



SMJERNICE

**PROJEKTOVANJE SISTEMA ZA PRAĆENJE FIZIČKIH
SPOSOBNOSTI OSOBA TREĆE DOBI U CRNOJ GORI**

AUTORI

prof. dr Stevo Popović i prof. dr Radenko Matić

Podgorica, 2023.

SADRŽAJ

UVOD	1
MISIJA I VIZIJA	2
ZAINTERESOVANE STRANE	3
NAUČNA POTPORA	4
FINANSIRANJE.....	5
ORGANIZACIONA STRUKTURA.....	6
UPRAVLJANJE PODACIMA	7
POVRATNA SPREGA	8
IMPLEMENTACIJA	9
PILOT ISTRAŽIVANJE.....	10
KOMUNIKACIJA.....	11



UVOD

S obzirom da su smjernicama za projektovanje sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, primarno obuhvaćeni penzioneri u Crnoj Gori (65+), veoma važno je, na samom početku konstatovati da je, na osnovu podataka sa zvaničnog sajta Fonda PIO (www.fondpio.me/statistika), u Crnoj Gori, u avgustu 2023 godine bilo evidentirano 110.333 penzionera, što predstavlja više od 17% cjelokupne populacije, odnosno skoro svaki peti stanovnik Crne Gore je penzioner, sa prosječnom penzijom od 405,88 eura. Interesantno je istaći da 16.990 predstavljaju invalidski penzioneri, 28.193 su porodični penzioneri, dok većinu, njih 65.150 čine starosni penzioneri. Međutim, ne bi trebalo preskočiti i penzionere iz inostranstva koji žive u Crnoj Gori, a njih je, prema ispred navedenoj zvaničnoj evidenciji 9.561, koji su, takođe interesantni da budu obuhvaćeni ovim smjernicama. Sa druge strane, važno je naglasiti da broj penzionera drastično varira u crnogorskim opštinama, a da više od trećine penzionera ima stalno prebivalište u dva najveća crnogorska grada, Podgorici (29.569) i Nikšiću (14.684), dok je odnos penzionera i zaposlenih u odnosu 1:2,3 što u velikoj mjeri negativno utiče na održivost penzionog fonda u Crnoj Gori i adekvatnu visinu penzionih primanja, jer se, na ovaj način mora finansirati iz državnog budžeta.

Kada je kretanje broja penzionera u Crnoj Gori, prema starosnim grupama i polu u pitanju, posljednji zvanični podatak na zvaničnom sajtu PIO je dostupan iz decembra 2016. godine, a tada je, najveći procenat korisnika penzionih primanja evidentirano u starosnoj kategoriji od 60 do 65 (21.59%) i od 65 do 70 godina starosti (24.73%), dok je procenat značajno opadao sa povećanjem, odnosno smanjenjem broja godina, podjednako kod oba pola. Prosječna starost korisnika penzionih primanja, prema istim podacima iz 2016. godine je bio podjednak za obje rodne grupe i to 67 godina i sedam mjeseci, dok je prosječan broj godina korišćenja prava na penziju, u prosjeku sedam godina i deset mjeseci. Penzioni staž je koristila ženska, u prosjeku za jednu godinu i jedan mjesec više od muške populacija.

U Crnoj Gori postoje samo četiri staračka doma, dok Savez udruženja penzionera Crne Gore predstavlja krovnu organizaciju koja se bori za prava i poboljšanje uslova života penzionera u Crnoj Gori.

Ove smjernice za projektovanje sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori su pripremljene u okviru COST akcije 20104 „Network on evidence-based physical activity in old age (PhysAgeNet)“. Da bi predmetne smjernice pomogle u projektovanju sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi, obrađeno je deset različitih tema: misija i vizija, zainteresovane strane, naučna potpora, finansiranje, organizaciona struktura, upravljanje podacima, povratna sprega, implementacija, pilot istraživanje i komunikacija. Ove teme su osmišljene na osnovu sistematske analize naučne i „sive“ literature, odnosno SWOT analize, i obrazložene u skladu sa saznanjima do kojih se došlo u pripreмноj fazi. Stoga, ove smjernice bi trebalo da pomognu u projektovanju sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, najviše iz razloga što, na vrlo jednostavan i praktičan način, usmjeravaju potencijalne korisnike smjernica kako da kreiraju sopstveni sistem za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi.

MISIJA I VIZIJA

S obzirom da misija identifikuje svrhu postojanja sistema za praćenje, trebalo bi istaći da se smjernice ogledaju u stvaranju osnove za razvoj i održavanje uspješnog sistema za praćenje fizičke sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, dok vizija predstavlja pogled u budućnost i formira jasnu sliku o tome kako bi sistem za praćenje trebalo da izgleda, odnosno da deklariše srednjoročne i dugoročne ciljeve koje bi ove smjernice trebalo da postignu.



ZAINTERESOVANE STRANE

Da bi se projektovao kvalitetan sistema za praćenje fizičke sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, trebalo bi, na prvom mjestu uzeti u obzir interese svih zainteresovanih strana u predmetnom procesu. U centru pažnje bi trebalo da budu osobe treće dobi, zatim njihove porodice, sportski treneri, zdravstveni radnici, ali i drugi zainteresovani subjekti. Uzimajući u obzir interese svih zainteresovanih strana, na prvom mjestu će se obezbijediti neophodni resursi za projektovanje sistema za praćenje fizičke sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, bilo da se oni ogledaju u ljudskim, obrazovanim, ili tehnološkim rješenjima, i to kroz različite aktivnosti, koje bi dovele do izgradnje najboljeg sistema, u skladu sa potrebama i očekivanjima svih zainteresovanih strana.



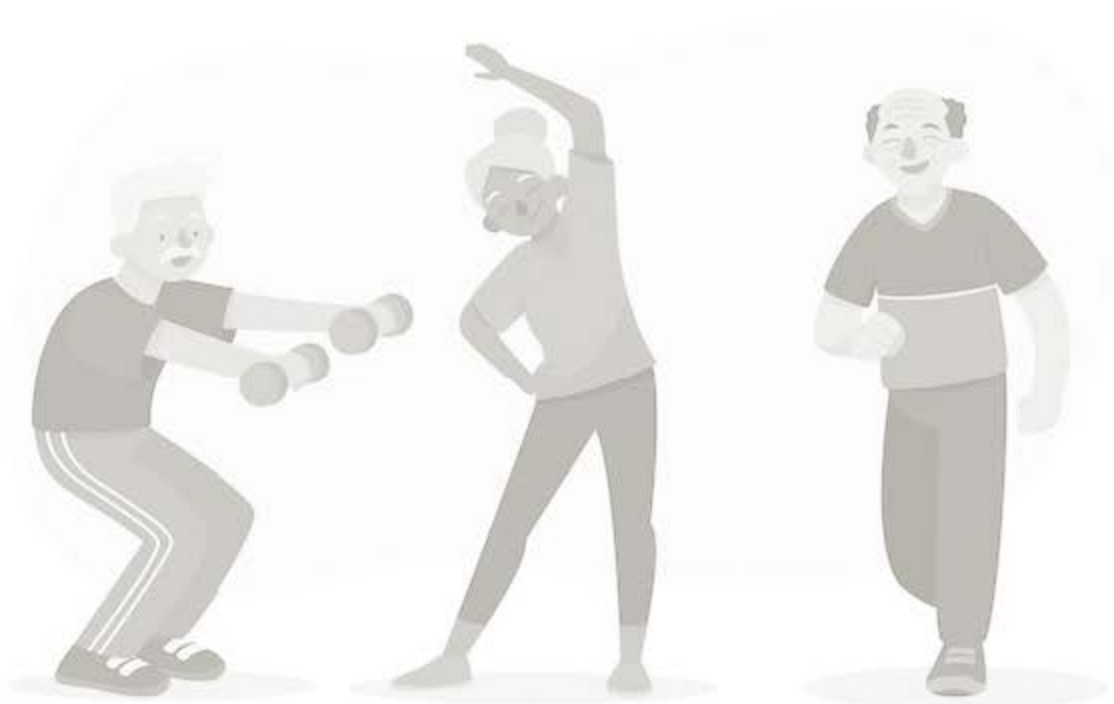
NAUČNA POTPORA

Naučna potpora predstavlja nezaobilazni dio u strategiji projektovanju bilo kojeg sistema praćenja. Naime, ona je važna, prije svega što osigurava povjerenje svih zainteresovanih strana u projektovani sistem praćenja, najprije iz razloga što je isti utemeljen na najnovijim znanjima iz nauče i stručne literature. Ova činjenica je od velike važnosti u procesu ubjeđivanja svih zainteresovanih strana, na prvom mjestu, ali i cjelokupnog društva, da je predmetni sistem za praćenje fizičke sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori zasnovan na čvrstim naučnim dokazima, te da će pružati pouzdane povratne informacije kada bude primijenjen u praksi. U skladu sa time, korisnici sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori će, sa sigurnošću moći da donose odluke koje će biti praktično primjenjene kako u radu sa pojedincima, tako i na cjelokupnoj populaciji.



FINANSIRANJE

Finansiranje je jedan od najznačajnijih faktora koji utiče na uspjeh bilo kojeg projekta. Posebno je finansijska potpora važna u dugoročnim projektima, budući da održivost mora biti zagarantovana. Kada je sistem za praćenje fizičkih sposobnosti u pitanju, više je nego jasno, da je ovo dugoročni projekat i da višegodišnje finansiranje mora biti obezbijeđeno. U suprotnom, trebalo bi razmisliti da li bi sa projektom trebalo, uopšte kretati jer bi moglo biti neizbježno da će propasti. Da bi se obezbijedilo adekvatno finansiranje, predmetni sistem za praćenje fizičke sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori se mora oslanjati na strateška partnerstva u okviru državnih organa izvršne vlasti, odnosno nekim drugim izvorima finansiranja npr. nevladinim organizacijama, fondacijama ili nekim trećim organizacijama koje su zainteresovane za unaprjeđenje nivoa fizičke sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori. Sa druge strane, obezbjeđivanjem osnovnih sredstava za finansiranje predmetnog projekta, posao nije završen, već bi trebalo usmjeriti pažnju na pridobijanje dobrobiti i od strane sekundarnih davalaca doprinosa. U ovu kategoriju, prije svega spadaju osobe koje bi radile na održavanju IT platforme, zatim na promociji sprovedenih aktivnosti i privlačenju novih subjekata, na obučavanju stručnih lica koje bi sprovodile praktične aktivnosti, ali i na razvoju postojećeg sistema koji bi trebalo da se usklađuje sa potrebama tržišta i pojavi novih znanja u naučnoj i stručnoj literaturi.



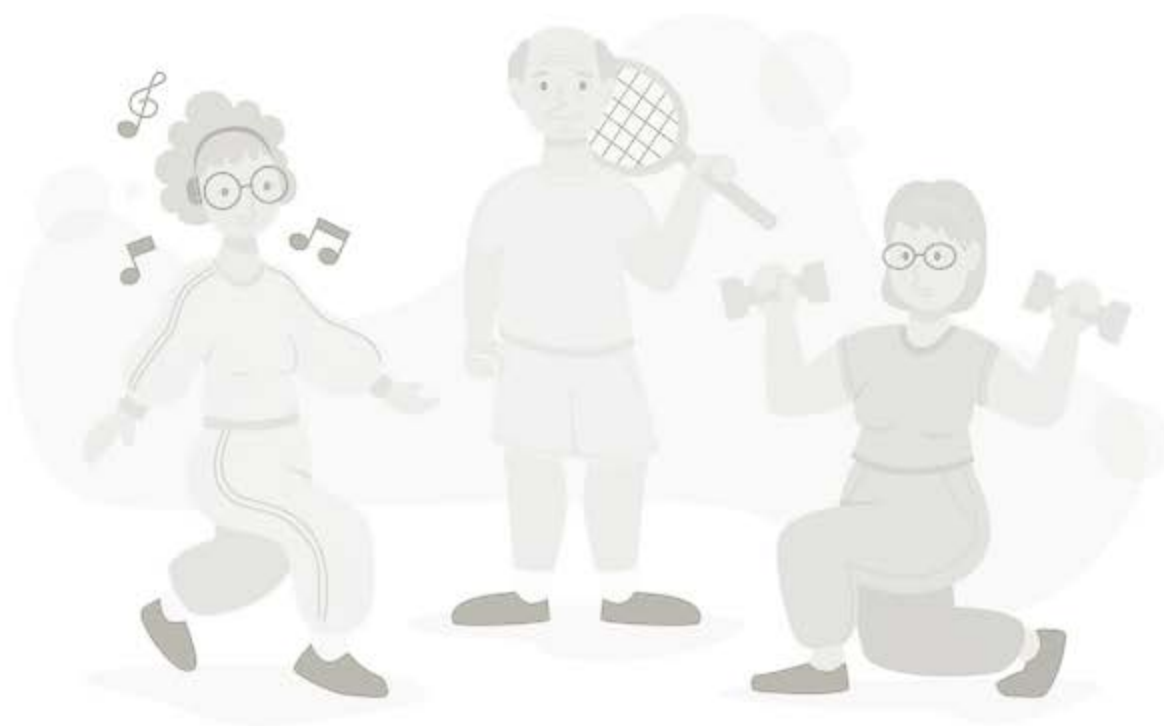
ORGANIZACIONA STRUKTURA

Organizaciona struktura predstavlja okvir koji definiše kako su zadaci podijeljeni, grupisani i koordinisani u okviru sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori. Uspostavljanje i održavanje funkcionalnog sistema praćenja je od ključnog značaja; međutim, pronalaženje “prave” strukture obezbjeđuje adekvatnu kontrolu aktivnosti svih zainteresovanih strana, što nije lako dostići jer je teško doći do idealne formule koja bi precizno definisala kako će zadaci biti podijeljeni, grupisani i koordinisani. Naučna saznanja, ipak upućuju na činjenicu da će sistem za praćenje fizičkih sposobnosti biti opšte prihvaćen samo u slučajevima kada se praćenje fizičkih sposobnosti reguliše centralizovano, na nacionalnom nivou. Stoga, jako je važno da se naprave jasna pravila igre, odnosno da se odmah utvrde rukovodioci, njihove odgovornosti i procedure donošenja odluka, kao i da se razvije jasna regulativa koja se oslanja na zakonske odrednice. Prilikom projektovanja organizacione strukture, rukovodioci bi trebalo da, pažljivo razmotre sljedećih šest elemenata: radnu specijalizaciju, departmentalizaciju, lanac komandovanja, raspon kontrole, centralizaciju i formalizaciju, kako bi, zavisno od obima i kompleksnosti osmišljenog sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, organizaciona struktura bila koncipirana kao jednostavna, birokratska, matrična ili ekipna.



UPRAVLJANJE PODACIMA

S obzirom da je prikupljanje podata u centru pažnje kada je projektovanje sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori u pitanju, ovoj temi je potrebno pružiti posebnu pažnju u ovim smjernicama. Naime, upravljanje podacima je problem sa kojim se naučnici i stručnjaci iz predmetne oblasti susreću odavno. Nekada je posao bio mnogo teži jer su se ručno unosili podaci i fizički pripremane matrice za analizu, dok je danas sve automatizovano i kompjuterizovano, i cjelokupan proces je pojednostavljen. Na taj način je moguće obraditi mnogo veći broj ispitanika, čak obraditi i cjelokupne nacionalne uzorke, što je slučaj, ne u svim, ali u pojedinim evropskim zemljama, kao što su Slovenija, Holandija i druge. Ipak, populacija koja okuplja osobe treće dobi nije dostupna kao što je to slučaj sa mlađim ili radničkim populacija, te je neophodno posvijetiti mnogo više pažnje prikupljanju i upravljanjem podacima. Mora postojati jasan i precizan plan koji bi detaljno opisao kako će podaci biti prikupljeni u okviru sistema za praćenje fizičkih sposobnostima osoba starije dobi u Crnoj Gori, odnosno kako će sirovi podaci biti prečišćeni i čuvani. Prije svega, trebalo bi odabrati testove, odnosno bateriju testova npr. „Senior Fitness Test (SFT)“, koja se pokazala kao veoma pogodna u procjeni stepena zdravstvenog statusa osoba treće dobi i nivoa fizičke aktivnosti. Takođe, planom bi trebalo da bude predviđeno na koji način će podaci biti korišćeni od strane svih zainteresovanih strana, ali i da se izrade percentilne norme i kriterijumski referentni standardi za ukupnu predmetnu populaciju u Crnoj Gori.



POVRATNA SPREGA

Ova tema stavlja akcenat na povratnu spregu koja bi trebalo da pruži korisnicima usluga sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori informacije, koje bi na prvom mjestu trebalo da budu blagovremene i smislene, zatim lake za korišćene, kao i zasnovane na naučnim dokazima. Povratna sprega je od ključnog značaja za korisnike usluga jer samo povratne informacije koje su zasnovane na ispred navedenim kriterijumima mogu održati njihovu pažnju i osigurati održivost sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori. Na taj način, korisnici usluga će, u svakom momentu moći da provjere trenutne fizičke sposobnosti pojedinaca i grupa, ocijeniti zdravstvene rizike i osmišljavati korake koji bi doveli do daljeg razvoja pojedinih fizičkih sposobnosti. Sa druge strane, veoma je važno pripremiti i uputstva koja bi pomogla korisnicima usluga da, na najbolji način tumače povratne informacije koje budu dobijali.



IMPLEMENTACIJA

Da bi jedan sistem mogao dobro da funkcioniše, odnosno da bude kvalitetan i funkcionalan za sve zainteresovane strane, jako je važno da postoji dobro pripremljen plan procesa implementacije. Da bi proces implementacije bio okarakterisan kao kvalitetan i funkcionalan, veoma je važno da se pažljivo razmotre sve faze sistema praćenja fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, kao i dugoročna implementacija istog. Konsultujući naučnu literaturu, prepoznati su različiti aspekti koji bi mogli da olakšaju proces implementacije. Na prvom mjestu je stavljen akcenat na komunikaciju sa korisnicima usluga, zatim se akcenat stavlja na obučavanje osoblja koje će biti uključeno u procesu praćenja fizičkih sposobnosti, na davanje povratnih informacija svim zainteresovanim stranama, kao i na korišćenje izlaza koje sam sistem za praćenje produkuje. Da bi implementacija bila na očekivanom nivou, jako je važno osmisliti sisteme podsticanja za angažovano osoblje, zatim pružati stalnu podršku svim zainteresovanim stranama, kao i provoditi evaluaciju cjelokupnog procesa rada.



PILOT ISTRAŽIVANJE

Kao i u svakom projektu koji se sprovodi po prvi put, jako je važno da se sprovedu sve moguće provjere o održivosti sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori. Najpreporučljiviji metodološki metod je pilot istraživanje, koje bi imalo za cilj da pažljivo procijeni predviđeni sistema praćenja, samo sa mnogo manjim uzorkom ispitanika. Na ovaj način se može unaprijed utvrditi opravdanost i održivost predmetnog sistema praćenja fizičkih sposobnosti, i napraviti blagovremeno ispravke ukoliko sa javi potreba za istim, odnosno obustavi kompletan projekat.



KOMUNIKACIJA

Kada se uspostavi sistem za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori, njegova održivost kritično zavisi od odlične komunikacije između svih zainteresovanih strana i javnosti. Od vitalnog je značaja da dobro uspostavljen sistem za praćenje nema samo povratnu spregu sa samim sobom, već da sve povratne informacije završe, takođe i u javnosti. Javnosti bi trebalo poslati savjete za poboljšanje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi, zatim informacije koje se odnose na utvrđene promjene u toku procesa praćenja, promjene po svim aspektima koje je sistem predvidio da prati, kao i novine koje budu implementirane u predmetni sistem praćenja, i drugo. Bez uspostavljanja kvalitetne komunikacije između svih zainteresovanih strana i javnosti, sistem za praćenje fizičkih sposobnosti neće biti u mogućnosti da bude dovoljno vidljiv javnosti, da se dalje razvija, da se širi, ali i da prikuplja dodatna sredstva za finansiranje sistema za praćenje fizičkih sposobnosti osoba treće dobi u Crnoj Gori. Objavama na zvaničnoj stranici i društvenim mrežama, kroz radionice, članke u štampanim i gostovanjima u elektronski medijima, odnosno svim drugim komunikacijskim sredstvima, sistem za praćenje fizičkih sposobnosti bi širio svoj uticaj, čak bi bio i u mogućnosti da utiče na zakonske regulative u Crnoj Gori. Stoga, jako je važno da se pripremi adekvatan komunikacijski plan koji bi predstavljao osnovu na čemu bi se temeljile cjelokupne komunikacijske aktivnosti.

