

Trendek, jó gyakorlatok az idősellátás területéről

- 1) Az **aktív idősödés**/ idősor az a folyamat, amelyben a társadalom optimális lehetőséget biztosít az egyéneknek arra, hogy egészségesen és biztonságban éljenek, és képesek legyenek részt venni a társadalmi folyamatokban; mindezt azzal a céllal, hogy javítsa az életminőséget az idősödés során (Active Ageing WHO 2001)

Az aktív idősödés koncepció összekapcsolja a „produktív idősödés” gondolatát – az egész életen át tartó emberi fejlődésre összpontosítva – az életminőség és mentális, fizikai jól-lét megőrzésének gondolatával.

Az aktív idősor koncepciója különböző közpolitikákat kapcsol egybe – idősök foglalkoztatási lehetőségeinek bővítése, idősbarát munkahelyi környezet (foglalkoztatáspolitikai); élethosszig tartó tanulás (oktatáspolitikai); megelőzés (egészségügy és szociális ellátások) – azaz: hogyan tudnak az idősök minél tovább önellátóak, fizikailag és mentálisan aktívak maradni.¹

- 2) **„Ageing in place”**

A célcsoport lehetőség szerint a saját megszokott környezetében, saját otthonában vagy speciálisan kialakított lakásokban, apartmanokban maradjon, élhesse mindennapjait mindaddig, amíg csak lehetséges, és kitolódjon a bentlakásos otthonokba költözés ideje.

A tartós gondozást megkönnyítő újfajta megközelítés a megfelelő környezet kialakítása. Az ENABLE AGE (2002–2004) projekt bebizonyította, hogy a lakás akadálymentesítése fokozza az idős ember napi aktivitását, növeli önállóságát és csökkenti a depresszióját.²

- 3) **Idősbarát városok**

WHO 2005 – Globális idősbarát városok projekt. A kezdeményezésben az épített környezet (ház, lakás, közlekedés) egyenrangú komponense a társadalmi és szociális szempontrendszer, így a társadalmi részvétel, a társadalmi felzárkózás, a kommunikáció, a közösségi támogatás, az egészségügyi szolgáltatások és az információ. (WHO 2007.)³

- 4) **AAL (Ambient Assisted Living)** programok – tevékeny és egészséges idősor szolgálatába állított IKT (információ- és kommunikációtechnológia) -alapú termékek, szolgáltatások és rendszerek⁴

- életmód-monitor
- navigáció segítése
- személyes segítség (emlékeztető / tárgykereső megoldások)
- intelligens megfigyelési- és riasztási rendszer

¹ Udvardi Andrea: az idősellátás helyzete Magyarországon (kutatási jelentés) NCSSZI 2013.

² Szémán Zsuzsa A tartós idős gondozás alternatívái: technika, környezet (Esély 2015/1)

³ Szémán Zsuzsa: Idősbarát városok, helyek, közösségek (Esély 2016/2)

⁴ Zárol Evelin: Az önkormányzati idősügyet érintő irányvonalak Magyarországon
Disszertáció - PTE BTK Interdiszciplináris Doktori Iskola, Pécs, 2013.

1. Hazai jó gyakorlatok

- Falugondnoki / tanyagondnoki szolgálat

1993.III.törvény 57. és 60.§ szerinti szociális alapszolgáltatás

Célja: intézményhiányból eredő hátrányok enyhítése, alapvető szükségletek kielégítését segítő szolgáltatásokhoz, közszolgáltatáshoz való hozzájutás biztosítása, egyéni és közösségi szintű szükségletek teljesítésének segítése.

- Jelzőrendszeres házi segítségnyújtás

1993.III.törvény 65.§ szerinti szociális alapszolgáltatás

A saját otthonukban élő, egészségi állapotuk és szociális helyzetük miatt rászoruló, a segélyhívó készülék használatára képes időskorú (fogyatékkal élő / pszichiátriai beteg) részére – krízishelyzetek elhárítása céljából nyújtott ellátás.

- Idősbarát Önkormányzat Díj

58/2004 ESzCsM-BM rend.

Azok a helyi önkormányzatok nyerhetik el, amelyek *aktív tevékenységükkel* elősegítik az időskorúak helyi szervezeteinek működését; *együttműködést* alakítanak ki az idősügy területén tevékenységet folytató szervezetekkel; a helyi közösség életébe széleskörűen *bevonják* az időskorú polgárokat és szervezeteiket; *foglalkoztatási lehetőségek* teremtésével elősegítik az idősek képességeinek megőrzését, tapasztalataik hasznosulását, életminőségük javítását; *helyi idősbarát politikát* alakítottak ki.

Jó példák pl. ⁵

- szociális bolt,
- ingyenes szemétszállítás, kegyeleti támogatás,
- kulturális és sportesemények,
- rekreáció és kirándulások,
- számítógépes tanfolyamok,
- szenior ökojátsszótér, tornatermi mozgás biztosítása,
- vérnyomásmérő adása, ingyenes védőoltás, ingyenes szűrővizsgálatok,
- idősek lapja, Könyvet házhoz mozgalom,
- Idősek egymásért szolgálat, Szomszédok egymásért mozgalom,
- testvérvárosi idősek klubjával kapcsolatépítés,
- idősügyi referens alkalmazása.

⁵ Záról Evelin: Az önkormányzati idősügyet érintő irányvonalak Magyarországon
Disszertáció - PTE BTK Interdiszciplináris Doktori Iskola, Pécs, 2013.

- Egyházi és civil szervezetek programjai; önkéntes programok

Katolikus Karitás: pótnagyszülő program, Idősek Közösségi Teadélelőttje, helyi karitászcsoportok tevékenysége

Iskolai közösségi szolgálat - 9-11. évfolyamos tanulók által végzett egyéni és közösségi javakat szolgáló tevékenység. Legalább ötven órás, szervezett keretek között folyik, egyéni vagy csoportos formában. Óvodás korú, sajátos nevelési igényű gyermekekkel, tanulókkal, idős emberekkel közös sport- és szabadidős tevékenységek, valamint egészségügyi, szociális, játékonysági, oktatási, kulturális, közösségi, környezet- és természetvédelmi, valamint katasztrófavédelmi területen folytatható tevékenységek; alkalmanként legkevesebb egy, legfeljebb háromórás időkeretben. Pl. „Csetelj, Nagy!”⁶

Talentum Alapítóány (Csongrád Megyei Önkéntes Centrum) – Híd a fiatalok és az idősök között (a programban résztvevő fiatalok szakmát tanulnak, aminek tevékenységébe bevonják az időseket - fodrász, kozmetikus, cukrász, szakács)⁷

2. Külföldi, vagy együttműködésben megvalósuló jó gyakorlatok

1) Aktív idősödés

Harmadik kor egyeteme – élethosszig tartó tanulás (Lodz)⁸

- konferenciák
- nyelvtanulás
- számítástechnikai kurzusok
- önvédelmi kurzusok
- turizmus, találkozók, koncertek

2) „Ageing in place”

HELPS (Housing and Home-Care for the Elderly and Vulnerable People and Local Partnership Strategies in Central-European Cities – Lakhatási és gondozási szolgáltatások idősök és sérült emberek számára, illetve helyi partnerségek stratégiai közép-európai városokban) **projekt**⁹

- képzési program laikus segítők részére az idős emberek gondozásával kapcsolatosan. (Debrecen)
- WebNővér.hu (Magyar Máltai Szeretetszolgálat)
- „Mobil vészkarperec és gondozók képzése” (Nyitra)
- felügyelt lakások Burgenlandban, amelyek Szamaritánus gondozóotthonokhoz kapcsolódnak

⁶ Bói Anna: Az iskolai közösségi szolgálat szerepe az egyén és a társadalom életében (KAPOCS XIII. évf. 2. szám)

⁷ <http://talentumonkentes.hu/program/hirek/ut-epul-az-onkentesseg-altal>

⁸ Zárol Evelin: Az önkormányzati idősügyet érintő irányvonalak Magyarországon
Disszertáció - PTE BTK Interdiszciplináris Doktori Iskola, Pécs, 2013.

⁹ Bihari Ildikó – Czibere Ibolya – Csoba Judit – Kerekes Noémi – Rácz Andrea: Az aktív idősödést támogató innovációk közép-európai gyakorlatai (KAPOCS XIV. évf. 2. szám)

- bemutatóterem - egy lakásmodell tekinthető meg speciális bútorzattal, berendezési tárgyakkal és felszerelésekkel, melyek segítséget nyújtanak az idős és speciális szükségletekkel rendelkező személyek számára (Lipcse)
- szociális lakhatási formák kialakítása: többgenerációs együttlakás projekt; Montebello projekt - 12 társasház 180 otthon
- kapcsolódó kutatási programok -lakhatással kapcsolatban

„Village” mozgalom (USA)

Önsegítő csoportként indult (szomszédi közösség). Különböző otthoni szolgáltatásokat tartalmaz támogatással, egészségügyi ellátással és közösségi programokkal. Éves díjért biztosítanak szállítást, technológiai szolgáltatást, listát kap az idős megbízható szolgáltatókról, részt vehet klubfoglalkozásokon, programokon. A díj fedezi a személyzet fizetését, az önkéntesek biztosítását, honlap fenntartását, egyes szociális funkciókat.¹⁰

SEWIC-programok – távgondozás (UK – Délkelet Wales)

Cél a) a minőségi otthonmaradást elősegítő; és b) egyben az önkormányzati költségeket csökkentő különböző modellek kidolgozása, bevezetése: (1) technikára épülő segítő eszközök (Assistive Technology); (2) távgondozás (Telecare); (3) távegészségügyi segítség, ápolás (Telehealth); (4) akadálymentes, gondozással egybekötött lakások (Accommodation with Care).¹¹

„Kölcsön a lakás akadálymentes modernizálásához” (KfW bank - Németország)

A „lakás akadálymentes modernizálásához” nyújtott kölcsön révén idősbarát lakások kialakítására 50 ezer euróig. Ezen összeghatárig nemcsak a már meglévő lakás akadálymentesítése lehetséges, de a lakás „újratervezése” is.¹²

3) Idősbarát városok

ARUP 2015 kutatás: a klímaváltozás és a zöld területek közötti kapcsolat (A globális felmelegedés következtében a városokban emelkedik a hőmérséklet, amit az idősök különösen nehezen viselnek. Az előrebecslés a lakosság morbiditási rátájának növekedésével számol. A zöld területek létrehozásával a levegő hőmérséklete 2-8 °C-kal csökkenthető.) Az elemzők kiemelik a zöld környezet társadalmi kohéziós funkcióját, a generációs és intergenerációs kapcsolatokat erősítő, közösségalkotó, összetartozást növelő szerepét.

A társadalmi integrációt elősegíti a megfelelően épített környezet, a digitális eszközök, az internet – utóbbiak képesek oldani, vagy enyhíteni a szociális izolációt és a magányt.¹³

¹⁰ <http://www.innovage-project.eu/%E2%80%98village%E2%80%99-groups-home-alterations-help-more-elderly-people-keep-homes-they-love>

¹¹ Szémán Zsuzsa A tartós idősgondozás alternatívái: technika, környezet (Esély 2015/1)

¹² Szémán Zsuzsa A tartós idősgondozás alternatívái: technika, környezet (Esély 2015/1)

4) AAL (Ambient Assisted Living)

SINTEF¹⁴

A sikeres idősödés kulcsa a függetlenség

- Jó egészségi állapot
- Öngondoskodás képessége
- Család és barátok jelenléte
- Biztonságban érezni magát

1. *segítési forma: Jobb szociális kapcsolatok*

- Naptár
- Szociális aktivitásra ösztönző alkalmazás
- "Facebook light" (egyszerűsített felülettel)

2. *segítési forma: Helymeghatározás*

GPS alapú megoldás és támogató rendszer a fizikai aktivitás megőrzéséért demens idősöknek

3. *segítési forma: Elesés-figyelő*

- riasztó szolgáltatás a család és ismerősök bevonásával
- kockázatfelmérés, információ-megosztás
- gyakorlati tanácsadás

4. *segítési forma: Otthoni segítség*

- mozgásérzékelő és riasztó rendszer
- automata gyógyszeradagoló
- Whiteboard - valós idejű feladatszervezés
- GPS-alapú riasztó rendszer
- Kognitív támogatás - okosnaptár

5. *segítési forma: fejlesztők támogatása*

Technikailag és gazdaságilag megvalósíthatóvá tenni az AAL eszközök tervezését és telepítését.

¹³ Szémán Zsuzsa: Idősbarát városok, helyek, közösségek (Esély 2016/2)

¹⁴ előadás anyag 2016.06.10. Mórahalom