



# Программная справка

## Активное старение

Программная справка ЕЭК ООН № 13 по  
вопросам старения  
Июнь 2012 г.

**Обязательство 2 Стратегии ЕЭК ООН по вопросам старения: обеспечить полноценную интеграцию и участие пожилых людей в жизни общества.**

**Обязательство 5 Стратегии ЕЭК ООН по вопросам старения: обеспечить реагирование рынков труда на экономические и социальные последствия старения населения.**

**Обязательство 7 Стратегии ЕЭК ООН по вопросам старения: стремиться к обеспечению качества жизни в любом возрасте и поддерживать самостоятельную жизнь, включая здоровье и благополучие.**

### Содержание

Сложный контекст.....	1
Предлагаемые стратегии.....	1
Ожидаемый результат.....	2
Введение. Концепция «активного старения».....	2
Контекст процесса старения.....	3
Участие в рынке труда.....	5
- Баланс между трудовой деятельностью и личной жизнью на протяжении всей жизни.....	5
- Гибкость карьеры благодаря образованию и подготовке.....	6
- Адаптация производственной среды к нуждам всех поколений.....	8
- Имидж пожилых работников и антидискриминационная политика.....	8
- Гибкие правила выхода на пенсию.....	9
Социальная интеграция.....	11
- Волонтерская деятельность как мера содействия социальной интеграции.....	11
- Активность на основе участия в социальных семейных сетях.....	12
Здоровье.....	13
- Профилактические меры – здоровый образ жизни в течение всего жизненного пути.....	14
- Слабость и долговременная помощь – к общинному уходу.....	15
Рекомендации.....	16
- Участие в рынке труда.....	16
- Социальная интеграция.....	16
- Здоровье.....	16
- Оптимизация политики по вопросам старения... ..	17
Библиография.....	18
Контрольный перечень.....	20

### Сложный контекст

Процесс старения людей определяется широким спектром факторов: биологическими предпосылками, социальными обстоятельствами, отношением к старению и образом жизни. То, как стареет индивидум, может способствовать продолжительности его жизни и тому, насколько здоровым это лицо может быть в поздний период своей жизни.

Нынешняя политика в отношении старения может воспринимать «старость» как статус, а не как результат процесса. Некоторые политические документы по вопросу старения могут быть направлены на оказание услуг в рамках этого статуса, а не на расширение прав и возможностей пожилых людей в отношении самостоятельной жизни. Здесь необходимо изменение парадигмы. Для того, чтобы обрести способность оставаться активным, индивидуму необходимо делать соответствующие инвестиции в этот процесс на протяжении всей своей жизни. Соответствующие общественные структуры, стимулы и меры по повышению уровня осведомленности позволили бы людям вести активный образ жизни как можно дольше. Существующая общественная и правовая инфраструктура, возможно, не полностью обеспечивает эти возможности для активного старения.

### Предлагаемые стратегии

Конференция министров стран ЕЭК ООН по проблемам старения, проходившая под девизом «Создание общества для людей всех возрастов: содействие повышению качества жизни и активной старости»,<sup>1</sup> стала попыткой внести вклад в повышение уровня осведомленности и определение приоритетов в сфере активного старения на наивысшем политическом уровне и в контексте Мадридского международного плана действий по проблемам старения.<sup>2</sup> Кроме того, Европейский парламент объявил текущий год Европейским годом активного старения и солидарности поколений,<sup>3</sup> что закладывает основу для начала реализации множества новых проектов. На этом фоне в данной Программной справке предлагаются конкретные политические меры, которые государства-члены ЕЭК ООН могут рассмотреть в контексте поддержки активного старения.

### Ожидаемый результат

Концепция активного старения направлена на повышение уровня физического и умственного благополучия граждан. Личное благополучие может в конечном счете способствовать способности людей быть менее зависимыми и шире участвовать в общественной жизни. Применение концепции активного старения создаст инфраструктуру, позволяющую людям брать на себя ответственность за процесс собственного активного старения.

<sup>1</sup>Информация о Конференции министров по проблемам старения приведена по ссылке: [http://www.unece.org/pau/ageing/ministerial\\_conference\\_2012.html](http://www.unece.org/pau/ageing/ministerial_conference_2012.html).

<sup>2</sup>ООН (2002). Политическая декларация и Мадридский международный план действий по проблемам старения. Вторая Всемирная ассамблея по проблемам старения. Мадрид, Испания, 8-12 апреля 2002 г. <http://social.un.org/index/Ageing/Resources/MadridInternationalPlanofActiononAgeing.aspx>

<sup>3</sup>Информация о деятельности ЕС в контексте Европейского года активного старения и солидарности поколений приведена по ссылке: <http://europa.eu/ey2012/>

## **Введение: концепция «активного старения»**

### *Определение термина «активное старение»*

Некоторые, возможно, понимают активное старение преимущественно как участие в рынке труда во второй половине жизни, однако в данной программной справке используется определение ВОЗ, касающееся намного более широкой концепции: «Активное старение – это процесс оптимизации возможностей для обеспечения здоровья, участия в жизни общества и защищённости человека с целью улучшения качества его жизни в ходе старения. [...] Активное старение позволяет людям реализовывать свой потенциал физического, социального и психического благополучия на протяжении всей жизни и участвовать в жизни общества, обеспечивая им надлежащую защиту, безопасность, уход, когда они в этом нуждаются».<sup>4</sup> Это определение тесно ассоциируется с благополучием людей. Вместе с тем, благополучие людей – не только индивидуальная роскошь: оно имеет важное общественное измерение, например, в плане повышения уровня участия в рынке труда и сокращения расходов на здравоохранение.

### *Контекст процесса старения и его значение для активного старения*

Процесс старения формируют разные факторы.<sup>5</sup> С одной стороны, существуют биологические предпосылки, которые частично обуславливают хорошее состояние здоровья на протяжении жизни и, следовательно, в старости. С другой стороны, значительными факторами, влияющими на здоровье и благополучие, являются социальные обстоятельства, а также образ жизни. Поскольку охватить биологические факторы с политического уровня сложно, то в данной программной справке внимание будет уделено социальным аспектам, которые играют определенную роль в активном и здоровом старении. Кроме того, физическое и психическое благополучие формируется самовосприятием и восприятием определенных признаков старения и пожилых людей. Наука о поведении доказывает, что установка, которая у молодого человека ассоциируется со старостью, способствует качеству последующего процесса старения этого лица.<sup>6</sup>

Важный вопрос, на который необходимо ответить в контексте данного материала, состоит в различии между ответственностью индивидуума и ответственностью общества. Здесь нужно рассматривать ответственность индивидуума за управление индивидуальным процессом старения, а также стимулировать государства-члены ЕЭК ООН к формированию соответствующих политических, правовых и общественных структур, при которых у людей больше возможностей для активного старения.

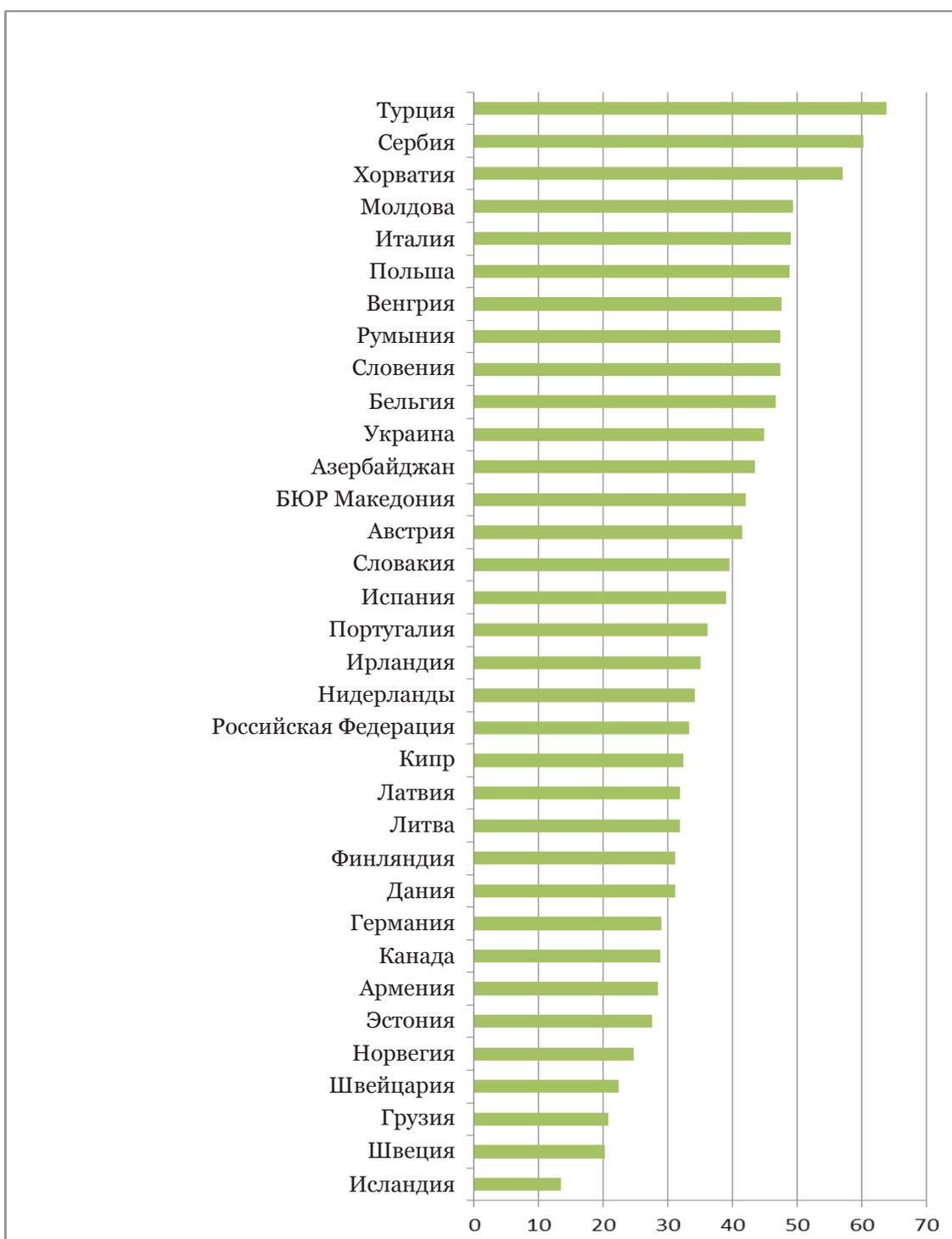
Концепция активного старения направлена на оптимизацию политики старения в различных политических сферах, таких как участие в рынке труда, социальная интеграция и здравоохранение. Активное участие в рынке труда может поддерживаться путем создания гибких механизмов выхода на пенсию, формирования производственной среды, адаптированной к потребностям всех поколений, непрерывного образования и подготовки кадров, пропаганды позитивного имиджа пожилых работников и антидискриминационной политики. Пожилые люди могут лучше интегрироваться в общество, если видят, что существуют структуры для волонтерской деятельности, например, в условиях взаимодействия поколений. Политика здравоохранения, поощряющая активное старение на протяжении всей жизни, включает профилактические меры и механизмы общинного ухода. Межпоколенческий (учитывающий последствия политики для различных возрастных групп), охватывающий весь жизненный цикл (учитывающий будущие возможные последствия политики для условий жизни индивидуума) и гендерно-ориентированный подход (учитывающий гендерные различия в последствиях политики) должен обеспечить, чтобы такому сложному демографическому явлению, как старение населения, уделялось надлежащее внимание на сбалансированной основе.

<sup>4</sup> World Health Organisation (WHO): What is active ageing? [http://www.who.int/ageing/active\\_ageing/en/index.html](http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/index.html)

<sup>5</sup> Ferraro, K. and Shippee, T. (2009). Aging and Cumulative Inequality: How Does Inequality Get Under the Skin? *The Gerontologist*. Vol. 49, No. 3, pp. 333–343.

<sup>6</sup> Levy, B. et al. (2002). Longevity Increased by Positive Self-Perceptions of Aging. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 83, No. 2. Baltes, P. and Baltes, M. (1993). Successful aging: perspectives from the behavioral sciences.

**Рис. 1**  
**Доля неактивного населения 50-64 лет в избранных странах ЕЭК ООН, 2010 г. (%)**



Источник: Статистическая база данных ЕЭК ООН (<http://www.unecce.org/stats/data>). См. раздел Gender Statistics/Work and the economy/Economically Inactive population by reason for inactivity, age and sex.

Примечание: экономически неактивное население включает всех лиц, не входящих в состав рабочей силы, т.е. не занятых и не безработных. На рисунке показана доля неактивного населения 50-64 лет в общей численности населения этой возрастной группы. Данные взяты из национальных обследований рабочей силы, которые представляют собой стандартные обследования домохозяйств для получения статистических данных, касающихся работы. Как таковые, они охватывают официальную и незарегистрированную экономику.

## Участие в рынке труда

Данные об экономической неактивности возрастной группы 50-64 лет демонстрируют значительный разброс по региону ЕЭК ООН. Из 34 стран, представленных на рис. 1, 25 сообщают, что свыше 30 процентов лиц 50-64 лет являются экономически неактивными. В трех странах неактивное население этой возрастной группы составляет свыше 50 процентов. Столь высокий уровень экономической неактивности не просто означает потерю ресурсов для соответствующих стран, но и отражает существующие препятствия для участия их населения в экономической и социальной жизни, что может в конечном итоге привести к снижению качества жизни людей.

При этом в регионе ЕЭК ООН не только пожилые работники и молодые пенсионеры, но и молодые выпускники нуждаются в более широком доступе к рынку труда.<sup>7</sup> В то же время, наиболее экономически активное поколение среднего возраста часто перегружено из-за усилий, прилагаемых для согласования карьерного роста с семейными обязанностями. Чтобы найти адекватные и учитывающие гендерный фактор инструменты рынка труда, обеспечивающие четкий баланс потребностей разных поколений, могут быть полезны изложенные ниже соображения.

## Баланс между трудовой деятельностью и личной жизнью на протяжении всей жизни

Стимулирование активного образа жизни должно учитывать тот факт, что определенные возрастные и гендерные когорты уже испытывают давление. Например, период между 30 и 50 годами особенно напряженный для женщин с семейными обязанностями, и поэтому его часто называют «часом пик жизни»,<sup>8</sup> когда согласование карьерного роста, воспитания детей, партнерства, а часто и обязанностей по уходу за престарелыми членами семьи представляет особую проблему. Сочетание политики организации времени, инфраструктурной поддержки и материальной помощи может помочь женщинам (и мужчинам) поддерживать стабильный баланс между трудовой деятельностью и личной жизнью на протяжении всего жизненного цикла, что способствует большей способности вести активную жизнь в течение длительного последующего периода. Замедление темпа жизни поколения среднего возраста с созданием возможностей для занятости очень молодых и стареющих членов общества может иметь благоприятные последствия для всех.<sup>9</sup>

## Гибкость карьеры благодаря образованию и подготовке

В течение многих десятилетий в трудовой жизни многих людей четко разграничивались три основных периода: фаза квалификации, рабочая фаза и фаза выхода на пенсию. В ответ на социальные обстоятельства, возникающие в результате старения населения, концепция активного старения требует изменения парадигмы этого трехэтапного подхода. Поскольку сегодня от работников ожидают большей гибкости в плане выполняемых обязанностей и условий труда, то приверженность принципу образования в течение всей жизни является предпосылкой к активному и гибкому образу жизни. Своевременные инвестиции в образование демонстрируют благоприятные эффекты на возможность

<sup>7</sup> В Докладе ООН по вопросам молодежи охарактеризованы условия труда и уровни безработицы возрастной группы 15-30 лет, которые в большинстве исследованных стран значительно превосходят показатели среди взрослых. В докладе также изложены рекомендации о том, как решать эту проблему. См. Департамент по экономическим и социальным вопросам ООН (ДЭСВ), 2012 г. Всемирный доклад по вопросам молодежи. <http://unworldyouthreport.org/>

<sup>8</sup> Tremmel, J. (ed.) (2010). A Young generation under pressure?: The financial situation and the “Rush Hour” of the Cohorts 1970-1985 in a generational comparison. Springer.

<sup>9</sup> European Commission (2005). Green Paper “Confronting demographic change: a new solidarity between the generations”. [http://europa.eu/legislation\\_summaries/employment\\_and\\_social\\_policy/situation\\_in\\_europe/c10128\\_en.htm](http://europa.eu/legislation_summaries/employment_and_social_policy/situation_in_europe/c10128_en.htm).

трудоустройства, состояние здоровья и социальную интеграцию. Среди пожилых работников с высшим образованием уровни занятости намного выше, чем среди низкоквалифицированных работников.<sup>10</sup> Доступность широкого спектра возможностей профессиональной подготовки и переподготовки, а также освоения языковых навыков и информационно-коммуникационных технологий может способствовать обеспечению возможности трудоустройства работников на протяжении всей жизни, а также повышает качество жизни в период после наступления пенсионного возраста.

### **Обучение в течение всей жизни – Люксембург**

RBS, центр, занимающийся вопросами старости, в сотрудничестве с Люксембургским университетом разработал концепцию «Обучение в более позднем возрасте». С 2011 года университет проводит занятия по 17 темам для всех пожилых лиц в возрасте 60 лет и старше и лиц, досрочно вышедших на пенсию. Они участвуют в учебе как «вольные слушатели», освобожденные от платы за обучение (кроме вступительного взноса в размере 50 евро). Никаких предварительных условий в отношении уровня образования для этого не ставится. Благодаря этой программе пожилые люди поддерживают связи с молодежью. Каждое интеллектуальное усилие – это прекрасная тренировка для ума, позволяющая сосредоточиться на новых интересных темах. Программа, на первый зимний семестр которой поступило 100 человек, стала большим успехом. Две трети участников оценили эту инициативу как очень хорошую, а остальные отметили, что она стала хорошим опытом. На летний семестр 2012 г. число тем для курсов возрастет до 26.

Источники: RBS – CENTER FIR ALTERSFROEN

[http://www.en.uni.lu/university/news/latest\\_news/seniorstudium\\_informationsveranstaltung\\_am\\_30\\_januar](http://www.en.uni.lu/university/news/latest_news/seniorstudium_informationsveranstaltung_am_30_januar)<http://www.rbs.lu/icc/Internet-fr/nav/occ/occ70739-e54f-0421-e18c-66132700266c.htm>, or email; Roland Moes at [Roland.Moes@igss.etat.lu](mailto:Roland.Moes@igss.etat.lu)

### **Инициатива Fit2Work – Австрия**

Главная цель инициативы Fit2Work состоит в поддержании и неуклонном улучшении возможности трудоустройства и трудоспособности работников, а также в предупреждении досрочного ухода с рынка труда из-за болезней, в том числе профессиональных. Проект осуществляется в рамках Закона о труде и здоровье, который был принят Парламентом Австрии в декабре 2010 г. и вступил в силу 1 января 2011 г. В сотрудничестве с Федеральной службой социального обеспечения (Bundessozialamt), Государственной службой занятости (Arbeitsmarktservice), Управлением социального страхования от профессиональных рисков (AUVA) и Управлением государственного пенсионного страхования соответствующие меры осуществляются на всей территории Австрии.

В результате в 2011 г. была создана общедоступная служба по вопросам труда и здравоохранения для всех работников и работодателей. Инициатива Fit2work нацелена на изменение культуры занятости пожилых работников в Австрии.

Для реализации этой стратегии программа предусматривает ориентацию, прежде всего с помощью базовой информации (это начальный обзор «Платформа знаний» на базе информационных технологий), консультационные услуги и ведение отдельных дел, а также консультирование предприятий. На дальнейших этапах программы предприятиям будет предоставляться специализированный набор консультационных услуг. Сопутствующая работа по связям с общественностью позволит повысить уровень осведомленности населения по теме «Здоровая производственная среда». Оценка пилотных проектов показывает, что каждый инвестированный евро может за год обеспечить минимум трехкратную отдачу. Ожидается, что задержка выплаты пенсий по инвалидности на один год – обеспеченная этой программой – может ежегодно давать экономию в размере около 300 млн. евро.

Источник: Федеральное министерство труда, социальной политики и защиты потребителей Австрии. Дальнейшие контакты можно поддерживать по электронной почте с Эдит Вердеритц, [edith.werderits@bmask.gv.at](mailto:edith.werderits@bmask.gv.at), or visit: [www.fit2work.at](http://www.fit2work.at)

<sup>10</sup> Взаимосвязь между статусом образования и уровнями занятости охарактеризована в публикации : Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2001). Education at a Glance 2011. [http://www.oecd.org/document/2/0,3746,en\\_2649\\_39263238\\_48634114\\_1\\_1\\_1\\_1,00.html](http://www.oecd.org/document/2/0,3746,en_2649_39263238_48634114_1_1_1_1,00.html).

Адаптация  
производственной среды к  
нуждам всех поколений

Увеличение пенсионного возраста требует наличия условий, которые позволяют пожилым работникам сохранять здоровье, удовлетворенность и производительность труда, ибо хорошее здоровье работников и производительность их труда связаны между собой. Ответственность здесь лежит не только на политиках, но и на предприятиях и отдельных гражданах. Заинтересованные стороны могут сообща решить вопрос о том, как лучше всего обеспечить здоровые рабочие места и создать учитывающую возраст и безопасную производственную среду, способствующую сотрудничеству поколений.<sup>11</sup> Надлежащее вовлечение в процесс принятия решений может быть полезным для работников на всех уровнях организации. Поэтому следует разработать механизмы, позволяющие людям влиять на создание и улучшение условий их труда, благодаря чему работники могут в большей степени контролировать свой личностный рост в сфере труда, иметь более широкий выбор и больше возможностей для этого. Управление безопасностью и гигиеной труда с учетом возрастных аспектов на производстве может осуществляться специализированными службами, сотрудники которых имеют необходимую подготовку для заблаговременного выявления проблем с психическим здоровьем и принятия соответствующих мер.<sup>12</sup> Важную роль играет и профилактика огорчительного опыта межличностных отношений на рабочем месте, как то запугивание или домогательства, которые могут вызывать тревогу и расстройство и приводить к целому ряду заболеваний (например, к синдрому эмоционального выгорания) либо к преждевременному выходу из сферы занятости.<sup>13</sup>

Имидж пожилых  
работников и  
антидискриминационная  
политика

При работе в направлении улучшения имиджа работников определенных возрастных групп ключом является взаимопонимание между поколениями.

В ходе специального исследования «Евробарометр»<sup>14</sup> было установлено, что субъективно воспринимаемый «непозитивный» имидж пожилых работников может обуславливать более 50 процентов причин того, почему лица, принадлежащие к возрастной группе 55 лет и старше, могут прекращать работать. Поэтому необходима поддержка позитивного имиджа пожилых работников. Желательно освещать их опыт и квалификацию в программах в СМИ, сотрудничестве с гражданским обществом или школьных учебных программах. С помощью антидискриминационной политики можно предотвратить вредные действия, обусловленных отрицательным предубеждением.

В то же время, внимание к усилиям родителей, старающихся сочетать работу с семейной жизнью, и признание этих усилий уменьшило бы давление, которому они подвергаются для поддержания имиджа «всегда готового» работника в периоды воспитания детей. Это может способствовать большему сочувствию средневозрастного поколения в плане признания квалификации пожилых людей и понимания их особых потребностей. Кроме того, это содействовало бы реализации целостного подхода к индивидууму, признающего, что на каждом жизненном этапе активное участие в экономической жизни идет рука об руку с личными заботами о семье, социальных вопросах и состоянии здоровья.

<sup>11</sup> См., например: European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2011). The impact of the recession on age-management policies. Dublin.

<sup>12</sup> Wilkinson, R. and Marmot, M. (2003). Social determinants of health – the solid facts, Second edition. Copenhagen: World Health Organization, Regional Office for Europe. p. 18-19.

<sup>13</sup> International Labour Organization (ILO) (2006). Violence at work. [http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2006/106Bo9\\_110\\_engl.pdf](http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2006/106Bo9_110_engl.pdf).

<sup>14</sup> See: European Commission (2012). Public Opinion. Special Eurobarometer No. 378. [http://ec.europa.eu/public\\_opinion/archives/eb\\_special\\_379\\_360\\_en.htm](http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/eb_special_379_360_en.htm).

Гибкие правила выхода на пенсию

В Региональной стратегии осуществления (PCO) ЕЭК содержится призыв к отмене обязательного выхода на пенсию. Законодательная база, допускающая гибкие механизмы работы, может помочь пожилым работникам продолжать свою трудовую деятельность, пока они не достигнут установленного законом пенсионного возраста, и далее, если они пожелают этого. Систематическое расширение масштабов занятости на условиях неполного рабочего времени или устанавливаемых договорным путем изменений в графиках рабочего времени на протяжении трудовой жизни помогает расширить сферу гибких трудовых отношений для пожилых работников.<sup>15</sup> Учет гендерного фактора может способствовать охвату пожилых женщин, сталкивающихся с совокупными препятствиями для входа на рынок труда или закрепления на нем, вызванными перерывами на воспитание детей, работой на условиях неполного рабочего времени или низкой заработной платой.<sup>16</sup>

### Стратегия «Старость как экономический фактор» - Германия

Стратегия «Старость как экономический фактор», реализуемая Федеральным министерством Германии по делам семьи, пожилых граждан, женщин и молодежи, направлена на повышение качества жизни пожилых граждан. В ней освещены возможности демографических изменений, для чего внимание обращается на потенциал товаров и услуг, рассчитанных на все возрасты, и на усиление роли пожилых граждан как потребителей и работников. Бюджет, выделенный на реализацию этой стратегии, до марта 2011 г. составил 1,535 млн. евро, а на период 2012-2014 гг. – 900 тыс. евро.

Проекты в контексте этой стратегии предусматривают:

- разработку средств для предприятий и потребителей;
- знак качества «Покупки для всех поколений», который был разработан в сотрудничестве с многочисленными объединениями на уровне общин и земель и который присвоен более чем 3000 магазинам;
- веб-сайт с информацией о стратегии: [www.wirtschaftsfaktor-alter.de](http://www.wirtschaftsfaktor-alter.de);
- три региональные конференции (2011-2012 гг.);
- проведение выставки «Универсальный дизайн»;
- исследования по темам:
  - «Удовлетворенность пожилых людей своей работой в связи с представлением о старости и возрасте на предприятиях»;
  - «Управление переходом: знания о мотивации и предпочтениях пожилых работников с акцентом на формирование процесса выхода на пенсию»;
  - «Реализация возможностей: группа потребителей «50 плюс»;
  - «Экономика Германии и демографические изменения»;
  - «Туризм для тех, кому за 50».

Источник: Федеральное министерство Германии по делам семьи, пожилых граждан, женщин и молодежи. Дополнительную информацию можно получить у Дорики Зайб, [dorika.seib@bmfjsfj.bund.de](mailto:dorika.seib@bmfjsfj.bund.de), либо на веб-сайте <http://www.wirtschaftsfaktor-alter.de>. Информацию о знаке качества можно получить на веб-сайте <http://www.generationenfreundliches-einkaufen.de>

<sup>15</sup> Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2011). Pensions at a Glance 2011. Retirement-Income Systems in OECD and G20 Countries.

<sup>16</sup> Botti, F. et al. (2011). Active Ageing and Gender Equality: A labour market perspective. DULBEA Working Papers. Дополнительно о пенсиях см. : European Commission (2012). White Paper. An Agenda for Adequate, Safe and Sustainable Pensions. COM(2012) 55 final.

## Социальная интеграция

Ряд исследований показал, что люди, вовлеченные в общественную жизнь, более счастливы и здоровы на протяжении всей своей жизни, тогда как одиночество может вызываться разными факторами, как то утрата партнера, сокращение социальной активности и снижение активности физической.<sup>17</sup> Государства-члены ЕЭК ООН могут способствовать социальной интеграции пожилых и молодых граждан, расширяя возможности волонтерской деятельности и обмена между поколениями.

### Волонтерская деятельность как мера содействия социальной интеграции

Хотя заняться волонтерской деятельностью никогда не поздно, есть свидетельства того, что люди, ведущие активную жизнь, с большей вероятностью сохраняют активность, достигнув пенсионного возраста.<sup>18</sup> Поддерживаемые государством программы волонтерской деятельности могут давать возможности для вовлечения в общественную жизнь и участия в политической деятельности (например, для работы в консультативных органах или объединениях пожилых людей), однако они не должны служить возможностью для замены постоянной занятости.

## Программа «Новые горизонты для пожилых» - Канада

Программа «Новые горизонты для пожилых» (NHSP) реализуется в поддержку обязательства Правительства Канады по содействию позитивного имиджа и активного вовлечения пожилых граждан. Среди целей программы – развитие волонтерской деятельности пожилых людей и представителей других поколений, участие пожилых граждан в жизни общества как наставников других людей, а также поддержка социального участия и охвата пожилых людей.

С 2004 года, когда была начата реализация программы, ее финансирование увеличилось. По состоянию на 2011 г. общий бюджет программы составляет 45 млн. канадских долларов в год. За прошедший период программа помогла пожилым гражданам руководить вышеупомянутой деятельностью и участвовать в ней, для чего программой было выделено финансирование более чем на 8500 проектов в более чем 1000 населенных пунктах страны. Программа финансирует общинные проекты, руководимые или вдохновляемые пожилыми людьми, с участием некоммерческих организаций, коалиций, муниципальных органов власти, учебных заведений и племенных советов.

Посредством программы участвующие в ней пожилые люди делятся своими знаниями и опытом с представителями других поколений. Например, на радио Саноэ FM идет передача «Час пожилых: старение вне стереотипов» - программа, которую ведут пожилые люди для налаживания связей между пожилыми гражданами и населением общин округа Халибертон. Эта серия радиопередач была создана пожилыми для пожилых и охватывала ряд тем, включая мероприятия для пожилых людей в общине, советы по здравоохранению для стареющего населения и налаживание связей между пожилыми людьми и студентами путем рассказывания ими различных историй. Слушателям предоставлялась информация, помогающая уменьшить социальную изоляцию и стимулировать участие в общественных мероприятиях и проектах. Национальная ассоциация общественного радиовещания недавно отметила вышеупомянутую радиостанцию за ее передачу «Старение вне стереотипов», финансируемую NHSP.

Источник: Министерство кадровых ресурсов и повышения квалификации Канады. Более подробную информацию см. по ссылке : [http://www.hrsdc.gc.ca/eng/community\\_partnerships/seniors/index.shtml](http://www.hrsdc.gc.ca/eng/community_partnerships/seniors/index.shtml)

<sup>17</sup> См., например, Cacioppo, J. (2002). Loneliness and Health: Potential Mechanisms. *Psychosomatic Medicine*. Vol. 64, pp. 407–417.

Примечание: как отмечено в этом исследовании, одиночество может способствовать развитию различных заболеваний, например, депрессии, тревоги, стресса и сердечно-сосудистым заболеваниям.

<sup>18</sup> См., например, Morrow-Howell, N. (2010). Volunteering in later life. *Research frontiers*. In: *Journal of Gerontology: Social Science*. Vol. 65B, pp. 461-469. Op. cit. See: [http://www.unece.org/pau/age/Policy\\_briefs/GoodPractices.html](http://www.unece.org/pau/age/Policy_briefs/GoodPractices.html)

## Спорт, здравоохранение и культура для третьего возраста - Сербия

Эта программа началась в 2008 г. с разового мероприятия по празднованию Международного дня пожилых людей, организованного Геронтологическим обществом Сербии и сербской сетью НПО HumanaS. В мероприятии, проводившимся в туристическо-курортном центре Соко-Баня (юго-восточный район Сербии), приняли участия 500 представителей 56 населенных пунктов. Благодаря своему большому успеху это мероприятие повторялось и в последующие годы, причем число участников все время росло. В 2011 г. проект был зарегистрирован как НПО «Движение третьего возраста в Сербии».

Цель организации – расширять социальную интеграцию пожилых людей в рамках национальной программы интеграции и солидарности поколений. Кроме пожилых людей, в программе в качестве волонтеров участвует более 100 студентов. Еще одно направление деятельности организации – поддержание здоровья пожилых женщин, например, путем бесплатного осмотра на предмет рака груди.

Центральное место в этой постоянно действующей программе занимает мероприятие, которое проводится ежегодно в начале октября в течение двух-трех дней. На нем для участников организуются различные спортивные соревнования (в 2011 г. участников было около 700), которые проводятся между командами почти всех муниципалитетов (в 2011 г. – 70). Эти виды спорта, в частности, адаптированы к возможностям пожилых людей с тем, чтобы в них могли принимать участие пожилые лица с инвалидностью. В ходе этого мероприятия ведется и культурная деятельность, как то литературные дискуссии, пение, рисование, участие в экологических проектах, обучение работе на компьютере.

Программа, как отмечается, уже полностью реализована, но вышеупомянутая НПО планирует на следующие годы новые, дополнительные мероприятия, чтобы продолжать развитие этой программы.

Источник: дополнительную информацию можно получить у Лидии Козарчанин, lidija.k@zavodsz.gov.rs, или на веб-сайте проекта <http://olimpi-jada3d.org/>

Активность на основе участия в социальных семейных сетях

Хотя солидарность поколений часто является естественным следствием родственных и неродственных отношений, ее можно поддерживать соответствующей правовой базой. Утверждают, что в большинстве стран ЕЭК ООН используется одна из трех моделей правовых и политических систем в отношении обмена нематериальной поддержкой: фамилиализм по умолчанию (где нет поддерживаемых государством альтернатив семейному уходу), поддерживаемый государством фамилиализм и дефамилиализация.<sup>19</sup> Каждая модель дает возможности для разработки и совершенствования стратегий активного старения, признавая, что позитивные социальные связи развиваются в течение всей жизни, а не возникают только в старости. Существует конкретная потребность в действиях по расширению возможностей социальной интеграции в модели «фамилиализма по умолчанию», ибо здесь пожилые люди могли бы стать зависимы от доброй воли членов семьи, а более молодые родственники были бы перегружены обязанностями. Образование в течение всей жизни и социальная общинная деятельность расширяют спектр возможностей социального взаимодействия. В модели, склоняющейся к дефамилиаризации, обмен материальной и нематериальной поддержкой между членами семьи может облегчаться с целью создания стимулов для налаживания более прочных семейных уз.

<sup>19</sup>Эти три модели упомянуты в публикации: United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) and Dykstra, P. (2010). Intergenerational family relationships in ageing societies. New York; Geneva: United Nations.

### **Программа Garantie 55+ - Бельгия**

Цель этой программы – накопить опыт содействия социальной интеграции женщин в процесс взаимодействия между поколениями путем налаживания контактов между пожилыми женщинами и подростками из одного и того же района в центре общины.

Лучше узнавая друг друга, обе эти группы могут постепенно избавляться от страхов и предрассудков, а также сообща учиться, как противостоять незащищенности и повышать качество жизни. Женщины, подвергающиеся агрессии (словесной или физической) участвуют в занятиях, где они могут делиться пережитым опытом. Именно так они учатся противодействовать подобным ситуациям, учатся уважать себя и добиваться уважения со стороны других.

Источник: дополнительную информацию можно найти на веб-сайте [www.garance.be](http://www.garance.be)

### **Программа «Бабушки и внуки» - Российская Федерация**

Цель этого проекта – укрепление связей между поколениями на основе эмоций, таких как забота, жалость, взаимопомощь, нежность, уважение к старшим и со стороны старших. Пожилые люди должны чувствовать признание за то, что они нужны, и ощущать поддержку в своей роли наставников.

В рамках проекта в центрах социальных служб проводятся встречи представителей двух поколений. Организуются различные мероприятия в рамках досуга, например, тематические и праздничные вечера, творческие мастерские, экскурсии и поездки за город.

На тематических мероприятиях пожилые участницы знакомят детей с народными традициями и истоками российской культуры, привлекая детей к такой деятельности, как художественное чтение и поэтические вечера. Бабушки могут петь, а дети – играть на музыкальных инструментах (балалайках, ложках).

В так называемых творческих мастерских пожилые участницы выступают наставницами детей, изготавливая вместе с ними разные поделки, например, поздравительные открытки. Посредством этой деятельности они учат детей не только принимать помощь, но и делать добрые дела другим. Творческая работа дает пожилым участницам возможность почувствовать себя нужными и поделиться опытом.

Во время поездок за город проводятся наблюдения за природой и беседы на экологические темы. Пожилые участницы улучшают свое физическое и психическое здоровье, участвуя в играх и конкурсах. Дети знакомятся с историческим прошлым своей страны, слушая рассказы и осматривая достопримечательности своего города. Выезжая с детьми за город, бабушки часто вспоминают молодость, находя при этом в детях благодарных слушателей.

Мероприятия, организованные в контексте программы «Бабушки и внуки», положительно повлияли как на образование молодого поколения, так и на благополучие пожилого поколения.

Источник: Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации. Подробную информацию можно получить у Александра Преображенского по адресу [PreobrazhenskiyAS@rosminzdrav.ru](mailto:PreobrazhenskiyAS@rosminzdrav.ru) либо по адресам [dszn@tula.net](mailto:dszn@tula.net), или [UskovaNE@rosminzdrav.ru](mailto:UskovaNE@rosminzdrav.ru)

## **Здоровье**

Смена парадигмы в политике в области здравоохранения означает инвестирование средств в активное старение посредством профилактических мер, а не внимание исключительно к лечебной медицине. В случаях, где хронические болезни, инвалидность и слабость неизбежны, общинный уход позволяет пожилым людям активнее участвовать в общественной жизни, чем уход в стационарных учреждениях.

Профилактические меры – здоровый образ жизни в течение всего жизненного пути

Создание основы для активного старения начинается с самого раннего возраста и продолжается в течение всей жизни. Поэтому профилактические меры – это рациональные инвестиции в здоровье постепенно стареющих обществ. Во введении к настоящему документу указано, что государства-члены ЕЭК могут создавать стимулы и правовую базу для здорового образа жизни, однако главная ответственность за выбор этого пути лежит на самом человеке. Создание благоприятных условий, в которых люди могут заниматься физкультурой, снимать стресс или улучшать питание, может влиять на состояние здоровья граждан, если человека можно убедить пользоваться этими условиями. Профилактика болезней и несчастных случаев также может предусматривать повышение качества жилья или безопасности транспортных средств.<sup>20</sup>

### Итальянская межотраслевая программа «Восстановление здоровья: облегчение здорового выбора»

«Восстановление здоровья» - это программа, осуществляемая при содействии Министерства здравоохранения Италии и утвержденная Указом Председателя Совета Министров от 4 мая 2007 г. Программа основана на межотраслевом подходе при активном вовлечении центральных, региональных и местных администраций в работу по профилактике хронических заболеваний и стимулированию здорового образа жизни. В частности, были определены четыре главных направления действий: отказ от курения, алкоголизм, нездоровое питание и гиподинамия.

Главная цель «восстановления здоровья» - повысить собственную ответственность индивидуума за здоровый образ жизни, что способствует активному процессу старения. По этой причине информирование, образование и помощь – основные инструменты реализации программы.

Министерство здравоохранения создало национальную платформу по вопросам питания, физической активности и курения с целью поощрения и реализации новых инициатив, согласующихся с программой. Платформа работала в течение года с участием ведущих представителей центральных администраций. С помощью Национального центра профилактики и контроля заболеваемости была реализована серия практических проектов, особое внимание в которых уделялось различным направлениям вмешательства.

Коммуникация между разными заинтересованными сторонами остается постоянным и центральным компонентом программы. Она включает в себя планы коммуникации по каждому направлению принимаемых мер, информационно-пропагандистские кампании для широкой общественности и конкретную программу, осуществляемую в сотрудничестве со школами.

Источник: Министерство здравоохранения Италии, дополнительная информация – на сайте: <http://www.guadagnasalute.it/site/programma>

Немощность и долговременная помощь – к общинному уходу

Хотя активный и здоровый образ жизни может содействовать ее большей продолжительности без каких-либо заболеваний, состояние слабости или инвалидности не всегда можно предотвратить.<sup>21</sup> Концепция активного старения должна быть направлена на повышение уровня благополучия путем предоставления пожилым людям возможности оставаться полноценными гражданами своей общины. Государствам-членам ЕЭК, возможно, следует развивать инфраструктуру услуг долговременного ухода, позволяющих пациентам оставаться активными гражданами и предотвращать их помещение в специальные учреждения. В числе таких услуг, например, услуги по уходу на дому или дневному уходу, услуги амбулаторной медицинской помощи, снабжения оборудованием, а также услуги по высококачественной паллиативной помощи, позволяющие неизлечимо больным людям достойно умирать дома. Для того, чтобы пользоваться этими услугами, пожилым людям нужна достаточная социальная защита (например, пенсии и меры по социальному обеспечению), что будет способствовать достижению конечной цели – помочь им оставаться интегрированными в свое общество.

<sup>20</sup> Wilkinson, R. and Marmot, M. (2003). Social determinants of health – the solid facts. Second edition. Copenhagen: World Health Organization, Regional Office for Europe.

<sup>21</sup> Vaupel, J.W. (2010). Biodemography of human ageing. Nature. Vol. 64, pp. 536-542.

## Успешная практика работы с пожилыми людьми на базе центров геронтологии - Хорватия

Задача центров геронтологии в Хорватии – как можно дольше удерживать пожилых граждан дома, в местной общине, обеспечивая многофункциональную неотложную помощь, адаптированную к потребностям этих людей. Методика работы центров заключается в поощрении неинституционального ухода за пожилыми людьми в их местной общине, что обеспечивает здоровое, активное и продуктивное старение. Это – особенное достижение для данного региона, потому что раньше были доступны только возможности стационарного или семейного ухода.

Хорватские центры геронтологии:

- обеспечивают неотложную медицинскую помощь функционально активным или функционально нетрудоспособным пожилым людям;
- осуществляют для них программы первичной, вторичной и третичной профилактики заболеваний;
- служат местом для встреч пожилых людей, где они могут участвовать в различных мероприятиях и межпоколенческом обмене;
- постоянно просвещают пожилых и молодых граждан в вопросах старости, старения и подготовки к выходу на пенсию.

Источник: подробную информацию можно получить у Споменки Томек-Роксандич, [spomenka.tomek-roksandic@stampar.hr](mailto:spomenka.tomek-roksandic@stampar.hr), или по адресу [gerontologija@stampar.hr](mailto:gerontologija@stampar.hr)

## Рекомендации

Концепция активного старения направлена на смену преобладающей парадигмы – с политики, просто учитывающей пожилых людей, на политику расширения их прав и возможностей. Для этого необходимо создать политическую и правовую базу, в которой пожилые люди могли бы брать на себя ответственность за качество собственной жизни и благополучие. При этом, однако, политика в отношении активного старения не должна игнорировать потребности ослабленных пожилых людей.

### *Участие в рынке труда*

Желательно, чтобы люди могли продолжать работать как можно дольше, если они достаточно здоровы и хотят работать. Важным шагом в этом отношении можно было бы считать отмену обязательного выхода на пенсию. Корректировка установленного законом пенсионного возраста и (или) трудового стажа, необходимого для получения пенсии, может предусматривать варианты плавного и постепенного выхода на пенсию, оставляющие возможность для личного выбора, с конечной целью позволить гражданам повышать уровень собственного благосостояния и качества жизни.

С другой стороны, чтобы предотвратить досрочный уход с рынков труда пожилых работников, которые еще не достигли пенсионного возраста, необходимо разработать соответствующие инструменты рынка труда. Эти инструменты должны быть нацелены на создание стимулов к продолжению трудовой деятельности и на формирование учитывающей возрастные особенности производственной среды, включая рабочие места, адаптированные с учетом возраста. Программы обучения в течение всей жизни как элемент комплексных стратегий в области образования являются благоприятным фактором улучшения способности к трудоустройству всех поколений.

### *Социальная интеграция*

Социальные сети играют решающую роль в осуществлении процесса активного старения, поэтому необходимо поддерживать социальную интеграцию посредством различных программ, как то волонтерская деятельность или проекты, способствующие солидарности поколений. Здесь семейные сети так же важны, как и несемейные общинные сети.

*Здоровье*

Содействие реализации профилактических мер и услуг по общинному уходу играет важную роль в обеспечении здорового старения граждан. Это могут быть программы оказания конкретной помощи в прекращении злоупотребления табаком и алкоголем. Это могут быть и информационно-пропагандистские программы, информирующие о возможных эффектах физически активного образа жизни и здорового питания. Хотя активный и здоровый образ жизни желателен, отмечается, что нетрудоспособность и слабость могут наступить и при таком образе жизни. В этих случаях учреждениям стационарного ухода следует предпочесть создание учреждений общинного ухода.

*Оптимизация политики по вопросам старения*

Реализация концепции активного старения требует межотраслевого, межпоколенческого и действующего в течение всей жизни подхода к интеграции вышеизложенных рекомендаций в согласованную стратегию. Межминистерская рабочая группа или любой другой национальный форум для общения может помочь обеспечить согласованность и координацию между различными задействованными заинтересованными сторонами.

## Библиография

- Baltes, P. and Baltes, M. (1993). *Successful aging: perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Botti, F. et al. (2011). *Active Ageing and Gender Equality: A labour market perspective*. DULBEA Working Papers.
- Cacioppo, J. et al. (2002). *Loneliness and health: potential mechanisms*. *Psychosomatic Medicine*. Vol. 64, pp. 407–417.
- European Commission (2011). *Public Opinion. Special Eurobarometer No. 378*. 2012. [http://ec.europa.eu/public\\_opinion/archives/eb\\_special\\_379\\_360\\_en.htm](http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/eb_special_379_360_en.htm)
- European Commission (2012). *European Year of Active Ageing and Solidarity between Generations*. <http://europa.eu/ey2012/>
- European Commission (2012). *White Paper. An Agenda for Adequate, Safe and Sustainable Pensions*. COM(2012) 55 final
- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2011). *The impact of the recession on age-management policies*. Dublin.
- Ferraro, K. and Shippee, T. (2009). *Aging and Cumulative Inequality: How Does Inequality Get Under the Skin?* *The Gerontologist*. Vol. 49, No. 3, pp. 333–343.
- International Labour Organization (ILO) (2006). *Violence at work*. [http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2006/106B09\\_110\\_engl.pdf](http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2006/106B09_110_engl.pdf)
- Levy, B. et al. (2002). *Longevity Increased by Positive Self-Perceptions of Aging*. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 83, No. 2.
- Morrow-Howell, N. (2010). *Volunteering in later life*. *Research frontiers. Journal of Gerontology: Social Science*. Vol. 65B, pp. 461-469.
- Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2011). *Education at a Glance 2011*. [http://www.oecd.org/document/2/0,3746,en\\_2649\\_39263238\\_48634114\\_1\\_1\\_1\\_1,00.html](http://www.oecd.org/document/2/0,3746,en_2649_39263238_48634114_1_1_1_1,00.html)
- Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2011). *Pensions at a Glance 2011. Retirement-income system in OECD and G20 countries*.
- Sen, A. and Nussbaum, M. (1993). *The quality of life*. Oxford: Clarendon Press.
- Tremmel, J. (ed.) (2010). *A Young generation under pressure?: The financial situation and the “Rush Hour” of the Cohorts 1970-1985 in a generational comparison*. Springer.
- United Nations (2002). *Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing*. Second World Assembly on Ageing. Madrid, Spain. 8-12 April 2002.
- United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) (2008). *UNECE Statistical Database. Gender Statistics. Work and the economy. Economically Inactive population by reason for inactivity, age and sex*. [http://w3.unece.org/pxweb/dialog/varval.asp?ma=015\\_GEWE\\_Inactivity\\_r&path=../database/STAT/30-GE/03-Wo rkAndeconomy/&lang=1&ti=Economically+Inactive+population+by+reason+for+inactivity%2C+age+and+sex](http://w3.unece.org/pxweb/dialog/varval.asp?ma=015_GEWE_Inactivity_r&path=../database/STAT/30-GE/03-Wo rkAndeconomy/&lang=1&ti=Economically+Inactive+population+by+reason+for+inactivity%2C+age+and+sex)
- United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) and Dykstra, P. (2010). *Intergenerational family relationships in ageing societies*. New York; Geneva: United Nations.
- United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) (2012). *Ministerial Conference on Ageing*. [http://www.unece.org/pau/ageing/ministerial\\_conference\\_2012.html](http://www.unece.org/pau/ageing/ministerial_conference_2012.html)

Vaupel, J.W. (2010). Biodemography of human ageing. *Nature*. Vol. 64, pp. 536-542.

Wilkinson, R. and Marmot, M. (2003). *Social determinants of health – the solid facts*, Second Edition. Copenhagen: World Health Organization, Regional Office for Europe.

World Health Organization (WHO). What is active ageing? [http://www.who.int/ageing/active\\_ageing/en/index.html](http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/index.html)

**Контрольный перечень: активное старение**

Основные сферы	Направления реализации	Ключевые элементы
Участие в рынке труда	Регулирование выхода на пенсию	Использование установленного законом пенсионного возраста вместо обязательного выхода на пенсию Изыскание вариантов постепенного и гибкого выхода на пенсию
	Инструменты рынка труда	Содействие образованию и подготовке в течение всей жизни
		Поощрение создания производственной среды, учитывающей возраст
		Улучшение имиджа пожилых работников
		Внедрение антидискриминационной политики
Социальная интеграция	Инструменты, поддерживающие демократическое участие	Волонтерская деятельность
	Инструменты, поддерживающие межпоколенческие сети, адаптированные к соответствующей модели	Фамилиализм по умолчанию: усиление общинной деятельности и обучения в течение всей жизни
		Поддерживаемый фамилиализм
		Дефамилиализация: создание стимулов для обмена материальной и нематериальной поддержкой
Здоровье	Укрепление здоровья и профилактика заболеваемости	Поощрение отказа от курения
		Уменьшение потребления алкоголя
		Стимулирование здорового питания и повышение уровня осведомленности о последствиях несбалансированного питания
		Поощрение физической активности
		Уменьшение стресса, например, путем улучшения транспортных систем и условий труда
	Услуги по общинному долговременному уходу	Создание сети амбулаторных медицинских служб
		Оказание социальных услуг
		Создание центров дневного или ночного ухода за немощными пожилыми людьми, которые живут в семье