



PROGRAM PODRŠKE U LOKALNOJ ZAJEDNICI

# Gerontološki centri Grada Zagreba

*17 nam je godina tek*

Zagreb, 2021.

PROGRAM PODRŠKE U LOKALNOJ ZAJEDNICI

## Gerontološki centri Grada Zagreba

*17 nam je godina tek*



Grad Zagreb

Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom

**Nakladnik**

Grad Zagreb

Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom

**Glavna urednica**

dr. sc. Romana Galić

**Uredništvo**

Andreja Ninić, dipl. soc. radnica

Ana Bilić, dipl. soc. radnica

**Suradnici**

Antonija Bobić Lazić, dipl. soc. radnica

Maja Bižić Odak, univ. spec. iur.

Maja Vučković, mag. polit. soc.

**Grafičko oblikovanje i produkcija****Naklada**

300 primjeraka

**ISBN**

978-953-8319-15-0

**CIP zapis**

dostupan je u računalnome katalogu  
Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu  
pod brojem 001112363

## SADRŽAJ

<b>1.</b>	Uvodna riječ .....	<b>07</b>
<b>2.</b>	Lokalna zajednica za kvalitetan život starijih sugrađana .....	<b>09</b>
<b>3.</b>	Gerontološki centri Grada Zagreba "Jučer" .....	<b>11</b>
<b>4.</b>	Gerontološki centri Grada Zagreba "Danas" .....	<b>14</b>
	<b>4.1.</b> Područje djelovanja .....	<b>15</b>
	<b>4.2.</b> Nositelji provedbe .....	<b>20</b>
	<b>4.3.</b> Gerontološki centri o sebi .....	<b>23</b>
	<b>4.4.</b> Korisnici o gerontološkim centrima .....	<b>28</b>
<b>5.</b>	Evaluacija rada gerontoloških centara od 2004. do 2018. ....	<b>30</b>
<b>6.</b>	Gerontološki centri Grada Zagreba "Sutra" .....	<b>33</b>
<b>7.</b>	Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom kao promotor aktivnog i zdravog starenja .....	<b>35</b>
	<b>7.1.</b> Zagrebačka strategija za unapređenje kvalitete života osoba starije životne dobi za razdoblje od 2020. do 2024. ....	<b>35</b>
	<b>7.2.</b> Konferencije .....	<b>36</b>
	<b>7.3.</b> Publikacije .....	<b>37</b>
	<b>7.4.</b> Komunikacijska platforma Najmudriji.hr .....	<b>38</b>
	<b>7.5.</b> Manifestacije .....	<b>39</b>
	Adrese i kontakti gerontoloških centara i Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom .....	<b>41</b>

"Nemoj sanjati svoj život.  
Žuri svoj san."

Autor nepoznat



## 1. Uvodna riječ

### Poštovane sugrađanke i sugrađani, drage naše umirovljenice i umirovljenici, cijenjeni kolege i suradnici,

čast nam je predstaviti još jednu uspješnu realizaciju Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom Grada Zagreba koji gotovo dva desetljeća ustrajno radi na stvaranju uvjeta za zdravo i aktivno starenje te svojim socijalnim programima i socijalnom politikom kontinuirano unapređuje kvalitetu života starijih osoba u gradu Zagrebu.

“17 nam je godina tek” naziv je publikacije kojom želimo obilježiti povijest stvaranja, razvijanja i unapređivanja Programa podrške u lokalnoj zajednici, svima prepoznatljivog kao “Gerontološki centri Grada Zagreba”. Započeo je kao projekt ne tako davne 2004. godine, a sada smo na korak do punoljetnosti. To nas čini iznimno ponosnima i daje nam vjetar u led da ovaj Program i dalje razvijamo i prilagođavamo u suradnji s našim korisnicima i na korist svih naših sugrađana, jer briga o starijima danas je briga o nama samima sutra.

Publikacija je rezultat dugogodišnjeg rada i zalaganja Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom te djelatnika, suradnika kao i volontera svih devet gerontoloških centara. Ovom prilikom čestitamo svima na predanosti cilju i misiji ovog programa i Grada Zagreba; što su zajedničkim snagama stvorili uvjete da starija osoba živi u vlastitom domu što je duže moguće i na taj način omogućili da dostojanstveno živi i stari.

Promocijom ove publikacije proslavit ćemo i 18. rođendan manifestacije pod nazivom “Gerontološki tulum” kojom Grad Zagreb punih osamnaest godina obilježava i slavi Međunarodni dan starijih osoba.

Godine 2020. i 2021. obilježene su značajnim kriznim situacijama uslijed razornih potresa i epidemije COVID-19 zbog kojih je bila obustavljena provedba određenih aktivnosti što je utjecalo na kvalitetu života ljudi našeg grada. Stoga smo i u tim kriznim situacijama tražili rješenja te mnoge aktivnosti preselili u virtualni svijet i barem na taj način očuvali tradicionalna događanja i povezanost s našim starijim sugrađanima. Vjerujemo kako je najgore iza nas i kako ćemo zajedno stvarati novi i bolji život u našem voljenom Zagrebu.

Pablo Neruda davno je rekao: “Kad bih imao i sto godina, moj najbolji dan uvijek bi bio sutra!” Neka nas ova mudra misao vodi i kroz desetljeća koja su pred nama kao misao vodilja da je svaki dan prilika za nova iskustva i ideje, nove izazove, ali i mogućnosti kako na njih odgovoriti i učiniti život boljim i kvalitetnijim za naše starije sugrađane.

Glavna urednica:  
dr.sc. **Romana Galic**

*"Nije važno koliko  
nego kako si star."*

M. Dressler



## 2. Lokalna zajednica za kvalitetan život starijih sugrađana

U gradu Zagrebu osobe starije od 65 godina stalno su rastući dio populacije koji je prema Popisu stanovništva iz 2011. iznosio 17,3% u ukupnom zagrebačkom stanovništvu, dok je prema procjeni Državnog zavoda za statistiku za 2019. iznosio 19,3%. Posebno se ističe rastući broj osoba u dubokoj starosti, odnosno 85 i više godina, koji prema podacima Državnog zavoda za statistiku u 2019. zauzima značajan udio od 11,4% u ukupnoj populaciji starih. Dugovječnost Zagrepčana vidi se i u broju osoba starih 100 i više godina, kojih je iz godine u godinu sve više. U 2020. u gradu Zagrebu bilo je 299 osoba starih 100 i više godina (80 muškaraca i 219 žena), od kojih je njih 116 navršilo sto godina u toj godini (35 muškaraca i 81 žena).

Skrb o starijim osobama jedan je od prioriteta socijalne politike Grada Zagreba i kao takva sadržana je u svim strateškim dokumentima. Stoga su aktivnosti Grada Zagreba i nadležnog Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom usmjerene od poboljšanja materijalnog statusa starijih osoba do razvoja različitih socijalnih usluga i aktivnosti kojima se podiže kvaliteta života u lokalnoj zajednici.

Upravo s ciljem prilagodbe lokalne zajednice potrebama starijih sugrađana i unapređenja kvalitete njihova života, Grad Zagreb je 2004. godine započeo s Projektom gerontološki centri Grada Zagreba kao pilot-projektom u tri doma za starije osobe čiji je osnivač (Dom za starije osobe Maksimir, Medveščak i Trnje). Kao nadstandard Grada Zagreba u pružanju izvaninstitucijske skrbi za starije osobe Projekt se provodi od 2006. godine kontinuirano u devet gradskih domova za starije osobe, a u 2019. postaje standard gradskih domova te se nastavlja provoditi kao Program podrške u lokalnoj zajednici "Gerontološki centri Grada Zagreba".

Aktivnosti Programa namijenjene su prvenstveno starijim sugrađanima koji nisu uključeni u sustav institucijskog zbrinjavanja, a kojima se omogućava besplatno korištenje niza socijalnih usluga, veća uključenost i poboljšanje sadržaja njihova života. Cilj Programa podrške u lokalnoj zajednici je očuvati funkcionalne sposobnosti osoba starije životne dobi i omogućiti im što dulji ostanak u vlastitom domu.

"Uči iz prošlosti, živi u  
sadašnjosti, planiraj budućnost."

Autor nepoznat

### 3. Gerontološki centri Grada Zagreba "Jučer"

S obzirom na trend starenja stanovništva Grad Zagreb je uočio potrebu uvođenja dodatnih programa i aktivnosti kako bi se poboljšala kvaliteta života osoba starije životne dobi. Starije osobe prepoznate su kao skupina društva koja svoje specifične potrebe može zadovoljiti kroz uključivanje prvenstveno u zdravstveno-preventivne i rekreativne aktivnosti te druge aktivnosti kojima se unapređuje kvaliteta provođenja slobodnog vremena, a time i kvaliteta življenja osoba starije životne dobi.

S tim ciljem u Zagrebu su otvoreni prvi gerontološki centri, novi model cijelovite skrbi za starije osobe u lokalnoj zajednici, organizirani na inicijativu tadašnjeg Gradskog ureda za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje Grada Zagreba i Centra za gerontologiju Zavoda za javno zdravstvo grada Zagreba. Riječ je o multifunkcijskom centru neposredne i integralne multidisciplinarnе izvaninstitucijske skrbi za starije osobe u lokalnoj zajednici gdje one žive i stvaraju.

Prvi gerontološki centri u Zagrebu uspostavljeni su 2004. godine u okviru Domova za starije osobe Maksimir, Medveščak i Trnje. U samim počecima provodili su se programi zdravstvenih pregleda primarne prevencije za starije osobe nakon kojih su se aktivnosti proširile na pomoć u kući, sportsko-rekreativne aktivnosti, kulturno-zabavne aktivnosti, radno-kreativne aktivnosti, savjetovališni rad, posudionice ortopedskih pomagala te druge socijalne usluge u širem smislu.

S obzirom na uspjeh koji je pilot-projekt doživio, a rukovodeći se i sve većim potrebama za uslugama i aktivnostima za starije građane koji žive u vlastitom domu, u 2005. godini s radom su započela još četiri gerontološka centra u okviru Domova za starije osobe Peščenica, Sveta Ana, Sveti Josip i Trešnjevka te 2006. godine još dva u Domovima za starije osobe Centar i Dubrava.

Ovim su projektom domovi za starije osobe kao ustanove socijalne skrbi koje se primarno bave tercijarnim oblikom skrbi po prvi puta u svoje djelovanje uključili niz preventivnih aktivnosti što je doprinijelo otvaranju ustanova u lokalnoj zajednici, ne isključivo tijekom dana otvorenih vrata kada se promiče socijalna djelatnost, već tijekom cijele godine. Novim pristupom domovi socijalne skrbi postali su važni arbitri, ne samo u životu svojih korisnika, nego i građana u lokalnoj zajednici njegujući i uvažavajući međugeneracijske potrebe.



4

GERONTOLOŠKI CENTRI GRADA ZAGREBA "DANAS"





"Nesputano  
primamo  
kad nesputano  
dajemo."

Anonimna

## 4. Gerontološki centri Grada Zagreba "Danas"

### Centri aktivnog i zdravog starenja

Aktivnosti i usluge Gerontoloških centara Grada Zagreba danas se provode u svih 17 gradskih četvrti na 50-tak lokacija za više od 7000 korisnika godišnje, a u njegovoj provedbi sudjeluje 62 djelatnika i suradnika te 118 volontera. Sve usluge i aktivnosti su za korisnike besplatne, a sredstva za provedbu osigurana su u proračunu Grada Zagreba.

Zahvaljujući brojnim i raznovrsnim aktivnostima koje se osiguravaju za velik broj korisnika te području koje pokrivaju gerontološki centri predstavljaju **centre aktivnog i zdravog starenja u gradu Zagrebu**. U 2019. godini Gerontološki centri Grada Zagreba postali su standard gradskih domova u pružanju izvaninstitucijske skrbi za starije osobe te se provode kao Program podrške u lokalnoj zajednici "Gerontološki centri Grada Zagreba".

U nastavku slijedi opis usluga i aktivnosti koje se starijim sugrađanima osiguravaju putem gerontoloških centara.



## 4.1. Područje djelovanja

### Pomoć u zadovoljavanju egzistencijalnih potreba



#### POMOĆ U KUĆI

Usluga pomoći u kući putem Programa podrške u lokalnoj zajednici "Gerontološki centri Grada Zagreba" je nadstandard koji Grad Zagreb osigurava u pružanju ove izvaninstitucijske usluge. Pomoć u kući osigurava se kao usluga pomoći gerontodomaće/njegovateljice u vlastitom domu starije osobe kako bi joj se osiguravalo zadovoljavanje osnovnih životnih potreba (pomoć u obavljanju kućanskih poslova, pomoć u održavanju osobne higijene te zadovoljavanje drugih svakodnevnih potreba). Usluga pomoći u kući u okviru gerontoloških centara provodi se od 2005. godine, a doprinosi ublažavanju poteškoča uzrokovanih bolešću i poznom životnom dobi te omogućava korisnicima usluge dostojan i siguran život u vlastitom domu, dokle god to njihovo psihofizičko stanje dozvoljava.



#### POSUDIONICA ORTOPEDSKIH I DRUGIH POMAGALA

Posudionica ortopedskih i drugih pomagala namijenjena je starijim osobama koje se zbog privremenih ili trajnih promjena u zdravstvenom stanju kreću otežano ili su iz istih razloga nepokretne. Usluge posudionice mogu koristiti osobe koje ne mogu ostvariti prava na ortopedska pomagala putem Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje i osobe koje čekaju ostvarivanje prava na ortopedsko pomagalo putem osiguranja kako bi se zadovoljila trenutna potreba. U okviru posudionice se, osim posudbe ortopedskih pomagala, mogu dobiti i brojni savjeti vezani uz korištenje npr. slušnih aparata, savjeti o prehrani i zdravlju, kroz niz predavanja i zdravstvenih tribina koje se organiziraju za starije sugrađane u domu za starije osobe, gerontološkom centru ili u prostorima mjesnih samouprava.

### Aktivnosti

Aktivnosti koje se provode u sklopu gerontoloških centara su mnogobrojne i raznovrsne, budući da se i korisnici međusobno razlikuju (po svojim interesima, karakteru, očuvanim psihofizičkim sposobnostima itd.), a služe očuvanju i unapređenju

fizičkog i mentalnog zdravlja. Sudjelovanje u aktivnostima doprinosi jačanju osjećaja samopoštovanja, kontrole nad vlastitim životom i dobrog raspoloženja, a smanjuje osjećaj usamljenosti i socijalne izoliranosti.



### PREVENTIVNO-ZDRAVSTVENE AKTIVNOSTI

Preventivno-zdravstvene aktivnosti su jedne od prvih aktivnosti na čijim je temeljima započeo put razvoja i uloge gerontoloških centara u lokalnoj zajednici, a i dandanas su jedne od najtraženijih aktivnosti koje korisnici ne propuštaju. U suradnji s vanjskim stručnim suradnicima korisnicima se osiguravaju brojne preventivno-zdravstvene akcije i pregledi: pregled vida, pregled za prevenciju osteoporoze, mjerjenje šećera u krvi, očnog tlaka, krvnog tlaka, vitaminsko-mineralnog statusa te oksimetrija i spirometrija. Zdravstveno-preventivne aktivnosti uključuju i brojna tematska zdravstvena predavanja povezana s istoimenim akcijama koje se provode.



### RADNO-KREATIVNE AKTIVNOSTI

Kreativnost nije rezervirana samo za mladost ili određenu profesiju niti prestaje s godinama. Novija istraživanja pokazuju kako kreativnost ne opada s godinama, ona samo mijenja smjer, postaje zrelja, neopterećena utezima mladosti u kojoj je potrebno dokazati se, slijediti određeni put, biti kao drugi. Postoji pozitivna korelacija između kreativnosti i mentalnog i fizičkog zdravlja kod starijih osoba. Kreativnost se izražava na razne načine, a osobama starije životne dobi potrebno je osigurati kreativno i kvalitetno provođenje slobodnog vremena čime se neminovno poboljšava kvaliteta života te doprinosi stvaranju pozitivne slike starenja u društvu. S tim ciljem, za osobe starije životne dobi je kroz gerontološke centre osigurano mnoštvo radno-kreativnih grupa, radionica i aktivnosti:

- likovne radionice
- slikarske radionice
- keramičke radionice
- radionice izrade nakita
- radionice paške čipke
- origami radionica
- eko grupe.

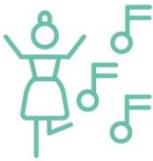


### SPORTSKO-REKREATIVNE AKTIVNOSTI

Općepoznata je činjenica da tjelovježba pozitivno utječe na ljudsko zdravlje i jedan je od načina kojima se podiže kvaliteta i trajanje života. Brojna dosadašnja istraživanja pokazala su da sustavnom i redovitom tjelovježbom dolazi do niza pozitivnih promjena u tijelu te da cijelom organizmu donosi brojne tjelesne i psihičke dobrobiti. Izuzetno je važna za osobe starije životne dobi i samim time što se uključuju u neki vid tjelovježbe, starije osobe šire svoju socijalnu mrežu te se osjećaju korisnim članovima zajednice što je izuzetno važno za njihovo psihičko zdravlje i socijalnu uključenost.



Vodeći se ovim spoznajama, starijim osobama u gradu Zagrebu putem gerontoloških centara osiguran je velik broj sportsko-rekreativnih aktivnosti i grupa u koje se mogu uključiti:



## KULTURNO-ZABAVNE AKTIVNOSTI

- medicinska i medicinsko-rekreativna gimnastika
- vježbe protiv osteoporoze
- aerobik i vježbe snage
- rekreativne vježbe
- gero vježbe
- cardiomarshing
- vježbe protiv inkontinencije
- medicinske vježbe na strunjači
- stolni tenis
- nordijsko hodanje
- yoga
- balloning
- planinarske grupe
- boćanje
- škola biciklizma i triciklizma.

Sve spomenute grupe su preventivno-zdravstvenog karaktera, prilagođene osobama starije životne dobi te se provode pod stručnim vodstvom fizioterapeuta u prostorima domova za starije osobe i mješovitih samouprava. Ove su aktivnosti jedne od najposjećenijih i uvijek se traži mjesto više. U 9 gerontoloških centara provodi se više od 100 različitih sportsko-rekreativnih grupa s više od 2000 korisnika.

U gerontološkim centrima su kulturni i zabavni sadržaji vrlo bogati i raznoliki. Djeluje nekoliko sekcija, tako da svaki korisnik može prema svojim afinitetima odabrati aktivnosti po želji, od aktivnog uključivanja do samog prisustvovanja na nekom kulturnom događaju ili manifestaciji. Tako se korisnici mogu uključiti u plesne radionice i tečajeve, dramske i literarne grupe, zbor i kulturno-umjetnička društva.

Aktivnosti su organizirane u preko 60 grupa u koje je uključeno gotovo 2000 korisnika.

**Plesne večeri** neizostavan su dio društvenog života kako korisnika u domu, tako i za starije sugrađane koji žive u vlastitom domu. Plesnjaci su najbolje mjesto za pokazati što se učilo i naučilo na plesnim tečajevima i radionicama koje gerontološki centri organiziraju za svoje korisnike.

**Izleti** su još jedan dodatni vid organiziranog druženja korisnika s edukativnom komponentom, budući da se uvijek posjećuje neko novo mjesto i upoznaje njegova kultura i običaji.



## TRIBINE I TEMATSKA PREDAVANJA

Kao dodatni sadržaj unapređenja kvalitete života u starijoj dobi, tijekom cijele godine se za korisnike gerontoloških centara i druge zainteresirane osobe starije životne dobi organiziraju strukturirana tematska, informativna predavanja, putopisna predavanja, tribine te brojne tematske radionice, u prostorima mješovitih samouprava, gerontoloških centara ili domova za starije osobe. Teme koje se obrađuju su: kvalitetna briga za vlastito zdravlje i prava osoba starije dobi, ravnopravnost i participacija u društvu, zaštita od nasilja i zlostavljanja, cjeloživotno učenje, načini održavanja funkcionalnih sposobnosti, prihvatljivi i poželjni modeli reagiranja u određenim situacijama i sl.





## RAČUNALNE RADIONICE

Prilagođavajući se modernom dobu informatizacije svakodnevnog života te kako bi i sami mogli pratiti tehnološke trendove, za korisnike su osigurane računalne radionice osnovnog i naprednog stupnja, radionice korištenja pametnih telefona, tableta i dr. digitalnih medija, služenja internetom i društvenim mrežama, primanje i slanje elektroničke pošte te upoznavanje s novim inovativnim digitalnim tehnologijama kojima se povećava kvaliteta života starijih osoba. Računalnim radionicama doprinosi se održavanju funkcionalnih sposobnosti korisnika, razvijanju motorike, kognitivnih vještina, socijalizaciji te socijalnom umrežavanju korisnika.



## TEČAJEVI STRANIH JEZIKA

Znanje stranih jezika sve se više podrazumijeva i očekuje s obzirom na moderan način života te uzrečica "Vrijediš onoliko koliko jezika govoris" postaje aktualnija nego ikad. Odlaskom u mirovinu osoba "dobiva" prostor za sve ono za što nije imala vremena dok je radila, otkrivanje novih znanja i talenata te prilike za upoznavanje zanimljivih ljudi. Sustavnim praćenjem interesa naših sugrađana iskazala se potreba za organiziranjem tečajeva stranih jezika koji se danas provode u svih 9 gerontoloških centara. Kontinuirano se provode tečajevi od početnih do naprednih stupnjeva:

- engleskog
- talijanskog
- francuskog
- njemačkog
- španjolskog jezika.

Tečajevi se održavaju u manjim grupama, a vode ih profesori stranih jezika – volonteri.

Važno mjesto zauzimaju EDUKATIVNI TEČAJEVI I RADIONICE. Za korisnike su osigurani tečajevi stranih jezika te računalne radionice.



Lingvističke studije kao i iskustva u podučavanju stranih jezika pokazuju da ne postoji nikakva biološki uvjetovana zapreka za kapacitet učenja stranog jezika u određenoj dobi niti ikakav proces sazrijevanja koji bi uzrokovao da stariji učenici jezika funkcioniraju različito od mlađih. Bogato životno iskustvo čak može i olakšati učenje povezivanjem novih znanja sa starima. Jezik se može naučiti u bilo kojoj životnoj fazi bez obzira na dob, potrebna je samo volja.





## SAVJETOVALIŠTA

U sklopu svakog gerontološkog centra djeluje savjetovalište namijenjeno osobama starije životne dobi putem kojeg mogu dobiti stručne savjete i druge korisne informacije od stručnjaka različitih profila (socijalnih radnika, neuropsihijatra, pravnika, psihologa, duhovnika ili drugih).

Najčešće teme obrađivane kroz savjetovališni rad su: informiranje korisnika o socijalnim uslugama i pružateljima usluga; pomoći pri utvrđivanju korisnikovih potreba i resursa za ostvarenje istih; psihološka pomoći u savladavanju svakodnevnih životnih poteškoća i prilagodbi promjenama koje sa sobom nosi starenjе; stvaranje uvjeta za očuvanje i osnaživanje osobnih mogućnosti i odgovornog odnosa pojedinca prema sebi, obitelji i društvu te za uključivanje u svakodnevni život zajednice; posredovanje između starijih osoba i institucija s ciljem ostvarivanja različitih prava; organizacija tribina i predavanja gdje osobe starije životne dobi mogu dobiti savjete o prehrani i zdravlju, upute o korištenju ortopedskih i drugih pomagala i dr.



## Savjetovalište za neformalne njegovatelje NJEGOS

Od 2016. u okviru Gerontološkog centra Doma za starije osobe Sveti Josip djeluje Savjetovalište za neformalne njegovatelje NJEGOS kao savjetovalište za članove obitelji osoba oboljelih od Alzheimerove bolesti i drugih demencija. Rad savjetovališta bazira se na podršci članovima, radu na sebi, prevladavanju stresa i stručnim savjetima putem grupnog i individualnog rada. Savjetovalište vode socijalna radnica i psihologinja, a po potrebi sudjeluju i vanjski suradnici (pravnik, liječnik, duhovnik i sl.).

U okviru Savjetovališta na adresi Bolnička 1, održavaju se grupni i individualni susreti, a prema pretходnom dogovoru.

Više informacija na telefon:  
**01 34 80 240**

## 4.2. Nositelji provedbe

Nositelji provedbe Programa podrške u lokalnoj zajednici "Gerontološki centri Grada Zagreba" su djelatnici, stručni suradnici i volonteri 9 gerontoloških centara domova za starije osobe. Njihov dugogodišnji rad doprinio je njegovoј prepoznatljivosti te širenju usluga i aktivnosti, temeljeći ga na iskustvu potreba starijih osoba s kojima se svakodnevno na terenu suočavaju. Provedbu svih usluga i aktivnosti osiguravaju 32 djelatnika, 30 suradnika i 118 volontera.

**STRUKTURA DJELATNIKA:** • socijalni radnici – koordinatori • njegovateljice/gerontodomaćice • fizioterapeuti • radni terapeuti • kućni majstor



### MULTIDISCIPLINARNOST

Gerontološki centri provode svoje aktivnosti kroz multidisciplinarni pristup koji se očituje upravo kroz raznolikost struka, profesionalnih usmjerenja zaposlenika, vanjskih suradnika i provoditelja brojnih aktivnosti. Svoj profesionalni doprinos u skrbi za starije osobe predano daju socijalni radnici, gerontodomaćice i njegovateljice, fizioterapeuti, kineziolozi, radni terapeuti, liječnici specijalisti (neuropsihijatri, neurolozi, fizijatri, stomatolozi), pravnici, duhovnici, licencirani plesni instruktori i drugi sukladno trenutnim potrebama korisnika i mogućnostima gerontološkog centra da odgovori na iste.



### SURADNICI

S ciljem međuresorne suradnje i povezivanja svih dionika u pružanju socijalnih usluga osobama starije životne dobi, gerontološki centri u svom radu redovito suraduju s brojnim institucijama, najviše centrima za socijalnu skrb, domovima zdravlja, patronažnim službama, stomatološkim ordinacijama te brojnim udrugama koje djeluju na području djelovanja određenog gerontološkog centra. Posebna suradnja odvija se s gradskim četvrtima i mjesnim samoupravama koje redovno svake godine svoje prostore ustupaju na korištenje gerontološkim centrima radi provođenja dijela svojih aktivnosti.



### VOLONTERI

Od samih početaka u provedbi programa podrške u lokalnoj zajednici volonteri predstavljaju značajan resurs. Brojne aktivnosti za starije osobe u gerontološkim centrima pružaju se upravo zahvaljujući vrijednim volonterima koji nesobično dijele svoje vrijeme s korisnicima prenoсеći im svoje vještine, znanja i iskustva. Današnji gerontološki centri bili bi nemamislivi bez hvalevrijednog doprinosa volontera njihovim sadržajima.

*"Planinu će pomaknuti samo onaj tko je na početku pomioao kamenčić." Kineska poslovica*



Aktivan doprinos volontera najviše je vidljiv sudjelovanjem u grupnim aktivnostima i provođenju istih – kreativnim, sportsko-rekreativnim, plesnim, tečajevima stranih jezika, planinarskoj grupi, glazbeno-poetskim popodnevima, likovnim grupama, zdravstveno-preventivnim akcijama, manifestacijama, pomoći na terenu, dežurstvima u uredu, pomoći oko administrativnih poslova i dr.

Volonteri raznih dobnih skupina sudjeluju u velikom dijelu aktivnosti koje se provode kroz gerontološke centre te se intenzivno razvijaju i njeguju međugeneracijski i generacijski volonterski odnosi "Mladi za stare" – "Stari za stare" – "Stari za mlade".



U posljednjih se nekoliko godina razvijaju novi pristupi organiziranom volontiranju. Uglavnom se volonterske aktivnosti provode kroz organizacije civilnog društva te ustanove zdravstvene i socijalne skrbi koje na ovaj način podižu kvantitetu i kvalitetu svojih aktivnosti i usluga.



Hrvatska volontira jedna je od prepoznatljivih i iščekivanih volonterskih akcija u koju se svake godine uključuju gerontološki centri i domovi za starije osobe s ciljem promicanja međugeneracijske solidarnosti te poticanja na kontinuirano razvijanje novih aktivnosti za korisnike.

*"Volonteri nisu plaćeni, ne zato što su bezvrijedni, već zato što su neprocjenjivi."*

Sherry Anderson

## Osvrti volontera

"Volontiram od 2010. godine. Vodila sam kreativne radionice slikanja, plesa, lutkarsku i pjevačku grupu. Nastupam s grupama na Maksimirskim jesenima, Svjetskom danu plesa, pjesničkim podnevnicima i u ostalim kulturnim događanjima. Volontiranje mi pomaže jer mi diže samopouzdanje i služi za dizanje pozitivne energije kod ljudi koji imaju osjećaj samoće." – **S. V.**

"Volontirati sam počela 2012. godine. Bila je to moja želja, a i potreba. U ovih 9 godina doživjela sam puno lijepih susreta, doživljaja i stekla nova prijateljstva!" – **B. G.**

"Volontiram već desetak godina. Vodim grupu jutarnjih vježbi, nordijsko hodanje te pomažem u uredu. Volontiram zbog obostranog zadovoljstva, kako ja pomažem drugima tako i oni meni pomažu!" – **Z. J.**



U sklopu akcija korporativnog volontiranja i "72 sata bez kompromisa" volonteri uređuju i uljepšavaju interijere i eksterijere domova i gerontoloških centara.

**S ciljem razvoja kontinuirane međugeneracijske suradnje, i nadalje će se poticati volontiranje za starije osobe, ali i volontiranje samih starijih osoba. Zainteresirani za volontiranje mogu se javiti socijalnom radniku-koordinatoru gerontološkog centra u kojem žele podijeliti svoja znanja i iskustva.**



**Volonteri HVALA!  
Vi mijenjate svijet na bolje!**

*"Nikada ne sumnjaj da mala grupa ljudi može promijeniti svijet, uistinu to je jedino što ga je ikada i mijenjalo"*

Margaret Mead

## 4.3. Gerontološki centri o sebi



### GERONTOLOŠKI CENTAR CENTAR

Gerontološki centar Centar osnovan je 2006. godine i djeluje u sklopu Doma za starije osobe Centar te u prostorima tri mjesne samouprave. Lokalnoj zajednici i široj javnosti svoj je program prvi puta predstavio na 3. Gerontološkom tulumu 1. listopada 2006. godine. Od samih početaka za korisnike su organizirane plesne radionice, pjevački zbor te keramička radionica koji se i danas kontinuirano provode za velik broj korisnika. Okošnicu razvoja aktivnosti gerontološkog centra predstavlja rad socijalne radnice kao koordinatora, fizioterapeuta te gerontodomaće za poslove pomoći u kući. Prve vježbe održane su u prostoru doma i mjesnih samouprava za 47 korisnika, a za 4 korisnika pružala se usluga fizičke terapije u kući korisnika. Usluga pomoći u kući osiguravala se za 4 korisnika.

Danas usluge gerontološkog centra na godišnjoj razini koristi oko 300 korisnika u lokalnoj zajednici. Ono što je karakteristično za ovaj gerontološki centar jest zahvalan položaj u centru grada koji omogućuje laku dostupnost korisnicima i svakako doprinosi njihovu povećanju. U odnosu na početke, kada financiranje projekata putem drugih izvora nije bilo aktualno u tolikoj mjeri, gerontološki centar se sada, zajedno s izvaninstitucijskim aktivnostima Doma Centar, sve više usmjerava i na razvijanje dodatnih programa i projekata.

### GERONTOLOŠKI CENTAR DUBRAVA

Gerontološki centar Dubrava otvorio je svoja vrata 2006. godine i djeluje u prostoru Doma za starije osobe Dubrava te u prostorima pet mjesnih samouprava na području gradskih četvrti Gornja i Donja Dubrava. Kroz godine rada razvijane su usluge i aktivnosti te je rastao i broj sugrađana uključenih u program rada gerontološkog centra. Danas se može istaknuti velik broj sportsko-rekreativnih aktivnosti koje su prilagođene osobama starije životne dobi, a odvijaju se pod vodstvom fizioterapeuta. Od samih početaka u gerontološkom centru organizirana je plesna škola pod stručnim vodstvom instruktorkice plesa, a plesni koraci prilagođeni su svima koji se žele priključiti, bez obzira na predznarje. Polaznici plesne škole postižu zapažene rezultate na raznim međudomskim natjecanjima kao i zbor gerontološkog centra koji od 2009. djeluje pod imenom Jeka.

Korisnici svoju kreativnost i maštovitost mogu izraziti na nekoj od keramičkih radionica, radionica fuzije stakla, izrade nakita, slike od slame i dr. Od ostalih aktivnosti ističu se organiziranje preventivnih zdravstvenih pregleda, edukativnih tribina i predavanja, organiziranje izleta i druženja te ostalih kulturno-zabavnih aktivnosti. U 2017. godini započelo je provođenje usluge pomoći u kući na području djelovanja Doma za starije osobe Dubrava osiguravanjem pomoći gerontodomaće za programe podrške u lokalnoj zajednici i do sada je uslugu koristilo 49 osoba starije životne dobi u potrebi. Usluge i aktivnosti Gerontološkog centra Dubrava koristi godišnje preko 300 korisnika, a od svog osnutka iste je koristilo oko 4000 osoba starije životne dobi.



## GERONTOLOŠKI CENTAR MAKSIMIR

Gerontološki centar Maksimir otvoren je 2004. godine i djeluje u sklopu Doma za starije osobe Maksimir, u Podružnici Aleja A. Augustinića te u prostorima devet mjesnih samouprava na području Gradske četvrti Maksimir. Kroz godine rada i poticanja lokalne zajednice razvijen je impresivan niz aktivnosti i grupa. Za korisnike je na raspolaganju 39 sportsko-rekreativnih, kulturno-zabavnih i radno-kreativnih grupa i aktivnosti. Članovi se okupljaju kako bi kvalitetno ispunili svoje slobodno vrijeme vježbanjem, bicikliranjem, planinarenjem, kretanjem, plesom, pjevanjem, kreativnošću, umjetnošću, učenjem i primjer su zdravog i aktivnog starenja. U sklopu zdravstveno-preventivnih predavanja naši članovi mogu dobiti korisne savjete stručnjaka, ali i provjeriti svoje vitalne funkcije kroz zdravstveno-preventivne akcije. Od ožujka 2019. g. starijim osobama s područja Gradske četvrti Maksimir osigurava se zadovoljavanje egzistencijalnih potreba i zadovoljavanje drugih svakodnevnih potreba kroz usluge gerontodomaće i kućnog majstora / vozača. Do sada je uslugu koristilo 26 korisnika. Posebno poglavlj u našem radu, organizaciji i doprinisu u lokalnoj zajednici zauzimaju naši volonteri. Kroz 17 godina rada Gerontološkog centra Maksimir prošlo je 300 volontera koji su aktivno sudjelovali u svim grupama. Njihov iznimski doprinos svakodnevnom radu gerontološkog centra rezultat je velike podrške stručnih radnika. Usluge i aktivnosti Gerontološkog centra Maksimir godišnje koristi više od 1000 korisnika, a od svog osnutka iste je koristilo oko 10 000 osoba starije životne dobi.



## GERONTOLOŠKI CENTAR MEDVEŠČAK

U najstarijim gradskim četvrtima Grada Zagreba, Donji grad i Gornji grad-Medveščak 2004. godine je s aktivnostima započeo gerontološki centar pri Domu za starije osobe "Medveščak". Cilj je omogućiti starijim sugrađanima da žive u vlastitim stanovima, u svojim obiteljima, a da to ne znači socijalnu izolaciju i osiromašenje sadržaja života. Taj cilj ostvaruje se kontinuirano već 17. godinu zaredom kroz brojne usluge i aktivnosti koje su tijekom rada gerontološkog centra dostupne našim korisnicima. Kako se gerontološki centar razvijao tako se i mijenjao program njegovih usluga, osluškivale su se potrebe sugrađana temeljem kojih su se razvijale usluge. Razvojem volonterstva osigurana je još veća lepeza usluga koje u samim počecima nisu bile dostupne. Gerontološki centar Medveščak starijim sugrađanima osigurava pomoć u zadovoljavanju egzistencijalnih potreba, sportsko-rekreativne aktivnosti, radno-kreativne aktivnosti, kulturno-zabavne aktivnosti, savjetovališta i predavanja, akcije i manifestacije. Od samih početka aktivnosti gerontološkog centra bile su odlično prihvачene i bilo je vrlo lako uključiti osobe starije životne dobi u aktivnosti koje su se nude u programu, a pomogla je i činjenica da su sve usluge i aktivnosti za korisnike besplatne. Aktivnosti gerontološkog centra provode se u prostorima pet mjesnih samouprava na području gradskih četvrti Gornji grad-Medveščak i Donji Grad dok se dio aktivnosti provodi u Domu za starije osobe "Medveščak". U prosjeku godišnje usluge i aktivnosti koristi oko 300-tinjak korisnika.

## GERONTOLOŠKI CENTAR PEŠČENICA

Gerontološki centar Peščenica započeo je s radom na području Gradske četvrti Peščenica-Žitnjak 2005. godine, a od 2007. godine provodi se i na području Gradske četvrti Sesvete kroz Odjel socijalnog rada Sesvete. Tijekom svog petnaestogodišnjeg provođenja programa i aktivnosti iz djelokruga izvaninstitucijske skrbi za starije sugrađane u dvjema iznimno velikim, mnogoljudnim, disperziranim i dijelom gradsko-ruralnim gradskim četvrtima, Dom Peščenica je stekao uvid u strukturu potencijalnih korisnika te u raspon potrebnih izvaninstitucijskih programa i usluga. Stoga, Gerontološki centar Peščenica kontinuirano nastoji djelovati kao sveobuhvatno kontaktno mjesto za Peščenicu-Žitnjak i Sesvete gdje starije osobe mogu dobiti informacije i upute za ostvarivanje svojih prava iz sustava socijalne skrbi te se uključiti u besplatne programe usluga i aktivnosti. Pri tom se kontinuirano nastoji sinergijom s lokalnom zajednicom istu prilagoditi potrebama starijih, omogućavajući im zadovoljavanje njihovih specifičnih potreba u samoj zajednici te povezujući ih sa zajednicom u kojoj žive. Informativni centar, Socijalno savjetovalište, besplatne usluge pomoći u kući, "(D)Ružionica", Klub starijih i mudrijih Sesvečana samo su neke od brojnih aktivnosti kojima se Gerontološki centar Peščenica ponosi, a provode se u prostorima deset mjesnih samouprava. Kontinuirano okuplja više od 500 korisnika aktivnih tijekom cijele godine i njih još 150 koji povremeno sudjeluju u ponuđenim, organiziranim akcijama, manifestacijama i kulturno-zabavnim događanjima.



## GERONTOLOŠKI CENTAR SVETA ANA

Gerontološki centar Sveta Ana započeo je s radom 2005. godine u okviru Doma za starije osobe Sveta Ana kada su započete rekreativne vježbe s 30 umirovljenika Mjesne samouprave Travno. Već u studenom iste godine bilo je 170 starijih osoba iz šest mjesnih samouprava. U istom je mjesecu zbog velikog interesa pokrenuta i plesna škola, a ubrzo je uslijedio osnutak kreativnih radionica. Zbor "Sveta Ana" od početka je bio sastavljen dijelom od korisnika trajnog smještaja doma i dijelom od vanjskih članova gerontološkog centra što je doprinijelo međusobnom upoznavanju, suradnji i prihvaćanju. Jedanput tjedno u prostoru doma od samog početka se okuplja i Klub umirovljenika koji je djelovao i prije osnutka gerontološkog centra te je od 2005. godine u istom pronašao potporu i vodstvo. Osim rekreativnih i radno-okupacijskih aktivnosti, u prostoru gerontološkog centra otvorena su tri stručna savjetovališta: pravno, socijalno i savjetovalište neuropsihijatra. Pored navedenih aktivnosti gerontološki centar je 2005. godine počeo s pružanjem usluge pomoći u kući na području Novog Zagreba. Gerontološki centar godišnje osigurava usluge i aktivnosti za više od 300 korisnika, a do danas je iste koristilo preko 4000 osoba starije životne dobi s područja Novog Zagreba.



## GERONTOLOŠKI CENTAR SVETI JOSIP

Gerontološki centar Sveti Josip aktivan je od travnja 2005. godine, a aktivnosti se odvijaju na više lokacija: tri mjesne samouprave, Djecji vrtić Bijenik, u prostorijama cijelodnevнog boravka doma u Bolničkoj cesti 1, kao i u samom domu. Najistaknutije i najposjećenije su gimnastika za osobe starije životne dobi i kreativna radionica. Grupe gimnastike održavaju se na više lokacija, a svaka grupa broji 20-ak korisnika. Zapaženi uspjeh postigla je plesna grupa koja povodom raznih manifestacija predstavlja svoje koreografije, nerijetko i u međugeneracijskom obliku (sa školom iz lokalne zajednice, plesnom skupinom iz Atomic dance Factoryja itd.). U sklopu gerontološkog centra korisnicima se omogućuju posjeti kazališnim predstavama, sportske aktivnosti (nordijsko hodanje, stolni tenis), uključivanje u literarnu, dramsku i glazbenu grupu, škola stranih jezika (engleski, njemački, talijanski) kao i sudjelovanje na predavanjima koja su organizirana u sklopu doma. Također, od 2016. godine provode se socijalne akcije BOK POK i PRAVA DOZA kojima se osobama slabijeg imovinskog stanja doniraju namirnice, kućanske potrepštine, medicinska pomagala i sl. Od 2019. se provodi i treća akcija simboličnog imena ŠAL u sklopu koje se korisnicima donira prikupljena odjeća i obuća u vrijeme iznimno hladnih vremenskih prilika. Gerontološki centar godišnje osigurava usluge i aktivnosti za više od 350 korisnika, a do danas je iste koristilo preko 5000 osoba starije životne dobi s područja gradskih četvrti Črnomerec, Podsused-Vrapče i Stenjevec.



## GERONTOLOŠKI CENTAR TREŠNJEVKA

Gerontološki centar Trešnjevka počinje s radom 2005. godine na području gradskih četvrti Trešnjevka-Sjever i Trešnjevka-Jug. Kroz 16 godina djelovanja gerontološkog centra u okviru Doma za starije osobe Trešnjevka, na području mjesnih samouprava Trešnjevka sjever i jug, provodile su se razne aktivnosti namijenjene osobama starije životne dobi, u svrhu ispunjenja slobodnog vremena i prevencije izoliranosti i osamlijenosti.

Tijekom godina izmjenjivale su se različite aktivnosti namijenjene starijim osobama, dok se neke od njih provode i danas. Jedne od aktivnosti koje se provode od početka rada Gerontološkog centra Trešnjevka su vježbe joge i vježbe rekreativne gimnastike. Danas navедene vježbe broje gotovo 300 polaznika. Osim rekreativnih grupa, naši sugrađani starije životne dobi mogu se uključiti i u različite edukativne radionice i kreativne radionice, a koje broje više od 100 korisnika. Oni željni pjesme i plesa mogu se uključiti u zbor "Trešnjevački kišobran" i/ili kulturno-umjetničko društvo koje djeluje u prostoru gerontološkog centra. Koliko su sadržaji Gerontološkog centra Trešnjevka popularni i važni pokazuje i lista čekanja za većinu radionica i aktivnosti, posebno za rekreativne grupe. Gerontološki centar godišnje osigurava usluge i aktivnosti za više od 700 korisnika, a do danas je iste koristilo preko 10 000 osoba starije životne dobi na području Trešnjevke.

## GERONTOLOŠKI CENTAR TRNJE

Gerontološki centar Trnje osnovan je 2004. godine i djeluje u sklopu Doma za starije osobe Trnje te u prostorima tri mjesne samouprave. Iako je započeo kao pilot-projekt s još dva doma za starije osobe, prvi koraci u razvoju gerontološkog centra, kakav danas postoji te razvoju usluga i aktivnosti namijenjenih osobama starije životne dobi učinjeni su još 1974. Kroz godine rada kontinuirano su se razvijale i povećavale usluge i aktivnosti programa Gerontološkog centra Trnje u lokalnoj zajednici kao i broj uključenih sugrađana. Od samih početaka za korisnike su organizirane plesne radionice pod stručnim vodstvom instruktora plesa, pjevački zbor, keramička radionica te naše četiri sportsko-rekreativne grupe koje se i danas kontinuirano provode.

Navedene aktivnosti vođene su pod stručnim vodstvom educiranih stručnjaka za rad sa starijim osobama. Od ostalih aktivnosti ističu se organiziranje preventivnih zdravstvenih pregleda, edukativnih tribina i predavanja, organiziranje izleta i druženja te ostalih kulturno-zabavnih aktivnosti. Usluga pomoći u kući usmjerena je na podizanje kvalitete života korisnicima starije životne dobi socioekonomsko nepovoljnijeg položaja, a kojima je potrebna pomoć druge osobe. Gerontološki centar godišnje osigurava usluge i aktivnosti za oko 500 osoba starije životne dobi u lokalnoj zajednici, a do danas je iste koristilo preko 8000 korisnika.



*"Uživajte  
u malim  
stvarima,  
jednog dana  
ćete se možda  
osvrnuti  
i vidjeti  
da su bile  
velike."*

*Autor nepoznat*

## 4.4. Korisnici o gerontološkim centrima

Svih ovih godina Grad Zagreb osluškuje bilo svojih starijih sugrađana te polako, ali sigurno provodi u djela njihove prijedloge radi zadovoljavanja njihovih potreba; od zadovoljavanja egzistencijalnih potreba do razvoja aktivnosti za zdravo i aktivno starenje te socijalne uključenosti starijih sugrađana. Zato su neizostavan dio ove publikacije svakako osvrti korisnika gerontoloških centara, za koje se sve aktivnosti, usluge i mjere planiraju i provode. Kaže se da slika govori 1000 riječi, ali i komentari naših korisnika govore i više od toga...

"Obraćamo vam se, kako bismo nasuprot sivilu hrvatske i naše staračke svakodnevice istaknule jedan dobar primjer brige o starijim osobama i naše višegodišnje hvalevrijedno iskustvo. Treća dob ili, kako je nerijetko zovu, zlatno doba onih koji su prešli šezdeset petu, vrijeme je u kojem poslije napornih godina rada i privređivanja, podizanja djece i brojnih životnih bitaka obično očekujemo mir i spokoj. Nažalost, u stvarnom životu nade nam se prečesto izjavore i žudeći spokoj ometu bolesti, smrti, usamljenost, oskudica, razočaranja. Stoga je naše iskustvo, iskustvo naše vježbačke grupe, još vrjednije. Vrijeme koje provodimo vježbajući nije samo lijek za naše tjelesne probleme, ono hrani i naš duh. U nadi i sa željom da još dugo uživamo u blagodatima poklonjene nam skrbi, srdačno vas pozdravljamo."

**Zahvalna vježbačka grupa**

"Druženje poslije plesne radionice je daleko kvalitetnije, posjećujemo jedni druge, izlazimo zajedno na plesnjake... Mislim da bi svatko na tako kvalitetan način trebao provesti svoje slobodno vrijeme."

**Vesna, 69 godina**

"Žao mi je što pri ruci nemam fotografije, da mogu staviti u kontekst godina. Zanimljive i raznolike aktivnosti, mnogo lijepog iskustva, ugodnih poznanstava i druženja, nova znanja i vještine, nova prijateljstva, potpora u generacijskim izazovima, uživanje u 'trećoj dobi'. Mislim da je projekt gerontoloških centara nešto najbolje, najpametnije i najpotrebitnije za nas umirovljenike. Poboljšava kvalitetu života, osigurava aktivno provođenje vremena bez pasivnosti, stresa i socijalne izoliranosti."

**Radmila, 80 godina**

"Mirovine su male, ne bih si mogla plaćati tečaj stranih jezika... a naš je profesor predivan, uživamo na njegovim satovima!"

**Biserka, 74 godina**

"Nikad nisam mislila da će jednog dana mijestiti glinu... stvarno nisam..., a gospode su me tako lijepo prihvatile da se osjećam kao da se znamo čitav život. Sad ne moram brinuti o poklonima za svoje, ovdje sam naučila izraditi svašta i samo poklanjam najmilijima!..."

**Nevenka, 76 godina**

"Već 12 godina sam aktivna u gerontološkom centru i to od vježbanja, plesa, kreativnih radionica i izrade nakita, glumljenja, do nastupa na Svjetskom danu plesa i Gerontološkom tulumu, i to u inat slomljenom i operiranom kuku i operiranom kralježnici. Ovdje sam puno toga novog, kreativnog naučila što nikad nisam mislila da će u ovim godinama znati, a i osjećam se zdravije i imam više elana i za druge aktivnosti, kao da sam 15 godina mlađa. Pa, uostalom, nikad nisam mislila da će postati glumica u ovoj dobi."

**Jelica, 78 godina**



*"Nikada niste prestari da si postavite novi cilj ili sanjate novi san."*

Les Brown

"Sve što možeš zamisliti,  
možeš i ostvariti!"

Autor nepoznat

EVALUACIJA RADA GERONTOLOŠKIH CENTARA OD 2004. DO 2018.



## 5. Evaluacija rada gerontoloških centara od 2004. do 2018.

S ciljem ispitivanja zadovoljstva i korisnosti provedbe usluga i aktivnosti projekta Gerontološki centri Grada Zagreba za korisnike i provoditelje aktivnosti, Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom u suradnji s tvrtkom Selectio d.o.o. proveo je evaluaciju projekta u razdoblju od svibnja do rujna 2019. godine.

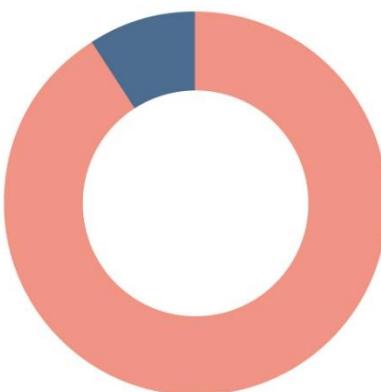
Evaluacija projekta Gerontološki centri Grada Zagreba 2004. – 2018. provedena je uključivanjem 517 korisnika/ca usluga gerontoloških centara i 9 voditeljica (koordinatorica) gerontoloških centara u kojima se kroz proteklih 15 godina provodio projekt. U istraživanju su prikupljeni kvantitativni i kvalitativni podaci od korisnika i voditeljica gerontoloških centara (socijalnih radnica).

PRIKAZ ISPITANIKA PO  
GERONTOLOŠKOM CENTRU



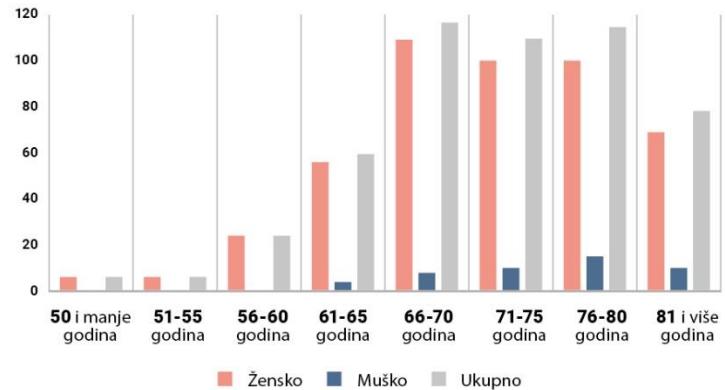
■ Dom Centar 7% ■ Dom Dubrava 8% ■ Dom Maksimir 18%  
■ Dom Medveščak 6% ■ Dom Peščenica 29% ■ Dom Sveta Ana 8%  
■ Dom Sveti Josip 9% ■ Dom Trešnjevka 11% ■ Dom Trnje 4%

KORISNICI PO SPOLU



■ Žensko 91% ■ Muško 9%

## KORISNICI PREMA DOBI



## PREPORUKE ZA UNAPREĐENJE

- Povećanje dostupnosti informacija o uslugama gerontološkog centra
- Razvoj i poticanje volonterstva među različitim dobnim skupinama
- Razvoj sustava praćenja korisnika i usluga gerontoloških centara
- Unapređenje kvalitete usluga putem fondova Europske unije.

## Kratki prikaz svih rezultata evaluacije

- Prosječni/a korisnik/ica gerontološkog centra jest osoba ženskog spola u dobi 66 do 80 godina sa završenom srednjom školom koja živi u samičkom kućanstvu, a motivi uključivanja u aktivnosti su primarno zdravstvene, društvene i edukativne prirode.
- Korisnici/e najviše sudjeluju u sportsko-rekreativnim aktivnostima i to u vježbama medicinske gimnastike za kojima neprekidno postoji dodatna potražnja.
- Potražnja je i za većim brojem aktivnosti u području kulturno-zabavnih i radno-kreativnih aktivnosti.
- Uslugu gerontodomaće koriste u prosjeku osobe iznad 80 godina koje su ispodprosječnog materijalnog i zdravstvenog statusa te je uključen manji broj korisnika nego u druge aktivnosti radi većeg stupnja složenosti pružanja usluge.
- Postoji povećana potreba za primanje usluga gerontodomaće i izazov radi manjka istih na tržištu rada.
- Korisnici u najvećem broju za grupne aktivnosti saznaju preko druge osobe starije životne dobi, a za usluge pomoći u kući preko stručnjaka.
- Dobrobit provođenja programa podrške u lokalnoj zajednici za korisnike jest višestruka; korisnici izjavljuju o snažnom utjecaju sudjelovanja u aktivnostima na poboljšanje zdravlja, zadovoljstva životom i društvenog života.
- Same aktivnosti smatraju korisnima i interesantnima, a voditelje stručnima i vrijednim povjerenja. Iako su pretežito zadovoljni lokacijama i prostorima u kojima se održavaju aktivnosti, korisnici bi voljeli imati ponuđen veći raspon usluga i češće termine.

"Nikada nećeš sagnati koliko  
visoko možeš poletjeti ako ne  
raširiš krila"

Autor nepoznat



## 6. Gerontološki centri Grada Zagreba "Sutra"

U narednom periodu u gerontološkim centrima se i nadalje planiraju razvijati socijalne usluge u širem smislu, prvenstveno usluge pomoći u kući. Planirano je povećavanje broja gerontodomaćica/njegovateljica i uvođenje usluge pomoći kućnog majstora u svim gerontološkim centrima kako bi se osigurao veći obuhvat korisnika te omogućilo povećanje učestalosti pružanja usluga pomoći u kući.

Planirano je i razvijanje usluga radne terapije u domu korisnika (s ciljem procjene aktivnosti samozbrinjavanja i preostalih motoričkih, senzoričkih, psihosocijalnih sposobnosti te pružanja radno-terapijskih intervencija korisnicima nakon moždanog udara ili drugih bolesti i zdravstvenih stanja u kojih je to primjenjivo).

Također, dugoročni cilj predstavlja razvijanje servisa i dodatnih osobnih usluga za starije osobe (frizer, pediker, brijac i sl.) za korisnike koji žive u vlastitom domu, a nisu u mogućnosti na drugi način osigurati uslugu.

Značajnu ulogu u dalnjem razvoju i širenju usluga i aktivnosti gerontoloških centara, opremanja prostora u kojima se iste odvijaju, ali i zapošljavanja novih djelatnika imaju i brojni nacionalni natječaji te natječaji Europske unije na koje gerontološki centri putem doma za starije osobe u kojem djeluju mogu aplicirati.

Sve usluge i aktivnosti koje će se nadalje razvijati imat će za cilj rehabilitaciju, poboljšanje i održavanje vještina dnevnog života, a isto tako usredotočit će se na korištenje novih tehnologija koje omogućuju starijim osobama da ostanu u vlastitom domu i na taj način ispunjavaju svoje uloge uključivanjem u aktivnosti po vlastitom izboru kako bi doprinijeli društvu i bili uključeni u život zajednice.



"Život je kao vožnja biciklom. Da biste održali ravnotežu, morate ići naprijed."

Albert Einstein

## 7. Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom kao promotor aktivnog i zdravog starenja

Osiguravajući prava, usluge i aktivnosti za osobe starije životne dobi, Grad Zagreb nastoji stvoriti optimalno socijalno okruženje za zdraviji, aktivniji i ispunjeniji život starijih osoba te im omogućiti dostojanstveno starenje. Osobe starije životne dobi jesu populacija građana sa specifičnim potrebama, ali predstavljaju i veliki potencijal i resurs društva, stoga Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom ustrajno radi na osvještavanju javnosti o potencijalima i mogućnostima aktivne participacije starijih osoba i njihovom doprinosu društvu. U nastavku donosimo informacije o jedinstvenom strateškom dokumentu za starije osobe u Republici Hrvatskoj, konferencijama kao i tradicionalnim manifestacijama koje promiču zdravo i aktivno starenje, informativno-edukativnim publikacijama te komunikacijskoj platformi "Najmudriji.hr", svojevrsnoj socijalnoj inovaciji koja uvodi starije osobe u virtualni svijet.

### 7.1 Zagrebačka strategija za unapređenje kvalitete života osoba starije životne dobi za razdoblje od 2020. do 2024.



Kako bi svojim starijim sugrađanima stvorio preduvjete za dostojanstvenu starost osiguravajući usluge koje će utjecati na kvalitetniji život, Grad Zagreb je donio "Zagrebačku strategiju za unapređenje kvalitete života osoba starije životne dobi za razdoblje od 2020. do 2024.". Strategija je temeljena na relevantnim međunarodnim i nacionalnim dokumentima te sveobuhvatnoj analizi stanja vezanoj uz osobe starije životne dobi. Ovim dokumentom Grad Zagreb brigu o osobama starije životne dobi još jednom ističe kao jedan od prioriteta svojeg strateškog djelovanja i time dodatno želi doprinijeti uspostavi cijelovitog pristupa i dugoročne skrbi o starijim osobama.

Tijekom razdoblja primjene Strategije planirano je 93 aktivnosti za osobe starije životne dobi koje će se provoditi u okviru 30 mjera, a kroz sljedećih šest područja djelovanja: socijalna zaštita, zaštita zdravlja, cjeloživotno učenje, različiti aspekti slobodnog vremena, ljudska prava i sigurnost osoba starije životne dobi te civilno društvo. Strategija je stručnoj i široj javnosti prigodno predstavljena povodom obilježavanja Međunarodnog dana starijih osoba 1. listopada 2020. u auli Gradske uprave Grada Zagreba. Strategija je dostupna u tiskanom izdanju, u zvučnom zapisu na CD-u, na Brailleovom pismu te u e-izdanju na Službenoj stranici Grada Zagreba.

## 7.2 Konferencije



### **"PERSPEKTIVE STARENJA U ZEMLJAMA REGIJE"**

Godina 2012. proglašena je Europskom godinom aktivnog starenja i solidarnosti među generacijama (The European Year for Active Ageing and Solidarity between generations, EU2012.). Obilježavanje godine imalo je za cilj ostvarivanje veće uključenosti starijih osoba u život zajednice kao i poticanje osjetljivosti mlađih generacija prema njima. Grad Zagreb je, u suradnji s drugim ustanovama i organizacijama civilnog društva, tijekom cijele godine organizirao i podržao različite događaje i aktivnosti kako bi se podigla svijest stručnjaka, a i šire javnosti, o problemima i preprekama kojima su izložene starije osobe. S ciljem poticanja aktivnije politike skrbi o starijim osobama, razmjene iskustava te uspostave dijaloga lokalnih politika, Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom je, u suradnji s Udrugom za inicijative u socijalnoj politici, organizirao 7. studenog 2012. jednodnevnu konferenciju s međunarodnim sudjelovanjem pod nazivom "Perspektive starenja u zemljama regije". Na konferenciji su sudjelovali predstavnici Ljubljane, Podgorice, Subotice i Zagreba koji su prezentirali demografsko kretanje svojih gradova, sustav socijalne zaštite i planove za budućnost.



### **"ŽIVJETI STAROST – IZAZOV ZA POJEDINCA, OBITELJ I DRUŠTVO"**

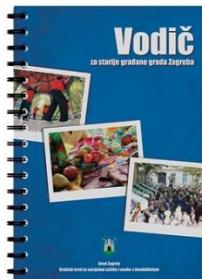
S ciljem daljnog razvoja i unaprjeđenja skrbi za starije osobe te promocije interdisciplinarnog pristupa starenju, Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom je u suradnji sa Zajkladom "Zajednički put" organizirao konferenciju "Živjeti starost – izazov za pojedinca, obitelj i društvo" s međunarodnim sudjelovanjem koja se održala u Zagrebu, od 1. do 3. listopada 2019. godine.

Riječ je o jedinstvenoj konferenciji u Republici Hrvatskoj posvećenoj životu u starijoj dobi iz perspektive različitih stručnjaka s fokusom na planiranju vlastitog starenja i društvenog planiranja starenja. Na konferenciji je sudjelovalo dvije stotine stručnjaka koji se u svom radu bave osobama starije životne dobi (stručnjaka iz područja socijalne skrbi i demografije, zdravstva i farmacije, psihologije, sociologije, ekonomije i poduzetništva, prava, mirovinskog osiguranja, arhitekture te ostalih zainteresiranih za ovu temu).

Prvog dana konferencije održana je panel-diskusija na temu "Estetika starenja" u okviru koje se progovorilo o kultu mladosti, diktatu ljepote i mladosti, medijskoj slici starenja i tabuu zvanom estetske operacije. Kroz dvodnevna predavanja i rasprave, predstavljanje inovacija te razmjenju iskustava i znanja među stručnjacima formirani su hvalevrijedni zaključci koji će poslužiti kao poticaj i podloga za daljnji razvoj i unapređenje modela skrbi za starije osobe.

## 7.3 Publikacije

S ciljem informiranja osoba starije životne dobi o pravima, uslugama, aktivnostima i drugim važnim informacijama, Grad Zagreb kontinuirano izrađuje razne promotivne materijale, informativne letke, priručnike i publikacije. Za potrebe ove publikacije istaknut ćemo najvažnije i, od starijih osoba, najtraženije tiskane publikacije.

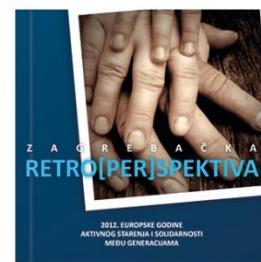


### VODIČ ZA STARIJE GRAĐANE GRADA ZAGREBA

Publikacija koju Grad Zagreb izrađuje od 2001. g., a namijenjena je starijim sugrađanima, profesionalnim i neformalnim pomagačima te članovima obitelji starijih. Svrha Vodiča je učiniti informacije što dostupnijima i razumljivijima osobama starije životne dobi, a ujedno ih upoznati s pravima i uslugama. Sadrži sve relevantne informacije iz sustava socijalne skrbi, zdravstvene zaštite, mirovinskog osiguranja, o organizacijama civilnog društva, kulturi, obrazovanju i sportu, sadrži i mnoštvo korisnih informacija te savjete i preporuke starijim osobama. Od prvog izdanja 2001. godine Vodič je pronašao 40 000 svojih čitatelja. U 2017. g. publicirano je njegovo 5. izdanje.

### ZAGREBAČKA RETRO(PER)SPEKTIVA

Publikaciju su 2013. godine izradili Grad Zagreb i Dom za starije osobe Park s ciljem prikaza niza aktivnosti i događanja u gradu Zagrebu kojima je obilježena 2012. godina kao Europska godina aktivnog starenja i međugeneracijske solidarnosti. Osnovni cilj obilježavanja iste bio je ostvarivanje veće uključenosti starijih osoba u život lokalne zajednice kao i poticanje osjetljivosti mlađih generacija prema njima. U publikaciji su zabilježene sve aktivnosti i događanja kao poticaj da našim roditeljima, prijateljima, bakama i djedovima osiguramo zdravo, aktivno i sretno starenje.



### AKTIVNO I ZDRAVO STARENJE U GRADU ZAGREBU

Publikaciju je izradio Grad Zagreb i Dom za starije osobe Peščenica 2013. godine te služi kao priručnik za vježbanje nudeći niz savjeta, vježbi, impresija koji izreku "u zdravom tijelu zdrav duh" pretvaraju u stvarnost. Publikacija je rezultat dugo-godišnjeg rada i iskustava stručnjaka, ponajprije fizioterapeuta i kineziologa koji svakodnevno pružaju usluge korisnicima domova i gerontoloških centara te prenose svoja znanja o važnosti vježbanja u zrelim godinama.

Sve publikacije dostupne su na [www.zagreb.hr](http://www.zagreb.hr)

## 7.4. Komunikacijska platforma Najmudriji.hr



Prilagođavajući se izazovima koje donosi digitalno doba, a vođeni uspešnošću Vodiča za starije građane grada Zagreba koji je pronašao preko 40 000 svojih čitatelja od prvog izdanja do danas, rodila se ideja o stvaranju jedinstvenog mjesto informiranja starijih i u virtualnom svijetu. Stoga je Grad Zagreb u rujnu 2018. u suradnji s PR agencijom Pragma kreirao komunikacijsku platformu "Najmudriji.hr". Platforma je osmišljena kao jedinstveni izvor informiranja osoba starijih od 65 godina, ali i svih onih koji žele pratiti teme vezane uz starije sugrađane.

**"Nije važno raditi samo i isključivo ono što je propisano zakonom već ono što nalaže život, ono što osjećate kao bilo građana i ono što vidite da je u datom trenutku potrebno."**

dr. sc. Romana Galić, pročelnica Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom

Mrežna stranica nudi višedimenzionalni sadržaj usluga i aktivnosti gerontoških centara i domova za starije osobe u nadležnosti grada Zagreba, zabavni sadržaj, najave različitih događanja, obavijesti o besplatnim preventivnim pregledima, inspirativne priče te zanimljivosti iz svijeta osoba starije dobi. Posebna vrijednost ovog projekta je upravo uključivanje naših najmudrijih koji su ovim putem dobili mogućnost biti aktivni dionici i kreatori sadržaja stranice. Na taj način im se daje prilika da prikažu život starijih osoba, koje svojim aktivnim i ispunjenim životima prkose stereotipima o starosti i nemoći.

Mrežna stranica Najmudriji.hr predstavljena je 1. listopada 2018. na Gerontološkom tulumu koji organizira Grad Zagreb povodom obilježavanja Međunarodnog dana starijih osoba.

[www.najmudriji.zagreb.hr](http://www.najmudriji.zagreb.hr)



Zagrebački projekt za umirovljenike dobio priznanje komunikacijskih stručnjaka



KOMUNIKACIJSKA platforma Najmudriji.hr svojim je izvođenjem dobitala Grand Prix Hrvatske udruge za odnose s javnjom u kategoriji regionalne i lokalne samouprave. Projekat je to Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom Grada Zagreba koji je cijelo vjetar jedinstveno mjesto informiranja. Započeo je stvaranje stranice od 65 postavljanjem svim onim koji žele prati teme vezane uz starije sugrađane. Gradski ured je projekt je surađivao s Pragmom komunikacije.

\*Upravo je u Zagrebu, u sklopu festivala "Zivot u neupredjivoj", organiziran i organiziran sljepčevna gradića u Zagrebu. Te je priznajući tim koji izlazi u biserakškim okvirima i pokazuje kako je dosta moguće menjati državu u kojem živimo. Nije važno raditi samo i isključivo ono što je propisano zakonom već ono što nalaže život, ono što osjećate kao bilo građana i ono što vidite da je u datom trenutku potrebno. Jako me veseli je da živi prepoznačaj projekti i time podržava komunikaciju prema kategoriji građana koju smo stvorili u fokus, a to

Za ovaj projekt Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom Grada Zagreba osvojio je Grand PRix 2019. Hrvatske udruge za odnose s javnošću u kategoriji regionalne i lokalne samouprave. Nagrada se dodjeljuje kao izraz priznanja za izvrsnost u osmišljavanju i provedbi projekata vezanih za strateške komunikacije i odnose s javnošću. Ova nagrada veliko je priznanje Uredu za godine kontinuiranog i predanog rada u stvaranju lokalne zajednice za život starijih sugrađana i poticaj da nastavi još ustrajnije u cilju unapređenja kvalitete života naših najmudrijih.

## 7.5. Manifestacije

Povodom obilježavanja važnih datuma za osobe starije životne dobi, Grad Zagreb organizira razne manifestacije i događanja s ciljem senzibiliziranja javnosti za potrebe svojih starijih sugrađana, ali i prezentacije pozitivne slike o njihovom životu. Manifestacije prezentiraju život i mudrost naših starijih sugrađana, nepresušno vrelo njihovog znanja i iskustava te pokazuju svu silinu njihove životne energije, kreativnosti, radosti i pozitivnog pristupa problemima svakodnevnog života – sav potencijal zlatne životne dobi. Za potrebe ove publikacije istaknut ćemo one koje se tradicionalno i kontinuirano održavaju svake godine.



### GERONTOLOŠKI TULUM

Povodom obilježavanja Međunarodnog dana starijih osoba 1. listopada Grad Zagreb, Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom u suradnji sa Zakladowm "Zajednički put" organizira manifestaciju namijenjenu starijim sugrađanima pod nazivom Gerontološki tulum. Manifestacija se od 2004. održava kontinuirano svake godine s ciljem promicanja

važnosti zdravog i aktivnog starenja i podizanja kvalitete života naših starijih sugrađana. U manifestaciji sudjeluju brojne ustanove i organizacije civilnog društva koje na različite načine brinu o našim starijim sugrađanima i nude široku lepezu usluga i aktivnosti namijenjenih upravo njima, kao i sami korisnici istih.

Na standovima izlagača Gradske ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom, Zaklada "Zajednički put", domovi za starije osobe, Gerontološki centri Grada Zagreba, Ministarstvo rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike, Centar za socijalnu skrb Zagreb, Stomatološka poliklinika Zagreb, Matica umirovljenika grada Zagreba, Povjereništvo Sindikata umirovljenika Hrvatske Zagreb i brojne druge udruge umirovljenika te drugi izlagači prezentiraju svoje programske aktivnosti. U preventivo-zdravstvenom dijelu građanima su osigurani besplatni pregledi i mjerenja (tlaka, šećera, vitamina i minerala, oksimetrija, spirometrija i dr.), dok se istovremeno na pozornici odvija bogat kulturno-zabavni i rekreativni program.

Manifestacija okuplja više od 500 sudionika svake godine i isto toliko posjetitelja te se tom prigodom građanima podijeli na tisuće raznih brošura s nizom informacija o starenju i starosti, kao i o usluga-ma te programima koji su dostupni svim starijim sugrađanima s ciljem promocije aktivnog i zdravog starenja.

U ožujku 2020. godine proglašena je epidemija COVID-19 zbog čega je "17. Gerontološki tulum" održan virtualno te se prva tzv. e-manifestacija emitirala na službenim kanalima Grada Zagreba, uz tradicionalne prezentacije izlagača, ovaj put putem e-štanda. Iz epidemioloških razloga, ovogodišnji 18. Gerontološki tulum održat će se virtualno te u lokalnim sredinama u kojima djeluju domovi za starije osobe u nadležnosti Grada Zagreba pod nazivom "Gerontološki tulum u našem kvartu".



## Gerontološki tulum



### SVJETSKI DAN PLESA I EUROPSKI DAN SOLIDARNOSTI MEĐU GENERACIJAMA



Povodom obilježavanja Svjetskog dana plesa, 29. travnja, Grad Zagreb od 2008. godine organizira plesnu smotru i natjecanje u plesu sugrađana starije životne dobi. Osnovna ideja Svjetskog dana plesa je senzibilizirati javnost prezentirajući jake strane života u starijoj životnoj dobi te pokazati kako životna dob nije prepreka za plesni pokret. Istoga datuma obilježava se i Europski dan solidarnosti među generacijama stoga je ova manifestacija prilika za prezentaciju zajedničkog rada mlađe i nešto starije generacije. U 2020. i 2021. godini, zbog trajanja epidemije COVID-19, Svjetski dan plesa obilježen je simbolično na način da su korisnici, uz stručno vodstvo, 29. travnja točno u podne zaplesali u svojim domskim parkovima i terasama te tako održali tradiciju obilježavanja ovog značajnog datuma.

### SAJAM PRAVO DOBA



Grad Zagreb u suradnji sa Zagrebačkim velesajmom i Zakladem "Zajednički put" organizira sajam Pravo doba – prvi specijalizirani sajam u Republici Hrvatskoj za starije građane, ali i sve druge generacije koje žele aktivno i zdravo starjeti. Sajam se održava na Zagrebačkom velesajmu od 2015. godine, a sastoji se od bogatog stručno-popratnog programa namijenjenog stručnjacima koji rade s osobama starije životne dobi i njihovim obiteljima, ali i široj javnosti. U izlagačkom dijelu posjetitelji imaju priliku upoznati se s ponudom proizvoda i usluga različitih tvrtki, ustanova i organizacija civilnog društva namijenjenih starijoj populaciji. U tri dana održavanja sajma posjetitelji mogu obaviti brojna zdravstveno-medicinska mjerena i pregledе na štandovima izlagачa. U 2020. i 2021. godini Sajam se nije održao iz epidemioloških razloga.



## ADRESE I KONTAKTI GERONTOLOŠKIH CENTARA I GRADSKOG UREDA ZA SOCIJALNU ZAŠTITU I OSOBE S INVALIDITETOM

ADRESE I KONTAKTI GERONTOLOŠKIH CENTARA I GRADSKOG UREDA ZA SOCIJALNU ZAŠTITU I OSOBE S INVALIDITETOM

<b>CENTAR</b> Klaićeva 10 <b>01 49 24 158</b> <a href="http://www.dom-centar.hr">www.dom-centar.hr</a> <a href="mailto:dom.centar@zg.t-com.hr">dom.centar@zg.t-com.hr</a>	<b>DUBRAVA</b> Milovana Gavazzija 26 <b>01 28 51 552</b> <a href="http://www.dom-dubrava.hr">www.dom-dubrava.hr</a> <a href="mailto:gerontoloski@dom-dubrava.hr">gerontoloski@dom-dubrava.hr</a>	<b>MAKSIMIR</b> Hegedušićeva 20 <b>01 23 51 285</b> <a href="http://www.dom-maksimir.hr">www.dom-maksimir.hr</a> <a href="mailto:dom.maksimir@zg.t-com.hr">dom.maksimir@zg.t-com.hr</a>
<b>MEDVEŠČAK</b> Trg Drage Iblera 8 <b>01 45 52 077</b> <a href="http://www.dom-medvescak.hr">www.dom-medvescak.hr</a> <a href="mailto:dom.medvescak@dom-medvecsak.hr">dom.medvescak@dom-medvecsak.hr</a>	<b>PEŠČENICA</b> Donje Svetice 89 <b>01 23 58 502</b> <a href="http://www.dom-pescenica.hr">www.dom-pescenica.hr</a> <a href="mailto:gc@dom-pescenica.hr">gc@dom-pescenica.hr</a>	<b>SVETA ANA</b> Islandska 2 <b>01 66 70 792</b> <a href="http://www.sv-ana.hr">www.sv-ana.hr</a> <a href="mailto:izvaninstitucija@sv-ana.hr">izvaninstitucija@sv-ana.hr</a>
<b>SVETI JOSIP</b> Dunjevac 17 <b>01 36 69 279</b> <a href="http://www.domsvjosip.hr">www.domsvjosip.hr</a> <a href="mailto:uprava@domsvjosip.hr">uprava@domsvjosip.hr</a>	<b>TREŠNJEVKA</b> Trg Slavoljuba Penkale 1 <b>01 36 59 432</b> <a href="http://www.dom-tresnjevka.hr">www.dom-tresnjevka.hr</a> <a href="mailto:dom-tresnjevka@zg.t-com.hr">dom-tresnjevka@zg.t-com.hr</a>	<b>TRNJE</b> Poljička 12 <b>01 61 19 455</b> <a href="http://www.dzsino-trnje.hr">www.dzsino-trnje.hr</a> <a href="mailto:gc-trnje@net.hr">gc-trnje@net.hr</a>

<b>GRAD ZAGREB</b> Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom Trg Stjepana Radića 1 <b>01 61 01 269</b> <a href="http://www.zagreb.hr">www.zagreb.hr</a> <a href="mailto:guszoi@zagreb.hr">guszoi@zagreb.hr</a> <a href="mailto:socijalna-zastita@zagreb.hr">socijalna-zastita@zagreb.hr</a>	<b>SEKTOR ZA SOCIJALNU ZAŠTITU</b> Odjel za ustanove socijalne skrbi i unapređenje kvalitete života starijih osoba Trg Stjepana Radića 1 <b>01 61 01 524</b> <b>01 61 01 247</b> <b>01 61 00 071</b> <b>01 61 00 159</b> <a href="mailto:socijalneustanove@zagreb.hr">socijalneustanove@zagreb.hr</a>
--	---

Zahvaljujemo  
gerontološkim centrima i domovima za starije osobe u nadležnosti Grada Zagreba  
na sudjelovanju u izradi ove publikacije



Grad Zagreb  
Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom