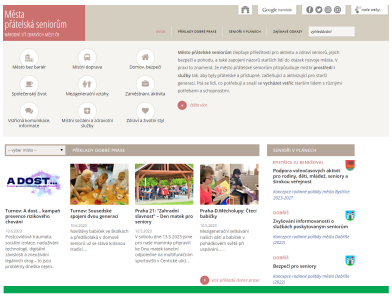
Ministerstvo pro místní rozvoj

OBCEPRO
PROGRAM ROZVOJE OBCE

# MĚSTO PŘÁTELSKÉ SENIORŮM

| | |
|---|---|
| Instituce / autor: | Národní síť Zdravých měst ČR |
| Datum zveřejnění: | 20.5.2020 |
| Registrační číslo: | 60 |
| Klíčová slova: | senioři, město |



## Souhrn problematiky

**Město přátelské seniorům zlepšuje příležitosti pro aktivitu a zdraví seniorů, jejich bezpečí a pohodu, a také zapojení názorů starších lidí do otázek rozvoje města**. V praxi to znamená, že město přátelské seniorům **přizpůsobuje místní prostředí i služby** tak, aby byly přátelské a přístupné, začleňující a aktivizující pro starší generaci. Ptá se lidí, co potřebují a snaží se **vycházet vstříc starším lidem** s různými potřebami a schopnostmi.

Program Město přátelské seniorům vznikl v červnu 2005 z iniciativy Světové zdravotní organizace (WHO). Souvisí také s aktivitami „Zdravých měst, obcí a regionů“, která působí v Česku již více než 20 let a spolupracují s celou řadou národních institucí i místních partnerských organizací ve městech.

***Město bez bariér***
Prostředí, ve kterém starší lidé ve městech žijí, je jednou ze základních součástí Města přátelského seniorům. Venkovní prostranství a veřejné budovy mají značný vliv na mobilitu, nezávislost a kvalitu života seniorů a možnost „stárnout v místě“. Mezi hlavní vlastnosti prostředí příznivého pro kvalitu života starší generace patří **přístupnost, bezbariérovost venkovních cest i budov**. Pro všechny generace je důležitá **zeleň, čistota či kvalita ovzduší a hluk**.

***Místní doprava***
Jednou ze základních součástí venkovního prostředí Města přátelského seniorům je možnost dopravy za službami, společností a na jiná důležitá místa. **Doprava, včetně bezbariérové a finančně dostupné veřejné dopravy, je klíčovým faktorem aktivního stárnutí**. Je to téma, které se prolíná řadou dalších sledovaných oblastí života seniorů ve městech. Míra mobility v rámci města má vliv zejména na společenské a občanské zapojení a na přístup ke komunitním a zdravotním službám.

***Domov, bezpečí***
Bydlení a podpora, umožňující seniorům žít kvalitně, lidsky důstojně a bezpečně ve svém prostředí i komunitě, jsou velmi důležitou součástí Města přátelského seniorům. Existuje přímý **vztah mezi adekvátním bydlením, přístupem ke komunitním a sociálním službám, a dopadem na nezávislost a duševní pohodu starších lidí**.

***Společenský život***
Úsilí Města přátelského seniorům zaměřené na podporu **zapojení starší generace v rámci místní společnosti** může mít zásadní vliv na zamezení sociální izolaci. Pestrá nabídka příležitostí, které jsou atraktivní pro různé skupiny seniorů, povzbuzuje k většímu integrování starších lidí do městské komunity. Senioři chtějí mít příležitosti stýkat se s lidmi různého věku a kultury; **aktivity pro více generací se považují za vhodnější než aktivity pouze pro seniory**.

***Mezigenerační vztahy***
**Respekt ke starší generaci a sociální začleňování seniorů** jsou důležitou součástí Města přátelského seniorům,

a závisí nejen na změnách ve společnosti. Velkou roli hrají faktory, jako je kultura, pohlaví, zdraví a ekonomické postavení. Návrhy, jak podpořit služby přátelské seniorům, se zaměřují na vzdělávání pracovníků služeb, s cílem zlepšit porozumění a reagování na potřeby seniorů.

***Zaměstnání, společenská aktivita***
Ve Městě přátelském seniorům žije **mnoho starších lidí, kteří mají dostatečnou kvalifikaci a dostatek zkušeností, a chce nadále pracovat**. Chtějí-li však najít práci nebo zůstat zaměstnaní, musí starší generace čelit řadě bariér. V mnoha případech jsou **pracovní příležitosti pro seniory** pouze v oblasti nekvalifikovaných, nízko placených nebo celkově neatraktivních profesí.

***Vstřícná komunikace, informace***
Vstřícná komunikace lidí v městské komunitě je důležitou součástí Města přátelského seniorům. Ať je město jakkoliv vyspělé, hlavním a **preferovaným způsobem komunikace je pro starší lidi mluvené slovo**, a to jak v neformálních vztazích s rodinou a přáteli, tak v různých klubech, sdruženích, na veřejných setkáních, v komunitních centrech a církvích.

***Místní sociální a zdravotní služby***
Sociální a zdravotní služby mají pro Město přátelské seniorům velký význam. Slouží k udržení zdraví a nezávislého života starších lidí v městské komunitě. Zásadní je potřebná sociální péče poskytovaná v domácím prostředí – např. **dovážení obědů, pomoc s nákupy a úklidem, případně doprovod při návštěvě lékaře nebo úřadu**. Někdy stačí pomoc starším lidem při procházkách, které jsou pro jejich zdraví velice důležité, nebo pomoc s vyvenčením jejich domácích mazlíčků.

***Zdraví a životní styl***
Město přátelské seniorům poskytuje starším občanům nejen kvalitní zdravotní a sociální služby, ale **motivuje je k aktivní péči o zdraví a vytváří příznivé podmínky pro zdravý životní styl**, který je pro udržení a posílení zdraví zásadní v každém věku, ve věku seniorském pak dvojnásobně.

Webový portál obsahuje také celou řadu **příkladů dobré praxe**, které je možné filtrovat dle výše uvedeným témat a místa realizace.

## Přílohy

1. https://www.mestoseniorum.cz/