



Фото: Конни Фрид, фотоагентство Johnér

8. Старость в Швеции

Содержание

Пожилой возраст

Мероприятия и социальные льготы для пожилых

Пенсионное обеспечение

Медико-социальное обслуживание пожилых

Похороны

Наследственное право

Пожилой возраст

В Швеции люди живут долго. Средняя продолжительность жизни всего населения составляет 82 год. Шведские женщины живут в среднем 84 года, а мужчины – 80 лет.

Рост продолжительности жизни означает увеличение доли пожилого населения. Средняя продолжительность жизни возрастает примерно на год за каждое десятилетие. Ничто не говорит о том, что рост продолжительности жизни в Швеции останется на нынешнем уровне. В Швеции проживает 10 миллионов человек. 18 % из них – старше пенсионного возраста 65 лет. Согласно расчетам в 2030 г. 30 % населения Швеции будет старше 65 лет.

Продолжительность жизни зависит от многих факторов. Биологическая наследственность, которая досталась вам от ваших родителей и родственников, влияет на продолжительность жизни. Образ жизни и среда проживания также оказывают влияние. Процесс старения связан с изменениями - как соматическими, так и психологическими и социальными. Человек не может изменить свою наследственность, но он может повлиять на процесс своего старения посредством своего образа жизни.



Государственное управление народного здравоохранения выделяет четыре области, имеющие значение для здорового старения:

- физическая активность
- здоровое питание
- социальная общность
- ощущение своей нужности.

Человек оказывает влияние на свое здоровье в старости с молодого возраста. Курение, неправильное питание, стресс, отсутствие движения, наркотики и алкоголь плохо влияют на любого человека. Правильное питание и физическое движение на протяжении всей жизни могут поспособствовать здоровью в пожилом возрасте. Благодаря этому можно продлить свою жизнь.

Физические изменения

До 40 лет возрастные, физические и телесные изменения являются незначительными, но потом они усиливаются. Генетический материал (ДНК) в клетках управляет процессом биологического старения, который происходит на различных уровнях в организме. Процесс старения – то есть когда и как человек стареет – может происходить у разных людей очень по-разному. У некоторых седые волосы и морщины появляются еще в молодом возрасте, у других – поздно.

Старческие физические изменения означают, что мы становимся короче, легче и в то же время суше. Снижение метаболизма приводит к более высокому риску обезвоживания. Поэтому важно пить воду.

В связи с замедлением метаболизма и меньшей подвижностью пожилых людей их потребности в питании становятся меньше. Поэтому особенно важно, чтобы пища была хорошего качества, с хорошо сбалансированным содержанием питательных веществ, витаминов и минералов.

Для того чтобы хорошо видеть, пожилым людям требуется значительно больше света, чем молодым, поэтому важно иметь дома хорошее освещение. С возрастом сложнее воспринимать высокие тона и различать речь в шумной обстановке.



Фото: Фотоагентство Johnér

Старым людям труднее сохранять равновесие, и поэтому они легче падают, чем молодые. Есть много мер предосторожности, которые можно предпринять дома, чтобы снизить риск несчастных случаев. Например, можно убрать коврики и пороги, об которые легко споткнуться.

В силу ряда причин пожилые люди могут быть более чувствительны к лекарствам, чем молодые. В организме пожилых меньше жидкости и больше жира. Это означает, что некоторые лекарства, растворимые в жирах, остаются в организме дольше, чем задумано.

Психические изменения

Возрастные изменения также происходят и в мозге. Число клеток головного мозга уменьшается, и мозг становится меньше, но функции в значительной степени остаются неизменными. Многие функции памяти долго остаются на прежнем уровне, и словарный запас и общие знания часто остаются поразительно хорошими далеко в старости.

Риск заболеть деменцией увеличивается с возрастом. Но ухудшение памяти не обязательно связано с деменцией. Примером здоровой забывчивости может быть, когда человек не может вспомнить, где его очки или ключи. Но если человек вообще не помнит, что у него есть очки или ключи, или может заблудиться в знакомой обстановке, то это уже признаки болезненной забывчивости.

Полезно сохранять активность ума и тела. Мозг хочет учиться на протяжении всей жизни посредством слов, рисунков, песен, музыки, игр, юмора, животных, природы и социальных контактов. Мозг никогда не бывает слишком стар для обучения новым вещам, но в преклонном возрасте на это уходит больше времени.

Мозг также становится более чувствительным ко многим видам препаратов, особенно к психотропным, таким как транквилизаторы и снотворные, а также к родственным морфину соединениям, которые входят во многие болеутоляющие средства.

Социальные изменения

Социальные изменения начинаются в то время, когда человек – возможно, впервые в жизни – может полностью распоряжаться своим собственным временем. Все больше пожилых людей продолжают работать даже после достижения пенсионного возраста, который наступает в 65 лет, и многие работают на добровольных началах, без заработной платы.

Качество жизни в пожилом возрасте сильно зависит от того, как человек ощущает свою жизненную ситуацию и является ли она для него понятной, управляемой и исполненной смысла. Согласно исследованиям, социальная общность чрезвычайно важна для качества жизни – человек должен быть активным, чувствовать себя нужным и быть в хороших отношениях с окружающими людьми.

Мероприятия и социальные льготы для пожилых

Для пожилых людей имеется множество мероприятий и социальных льгот.

Многие объединения организуют мероприятия для пенсионеров. Примером такого объединения является Национальная организация пенсионеров (PRO).

Во многих муниципалитетах Швеции пожилые люди могут в установленное время суток пользоваться общественным транспортом бесплатно или по льготной цене.

Если по причине старческого возраста или функциональных ограничений вам сложно пользоваться общественным транспортом, можно воспользоваться услугами социального такси. Тогда за небольшую плату вы можете пользоваться такси вместо, например, автобуса и трамвая. Чтобы получить право на социальное такси следует подать заявление в муниципалитет, в котором вы проживаете. К нему следует приложить справку от врача о необходимости социального такси, в которой подтверждается, что вы не можете пользоваться общественным транспортом.

В пределах собственной коммуны можно перемещаться на так называемых маршрутных линиях (flexlinjer). Это миниавтобусы, у которых пол на уровне тротуара, чтобы людям с ролатором или в инвалидной коляске было удобнее. Маршрутные линии позволяют подъехать к вашему жилищу ближе, чем другие виды общественного транспорта. Миниавтобус едет только в те места, где имеется заявка о том, что кто-то хочет в него сесть или выйти, поэтому маршрут и продолжительность поездок варьируется от случая к случаю.



Фото: Матильда Карлссон, муниципалитет Гетеборга



Фото: Магнус Гланс

Пенсионное обеспечение

Пенсия – это денежные выплаты, получаемые пожилыми людьми по старости, когда они перестают работать. Размер пенсии бывает разным, в зависимости от предыдущей заработной платы, стажа работы и размера собственных сбережений.

Пенсия может выплачиваться из нескольких источников: общая пенсия (allmän pension) выплачивается из Шведского пенсионного управления, а пенсия за выслугу лет (tjänstepension) - от работодателя. Кроме того, вы можете иметь частные пенсионные накопления. Эти разные виды пенсий не влияют друг на друга, а суммируются, и, таким образом их сумма составляют всю вашу пенсию.

Вы решаете сами, когда хотите выйти на пенсию. Чем позже выход на пенсию, тем больше будет размер ежемесячных пенсионных выплат. Пенсию, основанную на доходах, и премиальную пенсию можно получать начиная с 61 года, но вы имеете право продолжать работать до 67 лет. Вы можете договориться со своим работодателем, если вы хотите работать дольше.

Вы сами можете решать, какую часть пенсии вы хотите получать. Ежемесячно можно получать от 25 до 100% вашей пенсии. Можно, например, получать половину положенной пенсии и продолжать работать на полставки.

Общая пенсия

Общая пенсия – это государственная пенсия, которая предоставляется всем, кто жил и работал в Швеции. Это государственная пенсия, которая выплачивается Шведским пенсионным управлением. Более подробную информацию можно найти на сайте:

www.pensionsmyndigheten.se

Кроме того, можно обратиться напрямую в Шведское пенсионное управление по телефону или посетив их контору и договориться о личной встрече.



Источник: Шведское пенсионное управление

Ежегодно на пенсионный счет каждого гражданина начисляются денежные средства, заработанные им в ходе трудовой деятельности, учебы или отпуска по уходу за ребенком. Общая пенсия состоит из условно-накопительной пенсии (inkomstpension) и премиальной пенсии (premiepension). Если у вас не было никакого заработка или был маленький заработок, то вы можете получать гарантийную пенсию (garantipension).

- **Условно-накопительная пенсия.**

Размер этой пенсии зависит от того, сколько вы заработали за период трудовой деятельности. Ежегодно 16% вашего дохода или заработной платы отчисляется на пенсионный счет для будущей условно-накопительной пенсии. Помимо дохода от работы в качестве дохода учитываются также и другие налогооблагаемые выплаты, такие как пособие по безработице, пособие по нетрудоспособности, пособие на участие в деятельности и пособие по уходу за ребенком.

- **Премиальная пенсия.**

2,5% от заработной платы и других налогооблагаемых доходов ежегодно вкладываются в различные фонды. Это называется премиальной пенсией. Фонды состоят из ценных бумаг или акций, и вы можете решить сами, в какие фонды вы хотите инвестировать свои деньги. Размер премиальной пенсии зависит от суммы вложенных денег, а также от развития стоимости акций и ценных бумаг в тех фондах, в которые вы вложили деньги.

- **Гарантийная пенсия.**

Гарантийная пенсия – это форма финансовой поддержки для лиц, не имеющих никакого заработка или получающих маленький заработок за свой труд. Право на начисление полной гарантийной пенсии предоставляется только тем, кто прожил в Швеции не менее 40 лет. Если вы прожили в Швеции менее 40 лет, то гарантийная пенсия будет меньше. Размер гарантийной пенсии также снизится при наличии другой пенсии, например, условно-накопительной пенсии.

Пенсия за выслугу лет

Пенсия за выслугу лет - это часть пенсии, отчисления на которую выплачивает работодатель. Большинство наемных работников имеют право на пенсию за выслугу лет. Какая у вас будет пенсия за выслугу зависит от договоренности профсоюзов с работодателями. Студенты, безработные, работники предприятий, не имеющих коллективного трудового договора, а также частные предприниматели не получают пенсию за выслугу лет.

Если у вас своя фирма, вы должны делать пенсионные отчисления сами. Это называется собственными социальными взносами.

Частные пенсионные накопления

Вы можете иметь частные пенсионные накопления. Деньги можно откладывать в банке или страховых фондах в агентствах пенсионного страхования. Вы сами решаете, сколько денег вы ежемесячно хотите откладывать и когда вы начнете это делать.

Пособие для пожилых

Социальное пособие для пожилых (äldreförsörjningsstöd) - это социальная помощь, выплачиваемая тем, у кого очень маленькая пенсия, на которую не прожить. Если вы, достигнув 65-летнего возраста и получая все полагающиеся вам пенсионные выплаты, не имеете приемлемого уровня жизни, то вы имеете право на получение социального пособия для пожилых. Одновременно с рассмотрением вашего ходатайства о предоставлении социального пособия для пожилых Шведское пенсионное управление рассмотрит ваше право на получение надбавки на оплату жилья (bostadstillägg).

Надбавка на оплату жилья для пенсионеров

Надбавка на оплату жилья (bostadstillägg) - это надбавка к вашей государственной пенсии. Размер надбавки зависит от стоимости вашего жилья, ваших доходов, активов и семейной ситуации.

Вы вправе ходатайствовать о предоставлении надбавки на оплату жилья по исполнению вам 65 лет и получении вашей государственной пенсии в полном объеме. Вы

можете ходатайствовать, независимо от того, как вы живете, и владеете ли вы своим жильем или нет. Вы вправе ходатайствовать, даже если у вас есть активы.

Подробнее можно почитать на веб-странице Шведского пенсионного управления: www.pensionsmyndigheten.se

Переезд за границу с пенсией

Условно-накопительная пенсия, премиальная пенсия, пенсия за выслугу лет и частные пенсионные накопления сохраняются за вами, независимо от того, в какую страну и на какой срок вы переедете. Однако продолжать получать гарантийную пенсию можно не всегда. Это зависит от того, в какую страну вы переедете и какие у вас социальные льготы. Гарантийная пенсия сохраняется при переезде в другую страну ЕС/ЕЭС, Швейцарию и, в некоторых случаях, в Канаду. При переезде в другую страну вы теряете право на получение пособия для пожилых.

Медико-социальное обслуживание пожилых

Пожилым людям часто необходима помощь по разным практическим вопросам повседневной жизни. В Швеции пожилые люди, которым необходима помощь и поддержка, по закону имеют право на помощь от общества. В других странах такую помощь чаще всего оказывают семья и родственники, в то время как в Швеции ее обычно предоставляет общество. Однако семья, как правило, принимает участие в жизни пожилого человека. Медико-социальное обслуживание пожилых осуществляется в соответствии с законом о социальной службе и законом о здравоохранении и медицинском обслуживании.

Ответственность за медико-социальное обслуживание пожилых, включая контакты с врачами и отделениями скорой помощи, возложена на муниципалитет или ландстинг. Это может быть организовано по-разному в разных частях Швеции. Для получения медико-социального обслуживания для пожилых следует обратиться в соответствующий отдел муниципальной социальной службы. Социальный ассистент по

оказанию помощи из муниципальной социальной службы рассмотрит заявление, оценит потребности в медико-социальной помощи и затем примет решение о возможности предоставления и объеме помощи.

Цель системы медико-социальной помощи престарелым состоит в предоставлении лицам престарелого возраста возможности вести полноценную и самостоятельную жизнь в обстановке защищенности. Пожилые люди также должны иметь возможность участвовать в исполненных смысла мероприятиях в общении с другими.

Жилье

Многие лица пожилого возраста хотят жить дома как можно дольше. В наши дни имеется возможность жить дома благодаря предоставляемой обществом помощи и различным видам приспособления жилья. Муниципалитет может предоставить уход и помощь, что позволяет лицам пожилого возраста продолжать жить дома. Это называется социальной службой помощи на дому (hemtjänst).

Работники социальной службы помощи на дому могут, например, убратся в квартире, купить продукты, застелить постель, помочь принять душ и побриться. Помощь может быть также оказана в вечернее и ночное время. В случае заболевания или травмы на дом может прийти медсестра, которая сделает перевязку или поможет принять лекарства.

Во многих муниципалитетах имеется и персонал, помогающий с мелким ремонтом. Такое обслуживание называется бытовым сервисом (fixarservice). Персонал может, например, повесить картину на стену или поменять шторы на окнах. Цель такой услуги - в числе прочего, избежать падений пожилых людей и связанных с этим травм.

Если пожилой человек не чувствует себя дома надежно, то имеются другие возможности проживания для престарелых.

Жилье для пожилых (seniorboende) и так называемое **надежное жилье** (trygghetsboende) - это разновидности жилья, специально приспособленного для пожилых,

в котором, например, низкие пороги и более широкие лифты. В жилье для пожилых, как правило, могут проживать лица, достигшие 55-летнего возраста, а для проживания в надежном жилье требуется более преклонный возраст. Для проживания в жилье для пожилых и надежном жилье разрешение муниципалитета не требуется. Вы снимаете или покупаете такое жилье по собственной инициативе.

Дом-интернат для престарелых (servicehus)

- это особый тип жилья, которое принадлежит муниципалитету, с квартирами для пожилых людей. Прежде чем человек получит место в доме-интернате для престарелых, рассматриваются его потребности в уходе. Жильцы дома-интерната для престарелых, как правило, должны платить за уборку, приготовление еды и тому подобное.

Особый дом престарелых (särskilt boende),

который иногда также называется ***групповым жильем***, предназначается в рамках медицинского обслуживания для престарелых лиц, которым необходим круглосуточный уход. Для получения места в особом доме для престарелых необходимо иметь большие потребности в медицинской и социальной помощи и круглосуточную потребность в уходе.

В случае смерти

Смерть означает то же самое, что кончина. В случае смерти на дому следует обратиться к медицинскому персоналу. Иногда тело умершего увозят в больницу, где врач констатирует смерть. Если имеются особые пожелания в отношении религиозного обряда, следует поговорить об этом с медицинским персоналом.

Затем родственники умершего обычно обращаются к священнику, пастору, раввину, имаму или другому религиозному представителю. Совместно с представителем общины родственники могут планировать похороны, исходя из особых религиозных пожеланий, если таковые имеются. Стоит также обратиться в управление кладбищ и похоронное бюро, которые могут оказать практическую помощь.



Фото: Йенни Гаулиц, фотоагентство Johnér

Похороны

На похоронах в Швеции обычно присутствуют родственники и близкие друзья умершего. При выборе похоронного ритуала обычно принимают во внимание последнюю волю покойного. Возможно, он отдал распоряжение о своих похоронах, сформулировав свои пожелания в завещании или выразив их в устной форме. Похороны могут проходить по-разному в зависимости от религиозного исповедования.

Погребально-поминальная церемония обычно устраивается в церкви или часовне. Шведская церковь отвечает за всю деятельность по захоронению в стране, за исключением Стокгольма и Траноса, где за это отвечает муниципалитет. Это действует независимо от религии, которую исповедовал умерший.

Родственники могут обратиться к представителю муниципалитета по вопросам похорон. Представители по вопросам похорон – это сотрудники, уполномоченные правлением лена для соблюдения как интересов умершего, так и пожеланий родственников. Представители по вопросам похорон должны обеспечить возможность захоронения лиц, не являющихся членами Шведской церкви, подходящим для таких лиц образом. Родственники могут выйти на связь с представителями по вопросам похорон через муниципалитет, правление лена или церковную общину.

Нет никаких четко установленных правил, регулирующих организацию похорон. Однако существуют требования, согласно которым тело умершего должно лежать в гробу. Есть также правила, касающиеся кремации и погребения урны с прахом. Кремация представляет собой сожжение трупа умершего в печи вместе с гробом. Затем прах помещается в погребальную урну. Обычно урну закапывают в землю на месте захоронения. Прах можно также развеять на кладбище в специально отведенном месте под названием «роща памяти» (minneslund). Чтобы развеять прах, например, над морем, необходимо получить разрешение правления лена.

На сайте Шведской церкви можно найти информацию о ближайших кладбищах и местах захоронения:
www.svenskakyrkan.se

При желании о захоронении за границей похоронное бюро может оказать за плату помощь в транспортировке до страны назначения.

Обычно со дня смерти до дня похорон в Швеции проходит одна или две недели. По желанию родственников умершего обычно возможно провести захоронение в более короткий срок. Однако, согласно законодательству Швеции, тело умершего должно быть предано земле или кремировано не позднее чем через месяц с даты смерти.

Открытый гроб при похоронах является необычным явлением в Швеции, но никаких формальных препятствий к этому нет.

Все жители Швеции платят кладбищенский сбор, включенный в число взимаемых с населения налогов. Этот сбор дает право пользоваться помещением для траурной церемонии, например часовней. Кроме того, кладбищенский сбор дает право на транспортировку гроба с места проведения похоронного ритуала до могилы.

В Швеции около 83% умерших хоронят согласно церковной традиции. Похоронную службу в церкви проводит священник. Такую службу могут заказать только члены Шведской церкви. Для членов Шведской церкви церковные похороны устраиваются бесплатно. Церковные похороны можно также проводить в других христианских общинах, например, в свободной церкви, католическом костеле или православном храме.

Гражданская панихида – это светская церемония прощания с умершим человеком. Она не проводится в церкви. Ее можно устраивать в специальной часовне для похоронных обрядов, в саду или на природе. Панихиду проводит специально назначенный организатор похорон.

Наследственное право

Законодательство регулирует порядок наследования денег и имущества, оставшихся после смерти человека. Эта законодательная сфера называется наследственным правом.

Если умерший состоял в браке, то переживший супруг или пережившая супруга унаследует все имущество. Их общие дети могут принять наследство только после смерти пережившего родителя. В течение своей жизни переживший родитель может распоряжаться наследственным имуществом по своему усмотрению.

Если умерший имел детей из других отношений, эти дети вправе получить свое наследство сразу. Они могут также отложить раздел наследства, пока не умрет переживший супруг или пережившая супруга. Если умерший не состоял в браке, то его дети наследуют все. В случае отсутствия детей наследниками выступают родители или родные братья и сестры умершего.

Если умерший оставил после себя ребенка в возрасте до 18 лет, то ребенку назначается попечитель. Попечитель – это лицо, обеспечивающее соблюдение прав и интересов ребенка.

Имущество наследодателя

Имущество наследодателя подразумевает все денежные средства и нажитые вещи, оставшиеся после умершего. Все наследующие его родственники являются совместными собственниками этого имущества.

Раздел имущества, опись имущества и вступление в наследство

Если умерший состоял в браке и имел какое-то имущество в совместной собственности с мужем или женой, оно должно сначала делиться между супругами.



Фото: Colourbox

Это называется разделом имущества. После раздела имущества можно делить и наследство.

Опись имущества - это опись активов и долгов умершего. Она должна быть готова через три месяца после смерти. Опись имущества будет положена в основу раздела имущества, то есть распределения активов умершего.

Завещание

Завещание является юридическим документом. Составитель завещания может сам распорядиться, кто и что будет наследовать. Однако существует

исключение. Прямые наследники (дети, внуки или правнуки) всегда имеют право потребовать свою обязательную долю наследства.

Завещание должно быть оформлено в соответствии с определенными правилами. Например, оно должно быть составлено в письменном виде. Оно должно быть подписано двумя свидетелями. Поэтому, прежде чем писать завещание, целесообразно обратиться к юристу.

Лица, живущие в гражданском браке (sambo) не наследуют друг после друга автоматически. Если гражданские супруги хотят иметь право наследования друг после друга, они должны написать завещание.

Вопросы для обсуждения, глава 8

Что, по вашему мнению, значит для страны тот факт, что доля пожилых людей в населении страны возрастает больше, чем другие возрастные группы?

Что, по вашему мнению, важно для хорошей старости?

Есть ли, по вашему мнению, какие-то отличия в том, как воспринимают пожилых людей в Швеции, от того, к чему привыкли вы?

Что необходимо планировать перед выходом на пенсию?

Каковы сходства и различия в медико-социальном уходе за престарелыми в вашей стране и в Швеции?

В чем состоят сходства и различия между погребальными обрядами в вашей стране и Швеции?

