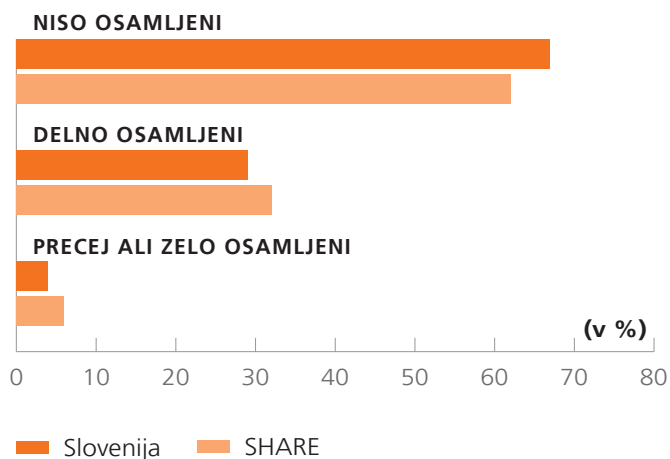


## OSAMLJENOST

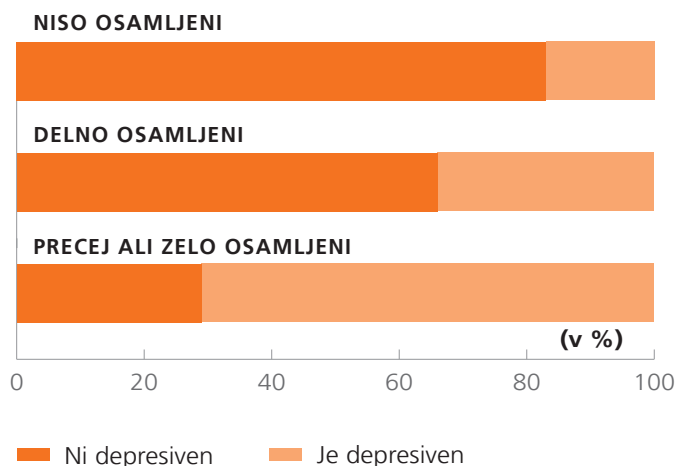
### Osamljenost\* pri osebah 50+



V Sloveniji je ena od treh oseb, starejših od 50 let, vsaj delno osamljena. V primerjavi z ostalimi državami, vključenimi v raziskavo, je osamljenost med starejšimi v Sloveniji nekoliko manj pogosta.

\* Intenzivnost občutenja osamljenosti se je preverjala s skrajšano različico lestvice R-UCLA Loneliness Scale. Na lestvici od 3 (ni osamljen) do 9 (zelo osamljen) smo kot delno osamljene opredelili osebe, ki so intenzivnost občutenja osamljenosti opredelile z vrednostmi od 4 do 6, kot precej ali zelo osamljene pa osebe, ki so intenzivnost občutenja osamljenosti opredelile z vrednostmi od 7 do 9.

### Pojavnost depresije\* pri osebah 50+ glede na intenzivnost občutenja osamljenosti, Slovenija

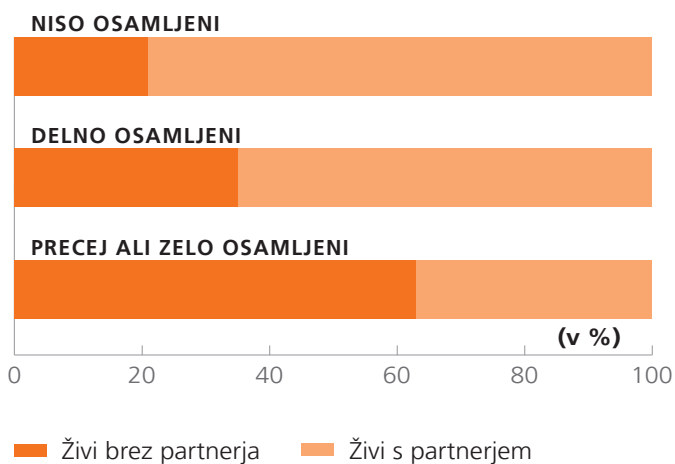


Osamljenost in depresija gresta z roko v roki. Med starejšimi od 50 let, ki so precej ali zelo osamljeni, je kar 7 od 10 oseb depresivnih.

\* Oseba je opredeljena kot depresivna, če doživlja štiri ali več simptomov depresije glede na evropsko lestvico depresije (EURO-D scale).

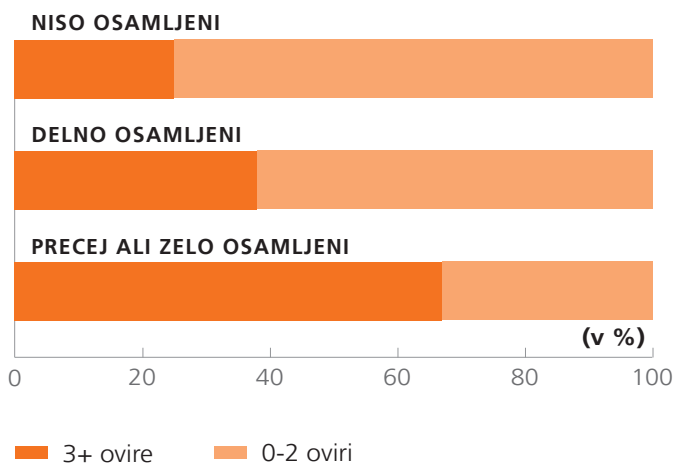
## OSAMLJENOST

### Življenje s partnerjem ali brez njega in intenzivnost občutenja osamljenosti pri osebah 50+, Slovenija



Osamljenost je precej bolj pogosta pri osebah, ki živijo brez partnerja. Med starejšimi od 50 let, ki so precej ali zelo osamljeni, jih slabi dve tretjini (63 %) živita brez partnerja.

### Število ovir v gibanju\* in intenzivnost občutenja osamljenosti pri osebah 50+, Slovenija



Intenzivnost občutenja osamljenosti je tesno povezana s številom ovir, s katerimi se oseba srečuje pri vsakodnevnih dejavnostih, kot so hoja v razdalji 100 metrov, vzpenjanje po stopnicah, klečanje ali čepenje ipd. Dve od treh oseb (67 %), ki so precej ali zelo osamljene, se srečujeta s tremi ali več ovirami pri vsakodnevnih dejavnostih.

\* Gre za težave pri opravljanju vsakodnevnih dejavnosti, kot so hoja v razdalji 100 metrov, sedenje približno dve uri, vstajanje s stola po daljšem sedenju, vzpenjanje po stopnicah brez počitka, sklanjanje, klečanje ali čepenje, dvigovanje ali iztegovanje rok čez višino ramen, vlečenje ali potiskanje večjih predmetov (kot je naslonjač v dnevni sobi), dvigovanje ali nošenje bremen, težjih od 5 kilogramov, in pobiranje drobnih kovancev z mize.