

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Katja Šrajner

Kakovostno staranje v občini Križevci pri Ljutomeru

Magistrsko delo

Ljubljana, 2022

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Katja Šrajner

Kakovostno staranje v občini Križevci pri Ljutomeru

Magistrsko delo

Študijski program: Socialno delo s starimi ljudmi

Mentorica: doc. dr. Bojana Mesec

Ljubljana, 2022

PODATKI O MAGISTRSKI NALOGI

Ime in priimek: Katja Šrajner

Naslov naloge: Kakovostno staranje v občini Križevci pri Ljutomeru

Mentorica: doc. dr. Bojana Mesec

Kraj: Ljubljana

Leto: 2022

Št. strani: 132

Št. prilog: 4

Št. slik: 2

Št. tabel: 1

Povzetek magistrskega dela

V svojem magistrskem delu sem raziskovala kakovostno staranje občanov občine Križevci pri Ljutomeru. V teoretičnem delu sem najprej predstavila pojma staranje prebivalstva in kakovostno staranje, opisala potrebe starih ljudi in jih še podrobneje predstavila po indeksu potreb dolgotrajne oskrbe. Opredelila sem tudi socialno delo s starimi ljudmi, pojem dolgotrajne oskrbe in epidemijo COVID-19. V raziskavi je sodelovalo deset ljudi, ki živijo v občini Križevci pri Ljutomeru in so starejši od 65 let. Namen naloge je bil, da stare ljudi spodbudim k razmišljanju o tem, kaj zanje pomeni kakovostna starost. Izvedeti sem želela, kakšen je njihov način življenja, ali so njihova stanovanja dovolj prilagojena, kakšne so njihove potrebe, kakšna je njihova socialna mreža in kakšne želje imajo za svojo prihodnost. Želela sem tudi izvedeti, kako ozaveščeni so glede možnosti formalne oskrbe v naši občini, če sploh poznajo storitve za starejše, ki so jim na voljo. Ugotovila sem, da imajo sogovorniki v večini podobne potrebe in želje. Kakovostno staranje povezujejo z dobrim zdravjem in samostojnostjo, predvsem pri skrbi zase. Najpogostejše stike imajo z ožjimi družinskimi člani. Glede storitev v občini so slabo informirani in le redki vedo, kakšne so možnosti formalne oskrbe za starejše. Epidemija COVID-19 in z njo povezani ukrepi so imeli velik vpliv na njihova življenja. V prihodnosti si vsi sogovorniki želijo ostati doma, v svojem domačem okolju, ki jim je poznano in kjer se dobro počutijo. V dom starejših občanov pa bi se selili le v primeru, da ne bi več zmogli poskrbeti sami zase.

Ključne besede: stari ljudje, starost, kakovostno staranje, potrebe v starosti, dolgotrajna oskrba, Covid-19, socialno delo s starimi ljudmi.

Title: Quality Ageing in the Municipality of Križevci near Ljutomer

Master's Thesis Abstract

In my master's thesis, I researched the quality ageing of the residents of the Municipality of Križevci near Ljutomer. In the theoretical part, I first introduced the terms 'ageing of the population' and 'quality ageing', described the needs of the elderly and explained them in more detail according to the index of long-term care needs. I also defined social work with the elderly, the concept of long-term care and the COVID-19 epidemic. The research participants were ten people that live in the Municipality of Križevci near Ljutomer and are older than 65. The purpose of the thesis was to encourage the elderly to think of what quality ageing means to them. I wanted to learn about their way of life, if their living arrangements are adapted enough, what are their needs, what is their social circle like, and what are their wishes for the future. I was interested in how much they were informed about the formal care in our municipality, and if they even know about any services available to the elderly. I concluded that the participants mostly have equal needs and wishes. They connect quality ageing with good health and independence, especially with self-care. They have the most frequent contact with their closest family members. They are poorly informed of the services in the municipality, and few know what the options for formal care for the elderly are. The COVID-19 epidemic and related restrictions have had a big impact on their lives. In the future, all the participants wish to stay at home, in their familial environment, where they feel most comfortable. They would move to a nursing home only if they could no longer take care of themselves.

Key Words: old people, ageing, quality ageing, needs of the elderly, long-term care, COVID-19, social work with the elderly

KAZALO

1. PREGLED PROBLEMATIKE	1
1.1. Staranje prebivalstva	1
1.2. Kakovostno staranje	4
1.3. Potrebe starih ljudi.....	5
1.3.1. Namesto hospitalizacije in institucionalizacije	6
1.3.2. Stanovanje.....	7
1.3.3. Delo in denar.....	8
1.3.4. Vsakdanje življenje	9
1.3.5. Nelagodje v interakciji.....	10
1.3.6. Stiki in družabnost	10
1.3.7. Institucionalna kariera.....	11
1.3.8. Neumeščenost in pripadnost	12
1.4. Socialno delo s starimi ljudmi	12
1.5. Dolgotrajna oskrba	14
1.5.1. Neformalna oskrba.....	16
1.5.2. Formalna oskrba	17
1.6. Covid-19.....	18
2. FORMULACIJA PROBLEMA	20
2.1. Raziskovalna vprašanja	21
3. NAČRT METODOLOGIJE	22
3.1. Vrsta raziskave	22
3.2. Merski instrument.....	23
3.3. Opredelitev enot raziskovanja – populacija, vzorec.....	23
3.4. Zbiranje podatkov.....	24
3.5. Obdelava in analiza podatkov	24
4. REZULTATI.....	27
5. RAZPRAVA.....	39
6. SKLEPI.....	45
7. PREDLOGI	49
8. UPORABLJENA LITERATURA.....	51
9. PRILOGE	55
9.1. Priloga 1: Vprašanja za intervju	55
9.2. Priloga 2: Zapisi intervjujev	56
9.3. Priloga 3: Odprto kodiranje	81
9.4. Priloga 4: Osno kodiranje.....	118

KAZALO SLIK

Slika 1.1: Prebivalstvena piramida Slovenije za leto 2022	2
Slika 1.2: Prebivalstvena piramida Slovenije za leto 2080	3

KAZALO TABEL

Tabela 3.1: Prebivalstvo v občini Križevci pri Ljutomeru v starostni skupini 65+ let glede na spol na dan 1. 7. 2021	23
---	----

1. PREGLED PROBLEMATIKE

1.1. Staranje prebivalstva

Slovar slovenskega knjižnega jezika definira starost kot tisto obdobje v človeškem življenju, ki poteka od zrelih let pa vse do smrti. Starost je stanje, ko je poteklo že toliko časa od nastanka živega bitja, da to bitje prehaja v zadnje obdobje svojega življenja. V gerontologiji pa je starost tretje oziroma zadnje življenjsko obdobje vsakega posameznika. Razlikujemo kronološko, biološko in doživljajsko starost. Kronološko starost označujejo leta, biološko določa vitalnost posameznika v primerjavi z ostalimi, doživljajsko pa, koliko se človek počuti starega in kako svojo starost sprejema (Ramovš, b.d.).

Če pogledamo na starost iz gerontološkega vidika, poznamo tri obdobja starosti:

- zgodnjo starost (od 66. do 75. leta starosti),
- srednjo starost (od 76. do 85. leta starosti) in
- pozno starost (po 86. letu starosti) (Pečjak, 2007).

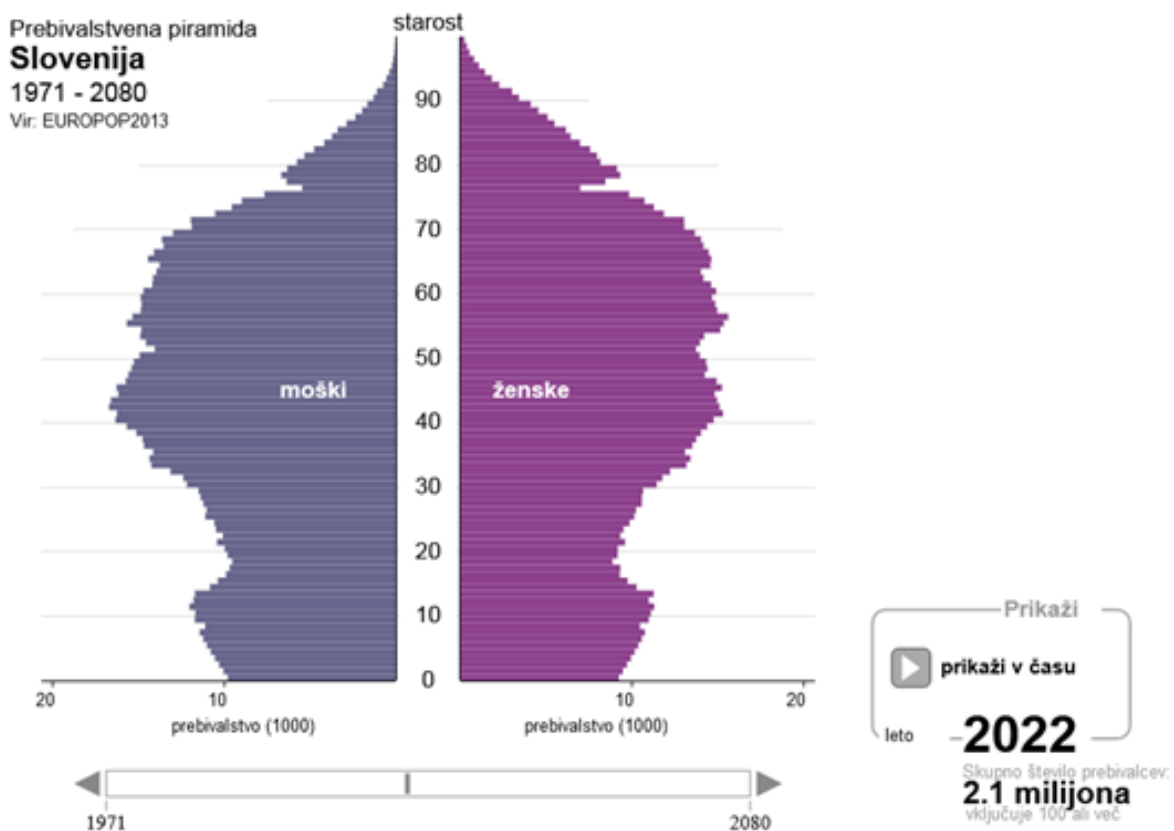
Pečjak (1998) piše, da je prehod v tretje življenjsko obdobje eden izmed najbolj bolečih prehodov v življenju posameznika. Pogosto nastopijo finančne težave, sprememba bivališča in osamljenost, saj živijo v gospodinjstvih z dvema osebama, sami ali pa v zavodih s tujimi in nepoznanimi ljudmi.

Starost je doba, ko nam začnejo postopoma propadati fizične, kognitivne in psihične sposobnosti. Je čas pozabljenosti, fizične bolečine in invalidnosti (Lipič, 2021, str. 11). Staranje nas po eni strani navdaja z upanjem, po drugi strani pa v nas prebudi strah in zaskrbljenost. Pomembno je, da vsak posameznik svojo starost sprejme in do nje goji pozitiven odnos.

V zadnjih nekaj letih je močno naraslo število starega prebivalstva po celem svetu. Glavni razlog za naraščanje starosti je zmanjšanje rodnosti, torej imamo vedno manj rojstev. V Sloveniji pa upada tudi umrljivost, saj se podaljšuje naša pričakovana življenjska doba. Strokovnjaki napovedujejo, da bo ta hitra porast starejšega prebivalstva trajala še najmanj do leta 2050 (Šircelj, 2009, str. 12–18).

Hitremu naraščanju deleža starega prebivalstva posvečamo veliko pozornosti, ampak še vedno premalo rešitev. Samo staranje nam zaenkrat še ne predstavlja posebnega problema, ampak se ob tem povečuje tudi število oseb s kroničnimi boleznimi in slabšim zdravjem. Te osebe bodo dalj časa odvisne od oskrbe in pomoči drugih, kar ne bo vplivalo le na življenje teh oseb, ampak na življenje njihovih celotnih družin in posledično tudi celotne družbe.

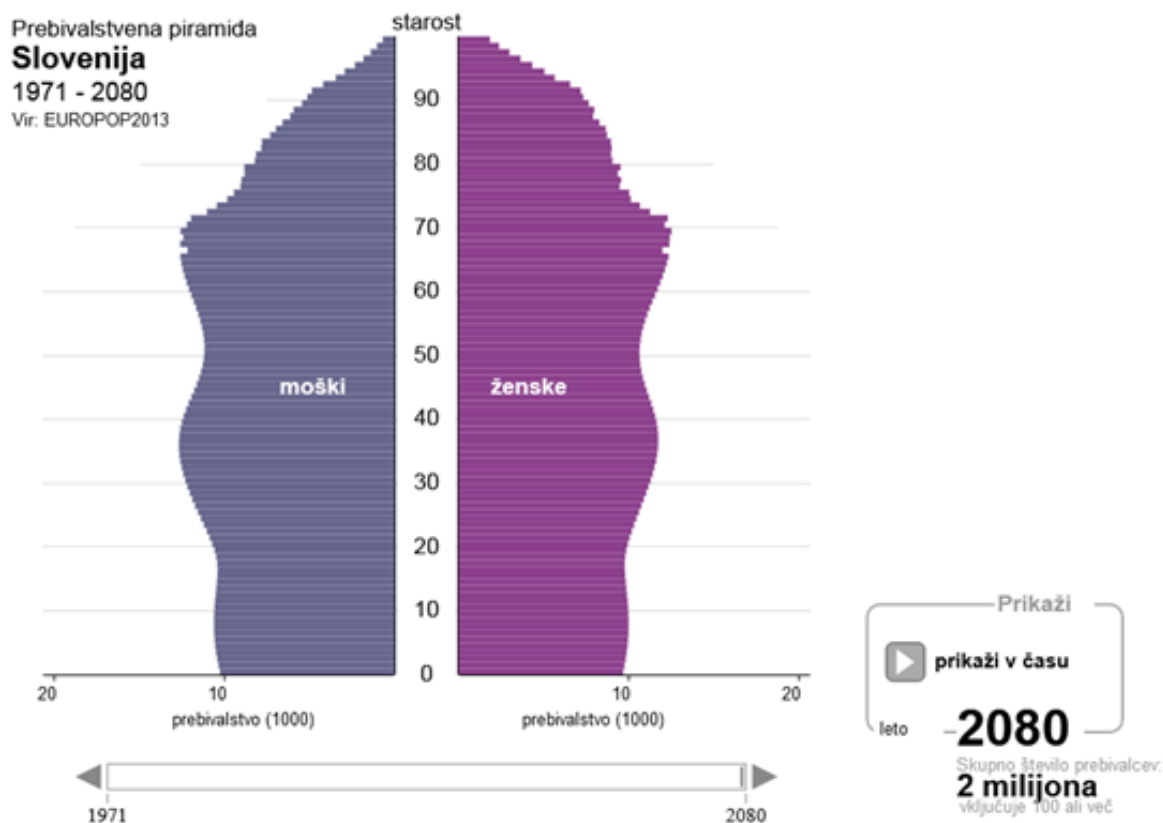
Slika 1.1: Prebivalstvena piramida Slovenije za leto 2022



(Vir: SURS, 2022)

Visoko starost in dolgo življenjsko dobo ljudi je dandanes že možno predvideti. Prebivalstvena piramida prikazuje starost prebivalstva glede na spol. Slika 1.1 prikazuje prikaz sestave prebivalstva v Sloveniji za leto 2022.

Slika 1.2: Prebivalstvena piramida Slovenije za leto 2080



(Vir: SURS, 2022)

Kot vidimo na starostni piramidi na sliki 1.2, lahko v Sloveniji do leta 2080 pričakujemo nagel porast prebivalstva, starejšega od 65 let.

Staranje populacije pomeni soočenje z veliko novimi izzivi, med katerimi je glavno vprašanje, kako posameznikom zagotoviti kakovostno staranje v Sloveniji (Filipovič Hrast, 2011).

Staranje za sabo prinaša tudi nekatere težave, ki jih povezujemo z demografsko krizo, zato se morajo na naglo naraščanje starega prebivalstva odzvati vsi sistemi (zdravstvo, sociala, vzgoja in šolstvo). Kakovostno staranje posameznikov je odvisno od ustrezne socialne politike, ki mora starejšim zagotoviti izboljšanje njihovega gmotnega položaja in tudi na zdravstveni politiki, ki mora omogočiti celostno obravnavo starih ljudi (Antolašić, 2020, str. 6). Prav zato se mi zdi raziskovanje kakovostnega staranja in življenja starih ljudi še posebej pomembno in relevantno za socialno delo.

1.2. Kakovostno staranje

Menim, da na področju staranja in položaja starih ljudi v sodobni družbi obstaja veliko možnosti za razmišljanje o kakovostni starosti in zagotavljanju le-te. Pojem kakovostnega staranja se mi je tako vtisnil v spomin, da sem o njem začela bolj aktivno in kritično razmišljati. Kakovostnega staranja ne smemo jemati kot nekaj popolnoma samoumevnega. Če človek želi, da bo njegova starost kar se da kakovostna, se je potrebno na to pripraviti. Pomembno se mi zdi, da se zavedamo zmožnosti, sposobnosti in potencialov, ki jih stari ljudje imajo in s katerimi razpolagajo tudi v tem zadnjem življenjskem obdobju. Tako bomo lahko tem ljudem omogočili nove možnosti in priložnosti za doživljanje čim bolj kakovostne starosti.

Študije so dokazale, da je kakovost življenja zelo kompleksno področje preučevanja. Mnogi avtorji trdijo, da ne obstaja točna in enotna definicija, s katero bi lahko opredelili posameznikovo kakovost življenja, ter določili dejavnike, ki nanjo vplivajo (Lah, 2007). Za kakovostno starost je torej pomembno vprašanje, kako posameznik sprejema svojo starost in kako stališče ima do nje. Vsak posameznik ima svojo lastno predstavo o tem, kaj zanj pomeni kakovostno življenje. Ravno zato tega pojma ne moremo točno definirati in ga posplošiti. Pomembno je, da dopustimo vsakemu posamezniku, da skozi svoje potrebe, želje in interese, sam naredi svojo lastno definicijo pojma kakovostnega življenja in kakovostne starosti.

Vprašanje kakovosti življenja starega človeka je odvisno od zadovoljevanja posameznikovih potreb. Za kakovostno življenje starega človeka je zelo pomembno, da ima človek široko socialno mrežo in čim več stikov s svojimi najbližjimi. Strokovnjaki delijo kakovostno starost na mikro in makro raven. Na makro ravni imajo pomembno vlogo za posameznika njegov prihodek, zaposlitev, bivališče, izobrazba in druge značilnosti okolja. Na mikro ravni pa imajo pomembno vlogo posameznikove zaznave kakovosti življenja, vrednote, izkušnje, sreča in zadovoljstvo s svojim življenjem (Ramovš, 2013).

Kakovost življenja v pozni starosti pa ni odvisna le od materialnega stanja posameznika, ampak je v večji meri odvisna od socialne mreže posameznika in njegovega socialnega kapitala (Dragoš, 2000, str. 251). Na samostojnost in kakovost posameznikovega življenja pa negativno vplivajo spremembe v telesnem in duševnem zdravju, slabše finančno stanje, manjše socialne mreže in s tem posledično izguba socialne opore (Domanjko in Pahor, 2011).

Daly (2007, v Mandič in Filipovič Hrast, 2011) pravi, da je za razumevanje kakovostne starosti treba pogledati širši družbeni okvir, kjer se prepletata subjektivni in objektivni vidik posameznikovega življenja. Kakovostna starost je odvisna tudi od okolja in bivanjskih razmer, v katerih biva vsak posameznik. Pri starih ljudeh je velikokrat opaziti, da bivajo v starih hišah

in stanovanjih, ki so za njihovo življenje popolnoma neprimerne, njihova oprema je zastarela in pogosto neprimerna ter nefunkcionalna za njihove potrebe. Pojavlja se tudi težja dostopnost do pomembnih infrastruktur, ki jih posameznik potrebuje za svoje kakovostno življenje. To je mogoče opaziti predvsem v ruralnem okolju oziroma na območjih, ki so bolj oddaljeni od centrov mest in so zato težje dostopni.

1.3. Potrebe starih ljudi

V življenju imamo različne potrebe. Po navadi se jih sami najbolj zavedamo takrat, ko jih ne moremo zadovoljiti ali pa so te le delno zadovoljene. Kakovost življenja starega človeka se meri v tem, kako dobro so zadovoljene posameznikove potrebe (Ramovš, 2000, str. 321). V obdobju starosti imamo drugačne potrebe kot v obdobju mladosti in srednjih let. Če želimo doseči kakovostno staranje posameznikov, moramo raziskovati njihove potrebe, pridobiti izkušnje in znanja o staranju, da se znamo ob določenih situacijah primerno odzvati in ustrezno ukrepati. Z novimi izkušnjami pa dobivamo tudi nove spretnosti pri delu s starimi ljudmi.

Ramovš (2003) našteva naslednje višje potrebe v starosti:

- Potreba po materialni preskrbljenosti: tukaj govorimo o zadovoljevanju potreb po hrani, obleki, toplem stanovanju, potovanjih. V kakšni meri bodo te potrebe zadovoljene pa je odvisno od posameznikove materialne preskrbljenosti.
- Potreba po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine: tej potrebi je predvsem v starosti potrebno posvetiti več pozornosti. Pomembno je, da ostanemo dejavni in ustvarjalni, saj imamo tako naša starost bolj kakovostna.
- Potreba po medčloveškem odnosu: vsak posameznik potrebuje človeško povezanost. Najpomembnejši so nam najbližji ljudje v socialni mreži, saj nam nudijo oporo in smo nanje čustveno navezani.
- Potreba po predajanju življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji: posameznikove izkušnje so njegovo največje bogastvo. Stari ljudje so zakladnica znanja in lastnih izkušenj, od katerih se lahko tako mlada kot tudi srednja generacija veliko naučimo.
- Potreba po doživljanju smisla starosti: v starosti se ljudem pogosto pojavlja vprašanje smiselnosti življenja. Za stare ljudi je pomembno, da so aktivni, dobrega zdravja, imajo dobro razvito socialno mrežo in so materialno preskrbljeni. Vse to pozitivno vpliva na njihovo počutje in posledično na njihovo kakovost staranja.

- Potreba po negi v starostni onemoglosti: število ljudi, ki bodo odvisni od pomoči drugih in bodo potrebovali dolgotrajno oskrbo, se bo vedno bolj povečevalo.

Potrebe delimo na zadovoljene oz. nezadovoljene in na zaznane oz. spregledane. Na podlagi tega Flaker (2017) govori o realiziranih potrebah (zaznane in zadovoljene), samoumevnih (zadovoljene, a jih ne zaznavamo), perečih (zaznane, ampak nezadovoljene in skritih (nezadovoljene, ki jih ne zaznamo). V dolgotrajni oskrbi gre poleg zadovoljevanja perečih potreb predvsem za odkrivanje skritih potreb. Socialni delavci moramo skupaj z uporabniki poiskati skrite potrebe in ugotoviti, kaj jim še manjka za bolj kakovostno in polno življenje (Flaker, 2017).

Ramovš (2011, str. 63) govori tudi o treh višjih potrebah, ki jih imajo stari ljudje:

1. potreba po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji,
2. potreba po doživljanju starosti kot smiselnega obdobja življenja,
3. potreba po temeljnem ali osebnem medčloveškem odnosu.

Na kakovostno staranje lahko gledamo iz različnih vidikov. Ta besedna zveza ima zelo različne interpretacije, saj ima vsak posameznik svoje želje in cilje, ki si jih želi uresničiti. Eden najboljših je vidik zadovoljevanja temeljnih človeških potreb. Predvsem zanimiv mi je indeks potreb, ki so ga opisali v knjigi Dolgotrajna oskrba: očrt potreb in odgovorov nanje (Flaker idr., 2008). Flaker s sodelavci (2008) predstavlja osem kategorij potreb dolgotrajne oskrbe: namesto hospitalizacije in institucionalizacije, stanovanje, delo in denar, vsakdanje življenje, nelagodje v interakciji, stiki in družabnost, institucionalna kariera ter neumeščenost in pripadnost.

1.3.1. Namesto hospitalizacije in institucionalizacije

Naše celotno življenje je povezano z različnimi institucijami v različnih obdobjih našega življenja. Nekatere institucije obiščemo le občasno (npr. bolnišnica), v nekaterih pa preživimo dalj časa (npr. šola, dom starejših). Svojci starih oseb se pogosto znajdejo v neobvladljivi situaciji, ko sami več ne zmorejo skrb, zato so prisiljeni starega človeka dati v institucionalno oskrbo (Mali, 2008, str. 9). Za stare ljudi, ki živijo v domačem okolju, je pomembno, da čim dlje ostanejo doma. Življenje doma jim daje več zasebnosti in pomeni odmik od nadzora nad njimi s strani institucije.

V občini Križevci pri Ljutomeru imamo eno institucijo, namenjeno starim ljudem. To je Dom Lukavci, ki je posebni socialnovarstveni zavod za odrasle osebe s posebnimi potrebami, katerega ustanoviteljica je Vlada Republike Slovenije. V domu so nastanjene osebe, ki so

izčrpale vse možnosti neodvisnega in odvisnega življenja v svoji lokalni skupnosti. Dom Lukavci je drugi največji posebni socialno varstveni zavod v Sloveniji in nudijo storitve stanovalcem s posebnimi potrebami že od leta 1952. Poleg osnovnih življenjskih potreb in skrbi, da se stanovalci počutijo dobro, nudijo kvalitetne psihosocialne in zdravstvene usluge. V želji doseganja čim večje kvalitete bivanja uspešno izvajajo projekt izveninstitucionalnega bivanja. Njihovo vodilo je, da jim omogočijo čim bolj samostojno, neodvisno in kakovostno življenje. Dom pa ima tudi dislocirane bivalne enote v Križevcih, Lukavcih, Veržeju, Babincih in Ljutomeru. Bivalna enota v Lukavcih je namenjena osebam z demenco in deluje po konceptu gospodinjске skupnosti. Razdeljena je na dve skupnosti po 12 uporabnikov (Dom Lukavci, 2022). V bližini, a v sosednjih občinah sta še dva socialnovarstvena domova: Dom starejših občanov Ljutomer in SeneCura Dom starejših občanov Radenci.

Oskrba na domu je storitev, ki omogoča staremu človeku več samostojnega življenja v lastnem domu in domačem okolju. Bivanje v lastnem domu je povezano tudi z manj stresa, ki ga lahko za sabo potegne selitev v institucijo in sprememba okolja (Hlebec, Nagode in Filipovič Hrast, 2014). V občini Križevci pri Ljutomeru pa imamo tudi pomoč na domu. Izvajalka storitve je Oskrba in pomoč Olga Lupša s. p., ki izvaja pomoč tudi v občini Dornava. Oskrba je namenjena ljudem, ki imajo zagotovljene bivalne in druge pogoje za življenje v svojem bivalnem okolju, vendar se zaradi starosti in drugih zdravstvenih težav, invalidnosti, poškodb in drugih bolezni ne morejo oskrbovati ali negovati sami, njihovi svojci pa take oskrbe in nege ne zmorejo, ali za to nimajo možnosti. Oskrba na domu zagotavlja bolj kakovostno življenje na lastnem domu, preprečuje osamljenost in razbremenjuje družinske člane. Cena ure pomoči na domu, ki jo plača uporabnik – stanje na dan 31. 12. 2021 (Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo, 2020):

- delovnik: 5,00 €,
- sobota: 5,00 €,
- nedelja: 6,38 €,
- praznik: 6,64 €.

1.3.2. Stanovanje

Flaker in sodelavci (2008, str. 111) definirajo stanovanje kot socialni prostor za zagotavljanje posameznikove zasebnosti in uresničevanje potrebe po ustvarjanju družine. Stanovanje je temeljna človekova pravica, je prostor zasebnosti in je za stare ljudi še posebej

pomembno, saj v njem preživijo večino svojega časa. Predstavlja jim živi spomin na preteklo življenje (Hvalič Touzery, 2005, str. 15–16). Stari ljudje pogosto bivajo s svojimi družinskimi člani, ki jim nudijo potrebno pomoč in podporo.

Hiša posamezniku v starosti postane hitro prevelika, prostori prazni, preveč je čiščenja in ogrevanje je predrago. Kavšek (2021, str. 20) povzema po C. Wood, ki pravi, da je neustrezno stanovanje povezano z večjim številom padcev, boleznimi srca, ožilja in slabšim duševnim zdravjem starih ljudi. Veliko tveganje starim ljudem predstavljajo arhitektonske ovire (stopnice, visoki pragovi). Posledice padcev so izguba neodvisnosti, poškodbe ali v skrajnih primerih celo smrt.

Ko pogledam na stanovanje kot na temeljno potrebo človeka v povezavi s kakovostnim staranjem, najprej pomislim na to, da mi v starosti ne bo treba iti v dom, po drugi strani pa pomislim na zmožnost samostojnega vzdrževanja lastnega stanovanja oziroma hiše, torej ali mi bo še uspelo pospravljati in čistiti, hkrati pa skrbeti tudi za gospodinjstvo. Velikokrat je težava ravno v tem, da so stari ljudje še zmožni opravljati gospodinjska opravila, a njihovo stanovanje ni dovolj prilagojeno zanje. S tem se jim v veliki meri odvzame svoboda odločitve in se jih prepogosto ne vpraša, kaj si sami želijo.

Pri tem bi jim ravno formalna pomoč iz okolja prišla najbolj prav. S tem mislim na to, da bi za njihov dom skrbeli plačani oskrbovalci ali druga pomoč, saj so svojci večkrat preobremenjeni. V takšnih primerih pa je lahko ena izmed rešitev tudi institucionalizacija (Flaker idr., 2008, str. 137).

1.3.3. Delo in denar

Med osnovne človekove potrebe spada tudi delo. Da smo dejavni, pa če dobimo za to delo plačo ali pa ne. Prva misel ob delu je seveda plača, torej sredstvo za preživetje, ki hkrati oblikuje tudi nek status in ugled v družbi (Flaker idr., 2008, str. 143). Delo zadovoljuje tudi posameznikovo potrebo po ustvarjalnosti in aktivnosti, nam daje občutek koristnosti in smiselnosti življenja, poleg tega pa si z delom ustvarimo tudi socialno mrežo. Denar, ki ga človek dobi v zameno za delo, je sredstvo preživetja, s katerim si posameznik lahko kupi stvari, ki jih potrebuje. Pomembno je, da človek za svoje delo prejema dostojno plačilo, da ne živi v pomanjkanju. Nasploh so pokojnine v Sloveniji precej nizke, zato veliko starih ljudi živi v revščini in pomanjkanju.

Za Slovenijo velja, da se nagnjenost k revščini v zadnjih letih zmanjšuje. Stopnja tveganja revščine je leta 1997 znašala 14 %, po zadnjih podatkih za leto 2003 pa znaša le še 11,7 %.

Tudi pri osebah, starejših od 65 let, je v zadnjih letih razvidno zmanjšanje stopnje tveganja revščine. Vendar pa je stopnja tveganja revščine za ljudi, starejše od 65 let, še vedno višja kot za mlajše od 65 let. Stopnja tveganja revščine se še poveča, če živi oseba sama. Ob tem je treba omeniti, da so ženske, starejše od 65 let, ki živijo same, občutno bolj nagnjene k tveganju revščine kot moški v enakem starostnem razredu (Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve, 2006).

Poznamo pa tudi razne socialne statute za ljudi, ki ne delajo: status mladoletnega, status invalida, status upokojenca in status brezposelnega. Ti statusi vseeno zagotavljajo nek dohodek, ki pa je običajno zelo nizek. Razen pri statusu mladoletne osebe tega dohodka ni, ker za preživetje skrbijo drugi, po navadi so to starši.

Ljudem, ki živijo v instituciji, je pogosto odvzeta njihova pravica do dela. Velikokrat imajo stari ljudje, ki bivajo v instituciji, tudi omejeno možnost razpolaganja s svojim denarjem. Večino denarja, ki ga imajo na razpolago, namreč porabijo za svoje preživetje in poplačilo oskrbnine (Flaker idr., 2008, str. 144).

1.3.4. Vsakdanje življenje

Potek dneva se razlikuje od posameznika do posameznika. Vsak posameznik ima svoje rutine, ki ga spremljajo vsak dan. Rutine, ki jih imajo stari ljudje v svojem vsakdanjem življenju, so običajno stalne in se ne spreminjajo veliko. Sprememba rutine lahko vzbudi občutek nelagodja in strah.

Flaker in drugi (2008) vsakdanje življenje delijo na prosti čas in opravke. Prosti čas si lahko vsak posameznik organizira po svoje, glede na dejavnosti in interese, ki ga zanimajo. Preživljanje prostega časa je odvisno od več različnih dejavnikov. Pri starih ljudeh je prostočasnih dejavnosti vedno manj. Zdravje se poslabša, vrstniki umirajo in zmanjša se njihova socialna mreža. Ena izmed ovir je tudi plačilo, saj si le redki lahko privoščijo plačilo izleta, potovanja, tečaja ipd. Med opravke pa štejemo vse nujne stvari, ki jih v vsakdanjem življenju pač moramo opraviti. Če teh stvari posameznik ne more več sam opraviti, je prisiljen poiskati pomoč. Pomoč lahko poišče v svoji socialni mreži od svojih najbližjih ali pa zanjo zaprosi na formalni način.

Za stare ljudi je pomembno, da imajo na voljo različne organizirane dejavnosti, ki dobro vplivajo na njihovo počutje in tako pozitivno vplivajo na njihovo kakovost življenja (Novak in Vute, 2013).

Čeprav stari ljudje postanejo odvisni od pomoči drugih pri različnih starostih, pa Kavšek (2021, str. 155) piše, da življenjski slog posameznikov vpliva na stopnjo samooskrbe prebivalstva. Razvade, kot so kajenje, pitje alkohola, večurno sedenje in fizično težko delo na delovnem mestu, lahko negativno vplivajo na ljudi v pozni starosti, saj vplivajo na upad kognitivnih sposobnosti posameznika. Pri takem slogu življenja stari ljudje veliko prej potrebujejo dolgotrajno oskrbo in so hitreje odvisno od pomoči drugih.

1.3.5. Nelagodje v interakciji

Ljudje smo nenehno v interakciji, saj sodelujejo drug z drugim. Flaker in drugi (2008, str. 231) pišejo, da tudi interakcijske prekrške delamo vsi vsak dan. Te prekrške lahko poimenujemo tudi vljudnostni prekrški (umikanje pogleda, neupoštevanje medsebojne razdalje, odvečna neposrednost ali zadržanost). Zanje se po navadi opravičimo, jih popravimo in nato kar hitro pozabimo.

Pri starih ljudeh, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, pa so ti prekrški bolj pogosti, ljudje jih ne zmorejo sami popraviti, zato se hitro znajdejo v zadregah. Zadrege so sicer majhne, zato jih stari ljudje po navadi pripišejo kakšni drugi okoliščini, kot je bolezen ali invalidnost (Flaker idr., 2008, str. 231). Ko so stari ljudje v zadregi, se največkrat obrnejo na svoje najbližje, ki jim zaupajo, včasih pa se tudi odmaknejo od vsega in pustijo stvar na miru, saj sami ne vedo, kako bi reagirali. Tudi socialni delavci moramo biti v takih primerih zagovorniki starih ljudi in strmeti k njihovi destigmatizaciji.

1.3.6. Stiki in družabnost

Glede na vsebino stikov v posameznikovi socialni mreži lahko ločimo normativne, informativne in menjalne stike (Flaker idr., 2008, str. 258). Normativni so tisti stiki, ki nam posredujejo nasvete, dajejo določene zglede, nam povedo, če se strinjajo ali ne, govorijo nam tudi o tem, kdo smo, ter o naši identiteti. Pod informativne stike štejemo tiste, preko katerih pridobivamo različne informacije, pomagajo nam torej v določenih situacijah, ko sami ne vemo kaj točno narediti (kam vložiti vlogo, kje dobim dobro službo itd.). Menjalni stiki pa so tisti, ki jih potrebujemo za izmenjavo uslug ali dobrin. Poznamo pa še tudi podporne stike, ki imajo vse tri prejšnje značilnosti v povezavi s solidarnostjo in pomočjo ter usodne stike, za katere so značilna močna čustva in navezanost. Vsi ti stiki pa so povezani v omrežje, ki je lahko sestavljeno iz veliko ali malo članov, odvisno na geografsko bližino ter pomembnost.

Najpomembnejši je bližnji del mreže, saj to predstavljajo ljudje, ki so nam najbližje, nam nudijo največ opor in smo nanje čustveno navezani. Stari ljudje imajo po navadi šibke oziroma zelo majhne socialne mreže. Člane njihove mreže predstavljajo predvsem družinski člani, sosedi in tu pa tam kakšen prijatelj.

Kot pišeta Mali in Grebenc (2021, str. 220) so bili stari ljudje med epidemijo prikrajšani za osebne stike z najbližjimi in najpomembnejšimi ljudmi. Namesto osebnih stikov so se posluževali stikov preko telefona, kjer pa lahko nastopijo težave pri uporabi sodobne mobilne telefonije.

Ovsenik in Lipič (v Lipič, 2021) pišeta, da osamljenost in socialna izoliranost vplivata na socialno izključenost, slabše počutje in zdravstvene težave v poznih letih. Ravno takrat ti ljudje potrebujejo pomoč pri navezovanju novih stikov z okolico. Zato pri osamljenosti in družabnosti starih ljudi ne smemo pozabiti medgeneracijskega sožitja, saj je človek socialno bitje, ki potrebuje druženje, hkrati pa mora prenašati svoje znanje in modrosti na mlajše (Mali in Nagode, 2009, str. 219).

1.3.7. Institucionalna kariera

Institucionalno varstvo je ena izmed socialno varstvenih storitev. Gre za obliko obravnave v zavodu, drugi družini ali drugi organizirani obliki, ki upravičencem nadomešča, dopolnjuje ali zagotavlja funkcijo doma ali lastne družine. Izvajalci storitve so:

- domovi za starejše,
- posebni socialno varstveni zavodi,
- varstveno delovni centri,
- socialno varstveni zavodi za usposabljanje ter
- nadomestne oblike bivanja in oskrbe (Pravilnik o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev, 2010).

Institucionalno varstvo obsega oblike pomoči, ki staremu človeku nadomeščajo dom in domače okolje. Na vprašanje, zakaj štejem to potrebo pod kakovostno, je odgovor preprost, in sicer, ker je velikokrat osebam odvzeta prostovoljna odločitev ali ostati doma, kjer so prebivali svoje celotno življenje ali oditi v dom, v popolnoma novo okolje, med nove ljudi. Torej poudarek bi moral biti ravno na tem, da bi se ljudje lahko samostojno odločali, kaj si kdo želi, da bi vplivali in sodelovali pri odločitvah, ki zadevajo njihovo življenje (McDonald, 2010, str. 24).

Praviloma se stari ljudje odločijo za bivanje v instituciji, ko ne zmorejo več sami skrbeti zase, se težko gibljejo ali zaradi kakšnih drugih zdravstvenih težav. Ko človek pride v dom ali katero drugo institucijo, lahko nastopijo določene težave. Spremeni se celotno njihovo okolje. Predvsem, če oseba prihaja iz majhnega kraja, kjer je prej živela sama, v svoji lastni hiši, kjer je imela veliko zasebnosti. Zdaj pa si naenkrat sobo mora deliti še z nekom, nima svojega miru in niti zasebnosti.

1.3.8. Neumeščenost in pripadnost

Neumeščenost je potreba po samostojnosti in odvisnosti hkrati. Vsak posameznik potrebuje pomoč drugega, hkrati pa je želja in izziv ostati čim dalj časa samostojen in neodvisen (Flaker idr., 2008, str. 346).

Predvsem uporabniki dolgotrajne oskrbe si želijo več vpliva in moči nad svojim lastnim življenjem, a jim je istočasno pomembno, da ostanejo vključeni in povezani v skupnost (Flaker idr., 2019). Stari ljudje, ki živijo v domačem okolju, imajo večji vpliv na samostojno življenje kot na primer tisti, ki živijo v različnih institucijah. Bolj samostojno življenje jim omogočajo tudi najbližji iz njihove socialne mreže, ki jim pomagajo pri vsakodnevnih opravilih, ki jih sami več ne zmorejo in so njihova največja opora. S pretirano pomočjo pa lahko svojci dosežejo negativen učinek, in sicer lahko posamezniku odvzamejo še tisto moč, ki jo ima. Problem nastane tudi pri formalni oskrbi, saj je predvsem na podeželju težava z dostopnostjo teh storitev. Starim ljudem moramo zagotoviti možnost izbire, da jim ne odvzamemo avtonomije in njihovega dostojanstva.

1.4. Socialno delo s starimi ljudmi

Socialno delo s starimi ljudmi je specifično in se razlikuje od socialnega dela z ljudmi iz drugih starostnih skupin. Specifično je zato, ker socialni delavci potrebujejo različna znanja za delo s starimi ljudmi – o procesih staranja, socialni politiki, o komunikaciji, o povezovanju generacij. Pri delu s starimi socialni delavci in delavke naletijo na različne situacije in probleme v življenju posameznika. Zato je pomembno, da se socialni delavec približa staremu človeku in skupaj z njim išče zmožnosti za reševanje problema (Mali, 2008). Situacije, ki se pojavijo v življenju starega človeka, niso vedno problemi in težave. Včasih so stari ljudje zadovoljni s svojim življenjem in ne potrebujejo pomoči socialnih delavcev za reševanje težav.

Delo socialnih delavk se lahko nanaša tudi na izboljšanje kakovosti življenja in zagotavljanje bolj kakovostne starosti. Ljudje imajo tudi v starosti veliko potencialov in možnosti, socialno delo pa mora izkoristiti svoja specifična znanja pri delu s starimi ljudmi ter te možnosti in potenciale odkriti in izkoristiti.

Za zagotavljanje kakovostne starosti potrebujemo delo na vseh treh ravneh; mikro, mezo in makro ravni – delujemo z uporabnikom samim, s skupnostjo in državo. Ko smo v dialogu s starim človekom, ob enem vključujemo skupnost in državo, saj je uporabnik povezan z ljudmi, ki mu nudijo pomoč (različne službe, negovalke na dom, oskrba s hrano in druge storitve), tudi njegovi sorodniki so v skupnosti, ki ima zelo pomembno vlogo za uporabnika. Lahko se vključi in izrazi svoje mnenje, poda interese, za katere je zavzet, in se tako njegovo življenje skozi mezo in mikro raven spremeni, na makro ravni pa lahko z ukrepi države, predvsem z zakoni, ki jih sprejemajo, pridobijo ekonomsko socialne politične pravice in si omogočijo boljše življenje (Mali, 2013).

Namen socialne delavke je, da se ne obremenjuje z dejavniki, ki omejujejo starega človeka. Osredotoča se na tiste pozitivne, na sposobnosti, vrline in druge moči uporabnika in to prenese nanj. S pomočjo strokovnih delavcev uporabniki dobijo razvidnost sebe v krepitvi moči, ki se odvija pred njimi. »Težavam« obrnemo hrbet in se usmerimo na drugo stran; na stran dobrih, prijetnih občutkov, na dejavnosti, ki pomirjajo in lepšajo življenje uporabnikov. S pomočjo makro ravni pa uveljavljamo zakone, ki so na voljo našim uporabnikom in skupaj z njimi dosežemo, da so upravičeni do pravic, ki jim pripadajo. Pri tem bi poudarila, da je zakonska ureditev na področju socialne zakonodaje še precej pomanjkljiva.

Upoštevanje pomena različnih dejavnikov in dimenzij, ki vplivajo na posameznikovo kakovost življenja, je značilnost socialnega dela. Pri socialnem delu govorimo o znanosti, ki jo zanima, kako kaj narediti, zato mora socialno delo zajemati in upoštevati vse vidike delovanja. V središču zanimanja je posameznik in njegovo doživljanje sveta, zato pravimo, da je doživljajska dimenzija za socialno delo med najpomembnejšimi (Flaker, 2012). Socialno delo je kompleksno delo s starim človekom. Zajema mnogo več kot samo delo z njim; gledati moramo širše ter izven okvirjev, ki jih postavlja družba. Mnogokrat se srečujemo z vzorci šibkosti starih in z mnogimi drugimi negativnimi predpostavkami, ki so se skozi čas izoblikovale o njih.

Že samo socialno delo je področje, ki je zelo obsežno, a vendar samo socialno delo s starimi zajema velik del specializiranih znanj, ki jih potrebujemo pri delu z uporabniki. Vsakemu posebej se moramo prilagoditi, razkriti njihove socialne mreže, življenja nasploh – tako skozi vzorce, načine življenja ugotovimo, kaj uporabniki potrebujejo, katere možnosti imajo v okolju

in katere priložnosti se lahko izkoristijo glede na potrebe, ki jih skušamo zadovoljiti, da bi jim omogočili lažji ter lepši vsakdan.

Pomen socialnega dela je v tem, da stare ljudi vključimo v družbo, torej vključimo v dejavnosti. Stari ljudje so strokovnjaki na svojem področju in prav je, da jih tako vidimo socialni delavci, kot tudi drugi ljudje v okolici. Oni najbolj vedo, kaj je dobro zanje in česa ne potrebujejo, zato je pomembno, da jim mnenj ne vsiljujemo; kot delavci na specifični stroki socialnega dela samo ponujamo možnosti za boljše in kakovostnejše staranje ter smo pri delu z njimi enakovredni.

Epidemija Covida-19 je najbolj prizadela stare ljudi, saj se je njihova umrljivost močno povečala. Prišli smo do novega fenomena v družbi – socialne izolacije, ki je bila sicer nujna za zaježitev epidemije. Socialno delo je stroka, ki se hitro odzove na različne pojave v družbi. Tako je socialno delo s starimi ljudmi epidemijo virusa Covid-19 sprejelo kot izziv za razvijanje novih načinov pomoči uporabnikom. Pri tem pa je najbolj pomembno, da svojo praktično delo povezujemo s koncepti socialnega dela (Mali in Grebenc, 2021, str. 27–37).

1.5. Dolgotrajna oskrba

Dolgotrajna oskrba je sestavljena iz dveh besed. Beseda »*dolgotrajna*« poudarja, da gre za dejanje, ki traja neko daljše časovno obdobje, beseda »*oskrba*« pa označuje, da gre za storitve, ki so namenjene pomoči posameznikom, ki vsakodnevni opravi ne morejo več sami opravljati. Dolgotrajna oskrba je torej oblika nege, ki jo zagotavljamo posameznikom, ki potrebujejo pomoč pri vsakdanjih življenjskih aktivnostih zaradi nesreče, bolezni, upada kognitivnih sposobnosti, kroničnih bolezni ali starosti. Lahko se zagotavlja doma, v skupnosti ali v institucijah (Hvalič Touzery, b. d.).

Dolgotrajna oskrba je sistem ukrepov, storitev in aktivnosti, namenjenih osebam, ki so zaradi posledic bolezni, starostne oslabelosti, poškodb, invalidnosti, pomanjkanja ali izgube intelektualnih sposobnosti v daljšem časovnem obdobju odvisne od pomoči drugih oseb pri opravljanju osnovnih dnevnih opravil ali zgolj podpornih dnevnih opravil. To časovno obdobje ni krajše od treh mesecev ali trajno (Zakon o dolgotrajni oskrbi, 2021). Dolgotrajna oskrba mora biti učinkovita in varna. V ospredju mora biti star človek oziroma uporabnik dolgotrajne oskrbe ter njegove potrebe in želje. Dolgotrajno oskrbo bi bilo seveda napačno omejiti le na medicinski vidik (koliko dni življenja bomo ljudem dodali), ampak je izjemnega pomena tudi socialni vidik (kako kakovostni bodo ti dnevi).

Dolgotrajna oskrba govori o tem, da je nujno vzpostaviti drugačen sistem in da imajo ljudje, ki doživljajo dolgotrajno stisko, pravico živeti med nami in ostati doma. Govori o tem, da so potrebne drugačne metode in pristopi, ki omogočajo, da ima star človek v stiski občutek, da zmore in mora ohraniti vpliv na svoje življenje (Flaker, Nagode, Rafaelič in Udovič, 2011). Stari ljudje imajo specifične potrebe na področju socialne varnosti, pri vzdrževanju stikov s socialnim okoljem ter pri ohranjanju ustrezne kakovosti življenja. Prav tako stari ljudje z dosedanjem ureditvijo zakonodaje in socialne politike velikokrat nimajo možnosti za izkoriščanje lastnih potencialov v pozni starosti. Dolgotrajna oskrba pa pomeni, da na uporabnika gledamo kot na pomembnega posameznika, ki ima tudi v starosti veliko možnosti za kakovostno življenje.

Črnak Meglič in drugi (2014) opozorijo na sistemsko neenotnost področja dolgotrajne oskrbe v Sloveniji. Dolgotrajno oskrbo izvajamo v ločenih sistemih socialne varnosti. Avtorji opozarjajo, da se prebivalstvo stara in da potreba po dolgotrajni oskrbi raste, prav tako se način življenja sodobne družbe močno spreminja. Manj je novih rojstev in neformalnih oskrbovancev močno primanjkuje, zato pozivajo k čimprejšnji vzpostavitvi novih mehanizmov socialne varnosti in novih načinov zagotavljanja storitev dolgotrajne oskrbe.

Povpraševanje po dolgotrajni oskrbi naglo raste in že zdaj presega ponudbo, ki jo imamo v Sloveniji. Tudi z gradnjo novih domov za stare ljudi še vedno nimamo zagotovljenih dovolj kapacitet za stare ljudi. Povpraševanje pa se bo v naslednjih nekaj letih še povečalo, saj se prebivalstvo stara, s tem pa se podaljšuje naša življenjska doba in posledično bo vedno več ljudi, ki bodo odvisni od pomoči drugih in bodo potrebovali dolgotrajno oskrbo (Kavšek, 2021, str. 19).

Področje dolgotrajne oskrbe odpira vprašanja o tem, kdo naj skrbi in zagotavlja pomoč ljudem, ki jo potrebujejo in so od nje odvisni. Pojavljajo se tudi vprašanja, kako zagotoviti in organizirati dejavnost dolgotrajne oskrbe in čim boljšo dostopnost njenih storitev, kako razmejiti naloge in pristojnosti posameznih ljudi, ki naj bi se vključevali v oskrbo, ter kako financirati to dejavnost, da bo ta dostopna vsem in se bo lahko ohranila (Toth, 2014). Pomembno je, da oskrba zagotavlja ustrezno kakovost in da se vključujejo različni izvajalci, npr. vključevanje formalnih (javnih in zasebnih) nevladnih organizacij in tudi neformalnih izvajalcev (sorodniki, sosedje, prijatelji ...); v povezovanju vseh se namreč povečajo učinki pomoči (Drole, 2015).

Hlebec, Nagode in Filipovič Hrast (2014, str. 13–14) po Timonen (2008) povzemajo razlike med formalnimi in neformalnimi oskrbovalci glede na lokacijo izvajanja oskrbe, izvajalca oskrbe, financiranje oskrbe in profesionalizacijo. Neformalna oskrba se običajno izvaja na

domu prejemnika dolgotrajne oskrbe, formalna pa v skupnih prostorih (dnevni centri), instituciji in tudi na domu prejemnika oskrbe. Izvajalci neformalne oskrbe so ponavadi družinski člani, prijatelji, sosedje. Izvajalci formalne oskrbe pa so zaposleni v enem od sektorju (javni, zasebni ali neprofitni). Neformalni oskrbovalci so običajno neplačani, v nekaterih primerih so tudi sofinancirani (družinski pomočnik). Formalni oskrbovalci pa so plačani s strani občine ali države. Neformalni oskrbovalci so po navadi neprofesionalni, brez znanja oskrbe. Formalni oskrbovalci so profesionalni, z rednimi izobraževanji na področju dolgotrajne oskrbe. Trend v družbi je, da se meje med formalnimi in neformalnimi oskrbovalci vedno bolj zabrisujejo.

Za kakovostno življenje posameznika na domu je najpomembnejša neformalna oskrba, njeno zelo pomembno dopolnilo pa je formalna oskrba. Država bolj podpira formalno oskrbo, neformalna pa je zapostavljena z njihove strani. Formalno oskrbo tako izvajajo zaposleni v različnih organizacijah, ki so posebej usposobljeni in plačani za svoje delo. Neformalno dolgotrajno oskrbo pa staremu človeku nudijo neplačani posamezniki, po večini družinski člani, ki pa niso usposobljeni za nudenje oskrbe. Pomembno je razumevanje odnosa med njima, če želimo staremu človeku zagotoviti čim višjo kakovost življenja.

1.5.1. Neformalna oskrba

Neformalna oskrba je zelo razširjen in pomemben segment dolgotrajne oskrbe, ki poteka neodvisno ali vzporedno s formalno oskrbo, tj. kot njeno dopolnilo ali nadomestilo. Do konca 20. stoletja je bila neformalna oskrba družinskih oskrbovalcev in sosedov samoumevno dejstvo, ki je delovalo po principu solidarnostni tradicionalne družbe. Različne vrste strokovne pomoči pri oskrbi in javna socialna politika so vstopali tam, kjer je neformalna domača oskrba odpovedala ali bila nezadostna (Ramovš, 2015, str. 69).

Mesec in Dragoš (1993, str. 6) pravita, da pojem neformalne pomoči zajema tiste oblike pomoči med posamezniki, skupinami in skupnostmi, ki se odvijajo v primarnih in sekundarnih skupinah in skupnostih. Pojem pomoči razumemo kot vsako dejanje, usmerjeno k drugi osebi ali skupini, katerega namen je za osebo olajšanje ali odstranitev neugodnega stanja stiske, lahko pa tudi spodbudo in oporo za osebno in socialno rast.

Za oskrbo starih ljudi v skupnosti je največjega pomena njihovo socialno omrežje, kamor spadajo družinski člani, prijatelji in sosedje. Neformalni oskrbovalci naj bi zagotavljali 90 odstotkov dolgotrajne oskrbe (Filipovič Hrast idr., 2014, str. 29). To pomeni, da neformalni oskrbovalci prevladujejo pri oskrbi starih ljudi in jih he veliko več kot formalnih oskrbovalcev.

Ugotavljajo tudi, da se prevladujoča vloga neformalnih oskrbovalcev še posebej kaže pri izvajanju podpornih dnevnih opravil (angl. IADL) v razmerju do temeljnih dnevnih opravil (angl. ADL) (Hlebec, Nagode in Filipovič Hrast., 2014).

1.5.2. Formalna oskrba

Formalno oskrbo organizirajo in izvajajo različni izvajalci. Posameznik običajno poseže po njih, ko izražene potrebe po zadovoljevanju osebnih interesov, obvladljivosti okolja in telesa presežejo zmožnost neformalne mreže (Hojnik Zupanc, 1999).

Iechovich (2013, v Filipovič Hrast idr., 2014, str. 13) pravi, da se ključni del formalne oskrbe izvaja preko naslednjih storitev: socialna oskrba na domu, zdravstvena socialna oskrba na domu (patronaža), paliativna socialna oskrba na domu, dnevni centri, začasno varstvo, društva starejših in podporne službe za družinske oskrbovalce. Prav tako pa avtorji navajajo še alternativne institucionalne ureditve (dnevni centri, prilagojena stanovanja, mobilne storitve, socialna oskrba na domu) (Filipovič Hrast idr., 2014, str. 14).

Oskrba na domu zajema storitve vzdrževanja osebne higiene in gospodinjsko pomoč (npr. čiščenje hiše, nakup živil), osebne storitve (npr. umivanje, prhanje, oblačenje, hranjenje), nadzor (npr. pri osebah z demenco) in upravljanje (Cullen idr. v Timonen, 2008, str. 143). Oskrba na domu se po navadi izvaja na domu uporabnika in lahko nadomesti institucionalno varstvo.

Socialna politika v Evropi in prav tako v Sloveniji zelo poudarja oskrbo starejših v skupnosti oziroma oskrbo na domu kot zelo primeren način zagotavljanja kakovosti življenja starih ljudi. Razvoj storitev pa ni pomemben samo za stare ljudi, temveč tudi za kakovostno življenje družinskih članov in celotne družine (Filipovič Hrast idr., 2014).

Za kakovostno življenje doma je najpomembnejša neformalna oskrba, njeno pomembno dopolnilo ali nadomestilo pa je formalna oskrba. Pomembno je razumevanje odnosa med njima, če želimo staremu človeku zagotoviti čim višjo kakovost življenja. Družba bi morala poskrbeti, da bi stari ljudje čim dlje živeli v svojem domačem okolju, kjer se najboljše počutijo. To bi lahko storili tako, da bi država v čim večji meri financirala oskrbo na domu in tako razbremenila družino kot glavnega neformalnega oskrbovalca. Na podlagi teh dejstev sem se odločila za raziskavo, saj me je začelo zanimati, kako živijo ljudje v mojem lokalnem okolju, kakšne so njihove potrebe in kakšne formalne oblike pomoči so jim na voljo. Zanima me, ali stari ljudje poznajo različne oblike institucionalne oskrbe in pomoči na domu. Verjamem, da je cena eden

večjih težav, saj si kljub povečani potrebi po oskrbi stari ljudje s svojimi nizkimi pokojninami oskrbo težko privoščijo ali pa si je sploh ne morejo privoščiti.

1.6. Covid-19

Virus Covida-19 so najprej odkrili na Kitajskem v mestu Wuhan leta 2019. Virus so poimenovali SARS-CoV-2, bolezen pa Covid-19. Bolezen ima podobne znake kot pljučnica, vendar pa to ni običajna pljučnica. Za boleznijo Covid-19 lahko zboli kdor koli ne glede na njegovo starost. Znaki so lahko: vročina, kašelj, nahod, bolečine v žrelu, slabo počutje, utrujenost, glavobol, bolečine v mišicah in sklepih, izguba vonja in okusa ter prebavne težave. Virus pa lahko poteka tudi brez simptomov. Zdaj obstajajo že različne mutacije tega virusa, zato ima lahko vsaka mutacija tudi različne znake bolezni (Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2021).

V Sloveniji smo prvi primer okužbe odkrili 4. marca 2020. Epidemija je bila prvič razglašena 12. marca 2020, ko smo imeli 96 potrjenih okužb s koronavirusom. Vlada je le nekaj dni kasneje sprejela odlok o začasni prepovedi javnega prevoza potnikov. Odrejena je bila obvezna nošnja zaščitnih mask v zaprtih prostorih in na prostem, prepovedana je bila uporaba športnih objektov, zbiranje ljudi nad deset tudi zasebno, prepovedane so bile vse prireditve in verski obredi. Vlada je za teden dni zaprla frizerske in kozmetične salone, izobraževalne ustanove, dijaške in študentske domove ter trgovske centre (razen živilskih trgovin, trgovin s hrano za živali in gradbenim materialom). Ob tem je bilo za območje celotne Slovenije odrejeno izobraževanje na daljavo. Sledil je odlok o prepovedi opravljanja zračnih prevozov, nato pa prepoved gibanja zunaj občine stalnega oziroma začasnega prebivališča. Kasneje pa so prepovedali še gibanje in zbiranje ljudi na javnih krajih (GOV.SI, 2022).

Epidemija novega virusa nas je opozorila, da je zdravje ena izmed najpomembnejših človekovih vrednot. To se je opazilo predvsem pri stari generaciji, saj so ranljiva skupina in so se že pred epidemijo srečevali stigmatizacijo in diskriminacijo v družbi.

Ukrepi, ki so nastopili v upanju na čim hitrejšo zavezitev epidemije, so povzročili velike spremembe tako v družbi kot tudi v vsakdanjem življenju vsakega posameznika. Ukrepi so še dodatno povečali ranljivost, zatiranje in revščino pri starih ljudeh. Izbruh nalezljivega virusa Covid-19 je pri starejši populaciji povzročil stres, saj sta razpadla njihov ustaljen urnik ter rutina, svoje življenje pa so morali prilagoditi ukrepom.

Izredne razmere, do katerih je privedla epidemija Covida-19, so zahtevale novo organizacijo dela. Od socialnih delavk in delavcev je epidemija zahtevala prilagajanje, hitre odzive in iskanje novih inovativnih rešitev za reševanje problemov (Mešl in Leskošek, 2021, str. 240). Zato so se ravno v tem času pokazale vse spretnosti, izkušnje in znanja, ki jih socialni delavci premoremo.

Virus Covid-19 je v družbi prikazan kot bolezen starih ljudi, kar lahko vodi v družbeno stigmo in okrepi negativne stereotipe o starih ljudeh. Posamezne države bi v času epidemije virusa Covid-19 morale bolje nasloviti obstoječe zakoreninjene neenakosti in diskriminacijo na podlagi starosti ter se zavzeti za samostojnost in neodvisnost starih ljudi ter zaščititi njihov dostop do socialnih ter zdravstvenih storitev (Organizacija združenih narodov, 2020).

2. FORMULACIJA PROBLEMA

Vem, da na kakovostno staranje lahko vsak posameznik gleda iz različnih vidikov. Eden najboljših vidikov je vidik zadovoljevanja temeljnih človekovih potreb. Pomemben je indeks potreb, ki so ga opisali avtorji v knjigi Dolgotrajna oskrba: očrt potreb in odgovorov nanje (Flaker idr., 2008). Pri tem me bo zanimalo, kakšne potrebe in želje imajo stari ljudje, ki živijo doma.

V naši občini opažam veliko ljudi, ki živijo sami ali pa so hiše celo prazne. Hiše in stanovanja so po večini tudi zelo stari in tako neprilagojeni za uporabo in življenje starega človeka. V ta namen je treba zakonodajo usmeriti v izboljšanje stanovanjskega standarda objektov. Treba je sprejeti ukrepe za postopno odpravljanje težav v že obstoječih objektih, da bi stari ljudje lahko čim dlje samostojno bivali v svojem domačem okolju. Pri nas se zadnja leta zelo dobro razvija pomoč na domu, ki lahko v veliki meri razbremeni družino, ki je glavni nosilec dosedanje oskrbe v skupnosti. Vse oblike neformalne pomoči, ki jih star človek dobi v svoji socialni mreži, so pomembna socialna opora, ki pozitivno vpliva na njegovo psihično in funkcionalno počutje človeka. Posebej zdaj, v teh izrednih razmerah zaradi virusa Covid-19, se mi zdi, da so se stiki med ljudmi precej zmanjšali, kar je v veliki meri vplivalo predvsem na psihično počutje starih ljudi. Opažam, da je veliko starih ljudi osamljenih in zaprtih v svoje stanovanje. Zanima me tudi, kakšno neformalno pomoč prejemajo stari ljudje od svojih bližnjih in katere oblike institucionalne oskrbe so jim na voljo v lokalnem okolju. Formalna oskrba zajema tako storitve pomoči na domu kot različne druge storitve, ki so namenjene starim ljudem.

Namen raziskave je dobiti vpogled v način življenja ljudi v občini Križevci pri Ljutomeru, ki so starejši od 65 let. Ljudi želim spodbuditi k temu, da začnejo razmišljati o tem, kaj zanje pomeni kakovostna starost. Izvedeti želim, kakšen je njihov način življenja, če so stanovanja dovolj prilagojena, kakšne so njihove potrebe, kako pogosti so stiki z bližnjimi in kakšne želje imajo za svojo prihodnost. Želim si tudi izvedeti, kako ozaveščeni so glede možnosti formalne oskrbe v naši občini, če sploh poznajo kakšne storitve za starejše. Z raziskavo bi pripomogla k boljši informiranosti lokalne skupnosti glede kakovostnega staranja, načina življenja in želj o prihodnosti starih ljudi v naši občini.

2.1. Raziskovalna vprašanja

- Kako stari ljudje razumejo pojem kakovostno staranje?
- Kakšen je njihov način življenja?
- Kakšne so njihove potrebe, želje?
- Kakšna so njihova socialna omrežja in neformalni viri pomoči?
- Kako je na njihovo vsakdanje življenje vplivala epidemija COVID-19 in z njo povezani ukrepi?
- Katere oblike formalne oskrbe so jim na voljo v lokalnem okolju?
- Kaj bi še potrebovali, da bi se kakovost njihovega življenja izboljšala?

3. NAČRT METODOLOGIJE

3.1. Vrsta raziskave

Raziskava je kvalitativna, empirična in eksplorativna. Kvalitativna raziskava pomeni raziskavo, pri kateri sestavljajo osnovno izkustveno gradivo, zbrano v raziskovalnem procesu, besedni opisi ali pripovedi in v kateri je to gradivo tudi obdelano in analizirano na beseden način brez uporabe kakšnih merskih postopkov, ki dajo števila in brez operacij nad števili (Mesec, 1997). Kvalitativno raziskovanje je pri raziskovanju kakovosti staranja uporabnikov primernejše od kvantitativnega, saj želim za boljše razumevanje raziskovalnega problema priti do bolj realnih, subjektivnih in konkretnih pogledov starostnikov. Namen raziskovalne naloge je bil ugotoviti, kako živijo ljudje v občini Križevci pri Ljutomeru, kako razumejo in doživljajo kakovostno staranje ter kakšne oblike pomoči so jim na voljo v domačem okolju. Želela sem pridobiti odgovore na vprašanja o potrebah starih ljudi, kakšne so njihove stanovanje razmere, kako ocenjujejo svoje zdravje, kakšno pomoč dobijo iz svoje neformalne socialne mreže. Raziskava je tudi empirična, saj sem z izvedbo intervjujev zbirala novo gradivo in podatke. Podobne raziskave za druge občine in kraje že obstajajo, vendar pa za naš okoliš in občino nisem zasledila ničesar na to temo, zato menim, da bo moja raziskava pripomogla k razumevanju življenja starih ljudi v občini.

Teme, ki sem jih v okviru naloge raziskovala, so:

- vsakdanje življenje,
- stanovanjske razmere,
- materialna preskrbljenost,
- zdravje,
- neformalna oskrba,
- želje in počutje,
- kakovostna starost,
- vpliv virusa Covid-19 na življenje,
- formalna oskrba,
- prihodnost staranja doma.

3.2. Merski instrument

Kot merski instrument sem uporabila delno standardiziran intervju, pri katerem so vprašanja postavljena vnaprej, odgovori pa odprtega tipa. Ni se mi zdelo smiselno izvajati povsem standardiziranega intervjuja, saj sem na ta način imela odprt prostor za zastavljanje dodatnih vprašanj, ki so se mi porodila v času izvedbe intervjuja. Na podlagi raziskovalnih vprašanj sem pripravila natančnejša in bolj konkretna vprašanja, ki so mi služila kot nek okvir, med pogovorom pa sem jih sproti prilagajala in dopolnjevala glede na posamezne odgovore sogovornikov.

3.3. Opredelitev enot raziskovanja – populacija, vzorec

Populacija – stvarno: stanovalci, stari nad 65 let, časovno: julij 2021 in krajevno: občina Križevci pri Ljutomeru. Ker je populacija prevelika, saj je uporabnikov v občini, ki so stari nad 65 let, veliko, sem se odločila, da bom uporabila vzorec. Uporabila sem priročni neslučajnostni vzorec, saj sem intervjuvala stare ljudi, ki so želeli sodelovati v raziskavi in s katerimi sem se lažje dogovorila za sodelovanje. Obrnila sem se tudi na ljudi, ki jih poznam v svojem domačem okolju. Zdelo se mi je pomembno, da izberem ljudi, ki so v precej dobrem psihofizičnem stanju in so lahko brez težav sledili poteku intervjuja ter podajali relevantne in točne odgovore. Sodelovanje je bilo za vse sodelujoče prostovoljno in anonimno, kar sem jim povedala že pred začetkom intervjuja. Izvedla sem 10 intervjujev.

Tabela 3.1: Prebivalstvo v občini Križevci pri Ljutomeru v starostni skupini 65+ let glede na spol na dan 1. 7. 2021

Občina Križevci pri Ljutomeru	65+ let
Moški	418
Ženske	443
Skupaj	861

(Vir: SURS, 2021)

3.4. Zbiranje podatkov

Najprej sem za zbiranje podatkov in pregled problematike uporabila pisne in internetne vire. Na ta način sem ugotovila, ali je tema že raziskana in koliko je o tej problematiki že napisanega. Hkrati sem s tem pridobila podatke, ki so mi pomagali pri nadaljnjem raziskovanju.

Sprva sem imela nekaj manjših težav z iskanjem svojih sogovornikov, saj so na začetku v večini odklanjali sodelovanje. Predvidevam, da je bila to posledica strahu in ukrepov za zaježitev epidemije virusa Covid-19. Verjetno jih je bilo strah, da bi se okužili z virusom. Kasneje sem se le uspela dogovoriti za sodelovanje z zadostnim številom sogovornikov.

Podatke sem zbirala s pomočjo delno standardiziranega vprašalnika, ki sem ga vnaprej pripravila. Postavljala sem odprta in jasna vprašanja, ki sem jih sogovornikom po potrebi tudi dodatno pojasnila. Podatke sem zbirala z vsakim uporabnikom posebej. Pred samim intervjujem, sem se z vsakim uporabnikom najprej pogovorila, kdaj bi lahko prišla k njemu in kje želi, da opraviva intervju. Kot sem tudi pričakovala, je večina pogovorov potekala kar na domu uporabnikov.

Intervjuje sem izvajala med julijem in septembrom 2021. Vsak intervju je trajal med 40 in 80 minut. Pred izvedbo posameznega intervjuja sem s sogovornikom skušala navezati nekoliko bolj osebni stik, ki mi je bil v pomoč pri sami izvedbi intervjuja. Najprej sem jih vprašala, ali se strinjajo, da pogovore tudi snemam. Tako sem posnetke kasneje lahko ponovno poslušala in jih še natančneje zapisala. Če se kdo ne bi strinjal, pogovora ne bi snemala, ampak bi ga poskusila po spominu čim bolj točno zapisati. Vsi sogovorniki so se strinjali s snemanjem. Intervjuje sem snemala s svojim mobilnim telefonom. Prav tako sem izpostavila, da bodo intervjuji na voljo samo za namene mojega raziskovalnega dela ter za namene učenja. Anonimnost uporabnikov je zagotovljena tako, da so na zapisanih intervjujih njihova prava imena zamenjana z izmišljenimi. Prav tako nisem navajala imen drugih ljudi, ki so jih omenili oziroma sem zapisala samo začetnice njihovih imen.

3.5. Obdelava in analiza podatkov

Obdelavo podatkov sem izvedla po metodi kvalitativne analize. Besedilo sem analizirala samo na beseden način, torej brez merskih postopkov, ki dajo števila. Postopek kvalitativne analize lahko po Glaserju in Straussu (v Mesec, 1997) razdelimo na šest korakov:

1. Najprej sem oblikovala dobesedne zapise vseh intervjujev v programu Microsoft Office Word.
2. V besedilu sem si s poševno pisavo označila izjave (dele besedila ali stavke), ki se nanašajo na mojo temo. Označene izjave sem oštevilčila ter jim dodala oznako, ki prikazuje, iz katerega intervjuja je izjava prepisana.

Primer:

Že celo svoje življenje živim in delam na kmetiji (A1), ki sem jo prevzel po svojem očetu. Živim v lastni hiši (A2) s svojo ženo (A3). Zelo sem zadovoljen (A4). In sicer je zame pomembno to, da se zavedam, da sem jaz tukaj doma. Lahko kupiš hišo, ampak doma pa ne moreš. Hiša je sicer res stara (A5), zato je največja pomanjkljivost pri njej ta, da odpada omet (A6) pa še vlaga je že dalj časa nazaj vdrla v notranjost (A7).

3. Vsak intervju posebej sem nato najprej odprto kodirala. Oštevilčene izjave sem zapisala v tabelo. Vsaki izjavi sem pripisala pojem, kategorijo in temo, na katero se izbrana izjava nanaša.

Primer:

ŠT. IZJAVE	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	TEMA
A1	<i>Že celo svoje življenje živim in delam na kmetiji</i>	delo na kmetiji	poklic	vsakdanje življenje
A2	<i>Živim v lastni hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
A3	<i>s svojo ženo</i>	z ženo	sobivanje	stanovanjske razmere
A4	<i>Zelo sem zadovoljen</i>	zadovoljstvo s hišo	prednosti	stanovanjske razmere
A5	<i>Hiša je sicer res stara</i>	stara hiša	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A6	<i>največja pomanjkljivost pri njej ta, da odpada omet</i>	odpada omet	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A7	<i>vlaga je že dalj časa nazaj vdrla v notranjost</i>	vlaga vdrla v notranjost	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere

4. Pri osnem kodiranju sem izbrala kategorije, ko so za mojo temo relevantni in jih zapisala hierarhično za vse intervjuje skupaj. Tako sem dobila boljši pregled nad podatki.

Primer:

STANOVANJSKE RAZMERE

Sobivanje

- Z ženo (A3, C4, F5)

- Z možem (B4, D7)
- S sinom (D8, H5)

Brez sobivanja

- Živim sam/a (E3, J4)

Prednosti

- Lastna hiša (A2, B3, C3, D5, G4, H4, I2, J5)
- Zadovoljstvo s hišo (A4, D16)

Pomanjkljivosti

- Stara hiša (A5, A15, D6, H9, I6)
- Odpada omet (A6)
- Vlaga vdrla v notranjost (A7)

5. Nato sem izvedla tudi odnosno kodiranje, kjer sem skušala poiskati pomembne povezave med posameznimi kategorijami.
6. Na koncu sem vse to zapisala še v teorijo.

4. REZULTATI

Osnovni podatki o intervjuvancih

Izvedenih je bilo deset intervjujev, od tega s petimi moškimi in petimi ženskami. Najstarejši intervjuvanec je star 93 let, najmlajša intervjuvanka pa 67 let. Povprečna starost vseh intervjuvancev je 77,5 leta.

Dva intervjuvanca imata dokončano osnovnošolsko izobrazbo, šest srednješolsko (šivilja, ključavničar, krojaška delavka, vzdrževalec šivalnih strojev, vzgojiteljica), eden visokošolsko (medicinska sestra) izobrazbo, pri enem intervjuvancu pa nisem dobila podatka o njegovi doseženi izobrazbi.

Intervjuvanci so bili zaposlenih na različnih delovnih mestih. Trije so bili zaposleni v tekstilni tovarni, eden v tovarni opek, ena v krojaštvu, ena v bolnišnici in zdravstvenem domu, eden v proizvodnji kmetijske tehnike, eden v vinogradniško-živinorejskem podjetju ter ena v vrtcu kot vzgojiteljica. Ena intervjuvanka pa je bila brez redne zaposlitve in je bila gospodinja na kmetiji.

Osem intervjuvancev biva v hiši, le dva v stanovanju. Prav vsi pa so lastniki hiše oziroma stanovanja. Prav tako jih osem sobiva z nekom, najpogosteje je to partner. Sledijo pa otroci in vnuki. Dve osebi sta omenili, da imata hišne ljubljence, ki jih štejeta kot člane družine. Le dva pa živita sama v svoji hiši oziroma stanovanju.

Zaradi lažje preglednosti bom rezultate raziskave predstavila po temah, ki sem si jih določila v poglavju »vrsta raziskave«.

Vsakdanje življenje

Svoje vsakdanje življenje intervjuvanci začnejo z jutranjo rutino. Njihov tipični dan se po navadi začne z zgodnim vstajanjem (*Najprej se zjutraj zbudim (A19), Vsak dan vstanem okrog 7. ure (F14), Zjutraj se po navadi zbudim nekje okrog 8. ure (H16)*), sledi umivanje (*nato se grem umiti (H20)*), priprava zajtrka (*nama z možem pripravim zajtrk (B19), Po tem šele poskrbim za svoj zajtrk (I10)*) in pitje kave oziroma čaja (*Nato si skuham kavo (G17), spijem čaj (F15)*). Oseba G je omenila, da mora zjutraj nahraniti svojega mačka (*in nahranim našega*

mačka (G16)). Oseba H je omenila, da si mora zjutraj namestiti tudi protezo na nogo, saj je že 30 let brez ene noge (*namestim svojo protezo na nogo (H19)*).

Čez dan nadaljujejo z rutinami, ki sem jih poimenovala dnevne rutine. Šest od desetih intervjuvancev je omenilo, da ležejo k počitku (*zadremam večkrat tudi podnevi (A22)*, *Nato se najprej odpočijem, saj potrebujem nekaj časa, da pridem k sebi (E20)*). Pri dnevni rutini je osebi D pomemben tudi nakup nujnih živil, pri katerem ji pomaga mož (*greva v trgovino nakupit vsakdanje stvari (D23)*). Kot glavna gospodinjska dela intervjuvanci naštevajo kuhanje kosila (*Za kosilo po navadi skuham govejo juho, včasih kakšen golaž ali pohano meso (D24)*) in pomivanje posode (*pospravim in pomijem posodo (J15)*). Kosila pa ne kuhajo samo ženske, ampak tudi moški, kot je omenila oseba G: *Ko hči dela, skuham tudi kosilo (G22)*. Oseba D pa z možem spije kavo tudi po kosilu (*Po kosilu si privoščiva kavico (D25)*). Trije intervjuvanci omenjajo, da zaenkrat nimajo težav z mobilnostjo, saj še vedno vozijo avto (*Še vedno pa tudi vozim avto, zato s prevozom in mobilnostjo nimam težav (F43)*), oseba I pa poleg avta vozi tudi traktor.

Večerne rutine intervjuvancev se ne razlikujejo veliko in so pri vseh podobne. Dva intervjuvanca gresta spat okrog 21. ure (*Spat grem po navadi okrog 9. ure zvečer (B31)*), eden približno ob 22. uri (*grem spat okrog 10. ure zvečer (C26)*), eden ob 23. uri (*Spat grem po 11. uri zvečer (J22)*) in trije ob polnoči (*in spat približno okrog polnoči ali ob enih ponoči (E36)*). Pred spanjem si intervjuvanci pripravijo še večerjo (*pojem še večerjo, najrajši en sendvič (C24)*, *Večerjam po navadi lahko večerjo (E34)* in se umijejo (*se stuširam (C25)*).

Intervjuvanci imajo zelo raznolike prostočasne aktivnosti, vsem pa je skupno gledanje televizije. Najraje si pogledajo kakšno oddajo (*Občasno pogledam tudi oddajo Dobro jutro (C17)*, *Vsak dan pogledam tudi dnevnik (F23)*), film (*Zvečer si pogledam poročila ali kakšen film (G27)*) ali nadaljevanko (*Po večerji si pogledava še kakšen film ali nadaljevanko (D37)*, *prižgem televizijo in pogledam nadaljevanko (J21)*). Skupne prostočasne aktivnosti, ki jih ima večina intervjuvancev, so tudi vrtnarjenje (*Poleti greva tudi na vrt, kjer postoriva vse potrebno (D28)*, *Moj hobi je vrtnarjenje, saj zelo rad obdelujem svoj domač vrt (G20)*), reševanje križank (*Po kosilu se sprostim z reševanjem križank (B23)*), sprehodi (*Popoldne se skoraj vsak dan odpravim tudi na sprehod (J19)*), šivanje (*Pogosto še kaj malega zašijem (D34)*), pletenje (*predvsem pozimi pa tudi strikam (D35)*) in branje časopisa (*in v časopisu preberem vse aktualne novice (G18)*).

Oseba A je član gasilskega društva, oseba B pa rada peče pecivo in igra družabne igre s svojimi vnuki. Oseba C skrbi za svoje sobne rastline, zunaj pa kosi travo in seka drva. Oseba D rada bere, kolesari in je članica društva upokojencev, preko katerega aktivno hodi na izlete, v

svojem prostem času pa rada tudi čisti. Oseba E posluša radio, oseba F pa dela na kmetiji in rada spremlja šport (*Zanimajo me športi, kot sta košarka in mednarodna nogometna liga, ki ju rad spremljam (F22)*). Oseba G popravlja in ureja hišo ali okolico, oseba H pa skrbi za živali. Oseba I ima veliko dela na njivi in v gozdu, oseba J pa najraje poseda zunaj na terasi in bere časopis.

Stanovanjske razmere

Na vprašanje, kje in s kom živijo, sta dva intervjuvanca povedala, da živita sama v svoji hiši oziroma stanovanju. Pet oseb sobiva s svojim partnerjem (mož ali žena). Nekaj oseb poleg partnerja sobiva tudi z otroki in vnuki. Oseba G živi s hčerko in vnuki, oseba H pa s sinom in vnuki. Oseba I živi s svojim bratom. Nekaj oseb je poleg družinskih članov kot njihove sostanovalce omenilo tudi svoje hišne ljubljence (pes, mačka).

Osem oseb živi v hiši, le dve pa v stanovanju. Prav vsi intervjuvanci so omenili, da živijo v svoji lastni hiši oziroma stanovanju kot eno izmed glavnih prednosti. Nekaj oseb kot prednost omenja še, da je njihova hiša velika (*Kot prednost bi rekel, da je hiša zelo velika (A16)*). Pri osebi A so nedolgo nazaj zamenjali vsa okna. Oseba B šteje kot glavno prednost to, da ima hiša balkon in velik sadovnjak. Štiri osebe so zadovoljne z vrtom, ki ga imajo zraven hiše. Pri osebi B so prenovili kuhinjo in kopalnico, kamor so namestili držala in stolček za kabino za prhanje (*smo zamenjali kad s tuš kabino, v katero smo dodali stolček in držalo (B12)*). Hiša osebe C ima veliko naravne svetlobe in lepo okolico. Hiša osebe D je zgrajena iz naravnih materialov, ima novo streho in je zelo dobro ohranjena. Prednost je tudi, da ni stopnic in njen način ogrevanja (*Ogrevamo pa na toplotno črpalko zemlja/voda (D20)*). Oseba E živi v stanovanju in kot prednost šteje to, da ni stroškov z najemnino. Imajo dvigalo in novo notranjo opremo. Stanovanje je tudi brez visokih pragov in brez preprog, prednost pa je tudi lokacija (*Trgovino, lekarno, pekarno, pošto, zdravnika, zobozdravnika in frizerja imam v neposredni bližini (E8)*). Oseba F ima veliko in udobno stanovanje, ki ima dvigalo, čeprav ji stopnice zaenkrat še ne predstavljajo težav. Oseba G ima hišo z vrtom in veliko okolico. Osebama H in I se zdi njuna hiša ustrezna, posebnih prednosti pa nista izpostavili. Osebi J je všeč, da je hiša nizka (*Je pritlična (J7)*) in nima stopnic.

Največja pomanjkljivost je po mnenju štirih intervjuvancev to, da je njihova hiša stara (*stara pa je že več kot 200 let (A15), zgrajena leta 1962 (D6)*). Hiša osebe A je nujno potrebna prenove, saj ima težave z odpadanjem ometa, v notranjost pa je vdrla vlaga. Hiša ima visoke stopnice pred vhodom in je brez stranišča in kopalnice, ki se nahaja zunaj (*Ker je stranišče zunaj, ločeno*

od hiše (A13)). Hiša se tudi dolgo ogreva, porabijo pa veliko kurjave (*porabimo še veliko kurjave, saj kurimo na drva (A18)*). Največji problem pri treh osebah so stopnice (*Stopnice imamo tudi zunaj pri vhodnih vratih (H14), (Pomanjkljivost je sigurno veliko strmih stopnic (I5))*). Osebo E moti kopalna kad (*Največji problem mi predstavlja kopalna kad, ki si jo želim zamenjati z nizko tuš kabino (E16)*), osebo G pa neprilagojena tuš kabina (*Lahko bi imel kakšne prilagoditve na primer tudi v kopalnici, da bi bila tuš kabina nižja oziroma da ne bi bilo stopničke (G12)*).

Materialna preskrbljenost

Glavni vir dohodka vseh intervjuvancev je njihova pokojnina. Oseba A zraven prejema še »kar dobimo od zemlje (A46)«. Pet oseb ima dva dohodka, saj imajo poleg svoje pokojnine še pokojnino svojega partnerja. Oseba I dobi pa tudi zaslužek od kmetije (*Nekaj pa tudi zasluživa z delom na kmetiji, ampak v zelo malem obsegu (I20)*).

Sedem intervjuvancev je izjavilo, da jim pokojnina zadošča za preživetje. Oseba H je izpostavila, da ji zadostuje za preživetje, saj ne porabi veliko denarja in prihrankov, ker nikamor ne gre (*Meni zadostuje, ker tako ali tako več nikamor ne grem in nič ne zapravljam (H35)*). Oseba A je povedala, da je dobro preskrbljena, kar se tiče denarja (*Če pogledam našo družino, imamo vse, kar potrebujemo (A50)*). Osebama B in F ostane tudi nekaj denarja, da si lahko privoščita kakšen izlet (*si lahko z ženo privoščiva, da kam greva (F32)*), oseba C pa si lahko privošči občasno dostavo hrane (*si lahko tudi privoščiva, da nama hrano občasno pripeljejo na dom (C37)*).

Trije intervjuvanci so izpostavili, da je njihova pokojnina nizka. Oseba A si zaradi svoje nizke pokojnine ne more privoščiti prenove hiše (*Prenove si z ženo s svojima nizkima pokojninama ne moreva privoščiti (A10)*). Oseba C ima skromno življenje (*Živiva pa skromno in ne razsipavava z denarjem po nepotrebnem (C36)*) in ji po plačilu položnic ne ostane veliko denarja. Oseba I si zaradi nizkega dohodka ne more preurediti okolice.

Zdravje

Štiri osebe so svoje zdravje ocenile kot dobro (*Moje zdravje je zaenkrat dobro (B45)*), dve osebi kot srednje dobro (*Svoje zdravje ocenjujem kot srednje dobro (E46)*), ena kot znosno (*Svoje zdravje ocenjujem kot dokaj znosno (G37)*) in ena kot kar zadovoljivo (*Moje zdravje bi ocenila kot kar zadovoljivo (J30)*).

Sedem oseb je glede svojega zdravja izpostavilo, da lahko še vsa opravila opravijo sami (*Za vse opravila poskrbim sam (I25)*). Osebi B in E sta še vedno samostojni pri gospodinjskih opravilih (*kuham, perem, likam, pospravljam, čistim, sesam (B51)*). Oseba A je povedala, da ima pri svojih letih še vedno zelo dober spomin (*imam zelo dober spomin (A44)*), da je samostojna pri hoji na stranišče in pri prehranjevanju (*Lahko grem sam na stranišče (A61), samostojno še tudi jem in pijem (A62)*). Oseba I je povedala, da je še vedno dovolj aktivna in pri močeh, da še lahko opravlja dela na kmetiji (*sem še toliko pri močeh, da zmorem obvladati kmetijo (I42)*).

Intervjuvanci imajo kar nekaj zdravstvenih težav, kar sem pričakovala glede na njihova leta starosti. Oseba A je naštela naslednje zdravstvene težave: *Imam diagnozo popuščanje srca (A52) in strjevanje krvi (A53), Imam tudi vnetje žolčnika (A54). Največji problem pa so moje noge, ki me več ne držijo gor, ker so se postarale (A58)*. Pogosto obiskuje tudi bolnišnico, saj hodi na dializo krvi. Slab vid sta omenili osebi D in G, oseba D pa se je odločila tudi za operacijo roženice (*grem kmalu na operacijo, ker mi je na levem očesu odstopila roženica (D52)*). Oseba D je povedala, da ima poleg težav z očmi tudi obrabljen kolena. Dve osebi sta izpostavili bolečine v križu (*Boli me križ in noge (E47)*). Oseba E pove, da zaradi pekočih oči zdaj ne more več brati in plesti, pri daljšem sprehodu pa potrebuje počitek, saj ji noge več ne služijo, kot so ji nekoč. Tudi oseba F ima naslednje zdravstvene težave: *Imam glavkom (F38), Imel sem tudi epizodo raka prostate (F39)*. Oseba H je povedala, da ima več kroničnih zdravstvenih težav in da se ji zdi, da ji vedno nekaj manjka. Ima tudi samo eno nogo (*Sem sicer že 30 let brez ene noge, tako da pri hoji non stop potrebujem bergle (H12)*), na drugi nogi pa ima protezo. Osebi I pa so pred časom zamenjali kolk.

Pri vprašanju, kako skrbijo za svoje zdravje so štiri osebe omenile zdravo prehrano (*Za zdravje skrbim z relativno zdravo prehrano (E48)*). Dve osebi hodita redno na sprehode (*Hodim na sprehode (B47)*). Oseba B občasno kolesari in vrtnari (*Vrtnarjenje mi tudi pomaga (B49)*). Osebi C in F skrbita za svoje zdravje tudi s fizičnim delom in deli okrog hiše (*Za zdravje večinoma skrbim tako, da opravljam fizična dela okrog hiše (C42)*). Osebi D se za njeno zdravje zdi pomembno, da ne kadi in ne pije alkohola (*Alkohola sploh ne uživam (D55) in tudi kadim ne (D56)*). Oseba E pa vsak dan telovadi na svojem sobnem kolesu, saj se ji skrb za zdravje zdi zelo pomembno (*Vsak dan po vsaj pol ure tudi gonim sobno kolo (E29)*). Oseba G se ob preobremenjenosti najraje umakne, se sprosti in razgiba.

Osebi B in J ne skrbita pretirano za svoje zdravje (*vendar pa bi lahko včasih kaj več naredila in s tem poskrbela, da bi bilo še boljše (J31)*). Oseba C je izpostavila, da slabo skrbi za svoje zdravje, saj kadi (*Imam pa eno slabo razvado, ki bi se je mogel znebiti. Kadim (C46)*). Oseba F

je povedala, da ni aktivna, saj se ne ukvarja z nobenim športom (*ampak se s športom ne ukvarjam (F36)*).

Neformalna oskrba

Vsi intervjuvanci imajo najpogostejše stike s svojimi ožjimi družinskimi člani. Med osebami s katerimi se družijo vsak dan, intervjuvanci najpogosteje omenjajo partnerja (*Z ženo se druživa vsak dan (C27)*), otroke (*Največ se družim s svojo hčerko in njeno družino (J23)*, *Včasih pride na obisk tudi sin z ženo in vnuki ali pa greva midva k njim (C22)*) in vnuke (*Najraje se družim z vnuki (B38)*). Osebi A se zdi zelo pomembno, da ima dobre odnose s svojo družino. Oseba C je povedala, da pazi na svoje vnuke približno dvakrat mesečno (*pridejo vnuki občasno tudi k nama v varstvo. Sedaj približno enkrat do dvakrat na mesec (C29)*). Pogosto so omenjali tudi druženje s svojimi brati oziroma sestrami (*Vsak dan se druživa z bratom (I16)*) ter z nečaki oziroma nečakinjami (*Občasno gremo z nečakom in njegovo družino v trgovino, na izlet ali po drugih opravkih (E30)*). Stiki po navadi potekajo v živo, pogosto pa tudi preko telefona (*Ena od sester živi v Nemčiji, zato mi je zelo pomembno, da telefonirava čim večkrat (B35)*, *Z najboljšo prijateljico se slišiva vsak dan po telefonu (E37)*, *enkrat na teden pa se dobiva tudi na kavi (E38)*).

Pogoste stike imajo intervjuvanci tudi s svojimi sorodniki in prijatelji. Stiki z drugimi sorodniki potekajo po navadi enkrat mesečno ob večjih dogodkih oziroma praznovanjih (*Z drugimi sorodniki, ki ne živijo tako blizu, se družimo mogoče nekajkrat na mesec in ob kakšnih praznovanjih (G26)*). Stiki s prijatelji preko telefona potekajo vsak dan (*Kontakti s prijatelji preko telefona potekajo skoraj vedno na dnevni ravni (F27)*), stiki v živo pa ponavadi na tedenski ravni (*Z najboljšo prijateljico se slišiva vsak dan po telefonu (E37)*, *enkrat na teden pa se dobiva tudi na kavi (E38)*). Intervjuvanci se s svojimi prijatelji najraje odpravijo na kavo, kjer zraven tudi poklepetajo o najbolj aktualnih dogodkih. Pet oseb ima tudi odlične odnose s svojimi sosedi in se z njimi pogosto družijo (*Drugače pa se največ družim s sosedi, večkrat tedensko (I17)*).

Pomoč pri vsakdanjih opravilih in obveznostih intervjuvanim prav tako najpogosteje nudijo ožji družinski člani. Pri osebi A je to sin in vnukinja, ki pomagajo pri umivanju, skrbi za kmetijo in nakupu zdravil (*Pomoč potrebujem le pri umivanju, kjer mi pomagata vnukinja in sin (A63)*). Osebi B mož nudi pomoč pri težjih delih, kot sta košnja trave in priprava drv (*mož kosi travo (B52)*, *pripravlja drva za kurjavo (B53)*), pri osebi D pa dela to njen mož. Oseba C in F njuni ženi pomagata pri gospodinjskih opravilih, osebi G pa dobi pomoč od svoje hčerke. Več

intervjuvancev je omenilo, da potrebujejo pomoč pri nakupih iz trgovine, kjer nakupe namesto njih opravijo družinski člani in jim živila dostavijo na dom. Oseba E pa potrebuje pomoč pri nakupu živil in prevozu, pri čemer ji pomaga nečak (*Kadar grem kam dlje, me pelje nečak ali njegovi otroci (E42)*).

Želje in počutje

Več kot polovica anketirancev je kot najpogostejšo željo omenila željo, po dobrem zdravju (*Da bi čim dalj časa ostala zdrava (B74)*). Tri osebe si želijo izboljšanje njihovega zdravstvenega stanja (*Da bi mi zdravje čim dalj časa služilo oziroma da bi se mi še izboljšalo. S tem mislim, da bi imel več kondicije in bi lahko hodil še na daljše sprehode (C62)*). Oseba H si želi, da njeno zdravje ostane, kot je (*Da bi ostalo tako kot je zdaj, brez večjih sprememb (H57)*).

Nekaj intervjuvancev si želi več stikov in obiskov (*Želela pa bi si več stikov s sošolkami, s katerimi smo se po šolanju razšle in izgubile stike (J27)*). Dve osebi je strah, da bi ostali sami in da ju svojci več ne bi obiskovali (*da bi še naprej moji najdražji prišli k meni me pogledat in da nisem sama (E81)*).

Skoraj vsi intervjuvanci so izpostavili tudi željo po samostojnosti in zmožnosti skrbeti zase (*Želim si biti čim dlje čim bolj samostojen (G70)*). Oseba A si želi, da bi bila še sposobna hoditi in opravljati fizična dela na njivi in kmetiji, oseba H pa, da bi lahko še delala na vrtu in okolici (*da bi lahko še kaj naredila doma in okoli hiše (H63)*, *Da bi lahko še delala na vrtu (H64)*). Tri osebe si želijo, da bi še nekaj let imele vozniški izpit (*Upam, da bom imel še nekaj let vozniški izpit, da se bova z ženo lahko še kam peljala (C23)*), saj je mobilnost zanje izrednega pomena. Trije intervjuvanci niso zadovoljni s svojo pokojnino in si želijo večje (*Želela bi si seveda, da bi bila vsaj kakšnih sto evrov višja (D47)*, *Lepo pa bi bilo, če bi dobili malo večjo pokojnino (B44)*).

Dva intervjuvanca imata željo po novem znanju. Oseba D se želi naučiti novega tujega jezika (*Bi pa se rada naučila tuj jezik angleščino (D86)*), oseba G pa boljše kuhati (*Rad bi se sicer naučil še boljše kuhati, da bi lahko pripravil tudi kakšno novo jed (G23)*). Dva intervjuvanca si želita več izletov in potovanj (*Mogoče bi si želel iti na kakšen izlet s prijatelji (G79)*, *da bi lahko več potovala in uživala (J65)*). Oseba I si želi pomoči pri delu na kmetiji, da bi si lahko malo odpočila (*Da bi imel naslednike na kmetiji, ki bi mi že sedaj pomagali delati, da ne bi vsega rabil sam (I43)*).

Med pozitivne občutke, ki jih intervjuvanci občutijo, so uvrstili občutek spoštovanja, ponos na družino, hvaležnost ženi, veselje ob obiskih (*se pa zelo rad pogovarjam, zato sem vesel, ko me pride sosed vsaj malo pozdravit (A42)*) in zadovoljstvo s svojo hišo (*Sva jo pa sezidala sama in sva ponosna na ta dosežek (B17)*). Kot negativne občutke pa so navedli: skrb glede poslabšanja in strožjih ukrepov zaradi Covida-19 (*Me pa skrbi, da bi se situacija ponovno poslabšala (B68)*), strah pred poslabšanjem zdravja (*Upam, da ne bo prišlo do kakšnih hudih bolezni. Bojim se nepokretnosti (D83), Najbolj se bojim, da bi postal dementen (F64), se bojim, da bi kdaj padla (E41)*), nezadovoljstvo z zdravjem, misel na smrt (*Starost me malo jezi, ker smo bližje smrti in mi je ob misli na to malce neprijetno (F48)*), zadrega (*Me pa spravi v zadrego, če česar ne morem narediti, pa bi rad (G49)*) in žalost zaradi družbenega stanja v Sloveniji (*Zelo me žalosti naše splošno družbeno stanje v Sloveniji, ki trenutno ne gre v dobro smer (F54)*).

Kakovostna starost

Na kakovostno staranje ima vsak posameznik drugačen pogled. Največ intervjuvancev je pojem »kakovostna starost« povezal z dobrim zdravjem (*je zame pomembno dobro zdravstveno stanje (F44)*) in samostojnostjo (*da lahko se še sam vse postorim (C51)*). Želijo si pokretnosti, da ne bi pristali priklenjeni na posteljo. Več osebam je pomembno, da imajo stike in da se razumejo s svojimi bližnjimi (*Da mi je omogočeno druženje s sosedi, prijatelji in sinom (C52)*) ter, da so srečni. Dve osebi sta pojem povezali tudi z zadostnim finančnim stanjem (*da imaš zadosti finančnih sredstev, da si lahko privoščiš, kar potrebuješ oziroma kar si želiš (E55)*). Intervjuvanci so izpostavili, da jim kakovostno staranje predstavlja, da lahko sami poskrbijo zase (*da bom še dolgo lahko sama skrbela zase (D61)*), da se dovolj gibajo, so ustvarjali, delovni (*Da nisem samo doma in da nič ne delam (I31)*), da ne obupajo in se ne smilijo samemu sebi. Oseba G je kakovostno staranje opisala z besedami: »da ti nič ne manjka, da nimaš pomanjkanja (G50).«

Nalogo skrbi za kakovostno starost intervjuvanci v prvi vrsti pripisujejo svojim bližjim družinskim članom (*v prvi vrsti to naloga svojcev in ožje socialne mreže vsakega posameznika (F57)*) in občini (*naloga občine, da poskrbi za ustrezno oskrbo in pomoč, ko jo človek potrebuje (F58)*). Oseba A je izpostavila splošen problem s svojci, ki »stare ljudi odrivajo, ker nimajo časa in ne volje skrbeti za njih (A70)« ter poudarila, da zanj domači lepo skrbijo in mu pomagajo.

Večina intervjuvancev dobro sprejema svojo starost (*Se mi zdi, da sam dobro sprejemam svojo starost (G53)*) in se ne počutijo staro (*Da se ne počutiš staro. Jaz se ne počutim stara 70 let, ampak sem nekje v štiridesetih letih (D60)*). Dve osebi se zavedata minljivosti svojega življenja (*Zavedam se, da se vsem nam življenje izteka in se bo enkrat tudi izteklo (B61)*), tri osebe pa si želijo, da bi bile mlajše, kot so (*Veliko boljše bi bilo, da se sploh ne bi staral, ampak da bi bil vedno mlajši (C49)*). Oseba F je povedala, da bi morala že prej v svoje življenje vpeljati bolj zdrave življenjske navade (*V svoje življenje bi že v mladosti uvedel bolj zdrave življenjske navade (F68)*), oseba H pa je v svojem življenju že dosti vsega doživela (*Pa se mi zdi, da sem že zadosti vsega preživela (H46)*).

Vpliv virusa Covid-19 na življenje

Vsi intervjuvanci so opazili vpliv virusa Covid-19 na svoje življenje. Največ jih je povedalo, da so največje spremembe opazili v zmanjšanih stikih s svojimi bližnjimi (*Manj je tudi obiskov. Sestre in brata ni bilo k meni že celo večnost. Tudi vnuki so v precejšnji meri zmanjšali svoje obiske (C54)*), ki sedaj večinoma potekajo preko telefona (*Dosti več se poslužujemo telefonskih klicev (B64)*). Intervjuvance motijo nekateri ukrepi za zajezitev epidemije, ki jih je sprejela vlada, predvsem nošenje mask, saj težje dihaajo pod njimi (*najbolj pa me jezi in mi je moteče nošenje mask (J47)*) in prepovedano prehajanje med občinami (*Niti v sosednjo občino nismo smeli (F52)*).

Osebi D se zdijo nekateri ukrepi med epidemijo nesmiselni. Na osebo F je imel virus velik vpliv (*Na začetku nisem mogel verjeti, da bo to tako vplival name in na vse nas kot je (F49)*), saj je zaradi ukrepov morala prilagajati svoje življenje. Oseba E je občutila ujetost v stanovanju (*Skoraj se mi je zmešalo od ujetosti v stanovanju (E62)*), saj je spoštovala vse ukrepe, oseba J pa je preživljala težko obdobje (*Takrat mi je bilo težko (J44)*) zaradi omejitev, ki so bile vsepovsod. Oseba A je povedala, da je spremembe v času epidemije sicer opazila, vendar pa te niso preveč izrazite (*Kaj drugo se ni pretirano spremenilo (A75)*). Osebi D se zdi umivanje in razkuževanje rok v javnih prostorih samoumevno (*Kar se pa tiče razkuževanja in umivanja rok, tega se pa obvezno držimo že od prej. To nam je že od nekdaj samo po sebi umevno (D70)*). Oseba G pa je povedala, da vsi ukrepi nimajo prevelikega vpliva na njeno vsakodnevno življenje.

Formalna oskrba

V občini Križevci pri Ljutomeru imamo ponudbo storitev pomoči na domu, institucionalnega varstva in druge storitve, kot je dostava hrane na dom iz bližnjih restavracij in gostiln. Štiri osebe vedo za pomoč na domu v občini (*Znana mi je tudi pomoč na domu, saj se je je posluževala moja soseda (D73)*). Oseba A je povedala, da ji je pomoč na domu draga. Štiri osebe prav tako vedo, da imamo v občini dom starejših občanov v Lukavcih (*Poznam Dom v Lukavcih (B69)*). Oseba J je znala naštet vse enote doma Lukavci (*Poznam dom starejših v Lukavcih za osebe s posebnimi potrebami (J48)*). Dom ima tudi podenote v Križevcih (*J50*), Ljutomeru (*J51*) in v Veržetu (*J52*), oseba A pa je omenila tudi Dom starejših Ljutomer in Dom starejših v Radencih (*Dom starejših občanov imamo najbližje v Ljutomeru (A78) ali v Radencih (A79)*), ki pa sicer nista v občini Križevci, ampak v sosednjih občinah. Osebi D in E sta seznanjeni tudi z dostavo hrane na dom (*Slišala sem pa tudi za dostavo hrane na dom iz gostilne (E67)*). Oseba D pozna »upokojenke, ki obiskujejo in skrbijo za druge starejše občane, jim prinesejo kar iz trgovine in se družijo z njimi (D72),« oseba G pa ve, »da hodijo ostali upokojenci velikokrat z društvom na različne izlete (G59)«. Dve osebi pa ne poznata ponudbe storitev formalne oskrbe za stare ljudi v občini (*nekaj sigurno imamo, pa sedaj ne bi vedel, kaj točno (I37)*).

Devet oseb je povedalo, da zaenkrat nimajo potrebe po nobeni storitvi (*Se še nisem obrnila na nobeno pomoč, ker je po mojem mnenju še ne potrebujem (E69)*). Osebo A na domu obiskuje patronažna sestra (*Patronažna sestra pride k meni, da mi vzame kri (A83)*). Osebi C in D se občasno koristita storitve dostave hrane na dom (*Kosilo nama včasih pripeljejo na dom iz lokalne gostilne (C19)*).

Štirje intervjuvanci ocenjujejo oskrbo za starejše s strani občine kot dobro. Oseba H je izpostavila, da ima občina raznoliko ponudbo in da so vsi dogodki objavljeni v glasilu občine (*večkrat piše v glasilu, kaj vse se dogaja v občini (H51)*). Ena oseba je oskrbo s strani občine ocenila z: *Mislím, da v redu (J56)*, ostale osebe pa kot slabo (*Želim si, da bi se bolj pozanimali, če kdo potrebuje pomoč (G64)*). Oseba A je povedala, da občina varčuje na starih ljudeh, oseba B pogreša vaške gasilske veselice. Oseba E je povedala, da je premalo sredstev namenjenih za pomoč na domu in predlagala, da bi lahko imeli določene subvencije za starejše (*Morda tudi subvencija za zdravila za starejše, saj veliko zdravil v lekarni moram sama doplačati (E78)*). Oseba F bi si želela dnevno varstvo za starejše, oseba H pa prostovoljce za druženje in pomoč starim ljudem.

O odhodu v dom starejših imajo intervjuvanci večinoma negativno mnenje. Šest oseb sploh nima želje, da bi kadar koli šli v institucionalno varstvo (*Dobro je, da domovi starejših občanov so, ampak sam pa ne bi šel (C63), Z možem sem se že pogovarjala o tem, ampak želje pa nimam iti (D87)*) in si želijo ostati v svojem domu vse do svoje smrti (*Želim si doma ostati vse do svoje smrti in v nobenem primeru se ne bi nikamor selil (A96)*). Osebi A in D si ne želita v dom, saj nočeta, da bi plačevanje oskrbe zaradi njune nizke pokojnine potem padlo na breme ožji družinskih članov (*Plačilo domske oskrbe bi sicer potem padlo, da otroke, česar pa si tudi ne želim (D89)*). Oseba G pove, da v domu ni družine, ni vrta, ni dinamičnega življenja in ni dela, zato nima želje, da bi šla v dom. Osebi H pa bi odločitev, če sploh iti v dom predstavljala zelo težko odločitev, saj ima predsodek glede odhoda v dom (*imam vseeno v glavi nek odpor do domov starejših (H69)*).

Tisti intervjuvanci, ki so že razmišljali o odhodu v dom, so poudarili, da bi se za to odločili le, če ne bi mogli več skrbeti sami zase (*Če pa bi prišlo do tega, da ne bi mogla poskrbeti sama zase, pa ne vidim drugega izhoda kot odhod v dom (D88)*) ali bi ostali sami (*Če bi bil sam, bi mogoče na to gledal drugače (C64)*). Oseba E ima prošnjo za institucionalno varstvo že doma (*Nisem še vložila prošnje za odhod v dom, jo imam pa že doma (E91)*). Želi si enoposteljne sobe, okusne hrane, prijaznega osebja in kakovostne oskrbe (*Nasploh bi hotela kvalitetno oskrbo in nego (E98)*). Oseba G je razmišljala o odhodu v dom, saj bi tam imela družbo in varnost. Oseba J bi se za odhod v dom odločila v primeru poslabšanja njenega zdravstvenega stanja (*vendar bi se obrnila na koga, če bi se moje zdravje poslabšalo (J54)*). Oseba J pa si v primeru, da ne bi bila več zmožna skrbeti zase, želi pomoči na domu (*Če pa ne bom več mogla skrbeti zase pa si v prvi vrsti želim pomoči na domu (J71)*).

Prihodnost staranja doma

Kot prednost staranja doma so intervjuvanci izpostavili mir (*Želim si, da me pustijo pri miru, da imam nek svoj mir (A88)*), neodvisnost od drugih, da ne rabijo pospravljati za drugimi, da počnejo, kar hočejo (*Prednost tega, da sem doma je to, da si lahko naredim dan tako kot sama hočem (H60)*) in živijo kot jim ustreza. Tri osebe si želijo, da njihovo življenje ostane tako, kot je sedaj (*Upam, da bo moje življenje še dolgo časa ostalo tako kot je sedaj (J59)*). Oseba G si svoje življenje v prihodnosti predstavlja »še naprej umirjeno (G67), brez stresa (G68) in z dobrimi odnosi s svojimi bližnjimi (G69)«. Oseba H si želi lepo preživeti svoja zadnja leta življenja, oseba F pa je podpornica evtanazije, saj si pred smrtjo ne želi trpljenja.

Kot pomanjkljivosti pa so intervjuvanci omenili osamljenost, dolgčas (*Slabost, če bi živel popolnoma sam, pa bi bil dolgčas (G73), Ne znate si predstavljati, kako je to, ko si cel dan sam doma (H68)*), da ni takojšnje pomoči v primeru padca in da ni družbe. Osebi F in J o staranju v prihodnosti sploh še ne razmišljata (*O onemoglih letih pa še ne razmišljam (F47)*). Tri intervjuvance pa nekoliko skrbi, kaj bo z njimi v prihodnosti (*Malce me skrbi, kaj bo prinesla prihodnost (G66), Skrbi pa me, kako bo, če se mi slučajno zdravstveno stanje spremeni na slabše (H58), Skrbi me, kako bo z delom na kmetiji, če bi se moje zdravje poslabšalo (I24)*).

5. RAZPRAVA

Upokojitev pomeni veliko več kot le opustitev dela in delovnih navad. Predstavlja sprejem nove družbene vloge, ki se kaže v spremembi vedenja, vsakodnevnega ritma življenja, drugačnih odnosih med ljudmi, do ljudi in do družine, v premiku interesov od dela k prostočasnim dejavnostim in v spremembi ekonomskega statusa. Z raziskavo sem ugotovila, da imajo stari ljudje predvidoma stalne rutine v svojem vsakodnevnem življenju, ki si jih razdelijo glede na del dneva. Vsi intervjuvanci imajo večinoma enake ali pa vsaj podobne vsakodnevne rutine.

Pomembno jim je, da so še vedno mobilni, saj imajo tako več možnosti za prostočasne aktivnosti, kar je težava predvsem v ruralnem okolju, kjer se aktivnosti odvijajo večinoma v večjem kraju. Med epidemijo je bila tudi večina dejavnosti prekinjenih oziroma odpovedanih, zato so se stari ljudje manj družili in so bili večinoma zaprti v svojem domu. Z raziskavo sem ugotovila, da so sogovorniki tudi v poznih letih še vedno zelo aktivni in imajo veliko dejavnosti, s katerimi si krajšajo čas.

Prav vse nepremičnine, v katerih živijo, so lastniške, kar sem pričakovala že pred izvajanjem intervjujev. To pomeni, da so vsi sogovorniki lastniki oziroma vsaj solastniki nepremičnin, v katerih živijo. Večina sogovornikov je s svojim stanovanjem ali hišo zadovoljna. Štuhec in Fras (2010, str. 4) pišeta, da stari ljudje, ki so zadovoljni s svojim stanovanjem, bolj pozitivno načrtujejo svojo prihodnost, so bolj aktivni, imajo več socialnih stikov in bolj pozitivno doživljajo svoj vsak dan, kar ima velik vpliv na njihovo kakovostno staranje.

Veliko starih ljudi v Sloveniji biva v prevelikih stanovanjih in hišah, ki so bile namenjene za velike družine. Najranljivejši so tisti, ki živijo sami, saj imajo večinoma večje in bolj pogoste zdravstvene težave ter nizke dohodke. Večina starih ljudi pa biva v večstanovanjskih stavbah, ki nimajo dvigal (Kerbler, Filipovič Hrast in Sendi, 2020). Sogovorniki so prav tako izpostavili, da so njihove hiše večinoma velike. Ena sogovornica je svoj dom že prilagodila glede na svoje potrebe. Prenovila je kuhinjo in kopalnico, ki sta ji predstavljali največjo oviro. Arhitektonske ovire, kot so stopnice in visoki pragovi, vlaga v stanovanju, velikokrat tudi odsotnost centralnega ogrevanja, vse to so dejavniki, ki staremu človeku iz dneva v dan grenijo življenje in ga vedno znova spominjajo na njegovo starost in vedno večjo nesamostojnost in odvisnost od drugih. Že samo oprijemalo na stopnišču, za katerega se lahko starostnik oprime, lahko v njegovo življenje vnese čisto novo dimenzijo, saj je zopet odvisen sam od sebe in mu ni

potrebno iskati pomoči drugega vsakič, ko gre po stopnicah. Največji problem na podeželju pa so hiše, ki so v večini stare, potrebne prenove in imajo tako pred vhodom kot tudi v notranjosti visoke stopnice.

Glavni vir dohodka intervjuvancev je pokojnina, ki večini zadošča za preživetje. Nekaj intervjuvancev je potrdilo moje domneve in izpostavilo, da imajo prenizke pokojnine, zaradi katerih si ne morejo prilagoditi doma, saj jim po plačilu vseh stroškov ne ostane veliko denarja. Kerbler, Filipovič Hrast in Sendi (2020) pišejo, da se pokojnine vedno bolj nižajo, večajo pa se izdatki v starosti zaradi slabšanja zdravstvenega stanja. Pokojnine dandanes več niso dovolj visoke, da bi posamezniki lahko vzdrževali ustrezeni življenjski standard, zato se stari ljudje pogosto znajdejo na pragu revščine.

V starosti najpogosteje odpovedujejo srce in žile. Pogoste so še druge kronične nenalezljive bolezni, zlasti sklepov, dihal, presnove pa tudi bolezen demenca je vedno bolj razširjena. Zdravstveno stanje pomembno vpliva na splošno zadovoljstvo posameznika z njegovim življenjem, kar se je pokazalo tudi v moji raziskavi, saj je večina sogovornikov svoje zdravstveno stanje ocenila kot dobro. Smith, Borchelt, Maier in Jopp ugotavljajo, da večina posameznikov v pozni starosti občuti poslabšanje svojega zdravstvenega stanja. Vendar pa kljub temu stari ljudje ohranjajo pozitiven občutek dobrega počutja, kar je eden izmed glavnih pokazateljev kakovostnega staranja (Smith, Borchelt, Maier in Jopp, 2002). Izmed vseh dejavnikov, ki vplivajo na zdravstveno stanje posameznikov, ima njihov življenjski slog največji vpliv. Takoj za tem sledijo dedni in biološki dejavniki (Česen, 2006). Kar pomeni, da aktivnost v starosti pozitivno vpliva na ohranitev telesnih sposobnosti posameznika, kar pa pripomore tudi k zmanjšanju padcev in poškodb.

Med pomembne dejavnike kakovosti življenja spada tudi dostopnost in kakovost javnih storitev. Milavec Kapun (v Lipič, 2021) pravi, da je epidemiološka kriza vplivala tudi na zdravstveni sistem, ki se je preoblikoval v t. i. e-zdravstvo. S tem so se stari ljudje znašli še v slabšem položaju, saj niso dovolj dobro digitalno pismeni. Ta spremenjen način je negativno vplival na zdravje in dobro počutje posameznikov. Tega pri sogovornikih ni bilo moč zaznati, saj niso izpostavili, da bi bili zaradi epidemije kaj prikrajšani.

Za kakovostno starost je pomembna tudi komunikacija med mlado, srednjo in staro generacijo. Staranje vpliva na socialne mreže, obenem pa tudi socialne mreže vplivajo na proces staranja. Staranje na splošno pomeni izgubljanje prijateljev ali znancev, kar pa pomeni tudi večjo osamljenost. Na žalost šibke mreže velikokrat pomenijo osamljenost starih ljudi, kar ne bi smelo spadati pod kakovostno staranje (Flaker idr., 2008, str. 262). Posameznik potrebuje druge ljudi, saj z njimi pridobiva svoji vrednosti. Brez družbe drugih ljudi človek ne preživi

(Šantej in Telban v Lipič, 2021, str. 77). Če pomislim na to, koliko pomenijo staremu človeku stiki z njihovimi vnuki, pogovor z otroki, obiski in srečanja znancev ter vsakdanji klepet s sosedi. V pozni starosti nihče ne more nadomesti bližnjih. Tudi v domu za stare ljudi so obiski svojcev nepogrešljivi in so jih vsi stanovalci vedno zelo veseli. Intervjuvanci imajo najpogostejše stike s svojimi ožjimi družinskimi člani, ki so jim v njihovi socialni mreži tudi najbolj pomembni. Sledijo stiki s prijatelji, s katerimi preživljajo svoj prosti čas, in stiki z drugimi sorodniki, ki po navadi potekajo enkrat mesečno ob večjih dogodkih oziroma praznovanjih.

Pomoč pri vsakdanjih opravilih in obveznostih jim prav tako najpogosteje nudijo ožji družinski člani. V družbi se prejemanje formalne in neformalne pomoči, dojema kot nekaj negativnega. Prav neformalna podpora pa je starim ljudem izredno pomembna. Mali (v Lipič, 2021) piše, da je epidemija Covid-19 povzročila, da so stari ljudje postali še bolj odvisni od njihovih družinskih članov. Ukrepi za zajezitev epidemije COVID-19 so vplivali na družbene in socialne stike posameznikov, predvsem starih ljudi. Ljudje so bili omejeni na stike s člani istega gospodinjstva, kar je pozitivno vplivalo na družinsko dinamiko, lahko pa še dodatno poslabšalo neurejene družinske odnose, ki so bili neurejeni že pred epidemijo (Sodja, 2020, str. 4). Tudi sama sem ugotovila, da namesto sogovornikov zdaj njihovi ožji družinski člani vedno pogosteje opravijo nakupe v trgovini ter jim živila dostavijo kar na dom.

Zadovoljstvo z življenjem nekateri povezujejo s pojmom kakovostno staranje. Kakovost življenja se lahko definira tudi kot kakovost fizičnega in družbenega okolja. V tem okolju si ljudje prizadevajo zadovoljiti svoje potrebe in uresničiti svoje želje. Polovica intervjuvancev si želi, da bi čim dlje ostali zdravi in samostojni, zmožni poskrbeti sami zase. Dva sogovornika je strah osamljenosti, nekateri pa si želijo višje pokojnine. Kavšek (2021, str. 54) ugotavlja, da so finančne težave najpogostejši razlog, da stari ljudje mislijo, da ne bodo dobili ustrezne pomoči in oskrbe, ko jo bodo potrebovali.

Intervjuvanci so pojem »kakovostna starost« povezali z dobrim zdravjem in samostojnostjo. Po besedah Gerdine (v Lipič 2021, str. 58) je dobro zdravje ključni dejavnik kakovostne starosti, zato sta kakovost in dostopnost zdravstvenih storitev glavna pogoja za kakovostno starost, tudi zato, ker stari ljudje pogosteje uporabljajo zdravstvene storitve. Pojem kakovostno staranje za sogovornike pomeni to, da lahko sami poskrbijo zase. Svojo starost kar dobro sprejemajo.

Nalogo skrbi za kakovostno starost intervjuvanci pripisujejo svojim bližjim družinskim članom in občini. V preteklosti je bilo tako, da so ljudje delali toliko časa, kot so lahko, nato ko pa več niso zmogli skrbeti zase, pa so skrb prevzeli sorodniki ali skupnost. Družine pogosto

zaradi nezdravih družinskih odnosov zavrnejo skrb za starega človeka in jo prenašajo na zdravstvene in socialne službe. Stari ljudje pa pri vsem tem ostanejo sami, počutijo se nepotrebne, odvečne, izolirane ali zavržene. Medtem ko so družine nekoč same sprejemale odgovornost in skrbele za svoje stare sorodnike, pa zdaj pričakujejo, da bo zanje poskrbela država. Kljub vsem omenjenim spremembam pa družina še vedno ostaja pomemben partner v neformalni mreži pomoči in skrbi za starega človeka.

Stari ljudje so v družbi pogosto spregledani in odrinjeni od vpetosti v družbeno dogajanje, doživljajo občutke neenakosti, diskriminacije. V starosti se pojavljajo mnoge stiske, ovire in težave. Pri starih ljudeh se lahko pojavi stiska, ki jo sproži strah pred okužbo s Covidom-19, sprememba njihove dnevne rutine, omejevanje njihove neodvisnosti, kar je posledica ukrepov in tudi osamljenost. Ta stiska je večja pri tistih ljudeh, ki živijo sami. Epidemija lahko za sabo prinese tudi občutke tesnobe, depresije, akutni stres, nemirnost ali razdražljivost (Sodja, 2020, str. 1). Poleg vseh stisk starih ljudi, se je ospredje postavil še digitalni razkorak, povezan z digitalno (ne)pismenostjo nekaterih starih ljudi, kar je med epidemijo covid-19 še dodatno vplivalo na njihovo stigmatizacijo in izključenost.

Enako pa piše tudi Mali (v Lipič, 2021), in sicer pravi, da je ukrep socialne izolacije kot zaščite pred virusom najbolj prizadel ravno stare ljudi, ki že nasploh najbolj čutijo posledice socialne izključenosti zaradi staranja. Prav vsi sogovorniki so opazili vpliv virusa Covid-19 na svoje življenje, saj so bili v veliki meri prikrajšani za pomoč in podporo od svojih najbližjih. Največje spremembe so opazili predvsem v zmanjšanih stikih s svojimi bližnjimi, ki zdaj večinoma potekajo preko mobilnega telefona. Pri nekaterih je bilo zaznati tudi stisko zaradi prekinitev oziroma nedostopnosti storitev in pomoči.

Ravno zaradi te velike obremenjenosti našega zdravstvenega sistema, ki jo je za sabo prinesla epidemija Covid-19, so se pojavile večje potrebe po nujni specializaciji socialnega dela s starimi ljudmi, saj se zaradi povečanega obsega dela v času epidemije s starimi ljudmi ukvarjajo prav vse socialne delavke, ne glede na področje, kjer so zaposlene (Mali in Grebenc, 2021, str. 32).

Od formalnih pomoči, ki so starejših na voljo v občini, intervjuvanci poznajo pomoč na domu in dom starejših občanov v Lukavcih, nekaterim pa so bolj znani večji domovi v sosednjih občinah. Dve osebi sploh ne poznata ponudbe storitev v občini. Polovica intervjuvancev oskrbo za starejše s strani občine ocenjuje kot dobro, druga polovica pa kot slabo. Po njihovem mnenju občina premalo sredstev namenja za pomoč na domu. Kavšek (2021, str. 125) piše, da je institucionalna oskrba v domovih med starimi ljudmi najmanj zaželena. To so potrdili tudi

sogovorniki. Prav vsi bi si v prihodnosti želeli staranja v svojem lastnem domu, v domačem in znanem okolju, kjer se dobro počutijo.

Težavo pa vidim v tem, da pri nenadni spremembi zdravstvenega stanja staremu človeku pomoč na domu ni zagotovljena. Čakalne dobe v domovih so zelo dolge, prav tako pa menim, da primanjkuje socialnih oskrbovalk, ki izvajajo pomoč na domu. Oskrba na domu, še bolj pa bivanje v domu sta ljudem velikokrat finančno nedostopna. Čeprav velikokrat stari ljudje niso več zmožni samostojno živeti v stanovanju ali hiši, to ne bi smelo pomeniti, da morajo zapustiti svoj dom in se preseliti v institucijo, zato bi se po mojem mnenju morala boljše razvijati pomoč na domu.

Pomoč v skupnosti je za stare ljudi zelo pomembna, saj takšne oblike pomoči delujejo podporno in krepijo njihove sposobnosti (Mali, 2012, str. 89). Slovenija je v letu 2021 naredila pomembne korake k enotni sistemski ureditvi dolgotrajne oskrbe. S sprejemom Zakona o dolgotrajni oskrbi (2021) se vzpostavlja podlaga, da bo dolgotrajna oskrba dostopna, dosegljiva, kakovostna in varna za stare ljudi. Zakon prinaša sistemsko ureditev področja dolgotrajne oskrbe, torej opredeljuje, kdo vse je deležen pomoči, kakšna mora biti ta pomoč ter kako se vse to plača.

Večina starih ljudi tudi v pozni starosti ostane v lastnem zasebnem stanovanju oziroma hiši, saj želijo svojo starost preživeti v domačem okolju, ki jih je poznano, na katerega jih vežejo spomini in kjer imajo dobro razvito svojo socialno mrežo. Predvsem si želijo zasebnosti, biti ob svojih bližnjih in čim dlje odločati o samemu sebi (Hvalič Touzery, 2005, str. 15). Dom pomeni za ljudi intimnost, v kateri se predvsem počutimo varne, zato lahko razumem, zakaj si ljudje želijo ostati v domačem okolju vse do svoje smrti.

Kot piše Bogataj (2013, str. 114–117), bo v prihodnosti treba veliko več pozornosti nameniti tudi zagotavljanju ustreznega bivališča, ki starim ljudem predstavlja eno izmed najpomembnejših potreb v življenju. Bivališče mora biti prilagojeno in funkcionalno. Kar tretjino domov bo potrebno prestrukturirati v bolj ustrezne in prilagojene starim ljudem. Avtor meni, da bodo na eni strani morali zgraditi bivalna naselja za upokojence, na drugi strani pa univerzalna stanovanja s spremljajočimi objekti.

Prav tako Mali in Grebenc (2021, str. 223) govorita, da bi bilo potrebno pomagati starim ljudem pri samostojnem življenju v domačem okolju. Zato bi potrebovali nove skupnostne oblike pomoči. Pri nas pa se namesto tega krepi institucionalna oskrba in gradijo novi domovi za stare.

Odločitev o odhodu v dom za starejše je izjemno težka. Pomeni ogromno spremembo bivalnega okolja posameznika, njegovih dnevnih navad in načina komunikacije. O odhodu v

dom starejših imajo vsi sogovorniki večinoma negativno mnenje. Do institucij imajo še vedno predsodke, dom za stare ljudi pa jim predstavlja izhod v sili.

Problem socialnovarstvenih ustanov je največkrat v financiranju, saj znesek oskrbe neprimerljivo višji od finančnih zmožnosti večine starih ljudi v Sloveniji, kar so sogovorniki tudi izpostavili. Strah jih je, da bi plačevanje oskrbe zaradi nizkih pokojnin obremenilo njihove bližnje, česar si ne želijo. Tisti, ki so že razmišljali o odhodu v dom, bi se za to odločili le, če ne bi mogli več skrbeti sami zase oziroma če bi imeli kakšne druge večje zdravstvene težave. Takrat pa si želijo predvsem kakovostne nege in oskrbe.

Socialno delo ima na področju dolgotrajne oskrbe po mojem mnenju zelo pomembno vlogo. Socialni delavci in delavke moramo prepoznati moč stroke ter pokazati sposobnosti za premagovanje stisk. Močno plat socialnega dela vidim v ogromnem znanju, ki ga strokovni delavci imamo o procesu staranja in starih ljudeh. To je za vse nas lahko samo prednost, vendar jo je treba dobro izkoristiti. Znanja je treba prenašati na vse generacije in širiti pozitivne lastnosti o staranju. Stari ljudje nam lahko veliko ponudijo v tem življenjskem obdobju. Treba jih je samo vključiti in jih pri tem spodbujati, saj imajo veliko možnosti in priložnosti, da doživijo kakovostno starost.

Epidemija virusa Covid-19 nas je opozorila na to, kako slabo je poskrbljeno za stare ljudi in nas hkrati spodbudila k oblikovanju novih ukrepov, ki bodo starejšim omogočili bolj kakovostno starost. Pomembno je, da vse stroke stopimo skupaj, saj le tako lahko starim ljudem zagotovimo najbolj kakovostno starost.

6. SKLEPI

Vsakdanje življenje

- Stari ljudje imajo predvidoma stalne rutine, zato njihov vsakdan poteka večinoma na enak način. Vsi sogovorniki imajo zelo podobne, skoraj enake rutine.
- V svojih rutinah so sogovorniki izpostavljali pripravo obrokov in pitje kave.
- Več kot polovica sogovornikov čez dan leže tudi k počitku.
- Ena oseba je članica društva upokojencev, preko katerega gredo večkrat na izlet.
- En sogovornik ima kmetijo, zato mu veliko prostega časa vzame delo na kmetiji in skrb za živali.
- Ena oseba je izpostavila, da igra družabne igre in karte s svojimi vnuki.
- Prostočasne aktivnosti, ki so skupne vsem sogovornikom: vrtnarjenje, reševanje križank, branje časopisa in gledanje televizije.

Stanovanjske razmere

- Vsi sogovorniki živijo v lastniškem stanovanju oziroma hiši.
- Le dva sogovornika bivata sama, ostali sobivajo z nekom. Nekaj jih ima tudi hišne ljubljence.
- Prednosti: balkon, vrt, dvigalo, nova oprema, da ni stopnic in visokih pragov.
- Pomanjkljivosti: stare hiše, potrebne prenove, velika poraba kurjave, visoke stopnice in kopalna kad.
- En sogovornik je izpostavil, da živi v zelo stari hiši, ki nima kopalnice in ima stranišče celo zunaj hiše.

Materialna preskrbljenost

- Glavni vir dohodka sogovornikov je pokojnina.
- Polovica sogovornikov poleg svoje pokojnine, prejema še drugi dohodek, tj. pokojnina partnerja.
- Ena oseba nekaj zasluži tudi z delom na kmetiji.
- Pokojnina jim v večini zadošča za preživetje, ampak živijo skromno.
- Zaradi nizkih pokojnin so sogovorniki nezmožni prenoviti svoje domove, saj si prenove ne morejo privoščiti.
- Ena oseba je zadovoljna s pokojnino in mesečno lahko tudi nekaj prihrani.

Zdravje

- Večina intervjuvancev svoje zdravje ocenjuje kot dobro.
- Najbolj jim je pomembno, da lahko vsa opravila še opravijo sami.
- Zdravstvene težave, ki jih imajo: popuščanje srca, vnetje žolčnika, slabokrvnost, slab vid, bolečine v križu in rak prostate.
- Ena oseba hodi tudi na dializo.
- Za svoje zdravje najpogosteje skrbijo z zdravo prehrano in fizično aktivnostjo (kolesarjenje, sprehodi).
- Slaba razvada, ki jo ima en sogovornik je kajenje.

Neformalna oskrba

- Intervjuvanci imajo najpogostejše stike s svojimi ožjimi družinskimi člani (partner, otroci in vnuki).
- Stiki z njimi potekajo v živo in preko telefona.
- Sledijo stiki s prijatelji in stiki z drugimi sorodniki.
- Pomoč pri vsakdanjih opravilih in obveznostih jim najpogosteje nudijo ožji družinski člani.
- Najpogosteje potrebujejo pomoč pri gospodinjskih opravilih ali fizičnih zunanjih opravilih okrog hiše.

Želje in počutje

- Polovica intervjuvancev si želi, da bi čim dlje ostali zdravi in samostojni.
- Sogovorniki si želijo več stikov in obiskov svojih bližnjih.
- Želijo si tudi novih znanj, kot je na primer naučiti se novega tujega jezika in boljše kuhati.
- Pozitivni občutki, ki jih občutijo: občutek spoštovanja, ponos na družino, hvaležnost ženi, veselje ob obiskih in zadovoljstvo s hišo.
- Negativni občutki, ki jih občutijo: skrb glede poslabšanja in strožjih ukrepov zaradi Covida-19, strah pred poslabšanjem zdravja, nezadovoljstvo z zdravjem, misel na smrt, zadrega in žalost zaradi družbenega stanja v Sloveniji.

Kakovostna starost

- Pojem »kakovostna starost« sogovorniki povezujejo z dobrim zdravjem in samostojnostjo.
- Pomembno jim je, da imajo stike s svojimi bližnjimi, da so srečni in imajo zadostno finančno stanje.
- Kakovostno staranje jim predstavlja, da lahko sami poskrbijo zase, se dovolj gibajo, ne obupajo in se ne smilijo samemu sebi.
- Večina intervjuvancev dobro sprejema svojo starost, čeprav bi si želeli biti mlajši.
- Nalogo skrbi za kakovostno starost intervjuvanci pripisujejo svojim bližjim družinskim članom in občini.

Vpliv virusa Covid-19 na življenje

- Stari ljudje so v času epidemije covid-19 zaznali spremembe njihovega vsakdanjega življenja, ki so jih prinesli sprejeti ukrepi za zaježitev širjenja virusa.
- Spremembe so opazili predvsem v izolaciji in zmanjšanih stikih s svojimi bližnjimi.
- Sogovorniki so manj obiskovali trgovine – nakupe so namesto njih opravljali drugi družinski člani.
- Ukrepi za zaježitev epidemije se sogovornikom zdijo nesmiselni.
- Stiki z njihovimi ožjimi družinskimi člani zdaj večinoma potekajo preko telefona.
- Sogovornike je motilo predvsem nošenje mask in prepovedano prehajanje med občinami.
- Občutili pa so tudi ujetost v stanovanju in pomanjkanje svobode.

Formalna oskrba

- Sogovorniki v večini od storitev najbolj poznajo pomoč na domu, a zanjo pravijo, da je predraga.
- Nekateri poznajo dom starejših občanov v Lukavcih in tudi podenote doma.
- Dva sogovornika ne poznata ponudbe storitev formalne oskrbe v občini.
- Sogovorniki zaenkrat ne potrebujejo še nobene od formalnih storitev pomoči.
- Dva sogovornika koristita dostavo hrane.
- Polovica sogovornikov oskrbo za starejše s strani občine ocenjuje kot dobro, druga polovica pa kot slabo.
- V občini pogrešajo več klopi, na katerih bi lahko počivali med sprehodi, vaške gasilske veselice in več možnosti glede družabništva za starejše.

- O odhodu v dom starejših imajo večinoma vsi sogovorniki negativno mnenje. Predvsem jih skrbi plačevanje oskrbe, saj imajo nizke pokojnine.
- Za odhod v dom bi se sogovorniki odločili le, če ne bi mogli več skrbeti sami zase. Takrat si želijo kakovostno oskrbo, dobro družbo in prijazno osebje.

Prihodnost staranja doma

- Prednosti staranja doma: mir, da lahko stari ljudje počnejo, kar hočejo in živijo, kot jim ustreza.
- Pomanjkljivosti: ni takojšnje pomoči pri padcih, osamljenost in dolgčas.
- Sogovorniki se doma zelo dobro počutijo, želijo, da življenje ostane tako, kot je, da živijo umirjeno brez stresa.
- Nekatere sogovornike skrbi, kako bo z njimi v prihodnosti.
- Vsi sogovorniki si želijo umreti hitro in brez trpljenja.

7. PREDLOGI

- O možnostih za prilagoditve stanovanj, bi jih bilo potrebno stare ljudi predhodno informirati. Tako bi si lahko svoja stanovanja in hiše prilagodili še pred nastopom pozne starosti, ter s tem preprečili morebitne padce, ki potem lahko pripeljejo do večjih zdravstvenih težav.
- Lahko bi uredili subvencije za stare ljudi ali pa financiranje s strani države, da bi si lahko privoščili prenovo svojih hiš oziroma stanovanj, ki zanje v njihovi pozni starosti niso dovolj prilagojeni.
- Pokojnine so absolutno prenizke. Stari ljudje niso zadovoljni z višino pokojnin, v večini živijo skromno, na pragu revščine in le redki lahko prihranijo denar ter si kaj privoščijo. Država mora nujno urediti tudi zadostne pokojnine in tako starim ljudem omogočiti dostojno življenje in bolj kakovostno starost.
- Potrebno bi bilo več medgeneracijskega druženja med različnimi generacijami, kar pozitivno vpliva na kakovostno preživljanje prostega časa posameznika in tudi na bolj kakovostno starost.
- Občina bi lahko organizirala tudi prevoze starejših, saj jim je mobilnost zelo pomembna, v občini pa nimamo javnega prevoza. To bi bilo mogoče izvesti s prostovoljci, ki bi stare ljudi peljali do trgovine, zdravnika, lekarne ali drugih storitev, ki jih posamezniki potrebujejo in so oddaljene od njihovih domov.
- Organizirali bi lahko več športnih in kulturnih dogodkov, vaških gasilskih vesellic, tečajev uporabe računalnika in tujih jezikov, kjer bi se lahko stari ljudje družili ter si pridobili nova znanja. Tukaj vidim tudi možnost za povezovanje generacij, saj bi tečaji lahko potekali kot medgeneracijsko sodelovanje z mlajšo generacijo, kjer bi mladi svoje znanje predajali starim ljudem.
- Predlagam, da se v občini postavi tudi več klopi, kjer bi se stari ljudje lahko odpočili med sprehodi, malce posedeli in opazovali naravo.
- Dolgotrajno oskrbo v Sloveniji bi bilo treba sistemsko urediti. Starim ljudem jo zdaj zagotavljamo prek različnih sistemov in v okviru različnih zakonodaj. S spremembami bi bilo treba začeti najprej na lokalni ravni.
- Stari ljudje se željo postarati doma, v svojem lastnem domu, kjer se dobro počutijo, zato bi bilo treba podpirati in razvijati oskrbo na domu, da bi jim bila bolj finančno dostopna.

- Storitve pomoči na domu bi bila uporabnikom bolj dostopna, če bi občina prispevala višjo subvencijo, saj se starim ljudem zdi predraga in si je zato ne morejo privoščiti. Tako bi stari ljudje dobili več pomoči na domu in bi lahko dalj časa ostali v svojem domačem okolju. S tem bi za nekaj časa odložili tudi njihov odhod v institucionalno oskrbo.
- Intervjuvanci v večini ne poznajo vseh oblik pomoči, ki so jim na voljo v lokalnem okolju, zato bi jih bilo potrebno informirati preko občinskega glasila Glas občine ali kakšnih drugih medijev.
- Ukrepi, ki so se izvajali za zaježitev epidemije, bi morali biti naravnani tako, da ne bi izključevali starih ljudi in v njih spodbujali občutkov osamljenosti. Stari ljudje so že nasploh ena izmed ranljivih skupin.

8. UPORABLJENA LITERATURA

- Antolašić, N. (2020). *Organizirane oblike zagotavljanja kakovostne starosti: oblike, dejavnosti, bivanja, oskrbe in nege v tretjem življenjskem obdobju*. Ljubljana: Zveza društev upokojencev Slovenije.
- Bogataj, D. (2013). *Vlagaj v svoj dom, da boš dolgo živel in ti bo dobro na zemlji*. Nova Gorica: Medifas.
- Česen, M. (2006). *Reforma zdravstva v Sloveniji*. Ljubljana: Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.
- Črnak Meglič, A., Drole, J., Kobal Tomc, B., Koprivnikar, B., Lebar, L., Nagode, M., Peternelj, A., Smole, H., Šonc, A., & Toth, M. (2014). *Podpora samostojnemu bivanju v domačem okolju in dolgotrajna oskrba*. Analitsko poročilo DP5 projekta AHA.SI – Delovna verzija 1. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje.
- Dom Lukavci. (2022). *O zavodu*. Pridobljeno 7. 4. 2022 s <https://www.lukavci.si/o-zavodu/>
- Domajnko, B., & Pahor, M. (2011). *Aktivni starejši ljudje o sprejemanju staranja*. Pridobljeno 3. 1. 2022 s <http://www2.zf.uni-lj.si/ri/publikacije/staranje2011/4.pdf>
- Dragoš, S. (2000). Staranje v luči socialnega kapitala (na Slovenskem). *Socialno delo*, 39(4–5), 241–252.
- Drole, J. (2015). Predlog ukrepov in aktivnosti na področju dolgotrajne oskrbe v Sloveniji v okviru projekta AHA.SI – Aktivno in zdravo staranje v Sloveniji. V Mali J. (ur.), *Socialna oskrba na domu: izziv za koordinirano dolgotrajno oskrbo*. Ljubljana: Skupnost socialnih zavodov Slovenije in Gerontološko društvo Slovenije.
- Filipovič Hrast, M. (2011). Socialna izključenost starejših: Slovenija v primerjalni perspektivi. V Mandič S., & Filipovič Hrast, M. (ur.), *Blaginja pod pritiski demografskih sprememb* (str. 61–84). Ljubljana: Fakulteta za družbene vede
- Filipovič Hrast, M., Hlebec, V., Knežević Hočevar, D., Černič Istenič, M., Kavčič, M., Jelenc Krašovec, S., Kump, S., & Mali, J. (2014). *Oskrba starejših v skupnosti: dejavnosti, akterji in predstave*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Flaker, V. (2012). *Direktno socialno delo*. Ljubljana: Založba /*cf.
- Flaker, V. (2017). *Dihati (p)osebno: od potreb k osebnim prioritetam: Ugotavljanje potreb je tudi njihova dekonstrukcija, 6. del* [Blog]. Pridobljeno 20. 3. 2021 s <http://vitoflakeragenda.blogspot.com/2017/08/dihati-posebno-od-potreb-k-osebnim.html>

- Flaker, V., Ficko, K., Grebenc, V., Mali, J., Nagode, M., Rafaelič, A., Filipovič Hrast, M., & Razpotnik, Š. (2019). *Hitra ocena potreb in storitev*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Flaker, V., Mali, J., Kodele, T., Grebenc, V., Škerjanc, J., & Urek, M. (2008). *Dolgotrajna oskrba: očrt potreb in odgovorov nanje*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Flaker, V., Nagode, M., Rafaelič, A., & Udovič, N. (2011). *Nastajanje dolgotrajne oskrbe: ljudje in procesi – eksperiment in sistem*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- GOV.SI. (2020). *Slovenija razglasila epidemijo novega koronavirusa*. Pridobljeno 12. 1. 2022 s <https://www.gov.si/novice/2020-03-12-slovenija-razglasila-epidemijo-novega-koronavirusa/>
- Hlebec, V., Nagode, M., & Filipovič Hrast, M. (2014). *Kakovost socialne oskrbe na domu: vrednotenje, podatki in priporočila*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Hojnik Zupanc, I. (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Hvalič Touzery, S. (2005). Stanovanjske značilnosti starega prebivalstva v Sloveniji. *Kakovostna starost*, 8(2), 15–25.
- Hvalič Touzery, S. (b. d.). *Slovar: dolgotrajna oskrba/dolgotrajna nega*. Inštitut Antona Trstenjaka. Pridobljeno 18. 2. 2021 s <https://www.inst-antonatrstenjaka.si/gerontologija/slovar/1033.html>
- Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo. (2020). Pridobljeno 17. 8. 2022 s <https://irssv.si/krizevci/>
- Kavšek, M. (2021). *Dolgotrajna oskrba*. Novo mesto: Fakulteta za organizacijske študije.
- Kerbler, B., Filipovič Hrast, M. & Sendi, R. (2020). *Bivanje v starosti*. Ljubljana: Urbanistični inštitut Republike Slovenije.
- Lah, I. (2007). *Kakovost življenja starostnikov v Evropi* (Magistrsko delo). Pridobljeno 17. 1. 2021 s http://dk.fdv.uni-lj.si/magistrska/pdfs/mag_Lah-Ida.PDF
- Lipič, N. (ur). (2021). *Ljubljana – starejšim prijazno mesto. Izboljšanje socialne vključenosti starejših v Mestni občini Ljubljana po pandemiji Covid-19*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Mali, J. (2008). *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2013). Socialno delo s starimi ljudmi kot specializacija stroke. *Socialno delo*, 52 (1), 57–67.
- Mali, J., & Grebenc, V. (2021). *Strategije raziskovanja in razvoja dolgotrajne oskrbe starih ljudi v skupnosti*. Ljubljana: Založba Univerze v Ljubljani.

- Mali, J., & Nagode, M. (2009). Medgeneracijsko sožitje kot temelj sodobne socialne politike v Sloveniji. V Tašner, V. (ur.) *Brez spopada: kultur, spolov, generacij* (215–228). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Mandič, S., & Filipovič Hrast, M. (2011). *Blaginja pod pritiski demografskih sprememb*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- McDonald, A. (2010). *Social Work with Older People*. Cambridge: Polity Press.
- Mesec B. (1997). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu II*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo (skripta).
- Mesec, B., & Dragoš, S. (1993). Taksonomija oblik neformalne pomoči: pilotna raziskava. *Socialno delo*, 32 (5/6), 5–18.
- Mešl, N., & Leskošek, V. (2021). Delovanje centrov za socialno delo v času prvega in drugega vala epidemije Covida-19. *Socialno delo*, 60(3), 233–251.
- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve. (2006). Strategija varstva starejših do leta 2010 – solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva. Pridobljeno 6. 7. 2022 s <https://www.gov.si/assets/ministrstva/MDDSZ/Direktorat-za-starejse-in-deinstitucionalizacijo/strategije/Strategija-varstva-starejsih-2006.pdf>
- Nacionalni inštitut za javno zdravje. (2021). *Koronavirus (SARS-CoV-2) – ključne informacije*. Pridobljeno 10. 1. 2022 s <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov>
- Novak, T., & Vute, R. (2013). Spending leisure time and activities in the third period of life. *Anthropological Notebooks*, 19 (1), 35–44.
- Organizacija združenih narodov. (2020). *COVID-19 and Older Persons: A Defining Moment for an Informed, Inclusive and Targeted Response*. Pridobljeno 8. 8. 2022 s <https://www.un-ilibrary.org/content/papers/27081990/11>
- Pečjak, V. (1998). *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut filozofske fakultete.
- Pečjak, V. (2007). *Psihologija staranja*. Bled: samozaložba.
- Pravilnik o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev (2010). Ur. L. RS, št. 45/10, 28/11, 104/11, 111/13, 102/15, 76/17, 54/19, 81/19, 203/21 in 54/22.
- Ramovš, J. (2000). Medgeneracijska povezanost, samopomoč in kakovostna starost. *Socialno delo*, 39 (4/5), 315–329.
- Ramovš, J. (2003). *Kakovostna starost: Socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.
- Ramovš, J. (2011). Gerontološko izrazje. *Kakovostna starost*, 14(2), 60–64.

- Ramovš, J. (2013). Stari starši v odnosih z vnuki in njihovimi starši. *Kakovostna starost*, 16, (4), 57–60.
- Ramovš, J. (2015). Neformalni oskrbovalci. *Kakovostna starost*, 18 (1), 68–71.
- Ramovš, J. (b.d.). *Slovar: starost*. Inštitut Antona Trstenjaka. Pridobljeno 6. 2. 2021 s <https://www.inst-antonatrstenjaka.si/gerontologija/slovar/1349.html>
- Smith, J., Borchelt, M., Maier, H., & Jopp, D. (2002). Health and well-being in the young old and oldest old. *Journal of social issues*, 58 (4), 715–732.
- Sodja, U. (2020). *Vpliv Covid-19 na nekatere vidike kakovosti življenja in družbene blaginje*. Ljubljana: UMAR.
- Statistični urad Republike Slovenije. (2010). *Podatki o prebivalstvu v občini Križevci pri Ljutomeru*. Pridobljeno 21. 7. 2021 s <http://www.stat.si>
- Šircelj, M. (2009). Staranje prebivalstva v Sloveniji. V Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 15–43). Maribor: Založba Aristej.
- Štuhec, I. J., & Fras, M. (2010). Različne oblike bivanja za tretjo generacijo. *Kakovostna starost*, 13(3), 3–5.
- Timonen, V. (2008). *Ageing societies: a comparative introduction*. Maidenhead: McGraw-Hill/Open University Press.
- Toth, M. (2014). *Financiranje dolgotrajne oskrbe*. Delovna verzija 1. Pridobljeno 15. 1. 2021 s <http://www.staranje.si/aha-si/neodvisno-zivljenje/zakljucni-dokumenti-delovnega-paketa-dolgotrajna-oskrba-povezovanje>
- Zakon o dolgotrajni oskrbi (2021). Ur. L RS, št. 196/21.

9. PRILOGE

9.1. Priloga 1: Vprašanja za intervju

1. Spol:
2. Starost:
3. Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?
4. S kom živite?
5. Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?
6. Kako poteka vaš tipični dan?
7. S kom in kako pogosto se družite?
8. Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?
9. Kako skrbite za svoje zdravje? Kako ocenjujete svoje zdravje?
10. Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?
11. Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?
12. Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?
13. Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?
14. Bi katero od storitev po vašem mnenju sami že potrebovali?
15. Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?
16. Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?
17. Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?
18. Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

9.2. Priloga 2: Zapisi intervjujev

Intervju A

Spol: moški

Starost: 93 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Že celo svoje življenje živim in delam na kmetiji (A1), ki sem jo prevzel po svojem očetu.

Kje in s kom živite?

Živim v lastni hiši (A2) s svojo ženo (A3). Poleg naju v novi hiši pa živi tudi moj najmlajši sin s svojo družino.

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Zelo sem zadovoljen (A4). In sicer je zame pomembno to, da se zavedam, da sem jaz tukaj doma. Lahko kupiš hišo, ampak doma pa ne moreš. Hiša je sicer res stara (A5), zato je največja pomanjkljivost pri njej ta, da odpada omet (A6) pa še vlaga je že dalj časa nazaj vdrla v notranjost (A7). Menin, da bi jo bilo treba prenoviti (A8). Tudi zato, ker me sedaj v starosti zelo motijo visoke stopnice pred vhodom (A9). Prenove si z ženo s svojima nizkima pokojninama ne moreva privoščiti (A10). Zdaj za prenovo že prepozno in bi na to mogel že veliko prej misliti. Smo pa pred tremi leti zamenjali okna (A11). Mladi bivajo v novi hiši, ki ima vse sodobne stvari, stara pa tega nima. Tukaj nama z ženo manjkata stranišče in kopalnica (A12). Ker je stranišče zunaj, ločeno od hiše (A13), te pozimi kar pošteno zebe, ko moraš iti. Pri starih zgradbah tega nekoč nismo gradili tako in to naju zdaj precej moti. Hiša je grajena po starem načinu (A14), stara pa je že več kot 200 let (A15). To je naša rojstna hiša in takšnih ne gradijo več. Niti se več ne splača. Seveda imajo za naju tudi v novi hiši prostor, ampak jaz se tam ne počutim dobro in ne morem spati, zato sva se z ženo odločila, da ostaneva tukaj. Kaj drugega pri hiši ne vem izpostaviti. Kot prednost bi rekel, da je hiša zelo velika (A16), čeprav je to tudi pomanjkljivost, zdaj pozimi, ker se dolgo ogreva (A17). Poleg tega pa porabimo še veliko kurjave, saj kurimo na drva (A18).

Kako poteka vaš tipični dan?

Najprej se zjutraj zbudim (A19). Vstanem zelo hitro (A20), saj ponoči zelo slabo spim (A21), ker po navadi zadremam večkrat tudi podnevi (A22). Fizično nič kaj več ne postorim (A23). Žena mi tudi ne kuha več, ker ne zmore. Kosilo mi skuhata in prineseta vnukinji (A24). Moram povedati, da glede hrane nimam nobenih pripomb. Ker imam slabo kri (A25), pridejo vsak drugi dan pome z rešilnim vozilom ter me peljejo v bolnišnico na dializo (A26). Zvečer pa mi pri umivanju pomagajo moj najmlajši sin in vnukinji (A27). Potem še nekaj časa gledam televizijo (A28) in kar hitro zaspim (A29). Vnukinje so vse zelo pridne in sem ponosen nanje. Nekajkrat na teden pride k meni tudi starejši sosed, da se malo pogovoriva in druživa (A30).

S kom in kako pogosto se družite?

Že od nekdaj imam dobre odnose s svojo družino (A31) in sosedi (A32). Imam tudi tri sinove (A33). Najmlajši živi tukaj poleg in ima tri otroke, enega sina in dve hčerki (A34). Vnukinji kuhata še posebej dobro, ker žena več ne

zmore, ali pa celo pozabi. *Najstarejši sin živi v sosednji vasi in ima dve hčerki (A35). Srednji sin pa se je odselil že pri osemnajstih letih, ker je blizu Ljubljane dobil službo. On bi lahko večkrat prišel sem na obisk v Prlekijo (A36), ampak vem, da ima veliko obveznosti in je to včasih težko izvedljivo. Moji domači me vsi spoštujejo. Lani novembra sem bil star 93 let. Pa so prišli vsi po vrsti sem. Ena izmed vnukinj je prinesla res veliko torto, gor pa dve sveči, eno devetko in eno enko. Tako sem bil srečen, da sem kar jokal. Zelo so me očarali, da so bili vsi tukaj. Dobil sem občutek, da sem res spoštovan (A37). Tudi v naši širši okolici se zelo dobro počutim. Kar se tiče družine, sem zelo ponosen na vse (A38). Moram še povedati, da sem zelo hvaležen tudi moji ženi. Z ženo sva sedaj že 57 let v zakonskem razmerju, in to je že veliko. Praznovala sva tudi zlato poroko, ampak bolj skromno (A39). Prva vrлина, potrebna za dober zakon, je zvestoba, druga vrлина pa je spoštovanje. Potem pa pride še ljubezen in vse ostalo, kar je pri dobrem zakonu potrebno. Kar se tiče sosedskih odnosov, smo imeli zmeraj dobre odnose (A40). Zdaj na stara leta se zelo malo družim z drugimi (A41), se pa zelo rad pogovarjam, zato sem vesel, ko me pride sosed vsaj malo pozdravit (A42). Ko sem bil mlad, sem bil član gasilskega društva (A43). Moram se pohvaliti tudi, da imam zelo dober spomin (A44). Včasih pomnim tudi za 80 let nazaj. Rekel bi, da sem jaz malo dementen, žena pa že zelo. To je bolezen, ki nima zdravila.*

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Pokojnina je glavni vir dohodka (A45) in pa to, kar dobimo od zemlje (A46). Pokojnina je nizka (A47), ker sva bila oba z ženo kmeta. Sedaj smo veliko živine že prodali, ostalo nam je le nekaj krav, prašičev in kokoši, za katere sedaj skrbi pretežno sin (A48). Imamo tudi nekaj njiv, ki jih obdelujeta sin in vnuk (A49). Tukaj pri nas se je veliko spremenilo. To je ogromna razlika – nekoč in danes – kot noč in dan. Nekoč so bili stari zlati časi in je bilo veliko siromaštva. Danes pa tega več ni. Če pogledam našo družino, imamo vse, kar potrebujemo (A50). Spremembe pa so vseeno ogromne. Življenjski takt se je spremenil. Veliko hiš na podeželju je ostalo praznih ali pa ljudje v njih živijo sami. Tudi midva z ženo sva sedaj sama ostala tukaj v stari hiši, ker si je sin naredil novo. Saj bi se lahko preselila k njim, ker imajo prostor, ampak mi je tukaj bolj všeč. To je nazadnje le moja rojstna hiša.

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Bolj slabo, nisem več najbolj zdrav (A51). Imam diagnozo popuščanje srca (A52) in strjevanje krvi (A53). Imam tudi vnetje žolčnika (A54). Da lahko dolgo živiš, ne smeš pretiravati v ničemer. Ne v pijači ne v hrani in tudi ne pri delu. Zmernost je vedno odlična stvar. Imam posebno dieto, ker imam pregosto kri (A55). Jemljem tudi določena zdravila (A56). Vsak drug dan grem tudi v bolnišnico na dializo (A57). Največji problem pa so moje noge, ki me več ne držijo gor, ker so se postarale (A58). Če bi le lahko, bi še zdaj vozil avto in traktor (A59), da bi lahko delal na njivi (A60). Ampak povem pa ti, da se na cesti z avtom ne bi več počutil tako zelo varnega.

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Odvisno za kakšno delo gre. Sam zase še koliko toliko poskrbim. Lahko grem sam na stranišče (A61), samostojno še tudi jem in pijem (A62). Pomoč potrebujem le pri umivanju, kjer mi pomagata vnukinji in sin (A63). Kar se pa tiče ostalega dela, pa nič več ne delam. Ne morem, ker sem preveč slaboten (A64). Sem že v lepih letih. V trgovino in lekarno po zdravila tudi gre sin namesto mene (A65). Pa k zdravniku me odpelje (A66), ker javnega prevoza v občini nimamo. Tu pa tam, nekje trikrat na dan, se pelje kakšen avtobus mimo, pa še to so šolski prevozi otrok. No, tudi če bi imeli javni avtobus, ga ne bi uporabljal, ker ne morem hoditi (A67).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Zadovoljstvo je osnova, da se vsi, ne samo stari ljudje dobro počutimo (A68). In za to bi mogla v prvi vrsti poskrbeti lastna družina (A69). Danes je pa ravno obratno, ker so vsi v delovnih razmerjih in stare ljudi odrivajo, ker nimajo časa in ne volje skrbeti za njih (A70). Na nek način bi lahko rekli, da so jim stari ljudje v napoto. Ko si že toliko star kot jaz, se velikokrat spomniš svojega težkega otroštva. V tem nezadovoljstvu pa potem človek postane nesrečen. Pri nama z ženo tega ni. Nisva nesrečna in osamljena, saj imava svojo družino blizu. Poleg tega lepo skrbijo za naju in nama pomagajo (A71).

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Sedaj zaradi virusa moram vedno nositi masko, ko me peljejo v bolnišnico na dializo. Pod masko težje diham, ampak sem se že kar navadil (A72). Zaradi ukrepa, da nam je prepovedano prehajati med občinami (A73), svojega drugega sina nisem videl že kar dolgo časa (A74), saj živi približno 200 km stran. Pogrešam ga. Kaj drugo se ni pretirano spremenilo (A75), saj je veliko stvari in opravkov zame postorijo drugi in sem sam večino časa doma.

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Vem, da imamo možnost pomoči na domu (A76), ampak je zelo draga (A77). Dom starejših občanov imamo najbližje v Ljutomeru (A78) ali v Radencih (A79), v naši občini pa ga ni.

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Ne pogrešam in ne potrebujem nobene storitve (A80). Vse smo uredili z izročilno pogodbo, in sicer je posestvo prevzel sin in sedaj skrbi za naju z ženo (A81), zato ne potrebujem pomoči na domu (A82). Patronažna sestra pride k meni, da mi vzame kri (A83) in preveri, če ni pregosta, saj lahko potem pride do strdkov in kapi. Tako me ima moja zdravnica zelo pod kontrolo. Tudi moji obiski bolnišnic so v zadnjem času kar pogosti (A84). Tja in nazaj me odpeljejo z reševalnim vozilom.

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

S strani občine mislim, da bolj malo (A85). Finančno pa je tako, da denar pokvari človeka. Zdi se mi, da vse občine potem čim bolj varčujejo. Predvsem na nas, starih ljudeh (A86).

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Na čakanju (A87). Ne vem pa, kakšna je vrsta.

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

V prvi vrsti je vse super, ker imamo zelo dobre družinske odnose. Kar se tiče prehrane in vsega ostalega, je tudi odlično. Želim si, da me pustijo pri miru, da imam nek svoj mir (A88). Ne maram, ko mi kdo po domače rečeno 'soli pamet'. Ena vnukinja mi nonstop pridiga, da samo ležim v postelji in ne grem nič ven na svež zrak, da bi malo razgibal svoje noge. Noge me grozno bolijo, ko dalj časa hodim (A89), zato je bolje, da sploh ne grem ven in me potem nič ne boli. Drugi razlog pa je to, da če sedim, mi gre na bruhanje, ker imam vnetje žolčnika. Potem pa mislim, da je najboljša, da ležim, čeprav mi potem vsi domači govorijo, da sem len oziroma da sem se polenil. Pri

teh letih je skoraj vsak človek lenuh. Zato *bi si želel, da bi me moje noge še ubogale in da bi bil sposoben še hoditi (A90) in kaj več sam narediti (A91).*

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

No, *o domu starejših občanov z ženo sploh ne razmišljava (A92), ker nimava pogojev. Imava zelo majhne pokojnine in si plačevanja doma za oba nikakor ne moreva privoščiti (A93). Niti nočeva, da bi tako velik znesek za naju plačevali domači (A94). Kar se pa tiče najinega življenja doma, moram povedati, da predvsem najmlajši sin zelo dobro poskrbi za to, da se oba dobro počutiva tukaj, kjer sva (A95). Želim si doma ostati vse do svoje smrti in v nobenem primeru se ne bi nikamor selil (A96).*

Intervju B

Spol: ženski

Starost: 78 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Po izobrazbi sem šivilja (B1). Delala sem v tovarni Mura v Ljutomeru (B2).

Kje in s kom živite?

V lastni hiši (B3) z možem (B4).

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Je *kar velika družinska hiša ob glavni cesti. Ima tri nadstropja (B5). V pritličju je nekakšen kletni prostor s kurilnico in garažo, živiva v 1. nadstropju, 2. nadstropje oziroma podstrešje je prazno. Imamo balkon (B6), prostor za drva (B7), dvorišče z manjšim sadovnjakom (B8) in vrtom (B9). Pred nekaj leti smo renovirali kopalnico (B10) in kuhinjo (B11). V kopalnici smo zamenjali kad s tuš kabino, v katero smo dodali stolček in držalo (B12). V kuhinji pa smo zamenjali plinski štedilnik z indukcijsko ploščo, ki je varnejša. Trenutno še nimam težav z mobilnostjo (B13), sicer pa stopnice do vhoda stanovanjskega dela znajo biti problem v prihodnosti (B14). Notranjost je dokaj prostorna (B15). Za dva je hiša mogoče prevelika (B16), še posebej, ker se je hčerka z družino, ki je prej živela tukaj, preselila na svoje. Sva jo pa sezidala sama in sva ponosna na ta dosežek (B17).*

Kako poteka vaš tipični dan?

Najprej se zjutraj zbudim (B18) in nama z možem pripravim zajtrk (B19). Rada kuham (B20), pečem (B21) in vrtnarim (B22). Na vrtu imam posajene kar nekaj različne zelenjave, ki jo porabim za pripravo kosila. Po kosilu se sprostim z reševanjem križank (B23) ali pa si pogledam kakšno nadaljevanke (B24). Sedaj se vrtijo večinoma turške nadaljevanke, so mi pa bile veliko bolj všeč mehiške. Popoldne obiščeva sorodnike ali oni obiščejo naju (B25) in skupaj popijemo kavo. Včasih, ko je lepo vreme, skupaj z možem urejava vrt ali sadovnjak (B26) – kar koli pač rabi urejanje – ali pa mož pokosi travo (B27). Vsak dan grem tudi na sprehod (B28). Poleg šivanja (B29) obvladam tudi štrikanje (B30). Veseli me, da se je za štrikanje navdušila tudi ena od vnukinj. Spat grem po navadi okrog 9. ure zvečer (B31).

S kom in kako pogosto se družite?

Zelo sem ponosna na svojo družino (B32). Na sina in hčer, da sta si ustvarila svoje življenje in svoji družini. Ponosna sem tudi na to, da je hčerka nadaljevala v istem poklicu kot jaz. *S hčerino družino se družimo vsaj dvakrat na teden (B33).* Živijo v sosednji vasi. *S svojimi sestrami vsaj na dva tedna (B34).* Pomembno mi je, da ohranim stike z vsemi sorodniki. *Ena od sester živi v Nemčiji, zato mi je zelo pomembno, da telefonirava čim večkrat (B35).* *Možev brat živi prek ceste, z njim in družino se vidimo vsak dan (B36).* *Sin z družino naju obišče vsaj enkrat na mesec (B37),* ker živijo v Ljubljani. Potem pri naju ostanejo cel vikend. *Najraje se družim z vnuki (B38).* *Z njimi igramo družabne igre in kartamo (B39).* Vsi skupaj pa se družimo ob raznih rojstnih dnevih, trgatvah, kolinah, za božič in veliko noč. Poleti pa velikokrat tudi na piknikih, ko zunaj pečemo na žaru.

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Glavni vir mojega dohodka je pokojnina (B40). Upokojila sem se že pri 47. letih. Takrat smo si še lahko dokupili leta do pokoja. Upokojila pa sem se zato, da sem lahko pazila vnuke, ko sta hčerka in njen mož delala. *Skupaj z moževo pokojnino (B41) imava dovolj za vse, kar potrebujeva (B42) in tudi da si kdaj pa kdaj kaj privoščiva (B43).* Živiva skromno, a imava vsega dovolj. *Lepo pa bi bilo, če bi dobili malo večjo pokojnino (B44).*

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Moje zdravje je zaenkrat dobro (B45). *Zanj ne skrbim nekaj pretirano (B46).* *Hodim na sprehode (B47) in občasno kolesarim (B48).* Od hiše vodi stranska cesta do bližnjega gozda, ki ni zelo prometna, zato je bolj varna in pa bolj mirno je, kot če bi šla po pločniku ob glavni cesti. Občasno se tudi peljem s kolesom do trgovine pa tudi do sorodnikov. *Vrtnarjenje mi tudi pomaga (B49).*

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Zaenkrat lahko vse postorim sama (B50), kuham, perem, likam, pospravljam, čistim, sesam (B51), mož kosi travo (B52), pripravlja drva za kurjavo (B53). V mojem primeru je pomanjkljivost to, da *nimam voziškega dovoljenja (B54).* Živimo na vasi in imamo samo eno trgovino v centru občine. Naša hiša ni toliko oddaljena, tako da lahko grem še s kolesom. Ampak poleti, pozimi ali pa za kakšen večji nakup ni praktično.

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Da smo srečni in zdravi (B55). *Da se lahko sami odločimo, kako bomo živeli (B56).* *Nek občutek neodvisnosti (B57), da sama lahko skrbim zase (B58) in živim pod svojimi pogoji. Svojo starost sprejemam dobro (B59), saj še vse lahko naredim sama (B60).* *Zavedam se, da se vsem nam življenje izteka in se bo enkrat tudi izteklo (B61),* ampak glede na moje trenutno dobro zdravje in samostojnost še *me to ne skrbi toliko (B62) in o tem ne razmišljam veliko.*

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Ne družimo se toliko (B63), to je zelo velika sprememba v zadnjih dveh letih. *Dosti več se poslužujemo telefonskih klicev (B64).* *Tudi v trgovino z možem ne hodiva veliko (B65).* Tako *nama tedenski nakup živil pripelje hčerka (B66).* Začetek epidemije je bil malo strašen, iznenada smo bili zaklenjeni v hišo, nismo se smeli z nikomer videvati. Sedaj je že malo lažje, ko so se začeli omiljevati ukrepi, vseeno pa ni tako, kot je bilo prej. *Tudi na maske*

sem se že navadila, so že del vsakdana (B67). Me pa skrbi, da bi se situacija ponovno poslabšala (B68) in verjetno se tudi bo glede na napovedi.

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Poznam Dom v Lukavcih (B69).

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Ne. Verjetno bi se pa bolj pozanimala o storitvah, če bi se kateri od naju poškodoval (B70). Brez moža niti v trgovino ne morem. Po kaj malega bi sedaj še lahko šla s kolesom, kaj več pa ne. Ali pa ko bi nama začelo pešati zdravje, če ne bi mogla več hoditi. Takrat bi si seveda morala priskrbeti kakšno pomoč.

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Bolj slabo, se mi zdi (B71). Pogrešam vaške gasilske veselice (B72). Nekdaj so bile skoraj vsak teden in so iz cele občine prišli ljudje. Dobro bi bilo tudi, če bi v občini imeli nekoga ali nek servis, ki bi na dom razvažal špecerijo (B73). Veliko ljudem bi to zelo pomagalo. Še posebej starejšim, ki težje hodijo, nimajo bližnjih sorodnikov ali pa njihovi sorodniki nimajo časa, ker so v službah ali imajo druge obveznosti.

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Da bi čim dalj časa ostala zdrava (B74) in zmožna sama skrbeti zase (B75). Enako si želim tudi za moža. Da sva skupaj do smrti v lastnem domu (B76).

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Nimam nekih posebnih želj.

Ste že kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših?

Mogoče, če bi ostala sama (B77), drugače pa ne bi šla (B78). Tudi mož si ne želi iti v dom.

Intervju C

Spol: moški

Starost: 72 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Po poklicu sem ključavničar (C1). Zaposlen sem bil v Križevskih opekarnah v Borecih, ki so se kasneje preimenovala v Tondach. Tam sem bil zaposlen kot vzdrževalec strojev (C2).

Kje in s kom živite?

V svoji hiši (C3) z ženo (C4) in psom (C5).

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Prednosti vidim v tem, da *je hiša velika (C6)* in *ima veliko naravne svetlobe (C7)*. Tukaj se počutim zelo domače. Problem je, ker *imava z ženo spalnico v zgornjem nadstropju (C8)*. To bomo sicer kmalu spremenili in bomo uredili spalnico v spodnjem nadstropju, da *nama z ženo stopnice ne bodo predstavljale prevelikega problema (C9)*. Tukaj *nama bo moral pomagati sin (C10)*. *Imava pa tudi svoj vrt (C11)*, kjer imava posajeno zelenjavo. *Nasploh je okolica super (C12)* in se mi zdi še prevelika, ko moram pokositi travo.

Kako poteka vaš tipičen dan?

Zjutraj se zbudim približno okrog 7. ure (C13) in *pojem zajtrk (C14)*. Poleg *preberem časopis (C15)* in *spijem kavo (C16)*. Občasno pogledam tudi oddajo *Dobro jutro (C17)*. Ker *imava psa, grem tudi na kratek sprehod z njim (C18)*, ker prav daleč ne morem. *Kosilo nama včasih pripeljejo na dom iz lokalne gostilne (C19)*. *Po kosilu po navadi malo počivam (C20)*. Z ženo *imava tudi nekaj sobnih rastlin, za katere je potrebno poskrbeti in jih občasno zaliti (C21)*. *Včasih pride na obisk tudi sin z ženo in vnuki ali pa greva midva k njim (C22)*, da se malo podružimo. *Upam, da bom imel še nekaj let vozniški izpit, da se bova z ženo lahko še kam peljala (C23)*. Potem postorim, če imam kakšna opravila okrog hiše ali v hiši. Popoldan rad gledam oddajo *Vem*, ker mi je zanimiva in se veliko naučim. Za tem pa še poročila, da izvem, kaj se po Sloveniji in po svetu dogaja. Vmes *pojem še večerjo, najrajši en sendvič (C24)*, nato *se stuširam (C25)* in *grem spat okrog 10. ure zvečer (C26)*.

S kom in kako pogosto se družite?

Z ženo se druživa vsak dan (C27). *Z ženo pa se najpogosteje druživa s sinom in njegovo družino (C28)*. Ko oba delata popoldan, pa *pridejo vnuki občasno tudi k nama v varstvo. Sedaj približno enkrat do dvakrat na mesec (C29)*, pred tem so prišli pa večkrat na teden. Takrat je zelo pestro in sva oba ob koncu dneva že precej utrujena. *Drugače pa se po navadi največ družim s sosedo (C30)*, kar pa je v današnji situaciji zaradi virusa omejeno (C31). *Nekajkrat na mesec obiščem tudi brata (C32)*, ki živi v sosednji občini.

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Pokojnina (C33), ki pa je zelo nizka (C34). Sicer mi zadostuje, ker je *zraven tudi pokojnina žene (C35)*. *Živiva pa skromno in ne razsipavava z denarjem po nepotrebnem (C36)*. Tako si lahko tudi privoščiva, da *nama hrano občasno pripeljejo na dom (C37)*, da ženi ni potrebno kuhati vsak dan. *Po pokritju stroškov položnic in hrane nama ostane zelo malo (C38)*.

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Zaenkrat je moje zdravje še dobro (C39), trenutno nimam nobenih večjih težav (C40). *Hodim še lahko (C41)*, ampak le na krajše sprehode. Mi pa tudi stopnice že predstavljajo problem. *Za zdravje večinoma skrbim tako, da opravljam fizična dela okrog hiše (C42)*. *Kosim travo (C43)*, *sekam in skladiščim drva (C44)* ter podobno. *Pazim pa tudi na svojo prehrano (C45)*. Z ženo jeva večinoma doma pridelano zelenjavo z vrta in sadje z domačih dreves. *Imam pa eno slabo razvado, ki bi se je mogel znebiti. Kadim (C46) ...*

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Žena mi največkrat pomaga. Ona mi skuha kosilo, ko mi ga ne pripeljejo iz lokalne gostilne. Ona tudi opere in zloži perilo. Najbolj mi pomaga pri osnovnih gospodinjskih opravilih (C47). Vse ostalo pa lahko še naredim sam (C48).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Veliko boljše bi bilo, da se sploh ne bi staral, ampak da bi bil vedno mlajši (C49). Najpomembnejše mi je to, da sem zdrav (C50), da lahko se še sam vse postorim (C51). Da mi je omogočeno druženje s sosedi, prijatelji in sinom (C52).

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Največ v tej meri, da sem več časa doma (C53). Če ne bi bilo omejitev in zaprtja gostiln, bi šel večkrat na kavo s sosedom. Občasno se sicer dobiva zunaj na naši terasi, da spijsa vsak eno kavo in pokadiva kakšen cigaret. Manj je tudi obiskov. Sestre in brata ni bilo k meni že celo večnost. Tudi vnuki so v precejšnji meri zmanjšali svoje obiske (C54). Nošenje mask me precej moti (C55), ker skozi masko ne morem normalno dihati. Sedaj, ko sem že cepljen, lahko grem že marsikam s PCT-potrdilom.

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Uporabljam ponudbo dostave malice oziroma kosila na dom iz bližnje gostilne (C56). Druge ponudbe v občini pa ne poznam.

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Ne, mislim, da ne (C57).

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Mislim, da dovolj dobro (C58).

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Želim si, da bi v večji meri ostalo tako, kot je sedaj (C59). Da ostanem čim dalj časa zdrav (C60) ter čim bolj samostojen in aktiven (C61).

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Da bi mi zdravje čim dalj časa služilo oziroma da bi se mi še izboljšalo. S tem mislim, da bi imel več kondicije in bi lahko hodil še na daljše sprehode (C62).

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

Ne. Dobro je, da domovi starejših občanov so, ampak sam pa ne bi šel (C63). Če bi bil sam, bi mogoče na to gledal drugače (C64). Verjetno bi se takrat vseeno odločil za dom še posebej, če ne bi več mogel sam skrbeti zase (C65). Zaenkrat tudi nisem še tako star, da bi zame mogli skrbeti drugi, zato o domu sploh ne razmišljam.

Intervju D

Spol: ženski

Starost: 70 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Po izobrazbi sem krojaška delavka (D1), zdaj pa upokojenka (D2). Delala sem v tovarni Mura (D3), v Krojaštvu Mertuk in Krojaštvu Hanžekovič (D4).

Kje in s kom živite?

Živim v lastni hiši (D5), ki je bila zgrajena leta 1962 (D6). Zgradili so jo starši. Živim pa z možem (D7), sinom (D8), hčerko (D9), zetom (D10) in vnuki (D11). Trenutno samo z enim vnukom, ker sta dva že odrasla in sta se preselila na svoje s svojima partnerjema.

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Sigurno je prednost, da je hiša zgrajena iz naravnih materialov, iz gline (D12). Ne dolgo nazaj je bila adaptirana. Zamenjana so bila vsa okna (D13) in tudi streha je bila na novo prekrita (D14). Mislim, da je kar v redu vzdrževana in ohranjena (D15). S hišo sem zadovoljna (D16), bi pa spremenila določene prostore, ki so na nek način nefunkcionalni (D17). S tem mislim predvsem na kuhinjo. Všeč mi je, da je hiša nizka (D18) in da nimamo stopnic (D19). Ogrevamo pa na toplotno črpalko zemlja/voda (D20).

Kako poteka vaš tipični dan?

Zjutraj se zbudim (D21) in nama z možem naredim zajtrk (D22). Potem greva v trgovino nakupit vsakdanje stvari (D23), kot sta npr. kruh in mleko. Za kosilo po navadi skuham govejo juho, včasih kakšen golaž ali pohano meso (D24). Po kosilu si privoščiva kavico (D25) in malo posediva na terasi (D26). Prebereva časopis (D27) in prelistava reklame. Poleti greva tudi na vrt, kjer postoriva vse potrebno (D28). Vmes tudi kaj počistim po hiši (D29). Ravno danes je bila na vrsti kopalnica. V prostem času rada berem (D30), rešujem križanke (D31), hodim na sprehode (D32) ali pa kolesarim (D33). Pogosto še kaj malega zašijem (D34), predvsem pozimi pa tudi štrikam (D35). Zvečer nama pripravim večerjo (D36). Po večerji si pogledava še kakšen film ali nadaljevanko (D37), nato pa greva spat (D38).

S kom in kako pogosto se družite?

Največ se družim s svojimi domačimi (D39) pa s sosedi (D40). Ko kaj praznujemo, praznujemo večinoma v ožjem družinskem krogu. S sosedi in prijatelji pa se pogosto srečamo na kakšni kavici (D41). Vključena sem tudi v Društvo upokojencev Križevci pri Ljutomeru (D42). Ne dolgo nazaj smo z društvom hodili na izlet v Mozirje. V času epidemije je bilo sicer organiziranih izletov dosti manj (D43). Znotraj društva se kar vsi člani dobro razumemo, imam pa en krog parih oseb, s katerimi sem si bližje in se malo bolj razumemo.

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Imam starostno pokojnino (D44). Bom rekla, da je kar zadostna za preživetje (D45). Ni sicer zelo visoka (D46), je pa napram temu, kakšne so dandanes plače tudi za visoko šolane ljudi, kar visoka. Želela bi si seveda, da bi bila vsaj kakšnih sto evrov višja (D47), ampak sem zadovoljna (D48). Moraš znati razpolagati z denarjem, kar sem se naučila že v mladosti, ko je bilo pomanjkanje veliko večje. Ima pa tudi mož pokojnino, zato je lažje, ker imava dva dohodka (D49).

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Glede na zadnje preglede moji izvidi niso slabi (D50). Vidim bolj slabo (D51), zato grem kmalu na operacijo, ker mi je na levem očesu odstopila roženica (D52). Te operacije me je kar malo strah. Imam tudi obrabljena kolena (D53), zato nimam opore in mi je pri stopanju na kakšen stol ali lestev potrebna pomoč. Gledam na to, da vsaj malo pazim pri prehrani (D54). Jemo čim več zelenjave in čim manj svinjskega mesa. Skrbim, da je hrana domača. Vsak dan skuham nekaj drugega, saj zelo rada kuham. Trudim se, da uporabljam tudi čim manj olja in drugih maščob. Alkohol sploh ne uživam (D55) in tudi kadim ne (D56). Sem pa veliko kadila nekoč, zato grem na slikanje pljuč, da vidim, v kakšnem stanju so moja pljuča.

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Zaenkrat še lahko vse postorim sama (D57). Mož mi pomaga pri gospodinjskih opravilih, včasih zloži posodo v pomivalni stoj ali iz njega (D58). Drugače pa večinoma on opravlja dela zunaj hiše (D59), jaz pa gospodinjska dela. Se mi zdi, da sem drugače kar tehnični tip. Pri šivalnem stroju znam kar dosti sama popraviti, da potem to sama uredim in ne rabim dodatne pomoči.

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Da se ne počutiš staro. Jaz se ne počutim stara 70 let, ampak sem nekje v štiridesetih letih (D60). Se trudim, da bom še dolgo lahko sama skrbela zase (D61). Kakovostno staranje razumem tako, da se dovolj giblješ (D62), da čim dalj časa ostaneš pokreten (D63), da se ne zasediš. Da preveč ne jamraš in se ne pritožuješ (D64) ter se ne smiliš samemu sebi (D65). Da imaš dovolj samodiscipline, da veš, da se moraš potruditi poskrbeti sam zase, dokler je le možno.

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Niti jaz niti mož nisva zbolela. Smo bili z vsemi na distanci (D66). Obiski so se zmanjšali, predvsem z moževimi brati in sestrami se ne srečujemo tako pogosto (D67). Zavedam se, da je omejitev stikov pomembna, saj nikoli ne vemo, s kom pridemo v stik in se okužimo. Nervira me naštevande številke pozitivnih primerov dnevno po poročilih. Določeni ukrepi se mi zdijo nesmiselni (D68). Nošenje mask me pretirano ne moti, si jo vedno nadenem (D69). Je se mi sicer že zgodilo, da sem pozabila, ampak sem jo nadela takoj, ko sem ugotovila, da je nimam. Ne maram sicer, ko jo moram imeti gor več ur, ker imam občutek, da mi je vroče, še posebej zdaj poleti, ko so visoke temperature. Moti me tudi to, ko v trgovini kdo stopi tako blizu, da čutim, kako mi diha za ovratnik. Neko distanco oziroma razdaljo pa moramo držati. Kar se pa tiče razkuževanja in umivanja rok, tega se pa obvezno držimo že od prej. To nam je že od nekdaj samo po sebi umevno (D70). Sva pa oba z možem že cepljena, saj je mož srčni bolnik. Po prvi dozi cepiva nisem imela nobene reakcije, pri drugi pa sem imela na mestu vboda zatrdlino in roka me je precej bolela.

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Ja, nekaj malo poznam. Se pa zaenkrat še nisem poglobljala v to, ker *storitev še ne potrebujem (D71)*. Poznam upokojenke, ki obiskujejo in skrbijo za druge starejše občane, jim prinesejo kaj iz trgovine in se družijo z njimi (D72). Znana mi je tudi pomoč na domu, saj se je je posluževala moja sosedka (D73). Vozili pa so ji tudi kosilo iz bližnje gostilne (D74).

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Zaenkrat še ne (D75).

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Kar dobro (D76). Lani sva z možem praznovala zlato poroko. Občina nam lani zaradi epidemije ni podelila teh priznanj. Imamo pa podelitev letos (D77), ampak ravno na isti dan, kot imam operacijo za oči. Zato se podelitve ne bom mogla udeležiti in bo šel mož sam. Urediti bi bilo potrebno tudi več kolesarskih poti po občini (D78). Glede na število nesreč, ki je dnevno dogajajo, se prav bojim kolesariti po bolj prometni cesti proti Ljutomeru. Ne počutim se varno.

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Jaz sem optimist in mislim, da *bo vsaki dan boljše (D79)*. Šalo na stran, nisem ne optimist in ne pesimist, ampak realist. Pravim, *naj vsaj tako ostane, kot je sedaj (D80)*. Leta grejo (D81), ko pa bo prišel moj čas, pa *si želim samo mirno zaspiti, brez trpljenja (D82)*. Upam, da *ne bo prišlo do kakšnih hudih bolezni*. Bojim se *nepokretnosti (D83)*, zato pravim, da se je potrebno čim več gibati. *Pa tudi demenca se mi zdi huda bolezen (D84)*, ker zbolevalo vedno mlajši.

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Želela bi si, da ne bi imela nobene bolezni (D85). Drugih stvari ne bi spreminjala. *Bi pa se rada naučila tuj jezik angleščino (D86)*. Takoj ko bo kar koli organizirano kje v bližini, se bom udeležila.

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

Z možem sem se že pogovarjala o tem, ampak želje pa nimam iti (D87). Če pa bi prišlo do tega, da ne bi mogla poskrbeti sama zase, pa ne vidim drugega izhoda kot odhod v dom (D88). *Plačilo domske oskrbe bi sicer potem padlo, da otroke, česar pa si tudi ne želim (D89)*, zato upam, da ne bo potrebe po tem. Otroci niso naši sužnji. Od svojih otrok ne pričakujem, da pustijo svoje življenje, da bodo potem lahko skrbeli za nas.

Intervju E

Spol: ženski

Starost: 83 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Sem upokojena medicinska sestra (E1). Delala sem v bolnišnici in v zdravstvenem domu (E2).

Kje in s kom živite?

Živim sama (E3), nimam ne moža in ne otrok. Živim v svojem, lastniškem dvosobnem stanovanju (E4) v neposredni bližini pošte in trgovine.

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Prednosti mojega stanovanja so, da nimam dodatnih stroškov z najemnino (E5), da ima dvigalo (E6) ter da je notranja oprema relativno nova (E7). Prednost je tudi lokacija. Trgovino, lekarno, pekarno, pošto, zdravnika, zobozdravnika in frizerja imam v neposredni bližini (E8). Pa še ni potrebno skrbeti za zunanjo okolico, ker živim v drugem nadstropju in je nimam (E9). Slabost stanovanja je kopalna kad (E10) in pa prenizka sedežna garnitura (E11), saj se že težko vstanem (E12). Tudi pri svojem stranišču ne morem namestiti držala (E13), da bi se lažje vstala. V stanovanju nimam nobenih preprog (E14) ali drugih stvari vsepovsod po tleh. Prav tako je stanovanje tako, da nima visokih pragov (E15). Največji problem mi predstavlja kopalna kad, ki si jo želim zamenjati z nizko tuš kabino (E16).

Kako poteka vaš tipični dan?

Vstanem okrog 7. ure (E17), se umijem (E18) in si skuham kavo (E19). Nato se najprej odpočijem, saj potrebujem nekaj časa, da pridem k sebi (E20), ker me bolijo noge (E21). Potem si pripravim zajtrk (E22). V prostem času gledam televizijo (E23), rešujem križanke (E24), poslušam radio (E25), telovadim (E26), grem s prijateljico na kavico (E27) ali hodim na krajše sprehode v park (E28). Vsak dan po vsaj pol ure tudi gonim sobno kolo (E29). Ko telovadim, imam svoje vaje za celo telo. Občasno gremo z nečakom in njegovo družino v trgovino, na izlet ali po drugih opravkih (E30). Velikokrat jih tudi obiščem. Včasih sem veliko brala in štrikala, sedaj pa več ne morem (E31), ker me oči pečejo (E32). Sem pa nekoč tudi veliko potovala, česar sedaj ne počnem več. Lani sem odšla v toplice Terme Dobrna, ampak sem bila zelo razočarana. Kopalnica ni bila prilagojena za starejše in sem skoraj padla. Načeloma lahko rečem, da je bilo drugače kar lepo poskrbljeno zame. Sicer pa sem še samostojna in sem vse lahko opravljala sama (E33), tako da niso imeli velikega dela z menoj. Večerjam po navadi lahko večerjo (E34). Ob 23. uri se grem umiti (E35) in spat približno okrog polnoči ali ob enih ponoči (E36). Vznemirja pa me, če so moji sosede ali pa osebe na cesti pod balkonom preveč glasni, saj bolj slabo spim.

S kom in kako pogosto se družite?

Z najboljšo prijateljico se slišiva vsak dan po telefonu (E37), enkrat na teden pa se dobiva tudi na kavi (E38). Z nečakom in njegovo družino se družimo tudi vsaj enkrat na teden (E39). Moj nečak in njegovi otroci mi tudi pomagajo in mi prinesejo, ko potrebujem večji nakup iz trgovine (E40). V trgovino velikokrat hodim peš, ampak me bolijo noge in se bojim, da bi kdaj padla (E41). Kadar grem kam dlje, me pelje nečak ali njegovi otroci (E42). Najpogosteje pridejo na obisk ob raznih praznikih in praznovanjih. Takrat imajo tudi največ prostega časa. Vsak dan pa se slišimo tudi po telefonu (E43).

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Glavni vir mojega dohodka je pokojnina (E44). Ja, zaenkrat mi še zadostuje za preživetje (E45), ker sem še samostojna.

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Svoje zdravje ocenjujem kot srednje dobro (E46). Boli me križ in noge (E47), zato že težje hodim, težko se vstanem iz nižjih stolov oziroma kavča in s stranišča. Za zdravje skrbim z relativno zdravo prehrano (E48) in pa z gibanjem oziroma telovadbo (E49). Meso jem samo dvakrat na teden, za zajtrk običajno jem kruh z maslom in kavo, nič drugega. Predelanih mesnih izdelkov jem zelo malo ali skoraj nič. Zdravje mi je najbolj pomembno (E50) in da imam nečaka in njegove otroke, da se lahko nanje obrnem, ko kar koli potrebujem in da me še obiskujejo (E51).

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Vsa gospodinjstva dela opravljam sama, ker sem še popolnoma samostojna (E52). Izjema je čiščenje kopalnice in sesanje. Tam pa mi pogosto pomagata počistiti in posesati nečakovi hčerki (E53).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Pod to besedno zvezo razumem, da si zdrav (E54), vsaj koliko toliko in da imaš zadosti finančnih sredstev, da si lahko privoščiš, kar potrebuješ oziroma kar si želiš (E55). In da imaš svojce, da te obiščejo, da nisi sam in osamljen, da ti pomagajo, če kaj potrebuješ (E56). Starost je lahko zelo lepa, če si zdrav. Glede svoje starosti sem zadovoljna, da sem še kolikor tolikor zdrava (E57). Želela bi si, da bi bili še moji vrstniki živi, tako pa so se moje sestre in tudi prijateljice žal že poslovile, nekaj pa jih je tudi zelo bolnih. Vidim, da ogromno stvari, ki sem jih prej lahko počela, več ne zmorem (E58) ali pa jih opravi le s težavo. Me pa veseli, da se zjutraj vstanem in se zavem, da sem še živa.

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Na začetku mi je bilo zelo mučno. Držala sem se vseh predpisov in ukrepov. Hodila sem samo v trgovino in domov (E59), stike s svojci pa sem imela samo preko telefona (E60). Obiskali so me samo na vhodnih vratih, ko so mi prinesli večje nakupe iz trgovine. Prišli so z masko (E61), niso vstopili v stanovanje, pogovorili smo se na hitro na hodniku. Skoraj se mi je zmešalo od ujetosti v stanovanju (E62). Na začetku nisem hodila niti ven niti na sprehod v naravo (E63). Nikjer na cesti ni bilo nikogar. Sedaj še vedno spoštujem ukrepe, ampak hodim normalno ven na sprehod in se več družim z ostalimi. Dokler se nisem cepila z dvema odmerkoma, nisem obiskovala svojih svojcev (E64). Od decembra do aprila 2021 nisem šla nikamor na obisk, samo v trgovino in na kratek sprehod. Bila sem v popolni izolaciji od vseh. Manjkala mi je družba, manjkala mi je svoboda (E65).

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Ja, poznam domove starejših v neposredni bližini (E66). Predvsem dom v Ljutomeru, Lukavcih in Radencih. Pod občino Križevci spada le tisti v Lukavcih. Slišala sem pa tudi za dostavo hrane na dom iz gostilne (E67) in za pomoč na domu (E68).

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Se še nisem obrnila na nobeno pomoč, ker je po mojem mnenju še ne potrebujem (E69). Bom pa se, ko bom to potrebovala. Ponosna sem, da sem dočkala takšno visoko starost in da sem pri tej starosti še samostojna, neodvisna od pomoči drugih (E70).

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Nasploh kar dobro (E71). Pogrešam pa več klopi (E72), saj so polovico klopi odstranili in jih niso nadomestili. Ko grem na sprehod, potrebujem vmesen počitek (E73), ampak je zelo malo klopi, da bi se lahko odpočila. Pa tudi več poudarka in sredstev za pomoč na domu (E74). Mogoče bi lahko uvedli kakšne subvencije za nas starejše (E75), saj je oskrba zelo draga (E76). Ne vem pa sicer natančno, kakšna je cena. Avtobusi bi tudi morali voziti bolj pogosto pa morali bi prilagoditi stopnice, da bi bile nižje, da lahko normalno prideš po stopnicah gor in dol (E77). Morda tudi subvencija za zdravila za starejše, saj veliko zdravil v lekarni moram sama doplačati (E78).

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Da bi bila še naprej zdrava (E79) in samostojna (E80). Da ne bi zbolela, da bi še naprej moji najdražji prišli k meni me pogledat in da nisem sama (E81). Prednosti tega, da ostanem doma, so, da imam svoj mir (E82), da sem neodvisna od drugih (E83), da ne rabim pospravljat še za kom drugim (E84). Pomanjkljivosti pa, da sem sama (E85) in če v stanovanju padem, mi nihče ne more takoj pomagati (E86). Tega se zelo bojim.

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Želela bi si več zdravja (E87) in da bi bile moje sestre še žive (E88). Če se malo pošalim, bi se pomladila vsaj za 10 let (E89). Ker me takrat še niso bolele noge in moje sestre so še živele. Sedaj imam pa vsak dan več težav z zdravjem (E90), vsak dan sem kanček slabše.

Ste že kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših?

Ja. Nisem še vložila prošnje za odhod v dom, jo imam pa že doma (E91), ampak vseeno menim, da sem še dovolj samostojna (E92), da še ne potrebujem doma starejših (E93), zato je še nisem izpolnila. Ko bom ocenila, da več ne zmorem sama skrbeti zase, bom šla v dom (E94). Želela bi si enoposteljne sobe (E95) pa da je dobra in okusna hrana (E96) ter prijazno in ustrezljivo osebje (E97). Nasploh bi hotela kvalitetno oskrbo in nego (E98).

Intervju F

Spol: moški

Starost: 68 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Po poklicu sem mehanik šivalnih strojev (F1). Sem pa vse do predčasne upokojitve delal v tekstilni tovarni (F2) kot vzdrževalec šivalnih strojev (F3).

Kje in s kom živite?

Živim v lastnem stanovanju (F4) z ženo (F5) in hčerko (F6).

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Stanovanje je na dobrem mestu, blizu imam vse, kar potrebujem (F7). Menim, da bi nam glede na to, da je hčerka že odrasla, v poštev prišla še kakšna dodatna soba (F8). Drugače pa je stanovanje kar veliko in meri 73 kvadratnih metrov (F9), je zame udobno in kvalitetno (F10). Trenutno še nisem v fazi, da bi potreboval kakšne klančine in

druge pripomočke, sem še zelo dobro aktiven (F11). Imamo dvigalo (F12) in stopnice, ki pa mi trenutno ne predstavljajo problema (F13) in jih še vedno brez problema prehodim.

Kako poteka vaš tipični dan?

Vsak dan vstanem okrog 7. ure (F14), spijem čaj (F15) in vzamem vsa potrebna zdravila (F16). Potem po navadi grem s prijatelji na kavo (F17). Po druženju se odpravim na svojo domačijo, kjer delam na kmetiji (F18). Skoraj vsak dan grem tja. Z ženo imava tam velik vrt (F19) in posajenih veliko dreves. Imava veliko paradižnika in kumaric, po mojem mnenju še preveč, zato bom predlagal, da to zmanjšava, ker toliko ni potrebno. Pred časom smo gojili krškopoljske prašiče, kar smo opustili. Sedaj imamo ovce (F20). Znam kuhati (F21), ker je žena imela tako službo, da sem mogel jaz otrokom skuhati kosilo. Že od nekdaj zaradi naših služb nimamo točno določene ure kosila. Razen ob nedeljah, ko kosimo ob 12. uri. Zanimajo me športi, kot sta košarka in mednarodna nogometna liga, ki ju rad spremljam (F22). Vsak dan pogledam tudi dnevnik (F23), da sem na tekočem z dnevnimi družbeno političnimi dogodki. Spat pa grem okrog polnoči (F24).

S kom in kako pogosto se družite?

Najpogosteje se družim z ženo in hčerko (F25), ker se vidimo prav vsak dan, saj živimo skupaj v istem stanovanju. Z nekaterimi bližnjimi prijatelji se družimo skoraj vsak dan (F26), z drugimi, ki so bolj oddaljeni, pa vsaj enkrat tedensko. Kontakti s prijatelji preko telefona potekajo skoraj vedno na dnevni ravni (F27). Dober prijatelj je zame zelo pomemben, saj jih je dandanes zelo malo. S prijatelji se videvamo najpogosteje na kavicah. Drugih sorodnikov razen svoje nečakinje več nimam. Ampak z njo nimam stikov (F28).

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Moj dohodek je pokojnina (F29) in mi zadošča za preživetje (F30). Tudi žena je v pokoju, zato imava dva dohodka (F31). Če bi živel sam, bi seveda moral živeti drugače in po vsej verjetnosti kupiti manjše stanovanje. Pomembno mi je, da mi dohodek zadošča, da si lahko z ženo privoščiva, da kam greva (F32) in se družim na kavi s prijatelji.

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Opažam, da so nekatere tegobe že prisotne (F33), zato nisem ravno zadovoljen (F34). Sem še vedno aktiven (F35), ampak se s športom ne ukvarjam (F36), ker imam fizičnega dela na kmetiji dovolj (F37) za moja leta in zdravstveno stanje. Sem pa nekoč igral nogomet v medobčinski ligi. Imam glavkom (F38), zaradi česar sem se tudi predčasno upokojil. Imel sem tudi epizodo raka prostate (F39). Operacija je bila pravočasna, zato se sedaj počutim v redu (F40). Mislim, da sem zelo razgledan glede medicine in zelo dobro poznam svoje telo. Tudi zdravila poznam in obvladam, ker me je to vedno zanimalo. Če ne bi bil sam tako natančen in čuten do svojih zdravstvenih tegob, bi mi mogoče ta rak ušel izpod nadzora.

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Gospodinjstva opravila v glavnem opravlja žena (F41), ker je tudi ona že v pokoju. Računalnik in telefon kar obvladam (F42). Mislim, da glede na mojo starost zelo dobro, zato tudi pri tem ne potrebujem pomoči. Pri telefonu obvladam skoraj vse nastavitve in aplikacije. Računalnik pa obvladam malo manj, ampak vseeno dovolj, da lahko

uporabljam vse stvari, ki se uporabljajo v vsakodnevnem življenju. Še vedno pa tudi vozim avto, zato s prevozom in mobilnostjo nimam težav (F43).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Kot prvo je zame pomembno dobro zdravstveno stanje (F44). Potem pa je pomembno tudi dobro razumevanje z domačimi in bližnjo okolico (F45), da nisi sam in osamljen. Najbolj poglobiten razlog za odhod v dom se mi zdi pojav demence, zato si tega resnično ne želim (F46). O onemoglih letih pa še ne razmišljam (F47). Starost me malo jezi, ker smo bližje smrti in mi je ob misli na to malce neprijetno (F48).

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Na začetku nisem mogel verjeti, da bo to tako vplival name in na vse nas kot je (F49). A smo se mogli vsi prilagoditi (F50). Omejeno oziroma celo prepovedano nam je bilo druženje in stiki z drugimi ljudmi (F51). Niti v sosednjo občino nismo smeli (F52). Vsesplošno mislim, da nam je bila kratena svoboda (F53) na tak ali drugačen način. Zelo me žalosti naše splošno družbeno stanje v Sloveniji, ki trenutno ne gre v dobro smer (F54).

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini?

Trenutno o tem še ne razmišljam (F55), saj nobene od storitev zdaj še ne potrebujem (F56).

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Zaenkrat ne.

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane?

Dandanes ne bi smel nihče biti osamljen. Da do tega ne pride, je po mojem mnenju v prvi vrsti to naloga svojcev in ožje socialne mreže vsakega posameznika (F57). Potem pa tudi naloga občine, da poskrbi za ustrezno oskrbo in pomoč, ko jo človek potrebuje (F58). Nimamo urejenih kakšnih dnevnih varstev za starejše (F59). V občini je samo dom (F60), ki pa je v bistvu zadnja faza. Priznam pa, da nisem ravno veliko razmišljal o tem.

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Upam, da bom še vedno relativno zdrav (F61). Da bom lahko poskrbel sam zase (F62) ter da bom vesel in srečen (F63). Najbolj se bojim, da bi postal dementen (F64). Želim si živeti še naslednjih 20 let in nato nenadoma umreti (F65). Zame je idealno tukaj, kjer sem sedaj (F66). Sem pa tudi pristaš evtanazije, saj si res ne želim trpljenja (F67).

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Marsikaj bi spremenil, med drugim tudi del svojega življenja. Ob misli na mladost me včasih spreletava srh. V svoje življenje bi že v mladosti uvedel bolj zdrave življenjske navade (F68). Ne bi pil alkohola in kadil. Nekoč sem res veliko pokadil, sedaj pa že 14 let sploh nič.

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

Za zdaj še ne. Dokler bom zmogel sam skrbeti zase, si želim ostati doma (F69). Če pa skrbi zase ne bom več zmogel in bom potreboval tujo pomoč, pa bi rajši šel v dom (F70).

Intervju G

Spol: moški

Starost: 79 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Imam končano poklicno šolo smer ključavničar (G1). Bil sem zaposlen kot ključavničar v podjetju VŽK Ljutomer (G2) in kasneje kot delovodja (G3).

Kje in s kom živite?

Živim v svoji hiši (G4) s hčerko (G5) in vnuki (G6). Imamo pa tudi mačka (G7).

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Prednosti lastne hiše so, da imam svojo hišo in okolico, da ne rabim biti v majhnem stanovanju, da imam vrt (G8) in veliko prostora okoli hiše (G9). Moja hiša mi zelo veliko pomeni, saj sem jo zgradil sam (G10). Kot pomanjkljivost bi mogoče omenil veliko stopnic do vhoda v hišo (G11), ki mi za zdaj še ne predstavljajo težav, a bi mi s časom lahko. Lahko bi imel kakšne prilagoditve na primer tudi v kopalnici, da bi bila tuš kabina nižja oziroma da ne bi bilo stopničke (G12). Drugače pa mi celotna razporeditev za enkrat še odgovarja (G13), saj nimam večjih zdravstvenih težav, zato drugih prilagoditev ne potrebujem (G14).

Kako poteka vaš tipični dan?

Zjutraj najprej vstanem okrog 7. ure (G15) in nahranim našega mačka (G16). Nato si skuham kavo (G17) in v časopisu preberem vse aktualne novice (G18). V prostem času gledam televizijo (G19). Moj hobi je vrtnarjenje, saj zelo rad obdelujem svoj domač vrt (G20). Včasih je potrebno tudi kaj popraviti, urediti v hiši in okrog nje (G21). Ko hči dela, skuham tudi kosilo (G22). Rad bi se sicer naučil še boljše kuhati, da bi lahko pripravil tudi kakšno novo jed (G23). Popoldan pa po navadi počivam (G24) ali grem k sosedom (G25) oziroma sorodnikom na obisk in klepet (G26). Zvečer si pogledam poročila ali kakšen film (G27), nato pa grem spat okrog polnoči (G28).

S kom in kako pogosto se družite?

Najbolj pogosto se družim s prijatelji (G29) in sorodniki (G30). Družimo se skorajda vsak dan, saj živimo blizu in smo z večino celo sosed. Drug drugemu pomagamo pri raznih fizičnih opravilih (G31). Z drugimi sorodniki, ki ne živijo tako blizu, se družimo mogoče nekajkrat na mesec in ob kakšnih praznovanjih (G32). Najbolj pomembna v življenju mi je družina in prijatelji. Z ožjo družino se videvamo in družimo vsak dan (G33).

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Glavni vir mojega dohodka je pokojnina (G34), ki mi zadostuje za preživetje (G35). Po poplačilu položnic lahko nekaj malega tudi prihranim (G36).

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Svoje zdravje ocenjujem kot dokaj znosno (G37). Imam bolečine v križu (G38) in nogah (G39), vendar še niso tako hude, da bi mi povzročale večje težave. Še vedno lahko sam postorim vse, kar je potrebno (G40). Ko sem preobremenjen, se poskušam čim bolj umiriti in umakniti na samo (G41). Na svoje zdravje lahko vplivam s čim bolj zdravim prehranjevanjem (G42) in gibanjem (G43), zato zanj skrbim z delom na vrtu in okrog hiše (G44).

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Skoraj se obveznosti naredim sam (G45). Pere, lika in kuha po navadi hči (G46), ko pa je ona v službi, pa velikokrat tudi sam kaj skuham ali pa naročim hrano iz bližnje restavracije (G47). Trenutno še vedno vozim avto, zato nimam problema z mobilnostjo (G48). Me pa spravi v zadrego, če česar ne morem narediti, pa bi rad (G49).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Kakovostno staranje razumem kot to, da ti nič ne manjka, da nimaš pomanjkanja (G50), bolečin ali hujših bolezni (G51) in da se dobro razumeš z drugimi ljudmi okoli sebe (G52). Se mi zdi, da sam dobro sprejemam svojo starost (G53).

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Ukrepi ne vplivajo preveč na moje vsakodnevno življenje (G54), saj sem večinoma v domači okolici. Samo občasno grem v trgovino (G55), drugače mi pa stvari iz trgovine prinese hči (G56). Še vedno pa obiskujem svoje prijatelje, čeprav ti obiski več niso tako pogosti (G57).

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Ponudbe niti ne poznam (G58), vem pa, da hodijo ostali upokoјenci velikokrat z društvom na različne izlete (G59).

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Obrnil bi se po pomoč, če bi jo nujno potreboval (G60). V primeru, da ne bi imel pomoči doma ali bi bil oslabeel in domači ne bi mogli skrbeti za mene. Takrat bi si želel predvsem prijazne oskrbe (G61) in da ne bi bil sam (G62).

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Bolj tako (G63). Želim si, da bi se bolj pozanimali, če kdo potrebuje pomoč (G64). Več bi morali objavljati v glasilu občine ali še kje drugje o možnostih preživljanja prostega časa za starejše (G65), da ljudje ne bi bili sami.

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Malce me skrbi, kaj bo prinesla prihodnost (G66). Svoje življenje v prihodnosti si predstavljam še naprej umirjeno (G67), brez stresa (G68) in z dobrimi odnosi s svojimi bližnjimi (G69). Želim si biti čim dlje čim bolj samostojen (G70) in čim dlje živeti doma (G71), relativno zdrav, brez skrbi in stresa. Prednost samostojnega življenja doma je mir (G72) in da lahko delam, kar mi paše. Slabost, če bi živel popolnoma sam, pa bi bil dolgčas (G73) in osamljenost (G74).

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Želim si še naprej dobre družbe (G75), čim več zdravja (G76), dobrih odnosov (G77) in obiskov (G78). Mogoče bi si želel iti na kakšen izlet s prijatelji (G79). Pa pomladil bi se, če bi se le lahko (G80). Drugače pa ne bi ničesar veliko spreminjal.

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

Da, včasih sem veliko razmišljal o odhodu v domu za starejše (G81). Tam bi imel družbo (G82), varnost (G83) in vse na doseg roke (G84), vendar pa bi preveč pogrešal svoj vrt (G85), družino (G86), dinamično življenje (G87), delo okoli hiše (G88) in še kaj.

Intervju H

Spol: ženski

Starost: 89 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Naredila sem samo osnovno šolo (H1). Takrat so bili drugi časi in smo morali veliko delati doma na kmetiji, zato se nismo preveč šolali. Nikjer nisem bila zaposlena (H2), ker sem bila doma na kmetiji kot gospodinja (H3) ali kako bi to rekla. V službo je hodil samo moj mož, jaz pa sem bila doma in delala.

Kje in s kom živite?

Živim v svoji lastni hiši (H4). Zraven živi tudi moj sin s svojo družino. Tako da živim s sinom (H5), snaho (H6) in dvema vnukoma (H7). Mož mi je pa že umrl. V tej hiši pa živim že več kot 50 let.

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Ja pri hiši je vedno potrebno nekaj popravljati (H8). Hiša ni več nova (H9), ampak jaz se za to ne sekiram preveč. To si bo že sin uredil po svoje, jaz ne bom več nič v tej hiši popravljala in vlagala. Ko smo hišo zgradili, je bila res v redu, no, tudi zdaj je v redu, ne morem reči, da ni. Bom rekla, da mi hiša ustreza glede na moje potrebe (H10). Nimamo veliko stopnic (H11). Le dve stopnici sta do moje sobe, to pa mi gre. Sem sicer že 30 let brez ene noge, tako da pri hoji non stop potrebujem bergle (H12). Mi je pa zet naredil takšno oprijemalo, da se lažje primem in stopim po stopnicah (H13). Stopnice imamo tudi zunaj pri vhodnih vratih (H14). Tisto tudi gre, saj grem počasi. Dokler bom hodila tako kot zdaj, bo še vse dobro ... Potem pa ne vem, kako bo (H15).

Kako poteka vaš tipični dan?

Zjutraj se po navadi zbudim nekje okrog 8. ure (H16). Potem si prižgem radio (H17) ali televizijo (H18). Počasi se prebudim, namestim svojo protezo na nogo (H19) in nato se grem umiti (H20). Sin mi vsak dan, preden gre v službo, pripravi belo kavo in kos kruha (H21). To potem pojem in čakam, da pride snaha iz službe. Dan mi včasih mine hitro, včasih pa se zelo vleče. Dobro, da imamo malega psa v hiši, da si skupaj krajšava čas in nama ni dolgčas (H22). Nimam več nobenih hobijev. Včasih sem rada še kaj naštrikala (H23), zdaj pa še to več ne, ker ne vidim več dobro (H24), zato se štrikanja niti ne lotim. Snaha mi naredi kosilo (H25), po kosilu pa grem malo

počivat (H26). Proti večeru grem rada posedet ven na klopco pred hišo (H27), potem pa počasi nazaj noter, da se pripravim na spanje. Spat grem skoraj vedno ob 21. uri (H28).

S kom in kako pogosto se družite?

Ostala sem edina od sedmih otrok, vsi moji bratje in sestre so že umrli. Z njimi smo se nekoč res veliko družili. Tudi večina mojih vrstnikov in prijateljev iz vasi je žal že pokojnih. Sosedje okoli nas so tudi kar veliko let mlajši od mene, zato se ne družijo z nami starimi, ker so bolj aktivni in nimajo toliko časa. Imam nečakinjo, s katero se velikokrat slišiva po telefonu (H29), drugače pa se pretežno družim s svojimi otroci in vnuki (H30). S sinom in vnuki tako živimo skupaj, zato se vidimo in družimo vsak dan (H31). S hčerko in njeno družino pa malo manj, ampak vseeno večkrat tedensko (H32).

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Ja, pokojnino imam svojo (H33) pa še nekaj malega po možu (H34). Lahko povem, da imam približno 450 € mesečno pokojnine. Meni zadostuje, ker tako ali tako več nikamor ne grem in nič ne zapravljam (H35). Edino snahi dam 300 € mesečno za nakupe hrane v trgovini (H36), ona pa mi potem vsak dan skuha kosilo.

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Pa zdaj že je težko, dnevi mi minevajo počasi, trudim pa se, da si naredim vsak dan dober. Nisem več mlada, zato mi vedno nekaj manjka (H37). Imam kar nekaj zdravstvenih težav, ki so vse kronične (H38), zato sem že navajena na to. Ampak ne rada jamram, zato recimo, da je moje zdravje dokaj dobro (H39).

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Za vso hrano poskrbi snaha, saj ji za to dajem denar (H40). Jaz ji včasih le kaj malega pomagam pri pripravi. Ona mi tudi opere perilo in preobleče posteljnino (H41). V glavnem takšne zadeve, ki jih jaz sedaj zelo težko naredim. Včasih mi tudi pomaga, da se umijem v tuš kabini (H42), ker si sama tega tako ne upam početi. Če že kam grem, me peljeta hčerka ali snaha z avtom, včasih pa tudi vnukinji (H43).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Da še nekaj ustvarjaš (H44), da se ne prepustiš samo toku življenja in čakaš na smrt (H45). Tako nekaj bi to jaz razumela. Pa se mi zdi, da sem že zadosti vsega preživela (H46) in prišla v zelo lepa leta, zato naj bo, kakor pač bo. Želim si, da teh zadnjih nekaj let preživim kar se da lepo (H47).

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Joj, glede tega pa vsak dan poslušam po radiu (H48). Jaz nimam nič s tem, ne hodim nikamor (H49), razen k zdravniku občasno in tam nosim masko (H50). Cepila se nisem in se ne bom, ker sem vedno samo doma. Ko sem imela letos pljučnico, sem bila dolgo v bolnišnici. Je bilo kar hudo, pa vseeno nisem dobila virusa. So mi vsi rekli, da sem imela srečo, da se je tako izteklo. Naj že čim prej to mine, da bo spet vse po starem.

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Ja, večkrat piše v glasilu, kaj vse se dogaja v občini (H51). Ampak meni to nič ne pride v poštev, ker ne morem nikamor iti in sem tako ali tako najraje doma.

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Na nobeno pomoč se še nisem obrnila (H52), bi pa se, če res ne bi šlo drugače in če mi svojci ne bi zmogli pomagati in skrbeti zame (H53).

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Se mi zdi, da naša občina ponuja dosti vsega (H54). Tukaj živim že zelo dolgo in sama sem zelo zadovoljna z vsem (H55). Lahko bi edino uvedli kakšne prostovoljce za družabništvo, da bi nam starejšim, ki ne moremo nikamor, delali družbo na domu in poklepetali z nami (H56).

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Da bi ostalo tako, kot je zdaj, brez večjih sprememb (H57). Skrbi pa me, kako bo, če se mi slučajno zdravstveno stanje spremeni na slabše (H58). Lepo je biti doma, dokler si lahko, zato tudi sama pravim, da še ne bi šla v dom starejših (H59). Prednost tega, da sem doma, je to, da si lahko naredim dan tako, kot sama hočem (H60). Je pa tudi pomanjkljivost, ker nimaš neke družbe doma (H61), jaz pa imam res rada družbo.

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Želela bi si, da bi imela spet zdrave noge in roke (H62), da bi lahko še kaj naredila doma in okoli hiše (H63). Da bi lahko še delala na vrtu (H64). Vse življenje sem bila vajena delati, zato mi zdaj to kar malo manjka. Se trudim, da se s tem ne obremenjujem, zato niti nočem preveč razmišljati o tem.

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

Ja, že večkrat (H65). Sin mi dostikrat to omenja, jaz pa se ne morem odločiti (H66). Vem, da bi tam imela družbo, ki jo tako rabim, in svoje vrstnike (H67). Ne znate si predstavljati, kako je to, ko si cel dan sam doma (H68) in nimaš kaj za početi. Vsak dan teče enako. In če to povem sinu, mi reče, da me bo dal v dom, če bom preveč jamrala. Se mi zdi, da imam vseeno v glavi nek odpor do domov starejših (H69).

Intervju I

Spol: moški

Starost: 76 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Delal sem na Tehnostroju v Ljutomeru, v proizvodnji (I1).

Kje in s kom živite?

Živim v hiši (I2), skupaj z bratom (I3) in hiša je najina. To je naša domačija, na kateri sva ostala. Živiva sama, ker noben od naju nima otrok.

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Za mene je hiša v redu (I4), saj nisem zahteven. Sicer bi bilo treba spremeniti veliko z vidika koga drugega, ampak sem navajen, da je tako, kot je. Pomanjkljivost je sigurno veliko strmih stopnic (I5). Hiša je tudi precej stara (I6) in takrat so tako gradili. Ni verjetno primerna za stara leta, ker zna biti kar nevarna včasih. Brat je tudi že padel po stopnicah, ker niso najbolj fiksne, ampak saj se trudiva, da čim bolj paziva pri hoji. Če bi imela denar, bi si lahko uredila okolico hiše (I7), da bi bilo vse bolj varno.

Kako poteka vaš tipični dan?

Zjutraj se zelo zgodaj zbudim (I8). Doma imam kar veliko kmetijo. Imam 5 krav in 4 svinje, zato vedno najprej zjutraj grem v štaljo in opravim svoje obveznosti (I9). Po tem šele poskrbim za svoj zajtrk (I10). Čez dan je vedno kaj zunaj za postoriti. Treba je skrbeti za živino in delati na njivi (I11) in tudi v gozdu (I12). Vsak dan se lahko odločam, kaj točno bom počel. Omejuje me nekoliko le živina, ker to pa mora biti urejeno in živali ne smejo biti lačne. Nimam veliko prostega časa. Sem delaven, ne morem biti na miru in kar lenariti. Vmes si na hitro skuham še nekaj za kosilo (I13) in nato grem spet ven. Imam pa tudi okoli deset mačk, jih še sam ne morem prešteti, in enega psa. Proti večeru je spet čas za obveznosti v štali, nato pa grem v hišo, pogledam televizijo (I14) in grem spat (I15).

S kom in kako pogosto se družite?

Vsak dan se druživa z bratom (I16). Brat mi je tudi najbolj pomemben, ker drugih svojcev nimam. Drugače pa se največ družim s sosedi, večkrat tedensko (I17).

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Imam svojo pokojnino (I18), ki mi zadostuje (I19). Brat nima nobenega dohodka, ker je celo življenje delal na kmetiji, zato jaz vzdržujem oba. Nama zadostuje. Nekaj pa tudi zasluži z delom na kmetiji, ampak v zelo malem obsegu (I20).

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Tako kot pravijo – delo krepí človeka. Nikdar nisem bil veliko bolan (I21). Pred petimi leti sem bil v bolnišnici, ker so mi menjali kolk (I22). Tako da menim, da je moje zdravje dobro (I23). Ima pa brat sedaj nekaj zdravstvenih težav in upam, da bo dobro. Skrbi me, kako bo z delom na kmetiji, če bi se moje zdravje poslabšalo (I24). Nimam naslednikov, da bi lahko dalje vodili kmetijo. So mi že predlagali, da bi vso živino prodal, ampak ne morem. Navajen sem, da so živali na kmetiji in da je potrebno delati.

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Za vse opravila poskrbim sam (I25), saj sem tako že od nekdaj navajen. Ni mi težko, saj to počnem že precej dolgo. Sam še vedno vozim avto (I26) in traktor (I27), tako da upam, da bom lahko vozil še dolgo (I28).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Jaz menim, da še nisem tako zelo star (I29), ker še lahko delam (I30) in vozim avto. Za mene je tudi to kakovostna starost. Da nisem samo doma in da nič ne delam (I31). Pa da ti zdravje dobro služi (I32).

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

To nam je zdaj kar otežilo življenje (I33). Dolgo časa si nisem upal nikamor na obisk (I34), da se ne bi preveč družili in okužili (I35). Masko pa nosim vedno, ko moram v trgovino ali k zdravniku (I36).

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Vem, da nekaj sigurno imamo, pa sedaj ne bi vedel, kaj točno (I37). Sem pa tudi sam vključen v društvo upokojencev (I38), ampak izletov se ne udeležujem, ker zanje nimam časa.

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Zaenkrat mislim, da se nobene storitve ne potrebujem (I39). Če bi pa rabil pomoč jaz ali moj brat, pa bi definitivno zaprosil za pomoč.

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Dobro (I40).

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

Naj ostane moje zdravje tako, kot je zdaj, da ne bi šlo na slabše (I41). Vesel sem, da sem dobro, da sem še toliko pri močeh, da zmorem obvladati kmetijo (I42). Saj danes ni več veliko mladih, da bi kaj delali. Če pa že, je vse treba plačati, nobeden ne bi nič zastonj pomagal, kot je bilo včasih v navadi. To me žalosti, da včasih je treba koga prav prositi, da mi pride pomagat.

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Da bi imel naslednike na kmetiji, ki bi mi že sedaj pomagali delati, da ne bi vsega rabil sam (I43). Tako bi si tudi jaz lahko včasih malo odpočil.

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

Ja, sem že razmišljal o domu (I44), ampak se ne bi odločil za to (I45). Ne vem, kaj bi tam počel, in sigurno bi mi bilo dolgčas (I46).

Intervju J

Spol: ženski

Starost: 67 let

Kakšen je vaš poklic/izobrazba? Kje ste bili zaposleni?

Naredila sem poklicno šolo za vzgojiteljico (J1). Zaposlena sem bila kot pomočnica vzgojiteljice v Vrtcu v Radencih (J2). Sedaj sem pa upokojena (J3).

Kje in s kom živite?

Živim sama (J4) v svoji hiši (J5).

Kako ocenjujete svoje stanovanje/hišo? Vidite kakšne prednosti in/ali pomanjkljivosti?

Hiša je ravno dovolj velika zame (J6). Je pritlična (J7) in ima samo nekaj stopnic pred vhodom (J8). To mi odgovarja, ker je tako lahko dostopna.

Kako poteka vaš tipični dan?

Po navadi vstanem okrog 8. ure (J9), si skuham kavo (J10) in jo pijem zunaj na terasi (J11). Potem preberem časopis (J12) in rešujem križanke (J13). Vmes si pripravim še kosilo (J14). Ko pojem, pospravim in pomijem posodo (J15), nato pa grem malo počivat (J16). V prostem času rada tudi pletem (J17) ali pa kaj zašijem (J18). Nasploh obvladam vsa ročna dela, kar mi je pri delu v vrtcu zelo prav prišlo. Popoldne se skoraj vsak dan odpravim tudi na sprehod (J19), kjer velikokrat srečam prijatelje in znance, s katerimi popijemo kakšno kavico in malo poklepetamo (J20). Ko pridem domov, prižgem televizijo in pogledam nadaljevanko (J21). Spat grem po 11. uri zvečer (J22).

S kom in kako pogosto se družite?

Največ se družim s svojo hčerko in njeno družino (J23), z bratom (J24) in s prijatelji ter prijateljicami (J25). Družimo pa se večkrat na teden. Najbolj pomembni družinski člani sta mi hčerka in vnukinja, s katerima se slišimo res vsak dan (J26). Želela pa bi si več stikov s sošolkami, s katerimi smo se po šolanju razšle in izgubile stike (J27).

Kaj je glavni vir vašega dohodka? Vam zadostuje za preživetje?

Glavni vir dohodka je moja pokojnina (J28), ki mi zaenkrat zadostuje za preživetje (J29).

Kako ocenjujete svoje zdravje?

Moje zdravje bi ocenila kot kar zadovoljivo (J30), vendar pa bi lahko včasih kaj več naredila in s tem poskrbela, da bi bilo še boljše (J31).

Kdo in kako vam pomaga pri vsakdanjih opravilih in obveznostih?

Čez teden po navadi vse postorim sama (J32), za vikend pa pride na obisk vnukinja in takrat mi ona pomaga (J33), vendar bolj za družbo in zabavo. V trgovino hodim le redko, zato mi tedenski nakup pripelje kar hčerka (J34).

Kako razumete pojem kakovostno staranje? Kako sprejemate lastno starost?

Zame to pomeni, da sem samostojna (J35), zdrava (J36), se lahko družim s prijatelji (J37) in imam dobre odnose z družino (J38). Pomembno se mi zdi tudi to, da mi pokojnina zadošča (J39), da lahko še kam odpotujem oziroma grem, kamor želim (J40). Starost mi zaenkrat še ne povzroča večjih težav (J41), zato jo dobro sprejemam (J42).

Kako na vaše vsakdanje življenje vplivajo virus Covid-19 in z njim povezani ukrepi?

Zaradi virusa in ukrepov se nismo smeli dosti družiti (J43). Takrat mi je bilo težko (J44), ker sem stike z družino in prijatelji morala zmanjšati res na minimum (J45). Še vedno so vsepovsod neke omejitve (J46), najbolj pa me jezi in mi je moteče nošenje mask (J47).

Ali poznate ponudbo storitev za starejše občane v občini Križevci?

Poznam dom starejših v Lukavcih za osebe s posebnimi potrebami (J48) in pomoč na domu (J49). Dom ima tudi podenote v Križevcih (J50), Ljutomeru (J51) in v Veržaju (J52).

Bi katero od storitev po vašem mnenju že potrebovali?

Trenutno pomoči še ne potrebujem (J53), vendar bi se obrnila na koga, če bi se moje zdravje poslabšalo (J54) in bi bilo to nujno potrebno (J55).

Kako je po vašem mnenju poskrbljeno za starejše občane občine Križevci?

Mislim, da v redu (J56). Vendar pa bi lahko občina kaj več naredila v smeri druženja s starejšimi (J57).

Kako si predstavljate prihodnost staranja doma?

O tem ne razmišljam preveč (J58). Upam, da bo moje življenje še dolgo časa ostalo tako, kot je sedaj (J59). Da bom dobrega zdravja (J60) in bom lahko poskrbela zase (J61).

Kaj bi si želeli, da bi bila vaša starost še lepša?

Želim si, da bi ostala samostojna (J62), sposobna poskrbeti sama zase (J63). Ne bi pa bilo slabo, da bi imela tudi malce večjo pokojnino (J64), da bi lahko več potovala in uživala (J65).

Ste kdaj razmišljali o odhodu v dom starejših občanov?

Ne želim si odhoda v dom (J66). Želim živeti v svoji hiši (J67), saj sem še samostojna (J68), dobro preskrbljena (J69) ter živim, kot mi ustreza (J70). Če pa ne bom več mogla skrbeti zase, pa si v prvi vrsti želim pomoči na domu (J71).

9.3. Priloga 3: Odprto kodiranje

ŠT. IZJAVE	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	TEMA
A1	<i>Že celo svoje življenje živim in delam na kmetiji</i>	delo na kmetiji	poklic	vsakdanje življenje
A2	<i>Živim v lastni hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
A3	<i>s svojo ženo</i>	z ženo	sobivanje	stanovanjske razmere
A4	<i>Zelo sem zadovoljen</i>	zadovoljstvo s hišo	prednosti	stanovanjske razmere
A5	<i>Hiša je sicer res stara</i>	stara hiša	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A6	<i>največja pomanjkljivost pri njej ta, da odpada omet</i>	odpada omet	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A7	<i>vлага je že dalj časa nazaj vdrla v notranjost</i>	vлага vdrla v notranjost	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A8	<i>bi jo bilo treba prenoviti</i>	potrebna prenove	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A9	<i>me sedaj v starosti zelo motijo visoke stopnice pred vhodom</i>	visoke stopnice	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A10	<i>Prenove si z ženo s svojima nizkima pokojninama ne moreva privoščiti</i>	nezmožnost prenove hiše zaradi nizkih pokojnin	nizek dohodek	materialna preskrbljenost
A11	<i>Smo pa pred tremi leti zamenjali okna</i>	zamenjana okna	prednosti	stanovanjske razmere
A12	<i>Tukaj nama z ženo manjkata stranišče in kopalnica</i>	manjkajoče stranišče in kopalnica	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A13	<i>Ker je stranišče zunaj, ločeno od hiše</i>	stranišče ločeno od hiše	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A14	<i>Hiša je grajena po starem načinu,</i>	star način gradnje	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A15	<i>stara pa je že več kot 200 let</i>	stara hiša	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A16	<i>Kot prednost bi rekel, da je hiša zelo velika</i>	velika hiša	prednosti	stanovanjske razmere
A17	<i>pomanjkljivost, zdaj pozimi, ker se dolgo ogreva</i>	dolgo ogrevanje	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A18	<i>porabimo še veliko kurjave, saj kurimo na drva</i>	velika poraba kurjave	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
A19	<i>Najprej se zjutraj zbudim</i>	zbujanje	jutranja rutina	vsakdanje življenje
A20	<i>Vstanem zelo hitro</i>	hitro vstajanje	jutranja rutina	vsakdanje življenje
A21	<i>ponoči zelo slabo spim</i>	slabo spanje	večerna rutina	vsakdanje življenje

A22	<i>zadremam večkrat tudi podnevi</i>	počitek	dnevna rutina	vsakdanje življenje
A23	<i>Fizično nič kaj več ne postorim</i>	nezmožnost fizičnega dela	slabo zdravje	zdravje
A24	<i>Kosilo mi skuhata in prineseta vnukinji</i>	kosilo skuhata vnukinji	pomoč drugih	neformalna oskrba
A25	<i>Ker imam slabo kri</i>	slaba kri	slabo zdravje	zdravje
A26	<i>pridejo vsak drugi dan pome z rešilnim vozilom, ter me peljejo v bolnišnico na dializo</i>	dializa	skrb za zdravje	zdravje
A27	<i>Zvečer pa mi pri umivanju pomagajo moj najmlajši sin in vnukinji</i>	pomoč sina in vnukinji pri umivanju	pomoč drugih	neformalna oskrba
A28	<i>gledam televizijo</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
A29	<i>kar hitro zaspim</i>	zgodno spanje	večerna rutina	vsakdanje življenje
A30	<i>Nekajkrat na teden pride k meni tudi starejši sosed, da se malo pogovoriva in druživa</i>	obisk sosedov	stiki s sosedi	neformalna oskrba
A31	<i>imam dobre odnose s svojo družino</i>	dobri odnosi z družino	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
A32	<i>in sosedi</i>	dobri odnosi s sosedi	stiki s sosedi	neformalna oskrba
A33	<i>Imam tudi tri sinove</i>	trije sinovi	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
A34	<i>Najmlajši živi tukaj poleg in ima tri otroke, enega sina in dve hčerki</i>	trije vnuki	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
A35	<i>Najstarejši sin živi v sosednji vasi in ima dve hčerki</i>	dve vnukinji	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
A36	<i>Srednji sin pa se je odselil že pri osemnajstih letih, ker je blizu Ljubljane dobil službo. On bi lahko večkrat prišel sem na obisk v Prlekijo</i>	malo stikov s srednjim sinom	želja po več stikih	želje
A37	<i>Dobil sem občutek, da sem res spoštovan</i>	občutek spoštovanja	pozitivni občutki	počutje
A38	<i>Kar se tiče družine, sem zelo ponosen na vse</i>	ponos na družino	pozitivni občutki	počutje
A39	<i>da sem zelo hvaležen tudi moji ženi. Z ženo sva sedaj že 57 let v zakonskem razmerju in to je že veliko. Praznovala sva tudi zlato poroko, ampak bolj skromno</i>	hvaležnost ženi	pozitivni občutki	počutje

A40	<i>Kar se tiče sosedskih odnosov, smo imeli zmeraj dobre odnose</i>	dobri odnosi s sosedi	stiki s sosedi	neformalna oskrba
A41	<i>Zdaj na stara leta se zelo malo družim z drugimi</i>	malo stikov na stara leta	želja po več stikih	želje
A42	<i>se pa zelo rad pogovarjam, zato sem vesel, ko me pride sosed vsaj malo pozdravit</i>	veselje ob obiskih	pozitivni občutki	počutje
A43	<i>Ko sem bil mlad, sem bil član gasilskega društva</i>	član gasilskega društva	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
A44	<i>imam zelo dober spomin</i>	dober spomin	dobro zdravje	zdravje
A45	<i>Pokojnina je glavni vir dohodka</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
A46	<i>kar dobimo od zemlje</i>	denar od zemlje	vir dohodka	materialna preskrbljenost
A47	<i>Pokojnina je nizka</i>	nizka pokojnina	nizek dohodek	materialna preskrbljenost
A48	<i>Sedaj smo veliko živine že prodali, ostalo nam je le nekaj krav, prašičev in kokoši, za katere sedaj skrbim pretežno sin.</i>	pomoč sina pri skrbi za živino	pomoč drugih	neformalna oskrba
A49	<i>Imamo tudi nekaj njiv, ki jih obdelujeta sin in vnuk.</i>	pomoč sina in vnuka pri obdelovanju njiv	pomoč drugih	neformalna oskrba
A50	<i>Če pogledam našo družino, imamo vse, kar potrebujemo</i>	dobra preskrbljenost	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
A51	<i>Bolj slabo, nisem več najbolj zdrav</i>	bolj slabo	slabo zdravje	zdravje
A52	<i>Imam diagnozo popuščanje srca</i>	popuščanje srca	slabo zdravje	zdravje
A53	<i>strjevanje krvi</i>	strjevanje krvi	slabo zdravje	zdravje
A54	<i>Imam tudi vnetje žolčnika</i>	vnetje žolčnika	slabo zdravje	zdravje
A55	<i>Imam posebno dieto, ker imam pregosto kri</i>	posebna dieta	skrb za zdravje	zdravje
A56	<i>Jemljem tudi določena zdravila</i>	jemanje zdravil	skrb za zdravje	zdravje
A57	<i>Vsak drug dan grem tudi v bolnišnico na dializo</i>	dializa	skrb za zdravje	zdravje
A58	<i>Največji problem pa so moje noge, ki me več ne držijo gor, ker so se postarale</i>	oslabele noge	slabo zdravje	zdravje
A59	<i>Če bi le lahko, bi še zdaj vozil avto in traktor</i>	vožnja avtomobila in traktorja	želja po vožnji	želje
A60	<i>da bi lahko delal na njivi</i>	delo na njivi	želja po delu	želje

A61	<i>Sam zase še koliko toliko poskrbim. Lahko grem sam na stranišče</i>	samostojnost pri hoji na stranišče	dobro zdravje	zdravje
A62	<i>Samostojno še tudi jem in pijem</i>	samostojnost pri prehranjevanju	dobro zdravje	zdravje
A63	<i>Pomoč potrebujem le pri umivanju, kjer mi pomagata vnukinja in sin</i>	pomoč vnukinj in sina pri umivanju	pomoč drugih	neformalna oskrba
A64	<i>nič več ne delam. Ne morem, ker sem preveč slaboten</i>	ne delo zaradi starosti	slabo zdravje	zdravje
A65	<i>V trgovino in lekarno po zdravila tudi gre sin namesto mene</i>	pomoč sina pri nakupih živil in zdravil	pomoč drugih	neformalna oskrba
A66	<i>Pa k zdravniku me odpelje</i>	prevoz do zdravnika	pomoč drugih	neformalna oskrba
A67	<i>ne morem hoditi</i>	nezmožnost hoje	slabo zdravje	zdravje
A68	<i>Zadovoljstvo je osnova, da se vsi, ne samo stari ljudje dobro počutimo</i>	zadovoljstvo je osnova za dobro počutje	pozitivni občutki	počutje
A69	<i>In za to bi mogla v prvi vrsti poskrbeti lastna družina</i>	skrb družine	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
A70	<i>stare ljudi odrivajo, ker nimajo časa in ne volje skrbeti za njih</i>	pomanjkanje časa in volje svojcev za skrb	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
A71	<i>Poleg tega lepo skrbijo za naju in nama pomagajo</i>	skrb in pomoč družine	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
A72	<i>Sedaj zaradi virusa moram vedno nositi masko, ko me peljejo v bolnišnico na dializo. Pod masko težje diham, ampak sem se že kar navadil</i>	nošenje mask	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
A73	<i>Zaradi ukrepa, da nam je prepovedano prehajati med občinami</i>	prepovedano prehajanje med občinami	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
A74	<i>svojega drugega sina nisem videl že kar dolgo časa</i>	malo stikov s sinom	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
A75	<i>Kaj drugo se ni pretirano spremenilo</i>	ni pretiranih sprememb	brez sprememb	vpliv virusa Covid-19 na življenje
A76	<i>imamo možnost pomoči na domu</i>	pomoč na domu	storitve pomoči na domu	ponudba storitev v občini
A77	<i>je zelo draga</i>	draga pomoč na domu	storitve pomoči na domu	ponudba storitev v občini
A78	<i>Dom starejših občanov imamo najbližje v Ljutomeru</i>	dom starejših občanov v Ljutomeru	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
A79	<i>ali v Radencih</i>	dom starejših občanov v Radencih	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini

A80	<i>Ne pogrešam in ne potrebujem nobene storitve</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
A81	<i>posestvo prevzel sin in sedaj skrbi za naju z ženo</i>	skrb sina	pomoč drugih	neformalna oskrba
A82	<i>ne potrebujem pomoči na domu</i>	ni potrebe po pomoči na domu	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
A83	<i>Patronažna sestra pride k meni, da mi vzame kri</i>	obiski patronažne službe	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
A84	<i>moji obiski bolnišnic so v zadnjem času kar pogosti</i>	pogosti obiski bolnišnic	slabo zdravje	zdravje
A85	<i>S strani občine mislim, da bolj malo</i>	slaba skrb s strani občine	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
A86	<i>vse občine potem čim bolj varčujejo. Predvsem na nas, starih ljudeh</i>	varčevanje na starih ljudeh	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
A87	<i>Na čakanju</i>	na čakanju	negativni občutki	prihodnost staranja doma
A88	<i>Želim si, da me pustijo pri miru, da imam nek svoj mir</i>	imam mir	prednosti	prihodnosti staranja doma
A89	<i>Noge me grozno bolijo, ko dalj časa hodim</i>	boleče noge	slabo zdravje	zdravje
A90	<i>bi si želel, da bi me moje noge še ubogale in da bi bil sposoben še hoditi</i>	sposobnost hoje	želja po dobrem zdravju	želje
A91	<i>kaj več sam narediti</i>	zmožnost narediti več	želja po delu	želje
A92	<i>o domu starejših občanov z ženo sploh ne razmišlja</i>	ne razmišljanje o odhodu v dom	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
A93	<i>plačevanja doma za oba nikakor ne moreva privoščiti</i>	nezmožnost plačevanja domske oskrbe	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
A94	<i>Niti nočeva, da bi tako velik znesek za naju plačevali domači</i>	plačevanje oskrbe s strani svojcev	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
A95	<i>da se oba dobro počutiva tukaj, kjer sva</i>	dobro počutje doma	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
A96	<i>Želim si doma ostati vse do svoje smrti in v nobenem primeru se ne bi nikamor selil</i>	ostati doma do svoje smrti	želja ostati doma	mnenje o domu starejših občanov
B1	<i>sem šivilja</i>	šivilja	poklic	vsakdanje življenje
B2	<i>Delala sem v tovarni Mura v Ljutomeru</i>	delo v tekstilni tovarni	zaposlitev	vsakdanje življenje
B3	<i>V lastni hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
B4	<i>z možem</i>	z možem	sobivanje	stanovanjske razmere

B5	<i>kar velika družinska hiša ob glavni cesti. Ima tri nadstropja</i>	velika hiša	prednosti	stanovanjske razmere
B6	<i>Imamo balkon</i>	balkon	prednosti	stanovanjske razmere
B7	<i>prostor za drva</i>	prostor za drva	prednosti	stanovanjske razmere
B8	<i>dvorišče z manjšim sadovnjakom</i>	sadovnjak	prednosti	stanovanjske razmere
B9	<i>in vrtom</i>	vrt	prednosti	stanovanjske razmere
B10	<i>smo renovirali kopalnico</i>	prenova kopalnice	prednosti	stanovanjske razmere
B11	<i>in kuhinjo</i>	prenova kuhinje	prednosti	stanovanjske razmere
B12	<i>smo zamenjali kad s tuš kabino, v katero smo dodali stolček in držalo</i>	tuš kabina s stolčkom in držalom	prednosti	stanovanjske razmere
B13	<i>še nimam težav z mobilnostjo</i>	ni težav z mobilnostjo	dobro zdravje	zdravje
B14	<i>pa stopnice do vhoda stanovanjskega dela znajo biti problem v prihodnosti</i>	stopnice do vhoda	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
B15	<i>Notranjost je dokaj prostorna</i>	prostorna notranjost	prednosti	stanovanjske razmere
B16	<i>Za dva je hiša mogoče prevelika</i>	prevelika za dva	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
B17	<i>Sva jo pa sezidala sama in sva ponosna na ta dosežek</i>	ponos na lastno hišo	pozitivni občutki	počutje
B18	<i>Najprej se zjutraj zbudim</i>	zbujanje	jutranja rutina	vsakdanje življenje
B19	<i>nama z možem pripravim zajtrk</i>	priprava zajtrka	jutranja rutina	vsakdanje življenje
B20	<i>Rada kuham</i>	kuhanje	dnevna rutina	vsakdanje življenje
B21	<i>pečem</i>	peka peciva	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B22	<i>in vrtnarim</i>	vrtnarjenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B23	<i>Po kosilu se sprostim z reševanjem križank</i>	reševanje križank	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B24	<i>ali pa si pogledam kakšno nadaljevanko</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B25	<i>Popoldne obiščeva sorodnike ali oni obiščejo naju</i>	obisk sorodnikov	stiki s sorodniki	neformalna oskrba
B26	<i>skupaj z možem urejava vrt ali sadovnjak</i>	skrb za vrt in sadovnjak	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B27	<i>ali pa mož pokosi travo</i>	pomoč moža pri košnji trave	pomoč drugih	neformalna oskrba

B28	<i>Vsak dan grem tudi na sprehod</i>	sprehod	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B29	<i>Poleg šivanja</i>	šivanje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B30	<i>obvladam tudi štrikanje</i>	pletenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B31	<i>Spat grem po navadi okrog 9. ure zvečer</i>	spanje ob 21. uri	večerna rutina	vsakdanje življenje
B32	<i>Zelo sem ponosna na svojo družino</i>	ponos na družino	pozitivni občutki	počutje
B33	<i>S hčerino družino se družimo vsaj dvakrat na teden</i>	druženje s hčerko in njeno družino dvakrat tedensko	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
B34	<i>S svojimi sestrami vsaj na dva tedna</i>	druženje s sestrami vsaj na dva tedna	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
B35	<i>Ena od sester živi v Nemčiji, zato mi je zelo pomembno, da telefonirava čim večkrat</i>	stiki s sestro preko telefona	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
B36	<i>Možev brat živi prek ceste, z njim in družino se vidimo vsak dan</i>	druženje z moževim bratom vsak dan	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
B37	<i>Sin z družino naju obišče vsaj enkrat na mesec</i>	druženje s sinom in njegovo družino vsaj enkrat na mesec	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
B38	<i>Najraje se družim z vnuki</i>	druženje z vnuki	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
B39	<i>Z njimi igramo družabne igre in kartamo</i>	družabne igre in kartanje z vnuki	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
B40	<i>Glavni vir mojega dohodka je pokojnina</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
B41	<i>Skupaj z moževo pokojnino</i>	moževa pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
B42	<i>imava dovolj za vse, kar potrebujeva</i>	imava dovolj	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
B43	<i>da si kdaj pa kdaj kaj privoščiva</i>	si lahko kaj privoščiva	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
B44	<i>Lepo pa bi bilo, če bi dobili malo večjo pokojnino</i>	večja pokojnina	želja po višji pokojnini	želje
B45	<i>Moje zdravje je zaenkrat dobro</i>	zaenkrat dobro	dobro zdravje	zdravje
B46	<i>Zanj ne skrbim nekaj pretirano</i>	ne skrbim pretirano	slaba skrb za zdravje	zdravje
B47	<i>Hodim na sprehode</i>	sprehodi	skrb za zdravje	zdravje
B48	<i>občasno kolesarim</i>	kolesarjenje	skrb za zdravje	zdravje
B49	<i>Vrtnarjenje mi tudi pomaga</i>	vrtnarjenje	skrb za zdravje	zdravje
B50	<i>Zaenkrat lahko vse postorim sama</i>	vse naredim sama	dobro zdravje	zdravje

B51	<i>kuham, perem, likam, pospravljam, čistim, sesam</i>	samostojnost pri gospodinjskih opravilih	dobro zdravje	zdravje
B52	<i>mož kosi travo</i>	pomoč moža pri košnji trave	pomoč drugih	neformalna oskrba
B53	<i>pripravlja drva za kurjavo</i>	pomoč moža pri pripravi drv	pomoč drugih	neformalna oskrba
B54	<i>nimam voziškega dovoljenja</i>	brez voziškega dovoljenja	pomoč drugih	neformalna oskrba
B55	<i>Da smo srečni in zdravi</i>	sreča	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
B56	<i>se lahko sami odločimo, kako bomo živeli</i>	samostojno odločanje o načinu življenja	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
B57	<i>občutek neodvisnosti</i>	neodvisnost	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
B58	<i>da sama lahko skrbim zase</i>	skrb zase	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
B59	<i>Svojo starost sprejemam dobro</i>	dobro sprejemanje starosti	sprejemanje starosti	kakovostna starost
B60	<i>še vse lahko naredim sama</i>	vse naredim sama	dobro zdravje	zdravje
B61	<i>Zavedam se, da se vsem nam življenje izteka in se bo enkrat tudi izteklo</i>	zavedanje minljivosti življenja	sprejemanje starosti	kakovostna starost
B62	<i>me to ne skrbi toliko</i>	ni skrbi	sprejemanje starosti	kakovostna starost
B63	<i>Ne družimo se toliko</i>	manj stikov	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
B64	<i>Dosti več se poslužujemo telefonskih klicev</i>	več stikov preko telefona	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
B65	<i>Tudi v trgovino z možem ne hodi veliko</i>	manj obiska trgovin	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
B66	<i>nama tedenski nakup živil pripelje hčerka</i>	tedenski nakup pripelje hčerka	pomoč drugih	neformalna oskrba
B67	<i>Tudi na maske sem se že navadila, so že del vsakdana</i>	nošenje mask	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
B68	<i>Me pa skrbi, da bi se situacija ponovno poslabšala</i>	skrb glede poslabšanja in strožjih ukrepov	negativni občutki	počutje
B69	<i>Poznam Dom v Lukavcih</i>	dom Lukavci	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
B70	<i>Ne. Verjetno bi se pa bolj pozanimala o storitvah, če bi se kateri od naju poškodoval</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
B71	<i>Bolj slabo, se mi zdi</i>	slaba skrb s strani občine	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine

B72	<i>Pogrešam vaše gasilske veselice</i>	ni vaških gasilskih veselic	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
B73	<i>če bi v občini imeli nekoga ali nek servis, ki bi na dom razvažal špecerijo</i>	ni razvoza živil	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
B74	<i>Da bi čim dalj časa ostala zdrava</i>	ostati zdrava	želja po dobrem zdravju	želje
B75	<i>zmožna sama skrbeti zase</i>	zmožnost skrbeti zase	želja po samostojnosti	želje
B76	<i>Da sva skupaj do smrti v lastnem domu</i>	ostati doma do svoje smrti	želja ostati doma	mnenje o domu starejših občanov
B77	<i>Mogoče, če bi ostala sama,</i>	če bi ostala sama	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
B78	<i>drugače pa nebi šla</i>	ni želje	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
C1	<i>Po poklicu sem ključavničar</i>	ključavničar	poklic	vsakdanje življenje
C2	<i>Zaposlen sem bil v Križevskih opekarnah v Borecih, ki so se kasneje preimenoval v Tondach.</i>	delo v tovarni opek	zaposlitev	vsakdanje življenje
C3	<i>V svoji hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
C4	<i>z ženo</i>	z ženo	sobivanje	stanovanjske razmere
C5	<i>in psom</i>	s psom	sobivanje	stanovanjske razmere
C6	<i>je hiša velika</i>	velika hiša	prednosti	stanovanjske razmere
C7	<i>ima veliko naravne svetlobe</i>	veliko naravne svetlobe	prednosti	stanovanjske razmere
C8	<i>imava z ženo spalnico v zgornjem nadstropju</i>	spalnica v zgornjem nadstropju	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
C9	<i>nama z ženo stopnice ne bodo predstavljale prevelikega problema</i>	stopnice	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
C10	<i>nama bo moral pomagati sin</i>	pomoč sina pri prenovi	pomoč drugih	neformalna oskrba
C11	<i>Imava pa tudi svoj vrt</i>	vrt	prednosti	stanovanjske razmere
C12	<i>Nasploh je okolica super</i>	lepa okolica	prednosti	stanovanjske razmere
C13	<i>Zjutraj se zbudim približno okrog 7. ure</i>	zbujanje okrog 7. ure	jutranja rutina	vsakdanje življenje
C14	<i>pojem zajtrk</i>	priprava zajtrka	jutranja rutina	vsakdanje življenje
C15	<i>preberem časopis</i>	branje časopisa	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
C16	<i>spijem kavo</i>	pitje kave	jutranja rutina	vsakdanje življenje

C17	<i>Občasno pogledam tudi oddajo Dobro jutro</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
C18	<i>Ker imava psa, grem tudi na kratek sprehod z njim</i>	sprehod s psom	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
C19	<i>Kosilo nama včasih pripeljejo na dom iz lokalne gostilne</i>	dostava hrane	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
C20	<i>Po kosilu po navadi malo počivam</i>	počitek	dnevna rutina	vsakdanje življenje
C21	<i>imava tudi nekaj sobnih rastlin, za katere je potrebno poskrbeti in jih občasno zaliti</i>	skrb za sobne rastline	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
C22	<i>Včasih pride na obisk tudi sin z ženo in vnuki ali pa greva midva k njim</i>	obisk sina	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
C23	<i>Upam, da bom imel še nekaj let vozniški izpit, da se bova z ženo lahko še kam peljala</i>	vozniški izpit	želja po vožnji	želje
C24	<i>pojem še večerjo, najrajši en sendvič</i>	večerja	večerna rutina	vsakdanje življenje
C25	<i>se stuširam</i>	umivanje	večerna rutina	vsakdanje življenje
C26	<i>grem spat okrog 10. ure zvečer</i>	spanje okrog 22. ure	večerna rutina	vsakdanje življenje
C27	<i>Z ženo se druživa vsak dan</i>	druženje z ženo vsak dan	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
C28	<i>Z ženo pa se najpogosteje druživa s sinom in njegovo družino</i>	druženje s sinom in njegovo družino	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
C29	<i>pridejo vnuki občasno tudi k nama v varstvo. Sedaj približno enkrat do dvakrat na mesec</i>	varstvo vnukov dvakrat na mesec	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
C30	<i>Drugače pa se po navadi največ družim s sosedi</i>	druženje s sosedi	stiki s sosedi	neformalna oskrba
C31	<i>kar pa je v današnji situaciji zaradi virusa omejeno</i>	omejeni stiki	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
C32	<i>Nekajkrat na mesec obiščem tudi brata</i>	druženje z bratom	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
C33	<i>Pokojnina</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
C34	<i>je zelo nizka</i>	nizka pokojnina	nizek dohodek	materialna preskrbljenost
C35	<i>je zraven tudi pokojnina žene</i>	ženina pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
C36	<i>Živiva pa skromno in ne razsipavava z denarjem po nepotrebnem</i>	skromno življenje	nizek dohodek	materialna preskrbljenost

C37	<i>si lahko tudi privoščiva, da nama hrano občasno pripeljejo na dom</i>	si lahko privoščiva dostavo hrane	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
C38	<i>Po pokritju stroškov položnic in hrane nama ostane zelo malo</i>	ostane zelo malo denarja	nizek dohodek	materialna preskrbljenost
C39	<i>Zaenkrat je moje zdravje še dobro</i>	zaenkrat dobro	dobro zdravje	zdravje
C40	<i>nimam nobenih večjih težav</i>	ni večjih težav	dobro zdravje	zdravje
C41	<i>Hodim še lahko</i>	zmožnost hoje	dobro zdravje	zdravje
C42	<i>Za zdravje večinoma skrbim tako, da opravljam fizična dela okrog hiše</i>	fizična dela	skrb za zdravje	zdravje
C43	<i>Kosim travo</i>	košnja trave	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
C44	<i>sekam in skladiščim drva</i>	priprava drv	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
C45	<i>Pazim pa tudi na svojo prehrano</i>	pazim na prehrano	skrb za zdravje	zdravje
C46	<i>Imam pa eno slabo razvado, ki bi se je mogel znebiti. Kadim</i>	kajenje	slaba skrb za zdravje	zdravje
C47	<i>Žena mi največkrat pomaga. Ona mi skuha kosilo, ko mi ga ne pripeljejo iz lokalne gostilne. Ona tudi opere in zloži perilo.</i>	pomoč žene pri gospodinskih opravilih	pomoč drugih	neformalna oskrba
C48	<i>Vse ostalo pa lahko še naredim sam</i>	vse naredim sam	dobro zdravje	zdravje
C49	<i>Veliko boljše bi bilo, da se sploh nebi staral, ampak da bi bil vedno mlajši</i>	želja biti mlajši	sprejemanje starosti	kakovostna starost
C50	<i>Najpomembnejše mi je to, da sem zdrav</i>	zdravje	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
C51	<i>da lahko se še sam vse postorim</i>	samostojnost	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
C52	<i>Da mi je omogočeno druženje s sosedi, prijatelji in sinom</i>	omogočeni stiki	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
C53	<i>da sem več časa doma</i>	manj izhodov	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
C54	<i>Manj je tudi obiskov. Sestre in brata ni bilo k meni že celo večnost. Tudi vnuki so v precejšnji meri zmanjšali svoje obiske</i>	manj stikov	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
C55	<i>Nošenje mask me precej moti</i>	moteče nošenje mask	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje

C56	<i>Uporabljam ponudbo dostave malice oziroma kosila na dom iz bližnje gostilne</i>	dostava hrane	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
C57	<i>Ne, mislim, da ne</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
C58	<i>dovolj dobro</i>	dovolj dobra oskrba s strani občine	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine
C59	<i>da bi v večji meri ostalo tako, kot je sedaj</i>	se nič ne spremeni	želja po dobrem zdravju	želje
C60	<i>Da ostanem čim dalj časa zdrav</i>	ostati zdrav	želja po dobrem zdravju	želje
C61	<i>čim bolj samostojen in aktiven</i>	ostati samostojen in aktiven	želja po samostojnosti	želje
C62	<i>Da bi mi zdravje čim dalj časa služilo oziroma da bi se mi še izboljšalo.</i>	izboljšanje zdravja	želja po dobrem zdravju	želje
C63	<i>Ne. Dobro je, da domovi starejših občanov so, ampak sam pa nebi šel</i>	ni želje	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
C64	<i>Če bi bil sam, bi mogoče na to gledal drugače</i>	če bi ostal sam	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
C65	<i>če ne bi več mogel sam skrbeti zase</i>	če ne bi mogel skrbeti zase	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
D1	<i>sem krojaška delavka</i>	krojaška delavka	poklic	vsakdanje življenje
D2	<i>zdaj pa upokojenka</i>	upokojenka	poklic	vsakdanje življenje
D3	<i>Delala sem v tovarni Mura</i>	delo v tekstilni tovarni	zaposlitev	vsakdanje življenje
D4	<i>v krojaštvu Mertuk in krojaštvu Hanžekovič</i>	delo v krojaštvu	zaposlitev	vsakdanje življenje
D5	<i>Živim v lastni hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
D6	<i>zgrajena leta 1962</i>	stara hiša	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
D7	<i>Živim pa z možem</i>	z možem	sobivanje	stanovanjske razmere
D8	<i>sinom</i>	s sinom	sobivanje	stanovanjske razmere
D9	<i>hčerko</i>	s hčerko	sobivanje	stanovanjske razmere
D10	<i>zetom</i>	z zetom	sobivanje	stanovanjske razmere
D11	<i>in vnuki.</i>	z vnuki	sobivanje	stanovanjske razmere
D12	<i>hiša zgrajena iz naravnih materialov, iz gline</i>	iz naravnih materialov	prednosti	stanovanjske razmere
D13	<i>Zamenjana so bila vsa okna</i>	zamenjana okna	prednosti	stanovanjske razmere

D14	<i>streha je bila na novo prekrita</i>	nova streha	prednosti	stanovanjske razmere
D15	<i>v redu vzdrževana in ohranjena</i>	dobro ohranjena	prednosti	stanovanjske razmere
D16	<i>S hišo sem zadovoljna</i>	zadovoljstvo s hišo	prednosti	stanovanjske razmere
D17	<i>bi pa spremenila določene prostore, ki so na nek način nefunkcionalni</i>	nefunkcionalni prostori	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
D18	<i>Všeč mi je, da je hiša nizka</i>	nizka hiša	prednosti	stanovanjske razmere
D19	<i>da nimamo stopnic</i>	ni stopnic	prednosti	stanovanjske razmere
D20	<i>Ogrevamo pa na toplotno črpalko zemlja/voda</i>	toplotna črpalka	prednosti	stanovanjske razmere
D21	<i>Zjutraj se zbudim</i>	zbujanje	jutranja rutina	vsakdanje življenje
D22	<i>nama z možem naredim zajtrk</i>	priprava zajtrka	jutranja rutina	vsakdanje življenje
D23	<i>greva v trgovino nakupit vsakdanje stvari</i>	nakup nujnih živil	dnevna rutina	vsakdanje življenje
D24	<i>Za kosilo po navadi skuham govejo juho, včasih kakšen golaž ali pohano meso</i>	kuhanje kosila	dnevna rutina	vsakdanje življenje
D25	<i>Po kosilu si privoščiva kavico</i>	pitje kave	dnevna rutina	vsakdanje življenje
D26	<i>posediva na terasi</i>	posedanje na terasi	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D27	<i>Prebereva časopis</i>	branje časopisa	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D28	<i>Poleti greva tudi na vrt, kjer postoriva vse potrebno</i>	vrtnarjenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D29	<i>kaj počistim po hiši</i>	čiščenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D30	<i>V prostem času rada berem</i>	branje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D31	<i>rešujem križanke</i>	reševanje križank	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D32	<i>hodim na sprehode</i>	sprehod	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D33	<i>ali pa kolesarim</i>	kolesarjenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D34	<i>Pogosto še kaj malega zašijem</i>	šivanje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D35	<i>predvsem pozimi pa tudi štrikam</i>	pletenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D36	<i>Zvečer nama pripravim večerjo</i>	večerja	večerna rutina	vsakdanje življenje

D37	<i>Po večerji si pogledava še kakšen film ali nadaljevanko</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D38	<i>nato pa greva spat</i>	spanje	večerna rutina	vsakdanje življenje
D39	<i>Največ se družim s svojimi domačimi</i>	druženje z domačimi	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
D40	<i>pa s sosedi</i>	druženje s sosedi	stiki s sosedi	neformalna oskrba
D41	<i>S sosedi in prijatelji pa se pogosto srečamo na kakšni kavici</i>	druženje s prijatelji na kavi	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
D42	<i>Vključena sem tudi v Društvo upokojencev Križevci pri Ljutomeru</i>	članica društva upokojencev	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
D43	<i>V času epidemije je bilo sicer organiziranih izletov dosti manj</i>	manj izletov	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
D44	<i>Imam starostno pokojnino</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
D45	<i>je kar zadostna za preživetje</i>	zadostuje za preživetje	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
D46	<i>Ni sicer zelo visoka</i>	nizka pokojnina	nizek dohodek	materialna preskrbljenost
D47	<i>Želela bi si seveda, da bi bila vsaj kakšnih sto evrov višja</i>	večja pokojnina	želja po višji pokojnini	želje
D48	<i>ampak sem zadovoljna</i>	zadovoljstvo s pokojnino	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
D49	<i>Ima pa tudi mož pokojnino, zato je lažje, ker imava dva dohodka</i>	moževa pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
D50	<i>moji izvidi niso slabi</i>	dobri izvidi	dobro zdravje	zdravje
D51	<i>Vidim bolj slabo</i>	slab vid	slabo zdravje	zdravje
D52	<i>grem kmalu na operacijo, ker mi je na levem očesu odstopila roženica</i>	operacija oči	slabo zdravje	zdravje
D53	<i>Imam tudi obrabljena kolena</i>	obrabljena kolena	slabo zdravje	zdravje
D54	<i>da vsaj malo pazim pri prehrani</i>	pazim na prehrano	skrb za zdravje	zdravje
D55	<i>Alkohola sploh ne uživam</i>	ne pijem alkohola	skrb za zdravje	zdravje
D56	<i>in tudi kadim ne</i>	ne kadim	skrb za zdravje	zdravje
D57	<i>Zaenkrat še lahko vse postorim sama</i>	vse naredim sama	dobro zdravje	zdravje
D58	<i>Mož mi pomaga pri gospodinjskih opravilih, včasih zloži posodo v pomivalni stoj ali iz njega</i>	pomoč moža pri gospodinjskih opravilih	pomoč drugih	neformalna oskrba

D59	<i>Drugače pa večinoma on opravlja dela zunaj hiše</i>	pomoč moža pri zunanjih opravilih	pomoč drugih	neformalna oskrba
D60	<i>Da se ne počutiš staro. Jaz se ne počutim stara 70 let, ampak sem nekje v štiridesetih letih</i>	se ne počutim staro	sprejemanje starosti	kakovostna starost
D61	<i>da bom še dolgo lahko sama skrbela zase</i>	skrb zase	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
D62	<i>Kakovostno staranje razumem tako, da se dovolj giblješ</i>	dovolj gibanja	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
D63	<i>da čim dalj časa ostaneš pokreten</i>	pokretnost	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
D64	<i>Da preveč ne jamraš in se ne pritožuješ</i>	brez pritoževanja	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
D65	<i>ter se ne smiliš samemu sebi</i>	se ne smiliš samemu sebi	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
D66	<i>Smo bili z vsemi na distanci</i>	upoštevanje razdalje	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
D67	<i>Obiski so se zmanjšali, predvsem z moževimi brati in sestrami se ne srečujemo tako pogosto</i>	manj stikov	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
D68	<i>Določeni ukrepi se mi zdijo nesmiselni</i>	nesmiselni ukrepi	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
D69	<i>Nošenje mask me pretirano ne moti, si jo vedno nadenem</i>	nošenje mask	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
D70	<i>Kar se pa tiče razkuževanja in umivanja rok, tega se pa obvezno držimo že od prej. To nam je že od nekdaj samo po sebi umevno</i>	umivanje in razkuževanje rok je samoumevno	brez sprememb	vpliv virusa Covid-19 na življenje
D71	<i>storitev še ne potrebujem</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
D72	<i>Poznam upokojenke, ki obiskujejo in skrbijo za druge starejše občane, jim prinesejo kar iz trgovine in se družijo z njimi</i>	obisk in druženje s prostovoljci	druge storitve	ponudba storitev v občini
D73	<i>Znana mi je tudi pomoč na domu, saj se je je posluževala moja sosedka</i>	pomoč na domu	storitve pomoči na domu	ponudba storitev v občini
D74	<i>Vozili pa so ji tudi kosilo iz bližnje gostilne</i>	dostava hrane	druge storitve	ponudba storitev v občini
D75	<i>Zaenkrat še ne</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
D76	<i>Kar dobro</i>	dobro	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine

D77	<i>Lani sva z možem praznovala zlato poroko. Občina nam lani zaradi epidemije ni podelila teh priznanj. Imamo pa podelitev letos</i>	podelitev priznanj	druge storitve	ponudba storitev v občini
D78	<i>Urediti bi bilo potrebno tudi več kolesarskih poti po občini</i>	malo kolesarskih poti	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
D79	<i>bo vsaki dan boljše</i>	vsak dan boljše	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
D80	<i>naj vsaj tako ostane kot je sedaj</i>	ostane kot je	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
D81	<i>Leta grejo</i>	zavedanje minljivosti življenja	sprejemanje starosti	kakovostna starost
D82	<i>si želim samo mirno zaspati, brez trpljenja</i>	brez trpljenja	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
D83	<i>Upam, da ne bo prišlo do kakšnih hudih bolezni. Bojim se nepokretnosti</i>	strah pred nepokretnostjo	negativni občutki	počutje
D84	<i>Pa tudi demenca se mi zdi huda bolezen</i>	strah pred demenco	negativni občutki	počutje
D85	<i>Želela bi si, da ne bi imela nobene bolezni</i>	ostati zdrava	želja po dobrem zdravju	želje
D86	<i>Bi pa se rada naučila tuj jezik angleščino</i>	naučiti se angleščino	želja po novem znanju	želje
D87	<i>Z možem sem se že pogovarjala o tem, ampak želje pa nimam iti</i>	ni želje	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
D88	<i>Če pa bi prišlo do tega, da ne bi mogla poskrbeti sama zase, pa ne vidim drugega izhoda kot odhod v dom</i>	če ne bi mogla skrbeti zase	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
D89	<i>Plačilo domske oskrbe bi sicer potem padlo, da otroke, česar pa si tudi ne želim</i>	plačevanje oskrbe s strani svojcev	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
E1	<i>upokojena medicinska sestra</i>	medicinska sestra	poklic	vsakdanje življenje
E2	<i>Delala sem v bolnišnici in v zdravstvenem domu</i>	delo v bolnišnici in zdravstvenem domu	zaposlitev	vsakdanje življenje
E3	<i>Živim sama</i>	živim sama	brez sobivanja	stanovanjske razmere
E4	<i>Živim v svojem, lastniškem dvosobnem stanovanju</i>	lastno stanovanje	prednosti	stanovanjske razmere
E5	<i>nimam dodatnih stroškov z najemnino</i>	ni stroškov z najemnino	prednosti	stanovanjske razmere
E6	<i>da ima dvigalo</i>	dvigalo	prednosti	stanovanjske razmere

E7	<i>da je notranja oprema relativno nova</i>	nova notranja oprema	prednosti	stanovanjske razmere
E8	<i>Prednost je tudi lokacija. Trgovino, lekarno, pekarno, pošto, zdravnika, zobozdravnika in frizerja imam v neposredni bližini</i>	bližina storitev	prednosti	stanovanjske razmere
E9	<i>ni potrebno skrbeti za zunanjo okolico, ker živim v drugem nadstropju in je nimam</i>	ni skrbi za zunanjo okolico	prednosti	stanovanjske razmere
E10	<i>Slabost stanovanja je kopalna kad</i>	kopalna kad	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
E11	<i>in pa prenizka sedežna garnitura</i>	prenizka sedežna garnitura	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
E12	<i>saj se že težko vstanem</i>	oteženo vstajanje	slabo zdravje	zdravje
E13	<i>pri svojem stranišču ne morem namestiti držala</i>	nezmožnost namestitve držala pri stranišču	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
E14	<i>nimam nobenih preprog</i>	ni preprog	prednosti	stanovanjske razmere
E15	<i>da nima visokih pragov</i>	ni visokih pragov	prednosti	stanovanjske razmere
E16	<i>Največji problem mi predstavlja kopalna kad, ki si jo želim zamenjati z nizko tuš kabino</i>	kopalna kad	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
E17	<i>Vstanem okrog 7. ure</i>	zbujanje okrog 7. ure	jutranja rutina	vsakdanje življenje
E18	<i>se umijem</i>	umivanje	jutranja rutina	vsakdanje življenje
E19	<i>in si skuham kavo</i>	pitje kave	jutranja rutina	vsakdanje življenje
E20	<i>Nato se najprej odpočijem, saj potrebujem nekaj časa, da pridem k sebi</i>	počitek	dnevna rutina	vsakdanje življenje
E21	<i>ker me bolijo noge</i>	boleče noge	slabo zdravje	zdravje
E22	<i>Potem si pripravim zajtrk</i>	priprava zajtrka	jutranja rutina	vsakdanje življenje
E23	<i>V prostem času gledam televizijo</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
E24	<i>rešujem križanke</i>	reševanje križank	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
E25	<i>poslušam radio</i>	poslušanje radia	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
E26	<i>telovadim</i>	telovadba	skrb za zdravje	zdravje
E27	<i>grem s prijateljico na kavico</i>	druženje s prijatelji na kavi	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
E28	<i>ali hodim na krajše sprehode v park</i>	sprehodi	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje

E29	<i>Vsak dan po vsaj pol ure tudi gonim sobno kolo</i>	telovadba na sobnem kolesu	skrb za zdravje	zdravje
E30	<i>Občasno gremo z nečakom in njegovo družino v trgovino, na izlet ali po drugih opravkih</i>	druženje z nečakom in njegovo družino	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
E31	<i>Včasih sem veliko brala in štrikala, sedaj pa več ne morem</i>	nezmožnost branja in pletenja	slabo zdravje	zdravje
E32	<i>ker me oči pečejo</i>	pekoče oči	slabo zdravje	zdravje
E33	<i>sem še samostojna in sem vse lahko opravljala sama</i>	samostojnost pri gospodinjstvih opravilih	dobro zdravje	zdravje
E34	<i>Večerjam po navadi lahko večerjo</i>	večerja	večerna rutina	vsakdanje življenje
E35	<i>Ob 23. uri se grem umiti</i>	umivanje	večerna rutina	vsakdanje življenje
E36	<i>in spat približno okrog polnoči ali ob enih ponoči</i>	spanje ob polnoči	večerna rutina	vsakdanje življenje
E37	<i>Z najboljšo prijateljico se slišiva vsak dan po telefonu</i>	stiki s prijateljico vsak dan preko telefona	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
E38	<i>enkrat na teden pa se dobiva tudi na kavi</i>	druženje s prijateljico enkrat tedensko	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
E39	<i>Z nečakom in njegovo družino se družimo tudi vsaj enkrat na teden</i>	druženje z nečakom in njegovo družino enkrat tedensko	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
E40	<i>Moj nečak in njegovi otroci mi tudi pomagajo in mi prinesejo, ko potrebujem večji nakup iz trgovine</i>	pomoč nečaka pri nakupu živil	pomoč drugih	neformalna oskrba
E41	<i>se bojim, da bi kdaj padla</i>	strah pred padcem	negativni občutki	počutje
E42	<i>Kadar grem kam dlje, me pelje nečak ali njegovi otroci</i>	pomoč nečaka pri prevozu	pomoč drugih	neformalna oskrba
E43	<i>Vsak dan pa se slišimo tudi po telefonu</i>	stiki z nečakom vsak dan preko telefona	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
E44	<i>Glavni vir mojega dohodka je pokojnina</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
E45	<i>Ja, zaenkrat mi še zadostuje za preživetje</i>	zadostuje za preživetje	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
E46	<i>Svoje zdravje ocenjujem kot srednje dobro</i>	srednje dobro	dobro zdravje	zdravje
E47	<i>Boli me križ in noge</i>	boleč križ	slabo zdravje	zdravje
E48	<i>Za zdravje skrbim z relativno zdravo prehrano</i>	zdrava prehrana	skrb za zdravje	zdravje
E49	<i>in pa z gibanjem oziroma telovadbo</i>	telovadba	skrb za zdravje	zdravje

E50	<i>Zdravje mi je najbolj pomembno</i>	zdravje je pomembno	skrb za zdravje	zdravje
E51	<i>da imam nečaka in njegove otroke, da se lahko nanje obrnem, ko karkoli potrebujem in da me še obiskujejo</i>	pomoč nečaka in njegovih otrok	pomoč drugih	neformalna oskrba
E52	<i>Vsa gospodinjska dela opravljam sama, ker sem še popolnoma samostojna</i>	vse naredim sama	dobro zdravje	zdravje
E53	<i>Izjema je čiščenje kopalnice in sesanje. Tam pa mi pogosto pomagata počistiti in posesati nečakovi hčerki</i>	pomoč nečakovih hčerk pri čiščenju kopalnice	pomoč drugih	neformalna oskrba
E54	<i>da si zdrav</i>	zdravje	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
E55	<i>da imaš zadosti finančnih sredstev, da si lahko privoščiš, kar potrebuješ oziroma kar si želiš</i>	dovolj finančnih sredstev	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
E56	<i>da imaš svojce, da te obiščejo, da nisi sam in osamljen, da ti pomagajo, če kaj potrebuješ</i>	pomoč bližnjih svojcev	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
E57	<i>Glede svoje starosti sem zadovoljna, da sem še kolikor tolikor zdrava</i>	zdravje	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
E58	<i>ogromno stvari, ki sem jih prej lahko počela, več ne zmorem</i>	nezmožnost opravljanja vseh opravil	slabo zdravje	zdravje
E59	<i>Držala sem se vseh predpisov in ukrepov. Hodila sem samo v trgovino in domov</i>	upoštevanje ukrepov	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
E60	<i>stike s svojci pa sem imela samo preko telefona</i>	stiki samo preko telefona	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
E61	<i>Prišli so z masko</i>	nošenje mask	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
E62	<i>Skoraj se mi je zmešalo od ujetosti v stanovanju</i>	ujetost v stanovanju	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
E63	<i>nisem hodila niti ven, niti na sprehod v naravo</i>	ujetost v stanovanju	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
E64	<i>nisem obiskovala svojih svojcev</i>	manj obiskov	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
E65	<i>manjkala mi je svoboda</i>	pomanjkanje svobode	spmembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
E66	<i>poznam domove starejših v neposredni bližini</i>	dom starejših občanov	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
E67	<i>Slišala sem pa tudi za dostavo hrane na dom iz gostilne</i>	dostava hrane	druge storitve	ponudba storitev v občini

E68	<i>pomoč na domu</i>	pomoč na domu	storitve pomoči na domu	ponudba storitev v občini
E69	<i>Se še nisem obrnila na nobeno pomoč, ker je po mojem mnenju še ne potrebujem</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
E70	<i>da sem pri tej starosti še samostojna, neodvisna od pomoči drugih</i>	neodvisnost od pomoči drugih	dobro zdravje	zdravje
E71	<i>Nasploh kar dobro</i>	dobra oskrba s strani občine	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine
E72	<i>Pogrešam pa več klopi</i>	premalo klopi	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
E73	<i>Ko grem na sprehod, potrebujem vmesen počitek</i>	počitek med sprehodom	slabo zdravje	zdravje
E74	<i>Pa tudi več poudarka in sredstev za pomoč na domu</i>	premalo sredstev za pomoč na domu	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
E75	<i>kakšne subvencije za nas starejše</i>	ni subvencij za starejše	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
E76	<i>saj je oskrba zelo draga</i>	draga oskrba	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
E77	<i>Avtobusi bi tudi morali voziti bolj pogosto pa morali bi prilagoditi stopnice, da bi bile nižje, da lahko normalno prideš po stopnicah gor in dol</i>	neprilagojeni avtobusi	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
E78	<i>Morda tudi subvencija za zdravila za starejše, saj veliko zdravil v lekarni moram sama doplačati</i>	premalo subvencij za zdravila	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
E79	<i>Da bi bila še naprej zdrava</i>	ostati zdrava	želja po dobrem zdravju	želje
E80	<i>in samostojna</i>	ostati samostojna	želja po samostojnosti	želje
E81	<i>da bi še naprej moji najdražji prišli k meni me pogledat in da nisem sama</i>	da nisem sama	želja po stikih	želje
E82	<i>da imam svoj mir</i>	imam mir	prednosti	prihodnost staranja doma
E83	<i>da sem neodvisna od drugih</i>	neodvisnost od drugih	prednosti	prihodnost staranja doma
E84	<i>da ne rabim pospravljat še za kom drugim</i>	ne rabim pospravljati za drugimi	prednosti	prihodnost staranja doma
E85	<i>da sem sama</i>	sem sama	pomanjkljivosti	prihodnost staranja doma
E86	<i>in če v stanovanju padem, mi nihče ne more takoj pomagati</i>	ni takojšnje pomoči pri padcu	pomanjkljivosti	prihodnost staranja doma

E87	<i>Želela bi si več zdravja</i>	več zdravja	želja po dobrem zdravju	želje
E88	<i>in da bi bile moje sestre še žive</i>	da bi bile sestre žive	želja po več stikih	želje
E89	<i>bi se pomladila vsaj za 10 let</i>	želja biti mlajša	sprejemanje starosti	kakovostna starost
E90	<i>Sedaj imam pa vsak dan več težav z zdravjem</i>	težave z zdravjem	slabo zdravje	zdravje
E91	<i>Nisem še vložila prošnje za odhod v dom, jo imam pa že doma</i>	prošnjo imam doma	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
E92	<i>menim, da sem še dovolj samostojna</i>	samostojnost	dobro zdravje	zdravje
E93	<i>da še ne potrebujem doma starejših</i>	še ni potrebe	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
E94	<i>Ko bom ocenila, da več ne zmorem sama skrbeti zase, bom šla v dom</i>	če ne bi mogla skrbeti zase	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
E95	<i>Želela bi si enoposteljne sobe</i>	enoposteljna soba	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
E96	<i>pa da je dobra in okusna hrana</i>	okusna hrana	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
E97	<i>ter prijazno in ustrežljivo osebje</i>	prijazno osebje	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
E98	<i>Nasploh bi hotela kvalitetno oskrbo in nego</i>	kvalitetna nega in oskrba	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
F1	<i>Po poklicu sem mehanik šivalnih strojev</i>	mehanik šivalnih strojev	poklic	vsakdanje življenje
F2	<i>Sem pa vse do predčasne upokojitve delal v tekstilni tovarni</i>	delo v tekstilni tovarni	zaposlitev	vsakdanje življenje
F3	<i>kot vzdrževalec šivalnih strojev</i>	vzdrževalec šivalnih strojev	poklic	vsakdanje življenje
F4	<i>Živim v lastnem stanovanju</i>	lastno stanovanje	prednosti	stanovanjske razmere
F5	<i>z ženo</i>	z ženo	sobivanje	stanovanjske razmere
F6	<i>in hčerko</i>	s hčerko	sobivanje	stanovanjske razmere
F7	<i>blizu imam vse kar potrebujem</i>	bližina storitev	prednosti	stanovanjske razmere
F8	<i>v poštev prišla še kakšna dodatna soba</i>	premalo sob	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
F9	<i>je stanovanje kar veliko in meri 73 kvadratnih metrov</i>	veliko stanovanje	prednosti	stanovanjske razmere
F10	<i>je zame udobno in kvalitetno</i>	udobno stanovanje	prednosti	stanovanjske razmere
F11	<i>sem še zelo dobro aktiven</i>	sem aktiven	dobro zdravje	zdravje

F12	<i>Imamo dvigalo</i>	dvigalo	prednosti	stanovanjske razmere
F13	<i>stopnice, ki pa mi trenutno ne predstavljajo problema</i>	stopnice mi ne predstavljajo problema	dobro zdravje	zdravje
F14	<i>Vsak dan vstanem okrog 7. ure</i>	zbujanje okrog 7. ure	jutranja rutina	vsakdanje življenje
F15	<i>spijem čaj</i>	pitje čaja	jutranja rutina	vsakdanje življenje
F16	<i>in vzamem vsa potrebna zdravila</i>	jemanje zdravil	skrb za zdravje	zdravje
F17	<i>Potem po navadi grem s prijatelji na kavo</i>	druženje s prijatelji na kavi	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
F18	<i>se odpravim na svojo domačijo, kjer delam na kmetiji</i>	delo na kmetiji	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
F19	<i>ženo imava tam velik vrt</i>	vrt	prednosti	stanovanjske razmere
F20	<i>imamo ovce</i>	skrb za ovce	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
F21	<i>Znam kuhati</i>	kuhanje	dnevna rutina	vsakdanje življenje
F22	<i>Zanimajo me športi kot sta košarka in mednarodna nogometna liga, ki ju rad spremljam</i>	spremljanje športa	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
F23	<i>Vsak dan pogledam tudi dnevnik</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
F24	<i>Spat pa grem okrog polnoči</i>	spanje ob polnoči	večerna rutina	vsakdanje življenje
F25	<i>Najpogosteje se družim z ženo in hčerko</i>	druženje z ženo in hčerko	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
F26	<i>Z nekaterimi bližnjimi prijatelji se družimo skoraj vsak dan</i>	druženje s prijatelji vsak dan	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
F27	<i>Kontakti s prijatelji preko telefona potekajo skoraj vedno na dnevni ravni</i>	stiki s prijatelji preko telefona	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
F28	<i>Drugih sorodnikov, razen svoje nečakinje več nimam. Ampak z njo nimam stikov</i>	ni stikov z nečakinjo	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
F29	<i>Moj dohodek je pokojnina</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
F30	<i>mi zadošča za preživetje</i>	zadostuje za preživetje	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
F31	<i>Tudi žena je v pokoju, zato imava dva dohodka</i>	ženina pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
F32	<i>si lahko z ženo privoščiva, da kam greva</i>	si lahko kaj privoščiva	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
F33	<i>nekatero tegobe že prisotne</i>	prisotne tegobe	slabo zdravje	zdravje

F34	<i>zato nisem ravno zadovoljen</i>	nezadovoljstvo z zdravjem	negativni občutki	počutje
F35	<i>Sem še vedno aktiven</i>	sem aktiven	dobro zdravje	zdravje
F36	<i>ampak se s športom ne ukvarjam</i>	ne ukvarjanje s športom	slaba skrb za zdravje	zdravje
F37	<i>imam fizičnega dela na kmetiji dovolj</i>	fizično dela	skrb za zdravje	zdravje
F38	<i>Imam glavkom</i>	glavkom	slabo zdravje	zdravje
F39	<i>Imel sem tudi epizodo raka prostate</i>	rak prostate	slabo zdravje	zdravje
F40	<i>Operacija je bila pravočasna, zato se sedaj počutim v redu</i>	dobro počutje po operaciji	pozitivni občutki	počutje
F41	<i>Gospodinjska opravila v glavnem opravlja žena</i>	pomoč žene pri gospodinjskih opravilih	pomoč drugih	neformalna oskrba
F42	<i>Računalnik in telefon kar obvladam</i>	računalniško znanje	pristočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
F43	<i>Še vedno pa tudi vozim avto, zato s prevozom in mobilnostjo nimam težav</i>	vožnja avtomobila	dnevna rutina	vsakdanje življenje
F44	<i>zame pomembno dobro zdravstveno stanje</i>	dobro zdravstveno stanje	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
F45	<i>je pomembno tudi dobro razumevanje z domačimi in bližnjo okolico</i>	razumevanje z bližnjimi	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
F46	<i>Najbolj poglobljen razlog za odhod v dom se mi zdi pojav demence, zato si tega resnično ne želim</i>	strah pred demenco	negativni občutki	počutje
F47	<i>O onemoglih letih pa še ne razmišljam</i>	ne razmišljanje o prihodnosti	pomanjkljivosti	prihodnost staranja doma
F48	<i>Starost me malo jezi, ker smo bližje smrti in mi je ob misli na to malce neprijetno</i>	misel na smrt	negativni občutki	počutje
F49	<i>Na začetku nisem mogel verjeti, da bo to tako vplival name in na vse nas kot je</i>	velik vpliv na življenje	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
F50	<i>A smo se mogli vsi prilagoditi</i>	prilagajanje	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
F51	<i>Omejeno oziroma celo prepovedano nam je bilo druženje in stiki z drugimi ljudmi</i>	prepovedano druženje	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
F52	<i>Niti v sosednjo občino nismo smeli</i>	prepovedano prehajanje med občinami	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
F53	<i>mislim, da nam je bila kratena svoboda</i>	pomanjkanje svobode	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje

F54	<i>Zelo me žalosti naše splošno družbeno stanje v Sloveniji, ki trenutno ne gre v dobro smer</i>	žalost zaradi družbenega stanja	negativni občutki	počutje
F55	<i>Trenutno o tem še ne razmišljam</i>	ne razmišljam	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
F56	<i>saj nobene od storitev zdaj še ne potrebujem</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
F57	<i>v prvi vrsti to naloga svojcev in ožje socialne mreže vsakega posameznika</i>	naloga ožjih družinskih članov	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
F58	<i>naloga občine, da poskrbi za ustrezno oskrbo in pomoč, ko jo človek potrebuje</i>	naloga občine	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
F59	<i>Nimamo urejenih kakšnih dnevnih varstev za starejše</i>	ni dnevnega varstva	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
F60	<i>V občini je samo dom</i>	dom starejših občanov	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
F61	<i>Upam, da bom še vedno relativno zdrav</i>	ostati zdrav	želja po dobrem zdravju	želje
F62	<i>Da bom lahko poskrbel sam zase</i>	zmožnost skrbeti zase	želja po samostojnosti	želje
F63	<i>ter da bom vesel in srečen</i>	veselje in sreča	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
F64	<i>Najbolj se bojim, da bi postal dementen</i>	strah pred demenco	negativni občutki	počutje
F65	<i>Želim si živeti še naslednjih 20 let in nato nenadoma umreti</i>	hitra smrt	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
F66	<i>Zame je idealno tukaj, kjer sem sedaj</i>	ostati doma	želja ostati doma	mnenje o domu starejših občanov
F67	<i>Sem pa tudi pristaš evtanazije, saj si res ne želim trpljenja</i>	brez trpljenja	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
F68	<i>V svoje življenje bi že v mladosti uvedel bolj zdrave življenjske navade</i>	zdrave življenjske navade	sprejemanje starosti	kakovostna starost
F69	<i>Dokler bom zmožel sam skrbeti zase, si želim ostati doma</i>	ostati doma	želja ostati doma	mnenje o domu starejših občanov
F70	<i>Če pa skrbi zase ne bom več zmožel in bom potreboval tujo pomoč pa bi rajši šel v dom</i>	če ne bi mogel skrbeti zase	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G1	<i>Imam končano poklicno šolo smer ključavničar</i>	ključavničar	poklic	vsakdanje življenje
G2	<i>Bil sem zaposlen kot ključavničar v podjetju VŽK Ljutomer</i>	delo v vinogradniško-	zaposlitev	vsakdanje življenje

		živilnorejškem podjetju		
G3	<i>in kasneje kot delovodja</i>	delovodja	poklic	vsakdanje življenje
G4	<i>Živim v svoji hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
G5	<i>s hčerko</i>	s hčerko	sobivanje	stanovanjske razmere
G6	<i>in vnuki</i>	z vnuki	sobivanje	stanovanjske razmere
G7	<i>Imamo pa tudi mačka</i>	z mačkom	sobivanje	stanovanjske razmere
G8	<i>da imam vrt</i>	vrt	prednosti	stanovanjske razmere
G9	<i>in veliko prostora okoli hiše</i>	velika okolica	prednosti	stanovanjske razmere
G10	<i>Moja hiša mi zelo veliko pomeni, saj sem jo zgradil sam</i>	hiša je velikega pomena	pozitivni občutki	počutje
G11	<i>Kot pomanjkljivost bi mogoče omenil veliko stopnic do vhoda v hišo</i>	stopnice do vhoda	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
G12	<i>Lahko bi imel kakšne prilagoditve na primer tudi v kopalnici, da bi bila tuš kabina nižja oziroma da ne bi bilo stopničke</i>	neprilagojena tuš kabina	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
G13	<i>Drugače pa mi celotna razporeditev za enkrat še odgovarja</i>	dobra razporeditev prostorov	prednosti	stanovanjske razmere
G14	<i>saj nimam večjih zdravstvenih težav, zato drugih prilagoditev ne potrebujem</i>	ni večjih težav	dobro zdravje	zdravje
G15	<i>Zjutraj najprej vstanem okrog 7. ure</i>	zbujanje okrog 7. ure	jutranja rutina	vsakdanje življenje
G16	<i>in nahranim našega mačka</i>	hranjenje mačka	jutranja rutina	vsakdanje življenje
G17	<i>Nato si skuham kavo</i>	pitje kave	jutranja rutina	vsakdanje življenje
G18	<i>in v časopisu preberem vse aktualne novice</i>	branje časopisa	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
G19	<i>V prostem času gledam televizijo</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
G20	<i>Moj hobi je vrtnarjenje, saj zelo rad obdelujem svoj domač vrt</i>	vrtnarjenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
G21	<i>Včasih je potrebno tudi kaj popraviti, urediti v hiši in okrog nje</i>	urejanje v hiši in okolici	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
G22	<i>Ko hči dela skuham tudi kosilo</i>	kuhanje kosila	dnevna rutina	vsakdanje življenje

G23	<i>Rad bi se sicer naučil še boljše kuhati, da bi lahko pripravil tudi kakšno novo jed</i>	naučiti se boljše kuhati	želja po novem znanju	želje
G24	<i>Popoldan pa po navadi počivam</i>	počitek	dnevna rutina	vsakdanje življenje
G25	<i>ali grem k sosedom</i>	obisk sosedov	stiki s sosedi	neformalna oskrba
G26	<i>oziroma sorodnikom na obisk in klepet</i>	obisk sorodnikov	stiki s sorodniki	neformalna oskrba
G27	<i>Zvečer si pogledam poročila ali kakšen film</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
G28	<i>nato pa grem spat okrog polnoči</i>	spanje ob polnoči	večerna rutina	vsakdanje življenje
G29	<i>Najbolj pogosto se družim s prijatelji</i>	druženje s prijatelji	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
G30	<i>in sorodniki</i>	druženje s sorodniki	stiki s sorodniki	neformalna oskrba
G31	<i>Drug drugemu pomagamo pri raznih fizičnih opravilih</i>	pomoč pri fizičnih opravilih	pomoč drugih	neformalna oskrba
G32	<i>Z drugimi sorodniki, ki ne živijo tako blizu, se družimo mogoče nekajkrat na mesec in ob kakšnih praznovanjih</i>	druženje s sorodniki ob praznovanjih	stiki s sorodniki	neformalna oskrba
G33	<i>Z ožjo družino se videmo in družimo vsak dan</i>	druženje z družino vsak dan	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
G34	<i>Glavni vir mojega dohodka je pokojnina</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
G35	<i>ki mi zadostuje za preživetje</i>	zadostuje za preživetje	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
G36	<i>Po poplačilu položnic lahko nekaj malega tudi prihranim</i>	nekaj tudi prihranim	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
G37	<i>Svoje zdravje ocenjujem kot dokaj znosno</i>	znosno	dobro zdravje	zdravje
G38	<i>Imam bolečine v križu</i>	boleč križ	slabo zdravje	zdravje
G39	<i>in nogah</i>	boleče noge	slabo zdravje	zdravje
G40	<i>Še vedno lahko sam postorim vse kar je potrebno</i>	samostojnost	dobro zdravje	zdravje
G41	<i>Ko sem preobremenjen, se poskušam čimbolj umiriti in umakniti na samo</i>	umik od preobremenjenosti	skrb za zdravje	zdravje
G42	<i>Na svoje zdravje lahko vplivam s čim bolj zdravim prehranjevanjem</i>	zdrava prehrana	skrb za zdravje	zdravje
G43	<i>in gibanjem</i>	gibanje	skrb za zdravje	zdravje
G44	<i>zato zanj skrbim z delom na vrtu in okrog hiše</i>	vrtnarjenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje

G45	<i>Skoraj se obveznosti naredim sam</i>	vse naredim sam	dobro zdravje	zdravje
G46	<i>Pere, lika in kuha po navadi hči</i>	pomoč hčerke pri gospodinjskih opravilih	pomoč drugih	neformalna oskrba
G47	<i>ali pa naročim hrano iz bližnje restavracije</i>	dostava hrane	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
G48	<i>Trenutno še vedno vozim avto, zato nimam problema z mobilnostjo</i>	vožnja avtomobila	dnevna rutina	vsakdanje življenje
G49	<i>Me pa spravi v zadrego, če česar ne morem narediti, pa bi rad</i>	zadrega ob nezmožnosti česa narediti	negativni občutki	počutje
G50	<i>da ti nič ne manjka, da nimaš pomanjkanja</i>	brez pomanjkanja	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
G51	<i>bolečin ali hujših bolezni</i>	brez bolečin in bolezni	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
G52	<i>in da se dobro razumeš z drugimi ljudmi okoli sebe</i>	razumevanje z bližnjimi	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
G53	<i>Se mi zdi, da sam dobro sprejemam svojo starost</i>	dobro sprejemanje starosti	sprejemanje starosti	kakovostna starost
G54	<i>Ukrepi ne vplivajo preveč na moje vsakodnevno življenje</i>	brez vpliva na življenje	brez sprememb	vpliv virusa Covid-19 na življenje
G55	<i>Samo občasno grem v trgovino</i>	manj obiska trgovin	spremenbe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
G56	<i>drugače mi pa stvari iz trgovine prinese hči</i>	tedenski nakup pripelje hčerka	pomoč drugih	neformalna oskrba
G57	<i>Še vedno pa obiskujem svoje prijatelje, čeprav ti obiski več niso tako pogosti</i>	manj obiskov	spremenbe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
G58	<i>Ponudbe niti ne poznam</i>	ne poznam	nepoznavanje ponudbe storitev	ponudba storitev v občini
G59	<i>da hodijo ostali upokojenci velikokrat z društvom na različne izlete</i>	društvo upokojencev	druge storitve	ponudba storitev v občini
G60	<i>Obrnil bi se po pomoč, če bi jo nujno potreboval</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
G61	<i>Takrat bi si želel predvsem prijazne oskrbe</i>	prijazno osebje	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G62	<i>in da ne bi bil sam</i>	da nisem sam	želja po stikih	želje
G63	<i>Bolj tako</i>	bolj slabo	slabo zdravje	zdravje
G64	<i>da bi se bolj pozanimali, če kdo potrebuje pomoč</i>	ni zanimanja s strani občine	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
G65	<i>Več bi morali objavljati v glasilu občine ali še kje drugje o možnostih preživljanja prostega časa za starejše</i>	več objav o možnostih preživljanja prostega časa za starejše	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine

G66	<i>Malce me skrbi, kaj bo prinesla prihodnost</i>	skrb glede prihodnosti	negativni občutki	prihodnost staranja doma
G67	<i>Svoje življenje v prihodnosti si predstavljam še naprej umirjeno</i>	umirjeno	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
G68	<i>brez stresa</i>	brez stresa	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
G69	<i>in z dobrimi odnosi s svojimi bližnjimi</i>	dobri odnosi	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
G70	<i>Želim si biti čim dlje čim bolj samostojen</i>	ostati samostojen	želja po samostojnosti	želje
G71	<i>in čim dlje živeti doma</i>	ostati doma	želja ostati doma	mnenje o domu starejših občanov
G72	<i>Prednost samostojnega življenja doma je mir</i>	imam mir	prednosti	prihodnost staranja doma
G73	<i>Slabost, če bi živel popolnoma sam, pa bi bil dolgčas</i>	dolgčas	negativni občutki	prihodnost staranja doma
G74	<i>in osamljenost</i>	osamljenost	negativni občutki	prihodnost staranja doma
G75	<i>Želim si še naprej dobre družbe</i>	dobra družba	želja po stikih	želje
G76	<i>čim več zdravja</i>	več zdravja	želja po dobrem zdravju	želje
G77	<i>dobrih odnosov</i>	dobri odnosi	želja po stikih	želje
G78	<i>in obiskov</i>	več obiskov	želja po stikih	želje
G79	<i>Mogoče bi si želel iti na kakšen izlet s prijatelji</i>	izlet s prijatelji	želja po potovanju	želje
G80	<i>Pa pomladil bi se, če bi se le lahko</i>	želja biti mlajši	sprejemanje starosti	kakovostna starost
G81	<i>včasih sem veliko razmišljal o odhodu v domu za starejše</i>	razmišljanje o odhodu v dom	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G82	<i>Tam bi imel družbo</i>	družba	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G83	<i>varnost</i>	varnost	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G84	<i>in vse na dosegu rok</i>	vse na dosegu rok	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G85	<i>vendar pa bi preveč pogrešal svoj vrt</i>	ni lastnega vrta	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G86	<i>družino</i>	ni družine	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G87	<i>dinamično življenje</i>	ni dinamičnega življenja	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
G88	<i>delo okoli hiše</i>	ni dela	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov

H1	<i>Naredila sem samo osnovno šolo</i>	osnovnošolska	izobrazba	vsakdanje življenje
H2	<i>Nikjer nisem bila zaposlena</i>	brez zaposlitve	zaposlitev	vsakdanje življenje
H3	<i>sem bila doma na kmetiji kot gospodinja</i>	gospodinja na kmetiji	zaposlitev	vsakdanje življenje
H4	<i>Živim v svoji lastni hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
H5	<i>Tako da živim s sinom</i>	s sinom	sobivanje	stanovanjske razmere
H6	<i>snaho</i>	s snaho	sobivanje	stanovanjske razmere
H7	<i>in dvema vnukoma</i>	z vnuki	sobivanje	stanovanjske razmere
H8	<i>pri hiši je vedno potrebno nekaj popravljati</i>	potrebna prenove	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
H9	<i>Hiša ni več nova</i>	stara hiša	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
H10	<i>da mi hiša ustreza glede na moje potrebe</i>	ustrezna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
H11	<i>Nimamo veliko stopnic</i>	ni stopnic	prednosti	stanovanjske razmere
H12	<i>Sem sicer že 30 let brez ene noge, tako da pri hoji non stop potrebujem bergle</i>	brez ene noge	slabo zdravje	zdravje
H13	<i>Mi je pa zet naredil takšno oprijemalo, da se lažje primem in stopim po stopnicah</i>	držalo na stopnišču	prednosti	stanovanjske razmere
H14	<i>Stopnice imamo tudi zunaj pri vhodnih vratih</i>	stopnice do vhoda	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
H15	<i>potem pa ne vem, kako bo</i>	skrb glede prihodnosti	negativni občutki	prihodnost staranja doma
H16	<i>Zjutraj se po navadi zbudim neke okrog 8. ure</i>	zbujanje okrog 8. ure	jutranja rutina	vsakdanje življenje
H17	<i>Potem si prižgem radio</i>	poslušaje radia	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
H18	<i>ali televizijo</i>	gledanje televizije	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
H19	<i>namestim svojo protezo na nogo</i>	nameščanje proteze na nogo	jutranja rutina	vsakdanje življenje
H20	<i>in nato se grem umiti</i>	umivanje	jutranja rutina	vsakdanje življenje
H21	<i>Sin mi vsak dan, preden gre v službo, pripravi belo kavo in kos kruha</i>	pomoč sina pri pripravi zajtrka	pomoč drugih	neformalna oskrba
H22	<i>imamo malega psa v hiši, da si skupaj krajšava čas in nama ni dolgčas</i>	skrb za psa	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje

H23	<i>Včasih sem rada še kaj naštrikala</i>	pletenje	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
H24	<i>ker ne vidim več dobro</i>	slab vid	slabo zdravje	zdravje
H25	<i>Snaha mi naredi kosilo</i>	pomoč snahe pri pripravi kosila	pomoč drugih	neformalna oskrba
H26	<i>po kosilu pa grem malo počivat</i>	počitek	dnevna rutina	vsakdanje življenje
H27	<i>Proti večeru grem rada posedet ven na klopco pred hišo</i>	posedanje na klopci	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
H28	<i>Spat grem skoraj vedno ob 21. uri</i>	spanje ob 9. uri	večerna rutina	vsakdanje življenje
H29	<i>Imam nečakinjo, s katero se velikokrat slišiva po telefonu</i>	stiki z nečakinjo preko telefona	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
H30	<i>drugače pa se pretežno družim s svojimi otroci in vnuki</i>	druženje z otroci in vnuki	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
H31	<i>S sinom in vnuki tako živimo skupaj, zato se vidimo in družimo vsak dan</i>	druženje s sinom in vnuki vsak dan	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
H32	<i>S hčerko in njeno družino pa malo manj, ampak vseeno večkrat tedensko</i>	druženje s hčerko večkrat tedensko	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
H33	<i>pokojnino imam svojo</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
H34	<i>pa še nekaj malega po možu</i>	moževa pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
H35	<i>Meni zadostuje, ker tako ali tako več nikamor ne grem in nič ne zapravljam</i>	zadostuje za preživetje	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
H36	<i>Edino snahi dam 300 € mesečno za nakupe hrane v trgovini</i>	pomoč snahe pri nakupu hrane	pomoč drugih	neformalna oskrba
H37	<i>Nisem več mlada, zato mi vedno nekaj manjka</i>	vedno nekaj manjka	slabo zdravje	zdravje
H38	<i>Imam kar nekaj zdravstvenih težav, ki so vse kronične</i>	kronične zdravstvene težave	slabo zdravje	zdravje
H39	<i>recimo, da je moje zdravje dokaj dobro</i>	srednje dobro	dobro zdravje	zdravje
H40	<i>Za vso hrano poskrbi snaha, saj ji za to dajem denar</i>	pomoč snahe pri pripravi kosila	pomoč drugih	neformalna oskrba
H41	<i>Ona mi tudi opere perilo in preobleče posteljnino</i>	pomoč snahe pri pranju perila	pomoč drugih	neformalna oskrba
H42	<i>Včasih mi tudi pomaga, da se umijem v tuš kabini</i>	pomoč snahe pri umivanju	pomoč drugih	neformalna oskrba

H43	<i>Če že kam grem, me peljeta hčerka ali snaha z avtom, včasih pa tudi vnukinji</i>	pomoč pri prevozu	pomoč drugih	neformalna oskrba
H44	<i>Da še nekaj ustvarjaš</i>	ustvarjalnost	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
H45	<i>da se ne prepustiš samo toku življenja in čakaš na smrt</i>	ne obupaš	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
H46	<i>Pa se mi zdi, da sem že zadosti vsega preživela</i>	dosti doživetij	sprejemanje starosti	kakovostna starost
H47	<i>Želim si, da teh zadnjih nekaj let preživim kar se da lepo</i>	lepo preživljanje zadnjih let	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
H48	<i>glede tega pa vsak dan poslušam po radiu</i>	spremljanje po radiu	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
H49	<i>ne hodim nikamor</i>	sem doma	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
H50	<i>razen k zdravniku občasno in tam nosim masko</i>	nošenje mask	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
H51	<i>večkrat piše v glasilu, kaj vse se dogaja v občini</i>	objavljeno v glasilu občine	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine
H52	<i>Na nobeno pomoč se še nisem obrnila</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
H53	<i>bi pa se, če res ne bi šlo drugače in če mi svojci ne bi zmogli pomagati in skrbeti zame</i>	če ne bi mogla skrbeti zase	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
H54	<i>Se mi zdi, da naša občina ponuja dosti vsega</i>	raznolika ponudba	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine
H55	<i>Tukaj živim že zelo dolgo in sama sem zelo zadovoljna z vsem</i>	zadovoljstvo	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine
H56	<i>Lahko bi edino uvedli kakšne prostovoljce za družabništvo, da bi nam starejšim, ki ne moremo nikamor, delali družbo na domu in poklepetali z nami</i>	ni družabništva	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
H57	<i>Da bi ostalo tako kot je zdaj, brez večjih sprememb</i>	se nič ne spremeni	želja po dobrem zdravju	želje
H58	<i>Skrbi pa me, kako bo, če se mi slučajno zdravstveno stanje spremeni na slabše</i>	skrb glede prihodnosti	negativni občutki	prihodnost staranja doma
H59	<i>da še ne bi šla v dom starejših</i>	ni želje	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
H60	<i>Prednost tega, da sem doma je to, da si lahko naredim dan tako kot sama hočem</i>	počnem kar hočem	prednosti	prihodnost staranja doma

H61	<i>Je pa tudi pomanjkljivost, ker nimaš neke družbe doma</i>	ni družbe	pomanjkljivosti	prihodnost staranja doma
H62	<i>Želela bi si, da bi imela spet zdrave noge in roke</i>	zdrave noge in roke	želja po dobrem zdravju	želje
H63	<i>da bi lahko še kaj naredila doma in okoli hiše</i>	delo okrog hiše	želja po delu	želje
H64	<i>Da bi lahko še delala na vrtu</i>	delo na vrtu	želja po delu	želje
H65	<i>Ja, že večkrat</i>	razmišljanje o odhodu v dom	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
H66	<i>jaz pa se ne morem odločiti</i>	težka odločitev	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
H67	<i>Vem, da bi tam imela družbo, ki jo tako rabim in svoje vrstnike</i>	družba	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
H68	<i>Ne znate si predstavljati, kako je to, ko si cel dan sam doma</i>	osamljenost	negativni občutki	prihodnost staranja doma
H69	<i>imam vseeno v glavi nek odpor do domov starejših</i>	odpor do domov starejših	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
I1	<i>Delal sem na Tehnostroju v Ljutomeru, v proizvodnji</i>	delo v proizvodnji kmetijske tehnike	zaposlitev	vsakdanje življenje
I2	<i>Živim v hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
I3	<i>skupaj z bratom</i>	z bratom	sobivanje	stanovanjske razmere
I4	<i>Za mene je hiša v redu</i>	ustrezna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
I5	<i>Pomanjkljivost je sigurno veliko strmih stopnic</i>	stopnice	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
I6	<i>Hiša je tudi precej stara</i>	stara hiša	pomanjkljivosti	stanovanjske razmere
I7	<i>Če bi imela denar, bi si lahko uredila okolico hiše</i>	nezmožnost prenove okolice zaradi nizkega dohodka	nizek dohodek	materialna preskrbljenost
I8	<i>Zjutraj se zelo zgodaj zbudim</i>	hitro vstajanje	jutranja rutina	vsakdanje življenje
I9	<i>zato vedno najprej zjutraj grem v štalo in opravič svoje obveznosti</i>	delo na kmetiji	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
I10	<i>Po tem šele poskrbim za svoj zajtrk</i>	priprava zajtrka	jutranja rutina	vsakdanje življenje
I11	<i>Treba je skrbeti za živino in delati na njivi</i>	delo na njivi	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
I12	<i>in tudi v gozdu</i>	delo v gozdu	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje

I13	<i>Vmes si na hitro skuham še nekaj za kosilo</i>	kuhanje kosila	dnevna rutina	vsakdanje življenje
I14	<i>pogledam televizijo</i>	gledanje televizije	pristočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
I15	<i>in grem spat</i>	spanje	večerna rutina	vsakdanje življenje
I16	<i>Vsak dan se druživa z bratom</i>	druženje z bratom vsak dan	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
I17	<i>Drugače pa se največ družim s sosedi, večkrat tedensko</i>	druženje s sosedi večkrat tedensko	stiki s sosedi	neformalna oskrba
I18	<i>Imam svojo pokojnino</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
I19	<i>ki mi zadostuje</i>	zadostuje za preživetje	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
I20	<i>Nekaj pa tudi zasluži z delom na kmetiji, ampak v zelo malem obsegu</i>	zaslužek od dela na kmetiji	vir dohodka	materialna preskrbljenost
I21	<i>Nikdar nisem bil veliko bolan</i>	ni večjih težav	dobro zdravje	zdravje
I22	<i>ker so mi menjali kolk</i>	zamenjan kolk	slabo zdravje	zdravje
I23	<i>menim, da je moje zdravje dobro</i>	dobro	dobro zdravje	zdravje
I24	<i>Skrbi me, kako bo z delom na kmetiji, če bi se moje zdravje poslabšalo</i>	skrb glede dela na kmetiji v primeru bolezni	negativni občutki	prihodnost staranja doma
I25	<i>Za vse opravila poskrbim sam</i>	vse naredim sam	dobro zdravje	zdravje
I26	<i>Sam še vedno vozim avto</i>	vožnja avtomobila	dnevna rutina	vsakdanje življenje
I27	<i>in traktor</i>	vožnja traktorja	dnevna rutina	vsakdanje življenje
I28	<i>tako da upam, da bom lahko vozil še dolgo</i>	vožnja avtomobila in traktorja	želja po vožnji	želje
I29	<i>Jaz menim, da še nisem tako zelo star</i>	se ne počutim staro	sprejemanje starosti	kakovostna starost
I30	<i>ker še lahko delam</i>	lahko delam	sprejemanje starosti	kakovostna starost
I31	<i>Da nisem samo doma in da nič ne delam</i>	si deloven	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
I32	<i>Pa da ti zdravje dobro služi</i>	zdravje	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
I33	<i>To nam je zdaj kar otežilo življenje</i>	oteženo življenje	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
I34	<i>Dolgo časa si nisem upal nikamor na obisk,</i>	sem doma	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
I35	<i>da se ne bi preveč družili in okužili</i>	strah pred okužbo	negativni občutki	počutje
I36	<i>Masko pa nosim vedno, ko moram v trgovino ali k zdravniku</i>	nošenje mask	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje

I37	<i>nekaj sigurno imamo, pa sedaj ne bi vedel, kaj točno</i>	ne poznam	nepoznavanje ponudbe storitev	ponudba storitev v občini
I38	<i>Sem pa tudi sam vključen v društvo upokojencev</i>	član društva upokojencev	prostočasne aktivnosti	vsakdanje življenje
I39	<i>Zaenkrat mislim, da se nobene storitve ne potrebujem</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
I40	<i>Dobro</i>	dobra oskrba s strani občine	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine
I41	<i>Naj ostane moje zdravje tako kot je zdaj, da ne bi šlo na slabše</i>	ostane kot je	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
I42	<i>sem še toliko pri močeh, da zmorem obvladati kmetijo</i>	zmožnost dela na kmetiji	dobro zdravje	zdravje
I43	<i>Da bi imel naslednike na kmetiji, ki bi mi že sedaj pomagali delati, da ne bi vsega rabil sam</i>	pomoč na kmetiji	želja po pomoči	želje
I44	<i>Ja, sem že razmišljal o domu</i>	razmišljanje o odhodu v dom	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
I45	<i>ampak se ne bi odločil za to</i>	ni želje	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
I46	<i>Ne vem, kaj bi tam počel in sigurno bi mi bilo dolgčas</i>	dolgčas	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
J1	<i>Naredila sem poklicno šolo za vzgojiteljico</i>	vzgojiteljica	poklic	vsakdanje življenje
J2	<i>Zaposlena sem bila kot pomočnica vzgojiteljice v Vrtcu v Radencih</i>	delo v vrtcu	zaposlitev	vsakdanje življenje
J3	<i>Sedaj sem pa upokojena</i>	upokojenka	poklic	vsakdanje življenje
J4	<i>Živim sama</i>	živim sama	brez sobivanja	stanovanjske razmere
J5	<i>v svoji hiši</i>	lastna hiša	prednosti	stanovanjske razmere
J6	<i>Hiša je ravno dovolj velika zame</i>	velika hiša	prednosti	stanovanjske razmere
J7	<i>Je pritlična</i>	pritlična hiša	prednosti	stanovanjske razmere
J8	<i>in ima samo nekaj stopnic pred vhodom</i>	malo stopnic	prednosti	stanovanjske razmere
J9	<i>Po navadi vstanem okrog 8. ure</i>	zbujanje okrog 8. ure	jutranja rutina	vsakdanje življenje
J10	<i>si skuham kavo</i>	pitje kave	jutranja rutina	vsakdanje življenje
J11	<i>in jo pijem zunaj na terasi</i>	posedanje na terasi	jutranja rutina	vsakdanje življenje
J12	<i>Potem preberem časopis</i>	branje časopisa	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
J13	<i>in rešujem križanke</i>	reševanje križank	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje

J14	<i>Vmes si pripravim še kosilo</i>	kuhanje kosila	dnevna rutina	vsakdanje življenje
J15	<i>pospravim in pomijem posodo</i>	pomivanje posode	dnevna rutina	vsakdanje življenje
J16	<i>nato pa grem malo počivat</i>	počitek	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
J17	<i>V prostem času rada tudi pletem</i>	pletanje	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
J18	<i>ali pa kaj zašijem</i>	šivanje	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
J19	<i>Popoldne se skoraj vsak dan odpravim tudi na sprehod</i>	sprehod	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
J20	<i>kjer velikokrat srečam prijatelje in znance, s katerimi popijemo kakšno kavico in malo poklepetamo</i>	druženje s prijatelji	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
J21	<i>prižgem televizijo in pogledam nadaljevalke</i>	gledanje televizije	prostočasne dejavnosti	vsakdanje življenje
J22	<i>Spat grem po 11. uri zvečer</i>	spanje ob 23. uri	večerna rutina	vsakdanje življenje
J23	<i>Največ se družim s svojo hčerko in njeno družino</i>	druženje s hčerko in njeno družino	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
J24	<i>z bratom</i>	druženje z bratom	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
J25	<i>in s prijatelji ter prijateljicami</i>	druženje s prijatelji	stiki s prijatelji	neformalna oskrba
J26	<i>Najbolj pomembni družinski članici sta mi hčerka in vnukinja, s katerima se slišimo res vsak dan</i>	druženje s hčerko in vnukinjo vsak dan	stiki z ožjimi družinskimi člani	neformalna oskrba
J27	<i>Želela pa bi si več stikov s sošolkami, s katerimi smo se po šolanju razšle in izgubile stike</i>	več stikov s sošolkami	želja po stikih	želje
J28	<i>Glavni vir dohodka je moja pokojnina</i>	pokojnina	vir dohodka	materialna preskrbljenost
J29	<i>ki mi zaenkrat zadostuje za preživetje</i>	zadostuje za preživetje	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
J30	<i>Moje zdravje bi ocenila kot kar zadovoljivo</i>	kar zadovoljivo	dobro zdravje	zdravje
J31	<i>vendar pa bi lahko včasih kaj več naredila in s tem poskrbela, da bi bilo še boljše</i>	ne skrbim pretirano	slaba skrb za zdravje	zdravje
J32	<i>Čez teden po navadi vse postorim sama</i>	vse naredim sama	dobro zdravje	zdravje
J33	<i>za vikend pa pride na obisk vnukinja in takrat mi ona pomaga</i>	pomoč vnukinje	pomoč drugih	neformalna oskrba

J34	<i>tedenski nakup pripelje kar hčerka</i>	tedenski nakup pripelje hčerka	pomoč drugih	neformalna oskrba
J35	<i>Zame to pomeni, da sem samostojna</i>	samostojnost	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
J36	<i>zdrava</i>	zdravje	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
J37	<i>se lahko družim s prijatelji</i>	druženje s prijatelji	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
J38	<i>in imam dobre odnose z družino</i>	razumevanje z bližnjimi	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
J39	<i>Pomembno se mi zdi tudi to, da mi pokojnina zadošča</i>	dovolj finančnih sredstev	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
J40	<i>da lahko še kam odpotujem oziroma grem kamor želim</i>	grem kamor želim	razumevanje kakovostne starosti	kakovostna starost
J41	<i>Starost mi zaenkrat še ne povzroča večjih težav</i>	starost mi ne povzroča težav	sprejemanje starosti	kakovostna starost
J42	<i>zato jo dobro sprejemam</i>	dobro sprejemanje starosti	sprejemanje starosti	kakovostna starost
J43	<i>Zaradi virusa in ukrepov se nismo smeli dosti družiti</i>	prepovedano druženje	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
J44	<i>Takrat mi je bilo težko</i>	težko obdobje	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
J45	<i>ker sem stike z družino in prijatelji morala zmanjšati res na minimum</i>	omejeni stiki	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
J46	<i>Še vedno so vsepovsod neke omejitve</i>	omejitve so povsod	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
J47	<i>najbolj pa me jezi in mi je moteče nošenje mask</i>	moteče nošenje mask	spremembe zaradi ukrepov	vpliv virusa Covid-19 na življenje
J48	<i>Poznam dom starejših v Lukavcih za osebe s posebnimi potrebami</i>	dom starejših Lukavci	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
J49	<i>in pomoč na domu</i>	pomoč na domu	storitve pomoči na domu	ponudba storitev v občini
J50	<i>Dom ima tudi podenote v Križevcih</i>	enota v Križevcih	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
J51	<i>Ljutomeru</i>	enota v Ljutomeru	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
J52	<i>in v Veržaju</i>	enota v Veržaju	institucionalno varstvo	ponudba storitev v občini
J53	<i>Trenutno pomoči še ne potrebujem</i>	ni potrebe po nobeni storitvi	potreba po storitvah	ponudba storitev v občini
J54	<i>vendar bi se obrnila na koga, če bi se moje zdravje poslabšalo</i>	v primeru poslabšanja zdravja	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
J55	<i>in bi bilo to nujno potrebno</i>	če bi bilo nujno potrebno	pozitivno mnenje	mnenje o domu starejših občanov

J56	<i>Mislim, da v redu</i>	v redu	dobra oskrba	ocena oskrbe s strani občine
J57	<i>Vendar pa bi lahko občina kaj več naredila v smeri druženja s starejšimi</i>	več možnosti glede druženja za starejše	slaba oskrba	ocena oskrbe s strani občine
J58	<i>O tem ne razmišljam preveč</i>	ne razmišljanje o prihodnosti	pomanjkljivosti	prihodnost staranja doma
J59	<i>Upam, da bo moje življenje še dolgo časa ostalo tako kot je sedaj</i>	ostane kot je	pozitivni občutki	prihodnost staranja doma
J60	<i>Da bom dobrega zdravja</i>	dobro zdravje	želja po dobrem zdravju	želje
J61	<i>in bom lahko poskrbela zase</i>	zmožnost skrbeti zase	želja po samostojnosti	želje
J62	<i>da bi ostala samostojna</i>	ostati samostojna	želja po samostojnosti	želje
J63	<i>sposobna poskrbeti sama zase</i>	zmožnost skrbeti zase	želja po samostojnosti	želje
J64	<i>Ne bi pa bilo slabo, da bi imela tudi malce večjo pokojnino</i>	večja pokojnina	želja po višji pokojnini	želje
J65	<i>da bi lahko več potovala in uživala</i>	več potovanj	želja po potovanju	želje
J66	<i>Ne želim si odhoda v dom</i>	ni želje	negativno mnenje	mnenje o domu starejših občanov
J67	<i>Želim živeti v svoji hiši</i>	ostati doma	želja ostati doma	mnenje o domu starejših občanov
J68	<i>saj sem še samostojna</i>	samostojnost	dobro zdravje	zdravje
J69	<i>dobro preskrbljena</i>	dobra preskrbljenost	zadosten dohodek	materialna preskrbljenost
J70	<i>ter živim kot mi ustreza</i>	živim kot mi ustreza	prednosti	prihodnost staranja doma
J71	<i>Če pa ne bom več mogla skrbeti zase pa si v prvi vrsti želim pomoči na domu</i>	želja po pomoči na domu	želja ostati doma	mnenje o domu starejših občanov

9.4. Priloga 4: Oso kodiranje

VSADANJE ŽIVLJENJE

- Izobrazba
 - Osnovnošolska (H1)
- Poklic
 - Delo na kmetiji (A1)
 - Šivilja (B1)
 - Ključavničar (C1, G1)
 - Krojaška delavka (D1)
 - Upokojenka (D2, J3)
 - Medicinska sestra (E1)
 - Mehanik šivalnih strojev (F1)
 - Vzdrževalec šivalnih strojev (F3)
 - Delovodja (G3)
 - Vzgojiteljica (J1)
- Zaposlitev
 - Delo v tekstilni tovarni (B2, D3, F2)
 - Delo v tovarni opek (C2)
 - Delo v krojaštvu (D4)
 - Delo v bolnišnici in zdravstvenem domu (E2)
 - Delo v vinogradniško-živinorejskem podjetju (G2)
 - Brez zaposlitve (H2)
 - Gospodinja na kmetiji (H3)
 - Delo v proizvodnji kmetijske tehnike (I1)
 - Delo v vrtcu (J2)
- Jutranja rutina
 - Zbujanje (A19, B18, D21)
 - Hitro vstajanje (A20, I8)
 - Priprava zajtrka (B19, C14, D22, E22, I10)
 - Zbujanje okrog 7. ure (C13, E17, F14, G15)
 - Pitje kave (C16, E19, G17, J10)
 - Umivanje (E18, H20)
 - Pitje čaja (F15)
 - Hranjenje mačka (G16)
 - Zbujanje okrog 8. ure (H16, J9)
 - Nameščanje proteze na nogo (H19)
- Dnevna rutina

- Počitek (A22, C20, E20, G24, H26, J16)
- Nakup nujnih živil (D23)
- Kuhanje kosila (B20, D24, F21, G22, I13, J14)
- Pitje kave (D25)
- Vožnja avtomobila (F43, G48, I26)
- Vožnja traktorja (I27)
- Pomivanje posode (J15)
- Večerna rutina
 - Slabo spanje (A21)
 - Zgodno spanje (A29)
 - Spanje ob 21. uri (B31, H28)
 - Večerja (C24, D36, E34)
 - Spanje okrog 22. ure (C26)
 - Spanje (D38, I15)
 - Umivanje (C25, E35)
 - Spanje ob polnoči (E36, F24, G28)
 - Spanje ob 23. uri (J22)
- Prostočasne aktivnosti
 - Gledanje televizije (A28, B24, C17, D37, E23, F23, G19, G27, H18, I14, J21)
 - Član gasilskega društva (A43)
 - Peka peciva (B21)
 - Vrtnarjenje (B22, D28, G20, G44)
 - Reševanje križank (B23, D31, E24, J13)
 - Skrb za vrt in sadovnjak (B26)
 - Sprehod (B28, C18, D32, J19)
 - Šivanje (B29, D34, J18)
 - Pletenje (B30, D35, H23, J17)
 - Družabne igre in kartanje z vnuki (B39)
 - Branje časopisa (C15, D27, G18, J12)
 - Skrb za sobne rastline (C21)
 - Košnja trave (C43)
 - Priprava drv (C44)
 - Posedanje na terasi (D26, J11)
 - Čiščenje (D29)
 - Branje (D30)
 - Kolesarjenje (D33)
 - Član/ica društva upokojencev (D42, I38)
 - Poslušanje radia (E25, H17)
 - Delo na kmetiji (F18, I9)

- Skrb za živali (F20, H22)
- Spremljanje športa (F22)
- Računalniško znanje (F42)
- Urejanje v hiši in okolici (G21)
- Posedanje na klopci (H27)
- Delo na njivi (I11)
- Delo v gozdu (I12)

STANOVANJSKE RAZMERE

- Sobivanje
 - Z ženo (A3, C4, F5)
 - Z možem (B4, D7)
 - S psom (C5)
 - S sinom (D8, H5)
 - S hčerko (D9, F6, G5)
 - Z zetom (D10)
 - Z vnuki (D11, G6, H7)
 - Z mačko (G7)
 - S snaho (H6)
 - Z bratom (I3)
- Brez sobivanja
 - Živim sam/a (E3, J4)
- Prednosti
 - Lastna hiša (A2, B3, C3, D5, G4, H4, I2, J5)
 - Zadovoljstvo s hišo (A4, D16)
 - Zamenjana okna (A11, D13)
 - Velika hiša (A16, B5, C6, J6)
 - Balkon (B6)
 - Prostor za drva (B7)
 - Sadovnjak (B8)
 - Vrt (B9, C11, F19, G8)
 - Prenova kopalnice (B10)
 - Prenova kuhinje (B11)
 - Tuš kabina s stolčkom in držalom (B12)
 - Prostorna notranjost (B15)
 - Veliko naravne svetlobe (C7)
 - Lepa okolica (C12)
 - Iz naravnih materialov (D12)

- Nova streha (D14)
- Dobro ohranjena (D15)
- Nizka hiša (D18, J7)
- Ni stopnic (D19, H11, J8)
- Toplotna črpalka (D20)
- Lastno stanovanje (E4, F4)
- Ni stroškov z najemnino (E5)
- Dvigalo (E6, F12)
- Nova notranja oprema (E7)
- Bližina storitev (E8, F7)
- Ni skrbi za zunanjo okolico (E9)
- Ni preprog (E14)
- Ni visokih pragov (E15)
- Veliko stanovanje (F9)
- Udobno stanovanje (F10)
- Velika okolica (G9)
- Dobra razporeditev prostorov (G13)
- Ustrezna hiša (H10, I4)
- Držalo na stopnišču (H13)
- Pomanjkljivosti
 - Stara hiša (A5, A15, D6, H9, I6)
 - Odpada omet (A6)
 - Vlaga vdrla v notranjost (A7)
 - Potrebna prenove (A8, H8)
 - Visoke stopnice (A9)
 - Manjkajoče stranišče in kopalnica (A12)
 - Stranišče ločeno od hiše (A13)
 - Star način gradnje (A14)
 - Dolgo ogrevanje (A17)
 - Velika poraba kurjave (A18)
 - Stopnice do vhoda (B14, G11, H14)
 - Prevelika za dva (B16)
 - Spalnica v zgornjem nadstropju (C8)
 - Stopnice (C9, I5)
 - Nefunkcionalni prostori (D17, F8)
 - Kopalna kad (E10, E16)
 - Prenizka sedežna garnitura (E11)
 - Nezmožnost namestitve držala pri stranišču (E13)
 - Neprilagojena tuš kabina (G12)

MATERIALNA PRESKRBLJENOST

- Vir dohodka
 - Pokojnina (A45, B40, C33, D44, E44, F29, G34, H33, I18, J28)
 - Denar od zemlje (A46)
 - Moževa pokojnina (B41, D49, H34)
 - Ženina pokojnina (C35, F31)
 - Zaslužek od dela na kmetiji (I20)
- Zadosten dohodek
 - Dobra preskrbljenost (A50, J69)
 - Imava dovolj (B42)
 - Si lahko kaj privoščiva (B43, F32)
 - Si lahko privoščiva dostavo hrane (C37)
 - Zadostuje za preživetje (D45, E45, F30, G35, H35, I19, J29)
 - Zadovoljstvo s pokojnino (D48)
 - Nekaj tudi prihranim (G36)
- Nizek dohodek
 - Nezmožnost prenove hiše zaradi nizkih pokojnin (A10)
 - Nizka pokojnina (A47, C34, D46)
 - Skromno življenje (C36)
 - Ostane zelo malo denarja (C38)
 - Nezmožnost prenove okolice zaradi nizkega dohodka (I7)

ZDRAVJE

- Dobro zdravje
 - Dober spomin (A44)
 - Samostojnost pri hoji na stranišče (A61)
 - Samostojnost pri prehranjevanju (A62)
 - Ni težav z mobilnostjo (B13)
 - Zaenkrat dobro (B45, C39, D50, I23)
 - Vse naredim sam/a (B50, B60, C48, D57, E52, G45, I25, J32)
 - Samostojnost pri gospodinjskih opravilih (B51, E33)
 - Ni večjih težav (C40, G14, I21)
 - Zmožnost hoje (C41)
 - Srednje dobro (E46, H39)
 - Neodvisnost od pomoči drugih (E70)
 - Sem aktiven/a (F11, F35)
 - Stopnice mi ne predstavljajo problema (F13)
 - Znosno (G37)
 - Samostojnost (E92, G40, J68)
 - Lahko delam (I30)
 - Zmožnost dela na kmetiji (I42)
 - Kar zadovoljivo (J30)
- Slabo zdravje
 - Nezmožnost fizičnega dela (A23)
 - Slaba kri (A25)
 - Bolj slabo (A51, G63)
 - Popuščanje srca (A52)
 - Strjevanje krvi (A53)
 - Vnetje žolčnika (A54)
 - Oslabele noge (A58)
 - Ne delo zaradi starosti (A64)
 - Nezmožnost hoje (A67)
 - Pogosti obiski bolnišnic (A84)
 - Boleče noge (A89, E21, G39)
 - Slab vid (D51, G24)
 - Operacija oči (D52)
 - Obrabljena kolena (D53)
 - Oteženo vstajanje (E12)
 - Nezmožnost branja in pletenja (E31)
 - Pekoče oči (E32)

- Boleč križ (E47, G38)
- Nezmožnost opravljanja vseh opravil (E58)
- Počitek med sprehodom (E73)
- Težave z zdravjem (E90, F33)
- Glavkom (F38)
- Rak prostate (F39)
- Brez ene noge (H12)
- Vedno nekaj manjka (H37)
- Kronične zdravstvene težave (H38)
- Zamenjan kolk (I22)
- Skrb za zdravje
 - Dializa (A26, A57)
 - Posebna dieta (A55)
 - Jemanje zdravil (A56, F16)
 - Sprehodi (B47, E28)
 - Kolesarjenje (B48)
 - Vrtnarjenje (B49)
 - Fizična dela (C42, F37)
 - Zdrava prehrana (C45, D54, E48, G42)
 - Ne pijem alkohola (D55)
 - Ne kadim (D56)
 - Telovadba (E26, E49)
 - Telovadba na sobnem kolesu (E29)
 - Zdravje je pomembno (E50)
 - Umik ob preobremenjenosti (G41)
 - Gibanje (G43)
- Slaba skrb za zdravje
 - Ne skrbim pretirano (B46, J31)
 - Kajenje (C46)
 - Ne ukvarjanje s športom (F36)

NEFORMALNA OSKRBA

- Stiki z ožjimi družinskimi člani
 - Dobri odnosi z družino (A31)
 - Trije sinovi (A33)
 - Trije vnuki (A34)
 - Dve vnukinji (A35)
 - Druženje s hčerko in njeno družino dvakrat tedensko (B33)

- Druženje s sestrami vsaj na dva tedna (B34)
- Stiki s sestro preko telefona (B35)
- Druženje z moževim bratom vsak dan (B36)
- Druženje s sinom in njegovo družino vsaj enkrat na mesec (B37)
- Druženje z vnuki (B38)
- Obisk sina (C22)
- Druženje z ženo vsak dan (C27)
- Druženje s sinom in njegovo družino (C28)
- Varstvo vnukov dvakrat na mesec (C29)
- Druženje z bratom (C32, J24)
- Druženje z domačimi (D39)
- Druženje z nečakom in njegovo družino (E30)
- Druženje z nečakom in njegovo družino enkrat tedensko (E39)
- Stiki z nečakom vsak dan preko telefona (E43)
- Druženje z ženo in hčerko (F25)
- Ni stikov z nečakinjo (F28)
- Druženje z družino vsak dan (G33)
- Stiki z nečakinjo preko telefona (H29)
- Druženje z otroci in vnuki (H30)
- Druženje s sinom in vnuki vsak dan (H31)
- Druženje s hčerko večkrat tedensko (H32)
- Druženje z bratom vsak dan (I16)
- Druženje s hčerko in njeno družino (J23)
- Druženje s hčerko in vnukinjo vsak dan (J26)
- Stiki s sorodniki
 - Obisk sorodnikov (B25, G26, G30)
 - Druženje s sorodniki ob praznovanjih (G32)
- Stiki s prijatelji
 - Druženje s prijatelji (D41, E27, F17, G29, J20, J25)
 - Stiki s prijateljico vsak dan preko telefona (E37)
 - Druženje s prijateljico enkrat tedensko (E38)
 - Druženje s prijatelji vsak dan (F26)
 - Stiki s prijatelji preko telefona (F27)
- Stiki s sosedi
 - Obisk sosedov (A30, C30, D40, G25)
 - Dobri odnosi s sosedi (A32, A40)
 - Druženje s sosedi večkrat tedensko (I17)
- Pomoč drugih
 - Kosilo skuhata vnukinji (A24)

- Pomoč sina in vnukinj pri umivanju (A27, A63)
- Pomoč sina pri skrbi za živino (A48)
- Pomoč sina in vnuka pri obdelovanju njiv (A49)
- Pomoč sina pri nakupu živil in zdravil (A65)
- Pomoč pri prevozu (A66, H43)
- Skrb sina (A81)
- Pomoč moža pri košnji trave (B27, B52)
- Pomoč moža pri pripravi drv (B53)
- Brez voziškega dovoljenja (B54)
- Tedenski nakup pripelje hčerka (B66, G56, J34)
- Pomoč sina pri prenovi (C10)
- Pomoč žene pri gospodinjskih opravilih (C47, F41)
- Pomoč moža pri gospodinjskih opravilih (D58)
- Pomoč moža pri zunanjih opravilih (D59)
- Pomoč nečaka pri nakupu živil (E40)
- Pomoč nečaka pri prevozu (E42)
- Pomoč nečaka in njegovih otrok (E51)
- Pomoč nečakovih hčerk pri čiščenju kopalnice (E53)
- Pomoč pri fizičnih opravilih (G31)
- Pomoč hčerke pri gospodinjskih opravilih (G46)
- Pomoč sina pri pripravi zajtrka (H21)
- Pomoč snahe pri pripravi kosila (H25, H40)
- Pomoč snahe pri nakupu hrane (H36)
- Pomoč snahe pri pranju perila (H41)
- Pomoč snahe pri umivanju (H42)
- Pomoč vnukinje (J33)

ŽELJE

- Želja po več stikih
 - Malo stikov s srednjim sinom (A36)
 - Malo stikov na stara leta (A41)
 - Da nisem sam/a (E81, G62)
 - Da bi bile sestre žive (E88)
 - Dobri odnosi (G75, G77)
 - Več obiskov (G78)
 - Več stikov s sošolkami (J27)
- Želja po dobrem zdravju
 - Sposobnost hoje (A90)

- Ostati zdrav/a (B74, C60, D85, E79, F61, J60)
- Se nič ne spremeni (C59, H57)
- Izboljšanje zdravja (C62, E87, G76)
- Zdrave noge in roke (H62)
- Želja po samostojnosti
 - Zmožnost skrbeti zase (B75, F62, J61, J63)
 - Ostati samostojen/a (C61, E80, G70, J62)
- Želja po delu
 - Delo na njivi (A60)
 - Zmožnost narediti več (A91)
 - Delo okrog hiše (H63)
 - Delo na vrtu (H64)
- Želja po vožnji
 - Vožnja avtomobila in traktorja (A59, I28)
 - Vozniški izpit (C23)
- Želja po višji pokojnini
 - Večja pokojnina (B44, D47, J64)
- Želja po novem znanju
 - Naučiti se angleščino (D86)
 - Naučiti se boljše kuhati (G23)
- Želja po potovanju
 - Izlet s prijatelji (G79)
 - Več potovanj (J65)
- Želja po pomoči
 - Pomoč na kmetiji (I43)

POČUTJE

- Pozitivni občutki
 - Občutek spoštovanja (A37)
 - Ponos na družino (A38, B32)
 - Hvaležnost ženi (A39)
 - Veselje ob obiskih (A42)
 - Zadovoljstvo je osnova za dobro počutje (A68)
 - Ponos na lastno hišo (B17)
 - Dobro počutje po operaciji (F40)
 - Hiša ima velik pomen (G10)
- Negativni občutki
 - Skrb glede poslabšanja in strožjih ukrepov (B68)

- Strah pred nepokretnostjo (D83)
- Strah pred demenco (D84, F46, F64)
- Strah pred padcem (E41)
- Nezadovoljstvo z zdravjem (F34)
- Misel na smrt (F48)
- Žalost zaradi družbenega stanja (F54)
- Zadrega ob nezmožnosti česa narediti (G49)
- Strah pred okužbo (I35)

KAKOVOSTNA STAROST

- Razumevanje kakovostne starosti
 - Skrb družine (A69)
 - Pomanjkanje časa in volje svojcev za skrb (A70)
 - Skrb in pomoč družine (A71)
 - Sreča (B55, F63)
 - Samostojno odločanje o načinu življenja (B56)
 - Skrb zase (B58, D61)
 - Zdravje (C50, E54, E57, F44, I32, J36)
 - Samostojnost (B57, C51, J35)
 - Omogočeni stiki (C52, J37)
 - Dovolj gibanja (D62)
 - Pokretnost (D63)
 - Brez pritoževanja (D64)
 - Se ne smiliš samemu sebi (D65)
 - Dovolj finančnih sredstev (E55, J39)
 - Pomoč bližnjih svojcev (E56)
 - Razumevanje z bližnjimi (F45, G52, J38)
 - Naloga ožjih družinskih članov (F57)
 - Naloga občine (F58)
 - Brez pomanjkanja (G50)
 - Brez bolečin in bolezni (G51)
 - Ustvarjalnost (H44)
 - Ne obupaš (H45)
 - Delavnost (I31)
 - Grem kamor želim (J40)
- Sprejemanje starosti
 - Dobro sprejemanje starosti (B59, G53, J42)
 - Zavedanje minljivosti življenja (B61, D81)

- Ni skrbi (B62)
- Želja biti mlajši/a (C49, E89, G80)
- Se ne počutim staro (D60, I29)
- Zdrave življenjske navade (F68)
- Dosti doživetij (H46)
- Starost mi ne povzroča težav (J41)

VPLIV VIRUSA COVID-19 NA ŽIVLJENJE

- Spremembe zaradi ukrepov
 - Nošenje mask (A72, B67, D69, E61, H50, I36)
 - Prepovedano prehajanje med občinami (A73, F52)
 - Manj stikov (A74, B63, C54, D67, E64, G57)
 - Več stikov preko telefona (B64, E60)
 - Manj obiska trgovin (B65, G55)
 - Omejeni stiki (C31, F51, J43, J45)
 - Manj izhodov (C53, H49, I34)
 - Moteče nošenje mask (C55, J47)
 - Manj izletov (D43)
 - Upoštevanje razdalje (D66)
 - Nesmiselni ukrepi (D68)
 - Upoštevanje ukrepov (E59)
 - Ujetost v stanovanju (E62, E63)
 - Pomanjkanje svobode (E65, F53)
 - Velik vpliv na življenje (F49)
 - Prilagajanje (F50)
 - Spremljanje po radiu (H48)
 - Oteženo življenje (I33)
 - Težko obdobje (J44)
 - Omejitve so povsod (J46)
- Brez sprememb
 - Ni pretiranih sprememb (A75)
 - Umivanje in razkuževanje rok je samoumevno (D70)
 - Brez vpliva na življenje (G54)

PONUDBA STORITEV V OBČINI

- Storitve pomoči na domu
 - Pomoč na domu (A76, D73, E68, J49)
 - Draga pomoč na domu (A77)
- Institucionalno varstvo
 - Dom starejših občanov v Ljutomeru (A78)
 - Dom starejših občanov v Radencih (A79)
 - Dom Lukavci (B69, J48)
 - Dom starejših občanov (E66, F60)
 - Enota v Križevcih (J50)
 - Enota v Ljutomeru (J51)
 - Enota v Veržejju (J52)
- Druge storitve
 - Obisk in druženje s prostovoljci (D72)
 - Dostava hrane (D74, E67)
 - Podelitev priznanj (D77)
 - Društvo upokojencev (G59)
- Nepoznavanje ponudbe storitev
 - Ne poznam (G58, I37)
- Potreba po storitvah
 - Ni potrebe po nobeni storitvi (A80, B70, D71, D75, E69, F56, G60, H52, I39, J53)
 - Ni potrebe po pomoči na domu (A82)
 - Obiski patronažne službe (A83)
 - Dostava hrane (C19, C56, G47)
 - Ne razmišljam (F55)

OCENA OSKRBE S STRANI OBČINE

- Dobra oskrba
 - Dobra oskrba s strani občine (C58, D76, E71, I40)
 - Objavljeno v glasilu občine (H51)
 - Raznolika ponudba (H54)
 - Zadovoljstvo (H55)
 - V redu (J56)
- Slaba oskrba
 - Slaba skrb s strani občine (A85, B71, G64)
 - Varčevanje na starih ljudeh (A86)
 - Ni vaških gasilskih vesellic (B72)

- Ni razvoza živil (B73)
- Malo kolesarski poti (D78)
- Premalo klopi (E72)
- Premalo sredstev za pomoč na domu (E74)
- Ni subvencij za starejše (E75)
- Draga oskrba (E76)
- Neprilagojeni avtobusi (E77)
- Premalo subvencij za zdravila (E78)
- Ni dnevnega varstva (F59)
- Več objav o možnostih preživljanja prostega časa za starejše (G65)
- Ni družabništva (H56)
- Več možnosti glede druženja za starejše (J57)

PRIHODNOST STARANJA DOMA

- Prednosti
 - Imam mir (A88, E82, G72)
 - Neodvisnost od drugih (E83)
 - Ne rabim pospravljati za drugimi (E84)
 - Počnem kar hočem (H60)
 - Živim kot mi ustreza (J70)
- Pomanjkljivosti
 - Sem sam/a (E85)
 - Ni takojšnje pomoči pri padcu (E86)
 - Ne razmišljanje o prihodnosti (F47, J58)
 - Dolgčas (G73)
 - Ni družbe (H61)
- Pozitivni občutki
 - Dobro počutje doma (A95)
 - Vsak dan boljše (D79)
 - Ostane kot je (D80, I41, J59)
 - Brez trpljenja (D82, F67)
 - Hitra smrt (F65)
 - Umirjeno (G67)
 - Brez stresa (G68)
 - Dobri odnosi (G69)
 - Lepo preživljanje zadnjih let (H47)
- Negativni občutki
 - Na čakanju (A87)

- Skrb glede prihodnosti (G66, H15, H58)
- Osamljenost (G74, H68)
- Skrb glede dela na kmetiji v primeru bolezni (I24)

MNENJE O DOMU STAREJŠIH OBČANOV

- Pozitivno mnenje
 - Če bi ostala sam/a (B77, C64)
 - Če ne bi mogel/a skrbeti zase (C65, D88, E94, F70, H53)
 - Prošnjo imam doma (E91)
 - Enoposteljna soba (E95)
 - Okusna hrana (E96)
 - Prijazno osebje (E97, G61)
 - Kvalitetna nega in oskrba (E98)
 - Razmišljanje o odhodu v dom (G81, H65, I44)
 - Družba (G82, H67)
 - Varnost (G83)
 - Vse na dosegu rok (G84)
 - V primeru poslabšanja zdravja (J54)
 - Če bi bilo nujno potrebno (J55)
- Negativno mnenje
 - Ne razmišljanje o odhodu v dom (A92)
 - Nezmožnost plačevanja domske oskrbe (A93)
 - Plačevanje oskrbe s strani svojcev (A94, D89)
 - Ni želje (B78, C63, D87, H59, I45, J66)
 - Še ni potrebe (E93)
 - Ni lastnega vrta (G85)
 - Ni družine (G86)
 - Ni dinamičnega življenja (G87)
 - Ni dela (G88)
 - Težka odločitev (H66)
 - Odpor do domov starejših (H69)
 - Dolgčas (I46)
- Želja ostati doma
 - Ostati doma do svoje smrti (A96, B76)
 - Ostati doma (F66, F69, G71, J67)
 - Želja po pomoči na domu (J71)