kapital, revščina, zakonska ureditev, vloge socialnih delavcev, socialno-varstvene storitve, nevladne organizacije

Povzetek: Diplomaska naloga raziskuje življenjsko okolje starejših posameznikov iz Ljubljane ali bližnje okolice. Zanimalo me je predvsem njihovo soočanje s finančno situacijo ter njihove strategije preživetja. V teoretičnem uvodu so predstavljeni demografske spremembe in sam proces staranja. Raziskala sem tudi koncept socialnih mrež, koncept revščine, socialno delo s starejšimi ter zakonsko ureditev in socialno-varstvene storitve, ki so na voljo starejšim osebam. V empiričnem delu me je predvsem zanimalo, kakšne so razlike med intervjuvanimi posamezniki, kje so si podobni in zakaj pride do razlik in podobnosti.

Keywords: Elderly, demographic changes, aging, social networks, social capital, poverty, legislation, the role of social workers, social-care services, non-governmental organizations

Abstract: The thesis explores the living environment of elderly individuals from Ljubljana or the surrounding area. I was primarily interested in their coping with financial situations and their survival strategies. In the theoretical introduction I present the demographic changes and the aging process. I explored the concept of social networks, the concept of poverty, social work with the elderly, legislation and social care services available to elderly people. In the empirical part, I was particularly interested in differences or similarities between the interviewed individuals and the reason behind it.

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

DIPLOMSKO DELO

**STRATEGIJE PREŽIVETJA STAREJŠEGA ČLOVEKA
V ČASU KRIZE**

AVTORICA: Teja Kozel

MENTOR: doc. dr. Srečo Dragoš

Ljubljana, 2016

Starim staršem

in

Gerontološkemu društvu Slovenije

Predgovor

Realnost našega prostora in časa je, da se družbena struktura naglo spreminja. Število starejših ljudi strmo narašča, kar močno vpliva na delovanje celotne družbe.

Vedno pogosteje lahko naletimo na izraz 'ageism', ki opisuje stereotipiziranje starejših in diskriminatorno vedenje do starih oseb. Mlajše generacije pogosto mislijo, da so starejši slabega zdravja in zato tudi neproduktivni, da počasi izgubljajo pamet ter seksualno privlačnost. In zdi se, da se je s pojavom gospodarske krize diskriminatorno vedenje do starejših še povečalo.

Svojo poklicno pot sem že pred diplomom pričela v Gerontološkem društvu Slovenije, kjer sem se podrobneje spoznala s področjem dela s starejšimi. Pri svojem delu sem videla, da se veliko starejših oseb, sooča s težko finančno situacijo, hkrati pa je materialna stiska starejših še vedno tema o kateri se ne govori, tudi med starejšimi. Z diplomsko nalogo sem si želela podrobneje ogledati posamezne koncepte, ki so povezani s starejšimi, spoznati življenjsko okolje starejših in njihove strategije preživetja. Upam, da bo naloga dala vpogled v življenje šestih posameznikov ter s tem razbila tudi kakšen stereotip o starejših osebah.

Na tem mestu se zahvaljujem mentorju, doc. dr. Sreču Dragošu, za strokovno podporo in odlično vodenje pri pisanju diplomske naloge. Hvala tudi vsem sodelujočim, da so me toplo sprejeli v svoj dom in z mano iskreno spregovorili. Za priložnost in navdih se zahvaljujem mag. Danici Hrovatič.

Jakovi družini se zahvaljujem, ker so me tako lepo sprejeli medse in me vzeli za svojo. Nina, Anja in Jan – hvala, da me vztrajno spodbujate, tudi pri pisanju diplomske naloge. Posebna zahvala gre moji družini – hvala za vso izkazano ljubezen in hvala, ker ste mi omogočili študij ter mi potrpežljivo stali ob strani, še posebej med stresnimi izpitnimi obdobji. Ljubezen – besede nikoli ne bodo dovolj, zato preprosto hvala.

Stvarno kazalo

1	Teoretični uvod	13
1.1	Demografske spremembe	13
1.2	Tretje življenjsko obdobje	15
1.2.1	Biološke teorije staranja	16
1.2.2	Socialno-psihološke teorije staranja	19
1.2.3	Telesne spremembe in zdravje	21
1.2.4	Osebnostni razvoj v starosti	23
1.2.5	Potrebe starejših	24
1.2.6	Upokojitev	28
1.3	Socialne mreže	29
1.3.1	Socialna opora	31
1.3.2	Socialni kapital	33
1.3.3	Socialne mreže starejših	34
1.4	Revščina	37
1.4.1	Revščina med starejšimi	38
1.4.2	Univerzalni temeljni dohodek	39
1.5	Socialno delo s starimi	40
1.6	Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju (ZPIZ-2)	43
1.6.1	Starostna upokojitev	44
1.6.2	Predčasna pokojnina	45
1.6.3	Delna pokojnina	46
1.6.4	Vdovska pokojnina	46
1.6.5	Poklicna pokojnina	47
1.6.6	Pravica do letnega dodatka	47
1.6.7	Pravica do dodatka za pomoč in postrežbo	48
1.7	Socialnovarstvene storitve	48
1.7.1	Prva socialna pomoč	48
1.7.2	Osebna pomoč	49
1.7.3	Pomoč družini za dom	49
1.7.4	Pomoč na domu in socialni servis	50
1.7.5	Institucionalno varstvo	50
1.7.6	Nevladne organizacije in spletni portali namenjeni starejšim	51
1.7.6.1	Nevladne organizacije	51
1.7.6.2	Spletni portali	53
2	Problem	55

2.1	Izhodišče raziskave	55
2.2	Raziskovalni problem	55
2.3	Raziskovalna vprašanja	55
3	Metodologija	56
3.1	Vrsta raziskave	56
3.2	Merski instrument in viri podatkov	56
3.3	Populacija in vzorčenje.....	57
3.4	Zbiranje podatkov	57
3.5	Obdelava in analiza podatkov.....	58
4	Rezultati	59
5	Razprava.....	75
6	Sklepi.....	79
7	Predlogi	83
8	Viri	85
8.1	Bibliografija.....	85
8.2	Spletni viri	87
9	Priloge	91
9.1	Prepis intervjujev	91
	Polona.....	91
	Meta.....	94
	Tone.....	106
	Jože.....	110
	Marija in Franci	114
	Silva.....	120
	Povzetek	124

Kazalo tabel

Tabela 1: Prebivalstvo Slovenije po projekcijah prebivalstva EUROPOP2010, 2010-2015	14
Tabela 2: Približni delež starostnikov in zelo starih starostnikov, ki vzdržujejo socialne odnose z različnimi osebami (prilagojeno po Wagner in dr., 1999).	35
Tabela 3: Stopnja tveganja revščine glede na starost in spol, Slovenija	38
Tabela 4: Sklepna tabela	59

1 Teoretični uvod

1.1 Demografske spremembe

Delež starejših v razvitih državah se strmo povečuje, napovedi pa kažejo, da bo število starejših raslo tudi v prihodnje. Staranje prebivalstva je sicer velik dosežek družbe, hkrati pa s svojim vplivom na gospodarsko in družbeno-socialno področje prinaša ogromno izzivov.

Demografsko staranje se je najprej pojavilo v Evropi na prehodu iz agrarne v industrijsko in postindustrijsko družbo. Analize so pokazale, da staranje prebivalstva sproži zniževanje rodnosti, kar imenujemo staranje od spodaj – zmanjšuje se število mladih. Ko se rodnost ustali na nizki ravni, postane pomemben dejavnik staranja prebivalstva zniževanje umrljivosti, kar imenujemo staranje od zgoraj – zvišuje se število starejših. Tretji dejavnik, ki vpliva na staranje prebivalstva, pa predstavlja odseljevanje mladih ljudi (Hlebec et al. 2013: 8).

S fenomenom demografskega staranja se sooča tudi Slovenija. V letu 2010 je bilo v celotni strukturi prebivalstva 16,6 % starejših, povprečna starost pa 41,6 leta. Če podatke primerjamo z letom 2015 lahko vidimo, da število starejših strmo narašča. Po zadnjih znanih podatkih je namreč že petina (18,2 %) slovenske populacije starejša nad 65 let, torej kar 1,6 % več kot v letu 2010. Prav tako se je v petih letih zvišala povprečna starost prebivalca, in sicer za eno leto – v letu 2015 je bila povprečna starost prebivalca 42,6 leta. Za skoraj en procent se je povečalo število prebivalcev, starejših od 80 let. V letu 2010 je bilo v Sloveniji 4,0 % prebivalstva starejšega od 80 let, v letu 2015 pa kar 4,9 % (Statistični urad RS 2015: Seznam tabel).

Demografske napovedi za Evropsko unijo kažejo, da se bo prebivalstvo tudi v prihodnje staralo. Povprečna starost prebivalca države članice do leta 2060 naj bi se povzpela na 47,9 leta, delež oseb v starosti 65 let ali več pa naj bi narasel na 30 %. Število oseb, starih nad 80 let, naj bi se do leta 2060 potrojilo, in sicer bo iz 21,8 milijonov naraslo na 61,4 milijona. Pri tem pa se bo delež mladih vseskozi zmanjševal (Andragoški center RS 2011: Statistični podatki: Prebivalstvo EU in

Slovenije se nezadržno stara).

Tabela 1: Prebivalstvo Slovenije po projekcijah prebivalstva EUROPOP2010, 2010-2015

Leto	Št. prebivalcev	Prebivalci, stari 0 – 14 let (%)	Prebivalci, stari 15 – 64 let (%)	Prebivalci, stari 65 let ali več (%)	Prebivalci, stari 80 let ali več (%)	Koeficient starostne odvisnosti starejših (%)
2010	2.046.976	14,0	69,4	16,5	3,9	23,8
2015	2.106.182	14,7	67,8	17,5	4,7	25,8
2020	2.142.217	15,2	65,0	19,8	5,2	30,4
2025	2.154.934	14,7	63,3	22,0	5,7	34,8
2030	2.154.609	13,7	62,2	24,2	6,3	38,8
2035	2.148.629	12,9	61,0	26,1	7,9	42,7
2040	2.141.070	12,9	59,6	27,5	9,2	46,1
2045	2.131.661	13,4	57,4	29,2	10,2	50,8
2050	2.114.985	13,9	55,5	30,6	10,9	55,0
2055	2.089.905	13,9	54,5	31,5	11,6	57,8
2060	2.057.964	13,7	54,8	31,6	12,7	57,6

Vir: Andragoški center Republike Slovenije, 2011

Kot je razvidno iz zgornje tabele, tudi demografske napovedi za našo državo niso obetavne. Do leta 2060 naj bi se delež prebivalcev, starih 65 let ali več, povišal za 15,1 odstotkov, delež prebivalcev, starih 80 let ali več, pa za 8,8 %. Koeficient starostne odvisnosti starejših, ki opisuje razmerje med odvisnimi (starejši od 65 let) in delovno sposobnimi (stari 15–64 let), bo do leta 2060 narasel na 57,6 %.

Demografsko staranje prinaša spremembe na demografskih, socialnih, ekonomskih, zdravstvenih in drugih področjih. Zmanjševanje števila živorojenih zmanjšuje vpise

v izobraževalne ustanove, s čimer se zmanjšuje potreba po teh ustanovah in kadrih, ki se ukvarjajo z varstvom, vzgojo in izobraževanjem otrok. Zaradi večjega števila starejših se večajo potrebe po ustanovah in kadrih, ki skrbijo za izobraževanje in varstvo starejših – večje potrebe po določenih vrstah stanovanj (npr. varovana stanovanja), po določenih storitvah v zdravstvu (npr. negovalne bolnišnice), v trgovinah (npr. dostava na dom), spremembe pa so potrebne tudi v sistemu zdravstvenega in pokojninskega zavarovanja. Spreminjanje števila starih in mladih prinaša spremembe tudi v medosebnih odnosih. Starejši so s staranjem populacije izgubili spoštovanje zaradi znanja in izkušenj. Ker je mladih malo in so bolje izobraženi, se bolje prilagajajo tehnološkemu razvoju, so vedno bolj cenjeni. Vendar vloge starejših kljub temu ne smemo zanemariti. Z udeležbami na volitvah, delovanjem v političnih strankah, v nevladnih organizacijah ipd. lahko, zaradi svoje številčnosti, pomembno vplivajo na družbeno in politično dogajanje. Pomembno lahko prispevajo k lažjemu usklajevanju delovnih in družinskih obveznosti mlajše generacije (npr. varstvo otrok, kuhanje kosila ipd.). Podaljševanje življenja pomembno vpliva tudi na sorodstvene mreže, saj so te vedno bolj v ravni črti in vedno manj v stranski. Med njimi pa so vedno pogostejše osebe, ki izhajajo iz različnih kulturnih okolij. To se zgodi predvsem zaradi vedno večjega selitvenega prirasta, ki se počasi spreminja iz negativnega v pozitivnega. Presežek selitev omili zmanjševanje števila prebivalstva, hkrati pa povečuje delež priseljenega prebivalstva, posledica tega pa je večja kulturna raznolikost (Šircelj M. v Hlebec 2009: 21, 22).

1.2 Tretje življenjsko obdobje

Kot navaja Jože Ramovš (v Inštitut Antona Trstenjaka 2014: 45), je staranje »... fiziološki proces, ki se začne z oploditvijo in ga ne moremo preprečiti. Pri staranju prihaja do sprememb v celicah, njihovi presnovi, delovanju in obnavljanju.« Je individualen proces, ki pa se pri vsakem človeku kaže na drugačen način. Na hitrost staranja najbolj vplivata dednost in kakovost življenjskih razmer, dodatno pa ga pospešujejo tudi naslednji dejavniki: vlažno vroče podnebje, mestno življenje, nezdrav način življenja, napačna prehrana, premalo gibanja, služba, škodljive navade in razvade (ibid.)

Tretje življenjsko obdobje, kot včasih imenujemo starost, pa ne pomeni, da se človek neha razvijati. Kot navaja Azra Kristančič (2005), so razvojne naloge v pozni odraslosti (65 let ali več) sledeče:

- prilagajanje krizi fizičnih moči in zdravstvenemu stanju,
- prilagajanje in priprava na prenehanje poklicne dejavnosti,
- prilagajanje na status upokojenca/ke,
- sprejemanje preoblikovanja telesnih in psihičnih sposobnosti,
- utrjevanje zadovoljstva s preostalimi telesnimi in duševnimi zmožnostmi,
- utrjevanje nove – pozno zrelostne samopodobe in podobe v širši družbi,
- prilagajanje novim socialnim vlogam,
- medgeneracijsko povezovanje in interesno prostovoljstvo,
- oblikovanje izrazite pripadnosti z vrstniki in vrstnicami,
- prilagajanje na izgubo partnerja – partnerice,
- prilagajanje rekreacijskih in športnih dejavnosti telesnim in zdravstvenim zmožnostim,
- priprave na morebitno spremembo bivanja – odhod v nov bivalni ali negovalni dom.

Pomembno je, da prepoznamo starost kot nadgradnjo posameznikove osebne rasti ter tako pripomoremo k razbijanju stereotipov, ki spremljajo tretje življenjsko obdobje.

1.2.1 Biološke teorije staranja

Biološke teorije staranje opredeljujejo kot upad v fiziološki kompetentnosti človeka. Pravijo, da na njegovo sposobnost preživetja vplivajo biološke spremembe. Biološke teorije se med seboj dopolnjujejo, čeprav jih lahko razdelimo na genetske in negenetske teorije staranja. Prve staranje opredeljujejo kot genetsko programiran proces, ki povzroča telesni in mentalni upad v pozni starosti, določa pa tudi maksimalno življenjsko dobo, medtem ko negenetske teorije poudarjajo pomen dejavnikov okolja in razlagajo staranje kot posledico naključnih napak in vpliva posameznih okoljskih dejavnikov. Poškodbe zunanjega izvora naj bi bile pravi vzrok telesnemu in mentalnemu upadu (Marjanovič-Umek in Zupančič 2009: 648–649).

Poglejmo si nekaj bioloških teorij staranja, kot jih navajata Marjanovič-Umek in Zupančič (2009: 648–649).

1. Teorija rabe in izrabe

Teorija rabe in izrabe pravi, da je staranje posledica poškodb telesnih sistemov, saj imajo celice s starostjo vse manjšo zmožnost popravljanja ali nadomeščanja poškodovanih delov. Neugodni vplivi zunanjih dejavnikov povzročajo telesu škodo in v končni fazi tudi smrt. Z leti, ko se telo izrabi, postaja izčrpano in zaradi tega tudi bolj dovzetno za neugodne vplive.

2. Teorija dednosti

Življenjsko dobo in vpliv na individualne razlike v življenjski dobi znotraj vrste, naj bi določala dednost.

3. Teorija staranja celic

Teorija staranja celic predvideva, da obstaja zgornja meja deljenja celic – 'Hayflickova meja'. Ko je ta meja dosežena (pri človeku se celice delijo maksimalno petdesetkrat), se celice nehajo deliti, delovanje telesnih sistemov pa tako postaja manj učinkovito.

4. Teorija programiranega staranja

Pri starostnih spremembah imajo pomembno vlogo geni, ki nadzirajo hormonske spremembe. Upad v izločanju hormonov je namreč povezan s starostnimi spremembami, kot so upad mišične moči, kopičenje maščevja in atrofija organov.

5. Teorija navzkrižnih povezav

Teorija navzkrižnih povezav pravi, da na običajno delovanje organov vpliva navzkrižno povezovanje med molekulami kolagena in znotraj njih. S starostjo se

namreč začnejo povezovati proteini, ki tvorijo kolagen v vseh telesnih organih, kar povzroči, da organi postajajo manj prožni.

6. Teorija prostih radikalov

Prosti radikali so stranski produkt v procesu presnove znotraj celičnih teles, ko molekule kisika reagirajo s hranilnimi snovmi. Teorija prostih radikalov pravi, da so z artritisom, mišično distrofijo, očesno mreno, rakom, diabetesom in nevrološkimi motnjami povezani prosti radikali, ki poškodujejo genski material in s tem povzročajo postopen telesni in mentalni upad.

7. Teorija postopnega krajšanja telomer

Telomer je del molekule DNK, ki ščiti konec vsakega kromosoma. V procesu mitoze se telomere z vsako delitvijo krajšajo, sčasoma pa postanejo tako kratke, da se celica ne more več deliti in tako postane ranljiva za poškodbe in propad.

8. Teorija popravljanja DNK

DNK sestavljajo pari nukleotidov (citozin-gvanin, adenin-timin). Če se eden izmed nukleotidov izgubi, se lahko poškodba popravi tako, da manjkajoči nukleotid nadomesti njegov komplementarni preostanek. Če se poškodba pojavi med celično delitvijo, pa je škoda nepopravljiva, saj DNK na prazno mesto vstavi naključen nukleotid. Ta proces pogosto vodi do mutacij, ki lahko bistveno vplivajo na delovanje organizma.

9. Imunska teorija

Imunska teorija pravi, da s starostjo upada učinkovitost delovanja imunskega sistema, kar povzroči, da se telo manj učinkovito brani pred boleznimi in škodljivimi celicami.

10. Avtoimunska teorija

Poleg učinkovitosti delovanja imunskega sistema lahko v pozni odraslosti pride tudi do napake v njegovem delovanju, zaradi katere lahko imunski sistem izgubi sposobnost razlikovanja med tujki v telesu in lastnimi celicami. To povzroči, da imunski sistem začne proizvajati protitelesa, ki napadajo lastne zdrave telesne celice.

1.2.2 Socialno-psihološke teorije staranja

Socialno-psihološke teorije poskušajo razložiti potek staranja preko posameznikovih medosebnih odnosov s partnerjem, družinskimi člani, prijatelji, širšim socialnim okoljem in poklicno vpletenostjo ter razlagajo spremembe v pogostnosti in kakovosti socialnih dejavnosti. Marjanovič-Umek in Zupančič (2009: 648–650) navajata naslednje socialno-psihološke teorije:

1. Teorija prekinjanja socialnega vključevanja (Cumming in Henry)

Starostniki se postopoma pričnejo prostovoljno umikati iz socialnih dejavnosti, te pa nadomestijo z opazovanjem lastnih čustev, misli in hotenj. Ta proces umika zmanjša stres, ki izhaja iz različnih službenih, družinskih in družbenih odgovornosti ter tako povečuje zadovoljstvo posameznika.

Kritiki teorije prekinjanja socialnega vključevanja opozarjajo, da ne gre za univerzalen pojav, saj posamezniki ostajajo socialno dejavni tudi v pozni odraslosti, pri tem pa ohranjanje dejavnosti prinaša več življenjskega zadovoljstva kot prekinitev. Na socialno aktivnost starostnika vplivajo tudi osebne značilnosti in zdravje – dejavnika, ki se prav tako razlikujeta med posamezniki.

2. Teorija dejavnosti (Neugarten, Havighurst in Tobin)

V nasprotju s teorijo prekinjanja socialnega vključevanja teorija dejavnosti predpostavlja, da do upada socialne dejavnosti ne pride prostovoljno, pač pa je to posledica socialnih ovir. Za življenjsko zadovoljstvo je bistveno ohranjanje socialnih stikov, zato starejši, ki so izgubili določene družbene vloge (npr. z upokojitvijo ali s

smrtjo partnerja), te poskušajo nadomestiti z drugimi. Ni pa jasno, ali ostajajo starejši bolj dejavni zaradi tega, ker se uspešneje prilagajajo starostnim spremembam, ali se socialno bolj dejavni starostniki zaradi vključevanja v socialne interakcije bolje prilagajajo na staranje kot manj dejavni.

Kritiki teorije opozarjajo, da starejši s širšimi socialnimi mrežami niso nujno bolj zadovoljni od tistih z ožjimi – bolj kot število medosebnih odnosov je pomembna njihova kakovost.

3. Teorija čustvenosocialnega izbiranja (Carstensen)

Socialne interakcije služijo predvsem pridobivanju informacij, oblikovanju in ohranjanju pojma o sebi ter uravnavanju čustev. V obdobju pozne odraslosti prvi dve funkciji pričneta izgubljati svojo pomembnost, v ospredje pa pride predvsem funkcija uravnavanja čustev. Starejši pričnejo zaznavati, da se čas njihovega življenja krajša, zato se bolj kot na dolgoročne cilje osredotočajo na trenutne čustvene potrebe. To povzroči, da postajajo njihove socialne mreže s starostjo postopoma ožje, a hkrati bolj izbrane, saj se vključujejo predvsem v intenzivnejše in pogostejše odnose s tistimi osebami, ki jih dobro poznajo in s katerimi so odnos že oblikovali.

4. Teorija socialnih konvojev (Kahn in Antonucci)

Socialni konvoji so krogi socialnih odnosov z različno stopnjo intimnosti, znotraj katerih posameznik dobi pomoč, zadovoljstvo in socialno oporo. Po upokojitvi večina starostnikov ohrani razmeroma stalen notranji krog socialnih konvojev s prijatelji in družinskimi člani, ki pomembno vplivajo na njihovo počutje, spremembe pa se pojavijo predvsem v zunanjih, manj intimnih krogih posameznika.

5. Teorija kontinuitete (Atchley)

Teorija kontinuitete poudarja povezavo med preteklostjo in sedanjostjo. Posameznik, ki je bil v vseh razvojnih obdobjih dejaven, mora za življenjsko zadovoljstvo tudi v starosti obdržati visoko raven dejavnosti.

6. Teorija osebnosti in življenjskega sloga (Neugarten)

Teorija osebnosti in življenjskega sloga razlaga, da je raven socialne dejavnosti, ki prispeva k življenjskemu zadovoljstvu, odvisna od osebnostnih razlik - starostniki izbirajo svoje socialne aktivnosti v skladu s svojimi osebnostnimi značilnostmi.

1.2.3 Telesne spremembe in zdravje

Napredek v medicini je dosegel, da je večina starejših oseb v obdobju pozne odraslosti zdravih, vsekakor pa je njihovo zdravje slabše, kot je bilo v zgodnji ali srednji odraslosti. Pogosteje namreč zbolevajo za kroničnimi in težko ozdravljivimi boleznimi. V tretjem življenjskem obdobju se individualne razlike v telesnih spremembah povečajo, veliko telesnih sprememb pa je dejansko posledica kronične bolezni, ne toliko starosti same. Učinkovito delovanje imunskega sistema v tem času upade, zato je lahko za posameznika v tem obdobju tudi drugače nenevarna bolezen usodna. Največ sprememb se pojavi v delovanju srca, pogosta je sladkorna bolezen, naraste pa tudi krvni pritisk (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 645).

Oslabljeni diski med vretenci hrbtenice pogosto povzročijo, da telesna višina v starosti znatno upade. Pojavi se tanjšanje kosti in kože, na kateri se pogosto pojavijo tudi starostne pege, lasje pa izgubijo gostoto in močnejše osivijo. Pri manj dejavnih posameznikih upadeta moč in prožnost mišic, kar povzroči, da upade tudi sposobnost gibanja. Pomembno je torej, da so osebe kljub starosti redno telesno aktivne (po svojih zmožnostih), saj se s tem upočasnijo tudi s staranjem povezane telesne spremembe (npr. upad učinkovitosti delovanja telesnih sistemov), ohranjajo se moč, hitrost in vzdržljivost, hitreje je procesiranje informacij in spominska sposobnost, izboljša se splošno razpoloženje ter se, skupaj z zdravim življenjskim slogom, povečuje posameznikova življenjska doba (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 645).

Zaradi krčenja in smrti nevronov v možganski skorji pride do upada teže možganov. Do 90. leta starosti možgani izgubijo do 10 % svoje teže. Vendar pa pri zdravih posameznikih spremembe le malo vplivajo na njihovo vsakodnevno delovanje, z

oblikovanjem novih sinaps in rastjo dendritov lahko možgani nadomestijo upad nevronov (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 645).

Starost prinese tudi upad vidnih in slušnih sposobnosti. Starostni upad učinkovitosti vidnega zaznavanja vpliva predvsem na upad hitrosti vidnega procesiranja, občutljivosti na svetlobo, dinamični vid in ostrino razločevanja bližnjih predmetov. Večina starejših oseb se na spremembe v vidnem zaznavanju učinkovito prilagodi, vendar pa lahko večje okvare vidnega sistema pomembno vplivajo na kakovost življenja posameznika. Upad slušnega zaznavanja se najprej pojavi pri zvokih visokih frekvenc, postopno pa upada tudi zaznavanje nizkofrekvenčnih zvokov. Upad slušnega zaznavanja lahko vpliva predvsem na socialne odnose starostnika, saj se soočajo s težavami z zaznavanjem govora. Težave s sluhom pa pri večini posameznikov niso tako velike, da bi bistveno ovirale njihove vsakdanje dejavnosti (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 646).

Po 60. letu starosti se pogosto pojavi tudi upadanje zaznavanja okusov in vonjev. V skrajnih primerih lahko upad zaznavanja ogrozi njihovo življenje, saj ne zaznajo pokvarjene jedi ali dima. Pogosto je upad v zaznavanju okusa in vonja povezan z zdravjem posameznika, kajenjem, uživanjem zdravil, ipd. Nekoliko upade tudi zaznavanje dotika, zlasti na prstih rok, ter občutljivosti na temperaturo. Slednje je lahko v okolju z zelo nizko ali visoko temperaturo tudi eden od dejavnikov tveganja za telesne poškodbe. Zmanjšanje občutljivosti receptorskih celic, ki možganom posredujejo podatke o položaju telesa v prostoru, poviša tveganje za izgubo ravnotežja in padce. K temu prispeva tudi počasnejše odzivanje starostnika, manjša mišična moč in zmanjšana sposobnost vidnega zaznavanja. (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 646 – 648).

Mednarodna raziskava SHARE, ki je v vzorec zajela tudi Slovenijo, je pokazala, da svoje zdravje najslabše ocenjujejo starejše osebe, stare od 75 do 84 let, in sicer z oceno 3,77 (pri čemer je 1 pomenilo zelo dobro, 5 pa zelo slabo). Najbolje, z oceno 3,58, so svoje zdravje ocenili starostniki, stari med 64 do 74 let. Z občutkom depresije se najpogosteje soočajo osebe, stare med 75 in 84 let. Pri dnevnih

življenjskih aktivnostih so najbolj omejene najstarejše osebe, stare 84 let ali več (Ramovš, Lipar 2014: 9).

1.2.4 Osebnostni razvoj v starosti

Čeprav stereotipi o starostnikih pravijo, da so ti depresivni, splošno nezadovoljni, usmerjeni v preteklost in neprestano razmišljajo o smrti, pa empirični podatki kažejo prav nasprotno – starostniki v povprečju niso niti depresivni niti nezadovoljni, osredotočeni so predvsem na sedanjost, večina pa jih ne razmišlja o smrti (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 758).

Študije, opravljene na vzorcu starejših posameznikov, starih med 70. in 103. letom, kažejo usmerjenost starejših v okolje, razmišljanje o sebi in njihovo motiviranost za povezovanje z drugimi ljudmi. Večina opredelitev sebe se je nanašala na sedanje značilnosti, pozitivni opisi sebe pa so bili dvakrat pogostejši kot negativni. Starejši posamezniki so se v povprečju zaznavali 12 let mlajše, kot so v resnici, in so bili mnenja, da izgledajo 9,5 let mlajši. Najpogostejša področja, na katerem si starostniki zamišljajo sebe v prihodnosti, sta zdravje in osebne značilnosti, medtem ko se različne pristočasne aktivnosti in zanimanja ne pojavljajo tako pogosto. Ta področja so nadomeščale vsebine, ki se nanašajo na sprejemanje sebe, samostojnost in ugodne odnose z drugimi ljudmi. Prav tako osrednja vsebina prihodnosti ni bilo vzdrževanje sedanjega stanja (z izjemo zdravja), pač pa težnja po spremembah, po doseganju nečesa novega, ponovne izkušnje nečesa ipd. (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 758, 759).

Starejše osebe se z naraščajočo starostjo vse bolj učinkovito spoprijemajo s čustveno obremenilnimi situacijami. Posamezniki, ki uravnoteženo doživljajo pozitivna in negativna čustva ali pri katerih pozitivne čustvene izkušnje prevladujejo nad negativnimi, izražajo večjo psihološko prožnost¹. Starost v pozni odraslosti in

1 »Psihološka prožnost je posameznikova sposobnost vzdrževanja prilagojenega vedenja pri obvladovanju travmatskih dogodkov, ohranjanja normativnega psihološkega delovanja v dlje trajajočih zelo stresnih okoliščinah (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 758, 762).«

ravnotežje med pozitivnimi izkušnjami pa nista tesno povezani. Zelo blag upad pogostosti negativnih čustev se pojavi šele okoli 85. leta starosti, ponavadi pa je posledica zoženja socialne mreže in upada časa, ki ga starejši posameznik z naraščajočo starostjo preživi v družbi z drugimi ljudmi. Ugodne in neugodne vplive na posameznikovo psihološko prožnost imajo, poleg pogostosti pozitivnih čustev, tudi splošni, razmeroma trajni in stabilni vzorci vedenja, ki jih zajemata osebnostni dimenziji ekstravertiranosti (ugodno) in nevroticizma (neugodno). Za ekstravertirane posameznike je značilna višja raven dejavnosti, zanimanja, samozaupanja, družabnosti, kar jim lajša spoprijemanje z izzivi, ki jih prinese tretje življenjsko obdobje (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 763, 764).

V tretjem življenjskem obdobju se povečuje količina učinkovitih strategij za spoprijemanje s stresom. Starostniki se, v primerjavi z mlajšimi generacijami, pogosteje oddaljijo od problema in ga poskušajo ponovno oceniti s pozitivnega vidika ali pa se neposredno soočijo s problemom. Za spoprijemanje s stresom starejši najredkeje uporabljajo regresivne strategije, kot so opuščanje spoprijemanja, izguba življenjskega smisla, pričakovanje, da se bodo s problemom spoprijeli drugi ipd. Namesto tega veliko raje uporabljajo bolj učinkovite strategije, in sicer pridobivanje informacij, vztrajnost, primerjanje trenutne situacije s preteklo ipd. V zelo pozni starosti sicer pride do pogostejše uporabe regresivnih strategij, kar pa bi lahko bila posledica tudi objektivno omejenih sposobnosti za spoprijemanje s stresom (npr. upad zaznavnih, gibalnih, spoznavnih sposobnosti, pogostejše somatske bolezni ipd.) (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 765).

1.2.5 Potrebe starejših

Kot navaja Jože Ramovš (2003: 6) je »[v]saka potreba [...] informacija, kaj živo bitje trenutno potrebuje za svoj obstoj in napredek, obenem pa daje motivacijsko energijo za doseg ali uresničitev tega cilja.« Za kakovostno delo z ljudmi je nujno poznavanje in upoštevanje vseh človekovih potreb (ibid.).

Ramovš (2003: 93 -128) je v svoji knjigi *Kakovostna starost* opisal sledeče potrebe

starejših ljudi.

1. Potreba po materialni preskrbljenosti

Človekova materialna preskrbljenost se danes kaže predvsem v mesečnem ali letnem denarnem dohodku (pri starejših gre za pokojnino), od nje pa je odvisno tudi zadovoljevanje potreb po hrani, obleki, toplem stanovanju, čistoči, razvedrilu, zdravljenju bolezni, potovanju ipd. Ker je sistem invalidskega in pokojninskega zavarovanja v krizi in nenehnih reformah zaradi vedno večje razlike med deležem upokojencev v primerjavi z aktivno populacijo, je materialna preskrbljenost v starosti zelo odvisna tudi od prihrankov posameznika. To je eden izmed razlogov za širjenje plačanega dela starejših bodisi kot polna ali delna zaposlitev.

2. Potreba po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine

Potreba po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine je v današnji družbi v ospredju pozornosti. Gre za pristno temeljne človeške potrebe, ki jim je treba pozornost posvečati skozi celo življenje, v starosti pa je prav dejavno življenje pomemben dejavnik zadovoljstva. Telesna, duševna in delovna zmogljivost so tesno povezane z zadovoljevanjem višjih nematerialnih socialnih potreb. Na tem mestu je treba poudariti tudi to, da okolica nekaterih telesnih in duševnih potreb ne zazna – tak primer je potreba po telesnem stiku in kožnem kontaktu zlasti v zadnjem ali terminalnem obdobju življenja.

3. Potreba po osebni medčloveškem odnosu

Potreba po osebni medčloveškem odnosu je najbolj pereča nematerialna socialna potreba v starosti. Pomembno je, da star človek občuti, da ga nekdo jemlje resno kot človeka, da ga sprejme takšnega, kakršen je, da rad prisluhne njegovi besedi, da ceni njegove življenjske izkušnje – da ga ima rad. V tradicionalnih družbah so reden osebni stik starejšim ljudem zagotavljali družinski člani in sorodniki ali morda bližnji sosed. V današnji družbi sorodstvo in sosedstvo v precejšnji meri izgublja to vlogo, ljudje se danes povezujejo po lastni pobudi in prijateljskem načelu. Pomembno pa je, da starejši človek drugega doživlja kot »svojega«, saj se bo v nasprotnem primeru

kljub široki družbi počutil osamljenega (kar se velikokrat dogodi v bolnišnicah ali domovih starejših občanov). Prav osamljenost pa je v starosti ena najhujših tegob, saj osamljen človek tudi svojo bogato življenjsko preteklost začne doživljati kot nekaj praznega in nevrednega. Duševno se zaprejo vase, kar pa lahko vodi tudi v depresijo.

4. Potreba po predajanju življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji

Človekove življenjske zgodbe so njegovo največje in najbolj osebno bogastvo in s predajanjem svojih življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji starejši človek občuti, da je bilo njegovo življenje resnično nekaj vrednega. Predajanje znanja pa je potreba tudi mlajše generacije, saj vsaka generacija napredek nadaljuje tam, kjer ga je prejšnja generacija končala. V preteklosti so bile pomembne predvsem izkušnje starih ljudi v zvezi z delom, delovnimi postopki in orodji, vremenom in drugimi vidiki materialnega preživetja. Danes so veliko bolj iskane življenjske izkušnje o medčloveškem sožitju, o globljem notranjem dogajanju v človeku, o človekovem osebnem spoprijemu s prijetnim in težavnim v življenju. Da pa bo lahko človek v tretjem življenjskem obdobju uspešno predal svoja življenjska spoznanja in izkušnje mlajšim generacijam, mora biti tudi sam odprt za nova znanja in spoznanja.

5. Potreba po doživljanju smisla starosti

Starejši kot je človek, bolj se ukvarja z vprašanjem, kolikšno vrednost in pomen je imelo vse prizadevanje v njegovem življenju. Sprašuje se o pomenu in vrednosti sedanjega trenutka, o smislu življenja v celoti. Viktor Frankl je odkril, da je človekova volja do smisla temeljna človeška energija – star človek, ki ne doživlja smisla svoje starosti, ostane brez energije za opravljanje številnih nalog, ki bi jih sicer zmogel, in za kljubovanje starostnim težavam. Predpogoj za iskanje smisla v starosti je sprejemanje starosti s prepričanjem, da je prav tako smiselno obdobje življenja, kakor so bila mladostna in srednja leta, da gre za posebno obdobje življenja, ki ima svoje posebne možnosti in naloge, prav tako pa svoje posebne omejitve in težave.

6. Potreba po negi v starostni onemoglosti

Da bi kvalitetno negovanje onemoglega človeka omogočilo maksimalno kakovost življenja in medčloveškega odnosa, moramo sprejeti človeško onemoglost – star človek svojo, svojci in negovalci pa njegovo. Prevladujoči vrednoti v naši družbi sta avtonomija in neodvisnost, zato si star človek zelo težko prizna, da je nemočen, nebogljen. To velikokrat povzroči, da človek odklanja potrebno pomoč ali pa zapade v depresivno samopomilovanje in pretirano nemoč.

7. Potreba po nesmrtnosti

Najbolj splošna oblika potrebe po nesmrtnosti je v današnjih časih zaverovanost ljudi v trajno mladost, ustvarjalnost in neomejene zmožnosti v povezavi s tabujem staranja in njegovih znakov telesnega in duševnega propadanja. Mnogi ljudje svojo potrebo po nesmrtnosti zadovoljujejo s prizadevanjem, da ne mislijo na smrt ali pa omalovažujejo pomen in težo človekovega konca življenja. Zdravi načini zadovoljevanja potrebe po nesmrtnosti pa so zlasti:

- skrb, da bi se človeka po smrti spominjali;
- prizadevanje, da bi ostala za človekom njegova dela;
- vera v življenje po smrti.

O življenju starejših pogosto odločajo njihovi svojci in strokovne službe. Tudi na vsebino programov za starejše sami nimajo možnosti vpliva, načrtovalci programov pa pogosto pozabijo, da imajo posamezniki različne potrebe ter programe pripravljajo zgolj na podlagi ocen (Cibic et al. 2006: 67).

V letu 2013 so Vesna Leskošek, Jana Mali in Liljana Rihter (Zveza društev upokojencev Slovenije (2013): Ugotavljanje potreb starejših na območju Mestne občine Ljubljana), v sodelovanju z Zvezo društev upokojencev izvedle raziskavo z naslovom »Ugotavljanje potreb starejših na območju Mestne občine Ljubljana«. Raziskava je pokazala, da velik odstotek starejših živi samih, še posebno v višjih

starostih. Kaže se, da je velika potreba po domovih za starejše osebe, še posebno izven mestnega jedra. Okoli pet odstotkov starejših, ki prebivajo v bloku, nima bazične infrastrukture, kot je stranišče, tekoča voda, ogrevanje. 15 % starejših oseb ne more pokriti življenjskih stroškov in si ne morejo privoščiti nobene plačane pomoči. 17 odstotkov starejših se slabo prehranjuje, 1 % pa zelo slabo. Ti imajo na dan le en obrok hrane. Otroci in vnuki so, kar se tiče nematerialnih oblik pomoči, prvi, na katere se obrnejo starejši ljudje. Pogosto jim njihova osebna mreža finančno ne zmore pomagati. Odstotek tistih, ki materialno pomoč redko dobiva v obliki hrane ali plačila položnic od Rdečega križa in Karitasa, je znatno manjši od odstotka oseb, ki se soočajo z velikimi težavami pri pokrivanju življenjskih stroškov. Potrebe po pomoči pri osnovnih življenjskih opravilih (najpogosteje je to kopanje), se razlikuje od življenjske situacije posameznika, njegovega zdravstvenega stanja, bivalnih razmer in socialne mreže. Kar se tiče gospodinjskih opravil, bi starejši najpogosteje potrebovali pomoč pri nakupovanju in pospravljanju stanovanja, sledi pomoč pri likanju in pranju perila, pripravljanju hrane, pomivanju posode in postiljanju. Izven doma bi starejši pomoč potrebovali predvsem pri obiskovanju zdravnika, pri urejanju bančnih zadev, pošti in obiskovanju prijateljev. Raziskava je pokazala, da se starejši večinoma ukvarjajo z dejavnostmi, ki od njih ne zahtevajo velike fizične aktivnosti ali odhoda iz domačega okolja. V prihodnosti pa si starejši, kar se njihovih dejavnosti tiče, ne želijo veliko sprememb.

1.2.6 Upokojitev

Upokojitev je proces, ki se prične z obdobjem predupokojitvenega vedenja. »[Gre za] vzorec vedenja, ki vključuje pogosto razmišljanje o sebi v vlogi upokojenca, življenjskih načrtih po upokojitvi, pogovore na temo upokojitve in različnih možnih dejavnosti po upokojitvi, zanimanje za življenje upokojencev (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 754).

Upokojitev za človeka predstavlja enega večjih mejnikov v življenju, saj se sooči z opuščanjem poklicne vloge, ki je bistvena sestavina posameznikove identitete in samospoštovanja, hkrati pa predstavlja posameznikov prestop v tretje življenjsko obdobje. Strah, da bi upokojitev povzročila stres in neugodno vplivala na

posameznikovo zdravje, bi bil torej opravičen, vendar večina starejših to obdobje sprejme z zadovoljstvom. Posamezniki po upokojitvi ostajajo telesno, umsko in socialno dejavni, zato preskok iz obdobja zaposlitve v obdobje upokojitve prinese malo psiholoških sprememb.

Rezultati različnih raziskav (npr. Bossé, Spiro in Kressin, 1996; pregled v: Schaie in Willis, 1991) kažejo, da upokožitev kot dogodek sam po sebi nima učinka na zdravje in ni dejavnik tveganja pri smrti, saj:

- so posamezniki, ki se jim zdravstveno stanje po upokojitvi poslabša, svoje zdravje zanemarjali že v obdobjih pred upokojitvijo, potem pa upad zdravja subjektivno pripisujejo upokojitvi;
- po 65. letu se poveča verjetnost obolevanja za različnimi akutnimi in subjektivnimi boleznimi, smrt pa je v pozni odraslosti pogostejša posledica teh bolezni kot v prejšnjih razvojnih obdobjih [...];
- približno četrtnina posameznikov se upokoži zaradi bolezni ali upada sposobnosti za delo (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 753).

Kljub temu pa lahko preskok v obdobje upokojitve prinese kar nekaj negativnih posledic: depresivnost, upad samospoštovanja, zaskrbljenost glede materialnega položaja, porabe časa in osamljenosti. S tem se sooča približno tretjina posameznikov, ponavadi pa vzroki tičijo v nizki pokojnini, slabem zdravju, nizki izobrazbi ali, nasprotno, močni poklicni identiteti in visokem položaju v delovni organizaciji. Pri premagovanju stresa, ki ga lahko povzroči upokožitev, pomembno vlogo igra socialna opora – predvsem pozitivni partnerski odnosi, ki ugodno vplivajo na hitrost in kakovost prilagajanja na upokožitev (Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 753).

1.3 Socialne mreže

Pojem socialna mreža pomeni človekovo povezanost z drugimi ljudmi in se izraža v osebnih medčloveških odnosih, v stvarnih delovnih ter drugih razmerjih. Socialne mreže človeku pomagajo, da uspeva, da zadovoljuje svoje potrebe, ustvarja in napreduje, v njegovo življenje postavljajo pravila igre za družbeno sožitje in njegovo

ravnanje umeščajo v družbeno sprejemljive ali nesprejemljive vloge, varujejo ga pred pomanjkanjem in nevarnostmi ter mu v težavnih situacijah pomagajo, da ne propade (Ramovš 2014-17: 50). Igličeva (v Bitenc 2003: 16) socialno omrežje definira kot »socialno okolje akterjev, kjer gre za strukturo relacij med akterji.«

Popolno socialno omrežje predstavlja skupina enot, med katerimi je definirana ena ali več relacij, ki pa so lahko različnih vrst – npr. evalvacija osebe, pretok materialnih in nematerialnih virov, pripadnost, interakcija, biološka relacija ipd. Tipičen primer takega socialnega omrežja je šolski razred, kjer učenci med seboj izražajo prijateljstvo, si izmenjujejo različne oblike socialne podpore, skupaj obiskujejo pouk, se pogovarjajo ipd. (Dremelj, Kogovšek in Hlebec v Novak et al. 2004: 48).

Osebno oziroma egocentrično socialno omrežje pa tvori posamezna enota z eno ali več relacijami, definiranimi med njo in določenim številom drugih enot (Dremelj, Kogovšek in Hlebec v Novak et al. 2004: 48). Osebno socialno omrežje lahko ponazorimo s koncentričnimi krogi, ki predstavljajo razširjeno, socialno in intimno omrežje posameznika (ki se nahaja v sredini kroga). V razširjenem delu omrežja se nahajajo posamezniki, s katerimi ima oseba le površinske odnose. Najpomembnejši del pa predstavlja notranji krog, kjer se nahajajo posamezniki, s katerimi ima oseba močne, zaupne in intimne odnose (Bitenc 2003: 17).

Za dobro in kakovostno delo s človekom ali skupino, moramo delati z njegovimi socialnimi mrežami (Ramovš, 2014-17: 51):

- naravno socialno mrežo (družina, sosedstvo, sorodstvo, prijateljstvo ipd.);
- umetno oblikovane socialne mreže (skupine za samopomoč ipd.);
- trajnejše in bolj celostne socialne mreže za socialno urejanje (prevzgojni zavodi ipd);
- nadomestne socialne mreže ob izpadu bistvene socialne funkcije iz naravnih socialnih mrež (domovi za starejše ipd).

1.3.1 Socialna opora

Čeprav je že Durkheim v svoji študiji samomorov poudaril pomen socialnih odnosov ter njihov vpliv na zdravje in počutje, se je sistematično raziskovanje socialne opore pričelo šele v sedemdesetih letih 20. stoletja. Avtorji, kot so Cassel, Caplan in Cobb, so, prav tako kot Durkheim, izhajali iz domneve o pozitivnih učinkih mreže socialnih odnosov na psihično in fizično zdravje posameznika ter postavili temelje modernemu interdisciplinarnemu raziskovanju socialne opore (Hlebec in Kogovšek v Novak et al. 2004: 15).

Po Casselu (1976) je ključni element socialne opore povratna informacija, ki jo posamezniku nudijo njegovi najbližji. Če stresno okolje razrahlja pomembne socialne vezi, lahko posameznik ostane brez povratnih informacij, kar poruši njegovo notranje ravnotežje in poveča njegovo dovzetnost za bolezni. Podobno je tudi Caplan (1974) izhajal iz prepričanja o pomenu socialnih vezi in njihovem vplivu na potek življenjskih prehodov in kriz, s katerimi se sooča posameznik. Pri tem pa odnose ni omejeval na najbližje vezi (družinski člani, prijatelji), temveč je upošteval tudi tiste bolj oddaljene (skupine za pomoč, sosedski odnosi ipd.). Opredelil je tudi vrste pomoči, in sicer emocionalno, materialno in informacijsko. Kot dejavnik dobrega počutja in zaščite pred stresom je socialno oporo razumel tudi Cobb (1976). Njegovo pojmovanje socialne opore se je razlikovalo po tem, da je le-to opredelil kot informacijo, ki posamezniku omogoča, da se zaveda, da je ljubljen, sprejet in spoštovan, da pripada sistemu komuniciranja in vzajemnih obveznosti (Hlebec in Kogovšek v Novak et al. 2004: 16).

Thoits in drugi poznejši avtorji še vedno poudarjajo pomen emocionalne opore najpomembnejših drugih pri dobrem zdravju in počutju, kljub temu pa priznavajo socialno oporo kot kompleksen večrazsežnostni pojem. Thoits tako poudarja pomen socialnih vlog, ki (1) dajo življenju smisel ter zagotavljajo občutek varnosti in umeščenosti, (2) so vir občutka nadzora nad situacijami, (3) so pomemben vir samospoštovanja. S tem se posamezniku zmanjšuje občutek strahu in negotovosti, prav tako se zmanjšujeta tudi stres in njegove posledice (Hlebec in Kogovšek v

Novak et al. 2004: 16, 17).

Novejši avtorji, kot so House, Vaux in Burleson poudarjajo, da je socialna opora tudi kompleksen interakcijski in komunikacijski proces. Kot opisuje Kogovšek (v Bitenc 2003: 7, 8), je Vaux (1988) socialno oporo opredelil kot koncept višjega reda in dinamični proces transakcij med osebo in njenim opornim omrežjem. Razdelil jo je na tri osnovne konstrukte, in sicer:

- viri so tisti deli socialnega omrežja, na katere se posameznik lahko obrne po pomoč in različno oporo za doseganje svojih ciljev in zadovoljitev potreb;
- oblike socialne opore pomenijo različna spontana ali namerna dejanja z namenom pomoči posamezniku (zagotavljanje blaga in storitev ter izražanje naklonjenosti in vrednotenje);
- posameznikova subjektivna zaznava opore pokaže, kako dobra je socialna opora in kako dobro izpolnjuje svoj namen.

Z leti se je, v poplavi različnih definicij, oblikoval skupni dogovor o štirih najpomembnejših skupinah socialne opore (Bitenc 2003: 10):

1. materialno ali socialno instrumentalno oporo priskrbijo specializirane osebe, ki so funkcionalno zamenljive – gre za socialno oporo, ki se nanaša na izmenjavo materialnih uslug, manjših storitev in denarja;
2. informacijsko oporo zagotavljajo osebe, ki so v tesnem odnosu s posameznikom – gre za socialno oporo, ki se nanaša na izmenjavo informacij, ki posamezniku pomagajo pri odločanju in soočanju s problematičnimi situacijami;
3. emocionalno oporo priskrbijo osebe, ki so s posameznikom v močnem odnosu in z njim intimno povezane – gre za socialno oporo v obliki informacije, da je posameznik cenjen in sprejet, kar mu pomaga tudi ob premagovanju življenjskih kriz;
4. neformalno druženje izpolnjuje potrebo po socialnih stikih in zagotavlja

občutek pripadnosti.

1.3.2 Socialni kapital

Socialni kapital, ki nastaja in se razvija v socialnih omrežjih, je pomembna dobrina posameznika. Pierre Bourdieu (v Dragoš in Leskošek 2003: 43) ga razlaga kot kakovostni izraz kombinacije treh mrežnih lastnosti:

- navzočnost pomembnih virov, ki jih vsebuje določeno socialno omrežje;
- dosegljivost teh virov za pripadnike mreže;
- uporabnosti teh virov za posameznike in skupine v smislu uspešnosti in učinkovitosti glede na zastavljene cilje in stroške.

Koncept socialnega kapitala, tako Dragoš in Leskošek (2003: 43), je koncept, ki je precej široko uporabljan in tako tudi široko definiran. The Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD) socialni kapital definira kot omrežja s skupnimi normami, vrednotami in odgovori, ki olajšujejo sodelovanje znotraj skupin ali med njimi. Pri tem gre lahko za sorodstvene mreže, mreže prijateljev, sodelavcev, ipd. (OECD Insights 2007: Human Capital).

Koncept socialnega kapitala dokazuje, da imajo lahko lastnosti, kot je npr. povezanost posameznikov v majhnih skupinah, usodne makroučinke na celotno družbo. Tako je za področja, kjer skupine temeljijo na avtoritarnih odnosih, značilna nižja raven zaupanja, civilnih iniciativ, posledično pa tudi težji dostop do državnih in tržnih mehanizmov ter šibkejši nadzor nad njimi. To zmanjšuje tudi učinkovitost tržnih podjetij, kar lahko pripelje do ekonomskih in političnih problemov. Nasprotno je za področja, kjer med socialnimi vezmi vlada večja stopnja zaupanja in skupnih vrednot, značilna tudi višja stopnja sodelovanja v različnih organizacijah, večji izkoristek socialnih omrežij, večja prepustnost med organizacijami in socialnimi skupinami, kar pripelje do večjega nadzora trga in države s strani civilne družbe in manjše transakcijske stroške pri aktiviranju pomembnih virov (Dragoš v Novak et al. 2004: 144).

»Kjer je zaupanje, je tudi sodelovanje in kjer je sodelovanje, se dodatno utrdi zaupanje (Dragoš v Novak et al. 2004: 145).« Socialne mreže posameznikov, organizacijski sistemi in celotne skupnosti, ki razpolagajo s potencialom zaupanja in sodelovanja, so v prednosti pred tistimi, ki tega potenciala nimajo, zato so sposobni realizirati več ciljev. Ko posamezniki vstopajo v razmerja z drugimi posamezniki znotraj iste skupine, uporabljajo za produkcijo lastnih in kolektivnih ciljev svoje individualne lastnosti. Vendar je od strukture odvisno, v kolikšni meri, s kakšnim uspehom in učinkom na druge bodo to lahko počeli. Struktura je torej odločilna za obstoj socialnega kapitala skozi lastnosti, kot so zaupanje, dostopnost do informacij ter njihova uporabnost, veljavnost norm in učinkovitost sankcij, nadzorstvena razmerja ter vezi odgovornosti v skupini (Dragoš v Novak et al. 2004: 145, 146).

Kljub nekaterim konceptualnim razlikam narašča soglasje, da je smiselno s socialnim kapitalom označevati tiste lastnosti, s katerimi posamezniki svoj položaj v socialnih omrežjih in drugih strukturah pretvarjajo v svojo korist. Iz tega lahko izpeljemo nekaj pomembnih poudarkov v zvezi z makroučinki:

- količino socialnega kapitala določajo viri, ki so posameznikom dosegljivi zaradi umeščenosti v socialnih omrežjih in povezavah z drugimi posamezniki, skupinami, skupnostmi;
- mikro in makro učinki socialnega kapitala so odvisni od strukture socialnih omrežij in »homofilskih« nagnjenj pri vzpostavljanju vezi²;
- ker so družbene skupine različno stratificirane, se kombiniranje tega strukturnega dejavnika s homofilskimi tendencami izraža kot neenaka opremljenost posameznikov, skupin ali celih skupnosti s socialnim kapitalom (Dragoš v Novak et al. 2004: 146).

1.3.3 Socialne mreže starejših

S staranjem upade število oseb, s katerimi starostniki vzdržujejo socialne stike. Pa

2 Prevladuje gravitiranje posameznikov k tistim osebam, ki so iz enakih skupin, ali izražajo podobne socioekonomske značilnosti.

vendar kakovostni socialni odnosi pomembno vplivajo na zdravje in počutje posameznika, zato so pri starejših osebah še kako pomembni.

Tabela 2: Približni delež starostnikov in zelo starih starostnikov, ki vzdržujejo socialne odnose z različnimi osebami (prilagojeno po Wagner in dr., 1999).

Referenčne osebe	Starostniki	Zelo stari starostniki
odrasli otroci	tri četrtine	tri petine
prijatelj	dve tretjini	manj kot polovica
drugi sorodniki	dve tretjini	dve tretjini
vnuki	tri petine	več kot polovica
znanci	polovica	polovica
sorojenci	polovica	tretjina
snahe in zeti	dve petini	tretjina
sosedi	tretjina	manj kot tretjina
partnerji	četrtna	manj kot desetina
pravnuki	manj kot petina	manj kot tretjina
drugi posamezniki	manj kot petina	manj kot petina

Vir: Marjanovič-Umek, Zupančič 2009: 793

Raziskave so pokazale, da so učinki socialnih mrež tesno povezani z zdravstvenim stanjem starejših oseb, seveda pa je učinek socialnih mrež odvisen od različnih okoliščin, med katerimi so bistvene zlasti tri: (1) dohodek oziroma materialno stanje, (2) fizična kondicija starega človeka, (3) njegov spol. Osebe z nižjimi dohodki so praviloma bolj izpostavljene zdravstvenim tveganjem, saj imajo slabši dostop do zdravstvenih storitev in slabšo prehrano, prav tako so pogostejše žrtve kriminalnih dejanj. Sklepati velja, da finančno slabše situirani posamezniki potrebujejo širšo socialno mrežo in so zato tudi bolj prizadeti, če ostanejo brez nje, vendar pogosto ravno najbolj ranljive osebe izgubijo socialne stike. Podobno je tudi nekdo, ki ne trpi zaradi funkcionalnih omejitev ter posledic kroničnih bolezni, manj odvisen od

socialnih mrež, hkrati pa se lažje vključuje v odnose z drugimi kot posameznik, ki se sooča s slabšim fizičnim zdravjem. V spolni primerjavi starostnikov se je izkazalo, da imajo socialni stiki večji učinek na moške – zlasti tiste, ki so v slabši fizični kondiciji, ter da izguba partnerja močneje vpliva na kardiovaskularno smrtnost pri moških (Dragoš v Novak et al. 2004: 147).

V raziskavi z naslovom »Spleti zdravja in bolezni: socialna omrežja starejših kot dejavnik zdravja«, ki so jo opravile Pahor M., Domajko B. in Hlebec V. (Hlebec 2009: 221–235) se je pokazalo, da se pri socialni opori sicer povečuje vloga bolj oddaljenih vezi, kljub temu pa je najpomembnejši dajalec opore še vedno družina. Kot ključni pojem pri opredeljevanju zdravja se je pokazala fizična aktivnost, ki je primarno opredeljena kot delo. Pri tem so se nakazovale razlike v spolu, saj so ženske, ki so še lahko opravljale gospodinjska in lažja kmečka opravila, dobile izrazit občutek zdravja. Vzajemnost se je izkazala kot pomembna značilnost socialne opore v primeru bolezni. Nudenje in prejemanje pomoči izničuje negativne občutke, da si nekomu v breme, zato je aktivna dejavnost v socialnem omrežju pomemben dejavnik socialnega vključevanja.

Raziskavi o pomenu lokalne skupnosti in sosedov v življenju starejših, ki jo je opravila M. Filipovič Hrast (Hlebec 2009: 169–180) je pokazala, da so sosedje pomemben vir opore v kriznih situacijah. Povezanost s sosedi se kot večja kaže pri starejših upokojencih, večja pa je običajno tudi pri tistih, ki živijo na vasi. Anketiranci so sicer sosedske odnose opisovali kot slabše, kot so bili včasih. Kljub temu je še vedno veliko število anketirancev sosede omenjalo kot osebe, na katere se lahko obrnejo in jih prosijo za pomoč.

Emocionalno oporo socialnih mrež sta raziskovali Z. Šadl in V. Hlebec (Hlebec 2009: 237–252). Iz raziskave je razvidno, da so se viri socialne opore skrčili na družinska omrežja. Njihov pomen pride zlasti do izraza, kadar posamezniki potrebujejo pomoč pri čustvenih težavah. Ljudje so družino ovrednotili zelo visoko, dom pa jim predstavlja zaupanja vredno okolje in zavetje. Kljub vsemu pa zaupanje

in nudenje različnih vrst in oblik opore v družinah in sorodstvu nista samoumevna. Emocionalna opora, ki si jo nudijo družinski člani, izhaja predvsem iz kvalitete odnosov ter vzajemnega razumevanja in zadovoljstva, ki ga ti odnosi nudijo.

1.4 Revščina

Pojem revščine ponavadi povezujemo s stanjem, za katerega je značilno veliko materialno pomanjkanje. Pa vendar pri revščini ne gre zgolj za finančno stanje. Kot navajata Srečo Dragoš in Vesna Leskošek (2003: 33), z »[...] izrazom revščina označujemo izrazito problematične kombinacije življenjskih težav pri tistih skupinah in posameznikih, ki so dlje časa izpostavljeni različnim vrstam deprivacije na pomembnejših področjih (zaposlitev, bivalni standard, materialno, zdravstveno, izobrazbeno stanje, socialne mreže, preživljanje prostega časa, življenjski vzorci).« Za ohranitev kakovostnega življenja in samo preživetje je nujno, da imajo starejši ljudje na voljo dovolj materialnih sredstev, prav tako pa tudi zadovoljive socialne mreže, dobro zdravstveno oskrbo ipd. Žal pa podatki kažejo, da se število starejših, ki se srečujejo z revščino povečuje.

Stanka Intihar (Dernovšček-Hafner et al. 2013: 5) pojasnjuje, da lahko revščino opredelimo kot relativno ali absolutno. Relativno revščino izražamo s stopnjo tveganja in predstavlja delež ljudi, ki živijo v gospodinjstvih z razpoložljivim dohodkom, ki je nižji od praga revščine. Prag revščine je določen na podlagi porazdelitve dohodkov in se skladno s tem tudi spreminja. Tako izračunana stopnja revščine pokaže predvsem koliko prebivalcev ima bistveno nižji dohodek glede na srednjo vrednost dohodka v državi. Kolikšno je dejansko število revnih prebivalcev, pa izražamo s pomočjo absolutne revščine.

Socialno-ekonomske neenakosti močno vplivajo na vsakdanje življenje posameznikov, saj je veliko povezav med revščino in slabim zdravjem. Raziskave so pokazale, da so številne bolezni pogostejše med revnim slojem prebivalstva – bolezni hitreje napredujejo, večja je možnost zapletov pri zdravljenju in nižja je stopnja preživetja. Učinki revščine se z leti kopičijo in vplivajo na slabo zdravje ter krajšo življenjsko dobo. Starejši, ki se soočajo z materialnim pomanjkanjem, imajo 60 %

več možnosti za razvoj treh ali več kroničnih bolezni kot pri tistih, katerih letni prihodek za štirikrat presega prag revščine (Dernovšek-Hafner 2013: 59–61).

Vsaka oblika revščine je proizvod družbene neenakosti, vendar pa vsaka neenakost ne povzroča revščine. Neenakost lahko v revščino potisne najbolj ranljive kategorije prebivalstva, kadar so zaradi neenakosti omejeni pri dostopu do najpomembnejših materialnih in simbolnih dobrin. Možna je torej neenakost brez revščine, revščina pa ni mogoča brez neenakosti (Dragoš in Leskošek 2003: 34).

1.4.1 Revščina med starejšimi

Starejši posamezniki težje sledijo hitremu napredku tehnologije, hkrati pa se jim z leti povečuje tudi tveganje za razvoj kroničnih obolenj. Vse to jim otežuje, da bi bili zanimivi za delodajalce ter si, v primeru izgube službe, poiskali novo zaposlitev.

Tabela 3: Stopnja tveganja revščine glede na starost in spol, Slovenija

Leto	Starost 50-64	Starost 65 ali več
2005	12,6	20,3
2010	13,3	20,2
2014	14,7	17,1

Vir: Statistični urad Republike Slovenije

Kot lahko vidimo v zgornji tabeli, je stopnja tveganja revščine oseb, starih 65 let ali več, med leti 2010 in 2014 upadla za en odstotek. To je vsekakor spodbudna novica, vendar je stopnja tveganja revščine pri starejših še vedno dokaj visoka. Kar je zaskrbljujoče, je tudi to, da se je za en odstotek povečala stopnja tveganja revščine pri osebah, starih med 50 in 64 let. V teh letih so namreč posamezniki večinoma še vedno delovno aktivni.

Kot so pokazale raziskave o revščini v novih članicah EU (Estonija, Madžarska, Poljska, Romunija, Slovaška, Slovenija, Ciper, Latvija, Češka), je neenakost prihodka večja med predstavniki mlajše generacije. Najmanjši odstotek revnih

starejših oseb ima Češka, največ starejših pa je revščini izpostavljenih v Estoniji, Latviji in Cipru. V vseh novih članicah EU so revščini veliko pogostejše izpostavljena samska gospodinjstva. V petih državah se je pokazalo, da je revščina pogostejša med starejšimi osebami, starimi med 55. in 59. letom, kot med starejšimi osebami, starimi med 65 in 69 let. Razlog se verjetno skriva v brezposelnosti, zgodnejši upokojitvi ali invalidnosti – vsi ti dejavniki vplivajo na manjši prihodek starostnika. V vseh državah, z izjemo Poljske, se je pokazalo, da so revščini veliko bolj izpostavljene ženske, še posebej tiste, ki živijo v samskem gospodinjstvu. Presenetljivo je dejstvo, da se je v sedmih državah izkazalo, da so revščini bolj izpostavljeni tisti starostniki, ki so bili zaposleni, kot tisti, ki so se že upokojili. Sklepamo lahko, da je to rezultat ugodnih pokojninskih pogojev. V primerjavi z Latvijo, kjer je kar 44 % starostnikov ostalo brez zdravstvene oskrbe, se je za Slovenijo izkazalo, da je o tem poročal manj kot 1 % starejših oseb. Ciper, Slovenija in Češka so države, za katere velja, da imajo najboljše bivalne pogoje starejših. Glede na podatke lahko rečemo, da so najslabši pogoji za starejše v Latviji, sledita ji Estonija in Ciper. V državah Osrednje Evrope, kamor sodi tudi Slovenija, so starejšim priskrbljene dokaj visoke pokojnine in stabilen prihodek, ki preprečuje visoko stopnjo revščine in materialnega pomanjkanja med starejšimi (Vrooman et al. 2008: 3–44).

1.4.2 Univerzalni temeljni dohodek

Srečo Dragoš (Dernovšek-Hafner 2013: 26) navaja, da je odpravljanje revščine možno le s prerazporeditvijo bogastva in življenjskih tveganj, kar lahko dosežemo z avtonomno socialno politiko, ki bo enakovredna ekonomski. V kolikor to ne bi bilo mogoče, je edina možna rešitev uvedba univerzalnega temeljnega dohodka.

Univerzalni temeljni dohodek je denarni prejemek, ki ga politična skupnost v rednih časovnih intervalih izplačuje individualno vsem svojim članom, ne da bi ga pogojevala s premoženjskim stanjem ali delovno pripravljenostjo prejemnika. Mišljen je predvsem kot ukrep, ki izenačuje izhodiščne možnosti članov družbe, kar je mogoče le, če sorazmerno večje breme njegovega financiranja pade na premožnejše člane. Univerzalni temeljni dohodek je od ustaljenih oblik socialnih prejemkov primernejši zaradi treh razlogov:

1. dosegel bo več ljudi v stiski, saj prejemniki ne bodo potrebovali dokazovati svojih izpolnjenih pogojev;
2. pogojeni prispevki so povezani z obstojem sistema nadzora izpolnjevanja pogojev, ki je stigmatizirajoč in poniževalen;
3. ob zaposlitvi se univerzalni temeljni dohodek ne prekine, zato revni, ki imajo v sedanjem sistemu dobre razloge, da ne tvegajo spremembe svojega statusa, izgubijo zadržke pred vstopanjem na trg dela (Pribac v Dernovšek-Hafner 2013: 59–61).

Univerzalni temeljni dohodek bi vplival tudi na trg dela in na strukturo ponujenih delovnih mest. Delojemalcem bi povečeval pogajalsko moč ter jim dal realno možnost, da zavrnejo dela, ki so zanje neprimerna. Posameznik take izgube dela ne bi občutil več kot tragične, ampak kot čas, ki je namenjen dodatnemu izobraževanju – univerzalni temeljni dohodek namreč podpira koncept vseživljenjskega učenja, kar pa je temelj gospodarstva (Pribac v Dernovšek-Hafner 2013: 61).

1.5 Socialno delo s starimi

»Poslanstvo socialnega dela s starimi ljudmi temelji na povečevanju zmožnosti in sposobnosti starih ljudi za soočanje s težavami in premagovanje problemov (Mali 2012: 128).« Kot navaja Milošević Arnold (2000: 253), »[...] imajo socialni delavci ključno vlogo pri tem, da omogočajo ljudem dostop do različnih oblik pomoči, storitev in dajatev, ki jih potrebujejo.«

Pomembno je, da socialni delavci dobro poznajo področje svojega dela, hkrati pa morajo imeti zadostno znanje z drugih področij svoje stroke, saj le tako lahko zagotovijo raznovrstno obliko pomoči in posameznih storitev. To je še zlasti pomembno na področju dela s starejšimi, saj je informiranost uporabnikov slabša, potrebe pa so bistveno povečane (ibid.). Starejši posamezniki se večkrat soočajo s slabšim finančnim stanjem, slabšim bivalnim okoljem, potrebujejo pa tudi več zdravstvenih storitev – vse to jih uvršča med ranljivejšo populacijo (Rosenberg 2009: 15). Pri reševanju teh problematik je socialno delo izrednega pomena. Raziskave, ki sta jih opravila Rizzo in Rowe (2006) kažejo, da storitve socialnega dela zmanjšujejo

stroške zdravstvene nege in izboljšujejo kakovost življenja starejših (Rosenberg 2009: 22). Socialno delo je zelo uspešno tudi pri povezovanju aktivnosti starejšega človeka, njegovih neformalnih pomočnikov, prostovoljcev in drugih strokovnjakov (Milošević-Arnold 2000: 254).

Mali (2012: 129) opozarja, da so stari ljudje izrazito heterogena skupina posameznikov. Socialni delavec se pri svojem delu tako sooča z različnimi situacijami: demenco, zelo starimi ljudmi, osamljenostjo, družinami v stiski, medgeneracijskimi odnosi, različno narodnostjo, starimi osebami s posebnimi potrebami, slepimi starimi ljudmi, alkoholizmom, starimi ljudmi, ki živijo sami, stresom v starosti, samomorilnostjo, nasiljem, različno spolno usmerjenostjo starih ljudi, posledicami holokavsta ipd. Pomembno je torej, da socialno delo poteka na vseh treh ravneh: (1) ravni posameznika (mikroraven), (2) ravni skupnosti in institucij (makroraven), (3) povezanosti ukrepov države s prvima dvema ravnema (makroraven).

Skozi svoje delo so socialni delavci oblikovali posebna načela za delo na področju starejših oseb (Milošević-Arnold 2000: 255):

- usmerjenost na mobilizacijo moči in potencialov starih ljudi;
- maksimalno funkcioniranje;
- zagotovitev okolja brez omejitve;
- etičnost pri delu;
- upoštevanje kulturnih razlik;
- sistemska perspektiva;
- postavljanje ustreznih ciljev.

Hughes (v Lymberi 2005: 140) navaja, da socialni delavec, ki dela na področju starejših, potrebuje enake veščine in spretnosti kot socialni delavci na drugih

področjih, hkrati pa morajo razumeti edinstvenost izkušenj starejšega človeka. Profesionalne vloge socialnega delavca izražajo bistvo predmeta socialnega dela, ki se s pomočjo vlog tudi uresničuje. Profesionalne vloge, kot jih lahko prepoznamo v opisu Lüssijevih načinov ravnanja v socialnem delu, so sledeče (Milošević-Arnold 2000: 258):

1. Svetovanje/svetovalec

V vlogi svetovalca socialni delavec s pomočjo nasvetov in prikazovanja alternativnih možnosti, usmerja posameznike, družine, skupine in skupnosti ter jih podpira pri zastavljenih ciljih. Pri tem jim posreduje tudi vse potrebne informacije (Milošević-Arnold 2000: 257). Iskanje pomoči socialnega delavca pogosto spremlja visoka stopnja stresa. Če ima socialni delavec osvojeno veščino svetovanja, bosta delo in soustvarjanje rešitev s starejšimi in njihovimi svojci lažje potekala (Lymbery 2005: 141).

2. Pogajanje/pogajalec

Socialni delavec bo veščino pogajanja najpogosteje uporabil pri dogovarjanju med uporabniki in organizacijami, npr. pri urejanju podrobnosti glede storitve. Pri tem bo lahko, poleg uporabnika in organizacije, v pogajanje vključil tudi sorodnike, prijatelje in oskrbovalce starejšega posameznika (Lymbery 2005: 144). Lymbery (ibid.) poleg veščine pogajalstva navaja tudi mediacijo. V vlogi mediatorja oziroma posrednika socialni delavec pomaga pri interpretaciji uporabnikovih potreb drugim strokovnjakom ali institucijam, hkrati pa posreduje tudi v konfliktih, ki lahko nastanejo pri pogajanju (Milošević-Arnold 2000: 257).

3. Interveniranje/izvajalec ukrepov

Socialni delavec se za interveniranje odloči, kadar oceni, da se je starejša oseba znašla v situaciji, kjer je ogroženo njeno življenje. Pri tem prevzame nase vso odgovornost za ravnanje (Milošević-Arnold 2000: 257).

4. Zastopanje/zastopnik

»Zagovorništvo je proces delovanja za uporabnike ali v njihov prid, da bi dosegli storitve in druge potrebne vire, ki bi bili sicer zanje nedosegljivi (Milošević-Arnold 2000: 256).« Vlogo zastopnika socialni delavec sprejme kadar institucije ne upoštevajo potreb starejših ljudi – socialni delavec potrebe predstavi institucijam in na tak način poskuša vplivati na njihovo odločitev. Prav tako socialni delavec v vlogi zastopnika odkriva primere diskriminacije in predsodkov do starih ljudi ter jih poskuša preprečevati (ibid.).

5. Preskrbovanje/priskrbivalec

V vlogi priskrbivalca socialni delavec posreduje različne socialne storitve posameznikom, ki nimajo dovolj lastnih sredstev za zadovoljevanje potreb – sredstva za preživljanje, ustreznejše bivalne razmere, zdravstveno oskrbo, zagotovitev pomoči na domu ipd. (Milošević-Arnold 2000: 257)

6. Oskrbovanje/oskrba

Vloga oskrbovalca se pri delu s starejšimi zelo pogosto pojavlja. Gre za posredovanje med posameznikom in njegovim okoljem v obliki zagotavljanja potrebne storitve za oskrbovanje uporabnika in usklajevanje dela različnih izvajalcev socialnih storitev. Pri vlogi oskrbovalca je izjemnega pomena osebna zavzetost socialnega delavca – brez tega bo namreč težko priskrbeti potrebno pomoč starejšemu posamezniku brez svojcev (Milošević-Arnold 2000: 257).

Kot lahko vidimo, je delo s starejšimi zelo raznoliko in za starejše osebe izjemnega pomena. Pri tem ne smemo pozabiti, da so starejše osebe eksperti iz izkušenj, da jih moramo opolnomočiti in rešitve soustvarjati skupaj z njimi.

1.6 Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju (ZPIZ-2)

Državni zbor Republike Slovenije je 4. 12. 2002 sprejel novo pokojninsko

zakonodajo, ki se je pričela izvajati 1. 1. 2013. Nujno pokojninsko reformo sta pospeševala predvsem gospodarska kriza in staranje prebivalstva, veliko vlogo pa je odigrala tudi neurejenost starega pokojninskega sistema. Pokojninsko in invalidsko zavarovanje je eden temeljnih delov socialne varnosti starejših, saj se ureja z zakonom (Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje 2012: ZPIZ-2):

- pravica do pokojnine, pravice na podlagi invalidnosti, pravica do letnega dodatka ter pravica do dodatka za pomoč in postrežbo;
- pravica do poklicne pokojnine;
- pravica do dodatne starostne pokojnine ter pravica do predčasne dodatne pokojnine v obliki pokojninske rente.

Zavarovanje je v Republiki Sloveniji enotno in obvezno, traja pa od začetka do prenehanja pravnega razmerja, ki je podlaga za zavarovanje (Štrumbelj-Trontelj v Novak et al. 2013: 25).

Poglejmo si nekaj pravic iz zakona, ki se tičejo oseb v tretjem življenjskem obdobju.

1.6.1 Starostna upokojitev

Starostna pokojnina je »[...] pokojninski odmerek brez odbitkov, ki pripada zavarovancu ob dopolnitvi predpisane starosti in pokojninske dobe, če izpolnjuje pogoje v skladu s [tem] zakonom (Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje 2012: ZPIZZ-2).«

Do starostne pokojnine je upravičen zavarovanec, ki sočasno izpolni pogoj zahtevane dobe (najmanj 15 let zavarovalne dobe) in starostni pogoj (ko moški dopolni 65 let). Z letom 2018 bodo pravico do starostne pokojnine pridobili tudi moški, ki bodo dopolnili 60 let starosti in 40 let pokojninske dobe brez dokupa dobe³. Za ženske bo to pravilo pričelo veljati v letu 2019. V prehodnem obdobju se starostni pogoj za pridobitev pravice do starostne pokojnine povečuje postopoma, in sicer za 4 mesece v vsakem koledarskem letu. (Novak et al. 2013: 34).

3 Dokupljena doba je obdobje, ki se šteje v zavarovalno dobo ob pogoju plačila prispevkov (Novak et al. 2013: 33).

Starostno mejo se lahko v skladu z 28. členom zakona zniža po treh podlagah (Papež in Rangus v Novak et al. 2013: 35 in Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje: Starostna pokojnina v letu 2016):

- skrbi za vsakega rojenega ali posvojenega otroka, za katerega je zavarovanec skrbel v prvem letu njegove starosti, ki ima državljanstvo Republike Slovenije – starostna meja se zniža za 6 mesecev za enega otroka, 16 mesecev za dva otroke, 26 mesecev za tri otroke, 36 mesecev za štiri otroke in 48 mesecev za pet ali več otrok;
- služenja obveznega vojaškega roka za dve tretjini njegovega dejanskega trajanja;
- vstopa v obvezno pokojninsko in invalidsko zavarovanje pred 18. letom starosti za ves čas trajanja obveznega zavarovanja do dopolnjenega 18. leta starosti;
- dela na mestih, ki so škodljiva za zdravje, na katerih se je zavarovancem štela zavarovalna doba s povečanjem ali so bili do takega štetja upravičeni, ker so delali v poklicih, ki jih zaradi narave in teže dela po dopolnitvi določene starosti ni mogoče več uspešno opravljati;
- osebnih okoliščin, pogojenih z zdravstvenim stanjem, zaradi katerih so bile te osebe do 31. 12. 2000 upravičene do štetja zavarovalne dobe s povečanjem, nato pa do prištete dobe.

1.6.2 Predčasna pokojnina

Predčasna upokojitev je »[...] pokojninski prejemek, ki pripada zavarovancu ob dopolnitvi določene starosti in pokojninske dobe, če izpolnjuje pogoje v skladu s tem zakonom in nima pravice do starostne pokojnine (Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje 2012: ZPIZZ).«

Zakon določa, da lahko zavarovanec uveljavlja pravico do predčasne pokojnine, če je dopolnil najmanj 60 let starosti in 40 let pokojninske dobe. V okvir pokojninske dobe štejeta dokupljena doba in doba iz naslova prostovoljnega vstopa v obvezno pokojninsko in invalidsko zavarovanje ter vsa ostala doba. Starostna meja se ne more

znižati po nobeni podlagi. V predhodnem obdobju se pogoj za predčasno upokožitev postopoma dviguje za 4 mesece vsako koledarsko leto. (Papež in Rangus v Novak et al. 2013: 38).

1.6.3 Delna pokojnina

Delna pokojnina je »[...] del starostne ali predčasne pokojnine, ki se izplačuje zavarovancu, ki ostane v zavarovanju, v višini sorazmerja s skrajšanjem ur opravljanja dela (Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje 2012: ZPIZZ).«

Glavni namen delne pokojnine je lažji prehod iz aktivnega statusa v status uživalca pokojnine. Do delne pokojnine so upravičeni zavarovanci, ki so vključeni v obvezno pokojninsko in invalidsko zavarovanje (delavci v delovnem razmerju, samozaposlene osebe, družbeniki in kmetje) in na dan njene uveljavitve izpolnjujejo pogoje za pridobitev pravice do predčasne ali starostne pokojnine. Drugi pogoj za prejem delne pokojnine je, da zavarovanci ostanejo v obveznem zavarovanju v obsegu, ki ustreza sorazmernemu delu polnega delovnega oziroma zavarovalnega časa, vendar najmanj 40 ur dnevno ali 20 ur tedensko. Po prenehanju obveznega zavarovanja ima upravičenec na izbiro več možnosti:

- začetek izplačevanja predčasne ali starostne pokojnine, ugotovljene ob odmeri delne pokojnine z vsemi, v času njenega uživanja izvedenimi uskladitvami;
- odstotno povečanje predčasne ali starostne pokojnine, ugotovljene ob odmeri delne pokojnine, glede na dejansko dopolnjeno pokojninsko dobo v času prejemanja delne pokojnine in starost na dan uveljavljanja tega povečanja;
- ponovno odmero predčasne ali starostne pokojnine ali odmero starostne pokojnine, ob upoštevanju osnov, od katerih so plačani prispevki glede na dopolnjeno pokojninsko dobo in starost ob prenehanju uživanja delne pokojnine (Papež in Rangus v Novak et al. 2013: 39).

1.6.4 Vdovska pokojnina

Vdovska pokojnina je »[...] pokojninski prejemek, ki pripada preživeli zakonski partnerici ali partnerju [...] po umrlem zavarovancu ali uživalcu pokojnine, ob

izpolnjevanju določenih pogojev pa tudi razvezanemu zakoncu, partnerju v zunajzakonski skupnosti ali partnerju v registrirani istospolni partnerski skupnosti, če izpolnjuje pogoje, ki jih določa ta zakon (Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje 2012: ZPIZZ).«

Do vdovske pokojnine so upravičeni tisti, ki (1) so dopolnili 58 let (do smrti zakonca), (2) je bil(a) do smrti zakonca oziroma je postal(a) v enem letu po smrti zakonca popolnoma nezmožn(a) za delo in (3) mu/ji je po smrti zakonca ostal otrok ali več otrok, ki so po umrlem upravičeni do družinske pokojnine, vdova/vdovec pa jih je dolžan preživljati (Triller v Novak et al. 2013: 55, 56).

1.6.5 Poklicna pokojnina

Poklicna pokojnina je »[...] prejemek iz poklicnega pokojninskega zavarovanja (Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje 2012: ZPIZZ).«

Poklicna upokojitev se omogoča tistim posameznikom, ki opravljajo posebno težka in škodljiva dela ali dela, ki jih po določeni starosti ni mogoče več uspešno opravljati. Zavezanec za plačilo prispevkov za poklicno zavarovanje je delodajalec. Zavarovancu se izplačuje v mesečnih zneskih od pridobitve poklicne pokojnine do izpolnitve pogojev za pridobitev predčasne ali starostne pokojnine. Zakon določa, da so do poklicne upokojitve upravičeni zavarovanci, ki izpolnjujejo dva pogoja:

- dopolnjena pokojninska doba 42 let in šest mesecev (vštevajo se tudi dodana doba);
- sredstva, zbrana na zavarovančevem osebnem računu, zadoščajo za izplačevanje poklicne pokojnine (Strojin-Štampar v Novak et al. 2013: 111–114).

1.6.6 Pravica do letnega dodatka

Da bi zagotovili boljši materialni in socialni položaj prejemnikov najnižjih pokojnin, imajo zavarovanci pravico do letnega dodatka. Upravičenci so osebe, ki imajo stalno prebivališče v Republiki Sloveniji in so uživalci pokojnin ali uživalci nadomestil iz invalidskega zavarovanja po Zakonu o pokojninskem in invalidskem zavarovanju,

veljavne do vključno 31. 12. 1999. Znesek letnega dodatka je določen v zakonu, ki ureja izvrševanje proračuna (Oven v Novak et al. 2013: 93).

1.6.7 Pravica do dodatka za pomoč in postrežbo

Dodatek za pomoč in postrežbo je namenjen kritju povečanih življenjskih stroškov upravičencev, ki so zdravstveno tako prizadeti, da jim je za opravljanje osnovnih življenjskih funkcij neogibno potrebna stalna pomoč in postrežba drugega. Pri presoji upravičenosti igra glavno vlogo odvisnost od oskrbe drugega, premoženjsko in dohodkovno stanje upravičencev se ne preverja (Oven v Novak et al. 2013: 94).

Pravico do dodatka za pomoč in postrežbo lahko uveljavljajo osebe s stalnim prebivališčem v Republiki Sloveniji, ki so (1) uživalci starostne, predčasne, invalidske, vdovske ali družinske pokojnino in (2) so aktivni zavarovanci. Aktivni zavarovanci obdržijo dodatek tudi po prenehanju delovnega razmerja, če jim je delovno razmerje prenehalo brez lastne volje ali krivde oziroma če pridobijo pravico do pokojnine. Zavarovanec je do dodatka za pomoč in postrežbo upravičen od trenutka, ko je nastala potreba po pomoči in postrežbi in traja, dokler je potreba prisotna. Dodatek se upravičencu ne izplačuje za obdobje, ki ga je preživel v bolnišnici ali kakšnem drugem stacioniranem zavodu (za čas nad 6 mesecev), prav tako se ne izplačuje upravičencu, ki stalno prebiva v tujini (Oven v Novak et al. 2013: 95–96).

1.7 Socialnovarstvene storitve

1.7.1 Prva socialna pomoč

Prva socialna pomoč je storitev centra za socialno delo in je uporabnikom na voljo brezplačno. Namenjena je tistim uporabnikom, ki (1) na CSD pridejo zaradi težave ali stiske ali ker potrebujejo informacijo glede določenih postopkov socialnega varstva, ter (2) uporabnikom, ki se na CSD vrnejo z zadevo, ki je na centru še niso urejali. Prva socialna pomoč je opravljena, ko uporabnik pridobi želene informacije in sprejme odločitev o nadaljnjem ukrepanju – uporabniku je na voljo največ pet

razgovorov (CSD Lj.-Šiška: PSP).

Starejše osebe, ki se soočajo s stisko, težko poiščejo pomoč, saj se velikokrat soočajo z občutkom nemoči in sramu. Socialni delavec lahko v obliki prve socialne pomoči starostniku pomaga pri prepoznavanju stiske, pri sprejemanju pomoči, mu jasno pokaže možnost izbire ter mu priskrbi vse potrebne informacije (Milošević-Arnold 2000: 260).

1.7.2 Osebna pomoč

Pri starejših posameznikih se potreba po osebni pomoči pojavi predvsem pri soočanju z izgubami bližnjih (Milošević-Arnold 2000: 260).

»Namen osebne pomoči je posamezniku omogočiti razvijanje, dopolnjevanje, ohranjanje ter izboljševanje njegovih socialnih zmožnosti (MDDSZ 2016: Svetovanje posamezniku).« Storitve izvaja Center za socialno delo in obsega (ibid.):

- svetovanje – strokovna pomoč posamezniku, ki se je znašel v socialnih stiskah ali težavah, ki jih sam ne zna odpraviti;
- urejanje – strokovna pomoč za posameznike, ki so se v stiski znašli zaradi osebnostnih ali vedenjskih posebnosti;
- vodenje – strokovna podpora posameznikom, ki so začasno ali trajno nezmožni za samostojno življenje zaradi duševne prizadetosti, duševne bolezni ali drugih osebnostnih težav.

1.7.3 Pomoč družini za dom

Upravičenci pomoči družini za dom, ki jo izvaja center za socialno delo, so posamezniki in družine, ki zaradi neurejenih odnosov v družini zapadejo v socialno stisko in težave. Pri soustvarjanju rešitev je potrebno sodelovanje celotne družine (MDDSZ 2016: Pomoč družini). »Pogoj za uporabo storitve sta *ocena, da so družinski člani motivirani za uresničevanje potrebnih sprememb* v svojih socialnih vlogah ter *sprejem dogovora o sodelovanju* (ibid.).«

Pri svojem delu ne smemo pozabiti, da je tudi starejši človek član družine, ki v starosti zanj postane pomembna socialna mreža. Družina se mora priučiti soočanja s starostno oslabelostjo člana družine in se naučiti sobivati na nov način tako, da se noben član družine ne bo počutil ogroženega (Milošević – Arnold 2000: 260).

1.7.4 Pomoč na domu in socialni servis

Pomoč na domu je namenjena tistim posameznikom, ki imajo doma zagotovljene bivalne in druge pogoje za življenje, a se zaradi starosti oziroma invalidnosti ne morejo sami oskrbovati in negovati. Izvaja se na domu uporabnika, v okviru javnih socialnovarstvenih zavodov ter drugih pravnih in fizičnih oseb, ki pridobijo koncesijo na javnem razpisu. Gre pa za različne oblike organizirane praktične pomoči in uslug ter nadomesti potrebo po institucionalnem varstvu. Cena storitve se določi glede na pravilnik, storitve pa obsegajo: gospodinjsko pomoč, pomoč pri temeljnih dnevnih opravilih ter pomoč pri ohranjanju socialnih stikov (MDDSZ 2016: Pomoč družini).

Uporabnik socialnega servisa je vsakdo, ki naroči določen del storitve in prevzame obveznosti plačila storitve. Dovoljenje za izvajanje storitev podeli Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Storitve obsegajo pomoč pri hišnih in drugih opravilih (MDDSZ 2016: Pomoč družini).

Storitve pomoči na domu in socialnega servisa so za starejše posameznike ogromnega pomena, saj jim omogočajo bivanje v domačem okolju in ohranjanje samostojnosti. Paziti pa je potrebno, da bomo tovrstno pomoč omogočili tudi tistim posameznikom, ki se soočajo s slabšim finančnim stanjem.

1.7.5 Institucionalno varstvo

Institucionalno varstvo upravičencem nadomešča, dopolnjuje ali zagotavlja funkcijo doma ali lastne družine. Obsega osnovno (bivanje, organiziranje hrane, tehnično oskrbo, prevoz) in socialno (strokovno vodena dejavnost, namenjena izvajanju

vsebin preventive, terapije in vodenja uporabnikov) oskrbo (MDDSZ 2016: Institucionalno varstvo). Storitve institucionalnega varstva so lahko zagotovljene tudi v oskrbovanih stanovanjih, sicer pa jih izvajajo (ibid.):

- domovi za starejše;
- posebni socialno – varstveni zavodi;
- socialno – varstveni zavodi za usposabljanje;
- nadomestne oblike bivanja in oskrbe.

Občutek, da so še vedno pomembni, lahko starejšim osebam, ki stanujejo v domovih za starejše, zmanjša občutek ogroženost in socialne izključenosti. To lahko dosežemo z aktivacijo posameznikove socialne mreže, zato je ključnega pomena, da socialni delavec pred sprejemom uporabnika v dom dobro spozna posamezne člane uporabnikovega socialnega okolja ter poskuša te stike čim bolj negovati (Milošević–Arnold 2000: 261).

1.7.6 Nevladne organizacije in spletni portali namenjeni starejšim

1.7.6.1 Nevladne organizacije

Zveza društev upokojencev Slovenije (ZDUS)

Zveza društev upokojencev Slovenije je nevladna, neprofitna organizacija upokojencev, ki je po številu članov ena največjih nevladnih organizacij v Sloveniji. Svoje delovanje so pričeli leta 1946 in so člani mednarodnih organizacij EURAG in EUROCARERS. V organizacijo se lahko včlanijo vsa društva in klubi upokojencev ter druge upokojenske organizacije, ki so registrirane po zakonu o društvih (ZDUS: Statut).

Glavna naloga ZDUS-a je skrb za uresničevanje človekovih pravic in temeljnih svoboščin ter izboljšanje gmotnega in socialnega položaja starejših. Preprečiti želijo družbeno izključenost starejših, diskriminacijo in nasilje nad starejšimi. Prizadevajo si za sodelovanje z organi in sorodnimi organizacijami ter starejše vključiti v vse oblike družbenega dialoga in soodločanja. Vzpodbuditi želijo medsebojno pomoč starejših, promovirati zdravje starejših in splošno izboljšati kakovost življenja starejših (ZDUS: O ZDUS).

Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije (ZDSGS)

»Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije je samostojna, nevladna, prostovoljna, neprofitna in humanitarna organizacija, ki izvaja programe samopomoči za stare ljudi in deluje v javnem interesu na področju socialnega varstva (ZDSGS 2012: Predstavitev).«

Zveza želi s svojimi dejavnostmi predvsem poskrbeti za zadovoljevanje nematerialnih potreb starih ljudi, jih aktivno vključevati v družbo, izboljšati socialni položaj starejših, medgeneracijsko povezovati, lajšati psihosocialne stiske in težave ter krepiti zdravje starejših, prav tako pa želijo srednjo generacijo pripraviti na tretje življenjsko obdobje (ZDSGS 2012: Dejavnosti in cilji zveze).

Za uresničevanje svojih ciljev pripravljajo različne projekte in dogodke, prav tako pa so ustanovili Skupine starih ljudi za samopomoč. Gre za skupine naključno izbranih posameznikov, starih nad 65 let, skupaj z usposobljenim voditeljskim parom. V skupini, ki temelji na principu samopomoči, poteka proces zadovoljevanja nematerialnih potreb po temeljnem človeškem odnosu, doživljanju smisla starosti in povezanosti vseh treh generacij (ZDSGS 2012: Skupine starih ljudi za samopomoč).

Gerontološko društvo Slovenije (GDS)

Gerontološko društvo Slovenije je nevladna in neprofitna organizacija, povezuje pa ljudi, ki se ukvarjajo z gerontološkimi in geriatričnimi vprašanji. Povezovanje, sprejemanje starosti, spremljanje pravic in medgeneracijsko sodelovanje so temeljna poslanstva društva. S svojimi programi društvo nudi oporo starejšim, pa tudi zaposlenim in svojcem, glede vprašanj o starosti, staranju ter s tem obdobjem povezanimi težavami. Društvo organizira tematska strokovna srečanja o aktualnih vprašanjih, izdaja publikacije s področja gerontologije in geriatrije, spodbuja in usmerja raziskovalno delo ter sodeluje s strokovnimi in drugimi institucijami (GDS 2015, Zloženka društva).

Slovensko združenje za pomoč pri demenci – Spominčica, Alzheimer Slovenija

Slovensko združenje za pomoč pri demenci – Spominčica, Alzheimer Slovenija, je nevladna organizacija, katere poslanstvo je pomoč svojcem, obolelih za demenco. Na podlagi priporočil Alzheimer Evrope, so v letu 2012 pričeli z izvajanjem programa *Živeti z demenco v demenci prijazen okolju*, znotraj katerega izvajajo različne

aktivnosti. Na lokacijah po celotni Sloveniji organizirajo neformalna srečanja svojcev obolelih za demenco, imenovana *Alzheimer cafe*. Svojci imajo možnost podeliti svoja občutja, vsako srečanje pa je strokovno obarvano, saj se jih kot predavatelji udeležujejo zdravniki in drugi strokovni delavci, ki se ukvarjajo z demenco. Pomemben stik z uporabniki so tudi strokovna svetovanja po telefonu ali osebno v pisarni društva. K dodatnemu osveščanju javnosti pa prispevajo s pomočjo glasila *Spominčica* (Spominčica 2013: O nas).

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Inštitut Antona Trstenjaka je neprofitno društvo. Njegovo poslanstvo je znanstveni in strokovni razvoj socialnih, psiholoških in drugih antropoloških ved, dejavnosti organizacije pa zajemajo tri delovna področja:

- gerontologijo in medgeneracijsko sožitje,
- psihoterapijo, logoterapijo in antropohigieno,
- omame in zasvojenosti.

V okviru področja gerontologije in medgeneracijskega sožitja, organizacija spremlja in raziskuje stanje starega prebivalstva ter ugotavlja najbolj pereče naloge in njihovo reševanje, ki se pojavljajo pri razmerjih in odnosih med generacijami. Inštitut skrbi tudi za strokovno podlago s področja starejše populacije za potrebe države in njenih organov, javnih ustanov in civilne družbe. Za starejšo populacijo skrbijo tudi z razvijanjem programov, evalviranjem programov s področja skrbi za stare in sožitja generacij, ustanovam pa nudijo supervizijo in organizacijsko svetovanje (Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje 2010: Predstavitev).

1.7.6.2 Spletni portali

Seniorji.info

Spletni portal Seniorji.info je bil postavljen leta 2007, namenjen pa je osveščanju starejše generacije, posredovanju koristnih in uporabnih informacij ter spodbujanju vseživljenjskega izobraževanja in sožitja med generacijami. Vse informacije so na portalu dostopne brezplačno (Seniorji.info 2007: Informacije o spletni strani).

Spletni portal in Zavod Zlata leta

Poslanstvo zavoda Zlata leta je približevanje sodobne tehnologije starejši generaciji, kot ambasadorji starejših pa želijo znanje in izkušnje starejše generacije posredovati v vsakdanjik mlajših (Zlata leta 2008: Poslanstvo, vrednote, cilji).

Kljub temu, da zavod kot sredstvo združevanja uporablja splet, organizacija pripravlja tudi druženja, izobraževanja in druge aktivnosti, ki starejše spodbujajo k aktivnejšemu preživljanju prostega časa (Zlata leta 2008: Predstavitev).

2 Problem

2.1 Izhodišče raziskave

V oktobru 2014 sem se zaposlila v Gerontološkem društvu Slovenije, v katerem sem prej delovala kot prostovoljka. V okviru svojega dela sem sodelovala pri razvoju programa »Strategije preživetja starejšega človeka v času krize« in kmalu spoznala, da je to področje premalo raziskano. Na pobudo takratne predsednice društva sem se odločila, da področje podrobneje raziščem in mu posvetim tudi svoje diplomsko delo.

2.2 Raziskovalni problem

Raziskovalni problem moje diplomske naloge so življenjski vzorci v zvezi s potrošnjo oziroma preživetjem starostnika.

V ta namen sem raziskala življenjsko okolje petih posameznikov in enega para, ki bivajo v Ljubljani ali njeni bližnji okolici. Vsi intervjuvanci so že upokojeni oziroma tik pred upokojitvijo. Predvsem me je zanimalo, kako razvejana je njihova socialna mreža, kakšni so njihovi vzorci varčevanja, kako se soočajo z bivanjskimi stroški in stroški zdravega življenja, ali si lahko privoščijo počitnice, vpliv gospodarske krize na njihovo finančno stanje in bivalno okolje, časovna dimenzija njihovega finančnega stanja, kaj jim predstavlja izredne nujne in nenujne stroške, ali se po pomoč obračajo na institucionalne vire in kateri so to.

2.3 Raziskovalna vprašanja

1. Kakšne podobnosti najdemo med intervjuvanci?
2. Kakšne razlike najdemo med intervjuvanci?
3. Zakaj pride do podobnosti in zakaj do razlik med intervjuvanci?

3 Metodologija

3.1 Vrsta raziskave

Raziskava je, glede na stopnjo v procesu spoznanja, poizvedovalna. Z raziskavo sem želela podrobneje spoznati področje revščine med starejšimi prebivalci in se predvsem seznani in opredeliti osnovne značilnosti imenovanega področja. Pri tem sem se omejila na manjše število primerov populacije.

Raziskavo lahko opredelimo tudi kot kvalitativno, saj o raziskovalnem pojavu nisem zbirala številčnih podatkov, pač pa besedne opise pojava.

3.2 Merski instrument in viri podatkov

Podatke o raziskovalnem pojavu sem pridobila na podlagi delno standardiziranega vprašalnika, s pomočjo katerega sem z uporabniki izvedla ustni intervju. Za delno standardiziran vprašalnik sem se odločila, ker sem raziskovala občutljivo temo, zato sem morala nekatera vprašanja, med intervjujem, prilagajati intervjuvancem.

Vprašalnik je sestavljalo šest sklopov vprašanj odprtega tipa. Prvi sklop se je nanašal na individualno biografijo intervjuvancev. Zanimalo me je predvsem, v kakšnem okolju so odraščali intervjuvanci ter kakšen statusni položaj so imeli v mladosti in v času zaposlitve. Drugi sklop vprašanj je obsegal vprašanja glede trenutnega bivalnega okolja, v katerem sedaj živijo intervjuvanci, predvsem me je zanimalo, kako je na njihovo bivalno okolje in statusni položaj vplivala gospodarska kriza. V tretjem sklopu vprašanj sem raziskovala, kakšno je zdravstveno stanje intervjuvancev, kakšna je njihova socialna mreža in kako se soočajo s finančno krizo. V četrtem sklopu sem zajela vprašanja v zvezi s sistemskimi dejavniki – katere socialne transferje prejema, kje dobivajo informacije o svojih pravicah, ali se po informacije in pomoč obračajo tudi na socialne službe. V petem sklopu vprašanj sem raziskovala zadovoljevanje temeljnih potreb intervjuvancev. Kot temeljne potrebe sem določila prehrano, zdravje, druženje, oblačila, temeljne kulturne dobrine in počitnice. Zadnji, šesti sklop vprašanj, je obsegal vprašanje glede želja posameznikov, in sicer kaj bi si privoščili, če denar ne bi bil ovira.

3.3 Populacija in vzorčenje

V okviru raziskave sem intervjuvala pet posameznikov in en zakonski par. Pri tem so bili trije intervjuvanci moškega spola, tri pa ženskega. Upoštevala sem, da so bili intervjuvanci že upokojeni oziroma tik pred upokojitvijo in da vsi živijo v Ljubljani oziroma bližnji okolici. Ker gre za raziskovanje življenjskega okolja uporabnika, vzorec ni reprezentativen.

3.4 Zbiranje podatkov

Podatke sem pridobila s pomočjo delno standardiziranega vprašalnika, ki ga je sestavljalo šest sklopov vprašanj odprtega tipa. Intervjuvanci so prosto odgovarjali, sama sem skrbela le, da so se držali teme pogovora in v primeru, da se mi je to zdelo potrebno, postavila tudi podvprašanje. Intervjuji so potekali ustno, s snemalnikom zvoka sem jih posnela in kasneje s pomočjo računalnika dobesedno prepisala. Intervjuvanci so mi ustno potrdili, da se strinjajo s snemanjem intervjuja in z objavo odgovorov v diplomski nalogi.

Intervjuji so potekali med 28. 7. 2014 in 14. 10. 2015, večinoma pa sem jih opravila na domovih intervjuvancev – le v dveh primerih je intervju potekal na drugi lokaciji, in sicer v pisarni Gerontološkega društva Slovenije in na domu skupnih prijateljev. Najkrajši intervju je trajal 15 minut, najdaljši pa dve uri.

Pri iskanju intervjuvancev sem sprva naletela na nekaj težav, saj je malokdo želel spregovoriti o raziskovalni problematiki. Nasprotno pa z intervjuvanci, ki so pristali na sodelovanje, nisem imela težav pri dogovarjanju in usklajevanju datumov izvedbe intervjuja.

Ker sem med pogovorom želela opazovati tudi telesno govorico, sem vse intervjuje izvedla v živo. Pri tem sem naletela na zelo različne odzive, ki pa so bili odvisni tudi od življenjske situacije in same tematike vprašanja. Večinoma so bili intervjuvanci odprti in pripravljeni na odgovarjanje. Nekaj nelagodja je bilo začutiti le pri osebah, ki so se znašli v težji finančni situaciji, natančneje pri vprašanju o njihovem soočanju s težavami. Nekaj odpora sem začutila zgolj pri enem intervjuvancu, pri katerem tudi s podvprašanji nisem uspela pridobiti obširnejših odgovorov.

3.5 Obdelava in analiza podatkov

Potem ko sem opravila intervjuje, sem posneto gradivo prenesla v računalniško obliko s pomočjo programa LibreOffice Writer. Za lažjo obdelavo sem intervjuje označila z izmišljenimi imeni. Določila sem vprašanja, na katera sem želela pridobiti odgovore, nato pa na podlagi tega izdelala tabelo za vnašanje podatkov.

Vse intervjuje sem ponovno prebrala, da bi si o osebi ustvarila neko širšo sliko. Vsakemu vprašanju sem določila svojo barvo, nato pa z barvami označila tiste dele besedila, ki so se nanašali na posamezno vprašanje. Zraven označenih delov besedila sem pripisala ključne besede, ki sem jih nato spremenila v kode druge stopnje. Te sem nato vnesla v sklepno tabelo.

Primer kodiranja:

»Smo pa živeli zelo skromno in revno.« časovna dimenzija – šolanje – pomanjkanje

»... imela sem službo in sem kar v redu živela.« časovna dimenzija – zaposlitev – ni pomanjkanja

»... moram odplačevati kredit in sem zelo v škripcih, zato moram pa sedaj tudi delati.« časovna dimenzija – upokožitev – hudo pomanjkanje

4 Rezultati

Tabela 4: Sklepna tabela

parameter / intervjuvanec		Polona	Meta	Tone	Jože	Marija in Franci	Silva
časovna dimenzija – pomanjkanje	čas šolanja	ne	ne	ne	ne	/ - da	da
	čas zaposlitve	ne	ne	ne	ne	ne	ne
	čas upokojitve	ne	ne	da	ne	ne	da (zelo)
bivalno okolje		predmestje, h, l	predmestje, h, l	mesto, h, l	predmestje, h, l	predmestje, h, l	predmestje, h, k
zdravstveno stanje		p	f, p	f	ni težav		f
socialne mreže	družinski člani	3 (sn, s, b)	6 (s, sn, v)	5 (s, sn, v)	3 (s, h, ž)	2 (h)	otroci
	zunanj člani	čd	sos, čd	čd	pr, sv	sos	pri, čd
	komentar	površinsko, zadovoljna	zadovoljna	zadovoljen	zadovoljen	zadovoljna	želi več
vpliv gospodarske krize		da	/	/	ne	da	da
prehod v upokožitev (težave)		ne	da (osamljenost)	da (finančno)	ne	da (finančno)	da (finančno)
vzorci varčevanja	dodatni zaslužek	ne	ne	da	ne	ne	da

	racionalizacija potrošnje	da	ne	da	da	da	da
	odrekanje	da	ne	ne	ne	ne	da
	izposoja	ne	ne	ne	ne	ne	da
	izmenjava	ne	ne	ne	ne	ne	da
bivanjski stroški		sama	sama	sam	sam	sama	pomoč
skrb za zdravje	hrana: cena pred kvaliteto	da	/	da	da	da	da
	plačilo zasebnega zdravnika	ne	/	ne	ne	ne	ne
	telovadba	/	da	/	da	/	da
izredni nujni stroški		/	davek za hišo	pomoč sinu	/	/	zdravniški pregledi
izredni nenujni stroški		mediji, enodnevn izleti	mediji, morje (izlet, dopust)	mediji	dopust	koncerti, mediji	dopust, servis kolesa, pohodništvo, kava

institucionalne storitve	soc. transferji	pokojnina, vdovski dodatek	pokojnina	pokojnina	soc. pomoč	pokojnina	pokojnina
	pomoč	zdravstvo	zdravstvo, hospic, socialni servis	zdravstvo	patronažna, zdravstvo, csd	zdravstvo	zdravstvo
	komentar	zadovoljna	/	/	nezadovoljen	/	/
informacije		mediji	mediji	mediji	mediji	mediji, sos	/
želje		obnova hiše, obisk plačljivih prireditev	/	ureditev hiše	potovanja	zdravje, brezskrbnost glede financ	odplačilo kredita in izposoje, morje, oblačila

Simbol	Pomen
sn	snaha
s	sin
b	brat
čd	člani društev
/	ni podatka
mediji	časopis, tv, radio, računalnik ipd.
sos	sosedje
v	vnuki
F	fizično
P	psihično
H	hiša
L	lastnik
ž	žena
h	hči
pr	prijatelji
sv	svakinja
K	kredit

1. Časovna dimenzija – pomanjkanje

Polona v preteklosti ni občutila pomanjkanja, danes pa samo sebe uvršča v srednji sloj. Kljub temu je iz intervjuja razbrati, da ji finance povzročajo nekaj problemov. *»Velikokrat pa se tudi odpovem kakšni stvari, da lahko potem redno plačujem položnice.«*

Meta danes ne čuti pomanjkanja, prav tako pomanjkanja ni bilo v času šolanja in zaposlitve. *»Smo imeli zelo lepo življenje, ker mama ni bila zaposlena, oče je bil obrtnik, je imel svojo firmo in tudi ni bilo pomanjkanja.«*

Tone v preteklosti ni čutil pomanjkanja, danes pa se sooča s finančno stisko. *»Imamo to smolo, da imamo vnukinjo, ki je cerebralc, tako da je to zelo drago. Njena mama ne more v službo hoditi zaradi tega in moramo podpirati tudi tamlade. Zaradi tega je slabo stanje.«*

Jože v preteklosti ni občutil pomanjkanja niti ga ne občuti danes. Meni pa, da je bilo življenje v preteklosti lepše, saj so si ljudje med seboj pomagali.

Marija in Franci v tretjem življenjskem obdobju ne občutita pomanjkanja. Franci pravi, da se je v času njegovega šolanja *»bolj životarilo, kot lepo živelo.«* Po študiju sta oba takoj dobila zaposlitev, zato večjih finančnih težav ni bilo. Oba pa poudarjata, da je bilo življenje v preteklosti zelo drugačno. *»3000 dinarjev mesečne plače sem imel takrat, on pa je za kolo hotel 14000. ... Danes imamo pa tamle dol pet koles pa nihče jih ne vozi.«*

Silva pravi, da je že med študiem občutila pomanjkanje, s starši je živela skromno in revno. Stanje se je izboljšalo, ko se je zaposlila, ločitev pa je v njeno življenje ponovno prinesla pomanjkanje. *»... sem se ločila in sem si morala kupiti stanovanje. Moram odplačevati kredit in sem zelo v škripcih, zato moram pa sedaj tudi delati.«*

2. Bivalno okolje

Polona je delna lastnica hiše v predmestju Ljubljane, v njej pa prebiva skupaj s sinom in snaho. Kot pravi, je hiša dovolj velika za vse, skrbi pa jo, da ima hiša veliko stopnic in bi se zato z leti lahko pojavile težave.

Meta v hiši živi sama in sicer v predmestju Ljubljane.

Tone živi skupaj z ženo v Ljubljani, v hiši, ki jo ima v lasti. *»Bila je zelo lepa hiša, sedaj pa počasi razpada, ker pač so nam začele pohajati moči in tudi finančno ne zmoremo toliko obnavljati.«*

Jože je povedal, da je kraj, v katerem živi, danes precej meščanski, včasih pa je bila to bolj vas. *»Še danes se ti staroselci včasih bolj vaško obnašajo, pridejo kar v hišo. ... Midva sva še šrango imela, ko sva se poročila!«* Z ženo sta lastnika hiše, v kateri tudi živita.

Marija in Franci sta lastnika hiše v predmestju Ljubljane. Skupaj z njima v hiši živi še njuna hči. Pravita, da je bila hiša včasih dobro poseljena, saj je notri živela še druga hči z družino, danes pa se jima hiša zdi velika.

Silva živi v predmestju, in sicer v stanovanju, za katerega odplačuje kredit. Živi sama, družbo pa ji dela tudi hišni ljubljencek.

3. Zdravstveno stanje

Polona pravi, da svojemu zdravju posveča malo pozornosti, zaenkrat pa ne občuti večjih težav. Nekaj stresa ji povzroča le soočanje s finančno situacijo. *»Ves čas moram imeti v glavi stroške, ves čas preračunavati in voditi račune. Prej je to urejal mož, sedaj pa moram sama. To mi je moreče.«*

Meta je kmalu po upokojitvi zbolela za težko gnojno pljučnico in tako je morala celo leto počivati. Pljučnice so se ji skozi leta ponavljale, zato mora dobro paziti na svoje zdravje. Ko ji je pred štirimi leti umrl mož, se je soočila s težkim obdobjem žalovanja in depresije. Takrat je tudi prekinila večino dejavnosti, v mesecu maju pa je tudi izgubila 5 kil. *»Jaz sem potem dve leti proti depresiji jemala tablete. Sedaj*

sem nehala, spim pa še danes ne. Pride noč, ko celo prečujem. Že zvečer vem, čutim, kako mi drhti v prsih. Nočem pa jemati tablet, ker to se navadiš. Kapljice imam pa Presen. To mi pa pomaga, tako da se umirim pa zaspi.»

Tone je imel v lanskem letu operacijo hrbtenice, ima pa tudi previsok pritisk. Tesnobe zaradi finančne stiske ne občuti.

Jože z zdravjem nima težav, ima pa težave z zdravjem njegova žena. To je tudi razlog, da je predčasno zapustil službo.

Svoje zdravje sta Marija in Franci opisala kot *»letom primerno.«* Poročata sicer, da imata povišan holesterol in pritisk, večjih težav pa ne zaznavata.

Silva je imela v preteklosti kar nekaj športnih poškodb, ki pa jih je uspešno sanirala. Redno mora hoditi tudi na mamografijo, saj je imela v preteklosti *»nek problem,«* iz katerega pa se ni razvilo nič hujšega. Velik stres ji povzroča tudi težka finančna situacija. *»Ves čas razmišljam o vsakem centu, moram tudi delati, kar ni prijetno. Je ogromna stiska.«*

4. Socialne mreže

Polona pravi, da je njena socialna mreža vezana predvsem na cerkev. Tam se srečuje s starejšimi, pozitivnimi ljudmi, med katerimi ima nekaj prijateljic, druži pa se tudi s preostalimi člani Gerontološkega društva Slovenije. Tesno je povezana tudi s svetovalkami pri Justu, tam ima veliko stikov s strankami. Prav tako se dobro razume s snaho, sinom in preostalimi sorodniki. Kljub razvejani socialni mreži pa pravi, da gre za bolj površinske odnose. *»Težko prosim za pomoč in tudi ne maram jamrati. Raje vse predelam sama. Z bratom sva prijatelja, vendar tudi njemu ne maram jamrati. Čisto dovolj mi je to, kar imam. Klepeti so mi, čisto iskreno, izguba časa.«* Večji prihodki ne bi vplivali na povišanje frekvenčnosti druženja.

V začetku upokojitve je bila Meta izjemno aktivna v raznih društvih. Tako je bila

blagajničarka v upokojenskem društvu Nama, sodelovala pa je tudi z upokojenci v Črnučah in skrbela za tri vnuke. Po moževi smrti je začasno prekinila z dejavnostmi, danes pa je ponovno aktivna. Veliko stikov ima z družino – trije vnuki, sin in snaha – sosedami ter člani zgoraj omenjenih društev. *»Družim se toliko, kolikor se hočem. Jaz grem, kadar mi paše, grem povsod. Grem na izlete, celo z borci, sem se vključila, da grem lahko na izlete ... Pa na novoletne zabave grem zmeraj. In to na namovsko in na črnuško grem zmeraj. Pa plešemo!«*

Tonetovo socialno mrežo predstavlja predvsem njegova družina – sin, snaha in dve vnukinji. *»... si pomagamo med seboj, ko kaj potrebujemo. ... Večinoma pa vse v žlahti ostane, tako da zunanje ne potrebujemo.«* Tone je prav tako član treh društev, v katerih je zelo aktiven.

Jože pravi, da se za pomoč najraje obrne na otroke. Ko so se pojavile težave z ženo, mu je veliko pomagala tudi svakinja. Zase pravi, da v tem obdobju ne potrebuje več toliko prijateljev, zato je stike obdržal z manjšim številom ljudi. *»Da bi jaz imel tukaj 150 prijateljev in kolegov, mi ni do tega. Potem si v družbi prijateljev, ki ti pašejo.«*

S svojo socialno mrežo sta Marija in Franci zadovoljna. Kadar nastopijo težave, se obrneta predvsem na svojo družino – otroke in vnuke. Ker sta še pokretna, lahko obiskujeta tudi sosede in tudi sama dobita kakšen obisk. *»Dolgčas nama ni«.*

Za razliko od ostalih intervjuvancev Silva s svojo socialno mrežo ni zadovoljna. *»Ja, želela bi si več ljudi. Definitivno.«* Je sicer članica planinskega društva, s katerim gre enkrat mesečno v gore. Druži se tudi z drugimi upokojenci, s katerimi hodi na sprehode in kakšen čaj. Po pomoč se največkrat obrne na sina, ki ji tudi finančno pomaga.

5. Vpliv gospodarske krize

Polona pravi, da je gospodarska kriza vplivala tudi na njeno življenje. *»Sigurno je za*

vдовce težje, saj je samo en prihodek. Tudi sama imam nenehno v glavi finance, to je zelo težko. Snaha sicer ima službo, sin ima s. p. in je zelo malo prihodka, tako da je vse na meni.»

Gospodarska kriza na Meto ni imela vpliva. Z možem sta prihranila dovolj denarja za brezskrbno starost. Pravi, da prejema dovolj visoko pokojnino, da lahko brez težav pokrije vse stroške.

Tone meni, da je gospodarska kriza vplivala tudi na njegovo življenje.

Jože je mnenja, da gospodarska kriza na njegovo življenje ni vplivala. Z ženo sta namreč v preteklosti denar vložila v nepremičnino, ki sta jo nato prodala. Jože pravi, da sta z ženo šele sedaj, z odhodom otrok, zares zaživela.

Gospodarska kriza je vplivala tudi na življenje Marije in Francija, kljub temu pa večje stiske ne občutita. *»Za nas, kot jaz to vidim, to šparanje ni noben problem, ker smo navajeni šparati. ... S tistim, kar imaš, moraš živeti.»*

Silva pravi, da je gospodarska kriza nanjo zelo vplivala. *»Jaz sem takrat vzela kredit v švicarjih, zdej je pa problem, ker je prišlo ogromno, ogromno gor. ... sedaj je pa super kriza, ne samo kriza.»*

6. Prehod v obdobje upokojitve – težave

Za Polono prehod v obdobje upokojitve ni bil težaven. *»Problem je bil samo, ker je vse finance glede hiše prej urejal mož, sedaj pa jih moram jaz.»*

Meta se je za odhod v pokoj odločila, ko je dopolnila petdeset let, razlog pa je bil vnuk, za katerega je skrbela. Ob prehodu v obdobje upokojitve pa se je soočila predvsem s čustvenimi težavami. *»Potem sem skoraj en mesec, ko je bilo ravno*

januarja, tako rekoč sem cel mesec prejkala doma ... jaz sem tako trpela, ker sem se osamljeno počutila. Sem zelo shujšala tudi takrat, sem se počutila tako nepotrebno. Ni mi bilo to dovolj, za gospodinjo.«

Tone poroča, da je ostal aktiven tudi v času upokojitve, vendar se je kljub temu ob prehodu soočil s težavami. *»... Kakšen dodaten denar bi prav prišel. Pa človek je navajen vsak dan vstati in oditi v službo.«*

Jože pravi, da je specifičen primer, saj je imel v času intervjuja še mesec dni do uradne upokojitve. *»Vem za kolege, ki so bili prvi mesec čisto iz sebe. Kar naenkrat 24 ur na dan časa. Jaz sem imel pa takrat še največ dela v bistvu, ker sem dobil M. domov iz bolnišnice in ni mogla niti hoditi. .. sedaj se stvari počasi umirjajo in že moram iskati stvari, ki jih bom počel.«*

Marija in Franci poročata, da prehod v obdobje upokojitve na njuno življenje vedno bolj vpliva, in sicer v finančnem smislu. Vendar pravita, da so z upokojitvijo tudi potrebe postale manjše, saj ne potrebujeta novih oblačil, čas imata za delo na vrtu ipd. *»Za nas je v redu. Recimo.«*

Prehod v upokojitev je na Silvijo najbolj vplival s finančnega vidika. Pravi, da se najbolj pozna, ker sedaj malica in prevoz nista plačana.

7. Vzorci varčevanja

Polona kot strategijo varčevanja uporablja predvsem racionalizacijo potrošnje in odrekanje. *»Želim si kaj adaptirati v hiši, izboljšati, vendar ne morem ... Zapufati se pa tudi ne želim, da ne bi otrokom prepustila dolgova.«* Čeprav pridobi tudi nekaj provizije s pomočjo prodaje izdelkov pri Justu, pravi da tukaj ne gre za dodatni zaslužek, saj so to zelo majhni zneski. Iz odgovora: *»To mi je bolj pristočasna dejavnost, dobim pa tudi potem izdelke,«* lahko sklepamo, da uporablja tudi strategijo zamenjave (čas za izdelek).

Tone tudi v obdobju upokojitve ostaja aktiven, kar mu prinese občasen dodaten zaslužek. Da bi privarčeval pa se poslužuje predvsem strategije racionalizacije potrošnje.

Jože kot strategijo varčevanja uporablja racionalizacijo potrošnje. Pravi, da se bo v primeru finančne stiske poslužil strategije dodatnega zaslužka.

Kot strategijo varčevanja se Marija in Franci poslužujeta predvsem racionalizacije potrošnje.

Silva uporablja vseh pet navedenih vzorcev varčevanja – dodatni zaslužek, racionalizacijo potrošnje, odrekanje, izposojlo in izmenjavo. Največji priliv ji zagotavlja dodatni zaslužek, saj kljub upokojitvi dela po pogodbi. Pri tem zelo pazi, da ne preseže višine dovoljenega zaslužka. Dodatni denar porabi izključno za plačilo kredita in stroške avtomobila. Kadar ji zmanjka denarja, ji le-tega posodi sin, sama pa mu potem denar tudi vrne. Zelo rada pomaga drugim ljudem, kar se ji obrestuje tudi tako, da od njih dobi veliko oblačil. Velikokrat se tudi odpove izletu v hribe, saj si tega ne more privoščiti. *»Se je treba kar znajti.«*

8. Bivanjski stroški

Polona sama krije svoje bivanjske stroške, *»tudi za sina in snaho, kar je morda narobe.«*

Meta lahko bivanjske stroške pokrije sama, kljub temu pa meni, da hiše brez dodatnega denarja ne bi mogla vzdrževati.

Tone lahko bivanjske stroške pokrije sam, vendar se mora za ta namen odreči popravilu hiše.

Jože pri kritju bivanjskih stroškov nima težav.

Marija in Franci si bivanjske stroške delita skupaj s hčerjo, pri plačilu pa nimajo težav.

Silva sama težko pokrije vse bivanjske stroške. *»Šok je predvsem ta kredit, ko so teli švicarji tako poleteli v zrak. Če ne bi bilo tega, bi se verjetno kar dalo živeti. Pri meni je problem tudi to, da sem sama in je težko z eno penzijo. Če sta dve penziji, je to čisto drugače. Ogrevati moraš isto, če je en v stanovanju ali pa če jih je pet, čisti nonsens.«*

9. Skrb za zdravje

Nekaj hrane, predvsem sezonske, Polona pridelala doma. Pri nakupu prehrane ji je prioriteta nižja cena, prav tako kupuje le tisto, kar res potrebuje. *»Ne gledam toliko na to, ali je hrana bio, ali ne. Tudi ne dajem poudarka na to.«* Zasebnega zdravnika si ne plačuje.

Meta veliko hrane pridelala sama, redno pa se tudi giba. Dnevno hodi na sprehode, prav tako pa aktivno skrbi za hišo in vrt.

Tone sicer pri nakupu izbira cenejšo hrano, poskuša pa dobiti znotraj nizke cene najkvalitetnejšo. Zasebnega zdravnika sicer ne plačuje, je pa član Pacienta. Tam ima, v zameno za mesečni prispevek, na voljo različne specialiste.

Jože je bil že v preteklosti športno aktiven in to se z vstopom v pokoj ni spremenilo. *»Sedaj sem vsak teden vsaj enkrat na Šmarni, pridem v pol urce gor. Včasih sem tudi dvakrat.«* Nekaj hrane z ženo pridelata sama, ostalo pa kupita v okviru akcij. Za zasebnega zdravnika ne želi plačevati. *»To se mi zdi pa skrajno neumno, ane. Ker smo toliko časa plačevali in nismo nič od tega pokoristili. Sedaj naj si pa to plačujem.«*

Marija in Franci za nakup hrane koristita kupone in akcije in izbirata cenejše izdelke. V poletnem času veliko hrane sama pridelata. Franci se vsakodnevno razgiba s krajšim sprehodom do hiše, v kateri prebiva ena izmed njunih hčera. Zasebnika si, kljub daljšim čakalnim vrstam, ne moreta privoščiti. *»Drugače so pa te operacije predrage, zato čakava. Tisti, ki je res bolan, ki ima hude bolečine ... to je pa res težko.«*

Silva je izredno aktivna upokojenka. Veliko se ukvarja s športom, kar ji na nek način predstavlja tudi sprostitev. Veliko hrane pridela doma in nato tudi vloži. Pravi, da s tem malo poskrbi za kakovost svoje prehrane. Pri nakupu izdelka veliko vlogo igra nižja cena. *»Saj mogoče potem vpliva to tudi na zdravje, ker manj kakovostno hrano ješ, ampak drugače res ne gre.«* Ker v preteklosti ni bila nezgodno zavarovana, si je morala sama plačati zdravljenje poškodb, kar ji je predstavljalo veliko finančno obremenitev. Ker mora vsako leto hoditi na mamografijo in ginekološki pregled, si mora sama plačati tudi vmesne preglede.

10. Izredni nujni stroški

Meta poroča, da so njeni izredni nujni stroški povezani predvsem s hišo.

Izredni nujni stroški za Toneta so predvsem pomoč sinovi družini pri plačilu položnic.

Največji izredni nujni strošek Silvi predstavljajo zdravniški pregledi.

11. Izredni nenujni stroški

Polona je naročena na časopis, ima pa tudi televizijo in radio. Velikokrat si privošči enodnevni izlet s sinom in snaho, na daljši dopust pa si ne želi iti. Plačljivih prireditev ne obiskuje, udeleži se raje brezplačnih. *»Tudi za muzeje in galerije izkoristim dneve, ko je na voljo zastoj vstop.«*

Meta poleti veliko časa preživi na morju, saj se hodi v juliju in avgustu dvakrat tedensko kopat na slovensko obalo, prav tako gre vsako leto za najmanj en teden na morje.

Tone je naročen na časopis, v lasti pa ima tudi televizijo. Dopust si z ženo sicer lahko privoščita, vendar se zaradi živali zanj ne odločita.

Jože pravi, da si z ženo sicer lahko privoščita obisk prireditev, ampak to redko izkoristita, saj žena težko sedi.

Marija in Franci se občasno udeležita kakšnega koncerta. Pravita, da se več prireditev ne bi udeleževala tudi, če bi imela več prihodkov. V lasti imata tudi televizijo in telefon. Na časopis nista naročena, saj prebereta tistega, ki ga dobi njuna hči. Največ informacij pridobita iz časopisa in televizije, nekaj pa jih predajo tudi sosedge.

Silva si enkrat mesečno (izjemoma dvakrat) privošči izlet v hribe s planinskim društvom. Pravi, da bi si podobne izlete večkrat privoščila, če bi imela več denarja. *»Ker sedaj, če grem, je treba plačati prevoz, tudi malica ni zastonj. Tudi ko prideš domov, si lačen. Tam si recimo spet kakšno kavico privoščiš. Grem pa za dušo, kolikor lahko grem.«* Tudi na letni dopust se odpravi v hribe. To ji predstavlja velik finančni zalogaj, saj si mora velikokrat denar izposoditi pri otrocih ali pa vzame limit.

12. Institucionalne storitve in informacije

Polona prejema pokojnino in vdovski dodatek. Kljub temu da je po poklicu socialna delavka, se na institucije, razen zdravnika, ne obrača. Informacije tako pridobi večinoma iz *»dnevnega časopisja in radia.«* Pravi, da je z zdravstvenim sistemom zadovoljna, mnenja pa je, da je veliko odvisno tudi od odnosa, ki ga ima posameznik.

Meta, poleg pokojnine v višini 1200 eur, ne prejema drugih dodatkov. Poleg zdravstva je ob moževi smrti pomoč poiskala pri socialnem servisu in nevladni organizaciji Hospic, z obema pa je imela pozitivne izkušnje. *»... so bili grozno prijazni. Sva tam sedel in so te ženske bile tako dobre. So rekle, da nam bodo bolniško posteljo dale zastonj ... dale so mi knjige, kako se obnašaš ob umiranju in kaj narediš po smrti. To je pa meni tako prav prišlo.«*

Tone se ne poslužuje drugih socialno-varstvenih storitev, razen zdravstva. Prejema pokojnino v višini 1800 eur.

Zaradi ženinega slabega zdravja ima Jože kar nekaj izkušenj z institucionalnimi storitvami – zdravstvo, patronažna sestra, center za socialno delo. Pravi, da je zdravstveni sistem dodobra spoznal in bil zelo razočaran. Prav tako je bil razočaran tudi nad centrom za socialno delo. *»Deset socialnih delavk sem dal skozi, razumeš, nobeden nič. Pa moja žena je imela hude težave. Pa moja žena je imela hude težave. Enkrat smo hoteli za Bežigradom prepisati avtomobil na otroka pa ga nisem mogel! So rekli: 'Nas to nič ne zanima, nas zanima samo, ali boste lahko živeli, ali ne'. Super! Kaj ste mi pomagali sedaj? Pa to so oni mene klicali. Sej jaz razumem, da so taki predpisi, ampak če je črno na belem napisano, da je človek tako boln. Dajte no pomagat.«* Jože je sicer v času intervjuja še prejemal socialno pomoč. Dodatkov ni prejemal. Večino informacij o svojih pravicah poišče na spletu.

Marija pravi, da dobiva povprečno ali malo nadpovprečno pokojnino. Franci sicer dobiva manjšo pokojnino kot Marija, kljub temu pa je še vedno dovolj visoka, da mu dodatki ne pripadajo. Razen zdravstva z drugimi institucionalnimi storitvami nimata izkušenj.

Silva se, razen zdravstva, na druge institucije ne obrača. Poleg pokojnine ne prejema drugih dodatkov.

13. Želje

Poleg obnove hiše si Polona želi, da bi *»si lahko ljudje, ki so celo življenje delali, lahko tudi sami privoščili obisk prireditev, ne da je treba čakati na tiste, ki so zastonj, kot nekakšno miloščino.«* Drugih želja po materialnih sredstvih nima, čeprav pravi: *»če ni denarja, tudi ni volje.«*

Tone si želi predvsem, da bi si uredil hišo. *»Da bi pa si kupovali materialne dobrine ali hodili po Afriki, to pa nimam želje.«*

Jože pravi, da bi zelo rad potoval. To si sicer finančno lahko privošči, vendar mu ženino zdravje to onemogoča. *»Jaz bi ful še potoval, jaz bi šele začel, ampak tako je. Mogoče bom kakšnega kompanjona dobil, ko bodo v penziji, pa bova šla.«*

Posebnih želja Marija in Franci nimata. Franci si želi predvsem zdravja, Marija pa pravi, da si želi samo *»kar si trenutno neki zaželiš, da si tisto brez pomisleka kupiš.«* Drugih potreb ne čutita.

Silva si predvsem želi, da bi lahko poravnala kredit za stanovanja in otrokom povrnila dolg. Privoščila bi si tudi kakšno novo oblačilo in pa oddih na morju. *»Nisem bila na morju 10 let. Se grozno sliši, ampak nisem bila na morju že 10 let. Ampak ne nekam tko, ampak kaj jaz vem, nekam blizu.«*

5 Razprava

Kljub temu da posamezniki živijo v podobnih okoljih, se njihove življenjske zgodbe med seboj zelo razlikujejo. Čeprav se morda na prvi pogled zdi, da so si težave starejših med seboj podobne, nam širša slika pokaže, da se vzroki težav med posamezniki zelo razlikujejo. Prav tako pa se razlikujejo tudi strategije soočanja z izzivi. Vsak posameznik je edinstven ekspert iz izkušenj in kot tak mora biti tudi vključen v soustvarjanje rešitev, ki so zanj najbolj primerne. Čeprav se stanje v zadnjem času izboljšuje, menim, da so starejši še vedno prepogosto izključeni prav iz procesa iskanja rešitev. Socialni delavci moramo kot zastopniki starejših zagotoviti, da se vzpostavi dialog med institucijami ter starejšimi uporabniki in predvsem da bodo slednji slišani.

Socialna mreža starejših posameznikov se z leti skrči predvsem na družinske člane in nekaj prijateljev. Pa vendar so starejši s tem večinoma zadovoljni. Posamezniki začnejo iskati predvsem družbo tistih, ki jim nudijo čustveno oporo in stabilnost, to pa največkrat najdejo prav znotraj svoje družine. To pa še ne pomeni, da starejše osebe prenehajo s svojimi aktivnostmi. Ravno nasprotno, veliko starejših v okviru svojih zmožnosti skrbi za svoje bivalno okolje – tako hišo oziroma stanovanje kot tudi vrt. Vedno več je tudi nevladnih organizacij, kamor se starejši lahko vključijo. Društva, ki združujejo starejše, so vsekakor pomemben prispevek h kakovostnejši starosti. Ohranjanje aktivnosti, predvsem v sodelovanju z drugimi, posamezniku zagotavlja zadovoljstvo, saj širi socialno mrežo, lahko pa mu nudi tudi občutek pripadnosti in povezanosti. Pomembno pa se mi zdi tudi spoznanje, da je s socialno mrežo manj zadovoljna posameznica, ki se sooča z najhujšo finančno stisko. Širša socialna mreža bi zanj lahko pomenila lažje soočanje s finančno situacijo in z njo povezanim stresom. Žal ravno pomanjkanje denarja omejuje njene možnosti in tako se je znašla v začaranem krogu. Zdi se mi, da se socialni delavci vse prevečkrat ukvarjamo predvsem z iskanjem institucionalnih rešitev za starejše uporabnike, kar je vsekakor posledica trenutne sistemske ureditve. Kljub temu pa se moramo zavedati, da je občutek pripadnosti ena izmed temeljnih potreb človeka. Med prioritete našega dela bi zato nujno morali postaviti tudi širjenje socialne mreže našega uporabnika.

Gospodarska kriza je imela vpliv tudi na življenje starejše generacije. Presenetilo me

je dejstvo, da se s finančnimi težavami soočajo tudi tisti posamezniki, ki imajo visoke pokojnine. Življenje v naši državi postaja vedno dražje, zakonske ureditve pa do upokojencev niso prizanesljive. Posamezniki bivanjske stroške sicer lahko večinoma pokrijejo sami, vendar se morajo kljub temu posluževati različnih strategij varčevanja. Najpogostejši način varčevanja je racionalizacija potrošnje. Najpogosteje na račun plačila položnic trpi obnova hiše. Na prvi pogled se to zdi logična poteza, vendar je v meni vzbudilo predvsem skrb. S starostjo in posledičnim slabšanjem zdravja se zmanjšajo zmožnosti gibanja, močno pa se poveša tudi možnost padcev. Sprašujem se, koliko na to vpliva tudi slabo stanje bivališča. Propadanje le-tega poveša tudi možnost nesreč (požar, ipd.), s tem pa je seveda resno ogroženo življenje starejših, saj jim zmanjšane možnosti gibanja slabšajo tudi možnosti pobega in rešitve. Pojavlja se mi tudi vprašanje, nezmožnost obnavljanja bivališča povečuje stres, ki ga doživljajo starejši. Starejši večinoma še vedno prebivajo v svojih rojstnih hišah oziroma hišah, ki so jih sezidali sami, zato so nanje tudi čustveno navezani. Vsekakor lahko opazovanje propada nečesa, kar si sam zgradil, povzroči določeno mero stresa.

Vedno več je starejših, ki kljub upokojitvi še vedno delajo. Postavlja se mi vprašanje, koliko od teh je takih, ki tega ne počno iz veselja do dela, ampak brez dodatnega zaslužka ne bi mogli preživeti. Za oba posameznika iz raziskave je namreč ravno slaba finančna stiska razlog za iskanje dodatnega dela. Žal ju tudi pri tem omejujejo zakonske ureditve, ki določajo višino zneska, ki ga starejši lahko zaslužijo. To je še en dokaz, da bo država morala nujno nekaj spremeniti v svojem delovanju. Tako pa po eni strani reže v pokojnine in starejšim onemogoča možnost kakovostne starosti ter jih sili v delo, po drugi strani pa jih ravno pri tem omejuje. Kako naj torej star človek živi dostojno in predvsem kvalitetno življenje?

Seveda slabša finančna situacija vpliva tudi na slabše zdravstveno stanje. Posamezniki zanemarjajo kvaliteto hrane zato, da bi lahko kupili čim cenejši izdelek. Kvaliteta njihove prehrane se izboljša predvsem poleti, ko zelenjavo večinoma pridelajo na domačem vrtu. To jim verjetno vzbuja nek občutek osebnega zadovoljstva, kar ima vsekakor pozitiven vpliv na zdravje. Bolj kot kvaliteta prehrane pa se mi zdi problematična ureditev zdravstva. Starejši si z majhno pokojnino ne morejo privoščiti zasebnika, zato se morajo soočati z vse daljšimi

čakalnimi vrstami. Za posameznika ni samo neprijetno in boleče, lahko je tudi življenjsko ogrožajoče. Poseben problem pri starejših je tudi jemanje zdravil. Velikokrat se dogodi, da zdravilo pozabijo vzeti. Njihovo zdravje pa ogroža tudi nepravilno jemanje zdravil, še posebno pri tistih posameznikih, ki se zdravijo za več različnih bolezni hkrati. Zdravniki specialisti med seboj ne komunicirajo, zato ni redkost, da posameznik jemlje zdravila, ki med seboj niso kompatibilna. Potrebno bi bilo vzpostaviti sistem, ki bi omogočal komunikacijo med zdravniki in s tem tudi bolj nadzorovano jemanje zdravil.

Razen zdravstva se starostniki na državne institucije ne obračajo pogosto. Vsekakor bi bilo dobro preveriti, kje tiči razlog za to. Pri svojem delu sem sicer pogosto slišala negativne izkušnje, ki jih imajo posamezniki s socialnimi službami. Posebno smo na udaru prav socialni delavci. Morda to nekako sodi k našemu delu, saj delujemo z ranljivimi skupinami, ki se soočajo s hudim stresom in stisko. To je verjetno tudi razlog, da so posamezniki bolj občutljivi in prizadeti, ko jim pomoči zaradi zakonskih ureditev ne moremo omogočiti.

Da je frekvenca aktivnosti odvisna tudi od fizičnih sposobnosti, je pokazalo vprašanje o počitnicah. Privoščijo si jih namreč predvsem tisti, ki z gibanjem nimajo težav. Starejši intervjuvanci, pri katerih se že kažejo slabše zmožnosti gibanja, bi si dopust sicer lahko privoščili, vendar se raje odločijo, da bodo ostali doma.

Velikokrat sem bila priča temu, da so bile želje starejših preslišane. Ravno zato se mi je zdelo eno pomembnejših vprašanj tisto o željah posameznikov. Želela sem jim dati občutek, da so tudi njihove želje pomembne. Le-te so bile izjemno skromne. Večinoma si starejši želijo predvsem zdravja – tako fizičnega kot psihičnega. Materialne stvari se jim ne zdijo tako pomembne. Razlog za to je najverjetneje dejstvo, da so bili skoraj vsi že od malega prisiljeni v varčno življenje. Tako kljub varčnemu življenju danes ne občutijo večjega pomanjkanja. Zdi se mi, da je to tudi eden glavnih dejavnikov za zmanjševanje stresa, saj jim varčno življenje ni nepoznana situacija. Danes vsekakor živimo v drugačnem svetu, kjer imamo nešteto možnosti izbire. Čeprav je prepad med bogatim in revnim slojem vedno večji, sem sama odraščala v okolju, v katerem nikoli nisem imela občutka pomanjkanja. Sprašujem se, kako se bo moja generacija soočala s pomanjkanjem, če se bo v

starosti pojavilo.

Namen raziskave je bil raziskati življenjsko okolje posameznikov, njihovo doživljanje starosti in izzivov v tem življenjskem obdobju in predvsem njihove strategije preživetja. Svoj namen sem vsekakor dosegla. Sama priprava in izvedba intervjujev pa mi je dala tudi pomembno lekcijo o raziskovalnem delu. Želela bi si, da bi bili intervjuji bolj strukturirani, saj bi tako lažje pridobila točne odgovore in popolne odgovore. Med izvajanjem zadnjega intervjuja se mi je končno izrisala slika, kakšna struktura bi v resnici morala biti. Na začetku je bil prisoten strah, da bom s svojim vodenjem vplivala na odgovore. Skozi proces intervjuvanja sem nekako pridobila občutek, kako človeka voditi brez dodatnega vpliva. Kodiranje mi ni povzročalo problemov. Natančno sem določila parametre, ki sem jih želela preveriti, in postavila sistem kodiranja, tako da je potekalo zelo hitro.

Rezultatov svoje raziskave ne morem posplošiti po celotni populaciji, a to niti ni bil cilj raziskave. Trdno verjamem, da je vsak posameznik edinstven, in da v sebi nosi svojo edinstveno zgodbo. Je pravi ekspert iz izkušenj. Tega pri svojem delu ne smemo pozabiti, saj bomo le tako lahko poskrbeli za kakovostno preživljanje tretjega življenjskega obdobja. Ne samo za naše stare starše in starše, ampak konec koncev tudi za nas same.

6 Sklepi

1. Staranje prebivalstva bo naši družbi prineslo velike spremembe.
2. V Sloveniji deluje veliko nevladnih organizacij, ki delujejo na področju socialnega dela s starejšimi.
3. Večina intervjuvancev kljub potrebi po varčevanju ne občuti večjega pomanjkanja.
4. Starost še ne pomeni, da bodo posamezniki tudi slabega fizičnega zdravja. Večina intervjuvancev sicer ima nekaj težav, ki jih prinese starost, kljub temu pa nihče od njih nima resne življenjsko ogrožajoče bolezni.
5. Slabša finančna situacija lahko za posameznike pomeni velik stres.
6. Socialne mreže starejših so precej razvejane – poleg družinskih članov jih sestavljajo tudi posamezna društva (in člani znotraj njih), sosedje, prijatelji.
7. Intervjuvanci so večinoma zadovoljni z razvejanostjo socialne mreže.
8. Gospodarska kriza vpliva na življenjsko okolje posameznikov.
9. Prehod v obdobje upokojitve ima vpliv na finančno situacijo posameznika.
10. Prehod v obdobje upokojitve lahko posamezniku prinese tudi občutek osamljenosti in nekoristnosti.

11. Za soočanje s finančno krizo se posamezniki poslužujejo tudi možnosti dodatnega zaslužka.
12. Za soočanje s finančno krizo intervjuvanci najpogosteje uporabljajo odrekanje in racionalizacijo potrošnje.
13. Za soočanje s finančno krizo intervjuvanci ne uporabljajo možnosti izmenjave.
14. Bivanjske stroške lahko intervjuvanci večinoma plačujejo sami.
15. Intervjuvanci sezonsko zelenjavo večinoma pridelajo sami.
16. Intervjuvancem je nižja cena hrane pomembnejša kot kvaliteta.
17. Večina intervjuvancev ne bi plačala za zasebnega zdravnika.
18. Posamezniki so kljub starosti še vedno aktivni.
19. Večina intervjuvancev bi si lahko dopust privoščila.
20. Intervjuvanci ne prejemajo finančnih dodatkov.
21. Starejši se poslužujejo možnosti zdravstvenega varstva.
22. Starejši se za pomoč redko obrnejo na druge institucionalne storitve.

23. Starejši informacije o svojih pravicah pridobivajo iz medijev.
24. Starejši redko kupujejo nova oblačila.
25. Starejši najpogosteje obiskujejo brezplačne prireditve.
26. Lastniki hiš, ki so se znašli v slabšem finančnem položaju, si želijo predvsem obnoviti hiše.
27. Posamezniki, ki so v mladosti občutili pomanjkanje, se lažje soočajo s finančno krizo.
28. V težki finančni situaciji se lahko znajdejo tudi tisti posamezniki, ki prejemajo višjo pokojnino.

7 Predlogi

1. Pri svojem delu sem spoznala, da je še vedno prisotno rivalstvo med posameznimi področji gerontologije. Ključno se mi zdi, da začnejo različne stroke med seboj sodelovati, komunicirati in predvsem soustvarjati rešitve. Le tako bomo lahko poskrbeli za kakovostno starost starejših oseb in, konec koncev, tudi nas samih.
2. Starejši posamezniki so vse prepogosto preslišani, ko iščemo prave rešitve zanje. Ključno se mi zdi, da starejše spodbudimo in skupaj z njimi soustvarimo rešitev, ki bo prava zanje.
3. V družbi starost še vedno spremljajo določeni stereotipi, ki imajo predvsem negativni prizvok. V našem okolju je sicer kar nekaj nevladnih organizacij, ki poskušajo razbiti te stereotipe, vendar se mi zdi, da to ni dovolj uspešno. Ključno se mi zdi, da se inštitucije (predvsem socialne) povežejo z nevladnimi organizacijami in spodbudijo javno debato o starosti ter s tem pripomorejo tudi k razbijanju stereotipov.
4. Večina mojih intervjuvancev ni uporabljala nobene institucionalne storitve razen zdravstva. Na center za socialno delo se je obrnil zgolj eden izmed intervjuvancev, in sicer na pobudo centra. Morda bi bilo dobro pogledati, koliko starejši sploh poznajo ostale institucionalne storitve in ukreniti nekaj za večjo prepoznavnost.
5. Moja raziskava je zajela le življenjsko okolje šestih posameznikov iz Ljubljane ali bližnje okolice. Zanimivo bi bilo videti raziskavo, ki bi zajela večje število intervjuvancev in predvsem tudi tiste, ki živijo v bolj ruralnem okolju.

6. Morda bi lahko razširili predvsem časovno dimenzijo v smislu daljšega trajanja raziskave. Zanimivo bi bilo videti, kako se, skupaj s situacijo, spreminja tudi razmišljanje in doživljanje posameznikov.
7. Starejše bi lahko vzpodbudili, da si med seboj pomagajo tudi z izmenjavo različnih dobrin.

8 Viri

8.1 Bibliografija

Mesec, B. (1997), *Metodologija raziskovanja v socialnem delu 1*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo (študijsko gradivo).

Gerontološko društvo Slovenije (2015), *Gerontološko društvo Slovenije*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije (zloženska).

Hlebec, V. (2009), *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Maribor: Založba Aristej.

Inštitut Antona Trstenjaka (2011, 14, 4), *Kakovostna starost*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Inštitut Antona Trstenjaka (2011, 14, 3), *Kakovostna starost*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka (revija).

Pogačar, P., Rangus, A., Krčmar, J., Žiher, M. (2013), *Pokojninski sistem po novem: novi zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju v praksi*. Ljubljana: Planet GV.

Dragoš, S., Leskošek, V. (2003), *Družbena neenakost in socialni kapital*. Ljubljana: Mirovni inštitut, Inštitut za sodobne družbe in politične študije.

Kristanič, A. (2005), *Nova podoba staranja – siva revolucija*. Ljubljana: Združenje svetovalnih delavcev Slovenije.

Germek, B. (1996), *Usmiljenje in vislice: Zgodovina revščine in milosrčnosti*. Ljubljana: ISH Fakulteta za podiplomski humanistični študij.

Dernovšček-Hafner (2013): *Problematika revščine in kako jo reševati*. Ljubljana: NFHOS (zbornik)

Novak M., Papež, M. (ur) (2013), *Vodnik po pravicah iz pokojninskega in invalidskega zavarovanja z besedilom zakona (ZPIZ-2)*. Ljubljana: Inštitut za delo pri Pravni fakulteti Univerze v Ljubljani.

Vrooman, J.C., Gábos, A., Gál, R.I., Kosta, J., Kump, N., Lénárt, Pięta, K., Stropnik, N., Vokoun, J., Workie-Tiruneh, M. (2008), *The elderly poor in the EU's new member states*. European Network of Economic Policy Research Institutes (research report).

Pavliha, M. (ur.) (2006), *Pravice in soodgovornosti življenja v starosti*. Velenje: Pozoj.

Zaidi, A. (2008), *Well-being of Older People in Ageing Societies*. Farnham: Ashgate Publishing Limited.

Rosenberg, J. (2009), *Working in social work: tje real world guide to practice settings*. New York: Taylor and Francis Group, LLC.

Lymbery, M. (2005), *Social Work with Older People: context, policy and practice*. London: SAGE Publications Ltd..

World Bank (2004), *Making Services Work for Poor People*. Ljubljana: GV Založba.

Žiberna, A., Kožuh-Novak, M.(ur.) (2007), *Odnos do starejših v slovenski javnosti*. Ljubljana: Zveza društev upokojencev Slovenije: Slovenska filantropija.

Ramovš, J. (2003), *Kakovostna starost: Socialna gerontologija in gerontologija*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Inštitut Antona Trstenjaka (2014, 17, 1), *Kakovostna starost*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka (revija).

Novak, M., Černigoj-Sadar, N., Dragoš, S., Dremelj, P., Ferligoj, A., Hlebec, V., Kogovšek, T., Nagode, M. (2004), *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.

Marjanovič-Umek, L., Zupančič, M. (ur.) (2009), *Razvojna psihologija*. Ljubljana: Založba Rokus Klett (645 – 803).

Cibic, D., Drenik, I., Kožuh-Novak, M., Ostrman, A., Pavliha, M., Žiberna, A. (2006), *Starejši za starejše: za boljše zdravje in višjo kakovost življenja doma*. Ljubljana: Ministrstvo za zdravje: Zveza društev upokojencev Slovenije

Bitenc, K. (2003), *Socialna omrežja uporabnikov alarmnega sistema*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede (diplomsko delo).

8.2 Spletni viri

Miklavc Kapun, M. (2011), *Starost in staranje*. Ljubljana: Zavod IRC (učbenik). Dostopno

na_www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/vs/Gradiva_ESS/IMPLETUM/IMPLETUM_280ORGANIZATOR_Starost_Milavec.pdf (18. januar 2016).

Zveza društev upokojencev Slovenije. Dostopno na www.zdus-zveza (18. januar 2016).

Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije. Dostopno na www.skupine.si (18. januar 2016).

Spominčica (2013), *O nas*. Dostopno na www.spomincica.si (18. januar 2016).

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje (2010), *Predstavitev*. Dostopno na www.inst-antontrstenjaka.si (18. januar 2016).

Seniorji.info (2007), *Informacije o spletni strani*. Dostopno na www.seniorji.info (18. januar 2016).

Zlata leta (2008). Dostopno na www.zlataleta.com (18. januar 2016).

Statistični urad Republike Slovenije (2015), *Mednarodni dan starejših*. Dostopno na www.stat.si (21. januar 2016).

Andragoški center Republike Slovenije (2011), *Statistični podatki: Prebivalstvo EU in Slovenije se nezadržno stara*. Dostopno na <http://arhiv.acs.si/Info-mozaik/2011/43.pdf> (21. januar 2016).

Statistični urad RS (2015), *Seznam tabel*. Dostopno na www.stat.si (21. januar 2016).

Hlebec, V., Kavčič, M., Ogulin-Počrvina, G. (2013), *Staranje, izziv za izobraževanje in medgeneracijsko sodelovanje*. Dostopno na www.mizs.gov.si (22. januar 2016).

Zveza društev upokojencev Slovenije (2013), *Ugotavljanje potreb starejših na območju Mestne občine Ljubljana*. Dostopno na www.zdus-zveza.si (24.1.2016).

OECD Insights (2007), *Human Capital*. Dostopno na www.oecd.org (26. 1. 2016)

Mali, J. (2012), *Socialno delo s starimi ljudmi in nova socialna zakonodaja*. Dostopno na www.dlib.si (25. 1. 2016).

Milošević-Arnold, V. (2000), Profesionalne vloge socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi. Dostopno na www.dlib.si (25. 1. 2016).

Center za socialno delo Ljubljana Šiška, *Prva socialna pomoč*. Dostopno na www.csd-lj-siska.si (25. 1. 2016).

Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti (2016), *Socialnovarstvene storitve*. Dostopno na www.mddsz.gov.si (20. 1. 2016).

Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije (2012), *Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju ZPIZ-2*. Dostopno na www.pisrs.si (20. 1. 2016)

9 Priloge

9.1 Prepis intervjujev

Polona

Intervju, 28.7.2014, 9:00 – 9:50, Ljubljana

V: »Povejte mi prosim na kratko vaš življenjepis.«

O: »Odraščala sem skupaj z mamo, imam še dva brata. Oče je umrl, ko sem imela 17 mesecev. Najprej smo živeli na Bledu, mama je imela v najemu manjši penzion, ki so ga po vojni podržavili. Tako smo se preselili v Ljubljano k stricu. Mama najprej ni našla službe, zato je delala pri stricu na manjši kmetiji. Kasneje se je zaposlila kot kuharica v delovni menzi. Pomanjkanja nisem nikoli čutila, sem bila pa veliko sama, saj je mama delala od osmih zjutraj do osmih zvečer. Tako da sem bila kar razpuščen otrok. Končala sem gimnazijo, nato pa se vpisala na ekonomsko šolo. Najprej sem bila zaposlena na Inštitutu Jožefa Štefana kot tajnica. No, tam sem zelo uživala, vendar nisem želela biti celo življenje samo tajnica. Izredno sem se vpisala na Višjo šolo za socialno delo. Potem sem šest let delala v komunalnem podjetju. Tam je bila sicer plača višja, vendar sem občutila razliko v ljudeh, bilo je drugače kot na Inštitutu. Veliko je bilo pijače, veliko so si izposojali denar. Spoznala sem tudi veliko ljudi iz drugih republik Jugoslavije. Tam sem jih spoznala kot zelo pridne in delovne ljudi. Vmes sem se poročila, mož je prav tako delal v komunalnem podjetju. No, potem sem pa delala na Centru za socialno delo do svoje upokojitve. Tam sem spoznala še drugo plat delavcev iz drugih republik, ki so prišli večinoma prosit za pomoč. Najprej sem delala z duševnimi bolniki, nato pa s prekrškarji – takrat so cestne prekrškarje obravnavali veliko strožje, potrebno je bilo narediti anamnezo in podobno. Potem so ugotovili, da ti prekrški vseeno niso tako grozni, zato so to ukinili, sama pa sem začela delati na področju rejništva in posvojitve. No, tam sem pa zelo uživala, dejansko se je dalo nekaj spremeniti. No, do 27. leta sem doštudirala in z mamo kupila stanovanje, tako da mislim, da sem do takrat kar veliko dosegla. Po poroki sem živela v hiši z možem in taščo, rodil se mi je tudi sin. Tašča ni pustila nobene adaptacije, ko pa sem šla v pokoj, mi je umrl mož, tako da ni bilo več sredstev za obnovo. Sedaj veliko sodelujem v Karitasu kot prostovoljka, honorarno sem bila zaposlena tudi na Gerontološkem društvu Slovenije, kot svetovalka pa sodelujem tudi pri Justu.«

V: »V kakšnem okolju živite danes? Je to v mestu ali na podeželju?«

O: »Še vedno živim na Rakovniku, to je predmestje Ljubljane. Gre za naselje vrstnih hišk, ampak mi imamo individualno hišo.«

V: »Mi lahko na kratko opišete vaše bivališče? Gre za veliko/majhno hišo? Koliko

družinskih članov živi v hiši?«

O: »Živim s sinom in njegovo ženo. Hiša je dovolj velika za vse, je pa problem, ker so to medetažne hiše in je veliko stopnic. Zaenkrat še ni problemov, ampak bi lahko nastali kasneje. Imamo tudi malo vrta in dva balkona. Problem pa je, ker je to zelo stara hiša, zgrajena je bila leta 1973. Je pa hiša v naši lasti – polovica je moja, polovica pa sinova.«

V: »Kakšni pa so vaši odnosi s sosedi?«

O: »Gre za mirno sosesko, s sosedi imamo kar dobre odnose. Ne hodim pa k nobenemu na kavico, niti nimam želje po tem. Je pa zelo veliko vdov in dva vdovca. Zelo veliko je tega.«

V: »Se vam zdi, da je gospodarska kriza vplivala na vaše bivalno okolje?«

O: »Sigurno je za vdovce težje, saj je samo en prihodek. Tudi sama imam nenehno v glavi finance, to je zelo težko. Snaha sicer ima službo, sin ima s.p. in je zelo malo prihodka, tako da je vse na meni. Želim si kaj adaptirati pri hiši, izboljšati, vendar ne morem. Saj smo vedno šparali, ampak ko sta dva, je to drugače, ker imaš neko varnost. Zapufati se pa tudi ne želim, da ne bi otrokom prepustila dolgov.«

V: »Kako pa bi opisali vaš trenutni statusni položaj? Se vam zdi, da je bil velik preskok iz obdobja zaposlitve v obdobje upokojitve?«

O: »Težko vprašanje. Mislim, da spadam v srednji sloj. Preskok pa ni bil velik. Problem je bil samo, ker je vse finance glede hiše prej urejal mož, sedaj pa jih moram jaz.«

V: »Kako bi opisali svoje zdravstveno stanje? Se vam zdi, da država dovolj poskrbi za zdravje ljudi?«

O: »Zdravje ni problem, je pa res, da zelo malo pozornosti posvečam temu. Zdi se mi, da z zdravstvom ni problemov, veliko je tudi odvisno od odnosa. Če boš prijazen do osebja, bodo tudi oni prijazni do tebe. Nimam nobenih slabih izkušenj. Z zdravjem sem imela samo enkrat problem, ko sem na maturantskem izletu dobila zlatenco in potem sama morala priti iz Dubrovnika nazaj v Ljubljano. Takrat sem mislila, da ne bom mogla nastopiti službe, vendar mi je zdravnica vseeno napisala potrdilo, saj je imela mama hude probleme z revmo in sva imeli res krizo, ker ni mogla delati.

V: »Kako je po vašem mnenju razvejana vaša socialna mreža? Na koga se lahko obrnete, če potrebujete pomoč? Bi si želeli več ljudi okoli sebe?«

O: »Moja socialna mreža je vezana predvsem na cerkev, tam delujem v Karitasu, kjer se enkrat mesečno srečujemo s starejšimi, zelo pozitivnimi ljudmi. Tam imam tudi nekaj prijateljic, vendar so to večinoma površinski odnosi. Tudi s sorodniki imam dobre odnose, se razumemo, nimamo pa globljih odnosov. Potem se družim tudi z drugimi članicami Gerontološkega društva Slovenije, veliko kontakta imam tudi s strankami pri Justu. Tam sem tudi bolj tesno povezana z ostalimi svetovalkami. Prav tako se dobro razumem s sinom in snaho. Težko prosim za pomoč in tudi ne maram jamrati. Raje vse sama predelam. Z bratom sva prijatelja, vendar tudi njemu ne maram jamrati. Čisto dovolj mi je to, kar imam. Klepeti

so mi, čisto iskreno, izguba časa.

V: »Mi lahko poveste kaj več o Justu? Vam to nudi dodaten vir zaslužka?«

O: »Ne. V bistvu gre to za prodajo naravnih zdravil, kozmetike in čistil. Dvakrat mesečno imamo sestanke, kjer se poučimo o izdelkih, nato pa prirejamo srečanja od 5 do 8 ljudi. Tam spoznam veliko zanimivih ljudi. Potem jim na tem srečanju predstavimo izdelke, oni pa se odločijo, ali jih bodo kupili ali ne. To mi je bolj prostočasna dejavnost, dobim pa tudi potem izdelke. Ne morem reči, da je to dodaten vir zaslužka. Dobimo tudi nekaj provizije, ampak to so manjši zneski.«

V: »Kako bi sami opisali soočanje s trenutnim finančnim stanjem?«

O: »Ves čas moram imeti v glavi stroške, ves čas preračunavati in voditi račune. Prej je to urejal mož, sedaj pa moram sama. To mi je moreče.«

V: »Se vam zdi, da vam je vaša izobrazba in ostale pridobljene veščine v pomoč pri soočanju s trenutnim finančnim stanjem?«

O: »Ni večje koristi, morda samo večja penzija. Mogoče bi blo drugače, če bi bila v ekonomiji. Pomagajo mi socialne veščine, ki sem jih pridobila tekom dela. Predvsem pri Justu in Karitasu. Drugo pa ne, niti nimam nekih veščin. Obiskovala sem šiviljski tečaj, vendar si sama ne znam sešiti, samo popraviti.«

V: »Kakšno pokojnino prejimate? Imate morda kakšne druge dodatke?«

O: »Prejemam starostno pokojnino in pa vdovski dodatek. Drugih dodatkov nimam.«

V: »Kje večinoma dobivate informacije o svojih pravicah oz. dodatkov do katerih ste upravičeni?«

O: »Kaj pa vem, večinoma iz dnevnega časopisja in radia.«

V: »Kakšne so za vas vaše temeljne potrebe? Se vam zdi, da so zadovoljene?«

O: »Da imam svoj dom, ob sebi svoje najbližje, da se počutim varno, da so urejeni medsebojni odnosi in da sem zdrava. Predvsem pa mi je важен občutek varnosti. Da imam dovolj prihodkov za osnovno preživetje. Se mi zdi, da so kar zadovoljene.«

V: »Kako poskrbite za prehrano? Jo pridelate sami ali jo kupite? Ste pozorni na ceno izdelkov?«

O: »Nekaj jo predelam sama, ampak ne veliko. Predvsem bolj sezonsko. Kupujem pa cenejše izdelke in samo tisto, kar res potrebujem. Nisem v pomanjkanju, ampak res izbiram cenejše izdelke. Ne gledam toliko na to, a je hrana bio ali ne. Tudi ne dajem poudarka na to.«

V: »Kaj pa zdravje? Ste pripravljeni za zdravnika specialista plačati zasebnika ali se raje poslužujete zdravnikov, ki ne zaračunavajo storitev?«

O: »Ne, zdravnika ne plačujem. No, odvisno kako nujno bi bilo, ampak raje kar počakam. Sicer pa z zdravjem nimam težav.«

V: »Kje in s kom se največ družite? Bi se več družili, če bi imeli boljše finančno stanje?«

O: »Največ se družim preko cerkve in Karitasa. Enkrat tedensko se srečujemo v molitveni skupini in pa enkrat mesečno s starejšimi. To so bolj površinski odnosi. Mislim, da ne vpliva finančno stanje na to.«

V: »Kako pogosto si privoščite novo oblačilo? Gledate na ceno oblačila?«

O: »Malokrat, ker ne dajem poudarka na to. Kakšno stvar tudi sama popravim, če je potrebno. Kupim pa tisto, kar potrebujem, tukaj ne čutim pomanjkanja. Gledam pa precej na to, da kupim cenejše oblačilo.«

V: »Lahko sami plačujete položnice ali potrebujete pomoč?«

O: »Kar sama plačujem in skrbim za to, da plačujem redno. Tudi za sina in snaho, kar je morda narobe. Voditi moram evidenco, da je vse urejeno in skos misliti na to. Velikokrat pa se tudi odpovem kakšni stvari, da lahko potem redno plačujem položnice.«

V: »Si lahko privoščite TV, telefon, časopis, ...? Obiskujete prireditve, muzeje, galerije, koncerte?«

O: »Imam časopis, TV, radio. Obiskujem tudi brezplačne prireditve, sedaj poleti je tega kar veliko na voljo. Tudi za muzeje in galerije izkoristim dneve, ko je na voljo zastonj vstop.«

V: »Bi se udeleževali več prireditev, če bi imeli večje prihodke?«

O: »Ne vem, verjetno ne. Pozimi mi tako ni do tega, da bi preveč hodila ven. Verjetno ne, mi to kar zadostuje.«

V: »Kaj pa dopust? Si ga lahko privoščite?«

O: »Na dopust ne hodim, niti nimam želje. Sem raje kar doma. Velikokrat grem s sinom in snaho na kakšen enodnevni izlet, to mi čisto zadostuje.«

V: »Kaj bi si privoščili, če bi imeli več finančnih sredstev?«

O: »Nimam nobenih želja po materialnih sredstvih. Če bi imela več denarja bi obnovila hišo, to je pa vse. Je pa res, da če ni denarja, tudi ni volje. Želim pa si, da bi si lahko ljudje, ki so celo življenje delali, lahko tudi sami privoščili obisk prireditev, ne da je treba čakati na tiste, ki so zastonj, kot nekakšno miloščino.«

Meta

Intervju, 19. 6. 2015, 19:00 – 21:00

V: »Prosila bi vas, da mi na kratko poveste malo o svojem življenju. Kako je bilo, ko ste bila mlada in kako potem kasneje v odraslem življenju.«

O: Kako je bilo? Zelo lepo. Imela sem lepo mladost, bili smo pač mama, ata pa trije – brat, sestra in jaz, trije smo bili. Smo imeli zelo lepo življenje, ker mama ni bila zaposlena, oče je bil obrtnik, je imel svojo firmo in tudi ni bilo pomanjkanja. Mi kot otroci smo se ogromno

igrali, bi rekla, po šoli. To je bila ulica za Bežigradom, ko smo se dobili in smo stalno imeli nekaj. Od naše ulice naprej je bil travnik, tam na Triglavski je bilo to. In smo v tisti travi preživeli cele popoldneve. Smo se šli vse sorte, med dvema ognjema, ravbarje in žandarje, potem tiste države, ne vem, kako se že reče. Zemljo krast. Tako da res lepe spomine na tista prva otroška leta.

Potem, ne vem, če bi to povedala, jaz sem bila zelo živ otrok in so me dali potem v prvem razredu me niso mogli tukaj za Bežigradom krotiti in me je mama dala v nunsko šolo v mesto. To je bilo pa precej daleč, to je bilo približno tri kilometre od naše hiše in sem sama hodila tako daleč. Pozimi, na primer, je bil tak sneg, da se me ni videlo iz ulice pa mi je mama šal zavila okoli vratu, nosu pa vse, da sem prišla sploh v šolo. Pa še tešče, ker so tiste nune zahtevale, da pridemo zjutri v šolo na tešče, da so nam dale obhajilo, ker je bila prej maša potem pa šola, potem smo pa dobile nekaj za jesti. Zajtrk ane, in tako je bilo. No, tam sem hodila potem, nune so mamo med vojno prehecale, potem je bila že svoboda na koncu no, ampak ravno svoboda je bila, ko sem šla potem v gimnazijo za Bežigrad. Jaz sem bila potem v tisti šoli zelo pridna, so me ukrotile, ker so me tudi teple, so me po rokah, če nisem znala na zemljevid pokazati katerega kraja, sem morala ven iz razreda in so me po rokah s palčko pošvrkale. No, potem sem se pa čisto unesla, so me čisto umirile in sem bila odličnjakinja. Moja mama je pa zelo pobožna bila, tut nas vse je vzgajala v veri, tudi oče je šel vsako nedeljo k maši, ni pa bila toliko pobožna, da bi bila vsak dan v cerkvi, samo ob nedeljski maši. In smo bili vsi trije v veri vzgojeni. Tako lepo vzgojeni. In ona je nunam verjela, ko je prišla na te sestanke in so rekl, ja zdej pa nej bo še v petem razredu, čeprav je bilo izgubljeno leto, čeprav sem bila odličnjakinja in ne bi bilo treba, da sem tam še eno leto, bi lahko šla takoj na gimnazijo, na nižjo gimnazijo. In to je mene tako jezilo, ker me je mama tam pustila še eno leto. V glavnem pa je bila vsa snov ista, se je vse ponavljalo iz četrtega razreda. No, potem sem pa šla na Vodovodni na gimnazijo, to je bila nižja gimnazija. Seveda, živa sem bila precej pa pela sem v pevskem zboru, fantje so tudi peli pa punce. In takrat smo že tako, se spogledovali. Od enga tovarnarja sin je pel solo, jaz pa sopran solo pa sva se bolj pogledala potem, ko sva v zboru pela. In potem so zmeraj ena pisemčka, to je bilo čist otroška ane, še za roke me ni prijel, ampak pesmico mi je napisal pa tako. Potem je pa enkrat zbolel za škrlatinko pa smo mi hodili se iz naše hiše kopat na Ilirijo, mimo njegove hiše v Šiški. In on je zmeraj vedu, kdaj bomo prišli, ne vem, kako smo se to zmenili, ker ni bilo telefonov. Lahko bi se nalezla škrlatinke, ampak je oken odprl in mi pisemce vrgel, jaz pa gor dala pismo. In to je trajalo tako celo gimnazijo, potem ga pa nikoli več nisem videla. No, potem sem šla pa na ekonomsko šolo, srednjo ekonomsko. Sem bila tudi vedno med najboljšimi, maturo sem naredila z odliko. Tam sem pa tudi imela eno ljubezen. To je bilo pa že bolj tako, malo bolj. Spremljal me je iz šole. Mi smo imeli vedno popoldan šolo, takrat je bilo po vojni toliko razredov, da sem jaz v K razred hodila. Fantov je bil pa en razred samo,

so bili pa L pa smo imeli tako razrede skupaj in ko smo se sprehajal po hodnikih v odmorih smo se spoznavali. In tako je potem tisti Janez po tri strani dolga pisma mi pisal. On je bil z Viča, jaz sem bila z Bežigrada, je s kolesom hodil v šolo pa me je zvečer spremljal do doma peš. Kaj drugega pa ni bilo, me je na lica kušnu, še na usta ne takrat, pa se je nazaj domov peljal. Je pa tudi prišel potem sčasom k nam domov. Mama ga je poznala in, kako bi rekla, tako je bilo vse naivno. Danes ni tako, danes je prej kej več. Mi smo hodili, moja sošolka pa njen fant pa midva, smo šli na grad v nedeljo popoldne pa smo se za rokce držal gor po gradu, potem smo šli v kino pa domov. Tako smo se zabaval bi rekla. No, kaj drugega ne vem, kaj bi še povedala.

Ko sem šolo končala pa službe nisem takoj dobila, je bilo težko za službe. In sem hotela naprej študirat ekonomijo in je moj oče rekel, da je za punce dovolj srednja šola. Čeprav bi komot delala, sem bila odličnjakinja. Potem sem pa službo iskala in je nisem takoj našla. Potem je pa moja sestra Ela, je bila že starejša pa fanta je imela in njegov oče je bil v Intertransu na Masarykovi, je bil direktor in je meni našel službo v Nami, je poznal direktorja. Takrat že je bila protekcija, nismo mogli takoj službe najti. Ker je bilo toliko tega folka. Pri nas je prišlo naenkrat toliko razredov ven. No, tam v službi sem se dobro počutila in sem ostala od takrat in do penziona v Nami, nisem službe menjala. Smo se lepo razumeli in lepo sem napredovala. Od začetka sem bila v kreditnem oddelku, potem pa sem napredovala v finančno knjigovodkinjo. Imeli smo dve Nami, ena je bila na Wolfovi, ena pa pri pošti. Potem sta se pa ti dve Nami uradno spojili in je mena ta direktor klical in mi rekel, da imajo oni računovodjo, mi imamo računovodjo. Je rekel, da bi jaz šla k njim in bila tam finančna knjigovodja. No, to sem delala dolgo let, imela sem največ dela s temi prometnimi davki, Nama je imela namreč toliko artiklov in sem jaz v glavnem morala to evidenco prometnih davkov, da se je to pravilno odvajalo in pravilne stopnje. Takrat ni bilo računalnikov, smo imeli take velike plahte z oznakami artiklov in smo morali paziti, da je bilo to vse pravilno obračunano. No, potem je šla pa ta starejša računovodkinja v penzijo, je pa ta napredovala v finančno direktorico, jaz sem pa v računovodkinjo. To je pa precej let potem trajalo, do penziona. V glavnem je bilo zelo veliko dela, veliko nadur. V januarju in februarju sem zjutraj šla od doma ob šestih in sem hodila zvečer ob šestih domov. Kar v službi smo imeli bife, smo kar tam jedli. Vse bilance, vso knjigovodstvo je bilo v Ljubljani, ostali so imeli samo osnovno administracijo. Je bilo toliko dela, da smo morali cele dneve delati. K sreči sem imela mamo, da smo skupaj stanovali, da je imela Markota. Jaz sem ga malo videla, ob nedeljah že, ampak takrat si pa pral pa pospravljaj pa to rihtal, ker te ni bilo doma. Takrat smo še ob sobotah delali, ni bilo prostih sobot, ni bilo fajn. Je pa bilo res, da sem bila vse nadure plačana, tako da sem kar precej takrat zaslužila. Ampak kaj pol, to si moral delati, nisi zaradi denarja delal, konec februarja smo moral oddat vse bilance. Morala sem študirati tudi Uradne liste, ker to se je spreminjalo. Kadar je prišel Uradni list sem

morala vse prebrati in če je bila sprememba, sem morala povedati kako pa kaj. Sestank naredit in puncam povedati, kakšne so spremembe. Bila je odgovornost no, ker smo imeli pa potem vsako leto revizijo. Iz banke SDK so prišli po trije, eden je kontroliral to, drug to ... Smo pa spet morali po cele popoldneve biti, ane. V glavnem je bilo pa tako, po svoje tudi zabavno, ker smo takrat lahko, kako bi povedala, mi smo morali njih prehranjevat, ane. Oni so v pisarni sedel, niso šli domov. In takrat, ko sem bila jaz še dol v Wolfovi, nisem bila še toliko visoko, je bila še prejšnja računovodkinja, pa sva šli dve v Union in same dobrote v taki veliki košari prinesli. Oh, kakšna, samo najboljša hrana! Kar se je dalo dobiti, da smo potem kosili, ane. Pa še pijača, sladice, vse smo prinesli v tisti košari. Pa smo se včasih veselili te revizije, smo rekli, da bomo spet dobro jedli. To je pa bilo, takrat smo mi vsi, ki smo delali, sodelovali pa oni smo skupaj jedli. Ker so zvečer naredili, ob petih, šestih, so nehal, potem smo pa pojedino imeli. Jaz se sedaj ne spomnim točno kaj je bilo, ampak hrane vseh vrst. Mesovje, take fine sladice, potička tudi. To je podjetje plačalo ane, to je bila reprezentanca. To so dovolili, ane. Samo takrat, ko je bila revizija, drugače niso nič plačali. No, tako je bilo potem. To se je potem končalo. Jaz sem šla potem s petdesetim letom lahko v pokoj in trideset let službe. Je bil pa že moj vnuk Jernej in mene so že malo oči matrale, sem imela že očala, ker sem vse dni v tiste številke gledala. Marko je rekel, mama ti se pritožuješ za oči in imaš možnost iti v pokoj, ata maš, ki dobro zasluži. Je rekel, naj ostanem doma in pozimi je bilo to. So mi vsi rekli, naj se sama odločim. Mož mi je rekel, naj se sama odločim, da ne bom njega živcirala potem. In seveda, kaj ne boš doma ostal, če imaš vnuka. In potem sem tako zgodaj šla že v pokoj. Pokojnina je bila manjša, še danes je manjša zaradi tega. Nekaj sem nazaj dobila, starostno ali kaj, tiste službene pa ne, ker je ni bilo. Ni bilo hudo, ker je bil Drago še, mi ni čisto nič manjkalo. No, potem se je pa začelo drugo življenje. Potem sem pa skoraj en mesec, ko je bilo ravno januarja, tako rekoč sem cel mesec prejokala doma. Ker prej sem imela trideset žensk pod komando in ves čas napetosti, ves čas tiste Uradne liste, naenkrat sem pa ostala z otrokom, ki ne govori, enoletnim v hiši. Sem ga grozno rada imela, samo jaz sem tako trpela, ker sem se osamljeno počutila. Sem zelo shujšala tudi takrat, sem se počutila tako nepotrebno. Ni mi bilo to dovolj, za gospodinjo. Drugače sem se zelo posvetila vnuku. Sem ga čisto vsak dan peljala ven, tudi če je bil dež sva šla. Tam v park, kjer so bila igrala, ampak to je bilo šele marca. Takrat sem pa potem tam spoznala babice, ki smo na klopi sedele in vsaka je imela svojega otroka. In je bilo čisto drugo življenje potem, ane. Potem sva pa vedno šla ob določeni uri ... To se pravi, oni so na vrhu stanovali in so šli v službo, brez da bi otroka pogledali, ane, je spal. To se pravi, ko se je zbudil, je bila ura osem, sem ga previla in to, zajtrk, potem je bil pri meni malo notri, okoli pol desetih sva šla pa na igrišče. Tam se je igral do pol dvanajstih, potem sem mu skuhala kosilce, samo njemu, ga dala spati gor, potem sem pa za naju z možem kuhala. Ker on je pa okoli treh hodil domov. Tako da takrat, ko je spal, sem lahko malo kuhala. Ker

drugače je hotel, da se ves čas igram z njim. Ker je bil scrklan malo. Sem po štirih tukaj hodila pa me je jahal pa vse sorte je bilo tukaj po sobi. Vse sorte sem se igrala jaz s svojimi vnuki. Zelo! Nobena, ta soseda ni nikoli pokleknila pri otroku. Sva se pogovarjali, ane. Jaz sem se šla pa vse sorte igre. Tako da potem, ko je bil star tri leta, so pa rekli, da sedaj pa mora v vrtec. Jaz pa mlada pa doma. Saj, kaj pa je to, petdeset let. Sem rekla, ja kaj pa sedaj mi ga boste pa vzeli, jaz bom pa v luft gledala. Saj sem imela vrt pa še mož je bil, ampak vseen. In sem šla jaz lepo v Namo, ko je šel v vrtec, nazaj, pa sem jim rekla, da bi še kaj delala, ampak ne odgovornega dela. Sem rekla, da bi eno delo, če me bodo rabili. Pa je bil ravno januar in so prodajali smučarsko opremo na kredit. In so tako navalile stranke, da je bilo vsak dan po petdeset kreditnih prošenj in računov. Potem je bil pa tisti pisalni stroj, ki je bil s širokim tistim, kako se že reče, take kartice smo nastavljali na mašino. Nad trgovino so bile te punce, ki so to delale in je vsaka svoj pok dobile in smo morale vnesti ime, znesek, koliko je kdo dolžan in ga vknjižiti v breme in notri dolg vpisati. In odložiti. Pa potem drugo, pa tretjo, pa četrto in tako naprej. In potem so punce rekle meni, da naj neham tako hitro delati, da one ne bodo tako hitro delale. One so bile bolj ležerne, so se pogovarjale, jaz sem pa delala. Jaz sem bila vedno navajena na disciplino, veš, že od majhnega. Sem navajena, da če delam, delam, če se zabavam, se zabavam. Potem so se pogovarjale o receptih, o takih za pečt pa v trgovino hodile nabavljat in zato so potem rekle, da ne smem tako hitro delati, da preveč naredim. To sem pa imela pogodbo o delu in seveda se je to čez nekaj mesecev nehalo, ker ni bilo več dela in sem spet doma ostala. No, potem se je pa kmalu rodil Jaka, je bilo pa tudi novembra. Je bil pa ravno 29. november, majčkeno prej sem ga začela paziti po enem letu. Mož je bil pa takrat na službeni poti, sem bila sama z njim pa sem že čutila enkrat, da imam vročino. Ampak jaz, ki sem bila tako natančna, sem šla novembra v trenirki z njim ven na zrak in se je meni potem vročina povečala. Tretji dan sem še sfolgala, potem že več vstati nisem mogla pa Marko pride in reče, zakaj sem tako čudna. In sem mu rekla, da ne vem, da sem tako prehlajena in da se tako slabo počutim. Takoj me je peljal k zdravniku na urgenco in so takrat rekli težka pljučnica, gnojna pljučnica. In sem jim rekla, da ne morem imeti pljučnice, ker imam otroka, šele tri dni ga pazim! Tako mi je bilo hudo zaradi Marije. Še danes vem, da mi je rekla zdravnica, da eno leto ne bom smela otroka prijeti, da imam toliko gnoja v pljučih. No, potem je pa Marija takrat dobila k sreči en vrtec tam na Viču, kjer je v službi. In Jaka je šel takoj potem tja v tisti vrtec in ga je mama potem vozila tja. Jaz sem se potem dolgo časa pobirala po tisti pljučnici, potem sem imela pa slabo sliko po pljučnici in so me poslali na Golnik in so me poslali na bronhoskopijo. Takrat so pa ugotovili, da imam tukaj na levi strani vodo v pljučih, ane. In so mi to ven spunktirali, potem sem imela pa skoraj eno leto, tako kot mi je rekla zdravnica. Ta zdravnica in njen mož so bili pa eni naši prijatelji, preko drugih prijateljev. V Šiški smo imeli mi prijatelje, dolgo let. On je bil pa z njimi na ti, ane, s tema dvema zdravnikoma iz Golnika. Je rekel: "Jaz bom pripravlil

večerjo, pa bom povabil vaju pa Zlato in Janeza Remškarja pa tam se zraven nje usedi in začni pripovedovati od pljuč.” In res, to začnem in smo tako prijatelji ratali, da smo se tikali. Ona me je potem imela na Golniku in mi je dala svojo sobo, eno staro gospo je ven dala, da sem imela svojo sobo. Njen mož Janez, ki je sedaj direktor Onkološkega, mi je pa delal bronhoskopijo. Je rekla: “Nič se bat, saj bo Janez delal.” No in tako je bilo. In potem je bila ona do sedaj moja zdravnica. Sedaj je šla v penzijo, sem žalostna. Ker je v Ljubljani potem delala enkrat na teden. Takrat, zadnjič, ko sem imela pljučnico sem bila še pri njej. Kadar sem bila toliko na tleh, da sem imela slabo pljučnico, sem jo kar domov klicala, sem imela njeno domačo številko. Petkrat sem imela pljučnico, gnojno. Vsako leto po tistem sem jo imela, če sem še toliko pazila. Vsakega prehlada, kar se je začelo z nahodom, je šlo potem na pljuča. Grozno. No, potem sem bila še enkrat poslana na Golnik ... aja, to je bilo pa že sedaj, ko Dragota ni. (kratek premor) Takrat je bila pa tudi čudna slika, ane, ko je ona še delala v Ljubljani. Pa je rekla: “Veš kaj, te bom jaz poslala na Golnik, na cistoskopijo.” In potem me je Marko peljal gor in sem dobila sliko, tisti izvid. Nič preveč dober. Potem sem ga njej nesla. Sem jo vprašala, kaj je sedaj in je rekla: “Veš kaj, nič fajn ni ta slika. Prizadeta pljuča so, ne morejo biti več takšna, kot so bila. Moraš paziti, da se ne boš prehlajala.” Sem pa potem moji zdravnici nesla takrat, ker mi je tudi ona napotnico dala, moja zdravnica. Sem jo prosila, naj mi razloži. Ker jaz ne znam teh latinskih besed brati. Ja, je rekla ta Grečka, je bila posrečena. Tako je rekla: »Še parkrat se prehladite pa vam bodo pol pljuč odrezali!« To mi je rekla. Nič pa ni rekla, kaj je. Ampak potem, ne vem, kdo mi je gledal, kakor da imam neke sapnice zaprte. Precej zaprtih no, da ne gre tako zrak skozi. No, to je bil zadnji izvid, ki sem ga imela. Par let je sedaj od tega. Če je sedaj Drago štiri leta mrtev, dve leti nekako mora bit od tega. Ne vem, bi morala pogledati. Potem pa nisem imela več pljučnice. Ampak jaz v glavnem sem bila v življenju zelo zdrava. Če računaš, da jaz v življenju nisem bila še niti enkrat v bolnici, razen, ko sem rodila. No, to sem bila zaradi cist, pregledi so to bili. Ne, čakaj, lažem se. Enkrat sem bila na pregledu za ledvice. Res, šest dni v bolnici, ko sem imela napad, ledvični kamen. Sem imela ponoči napad in so me Marko in Drago, vsi so me ... ker me je tako treslo, cela sem se tresla. Pa bolelo! Kar naenkrat, veš. Sem se zbudila in konec. In sta oba letela, pa jaz, na urgenco. Drago je rekel, da je mogoče slepič, ker me je vse tukaj čez bolelo. Potem so pa tam rekli, da če bi bil slepič, bi tako vpila, ker bi vse pritiskalo. So takoj rekli, da so ledvični kamni. So me takoj naslednji dan napotili v bolnico. Potem sem pa šla in so me slikali ledvice pa vse. Potem je pa en mladi doktor rekel, predno so me operirali, pa je rekel: »Gospa, sedaj imate čas, ste v osmem nadstropju. Skačite gor pa dol po eni nogi celo dopoldne, mogoče bo šel kamen iz ledvic na sečevod in ne bo treba rezati.« In res, jaz to skačem in skačem. Kar naenkrat me je zapeklo, nisem mogla niti koraka narediti. Mi je šel kamen v sečevod. To je pa tako tenka stvar in to se je zagozdil notri. In tam, ko sem rekla cistoskopija, to ni res. Za pljuča se drugače reče, čaki. CT ali kako. Cistoskopija je bila sedaj,

prečrtaj tisto tam, ko sem ti rekla. Tam sem imela jaz CT. Tukaj je bila pa cistoskopija, ko mi je čez mehur doktor. Joj, to je bilo pa tako hudo. Skoraj huje kot porod! Z eno tako kvačkico, ki je imela na koncu vratke je šel čez mehur v sečevod, veš. In ravno tako sediš gor kot pri ginekološkem pregledu. In je on iskal tisti kamen. So me slikali in je bilo na sliki videti, da je bil vmes med ledvicami in mehurjem. In me je toliko časa bekal, bekal, bekal, da je kri tekla skozi. Potem je pa rekel: »Gospa, zakaj ste pa tiho? Jaz sem vas toliko mrcvaru, jaz vas ne bom več mrcvaru. Jaz nisem našel kamna. Lahko, da sem ga nazaj porinil, lahko pa da se je razbil, ker sem ga tako žokal. Bomo videli.« Seveda, on je rekel, naj opazujem vodo, če bom imela kaj kamnov. Ja, kje boš opazoval, če sem kri lulala, po domač povedan. Drug dan, ane. In tudi, če bi šli drobiži kamna ven, ne bi vedla. Ker je bilo tako boleče vse skupaj, ane. Ampak od tistega časa naprej, do danes nisem imela več težav. Izgleda, da je res zdrobu kamen. No, to sem pa bila v bolnici, res. Drugače pa ne zloma, ne gipsa, nič. Operacije nobene, rezana nikoli. Razen pljuča, ko so me pregledovali. To je bilo pa tudi takrat zato, ker sem bila malo preveč ... nisem se pazila, da sem šla z vročino ven. Iz prve pljučnice potem je to izhajalo. No, družga pa nimam kaj takega za povedat.

Potem sem doma ostala. Sem pa hodila 13 let v šolo po otroke. To je pa bilo. In sicer 1., 2., in 3. razred. Potem pa niso pustili več. In to z vsemi tremi, tako da sem izračunala, da je bilo 13 let skupaj. In ko sem šla po otroke, peš v šolo, peš nazaj in so bili do 5 pri meni. In smo se skos takole, je oče tamle naredil koš za košarko, še danes je. Imam pa tukaj sliko, poglej, kako mečem na koš. (pokaže sliko) In smo metali na tisti koš vse dni, z vsemi. Mislim, kaj pa češ delati dve uri, ko s šole pridejo. Sej oni so v podaljšanem bivanju, ob treh sem šla, oni so takrat nalogo že nardil. No, potem je pa naš oče naredil palice za hokej. So še danes dol. In žogo za tenis smo vzeli in smo se igrali tudi hokej. Posebej z Janom sva igrala hokej. Tako da sem imela lepo se, ni mi bilo nič dolgčas, ker sem imela eno obveznost. Zmeraj sem rekla: »Aha, sedaj grem pa po otroke.« In potem peš domov, pogovarjala, malica ... Pa je Marija že rekla: »Ne jih futrat, so predebeli.« Sej veš, da babi bo zmeraj kaj za jest naštimala. In tako so me imeli radi. Potem pozimi pa seveda, ne boš verjela. Sva naredila umeten denar, ti bom pokazala. Denarničko. Blok. In sva tukaj naredila vrata, da je bila krožna pot. Babica je bila motorist, br, br, br, letala okoli in okoli. Jan je pa vzel lopar, tisti za muhe, pa takole gor: »Stop! Prekršek je! Prehitro ste vozila, ala, toliko je treba plačati!« Jaz ne vem, če je še katera babica to počela. In potem je bilo vse, mi je napisal kazen, denar dala, moja denarnica, njegova denarnica. Mislim, tako igrali, veš! Pa Človek ne jezi se, pa vse. Potem smo se že kartat začeli. Tisti Črni Peter je kar naprej laufal. Potem so se že naučili malo, ne vem, ali so že takrat znali šnops ... ne, takrat še niso znali. Človek ne jezi se kar naprej. Potem tisto, ko se nariše tako, ne vem, ti napišeš besedo, prvo in zadnjo črko pa črtice. Vislice! Pa so bili tako jezni, če je prišlo, da je visel. Pa ladjice pa kaj vem! Imam to vse spravljeno. Kar za spomin imam. Res sem uživala. Moram reči, da sem imela pestro

življenje. Ker jaz nisem človek, ki je v mirovanju. Dokler sem imela otroke, nisem nič drugega delala, samo z njimi sem se igrala.

Sedaj sem pa tukaj, nimam več kaj povedat. Ko si enkrat v penzionu ... ja, potem sem imela še funkcij polhno, ja, ja. Najprej sem bila blagajničarka v upokojenskem društvu Nama. Osem let. Potem sem bila pa v socialni komisiji pri upokojencih v Črnučah. To sem pa jaz pošiljala vizitke za rojstne dneve in sem mogla točno en dan predno je imel, sem imela kar razpredelnico narejeno in en mesec prej vizitke napisane pa s koledarjem napisano na koledar, kdaj moram nesti na pošto. Tako so bili zadovoljni, ker so točno na rojstni dan dobili. Potem sem bila pa še tukaj naprej v Nadzornem svetu, tudi v Črnučah. Sedaj sem pa že toliko stara, da sem nehala. So mi potem dali priznanje na Občnem zboru, za pridno delo. Jaz sem bila aktivna skoraj do oseminsedemdesetega leta. Potem sem pa rekla, da je dovolj. Ne, ne, takrat, ko je bil oče bolan sem nehala. To se pravi leta 2010. Potem nisem tudi časa imela, veš. Drugače sem pa tudi pri Nami dobila priznanje za pridno delo, celo s podpisom od Titota. Tako ti povem, kar sem delala, sem delala 100%. So me imeli radi, veš. Sem znala tako delat, da se nisem nič preveč kregala. Saj niso hotele delat nadur punce, ampak sem jim kar povedala, da mora biti narejeno in da jaz tudi delam. So začele godrnat, imajo družine pa vse. Sem rekla, da moramo malo pritistnit in da bomo potem frej. Pa so. Zlepa, zlepa moraš. Saj pravim, do konca sem migala, ko je pa mož zbolel sem pa nehala. Je bilo zelo slabo. Potem me je pa vzelo, vse. Potem sem pa trpela. Nisem spala en mesec. Niti eno noč. Malo predno je umrl in potem, ko je bil pokopan. In to umiranje mojega moža ... je bilo tako hudo. Ker so v bolnici povedali, da ni nič več rešitve. In tudi vedel je, ko je šel domov, da je zato doma. Tukaj sva sedela na fotelju, se za roke držala in sem rekla, sem ga gledala in sem rekla: »Škoda tvojih zlatih rok, ki bodo šle v zemljo.« Veš, kaj se to pravi, da se pogovarjaš o tem. In potem sem pisala in pisala navodila. Koliko je to enega trpljenja, ko ga imaš tako rad! Navodila, kako se šterna priključi, kako se ... imam vse napisano! On ni več mogel, jaz sem pa pisala prvič, drugič, tretjič. Jaz nisem nič znala pri tej hiši, vso tehniko je on vodil. Pa peči pa to sončno ... vse! In tukaj je veliko dela. Pa je elektro motor, ga je potrebno dati pozimi ven, je potrebno vodo ven stočiti, jaz tega nisem nič vedela. Sem rekla: »Meni moraš povedati to, jaz nič ne vem.« In to reč, da moraš ti govoriti o stvareh, ko njega več ne bo. In sem jaz v mesecu maju pet kil shujšala. Sama kost in koža. In potem nisem mogla nič spati. Zadnjih 14 dni nisem nič jedla. Tamle je ležal, smo imeli posteljo. Ni več jedel, kako si bom jaz kuhala, če on ni jedel. So iz Hospica prišle dopoldne: »Gospa, pojdite ven, v banko, v trgovino, bomo me pri njemu.« In so prišle in so bile po dve uri pri njemu. Jaz sem šla takrat v banko pa kakšno tako stvar urediti. In so rekle, če nič ne kuham in sem rekla, da kaj čem kuhati, če nič ne je. »Pa vi morate jesti!« so rekle. Jaz nisem mogla, veš. Tako je bilo hudo. Ko je rekel: »Pomagaj mi! Pomagaj mi!« Obliž je imel gor, protibolečinski. Sem ga božala po glavi in mu rekla: »Drago, jaz ti pomagam, kolikor lahko, ampak jaz več ne morem.«

Smo najeli eno, je bila na onkološkem sestra in je prišla zjutraj in zvečer. Tudi po deveti je prišla sem po službi. In sva ga zjutraj in zvečer umivali. Podloge sem šla kupit, sva mu jih menjali. Saj ni šlo nič skozi, je imel plenice. On je 100 kilski bil, ga nisem mogla dvigniti. In potem me je ona učila, sem ga včasih morala tudi sama previti. Sem se toliko matrala, da se je premaknil na stran. Hudo pa hudo! In una je bila tako fina ženska. Dobro, da sem jo imela, ne bi mogla sama. Videla sem, koliko trpi. On je bil tak močan dec in položaj je imel v službi, potem ga mora pa nekdo previjati. Moški v plenicah, no. A veš, kaj je to?! Čeprav je bil hudo bolan, je trpel. Duševno te stre! Koliko je on trpel, ko ga je ona umivala. Saj sem bila jaz zraven, ampak on je bil taka persona prej, potem je pa v plenicah ležal. On je prej tako skrbel zame. Vse mi je popravil. Se mi je roč od torbice utrgal, sem ga dala njemu in je bilo takoj popravljeno. Se mi je peta znucala na čevlju, v pol ure pa je bilo narejeno. Vse mi je naredil, vse na svetu, kar sem želela. To je res hudo, veš. Ampak pač pride starost, eden gre vedno prej. Ampak ne na tak način! Če bi njega imeli v bolnici, bi jaz pol manj trpela. Meni bi sporočili, da je umrl, jaz ne bi gledala, kako umira, hira, trpi! Tukaj je imel aparat za kisik, je ropotalo celo noč. Že zaradi tega nisem mogla spati, sem imela v spalnici celo noč odprta vrata, če bi me klical. Mi je zdravnica naša, Grečarjeva, ki je bila tako pobožna rekla: »Gospa, vi pa zaslužite zlato medaljo, ker ste imela moža doma. Vi ne veste, kako je on lažje umrl.« Tisto noč predno je umrl je izven redno težko dihal. Tudi s kisikom. Ob osmih zjutraj sem jaz že klicala urgenco, ker ni več govoril. Je zdravnica rekla, baraba hudičeva, da takoj pridejo ... ob pol desetih so prišli! Da je revež od osmih do pol desetih trpel. Med tem je pa una prišla, ob devetih. Ga je odkrila in rekla, naj stopim zraven ... do kolen je imel plave fleke, okrogle. Je rekla, da bo ob desetih umrl. Ampak je res, je ura še sedaj tam ustavljena. Točno je vedela. Je rekla: »Sedaj pa ne grem k unemu gospodu v Trzin, ste sama tukaj, bom jaz pri vas ostala.« Na tisto, ne boš verjela, to je čudež bil, ker je bil petek ... na tisto, ko je ona tukaj ostala, pa Marija pride sem! Ni šla v službo, veš kaj se to prav. Ni šla, ona je čutila! Ona nikdar ni prišla k meni, tudi zdaj se ne pride pogovarjati. Ampak tisto dopoldne je prišla okoli devetih. Čutila je. In tisti petek je prišel tudi Jernej iz Švice in je tukaj okoli hiše hodil, ampak smo imeli zaprto in nismo slišali zvonca, ga je pa Marija videla in mu je šla hitro odpreti. In ko je on izdihnil, je bil Jernej notri v sobi. Da je bil tudi zraven. To se pravi Marija, Jernej, jaz in Nada smo bili potem. Nada je pa rekla, ko še ni bilo Marije: »Sama ste, bom jaz tukaj. Sedaj pa prinesite stol, h glavi dajte stol, primite ga za roko, on vse ve. On je v komi, ampak vse ve. Čuti toplino.« Potem je pa pred mene stopila in mi je stisnila glavo v trebuh, da nisem njega gledala. To je trajalo nekaj časa, potem je bila že Marija tukaj in Jernej. In ko je Jernej notri stopil je rekla: »Sedaj je pa izdihnil.« Ker ni nič hropel potem. No, potem je pa una ob pol desetih z injekcijo prišla. Čim je dala injekcijo je nehal hropet. Če bi prej prišla bi vsaj nehal trpeti! Potem so še Markota šli poklicati. Še preden sem se jaz usedla sem ga pogledala, on je dihal umirjeno, zaprta usta pa tako nekam v

daljavo je gledal. Je rekla, da je v komi, ampak da čuti pa. In tako je umrl z mojo roko, tako rekoč. In potem je ona šla. Meni so pa iz Hospica, z Markotom sva šla v Hospic, ker je zdravnik rekel, da ga morava v enem tednu domov vzeti. Nisva pa imela postelje in nič. Sva rekla, da ga bova dala v Hospic, ampak takrat je voda zalivala stopnišče. Ampak so grozno bili prijazni. Sva tam sedela in so te ženske bile tako dobre. So rekle, da nam bodo bolniško posteljo dale zastonj in je potem Marko šel s karavanom in posteljo zrihtal. Je šel še nekaj rezati dol železo in šraufati, da je imel za prijeti. To so dale in prišle so in dale so mi knjige, kako se obnašaš ob umiranju in kaj narediš po smrti. To je pa meni tako prav prišlo. Vse po stopnjaš, veš. Kam poklicati, na katere številke, koga zahtevati. Vse napisano. No, potem smo pa kar sedeli in čakali, sploh nismo govorili. In revčka gledamo tam, v tisti plenici je bil in pižami. Sem pa rekla: »Vesta kaj, naš oče si pa zasluži, da se ga najlepše obleče, kar ima.« In sva šli, Marija mu je za rojstni dan eno lepo srajico kupila, črno in tanke bele črtice, sive hlače in črne nove nogavice. In smo ga mi trije, mrtvega oblekli. Je bil tako lep in zrihtan. Sem rekla, da v plenici pa ne bo šel od doma. Vsaj to mi je bilo zadoščeno, da ni bil kot kakšen predmet. To je tako hudo, če je doma, mene je stalo veliko zdravja. Jaz sem potem dve leti proti depresiji jemala tablete. Sedaj sem nehala, spim pa še danes ne. Pride noč, ko celo prečujem. Že zvečer vem, čutim, kako mi drhti v prsih. Nočem pa jemati tablet, ker to se navadiš. Kapljice imam pa Persen, To mi pa pomaga, tako da se umirim pa zaspim. Ampak reč lej, sedaj bo že štiri leta pa še vedno ne morem zaspati. Ne bom nikoli, veš. Ampak on je bil srečen, da je bil doma. Ker je zmeraj te iz Hospica spraševal, če ga bom dala v bolnico. Vedno ju je to vprašal. In potem jim je še to rekel: »Saj moja žena ne bo tega zmogla sama, kar imamo mi. Hiša, vrt, vse. To ona ne bo mogla.« To so mi povedale zunaj. So rekle: »Dajte mu rečt, da boste lahko. On ne bo mogel umreti, če ne bo vedel.« In res sem mu potem drugi dan rekla, ni vedel, da so mi povedale. Sem rekla: »Veš, kar umiri se. Saj imam Markota in tri vnuke, saj mi bodo pomagali.« Jaz sem tako začela, da bi se lahko on umiril in umrl. Veš, kako daleč moraš iti, ane. Pa še to, res sva lepo sodelovala. Vse sva tako lepo delala. Poštenjak bil. Nikoli nobene babe druge pa tako je lep bil, ko je bil mlad. Kot filmski igralec je bil. So vsi rekli, da takega nima nobena. Res je bil čedn. Šlank veš pa skravžlan in sive oči. Čeden dec je bil. Jaz pa sploh, sem bila majhna in sem imela malo kompleksa. Majhnih fantov sploh nisem pogledala. Eden je tako za mano hodil, da je moji mami vrt zalival, ko sem šla jaz z drugim v kino. Mama je rekla, zakaj ga ne maram, da je tak pošten fant. Sem rekla, da je to pukla, ker je bil majčken. Tako rad, tako zaljubljen, jaz sem pa z drugim šla v kino. Pa nisem imela fanta, ampak tako, z družbo. Ta je pa mami vrt zalival namesto mene. Potem je bil doktor veterine, sem ga še večkrat videla, ker je bil za Bežigradom. Se je potem poročil, je imel eno žensko iz Novega mesta. Smo se enkrat srečali pri zelenjavarju, tam za Bežigradom, je bil z ženo tam. Pa prav, tam notri je bilo polno ljudi pa prodajalec, on pa pravi ženi: »Poglej, to je pa moja največja ljubezen.« Ona mi je roko

dala, se mi je predstavila, jaz pa vsa rdeča v glavo. Mi je bilo tako nerodno, da sem šla kar ven. Ampak čim je bil majčkeno večji od mene, ga sploh nisem pogledala. Ker sem bila majčkena in sem bila kompleksasta, sestra in brat sta večja od mene, jaz sem bila pa majhna zelo hudo bolna in sem majčkeno zaostala pri rasti. Res, ena šiška majčkena sem bila. Pa sem take pete nosila potem, da sem večja izgledala in sem tudi moža potem takega našla, visokega. Ko sem mami povedala, da sem bom poročila je rekla: »O hvala nebeškemu Bogu, da bom jaz imela mir in ne bom imela skrbi s tabo!« Ker pri nas je bilo tako strogo, mene je oče tudi pretepu, če je bilo treba. Če nisem bila ob devetih doma, sem bila tepena. Tudi potem, ko sem bila velika me je mama šavsnila čez ušesa. Saj pravim, tudi čez okno sem čevlje dol vrgla in šla. Mene je tako gnalo, sem hotela iti plesati, ampak me niso pustili. Če nisem ob devetih bila doma sem bila kar malo tepena ali pa okregana. Ampak vse se da veš, greš pa popoldne. Jaz vem, ko sem s tem mojim možem, on je bil v Litorstorju v službi pa stanoval je pri eni družini, je imel sobo. Pa sem šla tudi kdaj tja, saj veš. Potem sva hodila v kino Litostroj pa takrat ni bilo nobene hiše, ki so sedaj do Vodovodne dol, samo polje. Pa štreka je šla mimo, tam na Vodovodni je bilo pa tako visoko, da je bil podhod. In midva sva tam šla in čez polje je on mene spremljal po tistih stezicah med njivami. Kolikokrat sva se tam ljubila, kar na tleh, veš! Ja, sevede, sva dolgo hodila, ane. Doma nisi mogel, sem jaz z bratom imela sobo. Pa tudi ni on hodil, je prišel, ampak ne tako da bi kar cele dneve bil pri meni. Tudi jaz nisem tam prespala, ker potem je on še nekoga dobil v sobo. Jah, tako je bilo. No vidiš, sedaj se pa izteka življenje. Mislim, da sem dala vse od sebe, kar sem mogla. Še potem v pokoju nisem mirovala. Trudila sem se na vseh področjih. Pri vsakem delu sem hotela biti 100%. In tudi danes me to tepe. Pravi soseda: »Pa kaj toliko pleješ, vsak plevelček vem potegneš! Kaj ti je treba?« Pa res ne, jaz sem povsod precizna, če le morem, če me ne boli kaj. Imam tako vse urejeno. Tudi sedaj v petek, no to je še od prej ostalo iz službe, v petek tri sobe morajo biti pospravljene in prezračene in posesana. V soboto kuhinja dol, kuhinja gor, kopalnica dol, kopalnica gor. To še zmeraj. Stopnišče vsak teden pobrišem. Gibljem ves čas. Sedaj me malo noge bolijo, sem opazila, da ne morem več tako. Malo imam že žile tudi, so se mi sedaj začele kazati. Sem preveč na nogah bila, cele dneve na vrtu pa tako. Vse delam tako kot prej Drago. Dvakrat špricam hruške, da niso bolne, sedaj je bilo grozdje bolno, sem vse prešpricala. Jaka mi šprica zmisko in spomladansko špricanje, ko mora s tavelko šprico, ker ne moram jaz to. Jaz lahko s tamalo, petlitsko, lahko grozdje pa špalir hrušk in nizka jabolka pa paradajze. Imam tako lepe, sem jih sama vzgojila. Lansko leto so imeli vsi pikaste paradajze, tudi tisti pod streho, jaz pa ne. Pa poglej, prej sem bila jaz mestna, sem bila Ljubljankanka, nikoli nisem vrta rihtala, dokler nismo sem prišli. Tudi potem je mož večji del delal. Jaz sem bila po cel mesec, saj ne boš verjela, po cel mesec sem bila v Ribnem pri Bledu, kjer je moja teta imela vikend. Me je pustil, on je znal kuhati in je vse delal. Če je bilo treba flancati je flancal, potem je redič sejal, večji del je on delal, samo

plela sem jaz. No to potem, v penziji. Prej je potoval, ga tudi po več mesecev ni bilo. Potem sem pa jaz šla k teti, joj, kako je bilo lušno. Jaz sem imela avto, sva vsak dan na Bled se hodile kopati, arniko sva nabirali gor na hribih. Zelo lepo je bilo. Teta me je imela še rajši kot svojo hčer, ker je bila hčerka bolj zadirčna in živčna in se je takoj skregala. Saj potem, ko je bila v domu, vsako soboto po kosilu sem bila tam in ji nesla pecivo in je rekla: »Veš, tebi bo moral pa Bog pomagati, ker si tako dobra, da bo tebe na starost kdo tako stregel.« Sem si mislila, kdo pa me bo stregel. V nedeljo je šla pa sestra k njej. Ker ta moja sestrična je šla v Zadar, tudi sedaj je šla, ker njen mož v Zadru živi, ona pa tukaj. In gre junija in septembra pride nazaj, ker ne more zdržati. Njen dec je pa samotar in tukaj noče živeti. Jaz sem pa hodila vsako soboto v dom, sva se skopali, potem sem jo pa celo z mlekom namazala, noge, pete. In teta, ker je moja mama takrat že umrla, je bila potem teta meni in moji sestri mama tako rekoč. In vse sem ji nesla z vrta, ker je bila v bloku, ni imela nobene zelenjave, sem ji vse jaz nesla. Zelenjavo, sadje, vse. Nikoli ni nič kupila. Joj, kako me je imela rada. Pa šivala je tako lepo, da dokler je bila ona živa, nisem jaz nobene konfekcije kupovala, vse mi je ona sešila. Kostimčke, dvodelne obleke, kopalke! Mi je teta iz Amerike pošiljala blago, ker se tukaj ni dalo dobiti ničesar. Pa je bila zelena podlaga, potem so bili pa rjavi in beli mlini na veter. Tako lepo blago, sem rekla, da bo to za dvodelne kopalke. Pa Markotu hlačke igralne pa tako. To mi je vse ona rihtala.

Vidiš, tako je bilo to. Imava sedaj še kej?

V: »Ja, še čisto na kratko, da pregledava finančno stanje. Se vam zdi, da prejimate dovolj visoko pokojnino«

O: Dovolj visoko. To pa moram povedati, da mi je mož toliko denarja zapustil, da imam v dveh bankah vezano, tako da sem čisto preskrbljena denarno, nimam nobenega problema. Ker je rekel: »Ko bova stara, ne bova šla v dom, ampak bova najela žensko, ki naju bo stregla in pomagala.« In to se je sedaj vse izničilo. Je pa mene pooblastil povsod, tako da nisem imela nobenega problema. In imam celo v sefu še denar, tako da denarno res ni nobenega problema. Pa še njegovo penzijo sedaj prejmem, tako da imam jaz 1.200,00 eur penzije. Pa še to ne porabim. Pa tudi ne zapravljam. Kam pa grem ... če sem šla za tistih 10 dni na morje. Za oblečt si ne kupujem, imam polne omare. V glavnem kupim kakšno sadje pa to pa uno pa mi še od penzije ostane. Razen te stroški, ki so – davki in to za hišo, to pa moram plačevati. Če ne bi imela drugega denarja, potem ne bi mogla te hiše vzdrževati. Jaz januarja dam 300,00 eur za plin, sedaj ko sem sama! To ne bi mogla. Pa davki pa to, ko so. Pa te režijski stroški, ki so. Meni po sedem stvari trgajo iz trajnika. Če bi imela slabo penzijo nikamor ne bi prišla. Denarno sem jaz vredu.

V: »Kje pa večinoma dobivate informacije o pravicah, ki vam pripadajo? Se za to kajanimate?«

O: Jaz imam naročen dnevnik pa vsega preberem vsak dan. Vse izvem pa še televizor zvečer

gledam, dnevnik. Tako da sem tudi Markotu rekla, da ni sedaj potrebno imeti poslovnega računa. Ja, zasledujem vse. Jaz gledam Dnevnik in vsak dan preberem skoraj ves časopis. Po kosilu. Tudi tisto politiko, ne samo tiste flenče zadaj. To se zanimam, ja. Še zmeraj, čeprav sem toliko stara.

V: »Kako se vam zdijo temeljne potrebe, se vam zdi, da so zadovoljene? Recimo prehrana, druženje, socialne interakcije?!«

O: Ja, jaz sedaj nisem še nič takega rabila, kakšne pomoči. V tem oziru ne vem. Družim pa se toliko, kolikor se hočem. Jaz grem, kadar mi paše, grem povsod. Grem na izlete, celo z borci, sem se vključila, da grem lahko na izlete. Pa z Upokojenci Nama grem na izlete, ampak ne toliko, kolikor prej. Ker me tudi noge bolijo. Prej sem šla pa na vse. Pa novoletne zabave grem zmeraj. In to na namovsko in na črnuško grem zmeraj. Pa plešemo! Sedaj ne vem, koliko bom plesala, ampak sedaj nazadnje v Črnučah, tale je pa od hudiča! Je mlajša pa krasno za deca pleše! In pravi, da edino z mano, da z nobenim decom ne pleše tako po maslu, kot z mano. Ampak ona samo polko pa valček, ampak jaz bi tudi kakšen angleški – to pa ne zna voditi. In potem pa pleševa, je rekla, da jo je ena ustavila na avtobusni postaji in ji rekla, zakaj ni prišla na zabavo, da se tako zabavajo, ko naju gledajo. No, saj še greva, ampak ne vsak ples. Ona gre še po druge, jaz pa ne morem toliko. Pravim, da ne morem toliko plesati, da me noge bolijo pa reče: »Joj, škoda! Z nobenim tako dobro ne plešem, kot s tabo!« No, saj sva toliko let preplesali. Pa tudi z moškimi, seveda. Ampak ni toliko moških. Ali so mož pa žena in sedijo, to ne grem iskati. Potem imamo tudi enega starega, ki tudi z nama pleše. Drugače nič ne potrebujem, res ne. Pa vse križanke rešim, pa v Niki, pa v Pilotu pa v Dnevniku, ... Čisto vsaj dan v Dnevniku rešim in potem naslednji dan pogledam, če je prav. Zato, ker možgane hočem trenirati, da ne bodo zaspali.

V: »Kaj pa dopust? Si to kaj privoščite?«

O: Ja, to si pa privoščim, sigurno grem enkrat na leto na morje. Sedaj bom šla, zdej to morje mi je v vodo padlo, bom šla pa na Pag septembra. Sem bila lani tudi na Pagu 10 dni s sosedo. Pa hodim se kopat tedensko v juliju in avgustu v Simonov zaliv. Skoraj vsak teden za en dan. Pa vzameva za jest s sabo, tam so pa gostilne pa pijeja, sladoled jeva pa špancirava po plaži. Vzamem marelo, ona hoče biti čisto pri morju, jaz sem pa alergična na sonce. Ratam čisto pikasta. In moram biti bolj v senci pa s faktorjem 50 se moram mazati. Ampak vseeno grem pa rada, ker radi plavava midve. Samo sedaj ne moram tako daleč, kot sva prej. Jaz sem zmeraj do roba plavala. Do meje v Rabcu. Še do dve leti nazaj sem šla do konca. Sedaj mi pa ta cista nagaja, ne vem, kako bom plavala. Bomo pa manj.

Tone

Intervju, 8. 10. 2015, 15:00 – 15:15

V: »Prosila bi vas, da mi na kratko poveste vaš življenjepis. Kako je bilo, ko ste bili mladi in potem, ko ste se zaposlili?«

O: »Rojen sem bil 25. 7. 1939 v Ljubljani. Hodil sem v osnovno šolo v Ljubljani, v gimnazijo in nato na elektro fakulteto, tako da sem diplomirani inženir elektrotehnike, bil v dveh službah, najprej na Inštitutu za varistiko, potem pa v Elektrokomunikacije. Od 2000 sem v pokoju, vmes pa imam še neke dejavnosti, en moj hobi je terminologija, drug moj hobi je vrtičkarstvo, to no. Do zdej je to to.«

V: »Kje ste odrasčali? Na podeželju ali v mestu?«

O: »V Ljubljani. Rojen sem v Ljubljani in potem sem celo življenje živel v Ljubljani.«

V: »Ste živeli v hiši ali stanovanju?«

O: »Ves čas v hiši.«

V: »Koliko je bilo družinskih članov?«

O: »Pet. Trije otroci in oče in mati. Sedaj sva pa midva z ženo, živi pa v isti hiši tudi sin z družino – z ženo in dvema hčerkama.«

V: »Kakšen je bil vaš statusni položaj v mladosti?«

O: »Srednji sloj.«

V: »Kakšno je bilo vaše okolje v času zaposlitve? Bi mogoče rekli, da je bilo težko najti zaposlitev?«

O: »Ne, jaz sem imel štipendijo na inštitutu za varilstvo, sem tam začel tudi službo. Potem sem pa ugotovil, da so na Telekomu boljši pogoji in sem se tam prijavil na razpis ter takoj dobil službo. Sem bil potem 30 let tam v službi.«

V: »Kako bi opisali vaš statusni položaj v času zaposlitve?«

O: »Začel sem v sektorju za investicije, sem bil tam inženir, potem sem bil pa 10 let vodja razvoja, zadnja leta pa svetovalec.«

V: »Se vam zdi, da je bil velik preskok iz časa zaposlitve v čas upokojitve?«

O: »Ja, kar precej. Sicer tudi sedaj veliko stvari počnem, ampak kakšen dodaten denar bi prav prišel. Pa človek je navajen vsak dan vstati in oditi v službo.«

V: »Kako bi opisali vaše bivališče?«

O: »Bila je zelo lepa hiša, sedaj pa počasi razpada, ker pač so nam začele pohajati moči in tudi finančno ne zmoremo toliko obnavljati. Ampak dobro, nekako smo na toplem in pod streho. Je pa velika hiša in sam sem lastnik. Tudi opremljena je dobro.«

V: »Se vam zdi, da je gospodarska kriza vplivala na vaše bivalno okolje?«

O: »Ja, se mi zdi, da je. Če bi imeli več denarja bi lahko malo obnovili hišo, tako pa ga pač napravimo za druge reči.«

V: »Kako bi ocenili vaše zdravstveno stanje? Se vam zdi, da država dobro poskrbi za vas, ali bi potrebovali mogoče kakšnega zasebnega specialista?«

O: »Ne, zaenkrat sem imel srečo, sem dobil vse, kar sem rabil. Sem imel letos operacijo hrbtenice, tlak imam previsok, ampak to rešujem sproti, tako da ni nobenih problemov z medicinsko pomočjo.«

V: **»Če bi rabili specialista, bi si lahko privoščili zasebnika, ali bi morali počakati na čakalni listi?«**

O: »Ne, jaz sem član tega pacienta, tam plačujem mesečno udeležbo in so tam na voljo vsi specialisti, kar rabim.«

V: **»Kako bi opisali vašo socialno mrežo? Na koga se lahko obrnete, če potrebujete pomoč – finančno, fizično ali samo za pogovor?«**

O: »To več ali manj rešujemo v družini. Sin ima svojo družino in si pomagamo med seboj, ko kaj potrebujemo. Obrnemo se lahko tudi na mojo prejšnjo družino, če je kaj takega. Večinoma pa vse v žlahti ostane, tako da zunanje ne potrebujemo.«

V: **»Se vam zdi, da je vaša socialna mreža dovolj razširjena? Čutite potrebo, da bi se še s kom dodatno družili?«**

O: »Ne, to je dovolj. Drugače sem še član treh društev, prvo je društvo SIKOM, to je društvo telekomunikacij, društvo inteligentnih transportnih sistemov pa elektrotehniška zveza. V vseh treh društvih sem član Izvršnega odbora, tako da se dobivamo ves čas, tako da imam dovolj družbe.«

V: **»Kako bi opisali vaše finančno stanje?«**

O: »Dodaten denar bi zelo prav prišel. Imamo to smolo, da imamo vnukinjo, ki je cerebralc, tako da je to zelo drago. Njena mama ne more v službo hoditi zaradi tega in moramo podpirati tudi tamlade. Zaradi tega je slabo stanje. Če bi bila z ženo sama, ne bi bilo problema, tako pa je pač treba malo gledati.«

V: **»Kako pa se soočate s tem? Kdaj čutite kakšno tesnobo zaradi tega?«**

O: »Jaz ne čutim tesnobe, moram reči. To je dejstvo, s tem pač živimo.«

V: **»Kako pa se vam zdi, da je vaša izobrazba v pomoč pri soočanju s trenutnim stanjem?«**

O: »Do sedaj sem bil ene 10 let še profesor na višji šoli in od tam je prišel še dodaten denar, letos sem pa s tem nehal. Delam pa v teh društvih zelo aktivno, tako da tako pride še kakšen honorar, kar je zelo dobrodošlo.«

V: **»Za kaj pa ponavadi izkoristite ta dodaten prihodek?«**

O: »Za plačilo položnic in da lahko pomagam sinu in njegovi družini.«

V: **»Kaj pa vaše ostale pridobljene veščine? Kar ste se naučili na neformalni način?«**

O: »Na žalost nobenega instrumenta ne igram, nekako nimam kakšnih posebnih veščin.«

V: **»Prejemate kakšne dodatne socialne transferje, poleg pokojnine?«**

O: »Ne, prejemam samo pokojnino in sicer okoli 1800 eur.«

V: **»Se vam zdi, da imate dovolj informacij o svojih pravicah in kje jih pridobite?«**

O: »Seveda, dovolj. Pridobim jih pa iz časopisa, televizije, spremljamo pač dogajanje.«

V: **»Se vam zdi, da so zadovoljeni minimalni standardi za kakovostno življenje?«**

O: »Zdej, kakovostno življenje je odvisno, kje si sam postaviš mejo, kaj je zate kakovostno življenje. Mi smo dost skromni in mislim, da nekako pokrivamo tisto, kar nujno rabimo.«

V: **»Kako pa je s prehrano. Jo kupujete ali pridelate sami?«**

O: »Zelenjavo pridelamo sami, ostalo pa pač kupujemo. Pri tem gledamo na ceno, da kupujemo cenejše izdelke. Sicer skušamo znotraj te cene najboljše dobiti, ampak gledamo, da je poceni. Pa samo slovensko kupujemo.«

V: **»Če bi imeli več financ, bi si privoščili več druženja?«**

O: »Ne, to nič ne vpliva.«

V: **»Kako je z oblačili? Kako pogosto si privoščite novo oblačilo? Pri tem gledate kaj na ceno ali vzamete tisto, kar vam je všeč?«**

O: »Pri penzionistih je tako, midva z ženo imava polno omaro oblek pa jih skoraj nič ne nosiva, tako da še tega, kar imava ne ponosiva. Zelo malo kupujeva oblačil. Samo perilo, drugega pa nič.«

V: **»Bi si kupili več oblačil, če bi bilo vaše finančno stanje boljše?«**

O: »Ne, enostavno ne rabiva. Ostalo je od prejšnjih let toliko, mode pa ne spremljava.«

V: **»Lahko sami plačujete stroške (položnice), ali bi tukaj potrebovali pomoč?«**

O: »Ne, lahko plačujeva sama.«

V: **»Katere temeljne kulturne dobrine pa koristite? Omenili ste časopis, televizijo, hodite morda tudi v gledališče, v muzeje, galerije, na koncerte, kupujete knjige?«**

O: »Ne, večinoma samo televizijo. V gledališče sva nehala hoditi, ker imava malo težave s sedenjem. Drugače sva imela ves čas abonma, sedaj pa ne moreva več sedeti. Tudi drugam ne hodiva, časopis in televizija nama zadoščata.«

V: **»Pa je to povezano kaj s financami, ali enostavno ne čutite potrebe?«**

O: »Ne čutiva potrebe.«

V: **»Kako je pa z dopustom? Si ga lahko privoščite?«**

O: »Lahko si ga privoščiva, ampak smo malo omejeni tudi zaradi živali, tako da sva v glavnem doma.«

V: **»Katere pa so po vašem mnenju temeljne potrebe za kakovostno življenje?«**

O: »V glavnem, da imaš streho nad glavo, da si zadovoljen v družini, da te okolica nekako sprejema, drugače pa ne vem, kaj bi bilo še kaj takega.«

V: **»Kaj bi si privoščili, če bi imeli neomejeno količino denarja?«**

O: »Nobene take izrecne želje nimam. Da bi si malo uredili hišo. Da bi pa si kupovali materialne dobrine in hodili po Afriki, to pa nimamo želje.«

Jože

Intervju, 9. 10. 2015, 14:00 – 15:26

V: »Prosila bi vas za kratek življenjepis. Kje ste živeli prej, je bilo to v mestu, ali na podeželju?«

O: »Jaz sem živel v mestu, v bistvu sem bil od rojstva sem bil v mestu, v Ljubljani. Potem po vojski sem v bistvu M. spoznal in sva se preselila sem. Sedaj sva v Črnučah že več kot 30 let. Drugače sem bil pa ves čas meščan. Nisem imel kakšnih stikov s hribi, včasih ni bilo kakšnih takih stikov. Smo bolj tako, meščanske zadeve, kar se tiče gostilen pa kaj jaz vem. Pa malo smo robotal tam po gradu, po Golovcu, pa tako. Fantje smo ga malo biksali tam okoli. Drugače pa, da bi rekel, da bi imeli kakšne tako ... nismo bili toliko za šolo, smo se bolj s športi ukvarjali. Košarka pa fuzbal pa kaj takega. Potem smo pa malo študiral, ane, pa v službo hodili. Čist vredu je bilo. V prejšnjih časih je bilo veliko več zabave in tega, veliko več tega družabnega življenja je bilo. Danes so vsi samo služba, služba, služba. Včasih smo pa tudi tako mal, pobiksali. To je bistvo! Recimo tudi veliko bolj si bil lojalen do službe, tudi služba je veliko več vate vlagala – bolj so se zanimali za človeka. Danes pa to ni, važen je samo keš, profit. Kar se tega tiče je bil prejšnji sistem 100x boljši. Kar se tiče materialnih stvari je bilo pa dosti slabše. Danes imaš vse, kar hočeš. Včasih nisi mel ravno vsega, si šel z vrečko v trgovino, danes moraš it z avtom v trgovino! Tako da se mi zdi, da je bilo prej boljše. Je pa res, da bi morali več delati. Mi nismo toliko delali, kot sedaj. Ampak vprašanje, koliko sedaj več naredijo, kot so prej. Danes vse menedžerji poberejo. Saj so včasih tudi, ampak včasih je bilo še za ljudi. So bile nagrade – pri nas v banki smo včasih vsake tri mesece dobili kakšno nagrado. Dobro smo živeli. Danes?! Kakšna nagrada?! Ni šans. Kakšna nagrada? Dobiš knjižico za nagrado. Ampak te tamlajši so dejansko pred tem, da jih ven vržejo. Dobro, tukaj v računalništvu je drugače, ker jih rabijo. Ampak tiste v pisarnah je pa tako, saj imamo še kakšnega drugega, če nočeš delati.

V: »Kako bi pa ocenili vaše finančno stanje v otroštvu, potem v času zaposlitve?«

O: »Ja, v otroštvu smo bili vsi v mestu kar dosti revni. Tisto stanovanje si imel. V mestu je tako ane, če si ti na kmetih, imaš vsaj za jesti, ko je kriza. Če ne drugega imaš na vrtu zelenjavo. Če si v mestu pa nič nimaš. V mestu pa, če nimaš keša, greš lahko tamle po smeteh brskati. Oče je bil nekaj časa obrtnik, potem so ga pa začeli z davkarijo – včasih obrtnikov niso najlepše gledali, ker je bila to kapitalistična zadeva. No in potem je pustil vse skupaj in je šel drugam v službo. Mi nismo bili ravno med revnimi, ampak v mestu imaš stanovanje pa nič drugega. Dobro, saj včasih se je dalo tudi hiše gradit pa to, ko si jih počasi gradil in je bilo veliko lažje. Danes moraš vse na ključ. Danes ti ne bo nihče pomagal. Včasih ti je pa en pomagal pa ti je drug pomagal pa si zgradil.

Potem, ko smo bili zaposleni, potem je pa drugače. Potem pridejo otroci pa hočejo to, hočejo uno pa tretje pa četrte. Mi nismo nikoli bili v pomanjkanju. Vedno smo lahko otrokom kupili, veliko smo tudi potovali, dosti smo videli sveta. Tako, da sedaj ti otroci naši tudi veliko potujejo. Dobro je, da potuješ, da si širiš obzorje. Da nimaš plašnic na sebi in ne vidiš ne levo ne desno. Fino je, če lahko potuješ, če imaš toliko keša. Jaz sem sam tudi veliko potoval, ko še nisva bila z M., včasih je bilo to ful drago. Ko sem šel do Pariza ali Nemčije, to je bila cela plača! Ali pa v Tunis ... to je bilo v Afriko iti, to je bilo nepredstavljivo. Ko si tja prišel in si videl čisto drugačen svet. Danes je v Tunis takole, greš na počitnice za 300 EUR. Včasih si dal pa celo plačo za to pa potem si še malo šparal verjetno. Danes pa to lahko z lahkoto počneš in to je fajn.«

V: »Kako bi opisali okolje v katerem živite danes? Je to mesto ali podeželje?«

O: »Ko sem jaz prišel sem, je bila to bolj vas kot mesto. Še danes se ti staroselci včasih bolj vaško obnašajo, pridejo kar v hišo. Včasih je bilo še tako, ker moja mama je bila tudi bolj iz vasi in je rekla: 'Ja kako?! Sedaj jim boš pa tam eno punco iz vasi ugrabil, te bodo pretepli!' Ja tako so včasih razmišljali, sploh nisem vedel, za kaj se gre. No, potem so bili fantje čisto vredu, ampak vseeno imaš občutek, da si prišel na vas. Midva sva še šrango imela, ko sva se poročila. Sem moral hlode žagat in ene 15 kg kovancev sem prinesel, da sem se odkupil. So šli fantje potem na večerjo. Tako da to so bili še tisti časi, ampak meni se je zdelo fino, ker sem bil iz mesta. Tudi, ko smo imeli prvega otroka so vsi vedeli in smo imeli fešto pa smo ga pili. Tam v blokkih, dva soseda, če sta vedela, drugače pa nič. Čeprav včasih je to fino, če imaš kakšne težave, da ne ve ravno cela vas za njih. Tudi ko se je M. sedaj zgodila ta anevrizma so vsi vedeli, še tisti, ki jih ne poznam. Si pa tako lažje pomagajo ljudje med sabo. Sedaj je pa tukaj že bolj meščansko. So že vse povezave, imamo 10 min do mesta z avtom. Fino je tukaj. Tudi s sosedi imamo super odnose. Nimamo kakšnih takšnih problemov.

V: »Kako pa bi opisali vaše bivališče? Bi rekli, da gre za veliko ali manjšo hišo?«

O: »To pa odvisno, kako gledaš. Jaz imam dvakrat preveliko! Je zgoraj eno stanovanje prazno in še na podstrehi bi se lahko zrihtalo stanovanje. Takrat smo mislili tako, v tistih časih je bilo tako, da so bili otroci bolj doma. In midva sva bila tudi vesela, da sva sem prišla. Danes pa tamladi hočejo imeti več vsega. Čeprav manj je več, ane. No, potem sem jaz dobil dosti kredita, ker sem delal v banki in sem rekel pa dajmo dvigniti gor še za eno nadstropje. Mogoče bo pa tam še kdo. No, potem je pa še vodovodar rekel, a ti lahko potegnem še vodo gor, ampak sem se odločil, da bomo s tem še malo počakali. Ampak podstreha je čisto dovolj še za eno stanovanje.«

V: »Se vam zdi, da je gospodarska kriza kaj vplivala na vaše bivalno okolje?«

O: »Ja, na naju ni ravno. Midva nisva specifična družina zaradi krize. Sedaj se je M. to zgodilo in potem sva nekako, nisva imela takih problemov kot drugi. Imela sva še eno stanovanje, ki sem ga jaz enkrat kupil, tako da smo tisto potem prodali. Ni neke take krize.

Midva sva V bistvu sedaj šele komaj zaživela, ko so otroci šli in sva si spodaj uredila novo stanovanje. Tako da nama je sedaj v bistvu veliko bolje, kot nama je bilo prej. Na naju ni vplivala, ker sva imela dobre nastavke pa nekaj sva nekam tudi vložila. Tole bajto sva v bistvu dobila, zgoraj bomo oddali stanovanje, če bo potrebno pokriti stroške.«

V: »Kako pa je na vas vplival prehod iz obdobja zaposlitve v obdobje upokojitve?«

O: »Jaz spet nisem specifičen, bom šele čez en mesec v penziji, ampak sedaj sem že skoraj dve leti doma. Vem za kolege, ki so šli, so bili prvi mesec čisto iz sebe. Kar naenkrat 24 ur na dan časa. Jaz sem imel pa takrat največ dela v bistvu, ker sem dobil M. domov iz bolnišnice in ni mogla niti hoditi. Tako da sem moral ogromno jaz rihitati, tudi tukaj dol smo razbijali. Tako da jaz nisem tisti specifičen. No, sedaj se pa počasi stvari umirjajo in že moram iskati stvari, ki jih bom počel.«

V: »Kako je pa kaj vplivalo to na vaše finančno stanje?«

O: »Ni, nič vplivalo. Bom v višjem rangu prejemal penzijo.«

V: »Kako bi pa kaj opisali vaše zdravstveno stanje?«

O: »Jaz nimam čisto nobenih težav. Sedaj sem vsak teden vsaj enkrat na Šmarni, pridem v pol urce gor. Včasih sem tudi dvakrat. Tako da ni težav. Včasih greva tudi s hčerko, mora ona za mano hoditi. To se mi fino zdi in poskušam to vzdrževati, to kondicijo. Če enkrat nehaš, je konec. Jaz sem že prej bil navajen na nek šport. Ali smo smučali, ali smo hodili v hribe, plaval, kolesarili, ... vse živo smo počeli. Tako da jaz sem ves čas po malem športal in to je fino. Ampak če te pa pri 40, 50 zaloti bolezen in da potem začneš, potem je pa težko. Tisto je pa tako težko. Potem se ti pa začnejo težave, ker tvoje telo ni navajeno na gibanje. Pa s srcem, pljuči, kolena, z vsem. In mi je to dobro, da ves čas počnem. Da se vsaj enkrat na teden fino prešvicaš.«

V: »Če bi imeli kakšne težave z zdravjem, se vam zdi, da bi država dovolj poskrbela za vas?«

O: »To sem imel pa jaz, ne jaz težave, ampak moja žena in sem zdravstveni sistem do nule spoznal. Zdravniki so dobri, ampak sistem pa čisto nič! Niso vedeli oddelki en za drugega. M. Je imela tam težave s črevesjem in glavo pa smo jo peljali na nek pregled ožilja, potem so junija rekli, da bo imela operacijo za črevesje. En za drugega niso vedeli! Sistem je čisto razsut. Tut splošni zdravniki, niso vedeli, kakšno vrečko mora dati za stomo. Mene je spraševala, kakšno vrečko mora dati. Mene, ki sploh ne vem, kaj je stoma! In sem imel patronažno sestro, je nadomeščala tisto, ki drugače hodi – tista je super. Ampak je prišla ena v takem dežnem plašču, visoka, kot manekenka, v visokih petah. Se nis hotel sezuti, je imela take plastične vrečke, jih je dala kar na noge čez visoke pete. Jo peljem gor, M. je ležala v sobi. Pa sem rekel sestri naj mi malo razloži o tej stomi, o tem nisem vedel nič, kako zrihtati in kaj narediti. In je rekla, da tudi ona nič ne pozna! Da daje samo inekcije. Kaj pa je to, inekcije dajem tudi sam! In je rekla, da drugega nič ne dela, ker nima izkušenj in da nič

ne pozna. Ne moreš verjeti! Potem smo pa dobili drugo, tista je bila pa malo starejša in super ženska! Vse nam je povedala in lepo razložila. Ampak kaj pa mi je potem to pomagalo, ko nismo bili več v težavah! Deset socialnih delavk sem dal skozi, razumeš, nobeden nič. Pa moja žena je imela hude težave. Enkrat smo hoteli za Bežigradom prepisati avtomobil na otroka pa ga nisem mogel! So rekli: 'Nas to nič ne zanima, nas zanima samo, ali boste lahko živeli, ali ne.' Super! Kaj ste mi pa pomagali sedaj? Pa to so oni mene klicali. Sej jaz razumem, da so taki predpisi, ampak če je črno na belem napisano, da je človek tako boln. Dajte no pomagat.«

V: »Se vam zdi, da je vaša socialna mreža dovolj razvejana? Bi si želeli več družbe okoli sebe?«

O: »Veš kako, socialna mreža je tako, ko si enkrat pri teh letih imaš mogoče samo ene par prijateljev. Vsake toliko časa imaš še kakšno fešto iz službe, te pokličejo da greš kaj spit z njimi. Drugače se pa krog skrči. Imaš samo še prave prijatelje. Jaz sem jih recimo na dan videl 50, ko smo imeli sestanke, sedaj se je pa ta krog skrčil na tiste prave prijatelje. Ne rabim več kot toliko. Da bi jaz imel tukaj 150 prijateljev in kolegov, mi ni do tega. Potem si v družbi tistih prijateljev, ki ti pašejo. V službi moraš biti tudi v takih krogih, ki ti ne pašejo, potem pa začneš malo izbirati. In potem vsakemu ostane tam enih pet prijateljev, več pa ne rabiš. Jaz imam par takih prijateljev, s katerimi se poznamo že 50 let. Ampak se dobimo 3x, 4x na let. Eni so še po službah, jaz sem šel dosti kmalu ven zarad M. Tako da potem se bomo verjetno večkrat videli, ko bodo šli tudi oni v penzijo.«

V: »Na koga pa se lahko obrnete, ko potrebujete pomoč (finančno, pomoč okoli hiše, ...)?«

O: »Večinoma kar na otroke, ampak saj zaenkrat še kar zmoreva sama. Ko so se pojavile težave pri M. je veliko njena sestra pomagala. Kuhala kosilo in tako. Drugače pa otroci.«

V: »Kakšne socialne transferje prejimate? Če ni skrivnost, v kakšni višini?«

O: »Pokojnine še ne prejemam, bom z naslednjim mesecem. Trenutno sem na socialni podpori. Pokojnina bo pa med višjimi, ne bo problema. Dodatkov ne bom nobenih prejemal, moja žena jih zaradi njene zdravstvene situacije, jaz pa ničesar ne pričakujem od države. Če bo kriza, bom šel pa še kaj delati, ampak zaenkrat nič.«

V: »Kje pa dobivate informacije o svojih pravicah?«

O: »Večinoma na internetu.«

V: »Kakšne so za vas vaše temeljne potrebe?«

O: »Meni je rekreacija zelo pomembna! Ampak jaz bi veliko potoval, ampak žal žena trenutno bolj težko potuje sedaj. Šele sedaj bi začel ubistvu, ker imam čas. V glavnem je treba potovati z avionom, ampak ne upam zaradi žene.«

V: »Se vam zdi, da so vaše temeljne potrebe zadovoljene?«

O: »Ja, načeloma ja. Bi sicer potoval, ampak nimaš kaj. Tako pač je.«

V: »Kako je pa kaj s prehrano? Pridelate sami ali kupujete v trgovini?«

O: »Mal predelamo, malo kupimo. Zelenjavo in take stvari si jo predelamo, ostalo pa kupujemo. Greva pa v akcijo. Kadar je kakšna akcija, ponavadi takrat kupujeva. Sedaj, ko imava čas, si lahko ogledava vse akcije. Imamo tudi upokojske kartice pa trgovine imajo tiste dneve, kjer je popust.«

V: »Kako pa je z novimi oblačili? Si velikokrat privoščite kaj novega?«

O: »Po potrebi. Če kaj manjka si greva kupiti kaj novega, drugače pa ne. Niti ne rabiva veliko. Skozi življenje si veliko stvari nakupiš in jih ne ponucaš. Pa tudi ne hodiš več v službo in ne rabiš biti toliko zrihtan. Če greva pa kam v toplice si pa tudi v kopalkah oziroma v športnih oblačilih. Tako da res po potrebi.«

V: »Za zdravje sva sicer omenila, da nimate večjih težav. Če bi se pa pojavile, bi si lahko privoščili zasebnega specialista, ali bi morali počakati na vrsto?«

O: »To se mi zdi pa skrajno neumno, ane. Ker smo toliko časa plačevali in nismo nič od tega pokoristili. Sedaj naj si pa to plačujem. Kam je šel pa tisti keš, ki smo ga notri plačevali?! Ker če bi ga mi vlagal v banko, ves tisti denar za sklade in zavarovanja, bi bil danes bogat! Jaz bi imel danes sigurno 500 jurjev na računu. Dobro, saj bi me tudi zdravnik stal, če bi šel. Dobro, nikoli ne veš, kaj se ti lahko zgodi, to je pa res. Če imaš hudo operacijo pa lahko hišo prodaš. To je pa res. Ampak ne moraš pa čakati pol leta, če te nekaj boli.

V: »Kako pa je z raznimi prireditvami, predstavami, koncerti, muzeji, ... Si to lahko privoščite?«

O: »Ja, takrat, ko je zastonj greva. Ne, drugače ni toliko problema. Problem je, ker žena ne more sedeti pri miru dve uri., zato se tega ne udeležujeva. Ampak so zdravstvene težave problem. Jaz bi šel drugače takoj, ampak samemu se mi pa ne ljubi it.«

V: »Dopust si lahko privoščite?«

O: »Ja, ja. To ni problema.«

V: »Kaj pa bi si privoščili, če bi imeli več finančnih sredstev oziroma če ne bi bilo omejitev?«

O: »Saj nimava problemov kar se tega tiče. Jaz bi že sam šel, ampak saj je dolgčas, če greš sam. Z ženo pa težko greva zaradi letal in dolgih voženj. Kar se tiče penzionističnega življenja ni nobenih problemov. Jaz bi ful še potoval, jaz bi šele začel, ampak tako je. Mogoče bom kakšnega kompanjona dobil, ko bodo v penziji pa bova šla.

Marija in Franci

Intervju, 10. 10. 2015

V: »Prosila bi vas, da mi na kratko poveste svoj življenjepis. Kakšen je bil vaš statusni

položaj v otroštvu, potem v času zaposlitve in kakšen je sedaj?«

O: (Ž) »Jaz sem iz ene manjše kmetije, tako da je bilo treba vedno nekaj delati, ni bilo nobenega časa ... mislim, nobene take napetosti ni bilo. Vedno smo bili vpeti v en tek. Zjutraj je bilo treba iti v štalo, takrat se je še voda v štalo nosila, in za to so starši tudi otroke porabili. Imeli smo eno šterno za hišo, tako da ni bilo nobenega vodovoda, ne v hiši, ne v štali. Vso vodo je bilo potrebno notri prinesiti. Ni bilo bojlerjev, ni bilo nič. Potem je bila osnovna šola. Po tem sem šla v Ljubljano, v nižjo gimnazijo. Potem sem šla v administrativno šolo in kasneje v službo. Takrat je bila služba še od šestih do dveh. Ko sem prišla domov je bilo potrebno iti na njivo, tam kaj narediti. Potem sem se poročila kmalu, pri 21 letih, so prišli otroci. Potem smo hišo začeli zidati in se 75 leta preselili sem. Upokojila sem se pa 1991, ko je bila osamosvojitve. Potem so prišli pa vnuki, sem 13 let hodila v vrtec zjutraj in potem za domov. Najprej tri, potem dva, na koncu enega. Sedaj so pa odrasli, midva pa tukaj uživava.«

(M): »Kje naj pa začnem. Rodil sem se 1931. Pet otrok nas je bilo, oče je skrbel za zaslužek, mama pa nas je rihtala, kakor je vedela in znala. Denarja ni bilo nikoli veliko, tako da se je bolj životarilo, kot lepo živelo. Začel sem v osnovno šolo hoditi na Črnučah, ob Črnušnici je bila prva šola. Potem drugi in tretji razred sem hodil v to staro šolo, potem od četrtega razreda naprej sem pa hodil v to novo šolo. To je bila tista nova šola, ki je sedaj stara. V četrti razred sem hodil, ko je bil začetek vojne. Takrat so bili sami nemški učitelji, nihče ni govoril slovensko. No, po petem razredu sem šel v Domžale v gimnazijo. Tam sem dve leti hodil v šolo, potem se je pa nehalo hoditi v šolo, ker so bile take razmere. To je bilo od januarja pa tako rekoč do maja meseca, nismo nič hodili v šolo. Če smo šli je bil alarm, tako da so čisto razpustili. No, po takratni osvoboditvi smo pa delali dodatne izpite iz, matematike ni bilo, iz slovenščine ... ne vem, tri izpite dodatne smo imeli, v slovenskem jeziku ponovno. Tako sem prvi in drugi razred tiste dopolnilne izpite delal, v Domžalah, potem sem šel pa v višjo gimnazijo za Bežigradom, tako da sem štiri razrede za Bežigradom delal. Potem sem se šel pa učiti za elektromehanika. Torej, lepi spomini pa težki časi pravzaprav. Ker je bilo treba drugače delati, kot sedaj delajo. Recimo dopusta smo imeli 14 dni dopusta, ampak to so šteli tudi sobote in nedelje. Praktično samo 12 dni dopusta. Tako da ni bilo počitnic, kot so sedaj. Ko sem se izučil sem delal skoraj dve leti kot pomočnik, potem je bilo pa potrebno iti služiti vojsko. In sem šel v Višjegrad, v Bosno. Potem nekaj smo bili v Sarajevu pa potem naaj v Višjegrad, po 21 mesecih so me pa izpustili iz vojske. Tako da sem imel 3 mesece šenkane. Potem je bilo pa spet v službo potrebno, ko sem nazaj prišel. Služba me je čakala, tako da ni bilo problema. Potem sem bil kot mojster do upokojitve. Po upokojitvi me pa tale (pokaže na ženo) preveč zaposluje.«

V: »V kakšnem okolju danes živite? Je to bolj podeželje, ali gre za mesto?«

O: (Ž) »Ja, to je tako, en privesek mestu. Nekako je to Ljubljana, ker so te povezave dobre,

da niti ni tiste ločitve. Sicer tako pravimo, ane, Sava je meja, mi smo v Srednji Evropi, ane. Ljubljana za Savo je pa na Balkanu.«

V: »Kako bi na kratko opisali vaše bivališče? Gre za veliko ali majhno hišo? Koliko družinskih članov živi v hiši?«

O: (Ž) »Ja, sedaj je to velika hiša, ker smo samo trije notri. En čas je bila pa kar dobro naseljena. Najprej je ena hčera stanovala zgoraj z družino, potem druga, sedaj smo pa sami ostal. Sedaj smo pa trije. Gre za veliko hišo. To je klet, pritličje in podstrešno stanovanje. V vsaki etaži so tri sobe, kuhinja in kopalnica. Klet je pa kot klet, garaža in kletni prostori.«

V: »Se vam zdi, da je gospodarska kriza vplivala na vaše bivalno okolje?«

O: (Ž) »Ja, to pa sigurno. Za nas, kot jaz to vidim, to šparanje ni noben problem, ker smo navajeni šparati. Nismo nikoli imeli nečesa, ki bi nam ostajalo ali karkoli. Vsako stvar, ki si si jo privoščil, si moral nekako prišparati, da si jo lahko dobil. Tako da za nas ni tako težko šparati. S tistim, kar imaš, moraš živeti.«

(M) »Mi smo še tiste sorte, da šparamo takrat, ko še nekaj imamo, ne takrat, ko že vsega zmanjka. Takrat vsak mora šparati, ali pa si izposojati pa potem dražje vračati.«

(Ž) »Ubistvu tako je, kakšnih takih megalomanskih želja, ki bi jih pokrivali s kreditom, si nismo privoščili. Se pa sigurno pozna kriza.«

V: »Se vam zdi, da je bil velik preskok iz obdobja zaposlitve v obdobje upokojitve?«

O: (Ž) »Finančno se pozna, zmeraj bolj. Je pa nekaj, potrebe so tudi manjše, kot takrat, ko smo v službo hodili. Je manj za obleko, je manj za čevlje. Doma, ko imaš čas, greš na vrt in se tudi s tem veliko pridobi. Za nas je vredno. Recimo.

V: »Kako pa bi opisali svoje zdravstveno stanje?«

O: (Ž) »Letom primerno. Pritisk pa holesterol pa take stvari. Drugače pa ... tako je, letom primerno.

V: »Se vam zdi, da država dovolj poskrbi za vas?«

O: (Ž) »Tako bom rekla. Teh stvari, ki so normalne, ki s starostjo pridejo, si nekako človek misli, da lahko počaka. Da pa nekaj zbolíš na hitro, da rabiš neko operacijo na hitro, to je pa težko. To je pa verjetno zelo težko. Sicer nimamo zaenkrat nobenih problemov. Če bi si pa morala plačevati, je pa to izjemno drago. Si ne bi morali privoščiti zasebnika, da bi preskočili vrste. Jaz recimo za žile na nogah od leta 2007, takrat sem bila na prvem pogledu. Sedaj sem prišla do tega, da so ugotovili, kaj mi je. Toliko časa je čakalna doba na dermatološki kliniki. K sreči se to da prenašati. Drugače so pa te operacije predrage, zato čakva. Tisti, ki je res bolan, ki ima hude bolečine ... to je pa res težko.«

V: »Kako se vam pa zdi razvejana vaša socialna mreža?«

O: (Ž) »Zaenkrat je vredno, ker sva še pokretna in lahko greva na obisk, k nama kdo pride. Dolgčas nama ni. So možnosti, če se hočeš vključiti, je tudi to možnost.«

V: »Na koga se pa ponavadi obrnete, če potrebujete pomoč? Naj gre za finančno

pomoč, pomoč pri hiši, pomoč v osebni stiski?»

O: (Ž) »Na otroke.«

(M) »In od otrok otroke.«

(Ž) »Ni problem, če bi potrebovala mislim, da ne bi bilo problema. Ampak zaenkrat še ni težav, se lahko še sama rihtava. Tudi za finančno pomoč bi se obrnila na otroke, če bi bilo potrebno.«

V: »Kako pa se soočate s trenutnim finančnim stanjem? Vas to kdaj spravlja v stisko?«

O: (Ž) »Ne, zaenkrat ne.«

(M) »Tako moramo gledati, da pridemo skozi.«

(Ž) »Pač s tistim, kar imaš moraš skozi priti, kakorkoli.«

V: »Se vam zdi, da vam vaša izobrazba pripomore pri soočanju s trenutnim finančnim stanjem?«

O: (Ž) »Ja, zato ker tisto, kar penzija je posledica moje izobrazbe in to mi prinese prihodke.«

V: »Kaj pa kakšne veščine, ki ste se jih priučili na neformalni način? Vam to pomaga pri soočanju s trenutnim položajem?«

O: (Ž) »Ja, to je normalno, delati pri hiši smo morali tako ali tako, na vrtu in tako.«

(M) »Včasih smo bolj nerad delali pa smo morali, danes bi pa radi delali pa ne moremo. Ne gre več tako.«

(Ž) »Tako, jaz sem se šivati naučila, za potrebe doma. Potem pa to delaš naprej. To sigurno pomaga, da znamo kaj doma narediti veliko stvari, ne rabimo klicati serviserjev takoj, k šivilji nest. To imamo kar podelano.«

(M) »Dokler bomo še lahko.«

V: »Če ni skrivnost, bi mi zaupali, kakšno pokojnino prejimate?«

O: (Ž) »Tako je, je povprečna ali malo nadpovprečna.«

(M) »Ja, jaz imam malce nižjo pokojnino, kot ona, ampak toliko pa je visoka, da nisem sedaj dobil dodatka.

V: »Pa prejate še kakšne dodatke morda?«

O: (Ž) »Ne, nič.«

V: »Kje pa večinoma pridobivate informacije o svojih pravicah?«

O: (Ž) »Uglavnem televizija in časopis. No, na televiziji je tako ali tako bolj malo o tem, kaj nam pripada. Pa sosedje pa tako, če kaj izveš.«

V: »Kaj pa so po vašem mnenju temeljne potrebe za kakovostno življenje?«

O: (Ž) »Ja, potrebe. Recimo, da se čutiš varnega in da imaš toliko finančnih možnosti, da se ne bojiš, da bi te kdo vrgel na cesto.«

(M) »Ja, jaz imam malce nižjo pokojnino, kot ona, ampak toliko je pa visoka, da nisem dobil dodatka. Dokler sem v službo hodil, sem imel direktorja, ki bi recimo lahko plače popravljaj pa je rekel, najprej moramo vse sklade napolniti, nato bomo pa plače popravljali. Potem je

prišla pa sprememba taka, da tisti, ki so prej plače popravljali, so imeli velike plače, mi pa malo manj. Nekateri, ki nič ne delajo, imajo veliko preveč, nekateri pa so precej delali pa ni tistega, kar bi morali dobiti. Kaj čmo. Mene moti, če bo nekdo iz potrebe nekaj vzel, da ne bo lačen, tistega je treba fino zašit. Tistega, ki je pa milijone odnesel boh ve kam, tistega pa lepo gledajo pa ne v arest. Tako da televizije sploh kaj dosti ne gledam. Razburjam se potem.«

(Ž) »Pa ti nič ne pomaga.«

V: »Se vam zdi, da so te temeljne potrebe pri vas zadovoljene?«

O: (Ž) »So. To so.«

V: »Kako je pa s prehrano? Si jo pridelate sami ali raje kupujete?«

O: (Ž) »Kar se da si pridelamo sami, tako da čez poletje kaj dosti drugega kot kruh in meso, no te stvari, ki jih doma ne prideláš, to samo kupujemo. Solata, krompir, to, vse doma pridelava.«

V: »Pa pazita na to, da si naredite čim več zaloge za zimo ali sproti porabite?«

O: (Ž) »Sproti, sezonsko, da se tisto porabi. Potem čez zimo je pa že treba malo več kupiti.«

V: »Pa gledate kaj tudi na ceno izdelkov?«

O: (Ž) »Ja, to pa ja. Pa te kupone vnočujeva. To običajno recimo mleko in to vzamem tistih 12 litrov in vnovčim tisti kupon. Saj ne vem, ali se s tem kaj prišpara, ali ne, ampak občutek je, da se prišpara.«

V: »Kako pa je z novimi oblačili? Si pogosto privoščite kaj novega? Gledate tukaj kaj na ceno?«

O: (Ž) »Tisto, kar je nujno za kupiti se kupi, drugo pa ponosimo, kar je že v omari. Če dobim, da mi je všeč, potem tisto vzamem. Ne zaradi cene, ampak enostavno vzamem tisto, kar mi je všeč. Da z veseljem tudi nosim. Si pa to privoščim, ker ne kupujem pogosto oblačil. Čevljem kupim take, da jih bom lahko nosila. Niso poceni, jih pa lahko nosim.«

V: »S kom pa se največ družite?«

O: (Ž) »Največ v krogu družine pa s sosedi. Kaj dosti ne hodiva okoli.«

V: »Se vam zdi, da tudi finančno stanje vpliva na vaše druženje? Bi se več družili, če bi bilo vaše finančno stanje boljše?«

O: (Ž) »Ne. Nič ne vpliva.«

V: »Kako pa je s položnicami? Jih lahko sami plačujete ali si s kom razdelite?«

O: »Lahko sami. Smo trije v hiši in se to nekako potem razdeli. Stroški se delijo. Zaenkrat pa s tem nimamo problemov.«

V: »Kako pa je z ostalimi dobrinami? Si lahko privoščite televizijo, časopis, internet, ipd.?«

O: (Ž) »Ja, televizijo in telefon imava, časopis imava skupaj s hčerko. Najprej midva prebereva, potem pa damo naprej. Pravzaprav damo njim, ker oni plačujejo. Ko so pri nas

stanovali, so imeli tukaj naslov, pošto jim še sedaj sem nosijo. Potem pa midva zjutraj časopis prebereva, ko poštar pride. Mož potem vzame pošto, jo nese k njim, tako da ima vzrok, da gre od doma.«

(M) »Ja, pa še rad grem, čeprav bolj težko.«

(Ž) »To je pač obveza, ki jo je treba narediti in je potrebno iti na špencir. Da se razmiga.«

V: »Kako je pa s kakšnimi prireditvami, muzeji, koncerti, predstavami? Si to lahko privoščite, ali tukaj raje prišparate?«

O: (Ž) »Nikoli nisva kaj dosti tega koristila in ne čutiva toliko te potrebe. Kakšen koncert ali kaj takega, to se morda še gre, drugega pa ne. Se ne bi udeleževala tudi, če bi imela več prihodkov.«

V: »Kako je pa z dopustom? Si ga privoščite?«

O: (Ž) »Sedaj si zaradi starosti ne, če si doma in si doma zadovoljen je tudi dopust, ane.

Tako, kaj jaz vem.«

(M) »Jaz imam najraje domačo posteljo. Da bi šel nekam na morje recimo, to bi celo noč hodil po hodniku.«

(Ž) »Prilagodiš se zmožnostim, ane. Ne samo finančnim, ampak tudi fizičnim. Če imaš doma mir in ti paše, je tudi dopust. Bi si ga pa lahko privoščila, če bi želela.«

V: »Če bi imeli neomejeno količino denarja, kaj je tisto, kar bi si privoščili?«

O: (M) »Zdravje.«

(Ž) »Ja, to ne moreš, ane. Ne vem, ne vem. Mogoče eno tako, kar si trenutno neki zaželiš, da si tisto brez pomisleka kupiš, ali nekaj takega. Drugače pa ne rabiva. Ne čutiva potrebe.«

(M) »Tako smo bili navajeni.«

(Ž) »Življenje nas je do tega pripravilo. Verjamem pa, da je težko marsikomu, ki je imel vse na razpolago, potem je pa moral začeti kar naenkrat šparati. Nikoli ni bilo nekega prestiža. Če sedaj gledam to mladino. Dobro, saj niti ne vem, kako preživljajo ta svoj čas. Jaz, ko sem srednjo šolo zaključila pa smo imeli maturo, za obleko mi je mama denar posodila in ko sem šla v službo, sem ji vrnila. Moja prva plača je bila 10230 dinarjev, za 230 dinarjev sem si kupila majico in ko sem jo domov prinesla in jo oprala je tako široka postala. 10000 sem pa mami vrnila. To je bila moja prva plača. Potem sem pa tri plače eno za drugo dobila, sem si pa kolo kupila in sem ga gledala, kot da bi imela mercedesa.«

(M) »Ja, to je bilo precej drugače, kot je sedaj.«

(Ž) »Sigurno. Potem sem recimo šparala za šivalni stroj. Sem šivalni stroj kupila in sem ga čez 10 let prodala za isto ceno. To so stvari, ki se jih človek spomne. Nisem jaz niti v kino hodila, niti kam drugam. Že prej ne. Se spomnim, ko je bil na Črnučah kino in je mlajšemu bratu mama dala denar za kino, meni pa ni hotela dati. In potem nisem šla. S tem se prisiliš, da boš nekaj šparal.«

(M) »Jaz sem iz vojske prišel, sem si kupil kolo v Ljubljani. Eden ga je pripeljal v trgovino,

meni je bilo tisto kolo všeč, bil je pa prebarvan star kolo in hotel je zanj 14000 dinarjev takrat. Jaz sem imel pa 3000 dinarjev mesečne plače takrat.«

(Ž) »To je tako, kot avto. Res, meni se je zdelo, kot da imam mercedesa.«

(M) »3000 dinarjev mesečne plače sem imel takrat, on je pa za kolo hotel 14000. Zdej pa pomisli, koliko se je to dalo fajn živeti. Ampak smo bili zadovoljni. Jaz sem bil najbolj zadovoljen, ker sem imel tisto kolo. Danes imamo pa tamle dol pet koles pa nihče jih ne vozi. Spreminjajo se časi, nimaš kaj.«

Silva

Intervju, 14. 10. 2015

V: »Prosila bi vas, da mi na kratko poveste vaš življenjepis, kakšno je bilo vaše finančno stanje v mladosti, v času zaposlitve in kakšno je sedaj.«

O: »Ja, ko sem hodila v šolo so mi pač starši plačevali, nisem imela nobene štipendije pa nič. Smo pa živeli zelo skromno in revno. Potem se se pač zaposlila, so bili otroci, imela sem službo in sem kar v redu živela. Potem se mi je pa življenje malo obrnilo na glavo, sem se ločila in sem si morala kupiti stanovanje, moram odplačevati kredit in sem zelo v škripcih, zato moram pa sedaj tudi delati. Pa še nizka penzija je, no mislim nizka, če ne bi imela kredita bi nekako še kar šlo. Prej sem imela še enega otroka pri sebi, sedaj je sicer v službi, prej sem morala pa še njega kakšno leto in pol živeti, tako da je bila kar kriza.«

V: »Kako bi opisala današnje okolje v katerem živite? Je to podeželje ali mesto?«

O: »To je predmestje.«

V: »Rekli ste, da živite v stanovanju. Mi ga lahko malce opišete? Gre to za veliko ali majhno stanovanje?«

O: »Gre za srednje stanovanje za katerega pa še plačujem kredit. Trenutno živim v njem sama plus maček.«

V: »Se vam zdi, da je gospodarska kriza vplivala na vaše bivalno okolje?«

O: »Ja, zelo, zelo. Jaz sem takrat vzela kredit v švicarjih, zdej je pa to problem, ker je prišlo ogromno, ogromno gor. Več kot 120 eur dodatno moram plačevati. Takrat, ko sem hodila še v službo je kar šlo, sedaj je pa super kriza, ne samo kriza. Sedaj je pa res problem.«

V: »Se vam zdi, da je bil velik preskok iz obdobja zaposlitve v obdobje upokojitve?«

O: »Ogromen. Ogromen. Ker nimaš malice, nimaš prevoznih stroškov, nimaš regresa, nimaš božičnice in se vse to pozna. Vsak mesec je plača vsaj ene 250 eur manj, kakor pa prej, ko si delal. Če gledam prevozne stroške, malico, čist tekoče stroške. Se mi zelo pozna.«

V: »Kako bi pa opisali svoje zdravstveno stanje? Se vam zdi, da bi država dovolj poskrbela za vas, če bi šlo za kakšno kronično bolezen ali pa čisto navadno poškodbo?«

O: »Ja, imela sem tudi že zlom roke pa zlom noge, jaz mislim, da je bilo kar vredno. To ne moram nič reči, je bilo kar poskrbljeno. Edino to sem ga polomila, ko sem bila v službi sem bila nezgodno zavarovana, ko sem šla v penzijo se pa nisem nezgodno zavarovala. In ravno takrat, ko nisem bila zavarovana sem imela te poškodbe, najprej rebra, potem roke in potem noge. Ne zaradi osteoporoze, ampak se veliko ukvarjam s športom pa so pač prišle te poškodbe. Sedaj sem se pa pač nezgodno zavarovala, tako da sedaj še to posebej plačujem. Te poškodbe sem morala pa potem vse sama kriti, kar je bil spet velik finančni zalogaj.«

V: »Če bi se pojavila kakšna kronična bolezen in bi morala iti k specialistu, bi si lahko privoščila iti k zasebnemu specialistu, ali bi morala počakati na vrsto?«

O: »Ne, ne bi morala počakati. Ravno sedaj čakam za žile, moram čakati dve leti. Ali pa recimo pregled dojk, kakšen 'nonsens', sem imela nek problem, hodim sedaj na eno leto in h ginekologu isto, sicer hvala bogu ni bilo nič hujšega, ampak imaš monografijo samo enkrat na vsaki dve leti. Jaz hodim vsako leto, da imam mir, ampak moram sama plačati. Ginekologa isto. Vsake tri leta imaš zastonj, vsak let pa moram plačati. To se tudi zelo pozna. Če ne greš je pa lahko že prepozno.«

V: »Kako je pa po vašem mnenju razvejana vaša socialna mreža? Na koga se lahko obrnete, če pride do finančnih težav, ali pa je potrebno pomagati v stanovanju oziroma imate problem, o katerem se morate pogovoriti?«

O: »Ja, trenutno mi sin pomaga, sina prosim, da mi posodi in mu potem vrnem. Tako si pomagam. Ali pa si vzamem limit, to mi tudi pomaga. Pa potem vračaš počasi. Ali pa, kaj pa vem, sem si vzela avto pa sem ga morala na lizing vzeti. To je tudi kar strošek. Ne gre drugače. Ne moreš, s penzijo je nemogoče preživeti.«

V: »Pa bi si morda želeli več ljudi okoli sebe? Morda tudi v smislu družjenja?«

O: »Ja, želela bi si več ljudi. Definitivno.«

V: »Trenutno prejemate samo pokojnino, ali imate tudi druge prilive? Morda kakšen dodatni socialni transfer?«

O: »Samo penzijo, delam pa zraven tudi po pogodbi. Na srečo se mi to ne pozna pri penziji, ker gledam, da delam v okviru tega, kar je dovoljeno. Da tega ne prekoračim. Delam toliko, kolikor je pač dovoljeno. Oziroma še manj. Mi pa to kar precej pomaga.«

V: »Za kaj pa potem ta dodaten prihodek izkoristite?«

O: »Točno samo za kredit. Pa za avto recimo, avto dosti stane. Pa če hočeš kam iti, recimo če grem na dopust moram hudičevo stiskati, ali pa mi sin posodi pa mu potem vračam. Se je treba kar znajti.«

V: »Pa se vam zdi, da vam vaša izobrazba in ostale pridobljene veščine, ki ste jih pridobili na neformalni način, pomagajo pri soočanju s trenutnim finančnim stanjem?«

O: »Ne, nič. Zato, ker sedaj čisto nekaj drugega delam, kot sem prej. Po izobrazbi sem inženir ekonomist, ne dipl., ampak samo ekonomist. Mogoče mi pomaga, da se ukvarjam s

športom, da sem prej delala z ljudmi, zelo rada ljudem pomagam. To mi kar pomaga. Ampak ljudem pomagam čisto tako na prijateljski ravni, tega ne delam za plačilo.«

V: »Kako pa bi opisali vaše temeljne potrebe za kakovostno življenje?«

O: »Sigurno šport, da se srečuješ z ljudmi, da se pogovarjaš pa kaj jst vem, da lahko kam greš, da lahko kakšno stvar obišče. To.«

V: »Pa se vam zdi, da so zadovoljene te temeljne potrebe pri vas?«

O: »Ja, čisto tako vam povem, jaz ne hodim na kakšne predstave in to, ker nimam denarja, niti ne grem v kino, nobeno gledališče, ker pač ne morem. Si ne morem privoščiti. Če bi imela, bi z veseljem šla. Sem srečna, če grem lahko enkrat na leto na dopust. Drugače imam pa kolo, ki me nič ne stane, edino tisto, kar dam enkrat na leto za servis. Kolesarm pa si tam kakšno kavico mogoče privoščim. Z upokojenci hodim na sprehode pa gremo potem na kakšen čaj, to je pa to. Izredno skromno živim. Enkrat na mesec gremo v hribe s planinskim društvom, v tem uživam. S tem, da si malico in vso pijačo potem s sabo prinesem. Tako prišparam, edino če me kaj košta bencin, če nimamo avtobusa. Človek bi si želel več, ampak ne gre. Toliko, kolikor lahko, nimam pa kaj jamrati. Pač vzameš, kakor je. Drugače ne gre.«

V: »Kako pa poskrbite za prehrano? Gledate kaj na ceno izdelkov, si kaj sami predelate?«

O: »Ja, to pa zelo gledam. Eno njivico imam, tako da kar nekaj hrane doma pridelam. Ogromno tudi vložim, kar pridelam. Ali pa takrat kupim, ko je najceneje. Pa kakšno marmelado si nardim, kompot, kaj takega. Ampak so pa druge stvari, so pa flance pa semena pa gnojila. Vprašanje, kaj je cenejše. To je sedaj zelo relativno, to kar kupiš, ali to kar doma pridelam. To ne zraste kar tako, so flance kar drage. Je pa le domače, če tako gledam. Vsaj kakovost je drugačna. Pa na žalost kupujem tisto, kar je najcenejše. Zelo gledam na ceno. Vzamem revije pa malo pogledam, kje je najceneje pa si pomagam s popusti. Ne gre drugače. Saj mogoče potem to vpliva tudi na zdravje, ker manj kakovostno hrano ješ, ampak drugače res ne gre.«

V: »Kako je pa z oblačili? Si lahko privoščite novo oblačilo?«

O: »Ne. Tukaj imam pa kar dobre ljudi, da ogromno dobim cunj. Veliko lepih stvari. Si nisem novih stvari kupila odkar sem v penziji. Mogoče si kakšno malenkost, kakšno majico kupim za v hribe, ker jo res nujno rabim. Pa še tisto, ko so razprodaje pa še to gledam na znamko, da je res najceneje. Pa mogoče sedaj, ko si doma, ne rabiš toliko. Sedaj sem večinoma itak doma, nikamor ne grem in si pač ne kupujem. Veliko stvari dobim in sem hvaležna, da lahko karkoli dobim. Pa že od prej imam veliko, ko sem hodila v službo. Gledam tudi, kako perem, čuvam stvari.«

V: »Kako je pa z dopustom? Greste vsako leto na dopust?«

O: »Ja, za dopust pa tako naredim, ali si vzamem limit, ali si malo sposodim od otrok, me ni sram povedati. Ampak potem vse vrnem. Ali pa tako, me domači hecajo, da mi dajo za

sladoled kakšnih 10, 20 eur. Težko našparam, ne morem ne vem kam iti, moram prav gledati. Gledam, da je čim bolj skromen dopust in čim bolj športen. Grem v hribe ponavadi.«

V: »Pa se vam zdi, da so hribi drgača stvar? Pazite tudi tukaj na denar?«

O: »Tukaj zelo pazim, če bi imela denar bi šla vsak teden. Tako pa pač grem enkrat na mesec, ali največ dvakrat. Da grem z društvom. Če grem sama, grem lahko na Primoža, ki me nič ne košta. Če bi imela denar bi šla večkrat. Ker sedaj, če grem je treba plačati prevoz, tudi malica ni zastonj. Tudi, ko prideš domov si lačen. Tam si recimo kakšno kavico privoščiš. Grem pa za dušo, kolikor lahko grem. Samo potem se mi ta dopust, sem spet dolžna in potem spet vračaš in je začaran krog.«

V: »Pa vas vaše finančno stanje spravlja v stisko?«

O: »Ja, zelo. Zelo. Ves čas razmišljam o vsakem centu, moram tudi delati, kar ni prijetno. Je ogromna stiska. Ampak nimam kaj. Grem potem v hribe, da se sprostim pa na kakšen klepet s prijateljsko pa nekako gre. Mogoče mi malo pomaga, da sem že od majhnega navajena šparati. Mogoče te krize jaz sploh ne občutim toliko. Na vrtu recimo veliko pridelam pa potem vložim, kar pridelam, tako kot so me doma naučili. Pa mogoče na ta način tudi bolj zdravo živim, čeprav skromno. Šok je predvsem ta kredit, ko so teli švicarji tako poleteli v zrak. Če ne bi bilo tega, bi se verjetno kar dalo živeti. Pri meni je problem tudi to, da sem sama in je težko z eno penzijo. Če sta dve penziji je to čisto drugače. Ogrevati moraš isto, če je en v stanovanju, ali pa če jih je pet, čisti 'nonsens'.«

V: »Kaj bi si privoščili, če bi imeli neomejeno količino denarja?«

O: »Jaaa, če bi loto zadela, ja. Prvo kar bi, bi poravnala kredit za stanovanje. To je prvo, kar bi naredila. Da bi lahko zadihala. Pa da otrokom vrnem, kateremu sem kaj dolžna. Kaj pa vem. Šla bi na morje za en teden. Nisem bila že na morju 10 let. Se grozno sliši, ampak nisem bila na morju že 10 let. Ampak ne nekam tko, ampak kaj jaz vem, nekam blizu. Ker že skos, od majhnega, sem iz skromne družine pa smo smo bili zelo revni. In potem zelo skromno živiš. Potem pa otroci, služba, bajto smo delali, vedno nekaj. Samo varčuješ. Mogoče je taka moja usoda, da moram vedno šparati, da sem zelo skromna. Ne znam vam povedati, kaj bi si privoščila. Mogoče res morje za kakšen teden pa kakšno novo cunjo mogoče. Ne vem, sploh ne vem. Skromna sem res, mogoče je to tudi največji potencial, ker si ne želim veliko stvari. Mah, bo že no. Gledam pozitivno.«

Povzetek

Staranje prebivalstva je velik dosežek družbe, hkrati pa s svojim vplivom na gospodarsko in družbeno-socialno okolje prinaša ogromno izzivov. Vedno pogosteje se pojavlja izraz 'ageism', ki označuje stereotipiziranje starejših. Mlajši so prepričani, da so starejši slabega zdravja in so zato neproduktivni, da jih počasi zapušča razum in da so seksualno neprivlačni. Z diplomsko nalogo sem želela dobiti vpogled v življenje šestih posameznikov ter s tem mlajši generaciji razbiti stereotipe o starejših.

V teoretičnem uvodu sem podrobneje raziskala demografske spremembe in posamezne koncepte, ki so povezani s starejšimi. Raziskovala sem posamezne teorije staranja, socialne mreže starejših, zakonsko ureditev ter socialnovarstvene storitve. Prav tako me je zanimal koncept revščine med starejšimi.

V empiričnem delu sem raziskovala življenjske vzorce v zvezi s potrošnjo oziroma preživetjem starostnika. V ta namen sem intervjuvala pet posameznikov in en par, zanimalo pa me je predvsem kako razvejana je njihova socialna mreža, kako se soočajo z bivanjskimi stroški in stroški zdravega življenja, ali si lahko privoščijo počitnice, vpliv gospodarske krize na njihovo finančno stanje in bivalno okolje, časovna dimenzija njihovega finančnega stanja, kaj jim predstavlja izredne nujne in nenujne stroške, ali se po pomoč obračajo na institucionalne vire in kateri so to.

Rezultatov raziskave sicer ne morem posplošiti po celotni populaciji, sem pa dobila dober vpogled v življenjsko okolje posameznikov, njihovo doživljanje starosti in izzivov v tem življenjskem obdobju in predvsem njihove strategije preživetja.

Raziskava je pokazala, da se življenjske zgodbe posameznikov med seboj zelo razlikujejo, čeprav posamezniki živijo v podobnem okolju. Prav tako se razlikujejo vzrok težav, ki so si na prvi pogled med seboj podobne. Vsak starejši posameznik je ekspert iz lastnih izkušenj, zato se z izzivi soočajo z različnimi strategijami. To dokazuje, da bi morali starostnike aktivno vključiti v sodelovanje soustvarjanje rešitev, ki bi bile zanje najbolj primerne.



IZJAVA

Spodaj podpisani/-a Teja Kozel, študent/-ka univerzitetnega dodiplomskega študija Socialno delo, Fakultete za socialno delo Univerze v Ljubljani, z vpisno številko 6050878, s svojim podpisom izjavljam, da sem avtor/-ica diplomskega dela z naslovom:

»Strategije preživetja starejšega človeka v času krize«.

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, 14. 4. 2016

Podpis avtorja/-ice:

S svojim podpisom:

- dovoljujem knjižnici Fakultete za socialno delo Univerze v Ljubljani uporabo svojega rojstnega datuma za namen obdelave diplomskega dela v sistemu COBISS;
- soglašam z objavo svojega diplomskega dela na svetovnem spletu;

V Ljubljani, 14. 4. 2016

Podpis avtorja/-ice: