

# RĒZEKNES PENSIONĀRU DIENAS CENTRA LOMA SENIORU DZĪVES KVALITĀTES UZLABOŠANĀ

## *Role of Rezekne Retirement Day centre in Improving the Quality of life of Seniors*

**Erika Matule**

Rezekne Academy of Technologies, Latvia

**Līga Danilane**

Education Centre “Socialization”, Rezekne, Latvia

**Abstract.** *Life expectancy is increasing worldwide, and the proportion of seniors, which poses challenges to ensure that all individuals, regardless of their age, enjoy equal opportunities in both the private sector and the labour market, regardless of their state of health, without adversely affecting quality of life components.*

*The purpose of the scientific article is to find out how the quality of life of Seniors is affected and how it is influenced by the functioning of the Senior Day Center, to improve the quality of services and collateral of the Senior Day Centre in Rezekne.*

**Keywords:** *day centre, lifelong learning, seniors, quality of life.*

### **Ievads**

#### ***Introduction***

Visā pasaulē paredzamais vidējais mūža ilgums laikā no 2000.-2019.gadam ir palielinājies par vairāk nekā 6 gadiem, kas robežojas no 66,8 -73,4 gadiem (World Health Organization, 2020). Tiek prognozēts, ka Eiropas Savienībā gados vecāku cilvēku (65+) skaits palielināsies, no 90,5 miljoniem 2019. gada sākumā līdz 129,8 miljoniem 2050.gadā (The United Nations Department of Economic and Social Affairs, 2020). Šajā laikposmā Eiropas Savienības dalībvalstīs 75 – 84 gadus vecu cilvēku skaits palielināsies par 56,1%, bet 65 –74 gadus vecu cilvēku skaits palielināsies par 16,6%. Turpretim jaunākās prognozes liecina, ka līdz 2050.gadam Eiropas Savienības valstīs būs par 13,5% mazāk cilvēku vecumā līdz 55 gadiem (Eurostat, 2020). Pēc visaugstāko senioru īpatsvaru valstī datiem, Latvija ierindojas top 10 vietā no 50 pasaules valstīm (United Nations Population Division, 2019).

Pavisam Latvijā ir 1,8 milj. iedzīvotāju, no kuriem 541024 sastāda pensionāri, savukārt no visiem pensionāriem 442115 ir vecuma pensionāri un

98909 ir ātrāk pensionējušās personas. Latgales reģions ir tas, kurā dzīvo gandrīz puse no visiem Latvijas pensionāriem jeb 257188. Tas nozīmē, ka Latvijā kopā virs darbspējas vecuma personu ir 28% jeb vairāk nekā piektdaļā no visiem Latvijas iedzīvotājiem, savukārt, Latgalē no visiem Latvijas pensionāriem ir visaugstākie rādītāji, kas sastāda 47% (Statistika, 2020). Iedzīvotāju vidējais vecums Latvijā sastāda 42 gadus, savukārt Latgales reģionā 44 gadus, kas norāda to, ka Latvijā ir zems jaunu cilvēku īpatsvars. Tas aktualizē demogrāfisko novecošanos, līdz ar to darbspējīgā vecumā esošu cilvēku īpatsvars samazinās, savukārt gados vecāku cilvēku skaits palielinās. Šī tendence turpināsies nākamās pāris desmit gadu, kad pēckara bērnu paaudze pabeigs savu pāreju pensijā. Šādai attīstībai, iespējams, būs būtiska ietekme ne tikai uz indivīdiem, bet arī uz valsts iekārtu kopumā - valdībām, uzņēmumiem un pilsonisko sabiedrību, kas ietekmēs arī veselības un sociālās aprūpes sistēmas, darba tirgu, valstu finanses un pensijas (Eurostat, 2020).

Covid ietekmē aktualizējas senioru ikdienas kārtība, aprūpe un atbalsta sistēma, ko viņi saņem, lai spētu palikt sociāli integrēti sabiedrībā. Senioru mūsdienu īstais izaicinājums ir ilgstoši pavadīt laiku mājās – vientulībā, izslēgt fizisko kontaktu ar ģimenes locekļiem, draugiem un kolēģiem, pārtrauktas darba gaitas un citas saturīgas brīvā laika aktivitātes. Seniori ir pārņemti ar nemieru, bailēm no saslimšanas un nāves – par savu un citu dzīvībām (World Health Organization, 2021). Tāpēc ir svarīgi, lai sabiedrība radītu veselīgas novecošanās veicināšanas iespējas pandēmijas laikā, neizslēdzot katra indivīda vajadzības, dzīves kvalitātes uzlabošanas kontekstā un ņemot vērā iedzīvotāju īpatsvara sadalījumu valstī.

Zinātniskā raksta mērķis: izpētīt termina “seniors” definējumu, analizēt dzīves kvalitātes teorētiskās nostādnes un Pensionāru Dienas centru ietekmi uz senioru dzīves kvalitāti. Pētījumā izmantota literatūras apkopošanas un analīzes metode, kā arī SVID analīze.

## **Literatūras analīze**

### ***Literature Analysis***

#### **Jēdziena “Seniors” skaidrojums**

##### ***Explanation of the concept of “Senior”***

Seniori dažādos zinātniskajos avotos tiek definēti atšķirīgi. Lielākajā daļā pasaules valstīs par senioru tiek uzskatīta persona, kas ir sasniegusi vismaz 60 gadu sliekšni.

Orimo, H., Ito H., Suzuki, T., Araki, T., Hosoi, T., Sawabe, M. (2006) “vecos cilvēkus” jeb seniorus iedala pēc hronoloģiskā vecuma. Cilvēks, kurš ir sasniedzis 65 gadu sliekšni tiek definēts kā vecs, tiek uzskatīts, ka šajā vecumposmā ir iestājies “vecums”, tikmēr cilvēki no 65.-74.gadiem tiek saukti par “agrajiem senioriem”, savukārt tie, kas ir vecāki par 75 gadiem tiek uzskatīti par “vēlīniem senioriem”. Savukārt, Singapore Department of Statistics (2020) vecuma kategorijas nosaka pēc ekonomiskās aktivitātes, tāpēc personas virs 65 gadiem tiek uzskatītas par senioriem, jo pārsvarā ir noslēgušas savas darba attiecības un atrodas pensijā.

Latvijā par senioru tiek uzskatīts cilvēks, kurš ir sasniedzis pensionēšanās vecumu, kas ir 64+ gadi. Tāpat Latvijā ir iespējams priekšlaicīgi pensionēties, divus gadus pirms likumā noteiktā pensijas vecuma sasniegšanas, ja apdrošināšanas stāžs nav mazāks par 30 gadiem (Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūra, 2021). Līdz ar to arī 62 gadus veca persona var identificēties kā seniors. Tomēr pensionēšanās vecuma atšķirības dažādās valstīs variē no 65 līdz 67 gadu vecumam un var atšķirties pēc dzimuma iedalījuma. Taču ir valstis, kā Ķīna, kur sievietes pensionējas jau 50 gadu vecumā, Indijā no 58 gadiem, savukārt Indonēzijā no 56 gadiem, līdz ar to seniora definīcijas gradācija var būt atšķirīga (Haagensen, & Estevez, 2021).

Var secināt, ka pasaulē nav vienota definējuma terminam ‘seniors’. Tas ir atkarīgs no dažādiem ietekmējošiem faktoriem kā vecums, dzimums, darba stāžs un ekonomiskā aktivitāte. Izkristalizējas arī tas, ka pieaugot pensijas vecuma sliekšnim, pieaug arī senioru ilgāka aktivitāte darba tirgū.

Pieaugot senioru skaitam pasaulē, arvien izteiktāk aktualizējas senioru dzīves kvalitātes jautājumi, tās novērtēšana, uzlabošana un veselības un sociālās aprūpes pakalpojumu piešķiršana (van Leeuwen, van Loon, van Nes, Bosmans, de Vet, Ket, Widdershoven, & Ostelo, 2019).

## **Dzīves kvalitāte**

### ***Quality of life***

Pētījumos par mūža ilgumu un aktivitāti senioru vecumā, uzmanības centrā ir jautājums par dzīves kvalitāti (Ušča, Ļubkina, Kaupužs, 2013). Latvijā pastāv Attīstības plānošanas sistēmas likums (Saeima, 2009), kura mērķis ir “nosakot attīstības plānošanas sistēmu, sekmēt valsts ilgtspējīgu un stabilu attīstību, kā arī iedzīvotāju dzīves kvalitātes uzlabošanu”.

Dzīves kvalitātes uztveri var definēt kā vides un tajā dzīvojošā indivīda mijiedarbību. Tādējādi dzīves kvalitāte attiecas uz indivīda personisko apmierinātību ar dzīvi kultūras vai intelektuālajos apstākļos, kādos viņš dzīvo. Turklāt dzīves kvalitāte jau ilgu laiku ir skaidri izteikts vai netiešs politiskais mērķis lielākajā daļā sabiedrības, un pētnieki vairākkārtīgi ir meklējuši piemērotu definīciju un novērtējumu. Dzīves kvalitāti novērtē, izmantojot objektīvus rādītājus dažādās kategorijās un rādītājos. Šo jēdzienu izmanto plašā kontekstā, tostarp garīgās veselības, veselības aprūpes un politikas jomā (Chu-Lien Chao & Ospina, 2013). Pēc citu autoru atziņām (Brown, Bowling, & Flynn, 2004), dzīves kvalitāte nav atkarīga tikai no vides un indivīda mijiedarbības komponentēm. Konceptuālās attīstības taksonomija liecina, ka dzīves kvalitāte sastāv no sistēmiska kopuma, kur pēc būtības dzīves kvalitāte ir dinamiska, daudzlīmeņu un sarežģīta koncepcija, kas atspoguļo objektīvus, subjektīvus, makrosociālus un mikroindividuālus, pozitīvus un negatīvus efektus, kuri mijiedarbojas.

Analizējot šīs teorētiskās atziņas, var secināt, ka, autori definē dzīves kvalitātes jautājumus no cilvēka kā veseluma perspektīvas, neizdalot atšķirīgas dzīves kvalitātes uztveres formas, atkarībā no vecumposmu un citām īpatnībām. Nav izstrādāts dzīves kvalitātes definējums atsevišķām cilvēku grupām, piemēram, senioriem, balstoties uz senioru personīgo viedokli, kas efektīvāk atspoguļotu tās dzīves kvalitātes sfēras, kam būtiski jāpievērš uzmanība, atkarībā no cilvēka vecumposma un citām īpatnībām, lai uzlaboto mērķgrupas dzīves kvalitāti sistēmā. Tāpēc ir svarīgi noskaidrot senioru viedokli par dzīves kvalitātes nozīmīgumu un uztveri, ko atklāj pētījums “Ko dzīves kvalitāte nozīmē gados vecākiem cilvēkiem”, kurā piedalījās vairāk nekā 3400 gados vecāki pieaugušie, kuri dzīvoja 11 dažādās valstīs (van Leeuwen, van Loon, van Nes, Bosmans, de Vet, Ket, Widdershoven, & Ostelo, 2019). Lielākā daļa pētījuma respondentu bija no Amerikas Savienotajām valstīm, Zviedrijas, Apvienotās Karalistes un Kanādas. Rezultātā tika iegūti kvalitatīvie pētījuma rezultāti, kuri atspoguļo to, kas un kā pēc senioru domām, ietekmē viņu dzīves kvalitāti no dažādiem uztveres skatupunktiem (1.tabula).

1.tabula **Senioru domas par dzīves kvalitātes ietekmēm pēc uztveres kategorijām** (autoru veidota, balstoties uz van Leeuwen et al., 2019)

*Table 1 Seniors' thoughts on quality of life impacts by perception categories (created by authors based on van Leeuwen et al., 2019)*

<b>Uztveres kategorija</b>	<b>Apraksts</b>	<b>Būtiskākās negatīvās ietekmes</b>	<b>Pozitīvās ietekmes</b>
Veselības uztvere	Nepieciešamība justies veselīgam un neierobežotam no fiziskiem, garīgiem un kognitīviem traucējumiem.	Vājš līdzsvars, slikta atmiņa, sāpes, redzes zudums un nogurums.	Pozitīva apkārtējā vide, attieksme un aktīvs dzīvešsveids.
Autonomijas uztvere	Nepieciešamība būt neatkarīgam, spējīgam pašam organizēt – vadīt savu dzīvi, saglabājot pašcienu un neesot par apgrūtinājumu citiem.	Būt par apgrūtinājumu citiem, nespēt veikt uzdevumus pašiem un lūgt palīdzību.	Nebūt ierobežotam savās darbībās. Brīvība dažādās tās nozīmes izpausmēs pozitīvi ietekmē senioru veselības stāvokli.
Lomas un aktivitātes uztvere	Nepieciešamība pavadīt laiku, veicot darbības, kas nes vērtību, prieku un līdzdalību.	Nekontrolēt savu laiku. Daudz brīvā laika. Vājš kontakts ar apkārtējo pasauli.	Būt nepārtraukti aizņemtam, aizpildīt laiku ar jēgpilnām ikdienas aktivitātēm. Spēja veidot identitāti un radīt sasniegumus.
Attiecību uztvere	Nepieciešamība pēc ciešām attiecībām ar līdzcilvēkiem.	Justies nepiederīgam un nevajadzīgam, vāja saikne ar ārpusauli.	Saikne, intimitāte, mīlēt un būt mīlētam, atbalstīt un būt atbalstītam.
Attieksmes un pielāgošanās uztvere	Nepieciešamība pēc pozitīvas dzīves uztveres saglabāšanas.	Apkārtējās pasaules negāciju ietekme. Negācijas veicina to, ka cilvēks paliek vecs, slims un nelaimīgs.	Seniori, kas piekopj pozitīvu dzīves filozofiju bauda dzīvi, priecājas par sīkām lietām, saglabā savu humoru, optimismu un zinātkāri, dzīvo ilgāk un laimīgāk.
Emocionālā komforta uztvere	Nepieciešamība pēc konstanta miera, dzīves bez raizēm, harmonijā un dvēseles papildījums.	Vientulība, bēdas, negatīvas atmiņas, zaudējums, depresija, bailes no nākotnes, stress, domas par zemiem ienākumiem un veselību, tuviniekiem.	Prieks, pateicība, tuvība, atbalsts.

Garīguma uztvere	Nepieciešamība pēc jūtām, kas piesaistītas ticībai un pašattīstībai, no ticējumiem, rituāliem līdz iekšējām pārdomām.	Ateisms, bailes no nāves.	Reliģiska vai garīga prāta uzturēšana var palīdzēt senioriem pieņemt invaliditāti vai psiholoģisku diskomfortu, tikt galā ar pārmaiņām, bailēm un būt apmierinātiem ar dzīvi.
Mājas un apkārtnes uztvere	Nepieciešamība pēc ērtas un vieglas pārvietojamības iespējām, drošas fiziskās vides, piesaistes apkārtējai videi – atmiņas, dzimtas mājas, objekti u.c.	Dzīve institūcijā. Nedroša vide, bailes iziet ārā, atvērt mājas durvis. Vāja satiksmes sistēma, kas nav pielāgota senioru vajadzībām – ietves, transports u.c., piekļuve sabiedriskajiem pakalpojumiem, piemēram, pasta birojiem, slimnīcām, aptiekām un bibliotēkām un attiecīgās izmaksas.	Drošas vides uzturēšana. Sabiedriskās sistēmas uzlabošana.
Finansiālās drošība uztvere	Nepieciešamība pēc finansiālā nodrošinājuma un neatkarības.	Spēja apmierināt tikai pamatvajadzības, dzīvot uz izdzīvošanas robežas.	Iespēja atļauties ceļojumus, aktivitātes un papildiespējas, baudīt dzīvi un piedalīties sabiedriskās aktivitātēs, neatkarīgi no finansēm.

Izanalizējot 1.tabulas datus, var secināt, ka Seniori ir cilvēku grupa, kas ļoti detalizēti skatās uz dzīves kvalitātes jautājumiem no dažādām dzīves uztveres perspektīvām. Izkrastilizējas daudzu kategoriju vienotās atziņas, kas uzsver to, ka senioriem dzīves kvalitāti būtiski ietekmē socializēšanās nepieciešamība un piederība dažādām sociālajām grupām - ģimene, draugi, paziņas, sabiedrība, kopiena. Komunikācija ar līdzcilvēkiem, pašrealizācija, pašaktivitāte, brīvība, kas izriet caur dažādām aktivitātēm. Autori Bryant, Corbett un Kutner (2001) uzskata, ka tikai tad, kad seniori tiek stipri ierobežoti savās darbībās, viņi piedzīvo sliktu veselību. Nodrošinot senioru nepārtrauktu aktivitāti, neierobežojot viņu vēlmes un vajadzības, var efektīvi uzlabot senioru veselības stāvokli, pagarināt mūža ilgumu, veicināt laimes sajūtu un apmierinātību ar dzīvi, kas kopā veido dzīves kvalitāti. Balstoties uz to, ka senioru dzīves kvalitātes viens no visbūtiskākajiem

faktoriem ir aktivitātes nodrošināšana un socializēšanās, rodas nepieciešamība izpētīt Latvijā un Rēzeknē šajā jomā piedāvātās iespējas.

## **Dienas centru definīcija un loma**

### ***Definition and role of day centres***

Neraugoties uz senioru lielo ieguldījumu sabiedrībā, negatīvā attieksme pret vecāka gadagājuma cilvēkiem ir ļoti izplatīta. Stereotipi (kā mēs domājam), aizspriedumi (kā mēs jūtamies) un diskriminācija (kā mēs rīkojamies) pret cilvēkiem, pamatojoties uz viņu vecumu ietekmē visus cilvēkus, bet īpaši negatīvi ietekmē vecāka gadagājuma cilvēku veselību un labklājību (World Health Organization, 2021). Novecošanās procesā ir ļoti svarīgi nodrošināt vienādas iespējas visiem - karjeras ceļu attīstību. Senioru paaudzes izglītības programmas, kas ietver sevī izglītības pasākumu plānošanu un realizēšanu senioriem, ar mērķi uzlabot viņu zināšanas un prasmes, ir efektīvs veids kā uzlabot dzīves kvalitāti gados vecākiem cilvēkiem (Grabinski, 2007; Formosa, 2019), kas sasaucas ar darba tirgus tendencēm, dēļ pieaugošā seniora vecuma liekšņa pasaulē un Latvijā.

Kļūstot vecākam, nepārtraukta mācīšanās palīdz saglabāt asu prātu un uzlabot atmiņu. Mācīšanās procesam kopumā ir labvēlīga ietekme uz cilvēka smadzenēm. Pētījumi ir parādījuši, ka cilvēkiem ar augstāku izglītības līmeni ir mazāka iespējamība vecumdienās saslimt ar demenci. Neatkarīgi no tā, vai tas notiek skolā, mājās, darbā vai sabiedrībā, cilvēki vienmēr iegūst jaunas zināšanas un prasmes (Laal, 2012). Demenci globāli raksturo kā kognitīvos traucējumus, kas liecina par funkcionēšanas līmeņa krasu samazināšanos, no iepriekšējā stāvokļa un ir saistīti ar funkcionālo spēju traucējumiem. Daudzos gadījumos var izraisīt uzvedības un psihiskos traucējumus (The British Psychological Society & The Royal College of Psychiatrists, 2007).

Šīs autoru atziņas spilgti iezīmē, ka dzīves kvalitātes ietekmējošie faktori nav atkarīgi tikai no cilvēka vajadzību apmierināšanas, bet ir procesi, kas dzīves kvalitāti var ietekmēt neatkarīgi no sociālās integrētības vai finansiālā nodrošinājuma, tāpēc Pensionāru dienas centru loma ir īpaši nozīmīga senioru dzīves kvalitātes, labklājības uzlabošanā, jo to galvenā ideja ir sniegt bezmaksas pakalpojumus, dodot iespējas personām bagātināt savu sociālo dzīvi, pilnīgāk integrējoties sabiedrības dzīvē, iesaistoties pasākumos, atbilstoši viņu veselības stāvoklim, garīgajām un fiziskajām spējām un interesēm. Dienas centru mērķauditorija ir pensionāri, kuri vēlas piedalīties sabiedriskās aktivitātēs, neatkarīgi no viņu vecuma, dzimuma, tautības, sociālā stāvokļa, politiskās un

religiskās piederības (Liepāja, 2021). Tas nozīmē, ka Dienas centru ideoloģija ir pieņemt jebkuru cilvēku tādu, kāds viņš ir, bez jebkādiem aizspriedumiem, neskatoties uz viņa piederību un citām fiziskām vai mentālām pazīmēm.

Senioru Dienas centru darbība Latvijā ir pielāgojama mūžizglītības konceptam. Mūžizglītība ir kas vairāk nekā pieaugušo izglītība un/vai apmācība. Tas ir domāšanas veids un ieradums, ko cilvēki var apgūt. Mūžizglītība rada uzdevumu izprast, izziņāt un atbalstīt jaunas būtiskas izglītības dimensijas, piemēram, pašorientētas mācības, mācības pēc pieprasījuma, uz sadarbību orientētas mācības u.c. (Fisher,2000) Mūžizglītība piedāvā dažādas mācīšanās formas. Tostarp formāla, ikdienēja un neformāla mācīšanās ir vienota, lai veidotu mūžizglītību. Balstoties uz Cedefop Eiropas izglītības un apmācības politikas terminoloģijas glosāriju, mūžizglītība tiek iedalīta šādos veidos:

1. Formālā izglītība - sastāv no mācīšanās, kas notiek organizētā un strukturētā kontekstā (formālā izglītība, apmācības) un kas ir veidota kā mācīšanās process. Tas noved pie formālas atzīšanas koncepta, kura rezultātā persona var iegūt diplomu, sertifikātu vai apliecinājumu par apgūto mācību profesijā un iegūt konkrētu kvalifikāciju;
2. Neformālā mācīšanās - tas ir apmācību veids, kas ir orientēts uz zināšanu un prasmju papildināšanu kādā no darbības jomām;
3. Informālā izglītība ir definēta kā mācīšanās process, kas izriet no ikdienas dzīves aktivitātēm, kas saistītas ar ģimeni, darbu vai brīvā laika lietderīgu pavadīšanu. To bieži dēvē par pieredzes mācīšanos, un to var uzskatīt par nejaušu (Tissot, 2004; Latinsoft, 2019; Laal, 2021).

Senioru Dienas centru darbības koncepta akcents paredz senioru integrēšanos sabiedrībā, bagātinot sociālo dzīvi, kas sasaucas ar Senioru dzīves kvalitātes svarīgākajām pozitīvās uztveres ietekmes kategorijām. Tas nozīmē, ka Senioru Dienas centri var nodrošināt vairākas Senioriem vitāli svarīgas dzīves kvalitātes komponentes.

### **Rēzeknes Pensionāru dienas centra darbības SVID analīze** ***SWOT analysis of Seniors Day Centre in Rēzekne***

Lai izprastu, cik ik lielā mērā Dienas centra piedāvājums sasaucas ar mūžizglītību un uzlabo Senioru dzīves kvalitāti Rēzeknē, tika veikta Rēzeknes Pensionāru Dienas centra piedāvājuma izpēte un analīze (2.tabula).



2.tabula **Pensionāru Dienas centra resursu un sociālās vides raksturojuma SVID analīze**

Table 2 *SVID Analysis of Rēzekne Pensioner Day Centre resources and activities*

Stiprās puses	Vājās puses
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apjomīgs klientu skaits (2021.gada decembrī 460 personu)</li> <li>• Garantēts valsts atbalsts un finansējums</li> <li>• Bezmakas pakalpojumi</li> <li>• Pozitīva un cieša sadarbība ar nevalstiskajām organizācijām</li> <li>• Iesaiste pārrobežu projektos</li> <li>• Pozitīva sadarbība ar ziedotājiem</li> <li>• Aktīva sadarbība ar Rēzeknes pilsētas, novada un citām Latvijas pilsētām pasākumu dalībā un rīkošanā</li> <li>• Prefī ēkai atrodas autobusa pietura "Slimnīca", kurā pietur 6. un 9. maršruta autobusi</li> <li>• Blakus atrodas poliklīnika un slimnīca, kā arī aptieka</li> <li>• Nodrošināta piekļuve personām ar kustību traucējumiem, invaliditāti, ir pielāgota tualete</li> <li>• Daudzveidīgs nodarbību piedāvājums</li> <li>• Pieejami divi pakalpojumi - Veļas mazgāšana un duša</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telpu trūkums</li> <li>• Ierobežots darba laiks</li> <li>• Speciālistu trūkums</li> <li>• Tuvumā nav veikalu, tuvākais pārtikas preču veikals atrodas 700m attālumā, līdz kuram ir problemātiski nokļūt ar sabiedrisko transportu</li> <li>• Ārkārtas situācijas laikā pakalpojumi pieejami tikai vakcinētiem klientiem</li> <li>• Krass grupu pasākumu samazinājums pandēmijas ietekmē</li> <li>• Ierobežots budžets, jo Pensionāru Dienas centrs nav atsevišķa struktūrvienība, bet Pakalpojumu nodaļas sastāvā</li> <li>• Budžets atkarīgs no Valsts un pašvaldības finanšu pārdales, tas ir ierobežots, pastāv neelastīgs finanšu līdzekļu izlietojums</li> <li>• Netiek piedāvātas iespējas sniegt pakalpojumus attālināti</li> </ul>
Iespējas	Draudi
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pieejamo telpu pielietojuma izvērtēšana, attiecībā uz noslodzi un citu struktūrvienību vajadzībām</li> <li>• Telpu sadales darba pārdale, ieviešot efektīvāku laika plānojumu un noslodzi</li> <li>• Jaunu telpu resursu piesaiste</li> <li>• Amata vietu palielināšana</li> <li>• Jaunu, konkurētspējīgu speciālistu piesaiste</li> <li>• Brīvprātīgā darba veicēju piesaiste</li> <li>• Pakalpojumu piedāvājuma izvērtēšana un iespēju palielināšana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klientu apjoma pieauguma dēļ nespēja nodrošināt kvalitatīvu pakalpojumu</li> <li>• Klientu apjoma pieauguma dēļ, piedāvājuma pieprasījums, pēc dažādības pasākumu/nodarbību programmā skaita pieauguma</li> <li>• Speciālistu trūkums, atbilstoši klientu apjoma pieaugumam</li> <li>• Nespēja nodrošināt klientiem vienādas iespējas, atbilstoši interesēm un vajadzībām</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Finanšu līdzekļu piesaiste no Eiropas fondu līdzekļiem, ziedotājiem un Nevalstiskajām organizācijā</li> <li>• Jaunu sponsoru sadarbības izveide</li> <li>• Pakalpojumu izstrāde pielāgošanai e-vidē</li> <li>• Pasākumu plāna izstrāde un ieviešana ārkārtas situācijas gadījumā</li> <li>• Pakalpojumu pielāgošana arī nevakcinātiem klientiem, alternatīvu izstrāde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensionāru zemās vakcinācijas aktivitātes dēļ klientu apjoma samazinājums ārkārtas situācijas laikā</li> <li>• Neefektīva centra noslodze, klientu samazinājuma gadījumā</li> <li>• Pandēmijas kontekstā tiek ierobežotas pulcēšanās jeb seniņiem tik svarīgās socializēšanās iespējas</li> <li>• Klientu nevēlēšanās pielāgoties pandēmijas radītajām pārmaiņām</li> <li>• Grūtības ieviest pakalpojumus attālināti ierobežota tehniskā personāla un tehnikas nodrošinājuma dēļ</li> </ul>
---	--

Analizējot SVID analīzē iegūtos rezultātus tika noskaidrots, ka:

1. Pensionāru dienas centrā ir apjomīgs klientu skaits – 460 personas, kas ir izaicinājums, lai saglabātu klientus un pakalpojumu kvalitāti.
2. Ir pieejams plašs sadarbības partneru un atbalsta loks gan privātajā, gan valsts sektorā, kas ir pozitīvs rādītājs.
3. Covid19 pandēmijas ietekmē nodarbības, pasākumi tiek nodrošināti tikai vakcinētām personām, nav pieejamas iespējas apgūt nodarbības attālināti, kas negatīvi var ietekmēt klientu apjomu.
4. Piedāvā 21 interešu izglītības pulciņus, no kuriem 5 ir valodas apguve. 5 ir saistītas ar fiziskās veselības uzturēšanu. Vairāki ar intelektuālo spēju attīstīšanu. Tas nozīmē, ka centra aktivitātes ir ierobežotas, nav plašas izvēles iespējas citos virzienos.
5. Nav iespēju iegūt sertifikāciju, paaugstināt savu kvalifikāciju apmācībās, kas palīdzētu Senioriem ilgāk iekļauties darba tirgū, kas negatīvi sasauca ar pasaules darba tendencēm.
6. Centra atrašanās vieta un pielāgojums ir piemērots arī personām ar īpašām vajadzībām, kas pozitīvi sasauca ar dzīves kvalitātes faktoriem pieejamības kontekstā.

## **Secinājumi** **Conclusions**

### **Literatūras analīzē** noskaidrots:

1. Pasaulē nav vienota termina “Seniors” definīcijas.
2. Seniora vecums dažādās valstīs variē no 56+ gadiem, bet Latvijā Seniors ir persona, kas sasniedzis pensionēšanās vecumu - 64 gadi, kā arī priekšlaicīgi var būt pensionējies 62 gadu vecumā.
3. Mūsdienās pieaug tendence pēc senioru darba spēka nepieciešamības.
4. Vairāk nekā piektdaļā no visiem Latvijas iedzīvotājiem ir pensionāri, no kuriem 47% atrodas Latgalē.
5. Senioru dzīves kvalitāti negatīvi ietekmējošie faktori ir socializēšanās trūkums, garlaicība, vientulība, bezdarbība un ierobežošana viņu darbībās (fiziski un emocionāli), savukārt pozitīvi to ietekmē aktīva socializēšanās un komunikācija dažādos sociālajos līmeņos. Brīvība – emocionālās, fiziskās un finansciālās izpausmēs. Jēgpilni pavadīts brīvais laiks, kas nes ieguldījumu sabiedrībai, pilnveidojot personīgās zināšanas un prasmes.
6. Vecumā mācīšanās procesam kopumā ir labvēlīga ietekme uz cilvēka smadzenēm, kas palīdz saglabāt asu prātu un uzlabot atmiņu.
7. Senioru Dienas centru darbība Latvijā ir pielāgojama mūžizglītības konceptam.

**SVID analīzē** noskaidrotas vājās puses un draudi, kā arī noskaidroti pozitīvie faktori, kas iezīmē centra darbību:

1. Pensionāru Dienas centrs nodrošina bezmaksas pakalpojumus, kas seniorus neierobežo finansiālos jautājumos.
2. Pensionāru Dienas centram ir izstrādāts labs sadarbības partneru atbalsta tīkls, kas pozitīvi ietekmē centra darbību un attīstību.
3. Pensionāru Dienas centra atrašanās vieta ir situēta blakus sabiedriskam transportam un ir nodrošināta piekļuve personām ar kustību traucējumiem, invaliditāti, kas, pēc literatūras analīzes atziņām ir viens no svarīgiem dzīves kvalitātes aspektiem – pieejamība.

4. Seniori, ārkārtas situācijas laikā, kas nav vakcinēti, nevar apmeklēt centru un izmantot tā iespējas, līdz ar to iekļaujas riska grupā, kam draud ātrāka novecošanās, depresija, demence, izolēšanās, socializēšanās trūkums un veselības problēmu attīstīšanās, kā arī izslēdz pieejamību.
5. Izejot no Mūžiglītības koncepta Rēzeknes Pensionāru Dienas centrs piedāvā Neformālās mācīšanās un izglītības iespējas, kas saistītas ar brīvā laika lietderīgu pavadīšanu, zināšanu un prasmju papildināšanu, veselības uzturēšanu, bet nepiedāvā Formālās izglītības iespējas, kas negatīvi atsaucās uz pasaules darba tirgus tendencēm, jo senioru kvalifikācijas pieprasījums pieaug.
6. Pensionāru Dienas centra nodarbību programma pārklājas ar vienādām vai līdzīgām aktivitātēm, līdz ar to mazas iespējas, kas sasaucas ar senioru vajadzībām un interesēm.

### **Summary**

Objective of the paper is to study what is defined as senior, what impacts the quality of life of seniors, from there perspective, and how it relates to the functioning and impacts of the Pensioner Day Center.

In the result of literature analysis were found that there is no one specific definition of word Senior in the whole world. The age of seniors varies across countries from 56 years old. In Latvia, Senior was defined as a person who had reached retirement age 64 years. Quality of life is defined systemic complex set where, by nature, quality of life is a dynamic, multi-level and complex concept reflecting objective, subjective, macrosocial and microindividual, positive and negative effects interacting. It was found that the most negative affect to seniors quality of life are lack of communication, self-implementation, self-activity. Wich goes in the line with the overarching goal of the work of the Senior Day Centre, to provide free services, enabling individuals to enrich their social lives, more fully integrated into society, through activities, in line with their state of health, their mental and physical abilities and interests.

It is concluded that the role of the Pensioners Day Centre in ensuring the quality of life of Seniors is huge and positive, as it affects the most important areas of life for Seniors, but there is needed to improve range of services offers, to ensure seniors interests and labour market trends in the future cut. It is also

necessary to improve distance learning and free time opportunities in the context of the pandemic.

## Acknowledgement



This article is supported by the Erasmus+ project “Creativity in adult and elderly education” 2020-1-SK01-KA227-ADU-

094390

## Literatūra References

- Bryant, L.L., Corbett, K.K., & Kutner, J.S. (2001). In their own words: a model of healthy aging. *Journal Social Science & Medicine, Volume 53*, Issue 7, 927-941. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(00\)00392-0](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(00)00392-0)
- Brown, J., Bowling, A., & Flynn, T.(2004). Models of quality of life: a taxonomy, overview and systematic review of the literature. European Forum on Population Ageing Research. *Monograph Project Report*, (pp.113). Retrieved from: <https://eprints.kingston.ac.uk/id/eprint/17177/>
- Chu-Lien Chao, R., & Ospina, F. (2013). Quality of Life. *Wiley Online Library, Abstract*, (pp.1). DOI: <https://doi.org/10.1002/9781118339893.wbeccp445>
- Eurostat. (2020). *Ageing Europe - statistics on population developments*. Retrieved from: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Ageing\\_Europe\\_-\\_statistics\\_on\\_population\\_developments#Older\\_people\\_.E2.80.94\\_population\\_overview](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Ageing_Europe_-_statistics_on_population_developments#Older_people_.E2.80.94_population_overview)
- Fischer, G. (2000). Lifelong Learning—More Than Training. *Journal of Interactive Learning Research, 11*(3), 265-294. Charlottesville, VA: Association for the Advancement of Computing in Education (AACE). Retrieved from: <https://www.learntechlib.org/primary/p/8380/>
- Formosa, M. (2019). Encyclopedia of Gerontology and Population Aging. *Journal Educational Gerontology, (pp.1)*. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2\\_411-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2_411-1)
- Grabinski, C.J. (2007). *Encyclopedia of Gerontology (Second Edition): Careers in Aging*. Retrieved from: <https://www.sciencedirect.com/sdfe/pdf/download/eid/3-s2.0-B0123708702000305/first-page-pdf>
- Haagensen, E. & Estevez, E. (2021). Full Retirement Age (FRA) Around the World. *Investopedia*. Retrieved from: <https://www.investopedia.com/terms/n/normal-retirement-age-nra.asp>
- Laal, M. (2012). Benefits of Lifelong Learning. *Journal Procedia - Social and Behavioral Sciences, Volume 46*, 4268-4272. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.239>

- Laal, M. (2021). Lifelong learning: What does it mean? *Journal Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 470 – 474. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.090>
- Latinsoft. (2019). *Ar ko atšķiras profesionālā izglītība no neformālās*. Pieejams: <https://www.latinsoft.lv/ar-ko-atskiras-profesionala-izglitiba-no-neformalas>
- Liepāja. (2021). *Sociālais atbalsts un pabalsti, Sociālās institūcijas: Pensionāru dienas centri*. Pieejams: <https://www.liepaja.lv/pensionaru-dienas-centri/>
- Orimo, H., Ito, H., Suzuki, T., Araki, T., Hosoi, T., & Sawabe, M. (2006). Reviewing the definition of "elderly". *Journal Geriatrics and Gerontology International*, 149-158. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1447-0594.2006.00341.x>
- Saeima. (2009). *Latvijas Republikas tiesību akti: Attīstības plānošanas sistēmas likums*. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/175748-attistibas-planosanas-sistemas-likums>
- Singapore Department of Statistics. (2020). Recommendations on Definition and Classification of Age. *National Statistical Standards*, 1-3. Retrieved from: [https://www.singstat.gov.sg/-/media/files/standards\\_and\\_classifications/nsa.pdf](https://www.singstat.gov.sg/-/media/files/standards_and_classifications/nsa.pdf)
- Statistika. (2020). Pieejams: <https://www.csp.gov.lv/lv>
- The British Psychological Society & The Royal College of Psychiatrists. (2007). Dementia: A NICE-SCIE Guideline on Supporting People With Dementia and Their Carers in Health and Social Care: 4.1.1. *Medical model of dementia*. NICE Clinical Guidelines, No. 42 , Bookshelf ID: NBK55480. Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK55480/>
- The United Nations Department of Economic and Social Affairs. (2020). World Population Ageing 2020 Highlight. *Message*, (pp.1-2). Retrieved from: [https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/files/documents/2020/Sep/un\\_pop\\_2020\\_pf\\_ageing\\_10\\_key\\_messages.pdf](https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/files/documents/2020/Sep/un_pop_2020_pf_ageing_10_key_messages.pdf)
- Tissot, P. (2004). *Terminology of vocational training policy: a multilingual glossary for an enlarged Europe*. Retrieved from: [https://www.cedefop.europa.eu/files/4117\\_en.pdf](https://www.cedefop.europa.eu/files/4117_en.pdf)
- United Nations Population Division. (2019). *World Population Prospects 2019, Online Edition. Rev. 1*. Retrieved from: <https://population.un.org/wpp/Download/Standard/Population/>
- Ušča, S., Ļubkina, V., & Kaupužs, A. (2013). Latgale Seniors' Satisfaction with Life as One of the Indicators of Quality of Life. *Society. Integration. Education. Proceeding of the International Scientific Conference, Volume II*. DOI: <https://doi.org/10.17770/sie2013vol2.546>
- Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūra.(2020). *Plašāks apraksts - Vecuma pensija*. Pieejams: <https://www.vsaa.gov.lv/lv/plasaks-apraksts-vecuma-pensija>
- van Leeuwen, K.M., van Loon, M.S., van Nes, F.A., Bosmans, J.E., de Vet, H.C.W., Ket, J.F., Widdershoven, G.A.M., & Ostelo, R.W.J.G. (2019). What does quality of life mean to older adults? A thematic synthesis. *Journal PLOS ONE*, 22-28. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213263>
- World Health Organization. (2020). WHO methods and data sources for life tables 1990-2019. Department of Data and Analytics. *Global Health Estimates Technical Paper WHO/DDI/DNA/GHE/2020.1*, 2-7. Retrieved from:

[https://cdn.who.int/media/docs/default-source/gho-documents/global-health-estimates/ghe2019\\_life-table-methods.pdf?sfvrsn=c433c229\\_5](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/gho-documents/global-health-estimates/ghe2019_life-table-methods.pdf?sfvrsn=c433c229_5)

World Health Organization. (2021). *Maternal, newborn, child and adolescent health and ageing: Ageing – Ageism*. Retrieved from: <https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/ageing-data/ageing---ageism>

World Health Organization. (2021). *Older people & COVID-19*. Retrieved from: <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/covid-19>