

НЕ ТАК ДАВНО ВОЛОГОДСКИЕ УЧЁНЫЕ ПРОВЕЛИ СРЕДИ ЖИТЕЛЕЙ РЕГИОНА СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ ОПРОС НА ТЕМУ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ. КАК ПОКАЗАЛИ РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ, ЖИТЬ ДОЛГО И СЧАСТЛИВО ЛЮДИ ХОТЯТ, НО ВОТ ЧТО-ТО ДЕЛАТЬ ДЛЯ ЭТОГО ГОТОВЫ НЕМНОГИЕ.

Наш корреспондент пообщался с сотрудником Вологодского научного центра РАН Александрой КОРОЛЕНКО и узнал, какие барьеры стоят перед вологжанками на пути к долгой и активной жизни.



ПОТЕНЦИАЛ «СТАРЕЮЩЕГО ОБЩЕСТВА»

- Александра, почему учёных так интересует тема долголетия?

- В условиях демографического старения, то есть увеличения численности населения старших возрастов, важно найти способы преодоления или «сглаживания» его негативных последствий, таких, к примеру, как рост экономической нагрузки на трудоспособное население, увеличение нагрузки на системы социальной защиты и здравоохранения.

И здесь на первый план выходят вопросы грамотного использования потенциала «стареющего общества». Однако без стимулирования установок на активное долголетие у всего населения невозможно добиться существенных результатов. Поэтому необходимо изучать

АИФ ДОСЬЕ

Александра КОРОЛЕНКО.

Родилась в 1991 г. в Вологде. В 2013 г. с отличием закончила естественно-географический факультет ВГПУ. С 2013 г. работает в Вологодском научном центре РАН. С 2018 г. - научный сотрудник отдела исследования уровня и образа жизни населения.



Несложные полезные привычки позволят дольше оставаться молодыми и активными.

поведенческие стратегии населения, их соответствие активному долголетию, его внешних и внутренних факторов.

- Кто участвовал в опросе и что спрашивали?

- Анкетирование проводили в прошлом году, опросили 1500 респондентов в возрасте 18 лет и старше. Это жители Вологды, Череповца и восьми районов (Бабаевского, Великоустюгского, Вожегодского, Грязовецкого, Кирилловского, Никольского, Тарногского, Шекснинского).

В анкете были блоки вопросов о здоровье, уровне жизни, трудовой активности, досуге и увлечениях, общении, активном долголетии и социально-демографические характеристики респондента. Анкета учитывала как внутренние факторы активного долголетия (поведение индивида - установки, мотивы, действия в отношении поддержания активного долголетия), так и внешние (условия среды - доступность инфраструктуры, общественное одобрение, уровень жизни).

ГЛАВНЫЙ СТИМУЛ

- И что выяснили в ходе исследования?

ДО СТА!

Что нам мешает жить долго и счастливо?

- Во-первых, что наиболее значимым компонентом активного долголетия является здоровье, а главные стимулы долгой и активной жизни - это семейно-ориентированные факторы: нежелание расставаться с родными и близкими, потребность в общении с

зались действия по поддержанию социальных связей (хорошие отношения с членами семьи, регулярное общение с друзьями, знакомыми). Отмечу, что в целом для жителей региона характерно уважительное отношение к представителям старшего поколения.



КАЖДЫЙ ПЯТЫЙ ВОЛОГЖАНИН НИЧЕГО НЕ ДЕЛАЕТ ДЛЯ ДОЛГОЙ И АКТИВНОЙ ЖИЗНИ.

внуками и правнуками и т.д. Во-вторых, самые значимые барьеры на пути долголетия - это состояние здоровья и переживания от потери родных и близких.

К сожалению выяснилось, что каждый пятый опрошенный не предпринимает никаких мер в целях поддержания долгой и активной жизни. То есть люди хотят жить долго и сохранять при этом качество жизни, но делать что-то для этого не хотят. Кроме того, мы видим существенный разрыв между желаемой и ожидаемой величиной продолжительности жизни - сегодня он составляет восемь лет.

Что касается практик активного долголетия среди тех, кто их придерживается, то в числе самых распространённых ока-

- В анкете был вопрос и про доходы. Какие выводы можно сделать на основании полученных ответов?

- Первый вывод - среди населения региона почти в равной степени представлены как те, кому личных доходов достаточно для полноценной жизни и поддержания активного долголетия, так и те, кому доходы не позволяют вести активную жизнь. Это говорит о проблеме неравенства в уровне жизни, необходимым для активного долголетия. Наиболее остро эта проблема стоит для представителей старшего поколения (60 лет и старше).

Второй вывод - уровень доходов населения достаточен для поддержания внешнего вида, обеспечения здорового

питания, занятий хобби и посещения учреждений культуры, занятий физкультурой и спортом, однако его не хватает для получения образования, использования платных медицинских услуг, путешествий и туризма.

УСТАНОВКА НА ДОЛГОЛЕТИЕ

- Что вас как учёных удивило?

- По результатам опроса населения обнаружилось любопытное противоречие: люди хотят прожить долгую и активную жизнь, но на деле далеко не всегда предпринимают для этого какие-то действия.

Кстати, интересно, что молодёжь 18-22 лет имеет более выраженную мотивацию на активное долголетие и чаще вовлечена в его практики (поскольку в силу возраста социально и физически активна). А вот к самым старшим возрастам заметно снижается мотивация на долголетие и увеличивается доля ничего не делающих для его поддержания. При этом сохраняются установки на долгую жизнь (что во многом объясняется возрастным фактором и в большей степени фактической возможностью дожития до возраста долголетия).

Вызывает опасение, что население 30-39 лет продемонстрировало невысокие установки и мотивацию на продолжительную жизнь, а 22% из них вовсе отказываются от практик активного долголетия.

- Основные выводы, которые были сделаны в результате исследования?

- Один из главных выводов - мотивировать население на долгую и активную жизнь надо с самого раннего возраста и на протяжении всей жизни. Кроме того, надо повышать уровень жизни населения, чтобы у людей были финансовые возможности для саморазвития, поддержания здоровья и социальных связей, проведения активного досуга.

Фото avatars.mds.yandex.net



Татьяна ПОЧТЕННОВА,
po4tennowa@yandex.ru



В ВОЛОГДЕ ПРОШЛА ЦЕРЕМОНИЯ НАГРАЖДЕНИЯ ПОБЕДИТЕЛЕЙ ПЕРВОГО ГОРОДСКОГО КОНКУРСА «ВОЛОГОДСКИЙ ЗЕЛЁНЫЙ ОФИС».

Итоги отдельно определяли среди крупных, средних и малых предприятий, муниципальных организаций, организаций РЖД и НКО. Конкурс «Вологодский

БИЗНЕС ПОБОРЕТСЯ ЗА ЭКОЛОГИЮ

зелёный офис» и деловая игра прошли в рамках Международного экологического форума «Экология: город, экономика, люди».



ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ СОБЕРУТ В БРОШЮРУ «ЗЕЛЁНЫЕ ИДЕИ ДЛЯ БИЗНЕСА».

- Я рад, что так много вологодских компаний внедряют в своей работе экологичные практики, поддерживают принципы ESG: это ответственное отношение к окружающей среде, высокая социальная ответственность и высокое качество корпоративного управления. Руководители предприятий понимают, что начать нужно с себя, со своего

офиса, а затем стать примером и для других! Это также работа по экологическому просвещению жителей. Ведь порядка 70 предприятий и организаций,

принявших участие в конкурсе, объединяют около 25 тыс. вологжан, - сказал на церемонии награждения мэр Вологды Сергей Воропанов.

Конкурсанты стали участниками деловой игры. В своих командах они решали, что бизнес может сделать для экологического развития города. В итоге команды предложили 14 идей.



Бизнес готов участвовать в городских экопроектах.

Среди них как конкретные предложения, которые уже сейчас можно брать в разработку, так и вдохновляющие идеи, которые необходимо обсуждать.

Например, предприниматели предложили внедрить доставку

еды в экологичной таре, проработать возможность производства биоразлагаемого пластика, создать бульварное кольцо веломаршрутов с использованием бизнес-инвестиций, проводить экологические конкурсы внутри компаний. Одно из предложений касалось проведения юбилейного Дня города в экологическом ключе.

Как рассказали в пресс-службе администрации города, некоторые из предложений уже готовы взять в разработку. А практики, которые используются на вологодских предприятиях, в организациях и отдельных офисах, будут объединены в брошюру «Зелёные идеи для бизнеса».

Дмитрий ЗАВАЛЬСКИЙ

Фото пресс-службы администрации Вологды