

INFORMAČNÝ MATERIÁL

MESTSKÁ ČASŤ BRATISLAVA-DÚBRAVKA

Materiál na 19. zasadnutie
miestneho zastupiteľstva
dňa 27.09.2022

Program aktívneho starnutia mestskej časti Bratislava-Dúbravka na roky 2022-2030.

Predkladateľ:

RNDr. Martin Zaťovič
starosta

Materiál obsahuje:

1. Dôvodová správa
2. Program aktívneho starnutia mestskej časti Bratislava-Dúbravka na roky 2022-2030.

Zodpovedná:

PhDr. Dominika Malačinová
oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva

Spracovateľ :

Mgr. Jana Drobová
a kolektív

Dôvodová správa

Program aktívneho starnutia na ďalšie desaťročie do roku 2030, vypracovaný realizačnou komisiou Rady seniorov Dúbravka je strategickým, koncepčným dokumentom miestnej komunity. Vychádza so sociálneho a hospodárskeho vývoja spoločnosti a demografických ukazovateľov a prognóz starnutia občanov Slovenska a konkrétne našej mestskej aglomerácie. Je v poradí už druhým takýmto koncepčným materiálom, ktorý sa v minulom období zavŕšil pozitívnym odpočtom.

V súčasnosti reagujúc na nový Národný program aktívneho starnutia Slovenskej republiky, ktorý nadväzuje na všetky medzinárodné záväzky budovania spoločností pre všetkých, sa v našich komunálnych podmienkach usilujeme o programové ciele aj my, v súlade s novými výzvami v našom živote. V rámci Dekády pre zdravé starnutie, ktorá bola vyhlásená VZ OSN na roky 2021 -2030 chápeme náš program **ako nástroj identifikácie a zachytenie plného potenciálu starších ľudí, pretože posilnení, aktívni a angažovaní starší ľudia prispievajú k vlastnému zdraviu, nezávislosti a rozvoju spoločenského i odborného života komunity v ktorej žijú.**

S materiálom ako otvoreným strategickým dokumentom sa bude trvalo pracovať. Je to dokument, ktorý je možné priebežne meniť a dopĺňať na základe pripomienok a skúseností odbornej aj laickej dúbravskej verejnosti.

Termíny úloh a jednotlivé ciele programu sa budú rozpracovávať každoročne do vykonávacieho plánu činnosti Rady seniorov a vyhodnocovať.



**Program aktívneho starnutia
mestskej časti Bratislava-Dúbravka
na roky 2022 - 2030**

Prognózy, východiska, ciele

Koncepčný dokument Program aktívneho starnutia pre mestskú časť Bratislava-Dúbravka na roky 2022 -2030 vychádza zo skúseností uplynulého desaťročia, ktoré sa realizovali v súlade s potrebami miestnej komunity v našom prvom akčnom dokumente. Ciele a opatrenia vychádzali z demografického vývoja hlavného mesta Bratislavy a jeho Programu aktívneho starnutia (2014). Aj keď sa jeho realizácia na pôde magistrátu po dvoch rokoch ďalej nevyhodnocovala a nesledovala, úzko sme ďalej spolupracovali s Radou seniorov mesta a neskôr sa aktívne – s našim programom a jeho cieľmi – zapojili do aktivít celobratislavského programu „**Bratislava pre všetkých**“. Uvedený program sme každoročne na Rade seniorov v Dúbravke vyhodnocovali a ročne stanovovali ciele a úlohy. Mal široký občiansky záber nielen pre rozvoj aktivít staršej seniorskej generácie, ale dôraz sme kládli aj na medzigeneračnú spoluprácu medzi komunitnými partnermi, tretím sektorom.

V súčasnosti sa opäť hlásime k novému „Národnému programu aktívneho starnutia na roky 2021 – 2030“ pre Slovensko a jeho cieľom. „**Aktívne starnutie**“ **koncipuje** v súlade s európskymi normami i legislatívou Svetovej zdravotníckej organizácie, **ako proces optimalizácie príležitostí pre zdravie, participáciu a bezpečnosť, s cieľom podporiť kvalitu života ľudí a ich sociálne zabezpečenie v priebehu ich starnutia**“ (SZO, 2002, s. 12¹).

Vychádzajúc z analýz a prognóz demografického vývoja Slovenska vyplýva, že v nasledujúcom období bude potrebné nielen dôraznejšie rozvíjať sociálne služby, tak ambulantné i rezidenčné, ale vytvárať aj viac priestoru pre aktivity a sebarealizáciu starších občanov. Odborníci upozorňujú, že rovnako dôležitá by mala byť aj snaha spoločnosti, komunity, **udržať seniorov čo najdlhšie fit**. A práve to je hlavným strategickým cieľom nášho návrhu Programu pre Dúbravku na nadchádzajúce obdobie.

Medzinárodné dokumenty zamerané na aktívne starnutie (EÚ, SZO) nás v tom utvrdzujú, nevymedzujú populačné starnutie do budúcnosti primárne ako hrozbu, ale ako šancu jednotlivých spoločností pre dosahovanie vyššej úrovne ich rozvoja, súdržnosti a medzigeneračnej udržateľnosti.

Naše stanovené ciele sa plne stotožňujú s Komunitným plánom sociálnych služieb mestskej časti Bratislava-Dúbravka na roky 2022 - 2026. Je prioritným dokumentom, opierame sa oň v rozvoji sociálnych služieb, ale aj v jeho medzigeneračnej pracovnej časti. Je východiskom pre kozmopolitne zloženú Radu seniorov – zástupcov denných centier MÚ, stavovských seniorských organizácií - MO JDS, MS SČK, ale aj kultúrnych a športových spoločností, MO MS a tretieho sektora.

Starnutie populácie Bratislavy je v najbližších desaťročiach nezvratné. Zo štúdie demografického potenciálu hlavného mesta SR Bratislavy do roku 2050 podiel obyvateľov mesta vo veku nad 65 rokov postupne dosiahne 30 %. Zo štúdie vyplýva, že sa výrazne zvýši podiel obyvateľov nad 80 rokov. Poukazuje na to, že najrýchlejšie bude starnúť (a už starne) štvrtý Bratislavský okres, ktorého súčasťou je aj naša mestská časť Dúbravka.

V súlade s demografickým vývojom patríme v Bratislave po Lamači k druhej vekovo najstaršej mestskej časti s 21 percentným podielom občanov nad 65 rokov a rovnako nám rastie aj počet dlhovekých do 100 rokov.

Štatistika k 25.4.2022 (zdroj: REGOB, MV SR):

Vekové rozpätie	Počet	Spolu
55 – 64 rokov	3 300	
65 rokov a viac	7 919	
		11 219 seniorov

V súčasnosti v Dúbravke tvorí generácia 55+ takmer toľko, čo obyvatelia v produktívnom veku. Súčasne demografické ukazovatele potvrdzujú jej vzdelanostný potenciál a teda dávajú šancu rozvoju aktívnej striebornej ekonomike najmä v komunitných službách i v celoživotnom vzdelávaní. Rovnako prajú rozvoju dobrovoľníckych aktivít, ako aj ďalším spoločensko-kultúrnym a športovým programom.

V súlade so sociálnymi a ekonomickými možnosťami mestskej časti, hlavného mesta SR Bratislavy a jeho grantovej schémy, budeme hľadať pri našich programových cieľoch možnosti viaczdrojového financovania a sponzoringu s tretím sektorom, MO JDS, MS SČK, tiež využiť možnosť čerpania EÚ fondov a grantov štátnych inštitúcií na vzdelávacie aktivity, ako aj na naprojektované, ale nerealizované projekty v sociálnej oblasti.

Dokument je zameraný na komunitnú občiansku spoločnosť, je smerovaný na bezprostredný akčný záber úloh zakotvených:

- **v ochrane ľudských práv, aktívnej účasti seniorov na živote komunity a medzigeneračnú spoluprácu;**
- **v podpore aktívnej nezávislosti a bezpečnosti;**
- **v rozvoji a podpore celoživotného vzdelávania a voľnočasových aktivít ako nástroja seberealizácie a udržiavania sociálnych cieľov seniorov;**
- **na ochranu zdravia a zlepšovanie jeho preventívnej zložky, pri podpore aktívneho starnutia - zdravého životného štýlu;**
- **na aktívny občiansky vklad do skvalitňovania životného prostredia, na bezbariérovú dostupnosť verejných priestorov.**

V programe podčiarkujeme v rámci podpory aktívnej nezávislosti rozvíjanie dostupných sociálnych služieb a podporu rodinného života. Seniorom mestskej časti chceme umožniť poskytovanie nových služieb v rámci „striebornej ekonomiky“, ale aj zrozumiteľné, dostupné a adresné informácie o existujúcich sociálnych službách v mestskej časti Bratislava-Dúbravka. Zároveň chceme vytvárať priestor pre zapájanie seniorov do plánovania rozvoja sociálnych služieb.

Veľmi dôležité pre aktívny život seniorov je **celoživotné vzdelávanie, kultúrne, spoločenské vyžitie a pohyb**. Kultúra vo všetkých jej oblastiach (slovesná, hudobná, výtvarná, telesná a pohybová) predstavuje a súčasne aj poskytuje široký priestor pre aktívne starnutie. K tomu máme priaznivé podmienky. V akčných opatreniach sú rozpracované mnohé úlohy, ktoré plníme aj v súčasnosti. Na nich staviame a tiež predkladáme aj **nové aktivity zamerané najmä na digitalizáciu, gramotnosť vyššej triedy**. Nástupom mladšej vekovej kategórie seniorov

by táto škála čínorodosti - i v rámci medzigeneračnej spolupráce - mala dostať širší priestor i v on-line priestore.

Ak chcú seniori pochopiť moderný svet, sú "nútení" rozvíjať svoje digitálne zručnosti, aby mohli sledovať spoločenské zmeny a komunikovať digitálne. Na druhej strane sa musia vyrovnávať s novými **výzvami v oblasti využívania informačných technológií, digitálnych zariadení doma a digitálnych služieb, ktoré ich spájajú so spoločnosťou.**

Preveniu marginalizácie starších ľudí v oblasti nových technológií musia aj u nás podporiť ďalšie vzdelávacie programy a projekty (lokálne, ale aj účasť na regionálnych i medzinárodných). Počítačové workshopy pre seniorov vedené univerzitami a akadémiami tretieho veku, ale aj knižnicami - a v našom prípade aj medzigeneračnou spoluprácou so školami na území mestskej časti - môžu dať širší komunálny záber týmto aktivitám.

Nemožno obísť ani účasť seniorov a ich zapojenie sa do občianskeho života. Ich podiel na rozvoji mestskej časti a mesta či vklad do rozhodovacích procesov v miestnom a mestskom zastupiteľstve, ale aj v dobrovoľníckych aktivitách v rámci medzigeneračnej súdržnosti a vekovo integrovanej spoločnosti je tiež prioritou nášho snaženia. Vytvára podmienky na dôstojný aktívny život seniorov bez diskriminácie.

V programe sú zohľadnené opatrenia z mestského programu „**Bratislava pre všetkých**“, ktoré sa nás dotýkajú. Ciele a rozpracované úlohy v **Národnom programe aktívneho starnutia pre Slovensko a Pláne hospodárskeho a sociálneho rozvoja Bratislavského samosprávneho kraja do roku 2030** taxatívne nepreberáme, len sa k nemu prihlasujeme. Rovnako ku **Komunitnému plánu sociálnych služieb mestskej časti Bratislava-Dúbravka na roky 2022 – 2026** a **Komunitnému plánu hlavného mesta SR Bratislavy.**

Akčný plán opatrení na roky 2022– 2030

Ochrana ľudských práv, aktívna účasť na živote komunity a medzigeneračná spolupráca

Opatrenie (1.1.1)

Pokračovať v činnosti bezplatnej právnej poradne pre seniorov, ktorú zabezpečuje Miestny úrad. Vo vykonávacích ročných plánoch Rady seniorov zaraďovať v rámci akadémie vzdelávania pravidelné besedy a prednášky na témy ochrany práv seniorov, občianskeho povedomia o boji s kriminalitou páchanou na tejto skupine. Pokračovať v realizácii preventívnych programov zameraných na ochranu proti zneužívaniu a zlému zaobchádzaniu so staršími ľuďmi. V denných centrách vytvoriť priestor i pre osobné konzultácie. Seniorom v zariadeniach sociálnych služieb na území mestskej časti ponúknuť v rámci dobrovoľníckych aktivít besedy na túto tému.

Gestor: predseda Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: Mestská polícia, poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka, Rada seniorov, Dom kultúry Dúbravka, MO JDS, MS SČK

Opatrenie (1.2.1)

Subjekty presadzujúce záujmy starších občanov považovať za aktívnych partnerov pri tvorbe verejných politík, využívať ich vedomosti, vzdelanostnú úroveň, skúsenosti a potenciál na zlepšenie životných podmienok komunity.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka, Rada seniorov, poskytovatelia sociálnych služieb na území Dúbravky, MO JDS, MS SČK, MO MS a tretí sektor

Opatrenie (1.2.2)

Seniorov aktívne zapájať do procesu plánovania rozvoja obce predovšetkým v sociálnych službách. Rovnako ich účasť smerovať aj do participácie posudzovania investičných projektov mestskej časti, hlavne v oblasti bezbariérových prístupov, eliminácii prekážok v bezpečnosti pohybu vo verejných priestoroch. Spolupodieľať sa na mapovaní a dostupnosti tovarov, služieb a potrieb dopravy v mestskej časti a vznášať k nim pripomienky a opodstatnené požiadavky.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, Rada seniorov, MO JDS, MS SČK, denné centrá a tretí sektor

Opatrenie (1.2.3)

Pred komunálnymi voľbami vybrať zástupcov, odborníkov, aktivistov z radov seniorov, vyjadriť im podporu v predvolebnom čase a zvoliť si ich ako svojich kandidátov do miestneho ale aj mestského zastupiteľstva v súlade so Zákonom o obecnom zriadení.

Gestor: členovia Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty : seniorské organizácie, denné centrá

Opatrenie (1.2.4)

V zmysle občianskej spolupráce dať priestor odborníkom z radov seniorov aj v komisiách miestneho zastupiteľstva a zasadiť sa tak o nový impulz medzigeneračného názoru na veci spoločné, verejné.

Gestor:starosta

Spolupracujúce subjekty: Rada seniorov, denné centrú, MO JDS, MS SČK, MO MS

Opatrenie (1.3.1)

Pokračovať v medzigeneračnej spolupráci a podporných aktivitách vzájomnosti a ústretovosti generácií bez ohľadu na rodinné pomery. Tak ako v uplynulom období, práca aktivistov sa zameria na deti a mládež a rodinné zázemie. Zároveň v duchu Zákona o dobrovoľníctve sa bude zasadzovať o rozvoj dobrovoľnej susedskej výpomoci so zameraním na starších a osamelých seniorov.

Gestor: predseda Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: Rada seniorov, denné centrú, MO JDS, MS SČK, MO MS, neziskové organizácie, Dom kultúry Dúbravka

Opatrenie (1.3.2)

Podporovať a gestorovať osvedčenú osvetovú zdravotnícku kampaň a humanitné aktivity pre široký okruh obyvateľov Dúbravky. Zapájať do dobrovoľníckej práce aktivistov, nielen z miestnych spolkov a tretieho sektora, ale vytvárať i podmienky pre mládež, aby si osvojila dôležitosť humánnej práce v komunite. Miestny spolok Slovenského červeného kríža každoročne pripraví stretnutie so žiakmi základných škôl v rámci „**Hodiny o Červenom kríži**“, ktorou ich vtáhuje do sveta zdravotníckej prvej pomoci, humanity a dobrovoľníctva. Pripravovať bude každoročne do súťaže hliadky malých záchranárov. Pre najmenších v materských školách bude klásť hrou základy starostlivosti o druhých. Programom „**Seniori seniorom**“ mieri do zariadení pre seniorov na území mestskej časti. Ich aktivity predstavujú širokú škálu činností.

Gestor: Rada seniorov, predsedníčka MS SČK

Spolupracujúce subjekty: MS SČK, denné centrú, MO JDS, MO MS, Dom kultúry Dúbravka, neziskové organizácie

Aktívna nezávislosť, sociálna podpora a bezpečnosť rodinného zázemia

Opatrenie (2.1.1)

Stála podpora seniorov mestskej časti v aktívnom starnutí reflektujúca na ich životné potreby. Skvalitňovať a zefektívňovať podmienky v denných centrách pre aktívnych seniorov, vzhľadom na demografický vývoj hľadanie možnosti zriadenia ďalšieho denného centra, v novších satelitoch mestskej časti. Zapájať do ich činnosti mladšiu generáciu neorganizovaných ľudí v dôchodkovom veku.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka, prednosta MÚ, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, Rada seniorov

Opatrenie (2.1.2)

Komunitný plán rozvoja sociálnych služieb – súčasný a aj tie budúce - považuje program Rady seniorov za trvalý pracovný otvorený nástroj. Raz ročne sa Rada seniorov bude jeho

plnením a kontrolou zaoberať z pohľadu starostlivosti o starnúcu populáciu a predkladať nové návrhy a opatrenia v tejto činnosti.

Gestor: predseda Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: Rada seniorov, prednosta MÚ, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, seniorské organizácie

Opatrenie (2.1.3)

Poskytovať seniorom zrozumiteľné, dostupné a adresné informácie o existujúcich sociálnych službách v Dúbravke a v meste. Vypracovať manuál – brožúrku o týchto službách, nakoľko prevažná časť tejto generácie nepracuje s internetom a sociálnymi sieťami. Nájsť možnosti samostatného vloženia prílohy do Dúbravských novín.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, mediálna komisia MZ, Rada seniorov, zástupcovia seniorských organizácií

Opatrenie (2.1.4)

Iniciovať vybudovanie Domu sociálnej starostlivosti pre seniorov (zariadenie pre komunitné služby rôzneho druhu) s príspevom fondov EÚ s VÚC , čo výrazne zvýši kvalitu poskytovania služieb pre obyvateľov mestskej časti.

Gestor:starosta

Spolupracujúce subjekty: poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka ,VÚC, prednosta MÚ, Magistrát hl. m. Bratislavy, GIB

Opatrenie (2.2.1)

Cielene hľadať možnosti rozvoja sociálnych služieb i mimo sociálnej siete Miestneho úradu. Pri tom využiť aj inštitút rozvoja striebornej ekonomiky – „**Seniori seniorom**“.

Podporiť najmä poskytovanie služieb, ako sú pedikúra, manikúra, domáce drobné práce, pranie a čistenie. Zároveň pertraktovať s týmito subjektami spôsob zliav pre seniorov žijúcich v mestskej časti. Do tejto služby zaradiť aj možnosť dopravy elektrocyklorikšou na území obce. Podujatia kultúrneho vyžitia v zariadeniach mestskej časti by mali byť ponúkané s možnosťou zliav pre seniorov.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, oddelenie kultúry, oddelenie školstva, vzdelávania a športu, Dom kultúry Dúbravka, Rada seniorov

Opatrenie (2.2.2)

Podporovať zotrvanie starých ľudí v prirodzenom rodinnom prostredí. V rámci rizika ohrozenia chudobou rozvíjať terénnu sociálnu prácu a pritom reagovať na vývoj potrieb potenciálnych prijímateľov. Skvalitňovať a zefektívňovať poskytovanie stravovania, rozvoz stravy

do domácnosti. Rozvíjať službu požičiavania zdravotníckych pomôcok i dopravy k lekárom. Poskytovať finančnú a materiálnu pomoc tým seniorom, ktorí sa ocitnú v hmotnej núdzi. V rozpočte miestnej časti vyčleniť na túto sociálnu činnosť a výdavky v sociálnej sfére, primerané financie priamoúmerné k demografickému vývoju obyvateľstva Dúbravky.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka prednosta MÚ, Rada seniorov

Opatrenia (2.2.3)

Opäť iniciovať vybudovanie a osadenie urnovej steny, čím sa umožní dôstojný odpočinok Dúbravčanom a vyrieši sa nepostačujúca kapacita súčasného cintorína.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, pohrebná služba Marianum, Rada seniorov

Rozvoj a podpora celoživotného vzdelávania a voľnočasových aktivít

Opatrenia (3.1.1)

Úlohy celoživotného vzdelávania zakotvené v programe sú hlavným nástrojom sebarealizácie a udržiavania sociálnych cieľov našich seniorov. Skúsenosti ukazujú ich opodstatnenosť v čase i dynamiku rastu kvality života striebornej komunity. Naďalej sa v ňom pokračuje.

Predpokladá sa široké spektrum činností na základe už realizovaných vzdelávacích aktivít. Na základe vysokého dopytu po predmetných aktivitách je potrebné hľadať priestorové možnosti na ich realizáciu.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, školské zariadenia, Rada seniorov, MO JDS

Opatrenia (3.1.2)

Keďže vzdelávanie reflektuje už aj na nové kľúčové trendy zamerané na rozvoj digitálnych zručností, je potrebné dostať modernú digitálnu techniku do denných centier pre seniorov. Je koncepcne potrebné vypracovať projekt a nastupujúce trendy spracovať na podmienky komunitnej spoločnosti. Tiež je nutné iniciovať získanie financií z verejných viacúčelových zdrojoch.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka, prednosta MÚ, Rada seniorov, MO JDS

Opatrenia (3.1.3)

Rada seniorov využije vzdelanostný potenciál svojich členov - odborníkov na túto problematiku v prvej fáze príprav. Vytvorí pracovnú skupinu na vypracovanie projektu, s diferenciáciou úrovni digitálnych kompetencii v rámci skupín seniorov, tak, aby boli vo vzdelávaní flexibilnejší a úspešnejší pri zvládaní techniky vo svojom každodennom živote. Úlohou lektorskej skupiny/tútorov bude aj sledovanie a prísun informácií o nových vzdelávacích programoch IKT, o možnosti odbornej prípravy a spôsoboch zápisu a účasti na nich.

Gestor: predsedníčka MO Jednoty dôchodcov Slovenska

Spolupracujúce subjekty: Rady seniorov, prednosta MÚ, seniorské organizácie

Opatrenia (3.1.4)

Naďalej pokračovať v organizovaní seminárov a kurzov práce s počítačom na pôde denných centier i seniorských organizácií a tiež v získavaní nových zručností digitálneho sveta, napr. v on-line priestore či v jednotlivých konkrétnostiach bežného života, porozumenia digitálnych

kuchynských zariadení či robotov v domácnosti. Aktívne sa bude využívať medzigeneračná pomoc pri zdieľaní digitálnych zručností mladí – starší.

Gestor: koordinátorka Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: Rada seniorov, denné centrá, seniorské organizácie

Opatrenia (3.1.5)

Nosnou úlohou zostávajú v tomto programe aj vzdelávacie jazykové kurzy anglického a nemeckého jazyka, osvetové vzdelávacie prednášky, rozhovory na tému zdravého životného štýlu, semináre o kultúre zvyšovaní právnej gramotnosti a ďalšie zamerané na rozvoj kognitívnych schopností. Rovnako ako podpora začleňovania seniorov do Univerzít tretieho veku na území hl. mesta, ale aj podpora neformálneho vzdelávania a umožnenie prístupu seniorov k dôležitým rozšíreným informáciám prostredníctvom miestnych médií a internetových stránok Dúbravky.

Gestor: koordinátorka rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: denné centra oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, tlačové oddelenie, seniorské organizácie

Opatrenia (3.1.6)

Rozšíriť spoluprácu s miestnou knižnicou na Sekurisovej ulici a knižnicami hlavného mesta SR Bratislavy, školskými zariadeniami a ďalšími organizáciami.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, Rada seniorov, denné centra, seniorské organizácie

Opatrenia (3.2.1)

Podpora voľnočasovým aktivitám ako nástroja seberealizácie seniorov a udržiavania ich sociálnych cieľov v širokom zábere v rámci spoločenských, kultúrnych i športových podujatí i súťažení má v programe zelenú. Pre tieto ciele sa vynasnažíme využívať dostupné verejné grantové schémy v tom i mesta i mestskej časti. V programe Bratislava pre všetkých propagovať miestnu kultúru aj ducha športového zápolenia striebornej generácie Dúbravčanov. Podporovať ich kreativitu, tvorivosť v umeleckom stvárnení svojich prác a organizovať podujatia a návštevy kultúrnych ustanovizní.

Gestor: predseda Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: Rada seniorov, denné centra, seniorské organizácie

Opatrenie (3.2.2)

Spolupodieľať sa na organizovaní a zabezpečovaní poznávacích a vzdelávacích súťaží i exkurzií, aktivít seniorov i v medzigeneračnom poňatí, smerujúcich k poznávaniu histórie a súčasnosti Slovenska i okolitých štátov, EU.

Gestor: predseda rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: koordinátorka Rady seniorov, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, denné centrá, MO MS, MO JDS

Opatrenie (3.2.3)

Nadalej viesť a realizovať krúžky a kurzy umeleckých remesiel, tým generačne uchovávať ľudové tradície v Dúbravke (drotárstvo, hrnčiarstvo, košíkárstvo, ručné práce a pod).

Gestor: koordinátorka Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: oddelenie kultúry, Dom kultúry Dúbravka, MO MS, MO JDS, tretí sektor

Opatrenie (3.2.4)

Pokračovať v budovaní náučných chodníkov k pamätihodnostiam a významným miestam v Dúbravke. Zabezpečovať dôstojnú úpravu okolia pamiatok a sledovať ich aktuálny stav.

Gestor: predseda Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, Rada seniorov, denné centrú, MO MS, MO JDS

Opatrenie (3.3.1)

V rámci rozvoja telesnej kultúry vytvárať nové možnosti pre športovanie seniorov, ktoré môže vyústiť v športových dňoch seniorov. Súčasne iniciovať popri už zabehnutých športových turnajoch v Dúbravke a tiež aj medzi niektorými mimo Dúbravskými športovcami vytvorenie celobratislavských športových súťaží. V Bratislave dostal „Beh dobrých ročníkov“ zelenú, na základe uvedeného, aktívne iniciovať športové zápolenia, napr. v petangu, v stolnom tenise, bowlingu a iných záujmových činnostiach v súlade s programom „Bratislava pre všetkých“.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekt: koordinátorka Rady seniorov, komisia športu MZ, oddelenie kultúry, oddelenie školstva, vzdelávania a športu, Rada seniorov, denné centrú, MO JDS

Opatrenie (3.3.2)

Pokračovať v pravidelných cvičeniach jednotlivých skupín seniorov v miestnych podmienkach. Využívať revitalizované športoviska na území mestskej časti. Športové vyžitie tu môže nájsť široká seniorská verejnosť. Pri pravidelných športových aktivitách, rozšíriť o ďalšiu aktivitu, chôdza pre zdravie - Nordic walking. K turistike, ktorá má svoje tradície, pribudol „pešochod“ pre seniorov v rámci programu MO SČK „Chodíme pešo“. Sú to bezplatné služby na regeneráciu síl, podporujú zdravý životný štýl aktívneho starnutia.

Gestor: koordinátorka Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: denné centrú, MO JDS, MS SČK

Ochrana zdravia a zlepšovania jeho preventívnej zložky, podpora aktívnemu starnutiu - zdravému životnému štýlu

Opatrenie (4.1.1)

Iniciovať a podporiť rozšírenie kapacít zdravotníckych ambulancií na území mestskej časti o **združené ambulancie**, tak ako to definuje Program hospodárskeho rozvoja a sociálneho rozvoja Bratislavského samosprávneho kraja do r. 2030. Ide nám o ich interdisciplinárnu spoluprácu, predovšetkým chýbajúcu interno-geriatrickú ambulanciu, psychologicko-psychiatrickú ambulanciu špecializovanú pre seniorsky vek, ale aj fyzioterapeuticko – rehabilitačnú. V záujme potreby rozšírenej starostlivosti ošetrovateľskej praxe iniciovať projekty prepojenia a užšej spolupráce sociálno-zdravotnej problematiky.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, Rada seniorov

Opatrenie (4.2.1)

Podporovať v rámci vzdelávacích cyklov zdravý štýl života seniorov, rozvíjať myšlienku aktívnej prevencie zdravia jednotlivcov a propagovať v rámci aktivít kancelárie Zdravé mesto účasť seniorov na podujatiach s aktuálnou zdravotníckou preventívnou činnosťou.

Gestor: Rada seniorov

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, denné centrá, seniorské organizácie

Opatrenie (4.2.2)

Podporiť zdravý životný štýl a celkové zdravie seniorov využívaním revitalizovaných parkových zelených plôch „mini fit“ na individuálne cvičenia. Naďalej využívať zľavy do mestských športových zariadení, zaraďovať do nich bezplatné cvičenia pre seniorov a vytvárať podmienky pre využívanie priestorov v doobedňajších hodinách nevyužitých športovísk a klubov detí a mládeže v pôsobnosti hlavného mesta Bratislava a mestskej časti.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, Rada seniorov, poslanci MZ, denné centra, seniorské organizácie

Opatrenia (4.2.3)

Iniciovať spoluprácu s miestnymi zdravotníckymi strediskami s cieľom realizovať preventívne programy pre seniorov. Vyvineme úsilie na sústredené možnosti rehabilitačných programov pre seniorov s dobrovoľníckym aktívom. Ako príklad uvádzame „Dychové cvičenia“ pre seniorov v čase Covidu. Cestu vidíme aj v prehĺbení osvetovej zdravotníckej spolupráci, cyklických seminároch a prednáškach so zdravotnou tematikou.

Gestor: Rada seniorov

Spolupracujúce subjekty: BSK, oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva, mediálne oddelenie, denné centrá, MO SČK, MO JDS, tretí sektor

Občiansky vklad do skvalitňovania životného prostredia, bezbariérová dostupnosť verejných priestorov

Opatrenie (5.1.1)

V starostlivosti o zeleň pokračovať v aktivizácii občanov o celoročnú údržbu domových, sídliskových predzáhradok. V pôsobnosti oddelenia životného prostredia pokračovať v poskytovaní priesad a cibulovín. Iniciatívne rozširovať spoluprácu so školskými zariadeniami pri starostlivosti o zeleň a kvetinové záhony v mestskej časti.

Gestor: koordinátorka Rady seniorov

Spolupracujúce subjekty: oddelenie životného prostredia, denné centrá

Opatrenie (5.1.2)

V rámci rozšíreného separovaného zberu domového odpadu dodržiavať hygienické predpisy a stojiská udržiavať v čistote. Zabezpečiť, aby tieto stojiská boli prístupné pre každého obyvateľa.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: prednosta MÚ, OLO, oddelenie životného prostredia

Opatrenie (5.2.1)

Venovať zvýšenú pozornosť bezbariérovým riešeniam našich ciest a komunikačným chodníkom, najmä tým, ktoré vedú k domom bez priameho prístupu z ulice. Eliminovať prekážky na chodníkoch, vybudovať nábežné hrany namiesto obrubníkov, zábradlia, šikmé plošiny a pod. V spolupráci s hlavným architektom mesta a dopravným inžinierom uvedené požiadavky vyžadovať. V miestach intenzívnych peších ťahov požadovať predĺžovanie dĺžky zeleného svetelného signálu pre chodcov.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka, prednosta MÚ, GIB, Dopravný podnik mesta Bratislavy, Dopravný inšpektorát

Opatrenie (5.2.2)

Riešiť dlho odkladanú rekonštrukciu na Harmincovej ulici. Prechody k zastávkam a obchodnému reťazcu, najmä v dopravnej špičke sú nebezpečné. Retardérmi, dopravnými značkami, znížením rýchlosti sa čiastočne zmierni nebezpečenstvo dopravného úrazu, ale v dopravnej špičke sa peší, najmä seniori nemôžu dostať bezpečne cez cestu. Pri spustení rekonštrukcie na Harmincovej ulici, striktno kontrolovať bezpečnostné hľadiska výstavby, bezbariérovosť dočasných, náhradných riešení komunikácie pre obyvateľov. Súbežne venovať pozornosť pripomienkam občanov k budovanej cestnej a signalizačnej infraštruktúre.

Gestor: starosta

Spolupracujúce subjekty: poslanci MZ mestskej časti Bratislava-Dúbravka, prednosta MÚ, GIB, Dopravný podnik mesta Bratislavy, Dopravný inšpektorát

V Bratislave, 24. mája 2022

RNDr. Martin Zaťovič
starosta, predseda Rady seniorov

Realizačná skupina:

Ing. Vlasta Babitzová, členka Rady seniorov, vedúca DC 4

Mgr. Janka Drobová, členka Rady seniorov

Dr. Katarína Grunwald, členka Rady seniorov, predsedníčka MO JDS

Ing. Libuša Iványiová, členka Rady seniorov, vedúca DC 2

Mgr. Zuzana Marková, členka Rady seniorov, koordinátorka RS

Spolupracovala s realizačnou skupinou:

PhDr. Dominika Malačinová, Oddelenie sociálnych vecí a zdravotníctva Miestneho úradu mestskej časti Bratislava-Dúbravka