



**Zápisnica zo zasadnutia Rady seniorov zo dňa 25.10.2021 (15:00-17:00), Justiho sieň
Primaciálneho paláca**

Prítomní:

Predsedačka a členovia Rady seniorov:

1. Antalová Plavuchová Lenka, Mgr. - predsedníčka Rady seniorov, námestníčka primátora
2. Batovičová Gizela, Ing. - zástupkyňa mestskej časti Devín
3. Bereš Ivan - zástupca mestskej časti Lamač
4. Capková Alžbeta - zástupkyňa mestskej časti Rača
5. Hrmová Ľudmila - zástupkyňa mestskej časti Záhorská Bystrica
6. Hrušovská Gabriela - zástupkyňa mestskej časti Vrakuňa
7. Karácsonyová Edita - zástupkyňa mestskej časti Rusovce
8. Kostková Katarína - zástupkyňa mestskej časti Petržalka
9. Krumlová Štefánia, Ing. arch. - zástupkyňa mestskej časti Nové Mesto
10. Lipková Daniela - podpredsedníčka Rady seniorov, zástupkyňa mestskej časti Devínska Nová Ves
11. Mravcová Zdenka, Ing. - zástupkyňa mestskej časti Dúbravka
12. Musilová Milota, Ing. - zástupkyňa mestskej časti Staré Mesto
13. Sedlák Peter, Ing. - zástupca mestskej časti Karlova Ves
14. Vráblik Miroslav - zástupca mestskej časti Ružinov
15. Weisssová Eva, JUDr. - zástupkyňa Krajskej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska

Ostatní členovia a členky Rady seniorov sa vopred riadne ospravedlnili.

Za sekciu sociálnych vecí:

Tomešová Ingrid, Mgr., tajomníčka rady, oddelenie sociálnej podpory pre seniorov a ľudí so znevýhodnením, Magistrát hl. m. Bratislavy
Kurillová Dušana, Mgr., vedúca oddelenia sociálnej podpory pre seniorov a ľudí so znevýhodnením, Magistrát hl. m. Bratislavy
Veronika Špániková, Mgr., administratívna podpora, oddelenie sociálnej podpory pre seniorov a ľudí so znevýhodnením, Magistrát hl. m. Bratislavy

Body programu:

1. Pozdrav primátora Bratislavy Ing. arch. Matúša Valla
 2. 10. výročie vzniku Rady seniorov- poďakovanie za prácu jej členkám/členom
 3. Osamelosť starších ľudí v Bratislave
 4. Rôzne
-
1. Pozdrav primátora Bratislavy Ing. arch. Matúša Valla
Primátor mesta Bratislavy sa pri príležitosti októbra – mesiaca úcty k starším a tiež 10. výročia Rady seniorov (ďalej len „RS“), svojho poradného orgánu, poďakoval členkám a členom RS za významný podiel pri riešení otázok postavenia seniorov a senioriek na

území hlavného mesta. Informoval ich tiež o pripravovaných dokumentoch mesta, ktoré majú zabezpečiť, aby bolo mesto inkluzívne pre seniorov.

2. 10. výročie vzniku Rady seniorov- poďakovanie za prácu jej členkám/členom

Námestníčka primátora a zároveň predsedníčka RS, Lenka Antalová Plavuchová, odovzdala členkám/členom RS ďakovné listy a knihu, ktorá im môže byť nápomocná v ich ďalšej práci pre naše mesto. Ako sa žije seniorkám a seniorom v meste? Sú veľké mestá priateľské voči ľuďom vyššieho veku? Na tieto a iné otázky odpovedá odborná publikácia s názvom "Stáří ve městě, mesto v živote seniorů" od autorky L. Vidovičovej a kol., ktorá posluží aj RS.

3. Osamelosť starších ľudí v Bratislave

Jednou z hlavných tém zasadnutia RS v Justiho sieni Primaciálneho paláca bola osamelosť a návrh výskumu sociálnej izolácie starších obyvateľov/iek na území hlavného mesta. Predsedníčka RS, Lenka Antalová Plavuchová, privítala Dušanu Kurillovú, vedúcu oddelenia sociálnej podpory pre seniorov a ľudí so znevýhodnením zo sekcie sociálnych vecí („SSV“), ktorá mala úvodné slovo. Po úvode do témy p. Kurillová spomenula, že téma osamelosti bola prediskutovaná už na augustovom stretnutí RS, a to zároveň s témou denných centier. Ďalej poznamenala, že aj pani Capková z MČ Rača, poukázala na túto tému a odporučila ju na prerokovanie v RS. Členom RS bol pred stretnutím distribuovaný materiál - návrh na zadanie výskumu o sociálnej izolácii starších obyvateľov/iek na území hlavného mesta. Následne p. Kurillová zadefinovala za SSV otázky do diskusie: Aké sú dôvody sociálnej izolácie? Čo je potrebné zahrnúť do daného výskumu? Spomenula online stretnutie primátora s proseniorským organizáciami dňa 18.10. 2021, kde téma osamelosti tiež zarezonovala.

Diskusia:

Počas zasadnutia RS sa živo diskutovalo o téme osamelosti aj o dôležitosti vzájomných rodinných vzťahov a sociálneho začlenenia seniorov a senioriek nielen počas pandémie. Členovia RS medzi sebou zdieľali príklady dobrej praxe z jednotlivých mestských častí.

- Pani Capková z MČ Rača: Na úvod uviedla, že Jednota dôchodcov v Rači má cca 160 členov a jej členovia sa počas pandémie stretávali iba v exteriéri. Poukázala na to, že seniori pociťujú silnú izoláciu, rodinní príslušníci sú vyťažení prácou a chýba im aj spoločná téma. Zdôraznila, že je veľmi dôležitá inklúzia. Mali by sa rozvíjať aj kontakty medzi susedmi, deťmi. Rovnako dôležité sú aj aktivity, ktoré by zaujímali obidve strany seniorov aj deti (rozprávky, hry, rozvoj kognitívnych schopností). Je potrebné zapojiť mestské úrady. V prvej vlne pandémie sa starostlivosť o seniorov obmedzila len na formu nákupov a donášku stravy. P. Capková ďalej uviedla, že vidí ako vážny problém veľké množstvo nezaočkovaných seniorov, a to ako ich ďalej zapájať do aktivít, aby neboli vyčleňovaní. V súčasnosti v Rači realizujú aktivity v exteriéri napr. v amfiteátri. Spomenula aj prednášku vinohradníkov, ktorá sa tiež presunula do exteriéru.
- Pani Kurillová (SSV): Súhlasila s komentárom, že aj ľudia s rodinou sa môžu cítiť osamelí.
- Pán Sedlák z MČ Karlova Ves: Požiadaval, o zasielanie materiálov na RS poštou v tlačenej podobe, aby bolo možné robiť si poznámky a lepšie materiály pripomienkovať. Potvrdil, že osamelosť je problém a aj chýbajúce medzigeneračné aktivity. Pociťuje nedostatok financií a fakt, že organizácie musia suplovať funkciu štátu. Poznamenal, že v podklade v článku III. vypadol bod.3. Nevie, ako analýza

medzigeneračných vzťahov pomôže pri riešení problémov sociálnej izolácie. Zdôraznil, že hlavné zistenia by mali vyjsť z mestských častí a výskum by mala robiť certifikovaná organizácia.

- Pani Kurillová (SSV): Uviedla, že zo strany mesta je záujem, aby výskum realizovala Slovenská akadémia vied.
- Pán Sedlák z MČ Karlova Ves: Dotazoval sa, ako pomôže riešeniu osamelosti grantová výzva, ktorá je prílohou k výskumnému zadaniu.
- Pani Kurillová (SSV): Uviedla, že pre výskumníkov je dôležitá informácia, že sa otvárajú grantové výzvy, a ktoré proseniorské organizácie sa do nich zapájajú. Taktiež znenie grantovej výzvy by malo byť v budúcom období modelované na základe výsledkov výskumu.
- Pán Vráblik z MČ Ružinov: Súhlasí s výskumom. Bol by rád, aby to nebola vedecká práca, ale praktické výstupy. MČ by mali dostávať dostatok finančných prostriedkov na to, aby mohli robiť aktivity na odstránenie osamelosti, a aby sa mohli zvyšovať počty opatrovateľov v zariadeniach sociálnych služieb. Ďalej uviedol, že MČ nemôžu kvôli pandémie COVIDu-19 podporovať voľnočasové aktivity v takej miere ako v minulosti, a preto na ne plánované prostriedky, ak je to ešte možné, navrhuje použiť na jednorazové riešenia v prospech osamelých seniorov a zvyšovanie kvalifikácie opatrovateľov /rodinných i profesionálnych/, prípadne zvýšenie ich počtov v MČ a ZSS. V súčasnosti jedinou aktivitou pre seniorov v Ružinove sú turistické akcie organizované ZO JDS Zimná. Považuje za dôležité prepájať aktivity denných centier s materskými a základnými školami. Taktiež poznamenal, že v Ružinove vzniklo nové denné centrum na Herlianskej 45, pri Štrkovci. Poznamenal, že Ružinov robil aj športové aktivity pre seniorov, tie však z dôvodu COVID-19 boli obmedzené. Vyjadril názor, že riešenie osamelosti a sociálnej izolácie by malo byť úlohou spolupráce rodín a verejných inštitúcií. Podľa jeho slov by organizácia Mosty pomoci mohla vychovávať opatrovateľov a opatrovateľky pre potreby mestských častí.
- Pani Kurillová (SSV): Uviedla, že s občianskym združením Mosty pomoci, ktoré realizuje aj projekt Modrá skrinka, už oddelenie sociálnej podpory nadviazalo spoluprácu a p. Servátka je aktívnym členom aj v prebiehajúcom procese Komunitného plánovania sociálnych služieb.
- Pani Capková z MČ Rača: Uviedla, že môže existovať izolácia v zariadeniach pre seniorov, ale podstatne väčšiu osamotenosť pociťujú seniori v domácnostiach. Zvýšil sa počet psychických problémov u seniorov, ale aj u detí a toto by sa malo eliminovať podporou stretávania týchto dvoch skupín.
- Pani Mravcová z MČ Dúbravka: Poznamenala, že seniori v tomto pandemickom období trávajú veľa času v prírode. Seniori z tejto MČ sa zúčastnili ČSOB maratónu, zorganizovali akciu na Devínskej Kobyle. Najväčší problém vidí v izolácii imobilných seniorov, a to ako ich zapojiť do aktivít. Vyzdvihla dobrú spoluprácu s MČ, ktorá sa odzrkadľuje aj v podpore denných centier. Zdôraznila, že žiadny výskum podľa nej nepomôže, pokiaľ nebude fungovať výchova v rodine. Dodala, že v MČ Dúbravka je v procese prípravy KPSS 2022-2027, do ktorého sú zapojení aj jej obyvatelia.
- Pani Weissová, zástupkyňa Krajskej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska: K predloženému materiálu vyjadrila názor, že by mal prihliadať aj na budúcnosť a medzigeneračnú solidaritu. Veľmi ocenila, že bol v rámci grantového programu podporený projekt Združenia kresťanských seniorov Slovenska o.z., ktorý sa zameria na zlepšenie digitálnych zručností seniorov. Toto je krok, ktorý takisto pomáha v boji proti sociálnej izolácii. Osobne sleduje aj aktivity na Facebooku. Podotkla, že napr. v Starom meste je až 25% obyvateľov nad 65 rokov a riešenie osamelosti seniorov je

jednou z úloh MČ. Ďalej uviedla, že dôležité sú dobré susedské vzťahy, medzigeneračná solidarita, spolupráca škôlok a škôl s dennými centrami. Ešte raz zdôraznila významnú úlohu MČ pri riešení problému osamelosti.

- Pani Kurillová (SSV): Informovala o najaktuálnejších dátach z analýzy, ktorú vytvorila externá spoločnosť AUGUR v rámci aktuálneho komunitného plánovania, z ktorej vyplýva, že najvyšší podiel obyvateľov vo veku 65 + je v MČ Lamač, a to 27%, v MČ Staré Mesto je to 21,2 %.

	Podiel obyvateľov vo veku 65 rokov a viac v danej MČ
Staré Mesto	21,2 %
Podunajské Biskupice	19,6 %
Ružinov	19,6 %
Vrakuňa	17,6 %
Nové Mesto	18,0 %
Rača	18,6 %
Vajnory	17,2 %
Devín	14,8 %
Devínska Nová Ves	12,2 %
Dúbravka	22,8 %
Karlova Ves	16,2 %
Lamač	27,0 %
Záhorská Bystrica	12,4 %
Čunovo	14,5 %
Jarovce	14,4 %
Petržalka	19,1 %
Rusovce	14,4 %

- Výsledky analýzy od spoločnosti Augur by mali byť pre členov pracovných skupín dostupné v 1. kvartáli 2022 a mestské časti sú v komunitnom plánovaní veľmi dôležitým partnerom mesta. Jednou z metód sú aj fokusové skupiny s vybranými zástupcami sociálnych služieb alebo mestských častí. Dáta zatiaľ nie sú kompletné.
- Pani Hrmová z MČ Záhorská Bystrica: Podotkla, že pokiaľ neprišiel COVID-19, denné centrá zohrávali významnú úlohu pri riešení problému osamelosti. Počas pandémie sa situácia zmenila, nezaočkovaní sa nemôžu zúčastňovať všetkých aktivít, do škôl kvôli opatreniam nemôžu vstupovať cudzie osoby, takže aj medzigeneračné aktivity, ako je napr. predčítanie kníh seniormi deťom sa pozastavili. V lete sa situácia trochu uvoľnila a bolo možné realizovať aktivity v prírode v jednotlivých mestských častiach, ale otázkou zostáva, ako a kde realizovať aktivity v zimnom období. Podotkla, že kvôli pandémie deti žijú momentálne v inom svete a nie je možné sa s nimi stretávať. Seniori však potrebujú komunikovať so svetom aj medzi sebou. COVID-19 nás všetkých obmedzuje. Ďalej uviedla, že v MČ Záhorská Bystrica sa v období kedy bolo obmedzené stretávanie sa, ako aj v zimnom období uskutočnili v rámci Akadémie zdravia seniorov prednášky, na ktorých odborníci radili seniorom, ako sa starať o svoje telesné a duševné zdravie aj ako sa chrániť počas pandémie COVID -19. Prednášky boli vysielané online, v prípade výrazného zlepšenia epidemiologickej situácie sa konali aj s osobnou účasťou. Uskutočnili sa aj online cvičenia, a to pilates pre seniorov a joga. Keď bolo povolené stretávať sa v obmedzenom počte, seniori si vyskúšali aj systematické cvičenie zamerané na pohybový aparát človeka – SM systém, ktorý ich zaujal.

- Pani Lipková z MČ Devínska Nová Ves: Uviedla, že napriek COVID-19, stále majú veľa plánov, ktoré sa snažia vo svojej MČ realizovať. Vyjadrila pocit, že na RS sa za 10 rokov prerokovalo veľa tém, ale je dôležité sa k daným témam aj vracieť, či boli uskutočnené aj konkrétne kroky, pretože RS je poradným orgánom primátora a je dôležité, aby jej členovia cítili spätnú väzbu, či poskytujú užitočné rady. Považuje za dôležité organizovať spoločné stretnutia členov RS, starostov a proseniorských organizácií aj z dôvodu, aby bolo zrejmé rozdelenie kompetencií medzi mesto a MČ a nedochádzalo tak k situáciám, že niektoré problémy sa neriešia. Ďalej uviedla, že v Devínskej Novej Vsi chýba komunitné centrum pre rodiny. Má za to, že deti v školách nepotrebujú sexuálnu výchovu v takom rozsahu, ako ju majú, ale potrebujú výchovu vzťahov v rodine. Ocenila účasť na KPSS ako členka Pracovnej skupiny Starší obyvatelia, ktorú považuje za veľmi dôležitú.
- Pani Kostková z MČ Petržalka: Poznamenala, že v denných centrách MČ prebiehala spolupráca so ZŠ - seniori chodili do školy a pomáhali vo výučbe v dielnach. Žiaci naopak chodili do denných centier. Veľa ľudí je doma osamelých a nemusia to byť len starší občania. V čase, keď boli dvaja, napr. manželia, nepotrebovali spoločnosť iných, ale ak ostane niekto sám, zrazu nevie, na koho sa obrátiť. Preto je dôležité distribuovať letáky, v ktorých by bolo uvedené kam ísť alebo na koho sa obrátiť, keď sa človek cíti osamelý.
- Pani Kurillová (SSV): Uviedla, že oddelenie sociálnej podpory pripravuje informačné letáky a ich distribúciu aj do mestských častí. Jednou z možností je aj spolupráca s reťazcami potravín alebo distribúcia letákov v hodinách vyhradených pre seniorov.
- Pani Antalová Plavuchová, predsedníčka RS: Uistila prítomných, že aj napriek tomu, že niekedy nebola dávaná spätná väzba, podnety, ktoré vstúpi z rokovaní RS sú dôležité a ďalej riešené. Ako príklad uviedla problém, na ktorý sa na rokovaníach RS viackrát poukazovalo - nedostatok verejných toaliet. Tie boli následne zmapované a v júli sa otvorili prvé zrekonštruované verejné toalety v Sade Janka Kráľa, ktoré boli dlhodobo zanedbané a viac ako desať rokov zatvorené. Ďalej opätovne uviedla, že je dôležité dávať priebežnú spätnú väzbu na podnety RS a prisľúbila nápravu. Mesto na komunikáciu so svojimi občanmi využíva aj časopis in.ba, pričom na zdieľanie informácií a tém je možné využiť práve in.ba. Na záver zdôraznila dôležitosť komunitného plánovania.
- Pán Sedlák z MČ Karlova Ves: Uvítal by oficiálne oznámenia o konaní. Upozornil na problém zastávok Prior/Centrum a Jesenského a revitalizáciu Kollárovo námestia.
- Pani Musilová z MČ Staré Mesto: Pochválila komunikáciu MČ s jej obyvateľmi prostredníctvom mobilnej aplikácie. MČ za pomoci knižníc naučila starších obyvateľov používať smartfóny. Zlepšila sa spolupráca aj s vedením oddelenia sociálnych vecí v MČ. Ďalej sa venovala téme osamelosti žien. Tie často zostávajú samy v nadrozmerných bytoch. Položila otázku, či by nebolo riešením keby dve ženy spolu bývali v jednom byte a ten druhý byt by sa mohol prenajať.
- Pán Bereš z MČ Lamač: Poďakoval predsedníčke RS za informácie o realizácii podnetov. Informoval, že napriek COVID-19 sa v ich MČ realizujú aktivity. Vyzdvihol spoluprácu s Farským úradom. MČ prispela z rozpočtu aj na kúpu multivitamínov pre seniorov. Realizovali sa školenia seniorov na zvýšenie počítačovej gramotnosti.
- Pani Krumlová z MČ Nové Mesto: Zdôraznila, že sa príliš venujeme problémom seniorov, ktorí sú organizovaní, či už v denných centrách alebo jednotách a pod. To sú oficiálne zriadené organizácie, čiže seniori tam majú zabezpečenú istú starostlivosť. Avšak zabúdame aké veľké je percento neorganizovaných seniorov, ktorí sú často úplne osamelí, chorí alebo trpiaci osamelosťou, a preto by malo byť pre nás najdôležitejšie nájsť spôsob, ako sa postarať o týchto starších občanov. Poznamenala, že MČ Nové

Mesto má spomedzi všetkých bratislavských mestských častí najviac dobre fungujúcich denných centier, dokonca denné centrum Kramáre je aj najväčšie, čo do počtu členov. Dodala, že je ťažké nielen hovoriť o spoločných podujatiach, stretnutiach, ale aj ich plánovať, keďže nevieme kedy a čo nám „COVID-19“ dovolí. Spomenula podporu, ktorú MČ Nové Mesto venuje seniorom. MČ sa pokúša pomáhať osamelým neorganizovaným seniorom, ktorí často nemajú ani emailové adresy, preto vedie ich zoznamy a organizuje aspoň telefonické rozhovory s cieľom povzbudiť ich v tejto ťažkej situácii.

- Pani Hrušovská z MČ Vrakuňa: Tiež ocenila podporu, ktorú MČ venuje seniorom. Je vidieť snahu znižovať osamelosť rôznymi aktivitami.
- Pani Kostková z MČ Petržalka: Informovala, že 4.10.2021 sa otvorila prvá nízkoprahová klubovňa pre seniorov, ktorá je k dispozícii pre všetky generácie a konajú sa tu rôzne aktivity (ping pong, ručné práce, spev...).
- Pani Kurillová (SSV): Predstavila novú kolegyniu na oddelení sociálnej podpory pre seniorov a osoby so znevýhodnením, Mgr. Ingrid Tomešová, ktorá bude mať na starosti agendu aktívneho starnutia, grantový program aj Radu seniorov.

4. Rôzne

M. Kostická z oddelenia inovácií a digitálnych služieb predstavila možnosť podieľať sa na testovaní novej web stránky mesta a elektronických služieb staršími obyvateľmi a obyvateľkami. Zdôraznila, že seniori sú dôležitou cieľovou skupinou a požiadala členov RS o pomoc pri testovaní. Prezentácia obsahovala dôležité informácie napr. ako sa prihlásiť na testovanie ako aj kontakty na členov tímu z oddelenia inovácií a digitálnych služieb.

- Pán Sedlák z MČ Karlova Ves: Uviedol, že MČ Devín je stále v nútenej správe a tento fakt zhoršuje situáciu seniorov v tejto MČ, preto požiadal prítomných o zváženie stanoviska RS k finančnej pomoci mesta tejto mestskej časti. Zároveň uviedol, že by RS mala byť informovaná o pripravovanom projekte na Kollárovom námestí.
- Pani Lipková, MČ Devínska Nová Ves: Vyjadrila názor, že prvotný záujem o riešenie danej situácie musí mať MČ Devín. Uviedla, že seniori z MČ Devín sa zúčastňujú na aktivitách v MČ Devínska Nová Ves. Ďalej poprosila prítomných, či by bola možnosť zdieľať si navzájom informácie o aktivitách v jednotlivých mestských častiach. Pozvala všetkých prítomných na pripravovaný koncert v MČ.
- Pani Kurillová (SSV): V rámci požiadavky pána Sedláka upozornila, že prijatie oficiálneho stanoviska RS by malo mať formu uznesenia, o ktorom členovia hlasujú. Dala na zváženie, aby členovia rady predkladali témy na rokovanie vopred, aby mali členovia dostatočný čas na oboznámenie sa s nimi. P. Kurillová sa poďakovala členom RS za stretnutie a ukončila zasadnutie.

Zapísala: Mgr. Veronika Špániková, oddelenie sociálnej podpory pre seniorov a ľudí so znevýhodnením, v. r.

Overila:

Mgr. Ingrid Tomešová, oddelenie sociálnej podpory pre seniorov a ľudí so znevýhodnením, v. r.

Mgr. Dušana Kurillová, vedúca oddelenia sociálnej podpory pre seniorov a ľudí so znevýhodnením, v.r.