Мали инцијативи
за активно стареење

AUSTRIAN RED CROSS

Црвен крст на Република Македонија

Мали инцијативи за активно стареење

Преку бројни иницијативи и заложби, лицата во трето доба го збогатуваат амбиентот на секојдневието. Секоја доба во животот носи безброј можности, а тоа значи дека и во третото доба активно може да се придонесува и да се остварува. Старите лица имаат право да бидат рамноправни граѓани и да бидат заштитени од дискриминација. Сите членови на едно општество се способни на одреден начин да го дадат својот корисен придонес во заедницата. Затоа обврска на државата, а и на сите нас е да се обезбедат услови за достоинствена старост, здрав и активен живот.

Во оваа насока активен придонес и внимание дава и Црвениот крст на Република Македонија преку бројни реализирани проекти и иницијативи. Во овој флаер содржани се шест мали иницијативи кои се имплементирани преку Црвениот крст на град Скопје и општинските организации на Црвен крст Велес и Крива Паланка, во рамките на Проектот „Грижа за старите лица во домашни услови“, поддржан од Австрискиот Црвен крст. Овие иницијативи се позитивни примери на активно стареење на лицата во трето доба, кои треба континуирано да се спроведуваат и развиваат.

Заначајна улога во планирањето на ваквите активности е заедничкиот придонес на сите чинители кои дејствуваат во заедницата и истите придонесуваат за успешно спроведување на иницијативите за активно стареење во насока на подобрување на квалитетот на животот на лицата во трето доба.

„Иницијатори во трето доба“

Имплементатор: Црвен крст на град Скопје

Главна цел на оваа иницијатива е поттикнување и практикување на активно стареење на лицата во трето доба на територија на град Скопје. Преку имплементацијата на оваа иницијатива остварени се неколку резултати:

- Креирана е мрежа на соработници за поттикнување на лица во трето доба за вклучување во обука за креирање мали фондови на локално ниво;
- Реализирани се 3 обуки, со кои се обучени 60 лица за креирање на мали фондови на локално ниво и 60 лица во трето доба се информирани за начините за креирање мали фондови на локално ниво;
- Промовирано е активното стареење низ промоција на обуки за лица во трето доба на локални и национални медиуми;

Овие обучени лица отвораат можност во иднина да бидат инволвирани во унапредување на волонтерските капацитети во дневните центри за стари лица при спроведување на иницијативи на локално ниво.

„Учиме да лобираме за своите права“

Имплементатор: Црвен крст на град Скопје

Главна цел на оваа иницијатива е поттикнување на активно стареење помеѓу лицата во трето доба преку создавање предуслови за лобирање за своите права. Преку имплементацијата на оваа иницијатива остварени се неколку резултати:

- Креирана е мрежа на соработници за поттикнување на лица во трето доба за вклучување во обука за комуникација, комуникациски вештини и лобирање;
- Реализирани се 2 обуки, со кои директно се обучени 40 лица за креирање на мали фондови на локално ниво и 40 лица во трето доба индиректно се информирани за начините за креирање мали фондови на локално ниво;

Научени лекции од оваа иницијатива се потребата од континуиран пристап кон старите лица и нивно ставање во улога на вистински лобисти за своите права, како и организирањето на ваков вид на активности од поширок карактер, со што поголем број лица во трето доба би биле опфатени.

„Лобирање – можност да се помогне“

Имплементатор: Општинска организација на Црвен крст Велес

Целта на оваа иницијатива е создавање мрежа од 20 обучени возрасни лица кои преку лобирањето ќе придонесат помеѓу лицата од трето доба за вклучување во активно стареење, а со тоа ќе се создадат подобри и поквалитетни услови за живеењето на старите лица во заедницата.

- Реализирани се шест обуки, со што се придонесе за зближување на старите лица и стекнување на подобар социјален живот, зајакната психо - социјална поддршка, независност, чувство на сигурност, подигање на свеста за културна соработка помеѓу различни генерации, зголемена информираност во однос на правата на старите лица, зголемени капацитети на старите лица за активна комуникација со владини и невладини институции, зголемени познавања за електронска комуникација и друго.

Научените лекции од имплементацијата на иницијативата, овозможи учесниците да стекнат вештини и самодоверба за да ги остварат нивните права и потреби, со здружување и лобирање за своите права.

„Активирајте се – никогаш не е доцна“

Имплементатор: Општинска организација на Црвен крст Велес

Цел на иницијативата е подобрување на квалитетот на живот на старите лица, со нивно активно вклучување во разни сфери од животот.

- Одржани беа седум обуки од разни области, со што старите лица беа обучени за дисеминирање на стекнатите знаења од правна, здравствена, социјална и психолошка област. Акцент беше ставен на подобрување на пристапот на старите лица до установи и услуги за остварување на правата од социјална заштита, како и пристап на старите лица до установи и услуги од здравствена заштита со цел зголемена интеграција на старите лица во општествениот живот.
- Организирани се две креативни работилници и две хуманитарни манифестации, посетени се десет стари лица во Градско и десет пензионери во Пензионерскиот дом. Собраните парични средства од хуманитарните акции беа наменети за помош на член на Клубот на пензионери за реновирање на домот настрадан од пожар.
- На завршната трибина на која учествуваа педесетина лица во трето доба, половината од присутните пројавија интерес за нивно вклучување како волонтери на Црвениот крст Велес, со цел да дадат активен придонес во имплементација на програмските активности за и со старите лица.

„Староста – привилегија или дискриминација“

Имплементатор: Општинска организација на Црвен крст Крива Паланка

Со цел да се зајакнат индивидуалните капацитети на старите лица, тие самите да бидат лидери во рушење на стереотипите дека староста е еднаква на болест и немоќ, старите да се стекнат со вештини да го подобрат квалитетот на живот на самите себе и на своите врсници, 30 стари лица од Крива Паланка преку интерактивни работилници организирани од стручни лица, го научија следното:

- Правилата на комуникација се многу значајни при разрешување на недоразбирања и спорови во семејството и во заедницата;
- Старите лица имаат специфични права кои произлегуваат од Законот за здравствено осигурување, Законот за социјално осигурување, Законот за пензиско осигурување, а институциите се должни да ги почитуваат овие права и да даваат заштита доколку некој ги крши правните норми;
- Согласно наследно- правните норми, старото лице може слободно да располага со својот имот, но при тоа да води сметка да не ја наруши сопствената материјална и финансиска сигурност.
- Староста е привилегија, бидејќи слободното време, потиснатите вештини и неостварените соништа може да се реализираат преку активно стареење – волонтирање.

„Тука сме и можеме“

Имплементатор: Општинска организација на Црвен крст Крива Паланка

Старите лица полесно ги препознаваат потребите на своите врсници. Со цел да ги надградат своите знаења за приоритетизирање на проблемите и потребите на старите во руралните средини, како би можеле да се иницираат активности и мерки за општествена интервенција во подобрување на квалитетот на живот на оваа ранлива група, 25 стари лица од Крива Паланка, поминаа обука по методата Заеднички развој на заедницата, со посебен акцент на алатката изработка на Заедничка брза проценка.

Обучената група изработи анкетен прашалник, изврши опсервација на теренот и мапирање, одбра претставници од локалните заедници и изврши интервјуирање на 190 стари лица во 6 рурални населби.

По обработката на добиените податоци, се дојде до заклучок дека на старите лица во руралните населби најмногу им недостасува медицинска грижа и преовладува чувството на осаменост, отфрленост и изолираност.

Изготвената анализа, е доставена до надлежните институции, ќе даде свој придонес во креирање на социјалната политика во локалната заедница.

WWW.REDCROSS.ORG.MK

www.facebook.com/CrvenKrstNaRepublikaMakedonija

www.youtube.com/MacedonianRedCross