

Varuh poziva k posebni skrbi za starejše ljudi. Mednarodnim smernicam, da morajo države problematiko staranja vključiti v celotni koncept svojega dolgoročnega razvoja in starejšim zagotoviti možnosti za aktivno in enakopravno sodelovanje pri reševanju vseh vprašanj in problemov, ki zadevajo družbeno in njihovo življenje, se pridružuje tudi urad varuha. Podpirajo razvoj preventivnih programov, ki bodo zagotavljali kakovost življenja starejših in njihovo vključenost v socialno okolje, širili mrežo medgeneracijskih in drugih skupin za samopomoč ter prostovoljstvo. Menijo, da je nujna širitev mrež negovalnih bolnišnic oziroma negovalnih oddelkov v bolnišnicah in dosledno uveljavljanje neposredne premestitve v institucionalno varstvo, če starejši nimajo drugega varstva.

Varuh podpira prizadevanja, da starejši ljudje ostanejo čim dlje v svojem domačem okolju, vendar ob ustrezni pomoči ne le družinskih članov, ampak tudi ob podpori in pomoči države. Država mora zagotoviti možnosti za prenos novih znanj o starosti, staranju in sožitju generacij v prakso, ozaveščati družbo o njenih nalogah in možnostih, ki jih mora ustvarjati za kakovostno staranje in sožitje med generacijami, ter zagotavljati ugodne pogoje za pozitivno gledanje na starost. Spodbujati je treba tudi aktivnejšo udeležbo starejših ljudi pri družbenih dejavnostih, varstvu otrok in drugih oblikah pomoči družinam ter podpirati sprejetje ukrepov za fleksibilnejši delavnik starejših delavcev (pravice do skrajšanega delovnega časa). V uradu menijo, da bi veliko pozitivnega lahko in morali storiti mediji s poročanjem o dobrih praksah.

Posebno pozornost v poročilu namenjajo zlorabi starejših ljudi, njihovi zaščiti in samozaščiti. Menijo, da je nujno uvesti sistem zagovornišva za starejše ljudi, saj opažajo porast nasilja in vseh vrst nestrpnosti. Opozorijo tudi na naraščanje samskih gospodinjstev in s tem revščine. Med starejšimi ljudmi je tudi vedno več samomorilnosti in alkoholizma.

V poročilu so kritični do stanja na področju skrbi za obbolele z demenco v Sloveniji. Število obolelih za demenco se povečuje; po podatku izpred dveh let naj bi bilo v Sloveniji približno 25 000 bolnikov. V domovih je vse več bolnikov z napredujočo Alzheimerjevo boleznijo, ki potrebuje veliko nege, socialnega in zdravstvenega varstva. Zelo pomembno je zgodnje odkrivanje demence, ko je mogoče bolezen upočasniti in omiliti. Treba je torej več narediti za zgodnjo diagnostiko, nuditi podporo in izobraževanje svojcem, okrepiti organizacije za pomoč na domu, kadrovsko, prostorsko in organizacijsko okrepiti domove za stare ljudi ter jih prilagoditi novim razmeram. Starim ljudem s to boleznijo je treba čim dlje omogočiti vključenost v življenje, krepiti in vzdrževati njihove telesne funkcije in socialne mreže ter doseči, da bi bil umik v njihov svet čim počasnejši. Pomembni so dobri programi različnih aktivnosti, ki jih izvajajo razne ustanove, tudi nevladne organizacije, kajti za ljudi z demenco je izolacija ena najslabših rešitev.

V poročilu ugotavljajo, da upokojeni v vseh evidencah in oznakah nastopajo v nedefiniranem statusu »upokojenec«, kar pomeni poseg v človekovo pravico do pridobljenega naziva, poklica, in tako posledično pomeni »anonimizacijo« zelo velike skupine ljudi, ki vstopa v neki novi status – v obdobje upokojenosti. To posameznika opredeljuje le na način, da ni več zaposlen, ne pove pa, kaj je v življenju pridobil, kaj zna in kako je v družbi še lahko koristen. Tako predlagajo, da se v vseh evidencah, opredelitvah, opisih statusov, sporočilih ipd. dosledno zapiše tudi izobrazba oziroma poklic, ki ga je posameznik opravljal pred upokojitvijo (npr. upokojeni zdravnik, frizerka v pokojju ipd.).

Poročilo varuha vsebuje vrsto priporočil ter pozivov vladi in ministrstvu in tako opozarja na tisto, kar strokovnjaki na področju sociale vsakodnevno opažajo v praksi.

Simona Hvalič Touzery

DROBCI IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

Zbrali: dr. Simona Hvalič Touzery, Klemen Jerinc, dr. Tanja Pihlar, Ivana Vusilović

AMERIKA: PRAZNOVANJE DNEVA STARIH STARŠEV

V ZDA in Kanadi vsako leto septembra praznujejo Narodni praznik starih staršev (National Grandparents Day). Pobudnica zanj je bila Marian McQuade (1917-2008) iz Fayette County v Zahodni Virginiji, mati petnajstih otrok in stara mama štiridesetih vnukom. McQuadova je vse svoje življenje posvetila starim ljudem, med drugim je bila predsednica Poklicne fundacije za rehabilitacijo in podpredsednica Urada za zdravstvene sisteme v Zahodni Virginiji. Namen kampanje, ki jo je začela leta 1970, je bil najprej nuditi podporo starim ljudem v negovalnih domovih pri premagovanju osamljenosti in spodbujati vnuke, da prisluhnejo modrosti starih staršev. S skupnimi prizadevanji pripadnikov civilne družbe, gospodarstva, cerkve in političnih voditeljev se je kampanja razširila po celotni državi. Leta 1973 je Zahodna Virginija postala prva država, ki je razglasila praznovanje *Dneva starih staršev*. Pet let pozneje so v Zveznem kongresu prvo nedeljo po prazniku dela (ta se v ZDA in Kanadi praznuje prvi ponedeljek v septembru) z zakonom razglasili za Narodni praznik starih staršev. Namen praznika je izkazati spoštovanje starim staršem in spodbujati otroke k spoštovanju starih ljudi in sprejemanju njihovih izkušenj in spoznanj.

Praznik starih staršev ima tudi svojo himno – Pesem za staro mamo in starega očeta (A Song for Grandma and Grandpa). Na šolah, v cerkvenih in seniorskih organizacijah ga obeležujejo s posebnimi prireditvami. Ponekod ga praznujejo v krogu družine, drugod je priložnost za snidenje celotne širše družine. Priljubljene so igre, v katerih lahko sodelujejo vse generacije, v večjih skupinah pa stari ljudje pripovedujejo zgodbe iz svojega življenja. Za negovanje družinske

tradicije so pomembne tudi stare družinske pesmi in plesi, odkrivanje njihovega izvora in pomena. Pogosto so stari starši edini, ki poznajo zgodovino družine ter skrbijo za ohranjanje in posredovanje družinske dediščine najmlajšim. Na praznik starih staršev še posebno pozornost namenjajo osamljenim starim ljudem so v domovih za stare ljudi in v negovalnih domovih, pa nimajo v bližini svojcev ali so brez njih.

Na spletnih straneh Sveta za nacionalni praznik starih staršev najdemo različne informacije o zgodovini praznika, program za prostovoljski obisk starih ljudi v domovih za stare ljudi in v negovalnih domovih, nasvete za druženje starih staršev in vnukov, priporočene knjige ipd. Narodni praznik starih staršev nedvomno krepi sožitje med generacijami in je dobra priložnost za najmlajšo generacijo, da odkriva svoje korenine, se uči razumevanja in spoštovanja starih ljudi.

Vir: http://www.grandparents-day.com/y2009/history_new/html/history/short_ver_nv2.html#committee (12.11.09)

SLOVENIJA: KAKO POSKRBE TI ZA VARNOST

V letošnjem letu sta Ministrstvo za notranje zadeve in Policija ponatisnila brošuro *Ne pozabite na varnost*, ki je v celoti namenjena starejšim ljudem, ki so pogosto žrtve kaznivih dejanj. V njej najdemo številne nasvete, kako delovati preventivno. Brošura je razdeljena na štiri poglavja. Prvo z naslovom *Varno na javnih mestih* je najboljše. V njem najdemo praktične nasvete, kako nositi in uporabljati denarnico, kako nositi torbico, kako prenašati prtljago – vse z namenom, da bi se varovali pred tatvinami. V nadaljevanju poglavja najdemo informacije, ki koristijo na potovanju z avtobusom ali vlakom. Pri potovanju z javnim pre-

vozom smo pogosto izpostavljeni množici ljudi, in kaj hitro se lahko zgodi, da v gneči ostanemo brez denarnice. V brošuri je tudi poudarek na denarnih poslih, dvigovanju denarja v bankomatih in menjavi denarja. *Varno doma* je naslov drugega poglavja. Pred našimi vrati se pojavljajo različni »obiskovalci«, ki s pomočjo zvižaja poskušajo priti v stanovanje. Policija svetuje, da je zelo pomembno in dobrodošlo imeti dobre medsosedske odnose, saj so sosede prvi, ki bodo slišali, če se bo v stanovanju dogajalo kaj nenavadnega. Naslednje poglavje govori o varnosti v cestnem prometu: kako se obnašati v prometu kot pešec, kolesar in voznik. Vsaka vloga v prometu ima svoje specifične lastnosti, vsem pa je skupna naloga, da moramo skrbeti za svojo varnost in varnost ostalih udeležencev v prometu. Konec knjižice daje pomemben nasvet, naj ne izpostavljam svojega zdravja. V primeru, da postanemo žrtev kaznivega dejanja, poskrbimo za svoje zdravje in varnost. Pomembneje, kot da se z napadalcem prerivamo za svojo torbico, je, da si ga čim bolj zapomnimo, saj bo to policiji v veliko pomoč pri njegovem iskanju.

Informacije, ki jih vsebuje brošura, so dobrodošle tako upokojujencem kot tudi vsem ostalim, ki želijo za svojo varnost bolje poskrbeti.

Vir: <http://www.policija.si/images/stories/Publikacije/PDF/NePozabiteNaVarnost.pdf>

ŠVICA: OTROCI IN STAREJŠI LJUDJE BEREJO SKUPAJ

V okviru švicarske organizacije Pro Senectute že več let poteka medgeneracijski projekt, v katerem otroci in starejši ljudje skupaj prebirajo knjige, razpravljajo o njih in jih presojajo. Vsako leto izberejo po pet mladinskih romanov, primernih za otroke med 10. in 12. letom, ki obravnavajo odnose med generacijami in pripomorejo k boljšemu razumevanju in sožitju. Izбира jih Švicarski inštitut za otroške in mladinske medije, koordinator projekta je knjižnica Pro Senectute. V projektu sodelujejo posamezniki in

skupine, in sicer razredi učencev, bralni krožki po knjižnicah in domovih za stare ipd. Najboljši roman po presoji udeležencev (glasujejo lahko z glasovnicami) prejme nagrado Prix Chronos, ki jo v nemškem delu Švice podeljujejo od leta 2005. Sodelujoči imajo tudi priložnost, da se srečujejo in razpravljajo o nominiranih knjigah. Namen projekta je spodbujati dialog med generacijami, da se otroci bolje seznanijo z drugima dvema generacijama in oblikujejo pozitivno podobo o starosti. Prav tako je njegov namen pritegniti mladinske pisatelje k ustvarjanju literature, ki govori o odnosih in sožitju med generacijami.

Nagrado za leto 2009 sta prejeli Silke Lambeck za knjigo *Gospod Rožica (Herr Röslein)* in Rachel van Kooij za *Noro iz drevesne hišice (Nora aus dem Baumhaus)*. Pri branju in ocenjevanju je sodelovalo več kot 550 otrok in starejših ljudi. Svečana podelitev je potekala 23. aprila na UNESCO-v svetovni dal knjige v Züriškem dramskem gledališču. Razpisane so tudi že knjige za nagrado Prix Chronos 2010. Več informacij najdete na spletnih straneh organizacije Pro Senectute.

Vir: URL=<https://www.pro-senectute.ch/angebote/generationenprojekte/prix-chronos.html> (20.08.09)

AVSTRALIJA: DNEVNI KLIC NA DOM

Avstralski Rdeči križ je uvedel nov program za stare ljudi, ki živijo sami in so socialno izolirani, namreč vsakodnevni klic na dom, s katerim preverjajo njihovo varnost in počutje. To omogoča starim ljudem, da ostanejo v stikih s skupnostjo in imajo občutek varnosti, ker je pomoč vedno v bližini. Prav tako imajo tudi njihovi svojci občutek, da je za njihovo varnost dobro poskrbljeno. V programu sodelujejo prostovoljci, ki vsak dan zjutraj pokličejo stare ljudi; v primeru, da se ne oglasio, začnejo izvajati ukrepe za nudenje pomoči.

Vir: <http://www.seniors.gov.au/internet/seniors/publishing.nsf/Content/Red+Cross++A+call+a+day+to+check+youre+OK> (24.09.09)

SLOVENIJA: DEDKOVA NEDELJA

Leta 2008 je založba Karantanija izdala slovenski prevod mladinskega dela *Dedkova nedelja* švicarskega avtorja Jeremiasa Gotthelpha, ki je bilo prvič objavljeno leta 1852. Gre za psevdonim pisatelja in protestantskega župnika Alberta Bitzuisa (1797-1854), sodobnika Franceta Prešerna. Knjiga je izšla na pobudo slovenskega društva Kulturni most Švica – Slovenija iz Berna in v sodelovanju z veleposlaništvom Švice v Sloveniji, prevod pa je financiralo društvo Gotthelf-Stube iz Lützenflüha.

Pripoved govori o starem dedku, ki se počasi poslavlja. Okoli njega je zbrana cela njegova družina. Prav vsi ga imajo radi, v družini in okolici uživa veliko spoštovanje. Vse svoje življenje je pridno delal na kmetiji in nenadoma zelo oslabil. Vsi domači so zelo zaskrbljeni za njegovo zdravje. K njemu hodijo po nasvete in veliko časa namenijo pogovoru z njim. Vsak dan pridejo prav vsi njegovi domači k njemu, ko se zbudi, in mu voščijo dober dan. Iz njihovih besed lahko razberemo, da jim veliko pomeni in bi mu na vsak način radi pomagali. Dedek še naprej ohranja voljo do življenja in vse okrog sebe prepričuje, da je z njim vse v redu. Še bolj zaskrbljeni postanejo, ko pošlje po duhovnika. Okolica to izve, in ljudje začnejo hoditi k njemu in se od njega poslavljati. Dedek vsakemu seže v roko in se mu nasmehne. Ko se njegov čas resnično izteka, so okrog njegove postelje zbrani vsi domači. Dedek umre in vsa hiša je napolnjena z žalostjo. Dan dedkove smrti poimenujejo Dedkova nedelja.

Knjiga je zelo prijetna in lahko berljiva. Posebnost knjige je, da je napisana v dveh jezikih: na eni strani je pripoved v izvirnem nemškem jeziku, na drugi strani je njen prevod v slovenski jezik.

NEMČIJA: BROŠURA O UPORABI INTERNETA ZA STARE LJUDI

Nemško Zvezno združenje seniorskih organizacij (Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen – BAGSO) je s finančno

podporo Ministrstva za prehrano, kmetijstvo in zaščito potrošnikov izdalo brošuro *Kažipot po digitalnem svetu – za starejše državljane in državljanke (Wegweiser durch die digitale Welt – für ältere Bürgerinnen und Bürger)*¹, ki prinaša praktične nasvete za starejše ljudi, kako naj uporabljajo internet.

Knjižica obsega 80 strani in je zelo pregledna, opremljena je tudi s številnimi barvnimi ilustracijami. Napisana je na zelo razumljiv način in nikakor ni suhoparna, saj se stvarni del vseskozi prepleta z zgodbo, ki govori o starem zakonskem paru – gospe in gospodu ŠeNe, ki se sprva brani uporabljati internet, nato pa se na prigovarjanje prijatelja in soseda (gospe Drzne in gospoda Starega Mačka) naposled le odločita za nakup računalnika. V zgodbi se zakonca prelevita iz obotavljivcev v zagreta »surferja po internetu«. Knjižica spodbuja bralca, naj začne uporabljati internet: »Medij nima življenjskega pomena, to je sicer res. Toda dejstvo je tudi: internet prežema vedno več področij življenja in nam lahko olajša veliko stvari« (str. 6). Uporaba interneta ima številne prednosti, saj si brez njega praktično ne moremo več zamisliti našega vsakdanjika: prebiramo spletne časopise, dopisujemo se s sorodniki, prijatelji in znanci, plačujemo položnice, nakupujemo, brskamo po spletnih slovarjih in leksikonih ipd. Koristno je, če se o internetu posvetujemo z znanci in prijatelji, ki ga že uporabljajo, veliko koristnih informacij bomo našli tudi na spletu.

V drugem poglavju knjižica svetuje, kakšen računalnika naj si priskrbimo – kakšne naj bodo njegove zmogljivosti, ali naj se odločimo za namizni ali prenosni računalnik in kakšne so prednosti vsakega izmed njiju. Priporočljivo je, da ga kupimo v trgovini z računalniško opremo, kjer nam bodo znali svetovati in nam po možnosti brezplačno namestiti tudi programsko opremo. Prav tako najdemo zelo koristne nasvete o tem, kakšen dostop do interneta in zaščito naj

1 Tu se opiramo na drugo izdajo iz leta 2008.

izberemo. Poleg tega nas avtorji opozarjajo, kaj moramo storiti, da bo naša uporaba interneta varna: ne nalagajmo datotek z neznanih ali dvomljivih internetnih strani, ne odpirajmo elektronske pošte in priponk neznanega pošiljatelja ipd. Posebno poglavje je namenjeno uporabi elektronske pošte, za katero velja moto: *Pisanje pisem je dolgočasno, mejlanje je kul* (str. 20). V njem so pojasnjeni osnovni pojmi, navedena so tudi podrobna navodila, kako uporabljamo elektronsko pošto – kako sestavimo sporočilo, kako pošiljamo in sprejemamo sporočila, pripenjamo datoteke, brišemo sporočila ipd. Elektronska pošta je zelo koristna, saj omogoča, da smo v stiku s sorodniki, prijatelji in znanci, ne glede na to, kje živijo.

Četrto poglavje govori o tem, kako na spletu poiskati različne informacije. Bralec se v njem pouči, kaj je spletni brskalnik, spletni iskalnik in meta-iskalnik ter kaj so spletni leksikoni. Naslednje poglavje nas seznanja s portalom www.meinestadt.de, na katerem najdemo kulturne, gospodarske, turistične informacije, informacije o javni upravi, pa tudi informacije za posamezna nemška mesta in občine. Posebna pozornost je namenjena zdravstveni tematiki, saj vedno več ljudi išče tovrstne informacije na spletu.

Šesto poglavje je v celoti namenjeno spletnemu nakupovanju. To postaja vedno bolj priljubljeno, saj ima številne prednosti, kot so npr. možnost primerjave cen, nakupovanje iz naslonjača, prihranek časa ipd. Opozarja nas na nevarnosti in nam svetuje, na kaj naj bomo pozorni pred nakupom. Podrobneje sta predstavljeni spletna knjigarna Amazon in spletna družba eBay, kjer lahko prodajamo in kupujemo različne predmete. Posebno poglavje obravnava potovanja: pouči nas o tem, kako naj na internetu poiščemo informacije o kraju, ki ga želimo obiskati, v pomoč so nam tudi spletni naslovi turističnih agencij.

Poglavje o spletnem bančništvu prinaša informacije o tem, kako urejati bančne storitve

prek spleta, kar nam prihrani čas in denar, pa tudi kako se zavarovati pred morebitnimi zlorabami. Deveto poglavje govori o tem, kako na spletu poiskati dnevne novice, si ogledati spletne izdaje časopisov, poiskati informacije o oddajah, sporedih na spletnih straneh radijskih in televizijskih postaj ipd. Začetniki se bodo seznanili tudi s tem, kaj so forumi, blogi in spletne klepetalnice. V zadnjem poglavju najdemo nasvete, na kaj moramo paziti pri sklepanju pogodb pri spletnih nakupih in kakšne so možnosti odstopa od pogodbe.

Knjižica *Kažipot po digitalnem svetu* je zelo uporabna za vsakogar, ki se lotiva prvih korakov po internetu, in ne samo za starejše ljudi. Želeli je, da bi podobno knjižico dobili tudi v slovenskem jeziku.

Vir: URL=http://www.bagso.de/fileadmin/Aktuell/Wegweiser/rz_bagso_digitaler_wegweiser_84_seiter_einzelseiten_web.pdf (10.12.08)

SLOVENIJA: KNJIŽICA O ZDRAVEM STARANJU

Decembra 2008 so na Oddelku za zdravje in socialno varstvo Mestne občine Ljubljana izdali knjižico z naslovom *Zdravo staranje – izziv za Mestno občino Ljubljana*. Uvodni besedi sta prispevala župan Zoran Janković in Angelca Žiberna, predsednica Sveta za vprašanja starejših. V knjižici najdemo informacije o projektih, ki so namenjeni zdravemu staranju in v katere je vključena tudi Mestna občina Ljubljana – to sta projekta *Ljubljana – zdravo mesto* in *Starosti prijazna Ljubljana*. Prispevki strokovnjakov s področja zdravstva in socialnega varstva govorijo o zdravem staranju, deležu starejših Ljubljančanov, storitvah in programih s področja socialnega varstva, ki so namenjeni starejšim v Ljubljani, o športnih dejavnostih za starejše ljudi v Ljubljani, preventivnih ukrepah in promociji zdravja v Zdravstvenem domu Ljubljana. Nekaj starej-

ših mestnih svetnikov knjižici dodaja svojo zgodbo, kako doživljajo Ljubljano kot starejši občani. Posebnost knjižice je, da je napisana v dveh jezikih. Tako na eni strani beremo besedilo v slovenskem jeziku, na drugi strani je njegov prevod v angleški jezik.

SVET: DESET DRŽAV, KJER JE NAJBOLJE PREŽIVLJATI STAROST

Ameriška revija *Forbes* je konec oktobra objavila seznam desetih držav, v katerih je najbolje dočakati in preživljati starost. Strokovnjaki so upoštevali številne kriterije, vključno z varnostjo, stroški življenja in zdravstveno zaščito. Med najboljše države so se uvrstile Avstrija, Tajska, Italija, Panama, Irska, Avstralija, Francija, Malezija, Španija in Kanada. Vsaka od teh držav ima svoje prednosti in slabosti, odvisno od pričakovanj in želja posameznika. *Forbesovi* strokovnjaki so na prvo mesto postavili sosednjo Avstrijo. Po raziskavi hiše Mercer ima namreč Dunaj najvišji kazalnik kakovosti življenja na svetu z dobro vzpostavljenim sistemom zdravstvenega zavarovanja in bolnišnicami svetovnega ranga. Avstrija je idealna za ljubitelje gora in vaškega življenja, malo manj pa za ljubitelje temperamentnosti in odprtosti mediteranskih narodov. Ljubiteljem sonca s tanjšimi denarnicami *Forbes* svetuje Tajsko, Panamo ali Malezijo. V Italiji, kjer je visoka kakovost življenja, so visoki davki, birokracija pa okorna, po drugi strani se država ponaša z enim od najboljših sistemov zdravstvenega zavarovanja na svetu in nudi številne bonuse za starejše ljudi. Avstralija je po kazalniku rangiranja držav (CBI) kraj, kjer se živi najbolje. Mesta te celine imajo vse odlike zahodnega sveta, cenovno pa so primerljiva z Azijo. Njena edina negativna stran je geografska oddaljenost. Pri *Forbesu* poudarjajo, da idealnega mesta za preživljanje starosti ni, saj raj ne obstaja nikjer.

Vir: *New York – MMC RTV SLO*, 26. 10. 2009

SLOVENIJA: IZŠEL JE ZDRAVSTVENI STATISTIČNI LETOPIS 2008

Inštitut za varovanje zdravja je v septembru izdal *Zdravstveni statistični letopis Slovenije za leto 2008*, ki obsega izčrpen pregled zdravstvenih statističnih podatkov in informacij, temelječih na uveljavljenih podatkovnih zbirkah in poročevalskih sistemih v zdravstvu. Med drugim najdete podatke o obiskih patronažnih sester, prebivalstvu po starosti, spolu po občinah in statističnih regijah. Letopis je na voljo tudi v elektronski obliki na strani: <http://www.ivz.si/index.php?akcija=novica&n=2041>.

NEMČIJA: POŠKODBE PRI DELU NA VRTU

Nemški spletni Časopis za samozavestne starejše ljudi (*Magazin für selbstbewusste ältere Menschen*) poroča o nevarnostih, ki prežijo pri delu na vrtu.

Vrt je nedvomno oaza, kjer si lahko oddahnemo od vsakdanjika in si nabereemo novih moči. Seveda pa ljubitelji vrta ne poležavajo pod krošnjami dreves, ampak vedno kaj počnejo: okopavajo, zalivajo, plevejo, obrezujejo, kosijo travo ... Toda vrtnarjenje ni povsem brez nevarnosti. Podatki raziskave, ki jo je za Zvezo nemških zavarovalniških družb izvedla Družba za raziskovanje potrošnje v Nürnbergu, so presenetljivi. Kažejo namreč, da se starejši ljudje pri vrtnarjenju poškodujejo pogosteje kot pri gospodinjskih opravilih, pri športnih dejavnostih ali vožnji z avtomobilom, in sicer se vsako leto na ta način poškoduje okoli 100.000 oseb, starejših od 55 let. Peter Reisch, blagajnik in tajnik tamkajšnjega Mestnega združenja vrtničarjev, meni, da mnogi starejši ljudje pri delu na vrtu precenjujejo svoje moči. Večina članov društva je starih več kot 60 let; med njimi jih je le 1,9% prepričanih, da jim delo na vrtu povzroča težave. Na vrtu prežijo številne nevarnosti. Tako npr. sedemdesetletnik spleza na drevo, da bi

odžagal vejo, in je močno začuden, ko pristane na trdih tleh in si po možnosti nakoplje udar-nine ali polomljeno rebro. Mnogi za plezanje uporabljajo lestev, kar ni nič manj nevarno. Poškodb ne povzročajo le električna orodja in stroji (kosilnice, električne škarje za rezanje žive meje ...), ampak gre pogosto za povsem banalne nezgode: lahko se spotaknete ob vrtno cev za zalivanje, ki leži na tleh, ali ob korenino, lahko vam spodrsne na mokrih betonskih ploščah, lahko se zbudete v prst na roki in to opazite šele, ko ta pomodri in oteče. Na nürnberški kliniki opazajo, da prihaja k njim vedno več starejših ljudi zaradi poškodb pri vrtnarjenju in gospodinjstkih opravilih. Kot posledice padcev so pogosti zlomi rame in stegnenice.

Opozorjanje na nevarnost nima namena odvrniti starejših ljudi od vrtnarjenja, saj je telesna dejavnost koristna. Pomembno je, da so previdni in ne hitijo pri delu, predvsem pa velja, da naj ne precenjujejo svojih moči.

Vir: <http://www.sechs-und-sechzig.de/artikel.asp?art=711> (12.06.09)

KANADA: VSE VEČ KANADČANOV SE ODLOČA, DA BODO UMRLI DOMA

V zadnjih petnajstih letih se je povečalo število Kanadčanov, ki preživijo zadnje dni svojega življenja doma in ne v bolnici. Raziskava je pokazala, da se je leta 1992 78% vseh smrti zgodilo v bolnici, leta 2004 pa 61%. Razlogi za upad niso znani, a je jasno, da v tem obdobju ni bilo nikakršnih neposrednih vladnih ukrepov, ki bi vplivali na te spremembe. Raziskovalci menijo, da je eden od razlogov v tem, da sedaj smrt ni več tako nepričakovana. Mnogo ljudi umira v visoki starosti in vse več se jih odloča, da bo to dogodek v krogu družine in ne v bolnici, polni tujcev. Raziskava je pokazala, da se je leta 2004 30% smrti zgodilo v neinstitucionalnem okolju, leta 1994 pa manj kot 20%.

Vir: *Social Science & Medicine*, maj 2009.

AVSTRIJA: TEKOČE STOPNICE SO NEVARNE

Na spletni strani seniorkom-a (www.seniorkom.at), iniciative Avstrijskega sveta seniorjev (**Österreichischer Seniorenrat**) in partnerjev, najdemo članek o nevarnosti tekočih stopnic za starejše. V Avstriji se vsaka druga oseba v starosti 65 let in več pri tem poškoduje. Zaradi tovrstnih poškodb je na leto okoli 800 starih napotnih v bolnico. Klaus Robatsch, vodja dunajskega odseka Kuratorij za varnost v prometu, ugotavlja: »Stari ljudje izgubijo ravnotežje pogosteje kot mlajši. Zato so pri njih pogostejši padci na tekočih stopnicah – zlasti pri vstopanju in sestopanju si lahko nakopljajo težje poškodbe.« Med poškodbami so najpogostejši zlomi kosti, četrtnina poškodb so odprte rane, okoli 17% je udarnin. Še zlasti previden je treba biti v gneči in v času navala kupcev, saj kar dve tretjini nesreč nastane na javnih prometnih površinah (npr. na postajah podzemne železnice in železniških postajah), okoli tretjina pa v nakupovalnih središčih. Pri uporabi tekočih stopnic je dobro upoštevati naslednje varnostne ukrepe:

- do osebe, ki je pred nami, ohranimo primerno razdaljo;
- obrnjeni naj bomo v smeri vožnje stopnic;
- zaradi stabilnosti se držimo za oprijemala;
- bodimo previdni.

Tekoče stopnice so nevarne tudi za otroke – med poškodovanimi je kar 12% otrok, mlajših od 15 let. Ti se pogosto zagozdijo z oblačili ali si priščipnejo prste. Zato je priporočljivo, da starši otroke pri uporabi tekočih stopnic držijo za roke. Mamice z otroškimi vozički naj jih uporabljajo le, če v stavbi ni dvigala; otroci naj bodo pripeti z varnostnim pasom. Ponekod je uporaba tekočih stopnic za otroške vozičke sploh izrecno prepovedana.

Vir: URL=http://www.seniorkom.at/0/Content/sicherheit/_article_/id13023/sid074930286e3e093ee9e6be7e-07a3e0f2 (25.12.08)

EU: EVROPSKI DOGOVOR ZA DUŠEVNO ZDRAVJE IN BLAGOSTANJE

Junija 2008 je bil v Bruslju na konferenci na visoki ravni predstavljen *Evropski dogovor za duševno zdravje in blagostanje*, ki poziva k vzpostavljanju dejavnega partnerstva. Zdravje, socialne in gospodarske koristi dobrega duševnega zdravja so pomembni za vse, treba pa je odpraviti tudi tabuje in stigmatizacijo, ki še vedno spremljajo duševne bolezni. Vsako leto približno 11% Evropejcev zbolijo za katero od duševnih bolezni. Takšne duševne motnje lahko vodijo do samomora. Da bi se spoprijeli s tem problemom in črpali iz skupne izkušnje, so se ministri in strokovnjaki iz vse Evrope zavezali, da bodo sodelovali in se osredotočili na pet področij: preprečevanje samomora in depresije, duševno zdravje mladih ter izobraževanje, duševno zdravje v delovnem okolju, duševno zdravje starejših ljudi ter boj proti stigmatizaciji in socialni izključenosti. V delu, ki se nanaša na duševno zdravje starejših ljudi, poudarjajo, da sta promocija zdravega in aktivnega staranja ključna cilja politike Evropske unije. Med drugim pozivajo politike in interesne skupine, da promovirajo aktivno udeležbo starih ljudi v skupnosti, razvijejo fleksibilne oblike upokojevanja, zagotovijo načine, kako promovirati duševno zdravje in dobro počutje med starimi ljudmi, ki prejemajo oskrbo, da bi na različne načine pomagali oskrbovalcem.

Dogovor bodo implementirali na petih tematskih konferencah, ki bodo namenjene posameznim prednostnim področjem. Konferenca o duševnem zdravju starih ljudi bo potekala 21. in 22. aprila 2010 v Madridu. Več informacij o dogovoru najdete na straneh: http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/mental/mental_health_en.htm in <http://www.ec-mental-health-process.net/index.html>.

Vir: *CoverAGE*, junij 2009, letnik 95. V:

http://www.age-platform.org/EN/IMG/CoverAGE/EN/CoverAGE_06-2009.pdf (27.7. 2009), *Europa.eu Bruselj*, (13.6. 2008)

SVET: VPLIV KOFEINA NA TVEGANJE ZA DEMENCOE

Finska in Švedska raziskava (Cardiovascular Risk Factor, Aging and Dementia – CAIDE) sta pri ljudeh, starih 65 let in več, ugotavljali vpliv pitja kave na Alzheimerjevo bolezen in tveganje za demenco. V študijo so vključili 1.409 ljudi, starih od 65 do 79 let, ki so bili že vključeni v drugi dve raziskavi pred več kot dvema desetletjema. Med ljudmi v vzorcu je imelo 61 oseb demenco (48 je imelo Alzheimerjevo bolezen).

Ugotovili so, da lahko nekaj skodelic kave na dan pri ljudeh srednjih let zmanjša tveganje za razvoj te patologije v starosti. Tisti, ki zaužijejo manj kot dve skodelici kave dnevno, bolj pogosto obolevajo za temi boleznimi in so bolj depresivni. Manjše tveganje za razvoj demence (65 do 70% manjše) in Alzheimerjeve bolezni (62 do 64% manjše) so opazili pri zmernih pivcih kave, to je tistih, ki popijejo od 3 do 5 skodelic kave dnevno. Tveganje za razvoj demence in Alzheimerjeve bolezni se poveča pri ljudeh, ki popijejo veliko kave, in sicer 6 ali več skodelic na dan.

Raziskovalci menijo, da bi zaradi velike porabe kave izsledki lahko imeli pomembne posledice za preprečevanje ali upočasnitev pojava demence in Alzheimerjeve bolezni. Pred tem morajo to ugotovitev potrditi tudi druge študije, treba bo tudi identificirati mehanizme, s katerimi kava ščiti pred omenjenima boleznima.

Vir: *Global action on aging – Newsletter*, 23.-27. marec 2009, *Journal of Alzheimer's Disease* 2009, letnik 16, št. 1

SLOVENIJA: DEPRESIJA MED STARIMI LJUDMI

V reviji *ABCzdravja* je dr. Aleš Kogoj spregovoril o depresiji med starimi ljudmi. Povedal je, da je depresija najpogostejša duševna motnja v starosti. Depresija ima v starosti drugačne znake kot v prejšnjih življenjskih obdobjih, velikokrat jih je težko prepoznati. Pogosto se najprej poka-

žejo telesne težave, spremembe se pokažejo tudi v načinu življenja in v navadah starega človeka. Depresiven bolnik vidi svoje težave hujše kot so, pravi Kogoj, in ko se teh stvari nabere preveč, lahko razmišlja tudi o smislu življenja in smrti kot možnem izhodu. V Sloveniji je samomorilnost med starimi ljudmi višja kot med ostalim prebivalstvom. V povprečju naredi samomor približno dvakrat več starejših kot mlajših in med temi je moških dvakrat več kot žensk.

Starostna depresija je ozdravljiva, posledično je mogoče zdraviti tudi simptome na fizični ravni in težave, zaradi katerih je nekdo sploh prišel k zdravniku. Obstaja širok spekter antidepresivov, za katere se odločajo na podlagi simptomov, ki spremljajo depresivno stanje. Pomembno je tudi zdravljenje nespečnosti, ki je v starosti pogostejše in je tudi dejavnik tveganja za depresijo. Kogoj poudarja, da lahko vsak bolnik z diagnozo depresije za izboljšanje položaja marsikaj sam naredi. Predvsem je pomembna splošna telesna dejavnost, spodbujanje pri uresničevanju (realnih) ciljev in občutek, da lahko komu zaupa. Prvi pojav depresije v starosti je lahko eden prvih znakov nevroloških bolezni, kot so demenca, Parkinsonova ali Alzheimerjeva bolezen.

Vir: ABCzdravja, september 2009, št. 19-21

ANGLIJA: GLASBA V NEGOVALNIH DOMOVH

Na spletnih straneh angleške organizacije Bettercaring (www.bettercaring.com) najdemo številne informacije o oskrbi in negi družinskih članov; na voljo imajo tudi bazo podatkov o vseh registriranih negovalnih domovih v Angliji.

V prispevku o glasbi v negovalnih domovih ugotavljajo, da so pozitivni učinki glasbe pogosto spregledani, čeprav imajo pomembno vlogo v življenju oskrbovancev, zlasti tistih z demenco. O tem pripoveduje svojo zgodbo Barbara, ki je imela v negovalnem domu moža z močno napredovano demenco – ni mogel več govoriti,

se sporazumevati in je bil priklenjen na posteljo. Njegova žena, ki je pred upokojitvijo poučevala glasbo na Univerzi Cambridge, mu je na obiskih rada zaigrala na klavir. Med igranjem ene od njegovih najljubših pesmi je opazila, da so mu po obrazu spolzele solze. Vedela je, da so to solze veselja. Zadnje mesece pred smrtjo mu je pogosteje igrala klasično glasbo ali jazz, da bi mu pomagala lažje preživeti dan: »Če je bil depresiven, sem poskušala zaigrati nekaj optimističnega in vedrega. Če je postal vznemirjen, sem zaigrala nekaj mirnega – glasbo sem uporabljala namesto zdravil, da bi spremenila njegovo razpoloženje in ga izboljšala.« Barbara je ugotovila, da ima igranje na klavir pozitiven vpliv tudi na druge oskrbovance, ki so se zadrževali v dnevnem prostoru, v katerem je bil nameščen klavir. Presenetljivo je bilo, da so celo tisti, ki so sicer komajda kaj spregovorili, nenadoma brez težav peli pesmi in se spomnili celotnega besedila; druge pa je glasba spodbudila k gibanju in plesu.

V številnih negovalnih domovih v Angliji je glasba sestavni del domskih dejavnosti in prireditiv. Bivalni negovalni dom Cookridge Court v Leedsu je priredil večer Elvise Presleya. Anne Walding, predstavnica skupnosti Orchardovih negovalnih domov, je dejala: »Ti dve uri je bil vsakdo brezskrben in ves čas smo samo peli, plesali, se smejali – razpoloženje je bilo zelo dobro. Ljudje menijo, da se življenje povsem zaustavi, ko prideš v negovalni dom. Toda to ne drži, še vedno se lahko zabavaš.«

Oskrbovanci v številnih negovalnih domovih radi poslušajo radio, še zlasti tisti, ki imajo težave z vidom. Nova radijska postaja Bettercaring je uvedla program, ki je namenjen oskrbovancem v negovalnih domovih po Angliji – njeni partnerji so spletni iskalnik Bettercaring, časopis *Bettercaring.com* in Bolnišnični radio Wey, ki oddaja v bolnicah, domovih za nego in v hospicijih. Postaja Bettercaring oddaja 24 ur na dan, in sicer ima od ponedeljka do petka lasten dve-urni program, preostali čas pa predvaja program bolnišničnega

radia. Slednji deluje že več kot 40 let in ga vodijo prostovoljci. Program poteka v živo od 7. ure zjutraj do 11. ure zvečer, ponoči pa predvajajo posnet program. Oddaje so namenjene glasbi, igranju, vrtnarjenju, receptom, osebnim željam ipd. Njihov cilj je ustvariti v domovih aktivno skupnost in spodbuditi stanovalce, da v oddajah sodelujejo. Zato voditelji oddaj osebno obiskujejo domove in se pogovarjajo z oskrbovanci. Keith Tunncliffe je o tem dejal: »Osupljivo je, kako živahni so stanovalci in koliko se želijo pogovarjati pred mikrofonom. Vsekakor želimo biti na terenu in snemati ljudi v negovalnih domovih. /.../ Gre za to, da poslušalci sodelujejo, se veselijo oddaj in imajo občutek, da so del njih. Radio ne more predvajati samo glasbe za ozadje.«

Vir: URL= <http://www.bettercaring.com/editorial/features/music-in-residential-care.aspx> (15.07.09).

SLOVENIJA: KONFERENCA O STARANJU IN INVALIDNOSTI

V okviru slovenskega predsedovanja Odboru ministrov Sveta Evrope je 26. in 27. oktobra 2009 v Portorožu potekala evropska konferenca z naslovom *Staranje in invalidnost – spodbujanje človekovih pravic invalidov in starejših*. Organiziral jo je Svet Evrope v sodelovanju z Ministrstvom za delo, družino in socialne zadeve Republike Slovenije.

Cilji konference so bili med drugim spodbujanje človekovih pravic invalidov in starejših ljudi; pospeševanje izvajanja Akcijskega načrta Sveta Evrope za invalide 2006–2015, priprava poročila Sveta Evrope o krepitvi pravic in vključevanja starajočih se in starejših invalidov ter izmenjava dobrih praks. Konference so se med drugim udeležili domači in tuji strokovnjaki, nosilci odločanja s področja invalidnosti iz držav članic in opazovalk Sveta Evrope, predstavniki vladnih in nevladnih organizacij. Na konferenci, ki ji je predsedoval minister za delo, družino in socialne zadeve dr. Ivan Svetlik, so

tematiko starejših ljudi in invalidov obravnavali z različnih vidikov. V plenarnem delu so predstavniki parlamentarne skupščine Sveta Evrope, Invalidskega foruma in nacionalnega sveta invalidskih organizacij predstavili splošne storitve, povezovanje znanja in izkušnje Evropske unije. Delavnice so bile namenjene dostopnosti, zdravju in rehabilitaciji ter ustrezni življenjski ravni in socialni zaščiti. Ob koncu konference so udeleženci oblikovali skupne zaključke. Menili so, da si je treba prizadevati za polnopravno uveljavljanje političnih, državljskih in človekovih pravic ter osnovnih svoboščin, za ozaveščanje in izobraževanje javnosti. Prav tako je treba zagotoviti participacijo vseh, dialog vseh vključenih v načrtovanje in izvajanje politik, socialno vključevanje in izenačevanje možnosti različnih skupin posameznikov in implementacijo zakonskih določil v vsakdanje življenje. Med drugim so poudarili tudi pomembnost povezovanja politik na področju staranja in invalidnosti ter promocijo avtonomije, neodvisnega in aktivnega življenja. Opozorili so na pomen preventive in zgodnjega odkrivanja bolezni, multidisciplinarni pristop k celoviti obravnavi, na pomen stanovanjske politike in gradnje brez ovir.

Vir: program konference, v: http://www.mzz.gov.si/fileadmin/pageuploads/CoE_predsedovanje/program_slo.pdf; novica na spletnih straneh MDDSZ, v: <http://www.mddsz.gov.si/nc/si/splosno/cns/novica/article/6241/> (14.11.09)

ZDRUŽENO KRALJSTVO VELIKE BRITANIJE IN SEVERNE IRSKE: SOCIALNA VKLJUČENOST STAREJŠIH LJUDI S POMOČJO DRUŽABNEGA PLESA

Jonathan Skinner, predavatelj socialne antropologije na Šoli za zgodovino in antropologijo na Univerzi v Belfastu (Queen's University Belfast), je sodeloval pri transatlantski raziskavi o družabnem plesu v projektu *Changing Ageing*

Partnership. Je tudi avtor poročila o izsledkih te kvalitativne študije, ki je primerjala družabni ples kot socialno vključenost med starejšimi ljudmi v treh mestih in regijah – Belfastu in Severni Irski, Blackpoolu (Velika Britanija) in Sacramentu (ZDA). Izsledki pričajo o socialnih, psiholoških in zdravstvenih koristih družabnega plesa za starejše ljudi. Takšna oblika »resnih prostočasnih aktivnosti« lahko združuje ljudi prek skupnosti ter ustvarja solidarnost, strpnost in razumevanje, ruši stereotipe o življenju po upokojitvi, poživlja telo in duha. Ples daje starejšim ljudem okretnost in gibčnost. V njih vzbuja veselje do življenja in odkriva nerealizirano ali predhodno skrito sposobnost gibanja. Ustvarja duh skupnosti, vzbuja občutek družbene enakosti in solidarnosti. Prežene boleznin in celo preprečuje upadanje duševnih in telesnih zmogljivosti. Ljudje se zaradi plesa ponovno počutijo mladi.

Pri primerjavi plesalcev iz vseh treh regij je zanimiva vloga časa pri družabnih plesih, in sicer kako se preteklost, sedanost in prihodnost prepletajo v plesnih popoldnevih. Nostalgija po preteklih časih je jasno opazna pri vseh skupinah plesalcev iz teh regij. Poleg tega plesalci ponovno obujajo telesne spomine na nekdanje gibe in intimnosti. Avtor je opazil, da čeprav jih je nostalgija popeljala k spominom na nekdanje plesne noči in plesne partnerje, plešejo tudi zelo v sedanosti. Osredotočajo se na ples tukaj in zdaj in se vrtijo v nasprotni smeri urinih kazalcev. V plesalcih je prav ples, in ne toliko priprava nanj ali vračanje domov, povzročil občutke veselja, nenadno odsotnost bolečin, sproščanje endorfinov in nenadno zavedanje lastne gibljivosti.

Plesalci so plesali tudi za prihodnost in to v različnih pomenih besede. Plesali so svoje korake, vodili svoje partnerke in vodili v prihodnost, ko so koraki polnili prostor pred njimi, tako fizično kot časovno. Plesalec mora misliti vnaprej in predvideti, kje se bosta s plesno partnerico gibala, kaj ju bo najbolje predstavljalo, kako se izogniti drugim parom pri kroženju po plesišču.

V smislu prihodnosti plešejo plesalci tudi na osnovi svoje fantazije. Ti plesalci 21. stoletja na plesišču morda razvijejo speči alter ego, se zavajo svoje gibljivosti in postanejo novi subjekti. Družabni ples v dvoranah in lokalnih središčih je uprizoritev lastne aktualizacije.

To poročilo se odmika od tradicionalnih funkcionalističnih pristopov k plesu. Poudarek ni več na plesu kot katarzični dejavnosti, dvorjenju ipd., ampak gre za socialno vključenost, za socialno, duševno in telesno zdravljenje.

Vir: Skinner Jonathan (2009). *Mobility 21: Senior citizen social inclusion through social dance. Report for the Changing Ageing Partnership. Belfast: Changing Ageing Partnership.*

AVSTRIJA: SLOVAR ANGLICIZMOV ZA STAREJŠE

Dijaki Višje zvezne šole za gospodarske poklice (Höhere Bundeslehranstalt für wirtschaftliche Berufe) v Sankt Veit an der Glan v Avstriji so za starejše sestavili slovar z angleškimi besedami, s katerimi se pogosto srečujejo v vsakdanjiku, kot npr. *primetime*, *airbag* ipd. Takšne besede pogosto uporablja mlajša generacija, starejšim pa povzroča preglavice njihovo razumevanje. Zato so se dijaki odločili, da jim bodo priskočili na pomoč. Sodelavci projekta Sožitje so pregledali dnevne časopise in revije ter sestavili seznam tristotih anglicizmov, ki se najpogosteje uporabljajo. Priskrbeli so njihove prevode v nemščino in izdali poseben slovar, namenjen starejšim ljudem. Z njim želijo opozoriti na pomen učenja tujih jezikov ter na kulturno in jezikovno raznolikost Evrope. Starejšim ljudem želijo pomagati pri premagovanju jezikovnih ovir, da zaradi nerazumevanja ne bi imeli občutka izključenosti. Prav tako jih želijo spodbuditi k veselju po odkrivanju novega.

Vir: http://www.seniorkom.at/0/Content/_article_/id14178/sidffc2c7371d70e95176f9dad90fb044ba (4.11.09)

NEMČIJA: SKUPINE ZA SAMOPOMOČ DRUŽINSKIH OSKRBOVALCEV DEMENTNIH OSEB

Svetovalnica za svojce v Nürnbergu ima v svoji ponudbi tudi tedensko srečevanje družinskih oskrbovalcev, ki oskrbujejo dementne družinske člane. Oskrbovanje dementnih ljudi je veliko breme; svojci so prav tako prizadeti, in ne zgodi se tako redko, da zapadejo v krizo, celo v depresijo. Pogosto so na koncu svojih moči, imajo bojazen, da bodo sami zboleli in pustili bolnega svojca na cedilu. Posledica oskrbovanja je tudi zmanjšanje socialnih stikov in tveganje za socialno izolacijo. Doživljajo stiske, vendar le težka zaprosijo sami za pomoč. Če telesno in duševno omagajo, občutijo to kot osebni neuspeh. Lažje je sprejemati praktično pomoč, kot npr. zdravila in nasvete zdravnika ipd. Ne zdi se jim primerno, da bi se pritoževali zaradi lastnih težav. Če oskrbovalec premaga zadržke in sprejme duševno podporo, je že storil prvi korak.

Vsi udeleženci srečanj dobro razumejo, kako je, če se počutiš preobremenjenega. Četudi je situacija, s katero se srečujejo, pri vsakem drugačna, imajo vsi podobne probleme. Inkontinenca, problemi s hranjenjem, moteče vedenje bolnika ipd. so problemi, ki jih dobro pozna vsak od njih.

V devetdesetih minutah, kolikor traja srečanje, je pozornost namenjena njim samim, njihovemu doživljanju in počutju. Lahko si oddahnejo od naporega vsakdanjika in naberejo nove energije. Iz njihovih izjav izžarevata hkrati ljubezen in tožba: »Moja žena je v domu. Vsak dan jo obiščem za nekaj ur, zvečer ne pustim, da bi odšel.« In: »Za mojo mater mora vedno vse potekati enako. Vsaka sprememba jo navda z bojznijo.« V času srečanj je dobro poskrbljeno tudi za varstvo svojcev, ki so v domači oskrbi; zanje poskrbi poklicna oskrbovalka, in sicer v prostoru, ki je v neposredni bližini prostora, kjer potekajo srečanja.

Svetovalnica je bila tudi pobudnica projekta Mreža za dementne ljudi Nürnberg, ki jo finančno podpirajo Bavarsko Ministrstvo za delo, socialo, družino in ženske ter Bavarska zdravstvena zavarovalnica. Cilja projekta je v sodelovanju z drugimi ponudniki storitev za bolnike z demenco v štirih predelih mesta vzpostaviti mrežo storitev. V njihovo ponudbo sodijo med drugim: tečaji za svojce in skupine za samopomoč, dnevno varstvo dementnih oseb in pomoč oskrbovalcem za njihovo razbremenitev.

Vir: *Sechs-und-Sechzig-Magazin*, št. 2, 2009; http://www.sechs-und-sechzig.de/artikel.asp?art=712_A; <http://www.angehoerigenberatung-nbg.de/index.php?id=586> (04.11.09)