

**Medardo Čoboto trečiojo amžiaus universitetas (Lietuva) teikia  
atsakymus į klausimus užduotus Žalioje knygoje apie senėjimą  
„Skatinti kartų solidarumą ir atsakomybę“**

**1. Kaip sveiko ir aktyvaus senėjimo politika gali būti skatinama nuo mažens ir per visą gyvenimo trukmę visiems? Kaip vaikus ir jaunimą geriau aprūpinti ilgesne gyvenimo trukme? Kokią paramą ES gali suteikti valstybėms narėms?**

Visose mokymosi lygiuose sustiprinti socialinį ir emocinį ugdymą, kuris padėtų giliau suprasti ir išugdyti pagarbų požiūrį į žmogų nuo gimimo iki mirties ir įgyti XXI amžiuje reikalingas socialines, emocines ir pažinimo kompetencijas. Siūlome paskatinti Lietuvą ir kitas šalis nares tobulinti sveiko ir aktyvaus senėjimo politiką šiomis strateginėmis kryptimis:

- Bendrojo ugdymo tikslų tobulinimas, akcentuojant sveiko, aktyvaus ir ilgo gyvenimo svarbą. Parengti priemones, kad švietimo sistema galėtų ne tik supažindinti su sveiko ir laimingo senėjimo samprata, iššūkiams, bet ir mokyti nuo darželio ir mokyklos suolo pagrindinių įgūdžių.
- Sveikatos apsaugos sistemos tobulinimas – sveikos gyvensenos propagavimas, gyventojų sveikatos profilaktinė kontrolė nuo pat gimimo, reabilitacijos įstaigų tinklo plėtojimas ir prieinamumas;
- Darbdavių skatinimas rūpintis darbuotojų sveikata ir gerove, formuoti sveikos gyvensenos pagrindus bei nuolat tobulėti.
- Vyresnio amžiaus žmonių skatinimas išsaugoti sveikatą ir pozityvų požiūrį bei aktyviau įsitraukti į viso gyvenimo mokymąsi.

**2. Kokios yra svarbiausios kliūtys mokymuisi visą gyvenimą per visą gyvenimo ciklą? Kuriame gyvenimo etape tų kliūčių pašalinimas galėtų būti didžiausias? Kaip reikėtų tai spręsti konkrečiai kaimo ir atokiose vietovėse?**

Pagrindinis mokymosi visą gyvenimą stabdis yra žmonių požiūris: daugelis darbingo amžiaus žmonių mokosi tobulina savo profesinę kompetenciją, tačiau gerokai mažiau dėmesio skiria asmeniniam tobulėjimui. Manytume kad teigiamą mokymosi visą gyvenimą požiūrį reikia ugdyti nuo mažens. Bendrasis ugdymas: pagarba gyvybei bei visuomenei, emocinio kapitalo vystymas, vaikų socializacija. Profesinis ugdymas: vyresnio amžiaus žmonėms siūlyti nuotolines ir individualizuotas studijas, mažesnės apimties turimos profesijos revizijos programos. Aktyvios profesinės karjeros pabaigoje – psichologinis pasirengimas, finansinio pagrindo sukūrimas, asmeninis tobulėjimas ir savo pomėgių vystymas, viso gyvenimo karjeros konsultavimo plėtra.

Pažymėtina, kad ES struktūrinės paramos fondo švietimo, socialinės ir verslo skatinimo srities projektai yra skirti žmonėms iki 64 metų amžiaus. Tokia politika ne tik diskriminuoja vyresnio amžiaus žmones, bet ir yra nevalstybiška tuo požiūriu, nes „nurašoma“ didelė visuomenės dalis, nesudaroma galimybių senjorams išlikti aktyviems skaitmeninio - technologinio amžiaus pokyčiuose.

**Siekiant kokybiško mokymosi visą gyvenimą siūlytume paskatinti ES šalis nares sukurti galimybių lygybę ir teisingumą visuose žmogaus gyvenimo tarpsniuose (net ir po 64 metų amžiaus). Įvairiose programose skirtose mokymuisi visą gyvenimą pozityvų (*aktyvų*) senėjimą paskelbti prioritetu. Taip pat:**

- 1) Peržiūrėti egzistuojančius finansinius instrumentus (Erasmus+, struktūrinė parama ir kt.) ir/arba sukurti naują finansinį mechanizmą kuris padėtų senjorams integruotis į mokymosi visą gyvenimą sistemą ir įgyti reikiamų įgūdžių integruojantis į skaitmeninę ir žinių visuomenę.
- 2) Vyresniame amžiuje mokymosi tikslai iš esmės skiriasi, tai senjorams skirti projektai neturėtų konkuruoti su kitais suaugusių švietimo projektais. Galėtų būti atskiros programos kaip pvz. ERASMUS+ senjorų programa. Tokių projektų prioritetai: mokymai nukreipti į pilnavertį

pagyvenusio žmogaus tobulėjimą, padedantys kurti savo verslą, ilgiau išlikti darbo rinkoje bei savanoriškoje veikloje, taip pat kultūros, užsienio kalbų bei skaitmeninio raštingumo mokymai.

3) Labai svarbu kad ES finansuojami mokymų projektai neapsiribotų 64 metais.

### **3. Kokias naujoviškas politikos priemones, kurias labiau įtrauktų į darbo rinką, ypač vyresnio amžiaus darbuotojus, reikėtų svarstyti atidžiau?**

Siūlome Europos Komisijai ir kitoms tarptautinėms organizacijoms keisti darbingo amžiaus asmenų apibrėžimą, prailginant šį amžių iki 69 metų. Šio apibrėžimo pakeitimas įgalintų atitinkamai koreguoti ir kai kuriuos Lietuvos Respublikos įstatymus ( Valstybės tarnybos, Užimtumo ir kt.). Vien tik Užimtumo įstatymo pakeitimas leistų plačiau pritaikyti 2021–2027 m. ES fondų investicijų programoje numatytas priemones vyresnio amžiaus asmenims ( 65+).

### **4. Ar reikia daugiau ES lygmens politikos priemonių ir veiksmų, kuriais būtų remiamas vyresnio amžiaus žmonių verslumas? Kokios rūšies parama reikalinga ES lygmeniu ir kaip galime pasinaudoti sėkmingais socialinių inovacijų, susijusių su jaunų ir vyresnio amžiaus verslininkų tarpusavio mentoryste, pavyzdžiais?**

Pagrindinės kliūtys, organizuojant vyresnio amžiaus asmenų verslumą paprastai yra psichologinės, žinių trūkumas, rizikų apsauga,

Siekiant panaudoti mažėjančius žmogiškuosius išteklius ir unikalią vyresnių žmonių patirtį siūlome Europos Komisijai skatinti ir remti vyresnių žmonių verslumą rekomenduojant šalims narėms:

- sudaryti lengvesnę priėjimą prie kreditų;
- mažinti administracinę naštą ( Lietuvoje tai didžiausia problema).
- steigti senjorų verslo inkubatorius ir nacionaliniu, ir regioniniu lygmeniu (kiekvienoje savivaldybėje);
- plačiau viešinti gerą patirtį;
- sudaryti galimybę pasinaudoti ES paramos lėšomis vyresnio amžiaus ir 65+ asmenims , įtraukiant juos į prioritetinių grupių sąrašus;
- skatinant šeimos verslus, kai jis perduodamas iš kartos į kartą, puoselėti kartų solidarumą.

### **5. Kaip ES politika gali padėti mažiau išsivysčiusiems regionams ir kaimo vietovėms valdyti senėjimą ir gyventojų skaičiaus mažėjimą? Kaip ES teritorijose, kurias paveikė dvigubas gyventojų skaičiaus mažėjimas ir senėjimo problemos, galima geriau panaudoti sidabrinę ekonomiką?**

Lietuva yra tarp sparčiausiai nykstančių šalių pasaulyje dėl mažėjančio gimstamumo, intensyvios jaunimo emigracijos ir senstančios visuomenės.

Siūlome Europos Komisijai parengti rekomendacijas/teisės aktus, kad šalys narės imtųsi skubių priemonių:

- skatinant gimstamumo didinimą.

Įpareigoti šalis nares:

- parengti kompleksines sidabrinės visuomenės programas, pagrįstas ir aprūpintas finansiniais ištekliais, apimančias ir mažiau išsivysčiusius regionus, ir kaimo vietoves.

Taip pat svarbu:

- didinti informacinių technologijų prieinamumą kaimo vietovėse;
- steigti verslo inkubatorius vyresnio amžiaus asmenims kiekvienoje savivaldybėje;
- kompensuoti kaštus į infrastruktūros gerinimą (ryšių kokybės, individualizuoto susisiekimo su miestais, kelių kokybės, individualių valymo įrenginių rengimo);
- Teikti daugiau mobilių sveikatos priežiūros ir sveikatinimo paslaugų kaimo ir miestelių gyventojams.

**6. Kaip būtų galima geriau remti vyresnio amžiaus žmonių savanorišką veiklą ir kartu tarpusavio mokymąsi, be kita ko, tarpvalstybinio mastu, siekiant skatinti dalijimąsi žiniomis ir pilietinį aktyvumą? Kuo galėtų būti naudinga skaitmeninė platforma ar kitos ES lygmens iniciatyvos ir kam jos turėtų būti skirtos? Kaip vyresnio amžiaus žmonių labui ir kartu su jais vykdoma savanoriška jaunimo veikla galėtų būti integruota į skirtingoms kartoms bendras iniciatyvas?**

Nors Lietuvoje, yra sukurta teisinė aplinka savanoriškai veiklai plėtoti, tačiau Lietuvoje vis dar vangiai kuriasi savanorystės tradicija, lyginant su kitomis Europos šalimis: savanoriškoje veikloje dažniau dalyvauja 15-19 metų asmenys, besimokantys mokykloje ar studijuojantys. Dalyvauti šioje veikloje vyresnio amžiaus asmenims, senjorams praktiškai nėra sudarytos galimybės. Ir tai yra didelė problema. Tuo tikslu siūlome Europos Komisijai

- sukurti ir koordinuoti savanoriško darbo platformą, tiek europiniu, tiek šalių nariu lygmenyje, kurioje būtų skelbiama informacija apie tokias darbo vietas bet kokio amžiaus žmonėms;
- sukurti mechanizmus, kaip skatinti darbdavius, valstybines institucijas, NVO imtis iniciatyvos ir plėtoti neatlygintino darbo veiklą, pakviečiant ja užsiimti vyresnio amžiaus asmenis bei senjorus;
- formuoti teigiamą požiūrį į vyresnio amžiaus asmenis, užsiimančius savanoriška veikla, dalintis ir skleisti gerą patirtį;
- skatinti pilietinį aktyvumą, sujungiant jaunimo ir senjorų savanoriškas veiklas ir patirtį, ir, tokiu būdu, perduodant įvairių veiklų (liaudies menų, verslų, papročių ir tradicijų puoselėjimo, ir pan.) įgūdžius besidominčiam jaunimui.

**7. Kokias paslaugas ir palankią aplinką reikėtų sukurti ar patobulinti, kad būtų užtikrinta pagyvenusių žmonių autonomija, nepriklausomumas ir teisės bei sudarytos sąlygos jiems dalyvauti visuomenėje?**

Ilgesnės gyvenimo trukmės apsaugos kryptys (prioritetai):

- Vyresnio amžiaus žmonių (65+ atstovų) įtraukimas į valstybės valdymą teritorijų ir savivaldybių lygmenyje. Pvz. Senjorų tarybos yra geras bei sėkmingas pavyzdys.
- Visuomenės, ypatingai jaunimo teigiamo požiūrio į senatvę formavimas. Reikalingos radijo bei televizijos laidos apie aktyvius senjorus, jų pasiekimus bei veiklą.
- Senjorų tarpusavio pagalbos tinklų formavimas. Senjorų klubai, kurie gali būti steigiami vietos bendruomenėse, pajavairintų pagyvenusių žmonių visuomeninį gyvenimą. Trečiojo amžiaus universitetai turėtų būti remiami valstybės.
- Spartesnis vyresnio amžiaus asmenų įtraukimas į skaitmeninę visuomenę ar skaitmeninimo procesus: specializuoti mokymo centrai vyresnio amžiaus asmenims visose savivaldybėse. Informacinių technologijų prieinamumas - valstybės pagalba, įsigyjant technines priemones atitolusiose regionuose, el. paslaugų prieinamumas;
- Gyventojų sveikatos profilaktinė kontrolė; Reabilitacijos įstaigų tinklo plėtojimas ir prieinamumas (kad pajamos neapribotų galimybes pasinaudoti paslaugomis); Sveikatinimo programos: gydomoji gimnastika salėse bei vandenyje, masažai, vaikščiojimas gamtoje su šiaurietiškomis lazdomis ir kt.
- Socialinių paslaugų plėtra ir prieinamumas visiems pagyvenusiems šalies gyventojams, taip pat ir paslaugos namuose;
- Psichoemocinės būsenos gerinimas - galima spręsti užimtumu, bendravimu, bendradarbiavimu įvairiose edukacinėse programose, aktyvinti senjorų kultūrinį gyvenimą, organizuoti ekskursijas, trumpalaikes senjorų vasaros stovyklas, šventes.

**8. Kaip ES gali remti pažeidžiamus vyresnio amžiaus žmones, kurie negali ginti savo finansinių ir asmeninių interesų, ypač tarpvalstybinėse situacijose?**

Nesant valstybės finansuojamų audito/kontrolės mechanizmų, atskiri senjorai, ar jų grupės nepajėgios ginti savo interesus. Tikslinga numatyti nemokamą teisinę pagalbą, pvz., „Senjorų teisių agentūros“, teisės klinika, teisės laboratorija, kurioje konsultuotų studentai, vadovaujant dėstytojams ir pan.

**9. Kaip ES gali remti valstybių narių pastangas užtikrinti daugiau teisingumo socialinės apsaugos sistemose visose kartose, lyčių, amžiaus ir pajamų grupėse, užtikrinant, kad jos išliktų fiskališkai pagrįstos?**

Siekti, kad pensijos ir senjorų teisių apsauga artimiausiu metu pasiektų ES valstybių lygį, mažinti socialinėje atskirtyje esančių šeimų – vaikų ir tėvų, vienišų tėvų, globoje esančių vaikų, neįgaliųjų diskriminaciją.

**10. Kaip galima sumažinti skurdo riziką senatvėje ir kaip ją spręsti?**

Socialinio ir ekonominio kapitalo integravimas, senjorų „darbo vietų“ kūrimas, pensijų vidurkio didinimas per artimiausius 5 metus.

**11. Kaip mes galime užtikrinti pakankamas pensijas toms (daugiausia moterims), kurios ilgą darbo laiką praleidžia neatlygintinai (dažnai teikiamos priežiūros paslaugos)?**

Prilyginti moterų teikiamas jų šeimos narių priežiūros paslaugas kaip dirbančioms pavojingomis ir ypač sunkiomis sąlygomis dirbuotojoms su visomis privilegijomis, užskaitant darbo stažą su koeficientu, ne mažiau 1,5.

**12. Kokį vaidmenį papildomos pensijos galėtų atlikti užtikrinant tinkamas pensijas? Kaip tai būtų galima išplėsti visoje ES ir koks būtų ES vaidmuo šiame procese?**

Papildomos pensijos kaupimas greta privalomojo valstybinio socialinio draudimo neabejotinai yra labai pagrįstas žingsnis, siekiant senatvėje užsitikrinti adekvačią pensiją, galimai dengiančią kuo didesnę dalį prarastų pajamų.

- ES piliečiai euro zonos šalyse turi turėti galimybę nuo jauno amžiaus kaupti atliekamas lėšas vieninguose ES investiciniuose fonduose, kurių veikla turi būti vieningai reguliuojama visoje eurozonoje.
- Lėšos tokiuose fonduose turi būti visapusiškai apsaugotos ir apdraustos ES lygiu. Fondų veiklą turi prižiūrėti ECB. Kaupiant pensijas taip pat turėtų didėti darbdavio vaidmuo ir pridedama dalis. Turėtų būti maždaug tokia proporcija: 50% privati+ 50% darbdavio, kaip yra JAV.

**13. Kaip ES gali remti valstybių narių pastangas suderinti tinkamą ir prieinamą sveikatos priežiūros ir ilgalaikės priežiūros aprėptį su fiskaliniu ir finansiniu tvarumu?**

Sveikatos priežiūros ir ilgalaikės priežiūros aprėptis ir kainos turi būti palaipsniui vienodinamos visoje ES (bent jau eurozonos šalyse). Eurozonos šalių fiskalinį ir finansinį tvarumą prižiūri ECB, šis klausimas dalis visos sistemos. Reikia kooperuoti valstybės lėšas ir išteklius ir pacientų lėšas ir turimą turtą. Neturi būt taip kad, prieš tampant ilgalaikės priežiūros klientu, kliento turtas perleidžiamas įpėdiniams, o priežiūros finansinė našta paliekama valstybei. Tarptautiniai fondai turėtų plėtotis.

**14. Kaip ES galėtų padėti valstybėms narėms spręsti bendras ilgalaikės priežiūros problemas? Kokių tikslų ir priemonių reikėtų siekti įgyvendinant ES politikos sistemą, sprendžiant tokias problemas kaip prieinamumas, kokybė, įperkamumas ar darbo sąlygos? Į ką reikėtų atsižvelgti mažo gyventojų tankumo vietovėse?**

- 1) Ilgalaikės priežiūros problemas galima ir reikia spręsti didinant šio darbo patrauklumą, didinant atlyginimus ir modernizuojant ir palengvinant fizinę darbo pusę.
- 2) Reikia gerokai didesnio „Sidabrinės ekonomikos“ paslaugų pasiūlos išvystymo.

- 3) Valstybių vyriausybės (su ES pagalba) galėtų labiau derinti ilgalaikės priežiūros ir ilgalaikio savarankiškumo išsaugojimo programas, plėtojant formalios ir neformalios pagalbos tinklus.

**15. Kaip vyresnio amžiaus žmonės gali pasinaudoti mobilumo ir sveikatos paslaugų skaitmeninimo nauda? Kaip galima pagerinti vyresnio amžiaus žmonių viešojo transporto prieinamumą ir saugumą, ypač kaimo ir atokiose vietovėse?**

Tikslingai plėtojant informacinio raštingumo programas, aprūpinant IT priemonėmis, taip pat elektrinėmis susisiekimo priemonėmis. Susisiekimo ir sveikatos paslaugos turi tapti ne tik skaitmeninėmis, bet ir išmaniosiomis. Susisiekimo paslaugoms tai reiškia -viešojo transporto priemonės dydis, važiavimo laikas, važiavimo kelias/trajektorija turi būti maksimaliai pritaikyti klientams, o ne kompanijos patogumui ir pigumui. Turi būti galimybė klientams ir potencialiems klientams bet kada darbo metu greitai susisiekti su juos aptarnaujančia transporto kompanija ir konkrečiu maršruto vairuotoju. Jeigu teritoriją aptarnauja kelių rūšių transportas (automobilių, geležinkelio, vandens, oro) judėjimo laikai ir trasos turi būti suderintos. Viešasis transportas turi būti paruoštas paimti neįgalius keleivius iš gyvenamosios vietos. Skaitmeninė informacinė/aptaunaujanti sistema turi būti pakankamai paprasta naudotis eiliniam vartotojui, mokančiam naudotis išmaniuoju telefonu. Žmonėms su ribotais skaitmeniniais įgūdžiais labai padėtų internetas valdomas balsu.

Alternatyva – privačios mokamos pavėžėjimo paslaugos dalinai dotuojamos savivaldybių, atsižvelgiant į kliento pajamas. Skaitmeninė išmanioji Sveikatos priežiūros sistema reiškia: maksimaliai naudojama telemedicina, išmanūs sensoriai (apyrankės, apykofės ir t.t.). Turi būti sukurta vieninga šalyje (geriau –Europos Sąjungoje) sveikatos priežiūros (ligos istorijos, vaistų skyrimo, receptų išrašymo, gydymo procedūrų ir t.t.) e-sistema. Kaip parodė praktika karantino dėl Covid -19 metu, nuotolinės medicinos konsultacijos, receptų galiojimo pratęsimas puikiai gali veikti jau dabar. Tiek į susiekimo tiek į sveikatos paslaugų valdymą turi aktyviau įsijungti vietos valdžia (seniūnijos, etc.)

**16. Ar, formuojant politiką, pakankamai žinomos vienišumo priežastys ir padariniai? Kokių veiksmų būtų galima imtis, norint išvengti vienišumo ir socialinės izoliacijos tarp vyresnio amžiaus žmonių? Kokią paramą gali suteikti ES?**

Pirmiausiai, turbūt, reikia pasakyti, kad žmones vienvėsių jausmas aplanko labai skirtingai. Tai labai subjektyvus supratimas ir jausmas. Žmogus apmąstęs ir pasiruošęs senatvei lengviau susitaiko su artėjančiais senatvės iššūkiais. Žmonėms tam reikia ruoštis (ir juos reikia ruošti). Tačiau būti visiškai vienam/vienišam senatvėje (ir ne tik) yra iš tikro nelengva. Sergant lėtinėmis ligomis vienvėsių sukeltas panikos, mirties baimės jausmas gali būti pražūtingas. Viena iš pagalbos priemonių – būti labiau visuomeniškam. Žmones reikia nuo jaunumės mokyti ir skatinti dalyvauti visuomenės gyvenime įsigyti daugiau pažįstamų ir draugų. Artėjant pensijai ar neįgalumui psichologinė pagalba žmogui turėtų būti nukreipta paaiškinti ir skatinti įsijungti bent į dvejų – trijų visuomeninių organizacijų ar bendruomenių veiklą. Vieninga, bet atsižvelgianti į tautų tradicijas, ES politika, atitinkamos direktyvos ir rekomendacijos valstybėms narėms čia galėtų pagelbėti. ES narių žiniasklaidoje, politikų pasisakymais ir materialiai skatinti tvirtas šeimas, ypač pagarbą motinystei. Plėtoti tyrimų ir stebėsenos programas, kurios leistų numatyti problemas ir jų įveikos galimybes. ERASMUS+ projektai – labai gerai, bet jie orientuoti į sąmoningus ir dar aktyvius senjorus. Neįgaliesiems, Alzheimerio, demencijos, Parkinsono problemų turintiems žmonėms projektinė veikla mažai prieinama. Reikėtų tarptautinių programų, skatinti tokių žmonių integraciją.

**17. Koks vaidmuo sprendžiant senėjančios visuomenės problemas gali vaidinti įvairių kartų gyvenimą ir būstą planuojant miestą ir kaimą? Kaip tai būtų galima geriau panaudoti?**

- 1) Bendri ar artimi specialūs būstai su vaikais ar anūkais, kam tai priimtina, yra sprendimas neleidžiantis skirtingoms kartoms nutolti ir susvetimėti. Tokiuose namuose turėtų derėti patogūs būstai šeimoms su vaikais ir seniems žmonėms pritaikyti būstai: erdvūs liftai neįgaliųjų vežimėliams, terasos ar erdvūs balkonai senjorų poilsiui.

- 2) Valstybės turėtų labiau skatinti ir prisidėti prie tokiuose namuose įrengiamų nedidelių sporto salių, baseinų, bendrų vaikų ir senjorų žaidimų erdvių.
- 3) Senelių globos namų steigimas senjorų gyvenamosiose vietovėse, kad senjorai nebūtų atplėšti nuo savo gyvenamosios aplinkos, įdarbinant vietinius žmones priežiūrai ir slaugai, pagal atitinkamus valstybės reikalavimus – taip pat išėitis.
- 4) Senelių namai turėtų sulaukti išskirtinio visuomenės ir vyriausybių dėmesio. Tai turėtų būti gėrio, atjautos ir komforto oazės, jaunimo pagarbos, patirčių perėmimo ir dorovės mokyklos.