

**PRISTOJNOST:** OBČINSKI SVET OBČINE KRANJSKA GORA

**PREDLAGATELJ:** ŽUPAN OBČINE KRANJSKA GORA

**POROČEVALEC:** Služba za družbene dejavnosti in gospodarstvo

**STRATEGIJA OHRANJANJA ZDRAVJA STAREJŠIH NA OBMOČJU OBČIN  
ZGORNJE GORENJSKE 2017 – 2021**

**Gradivo za 12. sejo Občinskega sveta**

**ZAKONSKA PODLAGA:** Zakon o lokalni samoupravi (ZLS) Uradni list RS, št. 72/1993, 6/1994 - odl. US, 45/1994 - odl. US, 57/1994, 14/1995, 20/1995 - odl. US, 63/1995 - ORZLS19, 73/1995 - odl. US, 9/1996 - odl. US, 39/1996 - odl. US, 44/1996 - odl. US, 26/1997, 70/1997, 10/1998, 68/1998 - odl. US, 74/1998, 12/1999 - skl. US, 16/1999 - popr., 59/1999 - odl. US, 70/2000, 100/2000 - skl. US, 28/2001 - odl. US, 87/2001 - ZSam-1, 16/2002 - skl. US, 51/2002, 108/2003 - odl. US, 72/2005, 21/2006 - odl. US, 60/2007, 14/2007 - ZSPDPO, 27/2008 - odl. US, 76/2008, 79/2009, 51/2010, 84/2010 - odl. US, 40/2012 - ZUJF, 14/2015 - ZUJFO  
Statut Občine Kranjska Gora - uradno prečiščeno besedilo (UPB1) (Uradno glasilo slovenskih občin, št. 43/2014 in 7/2015)  
Poslovnik občinskega sveta (Uradni list RS, št. 55/2007 in 7/2015)

**Predlog za obravnavo :** Na podlagi Odloka o delovnih telesih občinskega sveta (Uradni list RS, št. 104/2009) predlagamo, da gradivo obravnava Odbor za negospodarstvo in javne službe družbenih dejavnosti

Zakon o lokalni samoupravi (ZLS) v šesti alineji 21. člena med drugim določa, da občina pospešuje službe socialnega skrbstva, za predšolsko varstvo, osnovno varstvo otroka in družine, za socialno ogrožene, invalide in ostarele.

Občina Kranjska Gora je s podpisom Sporazuma o partnerstvu v letu 2015 pristopila k projektu Čili in zdravi starosti naproti 3 FIT. Glavni cilj projekta, katerega nosilec je Ljudska univerza Jesenice, je promocija zdravja med starejšimi prebivalci Zgornje Gorenjske. Ciljna skupina so bili prebivalci starejši od 55 let. Projekt se bo zaključil junija letos.

Dejstvo je, da se prebivalstvo stara, a število zdravih let življenja se zaradi nezdravega načina življenja zmanjšuje. Cilj projekta je bil celostno reševanje te problematike. Izvedene so bile številne delavnice, izobraževanja, vadbe - vse z namenom, da bi udeleženci spremenili svoj življenjski slog. Delo je temeljilo na individualnem pristopu. Izvajalo se je na sedmih različnih lokacijah (v Kranjski Gori v Domu Viharnik in telovadnici OŠ Josipa Vandota Kranjska Gora).

Namen projekta je bil celosten prispevek k dejavnemu in zdravemu staranju, saj je zajemal vse tri komponente človeka: telo, um in duha. Kot že rečeno so aktivnosti pokrivalo vsa ta tri področja. Vse te aktivnosti so namreč pomembne za izboljšanje kakovosti življenja starejših, saj se jim s tem omogoči, da kljub staranju prispevajo k družbi, obenem pa se tako lahko tudi zmanjša nevzdržen pritisk na sisteme zdravstvenega varstva.

V projekt smo bile vključene vse občine Zgornje Gorenjske, Zavod sv. Martina Bohinj, Dom Viharnik, Ljudska univerza Radovljica ter Društva upokojencev Bled, Gorje in Žirovnica. Tako naj bi zagotovili mrežo, ki zagotavlja učinkovito, strokovno in trajnostno izvajanje programa ohranjanja zdravja starejših.

Od aprila do maja 2015 so v vseh občinah potekali individualni svetovalni razgovori, ki so ga vodili strokovnjaki s področij gerontologije, medicine, prehrane in športa. Izdelani so bili individualni načrti ohranjanja zdravja, ki naj bi uvedli spremembe v posameznikov življenjski slog.

V času izvajanja projekta pa je bilo v vsaki občini izvedeno 38 delavnic in vadb (potekale so dvakrat tedensko) v naslednjih sklopih:

- Sklop 1 z naslovom Sami smo odgovorni za lastno zdravje
- Sklop 2 z naslovom Izobraževanje za zdrav življenjski slog
- Sklop 3 z naslovom Umska vadba za zdrav življenjski slog
- Sklop 4 z naslovom Telesna vadba za zdrav življenjski slog
- Sklop 5 z naslovom Zdravo prehranjevanje
- Sklop 6 z naslovom Osmišljanje življenja v starosti – znanje, pogum in volja

Vseh 38 delavnic in vadb v Občini Kranjska Gora se je udeležilo 480 občanov Občine Kranjska Gora, od tega 74 različnih oseb (17 moških in 57 žensk)

Zaključna konferenca je potekala 25. maja 2016 v Kolpernu na Jesenicah. Na njej so bili predstavljeni rezultati in potek projekta, pa tudi Strategija ohranjanja zdravja starejših, ki smo jo v skladu s cilji projekta pripravile vse (projektne partnerice) občine Zgornje Gorenjske (Kranjska Gora, Jesenice, Žirovnica, Bled, Gorje, Bohinj in Radovljica)

Ljudska univerza Jesenice je kot nosilec in prijavitelj na Javni razpis za sofinanciranje projektov Programa Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014 in Programa finančnega mehanizma EGP 2009–2014 uspela na podpodročju A.1.2 Preprečevanje bolezni, povezanih z življenjskim slogom za projekt Čili in zdravi starosti naproti pridobiti sredstva v višini 171.088,35 EUR. Lastna udeležba je znašala 9.004,35 EUR (5% finančnega načrta projekta), od tega je prispevek Občine Kranjska Gora kot projektne partnerje znašal 155,50 EUR.

Občina Kranjska Gora je v projektu nastopala kot lokalni nosilec razvoja strategije promocije zdravja starejših in je kot taka ključna za trajnostni učinek rezultatov projekta. Kot predstavnica Občine Kranjska Gora je v ožji projektne skupini sodelovala Vlasta Skumavc Rabič. Občina Kranjska Gora je zagotovila ustrezne prostore in ostale pogoje za izvedbo programa promocije zdravja za starejše v Kranjski Gori. Glavna naloga pa je bila izdelava trajnostne strategije promocije zdravja, ki je priloga tega gradiva in bo služila kot podlaga za nadaljnje aktivnosti Občine na področju promocije zdravja za starejše.

Strategija ohranjanja zdravja starejših na območju občin Zgornje Gorenjske 2017-2021 je priloga tega gradiva. Strategija je nastala v sodelovanju vseh občin partneric in bo v enakem

besedilu predstavljena na sejah občinskih svetov vseh občin partneric. Je obsežna, polna številnih tabel, podatkov, grafov... zato je nima smisla razlagati, kljub temu pa naj povzamemo nekatera dejstva:

Staranje prebivalstva Slovenije, Zgornje Gorenjske, kot tudi Evrope predstavlja enega največjih ekonomskih in socialnih izzivov prihodnosti. Vse projekcije pa kažejo na to, da se bo delež starejših od 65 let še povečeval, delež mlajših generacij pa bo upadal. Ta dejstva je potrebno upoštevati pri pripravi sistemskih ureditev in rešitev na nivoju države in na lokalnem nivoju.

Na položaj starejših vpliva več dejavnosti, sinergija pa bo potrebna predvsem na področju arhitekture, izobraževanja, telesne aktivnosti, zdravja, zdrave prehrane in zdravega okolja, zdravstva, zaposlovanja in socialnega varstva.

Pri analizi stanja smo ugotovili, da se po občinah v okviru javne mreže in nevladnih organizacij izvajajo mnoge storitve in aktivnosti za starejše. Pri tem je večina programov usmerjenih bolj v nudenje različnih vrst pomoči. Opažamo tudi, da se izvajalci med seboj ne povezujejo in da je premalo programov, ki bi celostno obravnavali posameznika in ki bi starejšega človeka motivirali, da oživi lastne moči in potenciale, da sam išče rešitev za probleme. Pomembno je, da ljudi ohranimo zdrave, aktivno sodelujemo, imamo potrebno znanje iz različnih področij in da nismo le pasivni opazovalci ali prejemniki različnih oblik pomoči. Le s tem lahko dosežemo, da bo vsak posameznik odgovoren za lastno zdravje.

V Strategiji so predstavljene javne in druge storitve, ki vplivajo na zdravje starejših in tudi analiza izvedbe projekta 3FIT. Na osnovi predstavitve in analize smo izpostavili problematiko na tem področju, jo opredelili v splošnih ciljih, ki jih bomo dosegli z aktivnostmi, ter določili ukrepe za celotno območje Zgornje Gorenjske. Ob tem smo ugotovili določena odstopanja, ki so posledica specifične posamezne občine.

Razlike med občinami se kažejo tako na geografskem, demografskem kot statusnem (mestno, ruralno) področju, kar bo vsaka občina upoštevala pri pripravi izvedbenega dela ukrepov za doseganje ciljev v svojem okolju. Z uresničitvijo ciljev bomo dosegli osnovno vizijo: ohraniti in krepiti celostno zdravje starejše generacije (zdravo telo, um in duh). To pa pomeni kvaliteto življenja, ki jo bomo lahko dosegli z medgeneracijskim sodelovanjem in z aktivnim vključevanjem ter vzgojo tudi mlajše populacije.

V zaključku pripravljavci Strategije ugotavljamo, da bodo pomemben vir v družbi prihodnosti predstavljali zdravi in aktivni starejši ljudje, ki bodo imeli znanje, izkušnje, čas, energijo in dovolj lastnih finančnih sredstev, da bodo lahko prispevali družbi kot občani, prostovoljci, družinski člani, kupci oziroma stranke. Kot družba moramo začeti ceniti ta potencial, in sicer tako za izboljšanje kvalitete življenja in dostojanstva starejših kot tudi za zagotovitev novih oblik za rast in omilitev negativnih učinkov demografskih sprememb. Spodbujanje zdravega in aktivnega staranja ter medgeneracijska solidarnost lahko vplivata na oblikovanje nove družbe za vse starostne skupine.

Tudi usmeritve Evropske komisije se nagibajo k promociji aktivne participacije starejših in zagotavljanju dostopnih in učinkovitih zdravstvenih pa tudi drugih (socialnovarstvenih) storitev oz. programov, s katerimi bomo lahko zgodaj zaznali bolezni oziroma lajšali težave ter skrbeli za socialno vključenost starejših, kar je ključna naloga lokalnega okolja.

Ugotavlja se, da je pomembna aktivna participacija starejših v domačem (npr. varstvo otrok/vnukov) in lokalnem okolju (medgeneracijsko sodelovanje in solidarnost), saj imajo starejši s tem možnost nadaljnjega učenja (vseživljenjsko učenje) in prenašanja svojega znanja in izkušenj. Zelo dober učinek ima tudi sodelovanje v društvih in prostovoljskih organizacijah, hkrati pa je pomembna tudi vsakodnevna fizična aktivnost: rekreacija, hoja, skrb za dom in vrt ... Ne nazadnje pa starejše prebivalstvo lahko predstavlja tudi možnost za gospodarsko rast, in sicer z razvojem in trženjem inovativnih produktov in storitev za starejše, kar je poznano tudi pod imenom srebrno gospodarstvo (silver economy).

Priloga tega gradiva je tudi Nabor aktivnosti za območje Občine Kranjska Gora iz zastavljenih skupnih ciljev. V nasprotju s skupno Strategijo smo ta nabor aktivnosti občine partnerice pripravile vsaka za sebe. Vsaka občina ima namreč svoje demografske in geografske značilnosti. V Naboru aktivnosti za našo Občino smo izpostavili razvoj javne službe pomoči na domu, podporo različnim programom za starejše, boljše obveščanje, sodelovanje med vsemi že aktivnimi subjekti na tem področju dela, spodbujanje prostovoljstva in medgeneracijskega sodelovanja.

Obseg izvedenih aktivnosti pa bo seveda odvisen od zagotovljenih sredstev v vsakoletnem proračunu Občine Kranjska Gora.

Glede na zgoraj navedeno na podlagi 16. člena Statuta Občine Kranjska Gora- uradno prečiščeno besedilo (UPB1) (Uradno glasilo slovenskih občin, št. 43/2014 in 7/2015) predlagamo Občinskemu svetu, da po razpravi sprejme naslednji

**SKLEP:**

**Občinski svet Občine Kranjska Gora sprejme Strategijo ohranjanja zdravja starejših na območju občin Zgornje Gorenjske 2017-2021.**

Številka:032-8/2016-6

Datum: 3.6.2016

Pripravila:

Vlasta Skumavc-Rabič, univ.dipl.soc.,  
višja svetovalka I



**ŽUPAN**  
**Janez Hrovat**

Priloga:

- Strategija ohranjanja zdravja starejših na območju občin Zgornje Gorenjske 2017-2021 – strategija je v posebni prilogi
- Nabor aktivnosti za območje Občine Kranjska Gora iz zastavljenih skupnih ciljev



## Čili in zdravi starosti naproti! 3FIT

### Strategija ohranjanja zdravja starejših na območju občin Zgornje Gorenjske 2017 – 2021

## Predlog aktivnosti za območje Občine Kranjska Gora iz zastavljenih skupnih ukrepov

Na podlagi ugotovitev, ki so opredeljene v Strategiji ohranjanja zdravja starejših na območju občin Zgornje Gorenjske 2017 – 2021, se bodo na območju Občine Kranjska Gora v obdobju izvajanja strategije izvajale naslednje aktivnosti katerih cilj bo ohranjanje zdravja starejših:

Aktivnost	opis	rok izvedbe	nosilec	Kazalec	finančni okvir
<b>PODROČJE ZDRAVSTVENEGA IN SOCIALNEGA VARSTVA</b>					
Širitev javne službe pomoč družini na domu	Storitev je sicer dobro razvita, pa kljub temu naj bi se izvajanje storitve ob upoštevanju socialno ekonomskih razmer še bolj prilagodilo lokalnemu okolju (uvredba polurnih storitev, večja možnost izvajanja storitve ob koncu tedna in praznikih, poenotiti cene ob koncu tedna in praznikih)	2017-2021	Občina Kranjska Gora, Dom upokojencev dr. Franceta Berglja Jesenice	-strošek na uro opravljene storitve -število opravljenih učinkovitih ur na oskrbovalko -višina ekonomske cene storitve	dodatne finančne obveznosti s strani proračuna občine niso predvidene, razen če se bo obseg izvajanja javne službe širil zaradi večjega števila uporabnikov storitve pomoči na domu
Oblikovanje in podpora različnim programom za starejše	Oblikovanje in podpora: - različnim preventivnim programom, - programom za samopomoč za starejše, - izvajanje projekta Starejši za starejše, - programom promocije zdravega načina življenja (npr. redna predavanja na temo ohranjanja zdravja)	2017-2021	Občina Kranjska Gora, nevladne organizacije, javni zavodi	število izvedenih programov (ki so za starejše brezplačni) in število udeležencev	2.000 EUR/ leto
Zagotavljanje mobilnosti	Zaradi oddaljenosti krajev v Občini bi bilo potrebno zagotoviti boljšo mobilnost starejših (obisk zdravnika, nakupi, prireditve..)	2017-2021	prostovoljci nevladnih organizacij	število opravljenih prevozov	brez finančnih posledic



OBČINA KRANJSKA GORA

Aktivnost	opis	rok izvedbe	nosilec	Kazalec	finančni okvir
Obveščanje javnosti - zagotoviti informiranje in svetovanja za občane	Izboljšati informiranost starejših o storitvah in programih ter pravicah za starejše (ponudba storitev in programov socialnega varstva, vključevanje v aktivnosti lokalne skupnosti, možnosti aktivnega preživljanja prostega časa...)	2017 – 2021	Občina Kranjska Gora, izvajalci javnih služb, nevladne organizacije	število objavljenih prispevkov in obvestil za občane	brez finančnih posledic
Srečanja izvajalcev socialnovarstvenih storitev in javnih pooblastil	Nadaljevati z organizacijo srečanja izvajalcev socialnovarstvenih storitev in javnih pooblastil s predstavniki javnih zavodov, humanitarnih organizacij in društev, ki se pri svojem delu neposredno srečujejo z reševanjem socialne problematike občanov Občine Kranjska Gora	2017 – 2021	CSD Jesenice, Občina Kranjska Gora	1 x letno izvedeno srečanje	brez finančnih posledic
Spodbujanje prostovoljstva	Prostovoljstvo ima velik pomen za skupnost saj izboljšuje kakovost življenja v družbi, brani interese posameznikov in skupin, ki so ogroženi, prikrajšani, potisnjeni ob rob, izključeni. Je ena od osnovnih poti odzivanja civilne družbe na potrebe v njej in ustvarja možnosti aktivnega delovanja državljanov v družbi. Prostovoljsko delo je dodana vrednost delovanju služb in institucij. Vizija pa prijazna in varna družba in okolje (tudi za tiste ki sami ne morejo zagotoviti kvalitetnega bivanja zase in za svoje družine), kar naj bi zagotovili s partnerskim sodelovanjem državnih institucij, neprofitnih organizacij ter s prostovoljskimi aktivnostmi	2017-2021	nevladne organizacije, CSD Jesenice, Dom Viharnik	število aktivnih prostovoljcev za druženje in pomoč starejšim	brez finančnih posledic (v okviru sofinanciranja dejavnosti nevladnih organizacij)



OBČINA KRANJSKA GORA

Aktivnost	opis	rok izvedbe	nosilec	Kazalec	finančni okvir
<b>PODROČJE TELESNE AKTIVNOSTI</b>					
Zagotavljati sredstva za letni program športa	V okviru letnega programa športa spodbujati programe vadbe za starejšo populacijo	2017 – 2021	izvajalci letnega programa športa	-število pripravljenih programov za starejše -število vključenih v športne aktivnosti za starejše	dodatne finančne obveznosti strani proračuna občine niso predvidene
<b>PODROČJE PREHRANE IN IZOBRAŽEVANJA</b>					
Zagotoviti izobraževanja za vse generacije	Nadaljevati z izvajanjem Univerze za starejše , ki se od leta 2013 izvaja v dveh sekcijah (italijanščina in zdravje), oblikovanje dodatne sekcije umska vadba	2017 – 2021	Ljudska univerza Jesenice	- število izvedenih sekcij , programov - število vključenih v programe	11.000 EUR/letno (8.500 EUR-obstoječi program in 2.500 EUR dodatna sekcija)
Medgeneracijsko sodelovanje	Medgeneracijsko sodelovanje pomeni povezovanje med generacijami. Gre za medčloveški odnos in uresničevanje medgeneracijske solidarnosti. Spodbujati je potrebno druženje generacij in prenos znanja ter sožitje generacij (med mladimi, srednje starimi in starimi, pa tudi sožitje različnih generacij starih med seboj).	2017 – 2021	Dom Viharnik, osnovni šoli, društva upokojencev, nevladne organizacije, Ljudska univerza Jesenice	-število izvedenih projektov na temo medgeneracijskega sodelovanja - vzpostavitev delovanja medgeneracijskega cetra	1.000 EUR letno

Opredelitev podrobnejših aktivnosti ter obseg financiranja oz. sofinanciranja bo odvisen od proračunskih možnosti oziroma zagotovljenih sredstev v vsakoletnem proračunu Občine Kranjska Gora.