

Žaliosios knygos dėl senėjimo „Skatinti kartų solidarumą ir atsakomybę“ klausimai ir MČTAU klausytojų atsakymai bei pasiūlymai

2021 m. kovo 31 d.

1. Kaip sveiko ir aktyvaus senėjimo politika gali būti skatinama nuo mažens ir per visą gyvenimą? Kaip užtikrinti ilgesnę vaikų ir jaunimo gyvenimo trukmę? Kokią paramą ES gali suteikti valstybėms narėms?

1.1. Danguolė Kasperavičienė, Socialinės psichologijos fakulteto dekanė

Kiekvienas senstame savo tempu. Be priežasties gamtoje niekas nevyksta. Rūpintis sveikata reikia pradėti nuo pačios anksčiausios sąmoningos veiklos. Biologiniu požiūriu senėjimas yra nepaprastai sudėtingas procesas. Lygiagrečiai vyksta ir psichologinis pokytis, bet tarpusavyje gali ir visiškai nesutapti. Tai tik jautimas. Jaustis psichologiškai jaunam – reiškia norėti kažko naujo, būti aktyviam, socialiai energingam.

Gal biologinis laikrodis pradeda tikseti nuo mūsų gimimo? Tai gal jaunystės eliksyro pradėjime ieškoti jau nuo 12-14 metų amžiaus? Ar nuo 20-25 metų, kai pajaučiame tam tikrą stabilumą, kai esame sveiki, energingi, darbingi ir stiprūs? Deja, nuo 30 metų pradėdame senėti. Pasaulinės sveikatos organizacijos (toliau – PSO) surinkti duomenys teigia, kad žmogaus sveikatą lemia: gyvensena (50 proc.), aplinka (20 proc.), genetika (20 proc.) ir medicinos priežiūra (10 proc.).

Deja, mokslas šiandien senėjimo proceso dar negali išsamiai paaiškinti, nors tikimasi, kad ši problema bus išspręsta maždaug po 50 metų. JAV mokslo naujienų žurnale buvo parašyta, kad sulėtinti senėjimo procesą visiškai įmanoma.

Švietimo ir mokslo ministerija 2015 m. vasario 5 d. įsakymu Nr. V-82 „Dėl Nacionalinės mokslo programos „Sveikas senėjimas“ patvirtino, jog šia programa siekiama gauti naujų žinių, reikalingų pailginti sveiko ir kokybiško gyvenimo trukmę Lietuvoje. Tai gal galėsime senėjimą ir sulėtinti. Galbūt naujos kartos ir nanotechnologijos sulėtins žmogaus senėjimą. Sukaupta patirtis, žinios ir išsiugdyti įpročiai yra veiksniai, kurie svarbūs ateityje sveikatai ir savijautai.

Konkrečiai dvi koncepcijos gali padėti senėjančiai visuomenei: sveikas senėjimas ir aktyvumas sulaukus vyresnio amžiaus bei mokymasis visą gyvenimą. Abu sprendimai atneša naudos, kai pradėdami taikyti nuo mažens, nes jie svarbūs visą gyvenimą. Ugdant socialinius, psichologinius ir kitus pažinimo įgūdžius, svarbūs pirmieji gyvenimo metai. Kokybiškas ikimokyklinis ugdymas yra svarbus ir tolimesniam mokykliniam bei universitetiniam mokymui.

Nors mokyklinis ugdymas ir profesinis mokymas gerėja, dar daug jaunuolių palieka mokyklą stokodami pagrindinių įgūdžių. Tas pat pasakytina ir apie suaugusius. Faktai rodo, kad turint menkus įgūdžius, sunku siekti daugiau: mokytis dažniau imasi išsimokslinę asmenys.

Sparčiai kintančiame pasaulyje mokymasis visą gyvenimą neišvengiamas.

Vis tik vyresniame amžiuje sulėtėja veiklos tempas, visus darbus atlikti užtrunka ilgiau, sunkiau įsisavinamos žinios. Tačiau jei žmogus turi vidinių psichologinių resursų, jo asmenybė brandi, per gyvenimą susikrovė socialinių žinių bagažą, jis sugebės rasti balansą tarp senatvės atnešamų praradimų ir šiuo metu siūlomų atradimų.

Aktyvus sportas nuo vaikystės ir kitos stimuliuojančios veiklos padeda užtikrinti sveiką ir pozityvų senėjimą.

Remiantis išdėstytomis mintimis, ES galėtų pasiūlyti valstybėms narėms:

1. Skatinti mokslininkus tirti gerontologiją;
2. Domėtis genetika;

3. Skirti finansavimą tų šalių medicinai, ikimokykliniam, viduriniam, aukštajam mokslui ir mokymuisi visą gyvenimą;
4. Svarbu gauti kokybišką išsilavinimą;
5. Skatinti visuomenę galvoti ir kalbėti apie senatvę – kad nebūtų tabu. Reikia keistis tiek dvasiškai, tiek emociškai, tiek fiziškai, nes kol judi, tol esi gyvas, o kai sustoji, pradedi senti.

Lietuvos mastu, tai galimybė leisti jaunimui pasinaudoti esamomis sporto bazėmis. Nuo mažų dienų būtina pratinti vaikus ir jaunimą nesivaikyti malonumų, nepataikauti užgaidoms, ugdyti dvasią, stiprinti valią, sveikai maitintis, vaikams ir jaunimui diegti naujoviškus sveikos gyvensenos būdus, pritaikyti skaitmenines technologijas, žaidimus ir programėles (tam reikia lėšų).

Vadinasi, norint nepasenti, reikia ne tik nesustoti, bet ir suvokti, jog laikas bėga ir tu vis dėlto sensti. Nebijoti minčių apie senatvę – baimė sendina. Sukaupta patirtis, žinios ir išugdyti nuo jaunumės įpročiai yra labai svarbūs. Tuo palengvinsime senėjimo procesą.

1.2. Dr. Vida Kniūraitė, Istorijos fakulteto dekanė

Mažiausiems, ikimokyklinio amžiaus vaikams kiemuose, parkuose, skveruose, prekybos centruose, šalia vandens telkinių, žmonių susibūrimo vietose reikia žaismingų, spalvotų lipynių, šliaužtinių, aktyviems žaidimams skirtų aikštelių. Jaunesniems mokyklinukams – „automobilių“, „laivų“, „raketų“. Vyresniems tiktų tinklai, paslankesni žaidimai, patinkantys vaikams, treniruokliai, prieinami sporto įrenginiai, sporto salės, baseinai, trenerių paslaugos. Jų reikia kuo daugiau. Visiems suaugusiems viešojo ir privataus sektoriaus darbdavių realios apgalvotos paskatos fiziškai būti aktyviais. Pensinio amžiaus žmonėms keliskart didinti nemokamų ir pigių fizinio aktyvumo paslaugų teikimą, išplėsti ligų, po kurių skiriama reabilitacija, sąrašą ir finansuoti reabilitacijos programas, prasidėjus senatvinėms ligoms.

Politikai turėtų įgalinti „vairuoti“ vaikus kartu su tėvais iki jų pilnametystės. Finansuoti prevencines programas ir suvaldyti savižudybes. Keisti požiūrį į darbų saugą, tai turi tapti prioritetu organizuojant darbus. Suaugusių ir laikinai ar jau nedirbančių žmonių sveikatos saugojimui numatyti daugiau prevencinių programų.

Tas programą galėtų finansuoti savivaldybės, jas turėtų remti ES politika, finansavimas.

1.3. Dr. Loreta Štelbienė, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Pasiūlymas/Rekomendacija:

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.

1.4. Nijolė Kudabienė, Literatūros fakultetas

Pasiūlymas/Rekomendacija:

1. Pirmiausia, reikia pradėti skirti dėmesį sveikam senėjimui nuo ikimokyklinio ugdymo ir tęsti mokyklose bei aukštojo mokslo įstaigose. Tam reikėtų parengti priemones, koku būdu švietimo sistema galėtų ne tik supažindinti su sveiko ir laimingo senėjimo samprata, iššūkiams, bet ir mokyti nuo darželio ir mokyklos suolo pagrindinių įgūdžių.

2. Dar viena priemonių grupė turi būti skirta darbdaviams – rūpintis savo darbuotojų sveikata ir gerove bei skatinti juos susiformuoti sveikos gyvensenos pagrindus ir nuolat tobulėti.

3. Trečia priemonių grupė turi būti skirta visiems žmonėms, padedant jiems įsisąmoninti, kad ruoštis sveikam ir laimingam senėjimui reikia visą gyvenimą.

4. Ketvirta priemonių grupė turi būti skirta jau sulaukusiems pensinio amžiaus ir vyresniems – kaip išsaugoti sveikatą ir pozityvų požiūrį bei aktyviau įsitraukti į viso gyvenimo mokymąsi.

1.5. Laima Tuleikienė, MČTAU projektų vadovė

Pasiūlymas/Rekomendacija:

ES politikai dėl projektų finansavimo: sveiko ir aktyvaus senėjimo politiką paskelbti finansinės paramos prioritetu ERASMUS+, struktūrinės paramos ir kitose programose.

1.6. Viktorija Montvilienė, Edita Janiulionytė, Sveikos gyvensenos fakultetas

Stasio Povilaičio dainoje „Senelė“ galime rasti atsakymus: anūkas „nuo mažens“ myli ir žavisi Senele, Senelė puikios sveikatos, kupina energijos ir gyvenimo džiaugsmo. Svarbiausia – Senelė mylima, tik tada gera sveikata teikia gyvenimo džiaugsmą.

1.7. Raimundas Šakalys, Turizmo fakultetas

Pasiūlymai/Rekomendacijos:

- Būtų tikslinga visuomeniniais pagrindais veikiančioms Trečiojo amžiaus universitetams suteikti vienodą statusą kaip ir kitiems universitetams, t. y. studento krepšelis, mokymosi modulis, specialybės ir pan.
- Šiuo metu dalis senjorų jau įvaldė bendravimą nuotoliniu būdu ir ateityje tokių senjorų tik daugės. Tad mokymams reikia ir galima naudoti virtualias platformas, tam gerinant internetinį ryšį, ypač kaimo vietovėse.
- Miestuose – bibliotekos, o kaimuose – bibliotekos ir bendruomenių namai (kuriami užsidarančiose mokyklose) turėtų tapti ne tik bendravimo, edukacijos, bet ir mokymosi namais. Čia jaunimas mokytų vyresnius žmones naujų technologijų, o senjorai perduotų sukauptą patirtį tautos ir šeimos tradicijų srityje, kartu su jaunimu ieškodami genealoginių šaknų, kurdami šeimos genealoginį medį ir pan.
- Darželiuose ir mokyklose galėtų atsirasti vadinamosios senolių pamokėlės, kuriose būtų nagrinėjamos krašto, šeimos tradicijos, papročiai ir gal net kuriamos naujos tradicijos.
- Šiuo metu nei televizijoje, nei radijuje nėra laidų, kuriose būtų analizuojama šeimos istorijos, genealoginės šaknys. Kaip yra laidos apie tėtį, mamą, ar aš auginu vaiką, galėtų būti laidos: pasivaikščiavimas su seneliu, anūku ir senelių pasaulis.
- Senjorus būtų galima panaudoti įgarsinant elektronines knygas, ypač skirtas vaikams.
- Vienišiemis žmonėms ar gyvenantiems kaimo vietovėse būtų galima paruošti analogišką kultūros pasą, kaip dabar moksleiviams, t. y. valstybės parama lankant kultūros renginius.
- Vykdamas saugumo reikalavimus ir užtikrinant patogesnę bendravimą renginių, ekskursijų metu, siūlau įsigyti sistemą *Retekess*, T130, 13, kuri komplektuojama nuo 20 iki 40 imtuvų, ir siūstuvai Renginių dalyvių radijo ryšio sistema užtikrina sklaidų informacijos perdavimą.

1.8. Irena Ūsaitė, Kultūros fakulteto Menų istorijos katedros vadovė

Nepasieksime sveiko senėjimo ir aktyvumo vyresniame amžiuje, jei nepradėsime nuo vaikų. Sveikos gyvensenos principai – judrumas, mityba, rūkymo, narkotikų ir kitų žalingų įpročių prevencija turi būti žinomi ir diegiami nuo vaikystės. Jau darželyje, po to mokykloje turi būti įgyvendinamos programos, pritaikytos kiekvienai amžiaus grupei. Susiformavus įpročiams bei perduodant iš kartos į kartą, nereikės didelio įdirbio ir senatvėje. Gerų pavyzdžių turime daug –

Kinija, Skandinavijos šalys. Būtina formuoti įgūdžius – pvz., bent 30 min. mankšta per dieną + bent 30 min. judėjimas lauke. Tą galima daryti ir mokyklose, ir kolektyvuose, ir savarankiškai. Šalia individualių mankštų, reikėtų masinių renginių – slidžių, pėsčiųjų, vandens žygių. Labai įtraukia visus šokių pamokos ir šokiai gatvėse, aikštėse. Be to, svarbu daugumos priemonių prieinamumas tiek mieste, tiek kaime (ar rajono centruose). Jei bus patrauklu, žmonės dalyvaus. Sveika gyvensena tiesiogiai proporcinga gyvenimo trukmei.

1.9. Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Esama ES demografinė, socialinė politika ir nuotolinis jaunimo mokymas prieštarauja aktyvios ir sveikos senatvės galimybei.

Pasiūlymai:

- 1. ES šalyse jaunimo sveiko gyvenimo motyvacijai įvesti sporto atskirų sistemą, skatinti ją žiniasklaidoje bei atsižvelgti vertinant mokyklų pasiekimus.*
- 2. ES įvesti reikalavimą asmeniniuose kompiuteriuose privalomai įdiegti programas, laikinai pertraukiančias kompiuterio darbą akių poilsiui ir kūno pajudėjimui.*

2. Kokios yra svarbiausios kliūtys mokytis visą gyvenimą? Kuriame gyvenimo etape svarbiausia pašalinti šias kliūtis? Kaip reikėtų tai spręsti kaimo ir atokiose vietovėse?

2.1. Dr. Loreta Štelbienė, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Greitai besikeičiančiame pasaulyje mokymasis visą gyvenimą yra būtinybė ir suteikia galimybę vyresnio amžiaus žmonėms išlikti aktyviems ir nepriklausomiems daug ilgiau. Tačiau daugeliui žmonių didelė kliūtis yra tai, kad, išėjus į pensiją, sumažėja pajamos, o kai kuriems atsiranda senatvės skurdo grėsmė.

Pasiūlymas/Rekomendacija:

- 1. Paskatinti ES šalis sukurti galimybių lygybę ir teisingumą visuose žmogaus gyvenimo tarpsniuose, siekiant kokybiško mokymosi visą gyvenimą.*
- 2. Sukurti finansinį mechanizmą, kuris padėtų senjorams integruotis į mokymosi visą gyvenimą sistemą ir įgyti reikiamų įgūdžių integruojantis į skaitmeninę ir žinių visuomenę.*

2.2. Laima Tuleikienė, MČTAU projektų vadovė

Pasiūlymas/Rekomendacija:

ERASMUS+ ir ES struktūrinės paramos programose, skirtose mokymuisi visą gyvenimą, šiuo metu finansuojamos tikslinės grupės iki 64 metų amžiaus. Senjorai diskriminuojami šia prasme. Turi būti skatinamas senjorų mokymas. Projektai senjorams neturėtų konkuruoti su kitais suaugusiųjų švietimo projektais, kurie turi ilgametę patirtį. Senjorams reikalingas atskiras konkursas.

Kaip tai reikėtų spręsti konkrečiai kaimo ir atokiose vietovėse? Reikia remti gyvenamosios vietos bendruomenes, kad jos galėtų samdyti mokymo organizatorius, projektų rengimo specialistus, turėtų lėšų kviešti lektorius, organizuoti IT, rankdarbių, meno ir kitus užsiėmimus.

2.3. Dr. Vida Kniūraitė, Istorijos fakulteto dekanė

Valstybė turėtų skatinti baigiančius bendrojo lavinimo mokyklas rinktis studijas po metų pertraukos. Dalyvauti savanorystės programose. Pasirinkimas profesijos taptų labiau pasvertas. Mažėtų kaštai dėl pasirenkančių ne tą profesiją. Stojantiems mokytis vyresnio amžiaus žmonėms

individualizuoti studijas ir taikyti karantino metu įgytas patirtis – nuotolines studijas, kurios tiktu vyresnio amžiaus, neįgaliems žmonėms.

Nuo 40 metų amžiaus pradėti skatinti turimos profesijos revizijos programos, siūlyti mažesnės apimties, individualizuotas studijų programas sėkmingai funkcionuojantiems darbo rinkoje ir iš jos iškritusiems asmenims. Suaktyvinti priklausomybių prevencijos programos. Skatinti studijuoti su profesija tiesiogiai nesusijusiose programose.

Vyresnio amžiaus žmonių mokymui neapsiriboti Trečiojo amžiaus universitetais. Finansuoti studijas prieš pensinio ir pensinio amžiaus žmonėms, neturint tikslo jų integruoti į darbo rinką.

Legalizuoti darbą: artimųjų slaugymą, sezoninius sodininkystės, daržininkystės, žemdirbystės darbus. Spręsti žmonių pervežimo kaimo vietoje individualizavimo problemas, priimant naštą darbdaviams, savivaldybėms, visuomeninėms organizacijoms.

2.4. Dr. Jonas Mardosa, etnologas, istorikas

Siekti mokslo ir įgyti naujus profesinius įgūdžius ar net profesijas labiausiai trukdo tai, kad kiekvieną dieną žmogus gali išgirsti „nieko asmeniško, čia biznis“ ir eik kur nori. Neabsoliutinu, bet dažnai darbuotojai nevertinami, tada ir jų požiūris į darbdavį ir darbą adekvatus. Kas nori mokytis ir kažko siekti gyvenime, tai daro ir be agitavimo. Kita vertus, darbuotojų ir vadovų santykiai dažnai būna komplikuoti visais laikais.

2.5. Regina Gucalo, Turizmo fakultetas

Manau, kad yra nemažai tokių senjorų, kuriems reikėtų padėti geriau naudotis mobiliuoju telefonu, išaiškinti mobiliųjų duomenų naudą ir kainą, atsiskaitymo bankine kortele privalumus ir pan. Tik perėjus šį etapą, tolesnis žingsnis galėtų būti rekomendacijos, kokį modelį (įvertinant prieinamą kainą ir modelio naudojimo sudėtingumą) PC ar planšetės būtų tikslinga įsigyti, išmokyti, kaip įjungti įrenginį, kur užsisakyti interneto planą, kiek tai kainuoja. Dabar skaitmeninio senjorų raštingumo mokymas pradedamas taip, lyg jie jau būtų praėję minėtus etapus, bet praktika rodo, kad ne visi, dažnai net nepagrįstai bijoma didelių sąnaudų, saugumo spragų ir pan.

2.6. Nijolė Kudabienė, Literatūros fakultetas

Aš manau, kad pagrindinis mokymosi visą gyvenimą stabdis yra žmonių požiūris: daugelis darbingo amžiaus žmonių mokosi, tobulina savo profesinę kompetenciją, tačiau gerokai mažiau dėmesio skiria asmeniniam tobulėjimui ir savo pomėgių vystymui. Kol kas dar gajį nuomonė, kad, išėjus į pensiją, nieko nebereikia mokytis. Todėl esu tikra, kad daugiau dėmesio reikėtų skirti ne kliūtims šalinti, bet požiūrio į mokymąsi visą gyvenimą keitimą.

Kaimo ir atokiose vietovėse reikia skatinti domėtis mokymusi visą gyvenimą, ir jį įgyvendinti galima būtų mokymo įstaigose arba bendruomenės namuose su ten esančių specialistų arba specialiai atvykstančių specialistų pagalba

2.7. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

a) Kas nori, tas mokosi. „Du vyrai gali atvesti arklį prie vandens, bet ir šimtas neprivers jo gerti“, - moko liaudies išmintis. Dirbančiuosius mokytis skatina darbdaviai, noras užimti aukštesnes pareigas, natūralus smalsumas. Deja, senstant daugeliui dingsta noras imtis ko nors naujo, taigi jiems reikia pasiūlyti itin patrauklias priemones, skatinančias norą mokytis. Senjorai nori matyti realią mokymosi visą gyvenimą naudą.

b) Jeigu norime, kad gyventojai ilgiau išliktų darbo rinkoje, paraleliai turi būti gerinama gyventojų sveikata.

c) Analitiko G. Jakšto manymu, senėjanti visuomenė Lietuvoje dažnai suprantama kaip socialinė problema, kurią reikia spręsti, o ne kaip galimybė, tinkamai pasirengus, skatinti vadinamąją „sidabrinę“ ekonomiką. Tyrėjo teigimu, šioje srityje turėtume atidžiau studijuoti Jungtinės Karalystės, Izraelio, Airijos, Danijos ir kitų šalių pavyzdžius, kur „sidabrinės“ ekonomikos skatinimas yra viena iš strateginių vystymosi krypčių.

2.8. Viktorija Montvilienė, Edita Janulionytė, Sveikos gyvensenos fakultetas

Čia jau niekur nepabėgsi nuo gamtos dėsnų, su amžiumi mažėja galimybių. Bet gali padėti, jei mokysimės ruoštis senatvei iš anksto.

2.9. Irena Ūsaitė, Kultūros fakulteto Menų istorijos katedros vadovė

Didžiausios mokymosi visą gyvenimą kliūtys yra nepasitikėjimas savimi bei aplinkinių nuostatos vyresnių žmonių atžvilgiu. Mitas, kad atmintis ir galimybės įsisavinti naujoves vyresniame amžiuje silpsta. Taip, bet tik šiek tiek. Nuolat lavinantis, galima ilgai išsaugoti protą aktyvų. Todėl, manau, reiktų keisti visuomenės požiūrį į šią problemą ir suprasti nuolatinio mokymosi privalumą. Jei kaimuose gyvens ir jauni, ir seni žmonės, bus sutvarkytas interneto prieinamumas – pradėti reiktų nuo kompiuterinio raštingumo pradmenų ir gilinimo. Vis tik didelė dalis paslaugų ateityje bus virtualioje erdvėje. Šiuo metu atokesnėse kaimo vietovėse, ypač pasienio regionuose tiek Lietuvos radijas, tiek televizija, nekalbant apie internetą, yra labai prastos būklės. Kokybiškesnis ryšys yra baltarusiško operatoriaus, todėl žmonės ir žiūri, klauso tos šalies transliuojamas laidas.

3. Į kokias novatoriškas politikos priemones, ypač vyresnio amžiaus darbuotojų, dalyvavimui darbo rinkoje pagerinti, reikėtų atsižvelgti atidžiau?

3.1. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Pirmiausia, bet kokia inovacija, skatinanti dirbti vyresnio amžiaus žmones, turėtų būti viešinama. Aš nė vienos jų nesu girdėjęs. Klaidingas yra požiūris, apibrėžiantis privalomą darbo stažą pensijai gauti. Jis neturėtų būti didesnis už dešimtmetį. Turi būti individualizuojamas išėjimo į pensiją amžius. Lygiai taip, kaip tiksloji medicina žiūri individualiai į ligonį, taip pat turėtų būti vertinamas žmogaus amžius ir jo galimybės. Jei neliktų tos ribos universalios – 60, 65, 70 metų, neliktų problemos. Skatinti reiktų darbdavius, neatsiribojančius nuo vyresnio amžiaus žmonių darbo. Daugiau sprendimo galimybių dirbti ar nedirbti suteikimas pačiam žmogui.

3.2. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

a) Esant dabartinei situacijai darbo rinkoje (kai nedarbas siekia 18 ar daugiau procentų darbingo amžiaus žmonių), nepadės jokios novatoriškos priemonės, arba tai bus tik koks nors parodomasis vienkartinis vėjus, iš kurio realios naudos nebus. Užsienyje senjorai dažniausiai tampa konsultantais ir taip realizuoja savo patirtį. Lietuvoje tai nėra labai populiaru ir konsultantu tampama per pažintis arba toje pačioje darbovietėje, jei žmogus yra reikalingas (tai dažniau vyksta privačiose struktūrose).

b) Kita vertus, ne kiekvienas vyresnio amžiaus žmogus geba dalyvauti darbo rinkoje, ne kiekviena profesija (jeigu jis ją turi) yra paklausī.

c) Tik nedidelė dalis senjorų galėtų būti pavyzdžiui, konsultantais, tačiau tokių dažniau reikia ne valstybinei tarnybai, o privačiam verslui. Bet privačiam verslui niekas negali nurodyti jų veikimo būdo.

3.3. Irena Ūsaitė, Kultūros fakulteto Menų istorijos katedros vadovė

Ir pensinio amžiaus žmonėms svarbu išlikti socialiai aktyviems. Savanorystė – puikus tokio užimtumo pavyzdys, tačiau ji turėtų būti skiepijama jau nuo pat mažens. Studijuojant ar ieškant darbo reiktų pasiūlyti savanoriauti vienoje ar kitoje įstaigoje. Tai gana populiari Nyderlanduose. Gana didelė dalis senjorų sutiktų savanoriauti, tik reiktų plačiai išvystyti tokią veiklą, sudarant galimybę pasirinkti, kur savanoriauti. Vis tik, kol iš pensijos negali pragyventi didelė dalis senjorų, jiems įsitraukimas į darbo rinką labai svarbus. Pvz., sudarant sąlygas dirbti nepilną darbo dieną ar dirbti pagalbinus, bet mokamus darbus. Norintiems užsiimti individualia veikla – reiktų turėti labai aiškų, suprantamą ir paprastą reglamentavimą. Reiktų leisti žmonėms jaustis pilnaverčiais, galinčiais užsidirbti duoną pragyvenimui, taip paskatinant kitus padaryti tą patį. O visų pirma, reiktų keisti visuomenės požiūrį į vyresnio amžiaus žmogų bei moterį, kaip laipteliu žemesnę būtybę.

4. Ar reikia daugiau politikų įsitraukimo ir veiksmų ES lygmeniu, kurie remtų vyresnio amžiaus verslumą? Kokio tipo parama reikalinga ES lygmeniu ir kaip galime remtis sėkmingais jaunų ir vyresnių verslininkų socialinių inovacijų pavyzdžiais?

4.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Pasiūlymas /Rekomendacija:

Skatinti valstybių politikus domėtis problema, remti iniciatyvas, smulkinti projektus smulkiems verslininkams ateiti, supaprastinti jų rašymą ir ataskaitas padaryti aiškias ir prieinamas.

4.2. Dr. Vida Kniūraitė, Istorijos fakultetas

Manau, kad solidescnio politikų įsitraukimo tikrai reiktų. Nežinau, kaip kitose šalyse, tačiau Lietuvoje niekaip nėra skatinamas vyresnio amžiaus žmonių verslumas. Greičiau priešingai – vyresniojo amžiaus žmonėmis bet kokioje srityje yra stengiamasi atsikratysi, nustumti nuo veiklos. Nesvarbu, ar tai būtų valstybės tarnyba, ar verslas, ar kokia kitokia tarnyba. Daugybė pavyzdžių yra Lietuvoje, kai išsilavinę, kvalifikuoti darbuotojai, sukaupe daug patirties, bet perkopę 50 metų, dažnai neberanda darbo ar veiklos, nes konkurencinėje kovoje su jaunesniais visada pralaimi. Lietuvoje, manau, žmonės yra labai diskriminuojami dėl amžiaus. Neteko girdėti kokių nors pavyzdžių, kad būtų tiesiogiai apgintos vyresnio amžiaus žmogaus teisės ir kad kas nors (darbdavys, institucija) būtų nubaustas dėl diskriminacijos, susijusios su darbu. Tiesiogiai įrodyti tokią diskriminaciją yra sudėtinga, todėl čia didelę paramą galėtų suteikti konkretni teisės aktai, priimti ES. Netekus darbo arba bankrutavus verslui, vyresnio amžiaus žmonėms (pvz., nuo 60 ar pan. metų) galėtų būti taikomos lengvatos, kuriant iš naujo verslą visose srityse. Taip pat galėtų būti skatinamas šeimos verslas, kai jis perduodamas iš kartos į kartą. Perduodantysis verslą vyresnio amžiaus žmogus galėtų įgyti mentoriaus ar patarėjo teisę, o jo išlaikymą ir socialines garantijas galėtų suteikti vyriausybė ar kokie verslo sričių susivienijimai, profesinės sąjungos, asociacijos. Tai galėtų būti daroma ir ES lygiu. Tokiu būdu galbūt paskatintume kartų solidarumą, o įgyta vyresnių žmonių patirtis duotų ne tik materialinę, bet ir psichologinę, moralinę naudą: jauni gautų žinių, o vyresnieji jaustųsi esą reikalingi ir nebesijaustų esantys našta jaunesiems.

4.3. Dr. Jonas Mardosa, etnologas, istorikas

Kiek galima spręsti iš politikų veiklos ES lygmeniu, jie ten nieko nesprendžia, o gal ir negali. Anksčiau Laima Andrikiene' atsiųsdavo bukletus apie savo veiklą. Taigi: susitikau su tuo ir anuo, iškėliau posėdyje kokią nors, tik ne Lietuvos klausimą, dalyvavau gausybėje renginių. Vieninteliai rezultatai, kad priėmiau iš Lietuvos atvykusį rėmėjų būrį ir parodžiau kaip „vargsta dėl Lietuvos“. Tiesa, nerašė, kad frakcijos nurodymu kėliau rankas už kokio nors klausimo priėmimą arba atmetimą. Lietuvai jie tuščia vieta, kaip ir juos gaubiantis patarėjų ir pan. būrys.

4.4. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

a) Pirmiausia, ne kiekvienas žmogus yra verslus. Jeigu jis neužsiėmė verslu būdamas darbingo amžiaus, sunku tikėtis, kad jis pradės verslą būdamas vyresnio amžiaus. ES lygmeniu Lietuvos senjorai per savo organizacijas kovoja dėl to, kad senjorų pensijoms būtų skiriama didesnė BVP dalis, nes šiuo metu mes atsiliekame nuo ES vidurkio (apie 12 proc. nuo BVP, Lietuvoje apie 7 proc.). (Bet čia ne atsakymas į klausimą, o samprotavimas).

b) Šnekant apie ES lygmenį, reikėtų žinoti, ar ES apskritai skiria kokią nors paramą tokioms nevyriausybinėms organizacijoms kaip T jūrėčiojo amžiaus universitetai? Juk pagrindinis jų tikslas yra teikti švietimo paslaugas.

4.5. Irena Ūsaitė, Kultūros fakulteto Menų istorijos katedros vadovė

Vis tik vyresnio amžiaus žmonėms reikia vis daugiau sveikatos bei socialinės priežiūros paslaugų. Ypač vienišiams žmonėms tai tampa sunki užduotis. Manau, reikėtų paieškoti gerųjų praktikų kitose šalyse. Pvz., Nyderlanduose gerai veikia „globos“ ar „bendro gyvenimo namai“. Žmonės (vieniši ar pora) senatvėje nusprendžia persikelti į tokius namus, atsisakę savų namų ar buto. Pagal galimybes jie tokiuose namuose pasirenka nedidelį 1-2 kambarių butuką, kur visada yra gydytojo, slaugytojų priežiūra. Socialiniai darbuotojai, pagal poreikį, teikia visas buitines paslaugas. Be to, yra bendra erdvė, kur galima susitikti su kitais gyventojais, bendrauti. Tokių namų nėra be skaičiaus, todėl nuspręsti, kokį kelią rinksiesi senatvėje, reikia iš anksto. Visos paslaugos bus apmokamos iš asmens buvusios nuosavybės ir santaupų.

Tačiau ir čia pirmiausia reikia keisti požiūrį į būtinumą senatvėje išeiti iš savo namų, iš savo vaikų šeimos ir įsikurti kitoje aplinkoje. Tai sunkiausias uždavinys šiuo metu ir tėvams, ir vaikams.

4.6. Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Verslių žmonių iš prigimties yra tik apie 5 proc. Dauguma priešpensinio amžiaus asmenų Lietuvoje nenorėtų dirbti tapę pensininkais. Yra esminis skirtumas tarp verslo rizikos pasekmių jaunam ir vyresniam nei 60 amžiaus verslininkui. Jaunas, viską/daug praradęs, turi laiko ir sveikatos atsigausti, vyresniam tai katastrofa.

Pasiūlymas: neverta didinti ES pastangas labiau remti vyresnio amžiaus verslumą.

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?

5.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Pasiūlymas /Rekomendacija:

Kompensuoti kaštus į infrastruktūros gerinimą (ryšių kokybės, individualizuoto susisiekiimo su miestais, kelių kokybės). Kompensuoti dalį individualių valymo įrenginių rengimo kaštų. Daugiau mobilių sveikatos priežiūros ir sveikatinimo paslaugų kaimo ir miestelių gyventojams.

5.2. Dr. Jonas Mardosa, etnologas, istorikas

ES biurokratams reikėtų suvokti, kad ES yra laisvų ir savarankiškų valstybių sąjunga, ir valstybėms daugiau leisti spręsti problemas savarankiškai ir neugdyti žmonėse išlaikytinio jausmo.

5.3. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

a) Kaip valdyti senėjimą, težino Dievas, o gyventojų skaičiaus mažėjimo problemą tikrai žino ES politikai. Gyventojų skaičiaus mažėjimą lemia mažesnis gimstamumas, žmonių nenoras turėti daug vaikų (kartais sakoma, kad tam neturiu resursų, ir tai irgi tiesa). Mūsų valstybė pagal išgales skatina gimstamumą.

b) Sidabrinė ekonomika – tai ekonominė aplinka, kurioje vyresni nei 60 metų amžiaus žmonės tarpusavyje sąveikauja ir klesti darbo vietose, įsitraukia į inovatyvius verslus, padeda plėtotis rinkai, dalyvaudami joje kaip vartotojai bei gyvena sveiką, aktyvų ir produktyvų gyvenimą. Išanalizavus partijų rinkimines programas matyti, kad tik dvi partijos iš 17-kos turi planą, kaip būtų galima paskatinti sidabrinę ekonomiką bei spręsti senėjančios visuomenės problemą kompleksiskai. Į juos žiūrima kaip į problemą, kurią reikia spręsti, tačiau ne kaip į potencialą. Senėjančios visuomenės temą padaryti prioritetine visose politikos srityse bei iš esmės keisti „problemų sprendimo“ požiūrį į efektyvų naujų galimybių ir potencialo išnaudojimą. Pasirengimas sidabrinei ekonomikai prasideda ne sulaukus 50 ir daugiau metų, o nuo pat ankstyvojo mokymosi. Tik išmokę nuolat mokytis, galime tikėtis ilgesnės karjeros ir pilnavertiškesnio dalyvavimo visuomeniniame gyvenime. Vyresni žmonės gali dirbti ne visus darbus. Bet ne dėl to, kad nenorėtų, o todėl, kad jų įgūdžiai pasenę arba neliko jų profesijų poreikio.

5.4. Viktorija Montvilienė, Edita Janulionytė, Sveikos gyvensenos fakultetas

Girdime, kad pasaulyje vaikai mokosi internatuose. Lietuvoje būtų geriau, kad nors pradinukai mokytoji arti namų nedidelėse mokyklose, kad jie neatitoltų nuo šeimos. Dabartinė vaikų pavėžėjimo praktika neabejotinai yra vaikų psichikos žalojimas. ES galėtų padėti, paskatinti (gal net reikalauti) spręsti šią problemą.

5.5. Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Sidabrinės ekonomikos idėja yra panaudoti nebedirbančiųjų sukauptas, nedalyvaujančias ekonomikoje lėšas, todėl tai ne tiek socialinės apsaugos, kiek verslo problema, o verslas iki šiol nerado, kaip iš to uždirbti. Baikim šitas tuščias kalbas apie sidabrinę ekonomiką – *Silver economy events* puslapyje paskutinis įvykis 2010 metų!

Pasiūlymas: sidabrinės ekonomikos klausimą perduoti EP ekonomikos komitetui.

6. Kaip būtų galima geriau remti pagyvenusių žmonių savanorystę ir kartų mokymąsi, taip pat ir tarpvalstybiniu mastu, siekiant skatinti dalijimąsi žiniomis ir pilietinį įsitraukimą? Kokį vaidmenį skaitmeninė platforma ar kitos iniciatyvos galėtų atlikti ES lygmeniu ir kam tokios iniciatyvos turėtų būti skirtos? Kaip jaunimo savanorišką veiklą kartu su vyresnio amžiaus žmonėmis ir jų link būtų galima sujungti į skirtingų kartų iniciatyvas?

6.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Pasiūlymas /Rekomendacija:

Kompensuoti kaštus į infrastruktūros gerinimą (ryšių kokybės, individualizuoto susisiekiimo su miestais, kelių kokybės). Kompensuoti dalį individualių valymo įrenginių rengimo kaštų. Daugiau mobilių sveikatos priežiūros ir sveikatinimo paslaugų kaimo ir miestelių gyventojams.

6.2. Silva Kazickienė, Kultūros fakultetas

Pandemijos metu Lietuvoje (ir kitose šalyse) visuomeninės iniciatyvos suintegravo ir įprasmino jaunimo savanorystę, teikiant prasmingą pagalbą senoliams dėl buitinių problemų sprendimo.

Suvaldžius pandemiją, skatinant dalijimąsi žiniomis ir pilietinį aktyvumą, labai prasminga būtų savanoriauti senyviems žmonėms, ypač perduodant įvairių liaudies menų įgūdžius besidominčiam jaunimui, įvairioms kitoms jaunimą dominančioms veikloms. Savanoriavimas jau įprastai laikomas labai prasminga pilietiškumo išraiška, o galimybė koordinuoti šias iniciatyvas skaitmeninėje platformoje ES lygmeniu yra didelė siekiamybė, ji turėtų būti skirta tiek jauniems, tiek senyviems vartotojams. Senyvo amžiaus žmonėms galimybė perduoti savo patirtį yra didelė dovana.

6.3. Gražina Mališauskienė, Kultūros fakultetas

Manychiau, kad ES turėtų efektyviau finansiškai remti vyresniųjų kartų mokymąsi, skatinti valstybes finansuoti Trečiojo amžiaus universitetus: skirti jiems patalpas, finansuoti studijų programų sudarymą, jaunų, kompetentingų dėstytojų etatus, suteikti universiteto lankytojams galimybę nemokamai lankyti kultūros renginius, muziejus.

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?

7.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Grįžti ir pradėti realiai įgyvendinti nuo 2014 m. vykdomą projektą, kuris nepakankamai taikomas vyresnio amžiaus žmonėms „Dėl perėjimo nuo institucinės globos prie šeimoje ir bendruomenėje teikiamų paslaugų neįgaliesiems ir likusiems be tėvų globos vaikams 2014–2020 metų veiksmų plano patvirtinimo“. Turėtų nelikti didelių senelių globos namų, toks buvo projekto tikslas. Atsirastų galimybė įgyvendinti pagyvenusių žmonių autonomiją, sudarytos sąlygos jiems dalyvauti visuomenės gyvenime.

Kitas segmentas, psichikos ligoninės, keturios pačios didžiausios, ir jų uždarymas. Žmogaus nepriklausomumas susietas su galimybe nusipirkti paslaugų. Pensijos kol kas per mažos, todėl dalis paslaugų turėtų būti priartinamos prie vartotojo, dalis kompensuojamų savivaldybių.

7.2. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

a) Gera pensija suteikia autonomiją.

7.3. Viktorija Montvilienė, Edita Janulionytė, Sveikos gyvensenos fakultetas

Apie skaitmeninės platformos, to technikos stebuklo galimybes nušviesti senatvės dienas, geriausiai kalba Jūs – MČTAU – darbai.

7.4. Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Pasiūlymas:

ES žiniasklaidoje ir politikų pasisakymuose formuoti nuomonę, kad socialiai atsakingas darbdavys pagerbia išleidžiamus į pensiją asmenis materialiai ar žodžiu, pvz., asmuo gali toliau dalyvauti svarstant aktualius organizacijai reikalus.

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

8.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas.

Nemanau, kad čia didelė problema. Pagalba Europos mastu pasiekama lengviau, negu vidaus situacijose.

8.2. Dr. Jonas Mardosa, etnologas, istorikas

Kaimuose bei miesteliuose gyvenantys negali apginti savo teisių prieš savus savoje aplinkoje, o ką kalbėti apie Lietuvos valstybines ar ES institucijas. Pirmiausia mūsų politikams turi rūpėti savi žmonės, galvoti apie jų gyvenimo kokybę, o ne mąstyti apie ES paramą.

8.3. Viktorija Montvilienė, Edita Janulionytė, Sveikos gyvensenos fakultetas

„Pažeidžiamus vyresnio amžiaus žmones“ dažniausiai (beveik visada) skriaudžia artimos aplinkos žmonės. Ko gero, visą pasaulį slegia ta pati liga: „kad ir kiek duosi, vis tiek bus per mažai!“ O kai viską atidavė, ES rėmimas gali jų tiesiog nepasiekti. Sakyčiau, čia svarbiau profilaktika – įstatymai apsaugotų senokus ar senstančius žmones nuo tokios klaidos. Vienas aštuoniasdešimtmetis prieš 10 metų sakė mano draugei: „Netaupykim, moč, kad ir kiek paliksim, vis tiek bus per mažai...“

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

9.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Reglamentuodama kertines mokesčių gaires ir biudžeto struktūros proporcijas. Išmokos socialinėms reikmėms, švietimui, sveikatos apsaugai turėtų būti universalesnės. Taip išlygintų drastiškus pajamų skirtumus.

9.2. Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

ES teikia pirmenybę individų ir mažų grupių interesams prieš daugumos ir valstybės interesus. Tai gresia ES stabilumui.

Pasiūlymas:

ES paruošti individo ir daugumos bei valstybės interesų balansavimo gaires valstybėms–narėms.

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

10.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Pasiūlymas /Rekomendacija:

Kelti atlyginimus dirbantiems. Augs išeinančiųjų į pensiją pensijos. Siekti legalizuoti visą darbo užmokestį. Reikia, kad daugėtų mažiau apmokestintų ar nemokamų paslaugų vyresnio amžiaus žmonėms. Mažinti bendrą socialinę atskirtį.

10.2. Dr. Jonas Mardosa, etnologas, istorikas

Šiandien niekaip neįmanoma šios problemos išspręsti, nes mažas pensijas gauna žmonės, dirbę menkai apmokamą darbą (o gal gavę atlyginimus vokeliuose). Jeigu ir toliau didelė dalis žmonių gaus minimalius atlyginimus, senatvė bus jiems liūdna. Užburtas ratas.

10.3. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

Gerai mokyti jaunystėje, įgyti profesiją, kuri užtikrintų orų gyvenimą ir pensiją senatvėje.

10.4. Viktorija Montvilienė, Edita Janulionytė, Sveikos gyvensenos fakultetas

Pagal A. Maslovo žmogaus poreikių hierarchiją, poreikis būti mylimam yra trečioje eilutėje. Seniai esu mačiusi, kad būti mylimam yra pagrindinis žmogaus poreikis, kad nemylimas žmogus visada yra skurdžius/vargšas. Gal ten buvo apie vaikų skurdą, kad net turtinguose (turtingiausiuose) namuose nemylimas vaikas skursta. Taip pat ir senelis. Su meile eina kantrybė ir pagarba.

10.5 Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Pasiūlymas:

ES narių žiniasklaidoje ir politikų pasisakymais formuoti neigiamą neatsakingo, išlaidaus gyvenimo mėgėjų įvaizdį.

11. Kaip mes galime užtikrinti pakankamas pensijas tiems asmenims, kurie ilgą darbo laiką praleidžia neatlygintinai (dažnai teikiamos priežiūros paslaugos)?

11.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Valstybės turėtų sąžiningai elgtis su savo piliečiais, apie 85 procentus slaugos atitenka artimiesiems, tad turėtų mokėti už paslaugas ir skaičiuoti į darbo stažą. Lanksčiau taikyti įstatymus įdarbinti daliai darbo dienos, kad slaugomasis nenukentėtų. Į priežiūros paslaugas turėtų būti įtraukta paslauga karantino metu besimokantiems vaikams padėti.

11.2. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

Kas buvo anksčiau – atgal nesugrąžinsi, o dabar motinystės (tėvystės) atostogos apmokamos neblogai. Kitas reikalas – pasenusių ir neįgalių žmonių priežiūra – ji turėtų būti geriau apmokama.

11.3. Silva Kazickienė, Kultūros fakultetas

Lietuvos teisės aktai ir šiuo metu užtikrina privalomąjį valstybinį socialinį draudimą valstybės lėšomis motinai arba tėvui, auginantiesiems vaiką iki 3 metų, taip pat draudimą valstybės lėšomis tų asmenų, kurie slaugo visiškos negalios neįgalųjį. Taigi, įvardintais atvejais kitus prižiūrėjusių asmenų pensija santykinai nenukentės (tiesa, tuo laiku jie galėjo uždirbti ir daug didesnes pajamas). Reikėtų įstatymiškai praplėsti valstybės lėšomis draudžiamų asmenų ratą, įvardinant kitus atvejus, kai dėl kitų šeimos asmenų privalomos, t. y. neišvengiamos priežiūros asmuo negali dirbti ir užsidirbti adekvačią pensiją.

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

12.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Reikėtų palikti vieną pensiją visiems ir vienodai skaičiuojamą. Jei jau kiltų pagunda išskirti kokią nors socialinę grupę (didelė tikimybė, kad čia atsidurtų politikai), galima būtų kalbėti apie papildomas pensijas. Joms būtinybės nėra.

12.2. Silva Kazickienė, Kultūros fakultetas

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 reglamentai ir šiuo metu užtikrina pensinių teisių perkėlimo galimybę visoje Bendrijoje, bet jie yra tobulintini dėl praktiškesnės integracijos su nacionaline

teise pensijų klausimais. Esminis dalykas yra jaunų į darbo rinką įsiliejančių žmonių įtikinimas kaupti pasirinktu būdu papildomą pensiją. Susijęs ir darbo apmokėjimo sistemų reguliavimas, kad jauniems žmonėms greta sukurtos šeimos poreikių užtikrinimo pakaktų lėšų atidėti papildomos pensijos kaupimui.

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

13.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Pasitikėdama valstybėmis narėmis ir individualizuodama tiek pagalbos apimtį, tiek jos trukmę. Žmogus per daug įvairus, kad tilptų į visas standartines trukmes, kažin kur nustatomas. Galėtų nustatyti minimalias pagalbos vertes, kad už jas būtų mokama sąžiningai.

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?

14.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Pasitikėdama valstybėmis narėmis ir individualizuodama tiek pagalbos apimtį, tiek jos trukmę. Žmogus per daug įvairus, kad tilptų į visas standartines trukmes, kažin kur nustatomas. Galėtų nustatyti minimalias pagalbos vertes, kad už jas būtų mokama sąžiningai.

14.2. Viktorija Montvilienė, Edita Janulionytė, Sveikos gyvensenos fakultetas

Ilgalaikės priežiūros problemos ir buvo, ir išliko pas mus. Žinau, kad jos panašios ir kai kuriose ES šalyse. Juk tai personalo darbas ir elgesys su globotiniais; labai priklauso ir nuo darbo sąlygų.

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?

15.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Gerinant ryšio paslaugų kokybę. Viešasis transportas ir paslaugos turėtų būti individualiai teikiamos. Surinkti informaciją, kiek ir kokių pavėžėjimo paslaugų reikia – daugiau privačių ir seniūnijų iniciatyvų. Paslaugos galėtų tapti darbu daliai dienos ar visai dienai, pritaikant vyresnio amžiaus žmonių darbą.

15.2. Dr. Jonas Mardosa, etnologas, istorikas

Tie, kas sugeba pasinaudoti skaitmeninimo nauda, tiems nekyla ir transporto problemų, nes yra jaunesnio amžiaus žmonės. Kai išmirs ta karta, kuri mato kompiuterį tik pas anūkus, nekils ir tokių klausimų. Geriausia būtų, kad seniems žmonėms nereikėtų važinėti į miestus, o paslaugas gauti vietoje.

15.3. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

Dabar autobusų į kaimus iš viso nėra.

15.4. Dr. Vitalius Skaržinskas, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

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/apdarnaujanti sistema turi būti pakankamai paprasta naudotis eiliniam vartotojui, mokančiam naudotis išmaniuoju telefonu. Žmonėms su ribotais skaitmeniniais įgūdžiais labai padėtų internetas, valdomas balsu.

Skaitmeninė išmanioji Sveikatos priežiūros sistema reiškia:

- Maksimaliai naudojama telemedicina, išmanūs sensoriai (apyrankės, apykojės ir t.t.). Turi būti sukurta vieninga šalyje (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.

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?

16.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Finansuodama tai amžiaus grupei ruošiamus projektus daugiau pažintinio, savęs pažinimo, sveikatinimo krypties. Visų visuomenės narių pasiekti vis tiek nepavyks, tiems, kuriuos pasieksime, kai programos bus įdomios, pritrauks vis daugiau dalyvių. Nebūtina ieškoti kitokio projektų pritaikomumo.

16.2. Dr. Jonas Mardosa, etnologas, istorikas

Kokią gali suteikti paramą ES, jei esame jos nariai.

16.3. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

Pasiūlymas/Rekomendacija:

a) Gal steigti piršlių instituciją vyresnio amžiaus žmonėms, nes jie patys gal būt varžosi ieškoti sau gyvenimo draugo.

16.4. Dr. Vitalius Skaržinskas, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Žmonės vienatvės jausmas aplanko labai skirtingai. Tai labai subjektyvus supratimas ir jausmas. Žmogus, apmąstęs ir pasiruošęs senatvei, lengviau susitaiko su artėjančiais senatvės iššūkiais. Žmonėms tam reikia ruošti (ir juos reikia ruošti). Tačiau būti visiškai vienam/vienišam senatvėje (ir ne tik) yra iš tikro nelengva. Sergant lėtinėmis ligomis, vienatvės sukeltas panikos, mirties baimės jausmas gali būti pražūtingas. Viena iš pagalbos priemonių – būti labiau visuomeniškam. Žmonės reikia nuo jaunumės mokyti ir skatinti dalyvauti visuomenės gyvenime, įsigyti daugiau pažįstamų ir draugų. Artėjant pensijai ar neįgalumui psichologinė pagalba žmogui turėtų būti paaikškinanti ir skatinanti įsijungti bent į dviejų – trijų visuomeninių organizacijų ar bendruomenių

veiklą. Vieninga, bet atsižvelgianti į tautų tradicijas, ES politika, atitinkamos direktyvos ir rekomendacijos valstybėms narėms čia galėtų pagelbėti.

16.5. Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Jei žmogus sąmoningai atsisakė šeimos, vaikų, tai sulaukus vyresnio amžiaus vienišumas neišvengiamas.

Pasiūlymas:

ES narių žiniasklaidoje, politikų pasisakymais ir materialiai skatinti tvirtas šeimas, ypač pagarba motinystei.

17. Kokie senėjančios visuomenės problemų sprendimai/priemonės gali pagerinti įvairių kartų gyvenimą planuojant miestą ir kaimą? Kaip tai būtų galima geriau panaudoti?

17.1. Dr. Vida Kniūraitė / Juozas Kairys, Istorijos fakultetas

Išmanūs sprendimai, kartu planuojant ir kuriant socialiai patrauklią aplinką visoms amžiaus grupėms. Visiems būsimiems ir esamiems gyventojams.

17.2. Prof. habil. dr. Manefa Miškinienė, Buities kultūros fakultetas

Siunčiu neblogą dr. Vidos Juškelienės tyrimo pristatymą. Gal galima kai kuriuos teiginius pritaikyti Žaliajai knygai.

<https://www.youtube.com/watch?v=J3DZq18e-rs>

<https://youtu.be/bp8hnbLpRpI>, <https://youtu.be/4JdtsiRMYqs>

Vyresnio amžiaus darbuotojų ilgesnio darbingo amžiaus ir pasilikimo darbo rinkoje veiksniai.

Dr. Vida Juškelienė, HI PSC Profesinės sveikatos tyrimų skyriaus vadovė, el. p. vida.juskeliene@hi.lt

Tel. 8 5 212 2817

[Vyresnio amžiaus darbuotojų ilgesnio darbingo amžiaus ir ...](#)

[www.hi.lt > uploads > pdf > pranesimai > Tinklaveika](#)

2020-12-18 — Sidabrinės ekonomikos dokumentų, analizių, tyrimų rezultatų pristatymas. Sidabrinė ekonomika – tai ekonominė aplinka, kurioje dirba vyresni.

17.3. Silva Kazickienė, Kultūros fakultetas

Išties patraukli mintis derinti skirtingų kartų gyvenimą drauge, be abejo, jei galėtų būti užtikrintos adekvačios gyvenamojo būsto sąlygos visiems tos šeimos ar giminės skirtingo amžiaus asmenims. Tokia schema primintų Lietuvos senovinio kaimo tradicijas: senolių pagalba auginant šeimos atžalėles, kad tėveliai galėtų dirbti, bendras namų ūkis ir buities darbų pasidalinimas. Tai būtų visai kitas lygmuo, įvertinant šiuolaikines buities tvarkymo inovacijas ir patogumus. Ko gero, tai labiau pasiteisintų kaimo ir miestelių kontekste, senyvame amžiuje privalumas būtų gyventi ne didmiestyje ir gal net užleisti savo būstą. Vyriausybiniams projektai galėtų sukurti mechanizmus tokiems sprendimams ir koordinuoti šia kryptimi visuomenės senėjimo problemų sprendimą.

17.4. Dr. Vitalius Skaržinskas, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

Bendri ar artimi būstai su vaikais ar anūkais, kam tai priimtina, yra sprendimas, neleidžiantis skirtingoms kartoms nutolti ir susvetimėti. Specialūs namų projektai tam pasitarnautų. Tokiuose namuose turėtų derėti patogūs būstai šeimoms su vaikais ir seniems žmonėms pritaikyti būstai:

erdvūs liftai neįgaliųjų vežimėliams, terasos ar erdvūs balkonai senjorų poilsiui. Valstybės turėtų labiau skatinti ir prisidėti prie tokiuose namuose įrengiamų nedidelių sporto salių, baseinų, bendrų vaikų ir senjorų žaidimų erdvių. Jaunystė kulto, visokio plauko atsinaujinimų ir atsijauninimų propagavimas tikrai neprisideda prie geresnio kartų sambūvio.

17.5. Egidijus Juodis, Politikos, teisės ir ekonomikos fakultetas

ES žiniasklaidoje, socialinės politikos, urbanistiniais sprendimais faktiškai trukdoma gimstamumui, tuo gausinant senėjančios visuomenės problemas.

Pasiūlymas:

ES statybos standartuose įvesti privalomą minimalų plotą vaikų žaidimams užstatomame plote, atsižvelgus į jo gyventojų skaičių.

PAPILDOMAI:

Prof. Marija Barkauskaitė

Nepriklausomybės atkūrimas atvėrė naujas, tautos siekius atliepiančias, sociokultūrinės, ekonominės, politinės raidos perspektyvas, švietimą įvardijant pamatiniu, prioritetiniu veiksmu lemiančiu visuomenės raidą, kryptį, lygį ir valstybės tarptautinį pripažinimą.

Lietuvos Švietimo koncepcijos (1992 m.) parengimas, jos valstybinis ir tarptautinis pripažinimas (UNISEF) įpareigoja valstybę sudaryti sąlygas švietimo institucijoms ugdymo procese „padėti asmeniui atskleisti bendrąsias žmogaus vertybes, <...> , ugdyti kritiškai mąstantį žmogų, gebantį svarstyti esminius žmogaus egzistencijos klausimus, atsakingai daryti sprendimus ir savarankiškai veikti <...> besikeičiančiame socialiniame, ekonominiame gyvenime ir jį tobulinti, juos konkretizuojant švietimą reglamentuojančiuose dokumentuose - švietimo strategijose" (1992, p. 7). Jau TSRS mokytojų suvažiavime (1988.12.16) Lietuvos delegacijos pristatytose „Nacionalinės švietimo platformos“ apmatuose buvo įtvirtintos mokymosi visą gyvenimą memorandumo principinės nuostatos, vėliau detalizuojant jas Lietuvos švietimo koncepcijoje (1992 m.) bei akceptuojant ir plėtojant įvairiuose ES švietimo strategijose-komunikatuose, kaip antai Bolonijos, Lisabonos, Liuveno ir kituose. Mokymosi visą gyvenimą nuostatos atlieptos ir Lietuvos valstybinėse švietimo strategijose, kurių tikslus ir uždavinius koreguoja ir konkretizuoja esamo laikmečio artimoji ir tolimesnė ateitis (rytojūs), pateikiantis vis naujus iššūkius spartėjančios kaitos, greito informacijos, technologijų senėjimo ir atsinaujinimo sąlygų kontekste. Todėl švietimo institucijų, vykdančių ugdomąjį procesą, veiklų apimtys (funkcijų įvairovė) yra sunkiai įvardijamos, nes apima veiklas nuo tradicinio žinių perdavimo, įsisavinimo iki asmens ir visuomenės padėties, poreikių diagnozavimo esamu laiku, nustatant jų atitikimo laikmečiui, konkretaus asmens poreikiams lygmenį. Tačiau atsižvelgiant į tarptautinio reguliavimo, konstitucinių teisinės valstybės principų nuostatas turėtų būti bendruomenės ir valstybės akceptuojamos, užtikrinant jų tinkamą organizavimą bei finansavimą.

Švietimo politikos strateginėse kryptyse švietimo sistemos tikslai realizuojami formalus ir neformalus ugdymo (švietimo) institucijose, valstybės valdymo politikoje, prisiimant atsakomybę finansuoti ir stebėti vyksmą.

Aktualiose švietimo strategijose (iki 2022 ir iki 2030 metų) viena iš pagrindinių švietimo funkcijų įvardijamas nuolatinis mokymasis, holistinis ugdymas tampa būtina ir svarbiausia kiekvieno žmogaus gyvenimo sėkmės prielaida. Nuolat kintančio postmodernaus pasaulio kontekste mokykloms ir kitoms ugdymą vykdančioms institucijoms be tradicinių žinių perteikimo ir įsisavinimo funkcijų pavedama platesnis veiklų spektras, apimantis kiekvieno asmens suvokimo ir vertybinių nuostatų išsiugdymo funkcijas, realizuojant jas tarpasmeninėje, bendruomeninėje ir

visuomeninėje plotmėje, puoselėjant individualumą, konstruktyvią sąveiką tarp kartų, gyvenamosios aplinkos ir t. t.

Ikimokyklinio ugdymo veiklas pratęs mokyklose įvedami nauji privalomi ar laisvai pasirenkamieji dalykai, fakultatyvai, būreliai (psichologijos, sveikos gyvensenos, sveikatingumo, socialinio darbo, savanorystės, pirmosios pagalbos ir kt.), kurių žinias integruojant su dalykų teorinėmis ir praktinėmis žiniomis, mokiniai, jaunoji karta ne tik bus supažindinta ir žinos senėjimo politiką, bet ir jos tamprų ryšį su žmogaus sveiko, aktyvaus gyvenimo principų įgyvendinimo praktikomis. Todėl valstybė ne tik turi būti įpareigota finansuoti mokymosi visą gyvenimą iniciatyvas, bet ir inicijuoti, aktyvinti programas darbui su: šeimomis (ypač asocialiomis, gaunančių pašalpas, nedirbančių ir kitų), sporto ir aktyvios gyvensenos organizacijomis, žiniasklaida (pasiekimų, pozityvios informacijos sklaidimo, senjorų bendruomenių bei jų veiklų pristatymo), transporto priemonių pervežėjų organizacijomis (sprendžiant kaimo atskirties, senėjimo problemas, puoselėjant ir remiant susitikimų, senjorų bendravimo skatinimo) ir kt. ES tai gali daryti rekomendaciniais dokumentais, tiksliniu finansavimu, apdovanojimais ir pan.

Tvarios valstybinės politikos nebuvimas mokymosi visą gyvenimą, žmonių darbinės veiklos išlaikymo, motyvacinės pagalbos ir kitose su senėjimo bei įtraukimo į bendruomenės veiklą klausimais, kaip antai senyvo amžiaus žmonių kompetencijų, gebėjimų panaudojimą mokslinėje, darbinėje, visuomeninėje veikloje stabdo visuomenės tobulėjimo procesą, naikina tikėjimą valstybe bei jos politika.

Audronė Kilikevičienė

Atidžiai perskaičiau klausimus, pakankamai sudėtingi neturint ekonomisto žinių. Bet kaip žmogus, susidūręs su jaunimo auklėjimu ir išauginęs du vaikus, matau šviesesnę ateitį Lietuvoje. Sūnui, dabar jam 30 m., neteko matyti sovietinio auklėjimo ir melo, jo mąstymas jau truputį kitoks, nei dukros, kuri vyresnė. Matau ir sutinku gatvėje, parduotuvėse jaunų žmonių, kurie pakantesni, mandagesni. Kadangi tai skirta spaudai, tai žurnalistams reikėtų rašyti ne apie politikų rietenas ir kitas intrigas, bet apie gražius darbus ir poelgius, kad nenervintų tų vargšų senukų. Pati prižiūriu 90 metų mamą, kuri viskuo nusivylusi, nors pati yra nukentėjusi nuo sovietinio režimo. Suprantu, kad neatsakiau į klausimus. Tiesiog norėtusi, kad jaunimo ugdymui ir jaunoms šeimoms valstybė, ES skirtų daugiau dėmesio.

Vasiljeva, Turizmo fakultatas

Pamąstymai

Skaičiau klausimus keletą kartų, nenoriu prisirišti prie vieno ar kito, nes man svarbi pati visuma, tai pabandyčiau pasidalinti savo padrikomis mintimis.

Man nepatinka šiuo metu susiformavęs požiūris į vyresnės kartos žmones. Kalbu ne šiaip, buvau Liberalų partijos narė daug metų, teko daug bendrauti neformalioje aplinkoje su žmonėmis, šiandien esančiais valdžioje, ir dažnai pasigirdavo, kad mes – tie, sovietiniai, kažkokie niekam tikę, su pažeista ideologija ir ne taip užauginti. Visada sakydavo, kad visus jus, šiandien tokius jaunos, tokius protingus kažkaip tie sovietiniai ir užaugino. Paskutiniaisiais metais politika staiga pasikeitė – arba bent susidarė toks išpūdis. Gal kad artėjo vieni ar kiti rinkimai, o vyresnio amžiaus žmonės yra aktyvūs ir staiga tapo svarbūs. O gal tikrai tapsime svarbūs ne tik rinkimų kampanijų metu?

Manau, kad nuo pirmų vaiko augimo metų turi būti skiepijama pagarba vyresniems žmonėms. Į Vilnių atvažiuoja vis daugiau jaunimo, kurių tėvai gyvena kitur, anūkai auga be senelių, mato juos tikrai retai, dėl to vis didėja tas susvetimėjimas.

Dar viena istorija jau iš dabartinių laikų: kartu su Žirmūnų bendruomenės centru ketveri metai rašau ir vykdu Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos bendruomeninius projektus. Viena iš projekto dalių – šimto Žirmūnų socialiai remtinų vienišų pagyvenusių žmonių lankymas. Senukus lanko Žirmūnų gimnazijos savanoriai. Pirmais metais buvo pakankamai nedrąsu, kaip tai vyks, ar jaunimas ras bendrą kalbą ir t. t. Bet kokia draugystė atsirado tarp moksleivių ir senjorų! Jie bendrauja ne tik projekto metu! Pasirodo, ta bendrystė reikalinga tiek vieniems, tiek kitiems. Nežinau, kokių būdu, bet mokyklose ar net darželiuose galėtų būti kažkokios kartų bendrystės pamokos, nes ne baseinai prie darželių, ne žaislų gausa ugdo pagarbą tiems, kas yra tavo šaknis. Pirmiausia, mes turime tas šaknis pažinti.

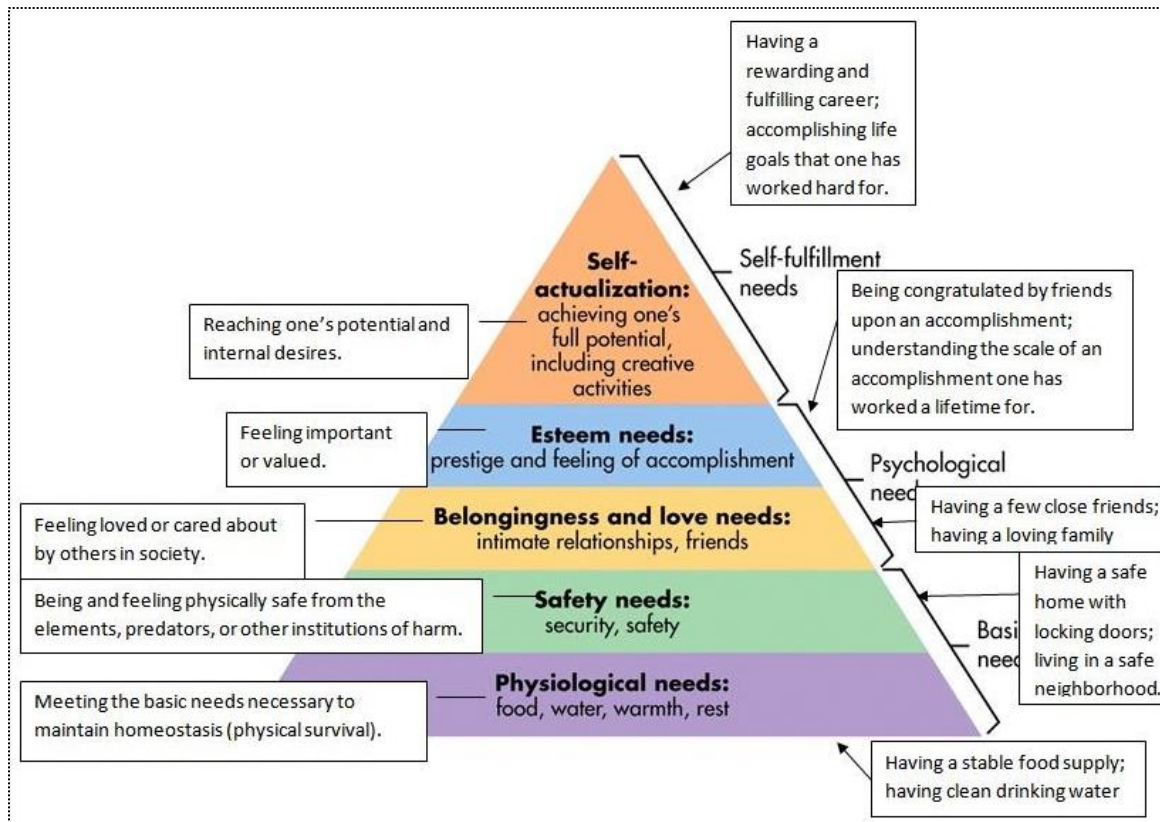
Kaip aš pati norėčiau gyventi senatvėje? Gal Lietuvai utopija, bet Anglijoje tai patyriau prieš dešimt metų. Tada mėnesį laiko svečiavausi pas draugę, kuri gyvena rajone, kur butus gali pirkti ne jaunesni nei 55 metų žmonės. Nedideli butukai, nedidelis viešbutėlis atvykstantiems aplankyti vaikams, šalia tokie kaip ir namai tiems, kurie jau negali be pagalbos. Miestas mieste senjorams. Labai gera idėja. Dar ten mačiau statinius, panašius į mūsų vaikų darželius socialiai remtiniams vienišiams – dviejų aukštų, kur butuose yra raudoni mygtukai išsikviesti pagalbą. Aplinkiniai ūkininkai vestibulyje palieka morkas, bulves ar obuolius, tame pačiame vestibulyje kabo skelbimų lenta su paskaitų ir užsiėmimų tvarkaraščiu.

Kad tokie rajonėliai atsirastų Lietuvoje, reikia laiko, reikia keisti ir pačių žmonių mentalitetą, nes dabar mums senelių namai – kažkas baisaus. O kodėl? Tik todėl, kad ten gal būt baisios sąlygos? Ar dirba baisūs žmonės? Neturintys savo tėvų? Nes mylintys savus, gerbs ir mylės ir ten gyvenančius...

Statykim senelių namus tuštėjančiuose Lietuvos kaimuose, kur žmonės bendraus su savo amžiaus žmonėmis, vaikams nereikės mesti darbų, kad pasirūpintų tėvais, nereikės prarasti socialinių garantijų, tapti piktais.. Bet tam reikia protingo valdžios mąstymo, protingos mokesčių ir pensijų politikos, pagalbos socialiai atsakingam verslui, pagaliau dabatinei kartai reikia suprasti, kad be tos, išeinančios kartos nebus ir ateinančios.

A. Maslov'o žmogaus poreikių hierarchija

<https://sites.google.com/site/satyakrishnanshealthportfolio/home/mental-and-emotional-health/lesson-3-maslov-s-hierarchy>



Arrangement of Maslow's Hierarchy:

Maslow's Hierarchy is arranged from the bottom up with the most basic needs at the foundation and the most advanced, difficult to reach needs at the top.

Maslow's Hierarchy and Baseball:

Maslow's Hierarchy can be compared to baseball because higher needs can only be satisfied if the lower, more basic ones are fulfilled. Similarly, in order to score a point by running through home plate one must first get to each of the three previous bases. The possibility of scoring a point only comes if one can reach all of the plates in order [even if he/she hits a home run].

Obstacles Blocking the Summit:

Throughout their entire life, only 2% of people are able to reach the top of Maslow's Hierarchy and fulfill their most complex needs. One reason why people don't reach the top is because they grow up in a rough neighborhood with a family that doesn't always function as it should. In this case, some people don't feel loved and turn to make themselves more isolationist to escape the problems of society. This unsatisfied need prevents them from taking on any higher needs.

Another reason people don't reach the top is because of unsatisfied esteem needs due to mental illnesses such as depression—they see themselves as worthless and unimportant. This prevents them from aspiring to satisfy higher needs.

Although this last obstacle to reaching the top doesn't necessarily apply to our neighborhood, many people in the world run into it. Each day, thousands die due to hunger. For many of them, their entire life has been a search for food. Because these people are unable to satisfy their basic needs, they are never able to think about higher ones such as self fulfillment.

Self Actualization:

To me, self actualization is simple: it means to be the best person one can be and to satisfy internal desires. When one reaches this stage, he/she has satisfied all of his/her physical needs and psychological needs. He or she is ready to reach his/her full potential and make the greatest impact [good or bad] that he/she can. He or she is also ready to satisfy internal desires, whether they be materialistic or personal.

Self actualization could be very different for two individuals. For example, for somebody who is very materialistic self actualization might come in the form of owning several penthouses in Chicago and a few Ferraris. However, self actualization for somebody who aspires to make societal change might be to open several schools in India [in order to give children access to education].

Extra Credit:

Several revisions were made to Maslow's original hierarchy in the 1990s. Transcendence, aesthetic, and cognitive needs were added. The cognitive need category includes the necessity of being knowledgeable and self-aware, and it is located after esteem needs. Before one can satisfy any of the other needs, one must satisfy this need. I disagree with this addition because some people can reach their full potential without being very knowledgeable. I also disagree with its position; it is placed at a more basic level than aesthetic needs.

Another addition to the hierarchy was an aesthetic needs category. This includes feeling beautiful and is placed above cognitive needs. I agree with this addition; in today's world people [especially teenagers] feel an intense need to be physically attractive.

Alvydas Kazlauskas, Meninio ugdymo fakultetas
Dėl Žaliosios knygos iškeltų teiginių ir problemų sprendimo

Žaliojoje knygoje dėl senėjimo iškelti teiginiai ir problemų sprendimai yra glaudžiai susiję su Lietuvos Respublikos Vyriausybės vykdoma Programa. Per pastaruosius metus LR Seimo ir Vyriausybės yra priimta įvairaus lygmens ir pobūdžio strateginių dokumentų, nustatančių visuomenės ilgalaikius demografinės politikos tikslus, uždavinius ir jų įgyvendinimo priemonės, pagal kuriuos būtų tobulinami teisės aktai, rengiami ir įgyvendinami veiksmų planai bei priemonės, darantys įtaką Lietuvos socialinei ir ekonominei raidai.

2018 m. rugsėjo 20 d. Lietuvos Respublikos Seimo nutarimu yra patvirtinta ***Demografijos, migracijos ir integracijos politikos 2018–2030 metų Strategija***, kurioje tarp kitų svarbių nuostatų siekiama didesnio šalies gyventojų integralumo, socialinės nelygybės mažinimo, visų amžiaus grupių asmenų įtraukties į Valstybės pažangos kūrimą. Strategija paremta demokratinei ir pilietinei visuomenei būdingomis vertybėmis, Europos Komisijos komunikate „Europa 2020“ iškeltais pažangaus, tvaraus, integracinio augimo prioritetais, 2017 m. Jungtinių Tautų Europos ekonomikos komisijos Lisabonos konferencijoje gyventojų senėjimo tema priimtoje deklaracijoje pateiktais politikos tikslais: pripažinti vyresnio amžiaus asmenų potencialą, skatinti ilgesnį jų išlikimą darbo rinkoje ir gebėjimą dirbti, užtikrinti orų senėjimą.

Todėl, siekiant įvykdyti šiuos Lietuvos Vyriausybės ir Žaliojoje knygoje išskeltus tikslus ir uždavinius, reiktų įgyvendinti šias priemones:

- vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimas socialiniame ir politiniame gyvenime,
- integracija į darbo rinką,
- mokymosi visą gyvenimą galimybės,
- sveikatos priežiūros kokybė ir prieinamumas,
- stiprinti kartų santykius ir plėtoti savanorišką vyresnio amžiaus asmenų veiklą.

Racionaliam šių uždavinių įgyvendinimui būtų tikslinga:

- įsteigti sutarto skaičiaus pensinio amžiaus kompetentingų asmenų grupę, atstovaujančią visoms šiuo metu šalyje veikiančioms neformaliojo viešojo sektoriaus visuomeninėms organizacijoms, kuri atstovautų pagyvenusių žmonių interesams Lietuvos Respublikos Vyriausybėje (Socialinės apsaugos ir darbo ministerijoje ar Švietimo mokslo ir sporto ministerijoje), o reikalui esant ir EK.

(Tačiau šis variantas, manau, būtų sunkiai įgyvendinamas dėl sudėtingo organizacinio proceso, atstovavimo problemų ir visuomeninio darbo pobūdžio didelės apimties)

Kitas variantas:

- pasiūlymų (projektų) teikimas ir bendradarbiavimas su šalies vyriausybinėmis institucijomis, o taip pat ir su Europos Komisija kiekvienos individualiai pagal savo nuostatus ir reglamentą veikiančiomis neformaliojo viešojo sektoriaus visuomeninėms organizacijomis.

Medardo Čoboto trečiojo amžiaus universitete įsteigta **Gyvosios patirties laboratorija** galėtų tapti pagrindiniu projektu ir dokumentu, kurios tikslai ir vizija atitinka keliamus tiek LR Vyriausybės parengtos **Strategijos**, tiek **Žaliosios knygos** keliamus uždavinius.

MČTAU **Gyvosios patirties laboratorijos** veikla turėtų aprėpti:

- visų veikiančių fakultetų programas,
- projektus, vykdomus tiek universiteto viduje, tiek kartu su užsienio organizacijomis,
- įvairias veiklos iniciatyvas (kompiuterinio raštingumo, užsienio kalbų, meninio ugdymo, tautodailės ir kitus mokymus),
- savanorystės programas,
- bendradarbiavimą su kitomis pagyvenusių žmonių visuomeninėms organizacijomis.

Siekiant įgyvendinti keliamus tikslus, būtų tikslinga įtraukti MČTAU poreikius materialinės bazės gerinimui bei įrangos įsigijimui (kompiuterių, bevielųjų kelionių gido sistemų ir kt.).

Laimutė Ragulienė, Meninio ugdymo fakultetas

Atsakymai į Žaliosios knygos klausimus:

1. Garantuoti senjorams šiuo metu užimamas patalpas bendravimui, mokymuisi, tobulėjimui, nes pastaruoju metu nuolat grasinama jas atimti iš MČTAU.
2. Kad būtų galima mokytis visą gyvenimą, reikia plėsti bibliotekų tinklą, ypač periferijoje. Jų darbuotojos koncentruoja gyventojų dėmesį į mokslą, į naujoves.

3. Mažinti biurokratinės kliūtis, sprendžiant buitinius klausimus.

Pavyzdžiui: turiu iš pirmo žvilgsnio menką problemą. Prieš porą metų įvedė rinkliavą už atliekų tvarkymą. Gyvenu viena bute ir turiu sodą Pavilny, kuris yra arti miesto ir dauguma sodo bendrijos narių ten nuolat gyvena, o aš gyvenu tik vasarą. Už atliekas turiu mokėti ir mieste, ir sode ištisus metus. Prašiau rinkliavos administratoriaus, kad su manim sudarytų sutartį dėl atliekų išvežimo pusei metų, nes esu priversta vežioti šiukšles iš sodo į namus. Deja, jis nesutinka, reikalauja, kad sodo bendrija įrengtų bendrą atliekų konteinerį, o bendrijos pirmininkas atsisako, nes tam nėra vietos ir dauguma turi asmeninius konteinerius, be to, jie yra deklaravę ten savo gyvenamąją vietą (toks administratoriaus reikalavimas).

Išvada: šūsniš raštų, o problema iki šiol neišspręsta. Sutikite, kad sveikatos tai nepagerina. Esu tikra, kad ne aš viena susiduriu su panašaus pobūdžio klausimais.

Nijolė Šereikienė, Meninio ugdymo fakultetas **Bendravimas tarp kartų**

Dabar vyrauja dvi kartos – Y karta (1977-1994 gimimo) ir Z karta (1995- 2023 m). Y karta – nori būti visada jauna, socialinių tinklų, tūkstantmečio karta. Jai svarbus įvaizdis, reklama, nori daug pasiekti, mėgsta kontroliuoti, bet nemėgsta būti kontroliuojama. Šios kartos žmonės domisi naujovėmis, nori būti turtingi, daug pasiekti.

Z karta – nuo jų prasidėjo nauja epocha, jie amžinai „goglinai“ ir ieškos virtualioje erdvėje visko, ko jiems reikės. Tai karta, kuri gimė pilnai kompiuterizuotame pasaulyje. Ši karta atvira naujoms idėjoms, nori spręsti socialines problemas.

Mes, senoliai, esame iš dar kitos kartos. Kartų poreikiai skirtingi, kitaip mąstome, kitaip rengiamės, kitaip valgome, domimės skirtingais dalykais.

Svarbiausias tikslas – susikalbėjimas tarp kartų. Deja, tiek šeimose, tiek mokyklose pernelyg mažai skiepijama pagarba vyresnio amžiaus žmonėms. Esame „nurašyta karta“. Jaunimui svarbu internetas, mobilūs telefonai, socialiniai tinklai, nebelineka nei laiko, nei noro bendravimui su vyresniais žmonėmis.

Tik mokydami vieni iš kitų, naudodami kiekvienos kartos privalumais, pritardami kiekvienos kartos mąstymo būdai, bet nekritikuodami, susikalbėsime. Kartos turi norėti pažinti vienas kitas. Tam gali padėti platesnis savanoriavimas, bendrų susitikimų, projektų rengimas. Ledai pralaužti, bet nepakankamai. Ypač to trūksta mažuose miestuose, kaimo vietovėse.

Vienišumas

Daug vienišų žmonių, ypač senolių. Dabar esantys senelių namai daugelį atbaido, juose gyvena tik būtinybės prispirti. Mano manymu, jie turėtų būti visai kitokie. Tokiuose namuose seneliai turėtų jaustis šeiminingais. Būtų galima su valstybės pagalba kaimo vietovėse įkurti tarsi komunas, kuriose gyventų po nedaug (gal 10 ar kiek daugiau) vienišų, įvairaus amžiaus senolių, kurie patys vieni kitiems padėtų, turėtų žemės plotelį, jei atsirastų noras auginti daržoves. Būtų tarsi šeimos. Patys gamintųsi maistą, vieni kitiems padėtų namų ruošos darbuose, bendrautų daugiau tarpusavyje, jaustųsi reikalingi.. Esant reikalui, juos aplankytų savanoriai, medikai. Ir ES padėtų sprendžiant tokias problemas. Tam, žinoma, reikia įdirbio (projekto) ne tik parenkant patalpas, vietas, bet ir surenkant „vienišius“.

Kitas, gal ir geresnis variantas – kartų namai. Vienišų žmonių yra įvairių: tai ir jaunos moterys, turinčios mažamečių vaikų, bet susiduriančios su gyvenimo sunkumais, ir vidutinio amžiaus

negandų patyrę žmonės, ir senoliai. Bendrai gyvendami, galėtų pasidalinti gyvenimo patirtimi, padėti vieni kitiems.