



Szlovákia-Magyarország „Jó gyakorlatok” gyűjteménye
Zbierka „Dobrých praxí” Slovensko-Maďarsko

Készítette: PRO VITAM KFT.

Vypracovala spoločnosť: PRO VITAM KFT.

2022.

Szlovákia–Magyarország "Jó gyakorlatok" gyűjteménye [PDF]

ISBN 978-615-82096-2-5

Európai Regionális Fejlesztési Alap

Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék.....	2
1. Bevezetés	4
2. Jó gyakorlatok bemutatása.....	5
1. Foglalkoztatás.....	5
2. Szakmafejlesztés	11
3. Társadalmi tudatosítás.....	19
3. Adaptáció	22
4. Összegzés.....	25
5. Felhasznált irodalom.....	27

Obsah

1. Úvod.....	28
2. Predstavenie dobrých praxí.....	29
1. Krúžkové odborné činnosti	29
2. Profesionálny rozvoj	35
3. Sociálne povedomie	43
3. Adaptácia	46
4. Zhrnutie.....	49
5. Použitá literatúra	50

1. Bevezetés

A Rába-Duna-Vág Korlátolt Felelősségű Európai Területi Társulás, a Nagyszombati Kerületi Önkormányzat és a Széchenyi Programiroda Nonprofit Kft. meghirdette az Interreg V-A Szlovákia-Magyarország Együttműködési Program részeként megvalósítandó Kisprojekt Alap pályázati felhívását, amely remek lehetőséget kínált arra, hogy a két szomszédos ország szakemberei a kihívások feltérképezésén és megoldásán közösen tudjanak dolgozni. A Kisprojekt Alap alapvető célja, hogy olyan helyi szintű együttműködéseket támogasson, amelyek kapcsán ki tud alakulni a hosszútávú együttműködés és a közösen elért eredményeket a határ mindkét oldalán fel tudják használni. A program intézményi együttműködések prioritási tengely célja a határmenti intézmények együttműködésének fokozása, illetve a tudás és tapasztalatcsere, ahol azok a projektek részesültek támogatásban, amelyek hozzájárulnak az intézményi kapacitások bővítéséhez, illetve a jó gyakorlatok egymás közötti megosztásához és alkalmazásához.¹ Ehhez a tengelyhez kapcsolódott az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr és az Ambrózia Idősek Otthona, Somorja „Gondoskodjunk közösen” című pályázata, amelynek fókuszában az idősekről való professzionális gondoskodás fejlesztése került.

Az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr és az Ambrózia Idősek Otthona, Somorja „Gondoskodjunk közösen” című projekt célkitűzése volt, hogy a tevékenységeken keresztül megalapozza és előkészítse azt a szemléletbeli és cselekvési tervekben megvalósuló változási folyamatot, amely képessé teszi a partnereket, hogy minőségi változást érjenek el az idősekről való gondoskodás területén.

A tevékenység keretében készül el a Szlovákia-Magyarország „Jó gyakorlatok” gyűjteménye, amely a két régióból érkező szakmafejlesztési innovációkat tartalmazza és rendszerezi.

A Jó gyakorlat kiírására 2022. március 10.-én került sor. Jó gyakorlat pályázatokat Jó gyakorlat című, standardizált adatlapon kellett benyújtani. A Jó gyakorlatok benyújtásának határideje 2022. március 24. volt. Az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézményhez 13 Jó gyakorlat érkezett be. A 2022. április 5.-én Somorján megrendezett workshop keretében a legérdekesebb Jó gyakorlatok bemutatásra kerültek.

A „Jó gyakorlatok” gyűjteménye az összes beérkezett anyag feldolgozását tartalmazza, két pályamű esetében bemutatja az adaptációs lehetőséget is.

¹ Forrás: Pályázati felhívás a Kisprojekt Alapból pályázók számára a nyugati határtérségben, Interreg V-A Szlovákia-Magyarország Együttműködési Program

2. Jó gyakorlatok bemutatása

1. Foglalkoztatás

1.1. Kutyaterápia – Fufu, a négylábú terapeuta

Megvalósítás helyszíne: Soproni Szociális Intézmény

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Idősek nappali ellátása

Célcsoport: Ellátást igénybe vevők

A jó gyakorlat célja: Szellemi, fizikai, lelki aktivitás megőrzése, egyéni aktivitás növelése, szociális kapcsolatok erősítése, az örömteli együttlét és sikerélmény biztosítása.

A jó gyakorlat bemutatása: Az intézményben a kutyaterápia bevezetésének ötletét az adta, hogy egyik klubtag a kiskutyájával érkezett a klubba, melynek jelenlétére a klubtagok nagyon pozitívan – örömmel, nevetéssel, kommunikációval, simogatással, játékkal, szeretettel – reagáltak. Az érdeklődésre tekintettel a szakemberek a témában több dokumentum- és oktatófilmet néztek meg a klubtagokkal közösen, majd kipróbálásra, a későbbiekben a bevezetésre került a kutyaterápiás foglalkoztatás.

A kutyaterápia célorientált foglalkozás, mely a kutyaterapeuta, illetve a klubtagokat ismerő szakember(ek) vezetésével történik. A foglalkozások tudatosan kerülnek felépítésre. A szociális interakciók gyakorlásából, emlékezet és figyelem fejlesztéséből, kommunikációs- és metakommunikációs gyakorlatokból, kis- és nagymozgásokból, szem-kéz, szem-láb koordinációs gyakorlatokból épülnek fel. Alapelv az egyéni képességek figyelembevétele, úgy, hogy a játékos foglalkozás során minden résztvevő sikerélményhez jusson.

Első foglalkozás során a klubtagok megismerkedhetnek a kutyával és a kutyaterapeutával. A terápia a résztvevőkben régi emlékeket, hozzájuk kapcsolódó érzelmeket mozgósít, ami közös beszédtemát eredményez. Mindig akad olyan klubtag, aki a foglalkozásnak nem szeretne aktív résztvevője lenni, amit tiszteletben kell tartani, de a tapasztalat azt mutatja, hogy a foglalkozásokon ők is jól érzik magukat, azt érdeklődve figyelik.

Minden foglalkozás bevezető körrel indul és záró körrel ér véget, mely során a klubtagok a kutyát simogatással köszöntik, majd elbúcsúznak tőle. Ez elősegíti a ráhangolódást, illetve a levezetést.

A kutyaterápia fejleszti a taktilis érzékelést, karbantartja a memóriát, fejleszti a koncentrációs képességet, figyelemmegtartást, emlékezeti készségeket, növekedik a fizikai- és

beszédaktivitás, az ügyességi feladatok során fejlődik a kooperációs készség. A kutya feltétel nélküli elfogadása segíti az időst saját gyengeségeinek, megromlott képességeinek elfogadásában is. Már a kutya pusztá jelenléte belső emóciókat indít el, egymásra figyelmet igényel, közösséget épít, figyelemmegkötő hatása pedig oldja a gátlást, csökkenti a szorongást. A megszokott foglalkozások a biztonságot, az új feladatok az újdonságot, a kihívást jelentik.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Sokféle gyógyító pedagógiai módszer létezik, melyek alkalmazásával a különböző készségek és képességek szinten tarthatók, javíthatók. A kutyaterápia során mindezt úgy érhetjük el, hogy a terápiában részesülőnek nem kell szorongania a feladathelyzettől, „rejtett”, játékos formában valósul meg egy őt feltétel nélkül elfogadó terápiás állat tevékenysége során, aminek jelenléte növeli a motivációt és a hatékonyságot.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A tapasztalat azt mutatta, hogy a kutyaterápia az ellátás fontos része lehet. A foglalkozások során megvalósul az örömteli együttlét, amely fizikális, emocionális és szociális téren is rejtett, elfeledett képességeket hoz elő a klubtagokból. A terápiás kutya jelenléte, a hozzá való kapcsolódás segíthet a természet egyéb értékeinek felismerésében, a felelős állattartás fontosságára való ráébredésben. Olyan újfajta környezetszemléletbeli változást nyújt, amely segítségül szolgál az életminőség javításáért folytatott tevékenységek eredményes megvalósításához.

1.2. Zene és tánc terápia - Szeniortánc+

Megvalósítás helyszíne: Soproni Szociális Intézmény

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Ápolást, gondozást nyújtó intézmény – idősek otthona, átmeneti elhelyezést nyújtó intézmény – időskorúak gondozóháza, idősek nappali ellátása

Célcsoport: Ellátást igénybe vevők

A jó gyakorlat célja: A memóriavesztéssel küzdők életében a fizikai, érzelmi és szociális lét minőségéhez való hozzájárulás, a kognitív készségek és képességek megtartása, erősítése, egymáshoz való alkalmazkodás és az intézményi életforma elfogadásának elősegítése a zene és a tánc erejével.

A jó gyakorlat bemutatása: Az idősek bentlakásos intézményeiben évről évre emelkedik a demenciával élők száma, ezért a szakdolgozók olyan élményt nyújtó program megvalósítását keresték, melybe a demenciával élő és mozgásukban korlátozott idősek is bevonhatók. Az ötletet az Osztrák Szeniortánc Szövetség (Bundesverband Seniorentanz Österreich) által kidolgozott Seniorentanz+ mozgásprogram adta, aminek a központi része táncolás közismert dallamokra széken ülve és szék mellett.

Célzottan az idősebb korosztály számára került kidolgozásra ez a speciális forma, amely csoportos, szórakoztató, jó hangulatú, speciális koreográfiákkal tarkított társasági tánc, jó hangulatú zenére. A koreográfiák nehézségi fokára figyelemmel alkalmazható demenciával élőkénél is az egyéni képességeket figyelembe véve.

Kíméletes sporttevékenység és egyben agytorna is, ami figyelembe veszi az idősödő szervezet változásait. Különböző népek zenéjére lehetnek kőrtáncok, páros táncok, sortáncok és továbbfejlesztett formájuk széken ülve is gyakorolható, így a mozgásukban akadályoztatott idősök is végezhetik. A táncok kiegészítésre kerülnek különböző eszközökkel, élénk kendővel, újra húzható legyezővel. A módszer úgy alakítható, hogy abban mindenki örömét lelje, bárki csatlakozni tudjon, teljesítménykényszer nélkül.

Az intézményben heti rendszerességgel zenepedagógus szakember vezetésével, aktív zenei csoportfoglalkoztatás folyik. A csoportot enyhe és közepes súlyos demenciával élők alkotják. Egy-egy csoport létszáma maximum 20 fő. A foglalkozás nyitott, az összetétel az ellátottak állapotától, az napi hangulatától, bevonhatóságától függ.

A foglalkozások körben ülve zajlanak, építve a szociális kapcsolatokat, éreztetve a valahova tartozást. A kör közepében a témához illő eszközök és jól látható dekorációs asztal kerül, ezzel is segítve a kognitív képességek működését. A foglalkozás egy téma köré épül fel, a passzív és aktív zenei aktivitás alkalmazásával.

Foglalkozások eszközei:

- Énekhang-éneklés,
- hangolatlan és hangolt ütőhangszerek használata,
- zenehallgatás,
- táncformák.

Az óra felépítése:

- Bevezető: közös ének, gimnasztikus tánclépések.
- Fő rész: a kör közepén elhelyezett eszközökből áradó élmény kifejezése zenével és mozgásokkal.
- Zárás: élmények és folytatás iránti igények megbeszélése.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Nemzetközi tanulmányok alapján a tánc, ha legalább heti négy alkalommal gyakorolják 47%-kal, a napi rendszeres tánc 76%-kal csökkenti a demencia kockázatát.

A gondolkodás zavarai, a beszédértést és beszédkésztséget érintő megbetegedések, és a súlyos fokú szellemi hanyatlásban szenvedő demenciával élők esetében a verbális terápiák egyre kevésbé eredményesek, ezért különös jelentőségük van a nonverbális terápiáknak. Az idősök örömmel és szívesen vesznek részt a táncos foglalkozásokon, nem érzik megerőltetőnek, amelyet alátámaszt a foglalkozások magas látogatottsága és az ott tapasztalt aktivitás is.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A Seniortánc+ alkalmazása lehetővé teszi a multimorbiditásban szenvedő idősök és a demenciával élők egy csoportban való foglalkoztatását. A zene és a tánc együtt lehetőséget ad a demenciával élő számára is az

önkifejezésre, mivel nonverbális kommunikáció alakul ki és elfogadóbbá válnak egymás iránt a résztvevők, ami közösségben élők számára rendkívül fontos. A résztvevők hangulati javulása környezetükre motiváló, életörömet ösztönző. Eredményesebbé válik az időseket gondozók munkája is, mivel ezzel a módszerrel a demenciával élők viselkedési zavarai csökkenhetnek, a tünetek enyhülhetnek.

1.3. Érzékszervek aktiválása

Megvalósítás helyszíne: Domov seniorov AMBRÓZIA Idősek otthona (Somorja)

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Ápolást, gondozást nyújtó intézmény – idősek otthona, átmeneti elhelyezést nyújtó intézmény – időskorúak gondozóháza

Célcsoport: Demenciával élő ellátottak

A jó gyakorlat célja: Az érzékszervek aktiválásával a személyes, szociális és önálló életviteli készségek fenntartása, hosszútávú megőrzése, fejlesztése.

A jó gyakorlat bemutatása: Az intézmény – a megváltozott jogszabályi környezet miatt – olyan személyeknek nyújthat szociális szolgáltatást, akik magukról gondoskodni segítség nélkül nem tudnak, többféle krónikus betegségben vagy demenciában szenvednek, így szükségessé vált egy megfelelő munkamódszer megtalálása.

Erre kínálkozott jó lehetőségként a szociális dolgozók szövetsége ajánlásával Lore Wehner érzékszervek aktiválására irányuló tanfolyama, melyet az intézmény több szakembere elvégzett, illetve később alkalmazott az ellátás során.

Az érzékszervek aktiválása egy tudatosan irányított, egyéni (de akár csoportosan is végezhető) foglalkozás az ellátottal, amely rövid, kb. 15 perces aktiváló foglalkozások formájában valósul meg, amelyek esetében nagyon fontos a rendszeresség. Kulcsszavak: tisztelet, tolerancia, szeretet. A szakember az ellátott életrajzi portréjával dolgozik. Megrajzolja az erőforrásai és szükségletei térképét. A támogatás, gondoskodás és aktiválás négy betartandó alappilléren nyugszik:

- az érintésen (köszönés, kézfogás),
- a támogatáson (érzelmi támogatás, az adott személy élete iránti érdeklődés),
- a kommunikáción (verbális, nonverbális),
- a figyelmen (szemkontaktus).

A foglalkozások három szakaszból állnak:

1. Belépési szakasz: üdvözlés a foglalkozás valamennyi alappilléreinek alkalmazásával (érintés, támogatás, kommunikáció, figyelem), foglalkozás a naptárral.
Célok: természetes tájékozódás az évszakok között, időbeli tájékozódás, életrajzi adatok feltárása, kölcsönös bizalom építése, kommunikáció felvétele.
2. Fő szakasz: foglalkozás az asztalon lévő tárgyakkal.

Célok: emlékezés az életeseményekre, a saját erőforrások tudatosítása, kommunikáció, az emlékezet összekapcsolása a fogalommal, hosszú távú memória aktivizálása, öröm felkeltése, a szociális kötődések tudatosítása.

3. Kilépcszi szakasz: visszajelzés a csoport tagjaitól, köszönet, elbúcsúzás.

Célok: figyelem, ügyesség, rövid távú memória aktivizálása, belső elégedettség, kiegyensúlyozottság, összpontosítás, kitartás erősítése.

Az érzékszervek aktiválása során az érintett személy kulcsfontosságú kompetenciáinak stimulálása, fejlesztése történik a mindennapi használati tárgyak, tevékenységek, képek, szavak, illatok és hangokhasználatával. Az érzékszervek aktiválása során a szakember segít a demenciával élő személy emlékeinek felidezésében, saját életének elfogadásában. Az érzékszervek aktivizálásával az ellátottak visszatérnek a saját életükbe.

A jó gyakorlat innovatív jellege: A rövid távú aktiválás során a szakember tudatos és célirányos figyelmet szentel a különböző szükségletekkel rendelkező személyeknek, illetve csoportoknak. A foglalkozás feladata olyan szükségletek kielégítése, amelyek nagyon fontos jelentőséggel bírnak az általános komfortérzet kialakításában és így az időskori életminőség javításában. A rövid távú aktiválás gyakorlatilag bárhol végezhető, ahol az emberek találkoznak, legjobb lehetőség, ha a gondozó egészen közel tud kerülni a gondozott személyhez, hogy kialakuljon a személyes kapcsolat és a kölcsönös bizalom. A rövid távú aktiválás elemeinek rendszeres alkalmazása jelentős hatással van a demenciával élő ellátottakra, akik egyébként kiszorulnának a szociális interakcióból és a kommunikációs lehetőségekből. A gondozottak számára lehetőség nyílik a kommunikációra a saját lehetőségeikhez mérten, kapcsolatot teremthetnek a környezetükkel és így kielégíthetik alapvető szociális szükségleteiket.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A demenciával élőkre gyakran jellemző motoros izgalom és nyugtalanság jelentősen csökken. A gondozottak kiegyensúlyozottabbakká, nyugodtabbakká válnak, ami minőségibb együttlétet eredményez a gondozottak, a gondozó személyzet és a látogatók között.

1.4. Kincskereső meseterápiás módszer

Megvalósítás helyszíne: Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Ápolást, gondozást nyújtó intézmény – idősök otthona, átmeneti elhelyezést nyújtó intézmény – időskorúak gondozóháza

Célcsoport: Idősök, demenciával élő személyek (enyhe és közép súlyos demencia esetén)

A jó gyakorlat célja: Örömszerzés, személyközi- és közösségi problémák feloldása, egymásra való odafigyelés, közösségépítés, empátiafejlesztés, elősegíteni a változást, átalakulást, ezáltal a fejlődést.

A jó gyakorlat bemutatása: A terápia egyéni és csoportos formában is alkalmazható. Az idősek esetében a foglalkozások kb. 8-10 fővel, kiscsoportos keretek között zajlanak, heti egy alkalommal. A csoport nemi összetétele szerint lehetséges vegyes csoportot tartani, de a tapasztalat azt mutatta, főleg a férfiak esetében, hogy könnyebben nyílnak meg egymás között, így az intézményben – jelenleg – külön női és férfi csoport működik. A foglalkozásokat a csoporttagok mentális állapotához kell igazítani. A terápia során lehet dolgozni a csoporttagok kedvenc meséivel és a meseterapeuta által hozott, a csoport vagy az egyén problémáival foglalkozó mesékkel egyaránt. Idősek esetében a rövidebb, könnyebben érthető meséket javasolt a terápia során alkalmazni.

A meseterápia relaxációval kezdődik, az idősek így hallgatják végig a mesét. A mese meghallgatását követően a meseterapeuta megkéri a résztvevőket, hogy engedjék, hogy a képek a meséből gondolatban megjelenjenek. Mindig van olyan kép, ami úgy mond “előre tolakszik”, ezt a képet kell megjegyezni, majd lerajzolni, ami az idősek esetében komoly kihívást jelent, nemcsak a finommotorikus mozgás nehézsége miatt, hanem azért is, mert az örömteli és szabad alkotás képessége többnyire hiányzik belőlük.

A foglalkozás keretében a meséket a csoport tagjai közösen megbeszélik, elemezik, megpróbálják megfejteni az adott élethelyzetet, és a különös jelentőséggel bíró üzeneteit. A foglalkozás a résztvevők számára problémáik megoldásához vezető útmutatóként működik, közösségi élményt nyújt.

A résztvevő annyi információt oszt meg a csoporttal, amennyit szeretne, illetve ameddig ezt biztonságosnak érzi. A csoporttagokat védi a titoktartás szabálya. Mindenki csak arról beszélhet a csoporton kívül, ami vele történt.

A mesék az enyhe és a közép súlyos demenciával élő személyeknél is alkalmazhatók, mindenkinél egyformán működik. A súlyos demenciával élő lakók is szívesen hallgatják a mesét, esetükben csupán annyit érdemes megkérdezni, hogy tetszett-e a mese, és mi tetszett benne. A mesékkel kapcsolatosan a tapasztalat azt mutatta, hogy a demenciával élők a feltett kérdésekre adekvát válaszokat adtak.

A foglalkozás zárókérdéssel zárul, sőt a résztvevők úgynevezett házi feladatot is kapnak, melyen gondolkodniuk kell. Ezen házi feladat megbeszélésével kezdődik a következő foglalkozás.

Az idősek számára tartott foglalkozások időtartama általában egy-másfél óra, de függ mentális állapotuktól, mennyire aktívak, mennyire érintette meg őket a mese.

A jó gyakorlat innovatív jellege: A meseterápia idősek és demenciával élők, fekvőbetegek számára is alkalmazható módszer. A meseterápia, illetve annak egyes elemei beépíthetők a hagyományos foglalkoztatások keretei közé is, melyek a foglalkozásokat megszínesítik, jótékony hatásai pedig kihathatnak a hallgatók fizikai és mentális egészségére, kapcsolataik minőségére, továbbá közösségépítő és empátiafejlesztő hatása is van. A szakember számára a meseterápia egy újfajta eszközt és lehetőséget biztosít.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A mese hatására a résztvevők kilépnek a hétköznapi világából. A kevésbé jó mentális állapotú idős emberek számára is jó érzést ad a mesehallgatás, hiszen a személyes tudattalanra hat. A mesehallgatás jó érzéssel tölti el a mesehallgatókat, akik felfedezhetik magukat a mesékben, és megfejtik jelképes üzenetüket, a mesékben fellelhető bölcsességek segítségével választ találhatnak a saját életkérdéseikre, megoldási lehetőségeket kaphatnak saját problémáikra.

A meseterapeuta a meséket használja az otthonban lévő közösséget érintő problémák megoldására, olyan mese választásával, amivel a probléma felszínre hozható, áttételesen lehet róla beszélni, közös megoldásokat lehet keresni, amit ezáltal sokkal jobban magukénak éreznek majd az idősök. A mesét alkalmazza még új lakó érkezése esetén, olyan mesékkel, ami megerősíti az idős embert abban, hogy idős korban is vannak még feladatai, hangsúlyozza a hasznosság érzést, mely segíti a beilleszkedést.

A mese mellett, hogy örömforrás, segíthet az időskor elfogadásában, idős emberek problémáinak megoldásában, de alkalmas a személyközi konfliktusok, közösséget érintő problémák megoldására is, ami az egész intézmény életére pozitív hatást gyakorol.

2. Szakmafejlesztés

2.1. Izolációs csoport működtetése házi segítségnyújtásban

Megvalósítás helyszíne: Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Házi segítségnyújtás

Célcsoport: Ellátást igénybe vevők

A jó gyakorlat célja: A házi segítségnyújtásban részesülő Covid19 vírussal fertőződött ellátottak és a kórházban vagy fekvőbeteg intézményben 24 órát meghaladóan ellátásban részesülők gondozásának biztonságos megoldása.

A jó gyakorlat bemutatása: 2020 márciusában a Covid19 járvány megjelenésével felmerült, hogyan és milyen módon fogja az intézmény ellátni azokat a házi segítségnyújtásban részesülő ellátottakat, akik Covid19 vírussal fertőződnek meg, de nem indokolt a kórházi ellátásuk. A jogszabály előírta, hogy fertőző betegséggel is el kell látni az ellátásban részesülő személyt úgy, hogy a gondozó megfelelő védőfelszerelést visel és más ellátottat egyidejűleg nem lát el. A járvány lefolyása, és terjedésének gyorsasága még ismeretlen volt. Az ellátásban részesülők gondozását úgy kellett biztosítani, hogy lehetőleg a gondozó és az ellátásban lévő többi idős ember ne fertőződjön meg.

A város területén három gondozási központ látja el a házi segítségnyújtás biztosítását. Első körben a három gondozási központ által házi segítségnyújtás szolgáltatás keretében gondozott ellátottakat, állapotuk és az ellátásukba bevonható hozzátartozók alapján három csoportba

sorolta az intézmény:

1. Gondozás lemondható, mert van hozzátartozó, aki el tudja látni a gondozási feladatokat.
2. Van hozzátartozó, de az ellátott egészségi állapota olyan mértékben romlott, hogy szükséges a segítség, vagy a hozzátartozó maga is akadályoztatott kora, egészségi állapota, vagy a távolság miatt.
3. Az intézményen kívül mástól semmilyen segítséget nem kap, hozzátartozó nincs.

A csoportosítás elvégzése után nyilvánvalóvá vált, hogy az ellátottak kb. 1/3-a az intézményen kívül mástól nem kap segítséget, így az ő ellátásuk egy esetleges fertőzés esetén kizárólag az intézmény feladata.

Az első hullámban, amikor a fertőzés nagyon alacsony számban jelent meg, az aktív korú munkavállalók, hozzátartozók nagy része otthon volt, nem volt szükség az Izolációs csoport munkájára. Ősszel megnőtt a fertőzések száma, a hozzátartozók dolgoztak, így szükséges volt a csoport munkájának megszervezése. A gondozók közül a gondozási központ szolgálatvezetői kiválasztottak egy gondozót. Számára kijelölésre került az intézmény egyik telephelyén, külön bejáratú, mosdóval ellátott helyiség, ahol a bázisa volt. Mivel a gondozónő az egész város területén látott el feladatokat, a mobilitásához szüksége volt személyautóra, melyet az intézmény sofőrrel együtt biztosított. Fontos volt, hogy a sofőr sem láthatott el egyéb feladatokat, az esetleges vírusfertőzés továbbvitelének megelőzése miatt. A feladat koordinálását, az egyik gondozási központ szolgálatvezetője látta el. A gondozó és a sofőr is megfelelő védőruhával rendelkezett. A gondozó feladata volt az aktív fertőzöttek mellett, azoknak a házi segítségnyújtásban részesülőknél az ellátása is, akik 24 órát meghaladóan kórházi ellátásban részesültek, vagy fekvőbeteg intézményből kerültek haza. A karantén letelte után a házi segítségnyújtást a továbbiakban a lakóhely szerint illetékes gondozási központ látta el. Mivel a fertőzöttek száma változó volt, így esetenként szükséges volt még egy gondozó beállítása is, illetve ő végezte szabadság idején a helyettesítést is. A csoport 2020 októberétől 2021. május 31-ig működött, és több mint 200 személyt látott el.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Az elmúlt évtizedekben nem volt pandémiás helyzet, az esetlegesen előforduló fertőző betegségek elszigeteltek maradtak, így nem volt erre kidolgozott gyakorlat. Innováció volt a megoldásban, hogy az intézmény nem gondozási központként látta el a feladatot, hanem az Izolációs csoport révén egy gondozónő látta el a város egész területét, továbbá, hogy gépkocsi és sofőr is bevonásra került a feladatellátásba külön helyiség biztosítása mellett, így csökkentve a fertőzés átadásának kockázatát.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): Az intézmény az ellátást úgy tudta biztosítani a fertőzésben érintett ellátottaknak, hogy minimálisra csökkentette az esetleges tovább fertőzések esélyét. Ezt szolgálta az a protokoll is, hogy a 24 óránál tovább kórházban lévőket is potenciális fertőzöttnek kellett tekinteni, így a megfelelő védőruha használatával elkerülte egy esetleges lappangó fertőződés továbbvitelét.

2.2. Külterületen élők ellátásnak biztosítása

Megvalósítás helyszíne: Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény Győr

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Házi segítségnyújtás

Célcsoport: Ellátást igénybe vevők (külterületen, kertvárosi részen élők)

A jó gyakorlat célja: Győr város közigazgatási területén, de a külterületi, kertvárosi részen élő házi segítségnyújtást igénybe vevők gondozásának biztosítása.

A jó gyakorlat bemutatása: Győr város közigazgatási területén az intézmény három gondozási központja biztosítja a házi segítségnyújtást. A közigazgatási területhez tartoznak a külterületi, kertvárosi részek is, ahová egyre több család költözött ki és él ott életvitelszerűen. Az ott élő idős emberek ellátásának megszervezése több problémába ütközött. A külterületi részek tömegközlekedéssel nehezen vagy egyáltalán nem közelíthető meg. A buszok ritkán közlekednek és általában a busz csak egy ponton áll meg, és onnan akár több kilométerre is lakhat az ellátást igénybe vevő. Kerékpárral megközelíteni a nagy távolságok és a balesetveszélyes, forgalmas főutak miatt nem lehetséges. Egy külterületen élő mosdatása a tényleges útidőt figyelembe véve, akár két-három órát is igénybe vett. A szakmai létszám a gondozók körében nagyon alacsony, a házi segítségnyújtást igénylők száma folyamatosan nő, így az ellátás szervezése szempontjából nem volt hatékony megoldás.

A szakmai feltételek kidolgozását követően, a fenntartó révén – egy gépkocsi biztosításával – lehetővé vált a külterületi részekben a gépkocsival történő gondozás biztosítása.

A szakmai feltételek kidolgozásánál felmérésre került, hogy jelenleg hány fő ellátott lakik tömegközlekedéssel nehezen megközelíthető helyen. Ezután az intézmény elkészítette a legoptimálisabb útvonalat a gondozások jellegét figyelembe véve. Kijelölésre került a gondozó, aki jogosítvánnyal és magas szakmai tapasztalattal rendelkezik, valamint 1 fő helyettes gondozó. A feladatok koordinálását az egyik gondozási központ szolgálatvezetője látta el. A gépkocsival történő gondozás segítséget nyújt abban az esetben is, ha egy adott gondozás másképpen nem biztosítható. Két fő gondozó szükséges betegmozgatás, illetve 5 kg-ot meghaladó vásárlás esetében, ha nincs hozzátartozó (vízszállítás kertvárosi részre, nagyobb tétel pelenka szállítása stb.).

2021 januárjában elindult a külterületi részekben az ellátottak gépkocsi használatával történő gondozása. A gépkocsi teljes kihasználtsággal működik, az ellátottak közötti gondozásokban nincs holtidő.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Magyarországon nem jellemző, hogy a házi segítségnyújtás szolgáltatásban a fenntartó/intézmény az ellátás elvégzéséhez gépkocsit biztosít. A külterületi, nehezen megközelíthető részekben élők ellátásának megoldása gépkocsival tervezhetőbbé és hatékonyabbá teszi az ellátást.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A szolgáltatásfejlesztéssel a külterületi részekben élők jogai a szolgáltatáshoz való hozzájutás során nem sérülnek, ellátásuk

hatékonyan megoldható. A nagy létszámmal működő gondozási központok kapacitásai bővültek azzal, hogy a külterületen élő ellátottak ellátásának megoldása gépkocsival történik.

2.3. Rehabilitáció

Megvalósítás helyszíne: VITALITA n. o. Lég

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Ápolást, gondozást nyújtó intézmény – idősök otthona, átmeneti elhelyezést nyújtó intézmény – időskorúak gondozóháza

Célcsoport: Idősök, mozgáskorlátozottak

A jó gyakorlat célja: Az idősök számára vonzóvá tenni a szabadlevegőn való tartózkodást, mozgást.

A jó gyakorlat bemutatása: A Rehabilitációs park 2020-ban pályázati finanszírozásból készült el az idősök otthona bejáratánál elhelyezkedő műemlék jellegű park területén. A Rehabilitációs park megközelítése és az eszközök kialakítása akadálymentesen történt, amely a mozgáskorlátozott, kerekesszékes személyek számára is lehetővé teszi a használatát. Az eszközök kialakítása révén idősök által is könnyedén, biztonságosan használhatóak. Ugyancsak a biztonságot szolgálja az eszközök alatt elhelyezett gumiburkolat. A Rehabilitációs parkot az intézményben ellátott idősök mellett a településen élő idősök is igénybe vehetik. A gépeket jobb egészségi állapotú idősök egyedül is, az idősök otthon ellátottjai mozgásterapeuta vagy mentálhigiénés munkatárs segítségével használhatják. A Rehabilitációs park a sporttevékenység mellett szabadidős tevékenységre, pihenésre is használható.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Az eszközök speciálisan úgy kerültek kialakításra, hogy a testileg egészséges idősök mellett a mozgáskorlátozott, kerekesszékes személyek is tudják használni.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A Rehabilitációs park rendszeres használata a foglalkozások során nemcsak a testi, de a szellemi egészségre is pozitív hatással van. Könnyebbé válik a mozgás, segít fenntartani, sőt növelni a mobilitást, rugalmasságot és egyensúlyt. A Rehabilitációs park egész évben használható. A zöldövezetben elhelyezkedő park látványa, a friss levegő, a napfény, ugyancsak az idősök javát szolgálja.

2.4. Betegkísérő lap és alkalmazása

Megvalósítás helyszíne: Katolikus Szeretetszolgálat XXIII. János Otthon (Budapest)

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Ápolást, gondozást nyújtó intézmény – idősök otthona,

átmeneti elhelyezést nyújtó intézmény – időskorúak gondozóháza

Célcsoport: Ellátást igénybe vevő, beküldő szociális intézmény dolgozója, prehospitális ellátó szervezet, egészségügyi intézmény dolgozója, szakorvos, háziorvos

A jó gyakorlat célja: A Betegkísérő lap alkalmazásával az elláttal kapcsolatos releváns információ nyújtása az egészségügyi ellátórendszer számára, amelyek a további ellátás szempontjából jelentőséggel bírnak.

A jó gyakorlat bemutatása: A szociális ellátórendszer számos ponton kapcsolódik egyéb rendszerekhez, amelyek közül kiemelten fontos az egészségügyi ellátórendszerrel való munkakapcsolat. Az ellátottak jólléte szoros összefüggésben áll egészségi állapotuk váltoásaival, amelyekre csupán csak részben tud adekvát segítséget nyújtani a szociális intézmény. Az egészségügyi és a szociális ágazat egyaránt az embert helyezi középpontba. Az előbbi esetén az egyén egészségének megőrzése, szintentartása, visszaállítása a cél, míg az utóbbi az esetelekről, rászorulókról való gondoskodás keretében törekszik testi, lelki, szociális állapotoptimum elérésére. Az intézmény munkacsoportos formában foglalkozik a két ágazat kapcsolódási pontjaival, amelyekből kiemelkedik rendkívüli helyzetek esetén az ellátottak átadása az egészségügyi ellátórendszer számára.

A Betegkísérő lap alkalmazásával alapvető információkat adhatunk meg a gondozotról viszonylag egyszerűen. A Betegkísérő lap tartalmazza: a beküldő intézmény nevét, elérhetőségét, ellátott nevét, születési nevét, születési dátumát, TAJ-számát, lakcímét, cselekvőképességre vonatkozó információkat, legközelebbi hozzátartozó nevét, elérhetőségét, gondnok nevét, elérhetőségét, anamnézist, allergiára vonatkozó információkat, gyógyszereit, annak adagolását, segítségkérés okát, alkalmazott terápiát, aktuális állapotra vonatkozó paraméterek (vérnyomás, pulzus, testhőmérséklet, stb.).

A mentőhívással párhuzamosan lehetőleg előre kinyomtatott és aktuális adatokkal kitöltött dokumentumot kell a legaktuálisabb információkkal kiegészíteni, mellyel jelentős idő takarítható meg.

A következő okok indokolják prehospitális szempontból a Betegkísérő lap alkalmazását:

- A szociális intézményekben történő prehospitális betegellátás során előfordulhat, hogy az intézményben nem tartózkodik egészségügyi szakképesítéssel rendelkező személy, aki szakszerűen referálna a beteg kórelőzményeiről, esetlegesen aktuális állapotáról. Bár az esetek nagy számában elmondható, hogy az aktuális gyógyszerelésről, aktuális állapotukra vonatkozó paramétereikről korrekt tájékoztatást kap a kikerülő sürgősségi szakember, mégis ezen információkat célszerű újra megmérni, és rögzíteni különösen kritikus állapotú betegek esetében.
- A leírt paraméterek feltüntetése kapaszkodót adhat olyan esetekben, amikor az elsődleges ellátó nem rendelkezik egészségügyi végzettséggel, vagy szakdolgozóként kellő tapasztalattal és az adott vészhelyzet szokatlan stresszel járó és idegen számára.
- A gondozottak zárójelentései gyakran rendelkezésre állnak, sokszor tetemes

mennyiségűek, így érdemi megismerésre nem mindig van lehetőség, illetve nehézségekbe ütközik ezen dokumentumok szállítása.

- A Betegkísérő lap alkalmazásával a kórházi orvos rálátást kap az intézmény alapgyógyszer készletére, kiküszöbölhetőek a szakorvosi javaslatok elmaradásából adódó kellemetlenségek, melyek által a gondozott gyógyszerelése biztosított lesz.

A Betegkísérő lap alkalmazása a szociális ellátórendszer szemszögéből is indokolt, kiemelten az alábbi szempontok alapján:

- A szociális intézmények nem minden esetben tudnak kísérő személyt küldeni az ellátottal, tehát nincs, aki az ellátott panaszait tolmácsolja, aki előszóban egyéb információkat adhatna.

A jó gyakorlat innovatív jellege: A Betegkísérő lap olyan kiegészítő információkat foglal magába, amelyeket egy ambuláns lap, zárójelentés, vagy ápolási/gondozási dokumentáció nem tartalmaz, de a további ellátás szempontjából jelentőséggel bírnak.

A Betegkísérőlap lefényképezhető, az EESZT-be feltehető, visszanézhető, ezáltal lehetőség nyílik, hogy további kórházi osztályok számára is megismerhető legyen, de a papír alapú alkalmazással is fontos előrelépés tehető az ellátások minőségének javítása érdekében.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): Ha cselekvőképességében, ügyei vitelében jelentősen korlátozott ellátottak kerülnek sürgősségi osztályra, hasznos, ha az egészségügyi intézmény minél szélesebb körű információhoz jut a szociális intézmény részéről gondozottja alapteregéről, gyógyszereléséről, a kórházba kerülés okáról, legközelebbi hozzátartozói elérhetőségéről, stb. A „Betegkísérő lap” papír alapú, és digitalizált alkalmazásával viszonylag egyszerűen alapvető információkat adhatunk a gondozotról.

2.5. Tegyük közösen valamit Somorja város időseiért!

Megvalósítás helyszíne: Pro Bono Polgári Társulás (Nagymaros)

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Szállító szolgálat

Célcsoport: Minden olyan személy, aki kora, egészségügyi állapota vagy szociális helyzete miatt nem tud más módon eljutni az általa meghatározott helyszínre, legyen az hivatal, egészségügyi ellátó központ, családi összejövetel, kulturális intézmény stb.

A jó gyakorlat célja: A városban élő, a szállító szolgálatra igazoltan rászorult személyek mindegyike eljusson az általa meghatározott helyre, és ott helyben kapjon segítséget tevékenysége megvalósításában.

A jó gyakorlat bemutatása: A szállításra szoruló személy, annak családtagja, illetve a városi hivatal dolgozója telefonon jelzi a társulás felé a szállítás szükségét, annak pontos időpontját

és helyszínét. A társulás munkatársa rögzíti az igénylő adatait és a szállítás időpontját, tájékozik a szállítás célja, valamint a szállítandó személy egészségügyi állapota felől, hogy el tudja dönteni, hogy melyik jármű lesz alkalmas a szállításra. A sofőr a megbeszélte időpontban elszállítja az igénylőt a megadott helyszínre, kíséri és segíti őt mindenben. Hazaszállítást követően a sofőr kiállítja a hivatalos dokumentumot, melynek alapján a szállított személy megfizeti a szállítás összegének rá eső részét, amit aláírásával is igazol. A fennmaradó összeget a városi hivatal fizeti.

A jó gyakorlat innovatív jellege: A városházával történt együttműködés biztosítja, hogy a szállítás összege nem a szállítandó személyt terheli teljes mértékben, hiszen ahhoz nagymértékben hozzájárul a városháza is. Ezzel az együttműködéssel a városháza nemcsak a szállításra szoruló személyeknek, de azok hozzátartozóinak is hatalmas terhet vesz le a válláról. A rászoruló családtagjainak nem kell pl. szabadságot kérniük a munkahelyükön azért, hogy szerették biztonságban, időben eljusson a kívánt helyre, legyen az kulturális esemény, családi összejövetel, orvosi kivizsgálás. Maga a „szállító szolgálat” nem adja vissza azt a tevékenységet, amit a szolgáltatás magába foglal, mivel az jócskán túlmutat magán a szállításon. Az igénybe vevők segítséget kaphatnak a mindennapi tevékenységeikhez pl. gyógyszerkiváltás, egészségügyi segédeszköz beszerzés, bevásárlás, hivatalos ügyek intézése, stb.).

A városháza hozzájárulásának köszönhetően a város idősebb generációja is lehetőséget kap arra, hogy minél több minőségi időt tudjon kortársai, családtagjai körében tölteni.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): Az idősek, egyedül élő személyek a szállító szolgálat igénybevételével társas kapcsolataikat tudják ápolni, kulturális életben részt tudnak venni, új ismereteket tehetnek szert, ami a fizikai és mentális jóllétüket is szolgálja.

2.6. Éjjel-nappal használható foglalkoztató/terápiás szoba

Megvalósítás helyszíne: Kistérségi Egyesített Szociális Intézmény (Mosonmagyaróvár)

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Ápolást, gondozást nyújtó intézmény – idősek otthona, átmeneti elhelyezést nyújtó intézmény – időskorúak gondozóháza

Célcsoport: Ellátást igénybe vevők

A jó gyakorlat célja: Az emberi méltóság megtartása mellett lehetővé tenni adott közösségben, valamennyi idős számára a mindennapokat. Átmeneti élettér és vonzó környezet megteremtése, nyugalom és hatékony segítségnyújtás biztosítása, amely hozzájárul az életminőség javulásához. Cél az érdeklődés felkeltése és megtartása a depressziós szorongással járó állapotok megelőzése miatt, illetve a hospitalizációs ártalmak csökkentése és az életösszegzés támogatása.

A jó gyakorlat bemutatása: Az idősök bentlakásos intézményeiben növekszik a demencia közepsúlyos vagy súlyos fokozatával élők száma. A demens betegek napirendje, életritmusa, alvási szükséglete, aktivitása és adaptációs képessége nagymértékben eltér az egészséges lakókéttől, ami nagymértékben megnehezíti az intézmény napirendjéhez és a napszakok tevékenységeihez (étkezés, tisztálkodás, éjszakai alvás stb.) történő alkalmazkodást. Jelentősebb problémaként jelentkezik a szobatársakhoz való alkalmazkodás és emberi méltóságuk, egyéni életritmusuk és egyéni szükségleteik tiszteletben tartása. A demens ellátottaknál nehézséget jelent a csökkent vagy hiányzó motiváció, a gyakran kiszámíthatatlan, labilis hangulat, amelyhez érzékszervi depriváció is társulhat. Demens ellátottak esetén a kognitív képességek progresszív romlása miatt kiemelten fontos a nonverbális terápiák és az érzékszerveken keresztüli nyugtató hatások megkeresése és támogatása.

Mindezek figyelembe vételével került kialakításra egy, minden érzékszervre ható környezetbe ágyazott 20 m²-es foglalkoztató szoba, amely a nap 24 órájában igénybe vehető saját akaratból, kérésből, illetve az ápoló, gondozó munkatársak döntése alapján, abban az esetben, ha az ellátott nem rendelkezik megfelelő belátási képességgel, vagy önkontrollal, de az igénybevétel által feltételezhető, hogy állapota javulni fog.

Az idősök bentlakásos intézményeiben élő valamennyi ellátott esetében a foglalkoztató szoba igénybevétele jó lehetőséget biztosít demens ellátottaknál az éjszakai ébrenlétek, rossz minőségű, kevés mennyiségű alvás miatti agresszió, nyugtalanság esetén, egészséges ellátottak esetén pedig az egyedüllétre való igény vagy négy szemközti, intim találkozások lebonyolítása érdekében.

A berendezés, környezet kialakításánál alapvető szempont volt, hogy könnyen tisztántartható legyen és „saját otthoni” környezeti hangulatot teremtsen, illetve, hogy valamennyi érzékszervet „megszólítsa”. Az idősök egészségügyi állapotára figyelemmel kanapé, fotel és kerekesszék számára is elégséges helyet kellett biztosítani. A látást a szoba berendezésének színei, geometriai formákkal, ábrákkal, élő virágokkal és a plafonon felfüggesztett, színes lampionokkal, hallást az igényektől függően teljes csenddel (egyedüllét), vagy hanghatásokkal (halk zene, állathangok, patak csobogása, madarak csicsergése) segítik. A tapintás jótékony, nyugtató, biztonságot adó hatását a puha textíliák, és egyéb felületek, játékok, tárgyak tapintási lehetősége biztosítja, a szaglás és ízlelés érzékszervi örömeit pedig diffúzor (illóolajos) és az étkezési lehetőség. A kialakításnál figyelembe vették, hogy a szoba használata elsősorban önterápiás mód is egyben, hiszen éjjel nincs az intézményekben mentálhigiénés munkatárs. Olyan törekvést is tartalmaz, hogy kialakuljon az ellátottakban egy önnyugtató, önvigasztaló mechanizmus, amelyre adott környezetben van lehetőség és többirányú segítség.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Az innováció abban rejlik, hogy a szoba éjjel-nappal az ellátottak rendelkezésére áll, felszerelve, valamennyi érzékszervre hatóan. Olyan kognitív tréningként jelenik meg, ahol az igénybe vevő önmaga döntheti el, hogy számára milyen módon, mértékben és időkeretek között van szüksége rá. A hangok (zene), színek, a berendezés harmóniája, a lelki megnyugvást szolgáló környezet és a pozitív testérzeteket szolgáló környezet, olyan pozitív asszociációkat hoznak létre, amelyek megteremtik egy

kiegyensúlyozottabb, boldogabb életszakasz alapjait. Nem elhanyagolható az a tény sem, hogy az éjszakai fenlét ideje alatt a terápiás szoba igénybevételével elkerülhető a lakótársak zavarása, megelőzhető az ebből fakadó konfliktusok.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A tapasztalatok azt mutatják, hogy az éjjel-nappal igénybe vehető szolgáltatás csökkenti a kémiai (altató, nyugtató) szerek alkalmazásának szükségét és elősegíti új ellátott esetén az optimális intézményi adaptációt. Támogatja az új (eddig ismeretlen) szociális kapcsolatok kialakítását. Érzelmi és esztétikai élményeket nyújt és megteremti a kivezető utat a zaklatottságból, amely a belső nyugalom elérésének előszobája.

3. Társadalmi tudatosítás

3.1. Kreatív műhely a gyermekekért

Megvalósítás helyszíne: Soproni Szociális Intézmény Lila Akác Idősek Klubja

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Idősek nappali ellátása

Célcsoport: Elsősorban óvodások, illetve a Koraszülöttek Országos Egyesületéhez csatlakozva a soproni Újszülött Osztály csecsemői

A jó gyakorlat célja: Generációk közötti jó kapcsolat ápolása, örömszerzés, társadalmi részvétel

A jó gyakorlat bemutatása: A Kreatív műhely 2021-ben alakult jó kezűgyességű klubtagokból, egy önkéntes tevékenységet folytató klubtag kezdeményezésére. A klubtagok eleinte rongybabákat készítettek óvodások részére otthonról összeszedett használt, illetve varrodák leeső hulladék anyagaiból. A sikerélmény a klubtagokat egyre igényesebb alkotások készítésére ösztönözte, mint a puha anyagból, antibakteriális töltőanyaggal készült „csucsuj párnák”, különböző állat stilizációkkal. A Kreatív műhely tagjai csatlakoztak a Koraszülöttekért Országos Egyesület KORIP programjához inkubátortakarók, kis sapkák, és ölelő polipok készítésével.

A folyamatos alkotókedv fenntartása érdekében az intézmény a műhely működéséhez szükséges anyag- és eszközbeszerzés költségét beépítette a költségvetésébe, illetve kialakításra került egy kreatív műhelyszoba is.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Közvetlen, személyes módon épít hidat a két generáció között, új színben mutatva meg a kisgyerekeknek az örömszerzésre kreatív módon képes idős korosztályt.

Jó példa arra, hogy egy klubtag jó kezdeményezése is beépíthető a szociális alapszolgáltatás/idősek nappali ellátás saját programjába, továbbá, hogy egy kreatív program,

hogyan kapcsolódhat egy másik kreatív programhoz, mintegy szintézisbe hozva a gyermekekért folytatott tevékenységeket, és az értük járó boldogító érzést, mint mentális profitot.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A műhelymunka több területen fejti ki hatását. A kézimunka, varrás fejleszti a finommotorikát, a kreativitást, az esztétikai érzéket, illetve örömet és sikerélményt nyújt a készítők számára. A rongybabákat és textiljátékokat a gyerekek ugyanolyan örömmel, boldogsággal fogadják, mint amilyen örömmel a készítők adják.

A másokon való segíteni akarás az érintetteket meglegedettséggel tölti el, hogy fontos dologgal járulhatnak hozzá a társadalom segítéséhez, illetve erősíti a valahová tartozás érzését, közösségépítő hatású.

3.2. Bűnmegelőzési Kávéház - vetélkedő időskorúak részére

Megvalósítás helyszíne: Győr-Moson-Sopron Megyei Rendőr-főkapitányság (Győr)

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Idősek nappali ellátása, nyugdíjas klubok, önszerveződő nyugdíjas szervezetek

Célcsoport: Győr-Moson-Sopron megye nyugdíjas klubjainak és időügyi szervezeteinek tagjai

A jó gyakorlat célja: Játékos formában hívja fel a figyelmet az idősödő korosztály sérelmére leggyakrabban elkövetett jogsértések megelőzésének lehetőségeire, áldozattá válásuk elkerülésére, önvédelmi reflexük erősítésére.

A jó gyakorlat bemutatása: A résztvevő csapatok számára több fordulón keresztül, online formában bűnmegelőzési tartalmú kvíz, feladatlap, rejtvényt kerül kiküldésre. Az online térben az idősek megadhatják válaszaikat, megfejtéseiket. A beérkezett megoldásokat a rendőrség munkatársai ellenőrzik és értékelik. Minden forduló után a résztvevő csapatokból kialakul egy rangsor. A fordulók lezárásakor egy döntőre kerül sor.

A „Bűnmegelőzési Kávéház” vetélkedő döntője 2022. október hónapban (az „Idősek Világnapja” alkalmából) a Győr-Moson-Sopron Megyei Rendőr-főkapitányságon személyes formában kerül megtartásra, melynek keretében egy közös beszélgetésre, kávézásra, interaktív megelőzési témájú feladatokban történő részvételre invitálja a rendőrség a legjobban szereplő 10 csapatot. A végső győztes a kreatív feladatok elvégzését követően kerül kihirdetésre. A díjak átadása is ekkor történik meg.

Ezen a rendezvényen lehetőség nyílik arra, hogy a csapatok tagjai személyesen találkozzanak egymással és a rendőrség bűnmegelőzési szakembereinek kérdéseket tegyenek fel, tanácsokat kérhessenek tőlük.

A jó gyakorlat innovatív jellege: Az idősödő korosztály is egyre szélesebb körben használja az online felületeket. A különböző interaktív feladatok és tesztek megoldása nemcsak a vetélkedő lebonyolítását egyszerűsíti és gyorsítja meg, hanem az online ismeretek elmélyítését is segíti. A számítógépes alkalmazások segítségével a kitöltők részére azonnal láthatóvá válnak a helyes válaszok, lehetőségük van azokat akár többször is áttekinteni, egymással megbeszélni.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A bűnmegelőzési tevékenység akkor hatékony, ha az üzenetek, információk minél gyorsabban, minél több emberhez jutnak el. Ehhez nyújthatnak segítséget az idősügyi szervezetek és intézmények. A vetélkedő másodlagos célja, hogy a kortársképzést is erősítse, előmozdítsa. A tapasztalatok azt mutatják, hogy az ilyen formában kapott információkra a korosztály tagjai rendkívül fogékonyak, azokat igénylik, és szívesen fogadják.

3.3. Demenciabarát nappali ellátás

Megvalósítás helyszíne: Kistérségi Egyesített Szociális Intézmény (Mosonmagyaróvár)

Ellátási forma, ahol alkalmazható: Idősek nappali ellátása/demens személyek nappali ellátása

Célcsoport: Ellátást igénybe vevők, demenciával élő személyek, gondozó családtagok, professzionális gondozók

A jó gyakorlat célja: A városban a demenciával élők és gondozóik bátorítást kapjanak, bizalommal forduljanak a szolgáltatáshoz, bevonódjanak a helyi társadalomba, elismerjék jogaikat és képességeiket a közösségfejlesztés eszközeivel. Továbbá cél az ismeretterjesztő anyagok összeállítása, a helyi civil szervezetekkel együttműködés kialakítása.

A jó gyakorlat bemutatása: A Demenciabarát Mosonmagyaróvár 2019-ben indult el kísérleti jelleggel, de a demenciával élő idős emberek helyzetének javítására való törekvés már 2009-ben elindult egy demens nappali ellátás megszervezésével. 2015-ben a Gondoskodás Alapítvány szervezésében elindult Alzheimer Café programsorozat, továbbá több Európai Unió projekt is sikeresen megvalósításra került.

A Demenciabarát város projekt célja volt: Demenciabarát város Mosonmagyaróvár minta projekt a helyi identitás és kohézió erősítésével. A mintaprojektben a demenciával élők problémájának kezelésére kidolgozott protokollt más települések is használhatják ahhoz, hogy „demenciabaráttá” válhassanak.

Ahhoz, hogy egy nappali intézmény demenciabarát legyen, demenciabarát közösségeket kell kialakítani, ami tulajdonképpen a közösség figyelmének ráirányítása a demenciára. A demenciabarát közösség demenciabarát szervezetekből, szolgáltatókból, emberekből áll, melyek a szükséges módon támogatják a demenciával élő embereket. Cél a megbélyegzés csökkentése és a társadalmi elszigetelődés megszüntetése. A vezető elv az, hogy a

demenciával élők minél tovább a saját otthonaikban és a saját közösségeikben maradhassanak, melyhez információnyújtás, önkéntesek bevonása, befogadó nappali ellátások biztosítása szükséges. Ennek eléréséhez a nappali ellátásoknak is demenciabarátnak kell lennie, melynek érdekében a klub:

- Együttműködik az iskolákkal, hogy felhívja a fiatalabbak (közösségi szolgálatos diákok, szociális munkát tanuló hallgatók) figyelmét a demenciára.
- Együttműködik az önkéntesekkel és demenciával élő személyek hozzátartozóival, mely során megosztják egymással a demenciával kapcsolatos ismereteiket, tapasztalataikat.
- Együttműködik a helyi közösségi szervezetekkel, egyházi közösségekkel, annak érdekében, hogy informálják a lakosságot a demenciáról.
- „Demenciahátizsák”-ot biztosítanak a demenciával élőket gondozó hozzátartozók, érdeklődők támogatására, amely egyfajta szimbólum is a gondozási teher cipelésére, a teher megosztására. A hátizsák ingyenesen kölcsönözhető, ami tartalmaz szakkönyveket, kiadványokat, tájékoztató anyagokat, DVD-t.
- Demenciaszimulációs érzékenyítő lehetőséget biztosít a dolgozók számára. A szociális szférában dolgozók nincsenek felkészítve a demens ellátás kihívásaira, ezért fontos részükre speciális ismeretek biztosítása.

A jó gyakorlat innovatív jellege: A demenciabarát közösségépítés Magyarországon először Mosonmagyaróváron indult el. A projekt mindvégig nyitott volt arra, hogy a programba más települések is bekapcsolódjanak. A demenciabarát közösség építése más szemszögből építi fel a gondozást, nyitottá válik a klub, a közösség pedig elfogadóbb, befogadóbb lesz. A demencia stigma jellegét, az információhiányt pedig csakis a szakmai tudás átadásával lehet elérni.

A program során az Ír Alzheimer Társaság és az Alzheimer Hollandia szakembereitől kapott tapasztalatok kerültek felhasználásra a "Act on Dementia„ nevű Európai Unió programban való részvétel kapcsán, amely a nemzetek közötti koordinált együttműködésre helyezték a hangsúlyt a demenciával élő emberek és családtagjaik életminőségének javításáért.

A jó gyakorlat alkalmazásának várható eredménye(i): A mosonmagyaróvári minta alapján, Magyarországon más településeken is elindult a demenciabarát közösség építése, melynek eredménye, hogy sokkal több információval rendelkeznek a hozzátartozók és a lakosság tagjai. A szociális intézményben dolgozók szakmai fejlődésükhöz kaptak segítséget. Erősödött a helyi identitás, sok együttműködés született szolgáltatókkal, helyi civil szervezetekkel, magánszemélyekkel. Szóróanyagok készültek, így más települések is megismerhették a mosonmagyaróvári mintát.

3. Adaptáció

A tanulmány keretében két jó gyakorlat adaptációjának kidolgozására van lehetőség. A pályázat megvalósításán dolgozó szakemberek számára nagy feladatot jelentett, hogy a kiválasszák a 13 beérkezett pályamű közül, hogy melyik kettő legyen, amelyek

adaptációjának kidolgozása megtörténik. Több anyag is tartalmaz olyan megoldási alternatívát követendő modellt, amit a mindennapi szakmai munka során a határ mindkét oldalán hatékonyan lehet alkalmazni.

A kiválasztás szempontjai a következők voltak:

- A jó gyakorlat tartalmazzon az ellátási területen még nem vagy alig ismert innovatív tartalmat.
- A választott modell viszonylag kevés, akár intézményi saját forrás bevonásával megvalósítható legyen.
- Lehetőség szerint már a gyakorlatban kipróbált, „jól működő”, vagy az előkészítés során megfelelően megalapozott szakmai tartalom legyen.
- Hiánypótló, a szakmafejlesztés irányát megadó szakmai tartalom kerüljön kiválasztásra.

Ezen szempontok mentén értékelték a jó gyakorlatokat a kiválasztási folyamatba bevont szakemberek és választásuk egyértelműen a következő két jó gyakorlatra esett:

- Éjjel-nappal használható foglalkoztató/terápiás szoba kialakítása és működtetése.
- Bűnmegelőzési Kávéház - vetélkedő időskorúak részére.

A két jó gyakorlat közül az első a szakmafejlesztés területén a második a társadalmi tudatosítás és információ átadás területén tartalmaz kiemelkedő, követésre, adaptációra alkalmas szakmai innovációt.

Éjjel-nappal használható foglalkoztató/terápiás szoba kialakítása és működtetése

A gyakorlati bevezetés és működtetés előtt a következő szempontok kell mérlegelnie az adaptáló szervezeteknek.

Infrastrukturális adottságok feltételek

Rendelkezi-e olyan helyiséggel, vagy leválasztható-e úgy egy épületrész, ahol a foglalkoztató szoba/helyiség biztonságosan kialakítható. A biztonságos működtetés központi kérdés ebben az esetben, mert itt nem egy „klasszikus egyéni foglalkoztatásról” van szó, hanem egy felügyelt aktív időtöltésről. Fontos, hogy a helyiség közel legyen a nővérszobához, az épület minden részéről gyorsan elérhető legyen, a foglalkoztatáson részt vevő személy a „látórében” legyen.

Tárgyi feltételek

A szobaberendezést úgy kell megtervezni, hogy az teljesen akadálymentes legyen és a foglalkoztatásnál használt eszközök könnyen elérhetőek legyenek. Csak biztonságos eszközök legyenek a szobában, amellyel a foglalkoztatott személy nem tud sérülést okozni magának. A szobában elhelyezett bútorok, foglalkoztatási eszközök könnyen tisztíthatóak, fertőtleníthetőek legyenek.

Személyi feltételek

A helyiség és az eszközök önmagukban nem elégségesek a sikeres működéshez, ez nem csak egy infrastrukturális fejlesztés. Kell az innovatív ellátási modell elfogadására és befogadására nyitott szakmai személyzet. A jó gyakorlat működését úgy kell bevezetni, hogy a dolgozók ne csupán egy újabb plusz feladatot, hanem a munkájukat megkönnyítő, ellátási minőséget javító fejlesztést lássanak benne.

Finanszírozási feltételek

Az új modell bevezetésének és működtetésének költsége alacsony. A kialakított helyiség a nap különböző szakaszaiban más és más funkciót kaphat, alkalmas hozzátartozók fogadására, egyéni és csoportos foglalkozások megvalósítására.

Éjjel-nappal használható foglalkoztató/terápiás szoba kialakítása és működtetése nem csak egy jó gyakorlat, hanem gondozási, gondoskodási szemléletet tükröző foglalkoztatási modell. Megvalósítása rengeteg lehetőséget kínál, azonban a felsorolt feltételek hiányos vagy nem megfelelő megléte veszélyeket is rejt magában. Ezért az adaptációs folyamatot jól elő kell készíteni és folyamatosan kontrolálni kell. Érdemes felvenni a kapcsolatot a pályamunkát benyújtó intézménnyel és a gyakorlati tapasztalataikat meghallgatni egy intézménylátogatás keretében.

Bűnmegelőzési Kávéház – vetélkedő időskorúak részére

Egy új út, egy új lehetőség a társadalmi és különösen az érintett célcsoport tudatosításának folyamatában. Teljesen új területet nyit meg az információ továbbítására és befogadására. A Bűnmegelőzési Kávéház - vetélkedő bevezetése előtt a következő feltételek meglétét kell megvizsgálni.

Infrastrukturális adottságok és tárgyi feltételek

A vetélkedőt szervező szervezet rendelkezik-e megfelelő eszközparkkal és biztonságos internetkapcsolattal a program sikeres lebonyolításához. A résztvevő klubok, nappali ellátást biztosító intézmények rendelkeznek-e részvételhez szükséges eszközökkel és biztonságos internetkapcsolattal. A záró vetélkedő sikeres megvalósításhoz, akadálymentes, tömegközlekedéssel és személygépkocsival is könnyen megközelíthető helyiség biztosítása alapfeltétel.

Személyi feltételek

Az eszközökön, megfelelően kialakított feladatsor csak képzett a célcsoport sajátosságait ismerő „játékmesterrel” és bevonódott segítőkkel tud megfelelő hatást elérni. Fontos, hogy az időseket segítő helyi szakemberek támaszt adjanak a résztvevőknek, amelyhez megfelelő tájékoztatásuk és felkészítésük a program elindítása előtt feltétlenül szükséges.

Finanszírozási feltételek

A játék első szakaszában a jó gyakorlat megvalósítási feltételeinek megteremtése, minimális anyagráfordítással jár, mert napjainkban már minden bevonható klub és nappali ellátást biztosító intézmény rendelkezik megfelelő eszközparkkal és internet hozzáféréssel. A játék

utolsó szakaszában jelentkezik költség igénye a programnak, helyiségbérlés, catering, díjazás költségei merülnek fel. Támogató partnerek, intézmények bevonásával ezek a költségek mérsékelhetőek.

Támogató környezet

A jó gyakorlat megvalósításához, több szervezet intézmény együttműködése szükséges, így a megkezdése előtt ezeket a leendő partnereket fel kell keresni és bevonódásukat, támogatásukat el kell érni. A program közösségépítő hatása hatalmas lehetőséget és fejlesztési lehetőséget rejt magában, amit tudatosan használni kell a megvalósítási folyamat során.

A Bűnmegelőzési Kávéház - vetélkedő időskorúak részére program megvalósítása, hiánypótló jó gyakorlat az időskorú lakosság biztonságosabb életvitelének kialakítására tett kezdeményezések között. Megvalósításával minden közösség meg tudja mutatni, hogy az érintett korosztályról való gondoskodás több, mint egyszerű gondozási feladatok megvalósítása. A megvalósítás folyamata során a résztvevők visszajelzéseit folyamatosan monitorozni kell, hogy megfelelően érthetőek és befogadhatóak-e a kiírt feladatok, mert az adott településeken eltérő területeken lehet a fókusz. A sikeres megvalósítás érdekében elengedhetetlen, hogy a jó gyakorlat helyi igényekre reagáljon.

4. Összegzés

A bemutatott Jó gyakorlatok a határ mindkét oldalán a gyakorlatban már kipróbált, jól működő, szakmai innovációkat mutatnak be.

A Jó gyakorlatok célcsoportja elsősorban az idősek, illetve demenciával élő személyek és az őket ellátó intézmények dolgozói, egy esetben az idősek önkéntes tevékenysége által az óvodások és a soproni Újszülött Oszály csecsemői.

A „Jó gyakorlatok” három kategória köré csoportosíthatók:

1. Foglalkoztatás

A foglalkoztatás alatt az idősek bentlakásos otthonaiban és idősek klubjaiban a vonatkozó jogszabályok által előírt mentálhigiénés ellátást és foglalkoztatást értjük, amelynek célja az ellátottak aktivitásának megőrzése, fejlesztése, mentális állapotuk szinten tartása. Új holisztikus terápiás módszerek kerültek bemutatásra, melyek Magyarországon vagy Szlovákiában szakirányú továbbképzésként a szakemberek számára önköltséges formában elérhetőek. A bemutatott módszerek a gyakorlatban már kipróbált, az idősek és gondozóik által közkedvelt, eredményesnek bizonyult módszerek, melyek a hagyományos foglalkoztatás keretei közé részben vagy egészben beépíthetőek. A módszerek fókuszában az idős ember áll. A foglalkoztatás során hagyományos célok megvalósítása mellett, egyfajta élményterápiaként

funkcionál az ellátott személyek számára eredménye minőségibb együttlét az ellátottak és az őket gondozó dolgozók számára.

2. Szakmafejlesztés

A szakmafejlesztés területén bemutatásra kerültek a szociális területen új szolgáltatási lehetőségek, innovatív vagy kényszerhelyzet szülte kreatív megoldások, melyek hatékonyabbá teszik a munkatársak életét, az idős emberek ellátását.

A szociális területen a működés, a szolgáltatás biztosítása szigorúan szabályozott környezetben, merev, rugalmatlan keretek között történik. Az elérhető szociális szolgáltatások nem fedik le a felmerülő szükségleteket. A folyamatosan változó világhoz a szolgáltatások biztosítása során is alkalmazkodni kell, melynek egyik módja a szolgáltatás bővítése vagy új, hiánypótló szolgáltatás bevezetése. A gyakorlati munka során a munkatársak feladatvégzésének megkönnyítésére, vagy az ellátás hatékonyságának növelésére sokszor nagyfokú kreativitásra, innovációra van szükség. A bemutatott Jó gyakorlatok bizonyítják azt is, hogy néha apró kis változtatásokkal is eredményeket lehet elérni, amelyek fontos előrelépést jelentenek az ellátások minőségének javítása érdekében.

3. Társadalmi tudatosítás

Társadalmi tudatosítás során az időseket érintő nehézségekkel kapcsolatosan (demencia, idősök sérelemére elkövetett jogsértés stb.) feladat a társadalom, illetve az idősök figyelmének felkeltése, érzékenyítése különböző eszközökkel, annak érdekében, hogy előmozdítsa a társadalom tudatosságát, felelősségérzetét, szemléletét.

A felsorolt Jó gyakorlatok megmutatják, milyen sokféleképpen lehet felhívni a figyelmet egy-egy időseket érintő fontos problémára, illetve, hogy az idősök is önkéntes hozzájárulásukkal aktív résztvevői tudnak lenni társadalomnak.

Ezek a programok a társadalmi bevonódás révén nagymértékben előmozdítják a résztvevők társadalmi tudatosságát, felelősségérzetét, erősítik a közösségi részvételt, a generációk közötti együttműködést, megváltoztatják a sztereotípiákat.

A három kategória között természetesen vannak átfedések is.

A bemutatott Jó gyakorlatok hosszútávon fenntarthatók, egyeseknél külön eszköz- és humánerőforrás igény nincs, anyagi ráfordítás nélkül intézményi keretek között működtethetők. Bemutatásra kerültek anyagi beruházást igénylő jó gyakorlatok is, melyek intézményi költségvetésből, pályázati forrásból kerülhetnek finanszírozásra.

A bemutatott Jó gyakorlatok az idősekről való gondoskodás érdekében jöttek létre, közöttük számos olyan található, amely modell értékű, széles körű kiterjesztésre és adaptálásra alkalmas, bevezetése hozzájárulhat a szolgáltatások hatékonyságának és minőségének növeléséhez.

5. Felhasznált irodalom

1. Pályázati felhívás a Kisprojekt Alapból pályázók számára a nyugati határtérségben, Interreg V-A Szlovákia-Magyarország Együttműködési Program

„Jelen tanulmány tartalma nem feltétlenül tükrözi az Európai Unió hivatalos álláspontját.“

1. Úvod

Európske územné združenie s ručením obmedzeným Rába-Dunaj-Váh, Trnavský samosprávny kraj a Széchenyi Programiroda Nonprofit Kft. vyhlásili v rámci Programu spolupráce Interreg V-A Slovensko-Maďarsko výzvu na predkladanie návrhov pre Fond malých projektov, ktorá poskytla odborníkom z oboch susedných krajín skvelú príležitosť na spoluprácu pri identifikácii a riešení problémov. Základným cieľom Fondu malých projektov je podporovať spoluprácu na miestnej úrovni, ktorá môže viesť k dlhodobej spolupráci, a dosiahnuté výsledky využívať na oboch stranách hranice. Prioritná os programu Inštitucionálna spolupráca je zameraná na posilnenie spolupráce cezhraničných inštitúcií a výmenu poznatkov a skúseností, pričom boli podporené projekty, ktoré prispievajú k rozširovaniu inštitucionálnych kapacít, naďalej k zdieľaniu a uplatňovaniu dobrej praxe medzi sebou.² K tejto osi sa pripojila verejná súťaž „Starajme sa spolu“ Spojenej zdravotnej a sociálnej inštitúcie v Győri a Domova seniorov Ambrózia v Šamoríne, ktorá sa zameriavala na rozvoj profesionálnej starostlivosti o starších ľuďí.

Cieľom projektu „Starajme sa spolu“ Spojenej zdravotnej a sociálnej inštitúcie v Győri a Domova seniorov Ambrózia v Šamoríne bolo vytvoriť a pripraviť proces zmeny postojov a akčných plánov prostredníctvom aktivít, ktoré by umožnili partnerom dosiahnuť kvalitatívnu zmenu v oblasti starostlivosti o seniorov.

V rámci tejto aktivity vznikne slovensko-maďarská Zbierka „Dobrych praxí“, ktorá bude obsahovať a regulovať inovácie v oblasti profesionálneho rozvoja z oboch regiónov.

Výzva na vypracovanie „Dobrych praxí“ bola vyhlásená 10. marca 2022. Žiadosti o Dobrych praxí sa predkladali na štandardizovanom formulári s názvom Dobrá praxe. Termín na predloženie Dobrych praxí bol 24. marec 2022. Spojená zdravotná a sociálna inštitúcia získala 13 Dobrych praxí. Najzaujímavejšie príklady Dobrych praxí boli predstavené v rámci workshopu v Šamoríne 5. apríla 2022.

Zbierka „Dobrych praxí“ obsahuje spracovanie všetkých prijatých materiálov a v prípade dvoch materiálov poslaných na verejnú súťaž predstavuje aj možnosti adaptácie.

² Zdroj: Výzva na predkladanie návrhov pre žiadateľov z Fondu malých projektov v regióne západného prihraničia, Program spolupráce Interreg V-A Slovensko-Maďarsko

2. Predstavenie dobrých praxí

2. Krúžkové odborné činnosti

2.1. Canisterapia / Terapia so psom – Fufu, štvornohý terapeut

Miesto realizácie: Sociálna inštitúcia v Soproni

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Denná starostlivosť o starších ľudí

Cieľová skupina: Prijemcovia starostlivosti

Cieľ dobrej praxe: Udržiavanie duševnej, telesnej a duchovnej aktivity, zvýšenie individuálnej aktivity, posilnenie sociálnych vzťahov, zabezpečenie radostnú spolupatričnosť a pocit úspechu.

Predstavenie dobrej praxe: Myšlienku zaviesť v ústave terapiu so psom podnietil príchod člena klubu so šteniatkom, ktorého prítomnosť sa stretla s veľmi pozitívnou odozvou ostatných členov klubu – radosťou, smiechom, komunikáciou, maznaním, hrou, láskou. Vzhľadom na prejavovaný záujem si odborníci spolu s členmi klubu pozreli niekoľko dokumentárnych a vzdelávacích filmov na túto tému a potom sa vyskúšali a následne zaviedli terapiu so psom.

Terapia so psom je cieľavedomé zamestnanie vedené psím terapeutom a odborníkom (odborníkmi), ktorý pozná členov klubu. Sedenia sú štruktúrované vedomým spôsobom. Pozostávajú z cvičení sociálnej interakcie, rozvoja pamäti a pozornosti, komunikačných a metakomunikačných cvičení, malých a veľkých pohybov, cvičení koordinácie oči-ruky, oči-nohy. Princípom je zohľadniť individuálne schopnosti, aby všetci účastníci mohli počas hravej aktivity zažiť pocit úspechu.

Počas prvého stretnutia sa členovia klubu zoznámia so psom a psím terapeutom. Terapia vyvoláva staré spomienky a emócie, ktoré sa k nim viažu, čo vedie k spoločnej téme rozhovoru. Vždy sa nájdu členovia klubu, ktorí sa nechcú aktívne zúčastňovať terapií, čo treba rešpektovať, ale skúsenosti ukazujú, že aj oni sa cítia príjemne a so záujmom to sledujú. Každé stretnutie sa začína úvodným kolom a končí sa záverečným kolom, počas ktorého členovia klubu pozdravia psa pohladením a potom sa s ním rozlúčia. To uľahčuje naladenie a uvoľňovanie.

Terapia so psom rozvíja taktilné (hmatové) vnímanie, udržiava pamäť, zlepšuje koncentráciu, pozornosť a pamäťové schopnosti, zvyšuje fyzickú a rečovú aktivitu a rozvíja kooperačné schopnosti pri zručnostných úlohách. Bezpodmienečné prijatie psa tiež pomáha staršiemu

človeku prijať svoje vlastné slabosti a narušené schopnosti. Samotná prítomnosť psa vyvoláva vnútorné emócie, vyžaduje si vzájomnú pozornosť, buduje spoločenstvo a jej účinok na upútanie pozornosti zmiernuje zábrany a znižuje úzkosť. Známe, obvyklé činnosti poskytujú istotu, nové úlohy sú novinkou a výzvou.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Existuje mnoho rôznych liečebných pedagogických metód, ktoré možno použiť na udržanie a zlepšenie rôznych zručností a schopností. V terapii so psom to možno dosiahnuť tak, že klient nebude mať obavy z úlohy, ale "skrytou", hravou formou, pri činnosti terapeutického zvierat'a, ktoré ho bezpodmienečne akceptuje, ktorého prítomnosť zvyšuje motiváciu a efektívnosť.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Skúsenosti ukázali, že terapia so psom môže byť dôležitou súčasťou starostlivosti. Tieto zamestnania sú radostným spôsobom spoločného života, ktorý v členoch klubu prebúdza skryté, zabudnuté schopnosti po fyzickej, emocionálnej a sociálnej stránke. Prítomnosť terapeutického psa a spojenie s ním môže pomôcť uvedomiť si ďalšie hodnoty prírody a význam zodpovedného chovu domácich zvierat. Poskytuje nový pohľad na životné prostredie, ktorý pomáha úspešne realizovať aktivity na zlepšenie kvality života.

2.2. Hudobno-tanečná terapia – Szeniortánc+ (Seniortanec+)

Miesto realizácie: Sociálna inštitúcia v Soproni

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Inštitúcia poskytujúca ošetrovateľsko-opatrovateľskú starostlivosť – domov seniorov, inštitúcia poskytujúca dočasné ubytovanie – dom opatrovateľskej služby pre starších ľudí, denná starostlivosť o starších ľudí

Cieľová skupina: Príjemcovia starostlivosti

Cieľ dobrej praxe: Prispieť ku kvalite fyzického, emocionálneho a sociálneho života ľudí so stratou pamäti, udržiavať a posilňovať kognitívne zručnosti a schopnosti, vzájomne sa prispôsobovať a podporovať prijatie inštitucionálneho spôsobu života prostredníctvom sily hudby a tanca.

Predstavenie dobrej praxe: Počet ľudí s demenciou v ústavoch pre seniorov z roka na rok stúpa, preto odborníci hľadali zážitkový program, do ktorého by sa mohli zapojiť aj starší ľudia s demenciou a problémami s pohyblivosťou. Nápad prišiel z cvičebného programu *Seniorentanz+*, ktorý vyvinul Rakúsky tanečný zväz seniorov (Bundesverband Seniorentanz Österreich) a ktorého ústrednou časťou je tanec na známe melódie v sede na stličke a vedľa stoličky.

Táto špeciálna forma spoločenského tanca, určená výslovne starším ľuďom, je zábavný, dobre naladený skupinový tanec so špeciálnou choreografiou a dobrou hudbou. Choreografie sa dajú

prispôbiť ľuďom s demenciou s ohľadom na individuálne schopnosti a náročnosť choreografií.

Je to jemná športová aktivita a zároveň cvičenie mozgu, ktoré zohľadňuje zmeny v starnúcom tele. Na hudbu rôznych národov sa môže tancovať v kruhu, v pároch, v radoch a v pokročilej forme v sede na stoličke, takže ho môžu tancovať aj starší ľudia, ktorí majú prekážku v pohybe. Tance sú doplnené rôznymi nástrojmi, ako výrazná šatka alebo vejár. Metóda môže byť navrhnutá tak, aby si ju mohol užiť každý a aby sa do nej mohol zapojiť každý bez akéhokoľvek tlaku na výkon.

Aktívne činnosti v hudobnej krúžkovej skupine sa konajú každý týždeň pod vedením učiteľa hudobnej výchovy. Skupinu tvoria ľudia s miernou až stredne ťažkou demenciou. Maximálny počet osôb v skupine je 20. Sedenia sú otvorené, ich zloženie závisí od stavu, nálady ošetrovanej osoby v daný deň a úrovne možnosti zapojenia.

Zamestnania prebiehajú v kruhu, čím sa budujú sociálne vzťahy a pocit spolupatričnosti. V strede kruhu bude umiestnené nástroje, ktoré sa hodia k téme, a dobre viditeľný dekoratívny stôl, ktorý pomáha rozvíjať kognitívne schopnosti. Stretnutie je štruktúrované na určitú tému a využíva pasívnu a aktívnu hudobnú činnosť.

Nástroje činnosti:

- Spevácky hlas – spev,
- používanie nenaladených a naladených bicích nástrojov,
- počúvanie hudby,
- tanečné formy.

Konštrukcia lekcie:

- Úvod: spoločný spev, gymnastické tanečné kroky.
- Hlavná časť: hudba a pohyby na vyjadrenie zážitku z nástrojov uprostred kruhu.
- Záver: diskusia o skúsenostiach a potrebách pokračovania.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Medzinárodné štúdie ukazujú, že tanec aspoň štyrikrát týždenne znižuje riziko demencie o 47% a pravidelný každodenný tanec o 76%.

Verbálne terapie pre ľudí s poruchami myslenia, reči a jazyka, a demenciou s ťažkým mentálnym úpadkom sú čoraz menej účinné a mimoriadny význam má neverbálna terapia. Starší ľudia sa radi a ochotne zúčastňujú na tanečných kurzoch a necítia sa namáhaví, o čom svedčí vysoká návštevnosť a úroveň aktivity.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Používanie Seniortanec+ umožňuje zamestnať starších ľudí s multimorbiditou a ľudí s demenciou v tej istej skupine. Spoločná hudba a tanec poskytujú ľuďom s demenciou príležitosť vyjadriť sa, pretože sa rozvíja neverbálna komunikácia a vzájomné prijatie, čo je pre ľudí žijúcich v komunite mimoriadne dôležité. Zlepšenie nálady účastníkov je pre ich okolie motivujúce a podporuje ich chuť do života. Zefektívňuje sa aj práca opatrovateľov seniorov, pretože táto metóda môže znížiť poruchy

správania u ľudí s demenciou a zmierniť ich príznaky.

2.3. Aktivácia zmyslových orgánov

Miesto realizácie: Domov seniorov AMBRÓZIA Idósek otthona (Šamorín)

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Inštitúcia poskytujúca ošetrovateľsko-opatrovateľskú starostlivosť – domov seniorov, inštitúcia poskytujúca dočasné ubytovanie – dom opatrovateľskej služby pre starších ľudí

Cieľová skupina: Príjemcovia starostlivosti s demenciou

Cieľ dobrej praxe: Udržiavať, dlhodobo zachovávať a rozvíjať osobné, sociálne a nezávislé životné zručnosti aktivovaním zmyslov.

Predstavenie dobrej praxe: Vzhľadom na zmenené právne prostredie môže inštitúcia poskytovať sociálne služby ľuďom, ktorí sa o seba nedokážu postarať sami bez pomoci, trpia viacerými chronickými ochoreniami alebo demenciou, a preto bolo potrebné nájsť vhodný spôsob práce.

Vhodnou príležitosťou na to bol kurz Lore Wehnerovej o zmyslovej aktivizácii, ktorý odporučila Asociácia sociálnych pracovníkov a ktorý absolvovali viacerí odborníci v ústave a následne využívali v starostlivosti.

Aktivácia zmyslových orgánov je vedome riadená individuálna (ale aj skupinová) činnosť s osobami, ktorým poskytuje starostlivosť. Prebieha formou krátkych aktivačných sedení v trvaní približne 15 minút, pri ktorých je veľmi dôležitá pravidelnosť. Kľúčové slová: rešpekt, tolerancia, láska. Odborník pracuje biografickým portrétom danej osoby. Nakreslí mapu jej zdrojov a potrieb. Podpora, starostlivosť a aktivácia sú založené na štyroch pilieroch, ktoré treba rešpektovať:

- dotyk (pozdrav, podanie ruky),
- podpora (emocionálna podpora, záujem o život danej osoby),
- komunikácia (verbálna, neverbálna),
- pozornosť (očný kontakt).

Zamestnannia sú rozdelené do troch fáz:

1. Vstupná fáza: privítanie využitím všetkých hlavných pilierov relácie (dotyk, podpora, komunikácia, pozornosť), zaoberanie sa s kalendárom.
Ciele: prirodzená orientácia medzi ročnými obdobiami, orientácia v čase, skúmanie biografických údajov, budovanie vzájomnej dôvery, nadviazanie komunikácie.
2. Hlavná fáza: zaobchádzanie s predmetmi na stole.
Ciele: zapamätanie si životných udalostí, zvýšenie povedomia o vlastných zdrojov, komunikácia, prepojenie pamäte s pojmom, aktivácia dlhodobej pamäte, vzbudenie

potešenia, uvedomenie si sociálnych väzieb.

3. Fáza odchodu: spätná väzba od členov skupiny, poďakovanie, rozlúčenie.

Ciele: aktivácia pozornosti, obratnosti, krátkodobej pamäte, posilnenie vnútornej spokojnosti, rovnováhy, sústredenia, vytrvalosti.

Aktivácia zmyslových orgánov je stimulácia a rozvoj kľúčových kompetencií postihnutej osoby prostredníctvom používania každodenných predmetov, činností, obrazov, slov, vôní a zvukov . Počas zmyslovej aktivácie pomáha špecialista človeku s demenciou vybaviť si spomienky a prijať svoj život. Zmyslová aktivácia pomáha človeku vrátiť sa do vlastného života.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Pri krátkodobej aktivácii venuje odborník vedomú a cieleňú pozornosť jednotlivcom alebo skupinám s rôznymi potrebami. Cieľom je uspokojiť potreby, ktoré sú veľmi dôležité pri vytváraní všeobecného komfortu, a tým aj kvalitu života v starobe. Krátkodobá aktivačná činnosť sa môže vykonávať prakticky kdekoľvek, kde sa ľudia stretávajú, ale najlepšou možnosťou je, ak sa opatrovateľ dostane do bližšieho vzťahu s opatrovanou osobou, aby si vytvoril osobný vzťah a vzájomnú dôveru. Pravidelné uplatňovanie prvkov krátkodobej aktivácie má významný vplyv na ľudí s demenciou potrebujúcich opatrovateľskú službu, ktorí by inak boli vylúčení zo sociálnych interakcií a možností komunikácie. Opatrovaní takto majú možnosť komunikovať v rámci svojich možností, nadviazať kontakt so svojím okolím a uspokojiť svoje základné sociálne potreby.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Pohybová vzrušivosť a nepokoj, ktoré sú často charakteristické pre ľudí s demenciou, sa výrazne zníži. Opatrované osoby sú vyrovnanejšie a pokojnejšie, čo vedie k vyššej kvalite spolunažívania medzi poberateľmi, opatrovateľským personálom a návštevníkmi.

2.4. Metóda rozprávkovej terapie hľadaním pokladu

Miesto realizácie: Spojená zdravotná a sociálna inštitúcia v Győri

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Inštitúcia poskytujúca ošetrovateľsko-opatrovateľskú starostlivosť – domov seniorov, inštitúcia poskytujúca dočasné ubytovanie – dom opatrovateľskej služby pre starších ľudí

Cieľová skupina: Starší ľudia, ľudia s demenciou (mierna až stredne ťažká demencia)

Cieľ dobrej praxe: Získavanie radosti, riešenie medziľudských a komunitných problémov, venovanie pozornosti jeden druhému, budovanie komunity, rozvoj empatie, podpora zmeny, transformácie a tým aj rozvoja.

Predstavenie dobrej praxe: Terapiu možno použiť v individuálnom alebo skupinovom prostredí. Pre starších ľudí sa stretnutia konajú v malých skupinách približne o 8-10 ľudí, a to

raz týždenne. Je možné urobiť zmiešanú skupinu podľa pohlavia, ale praxe ukázali, že najmä muži sa ľahšie otvárajú jeden druhému, preto má inštitúcia – momentálne – oddelené skupiny pre ženy a mužov. Stretnutia by mali byť prispôsobené psychickému stavu členov skupiny. Počas terapie sa môže pracovať s obľúbenými rozprávkami členov skupiny alebo príbehmi, ktoré prináša terapeut týkajúca sa problémov skupiny alebo jednotlivca. Pre starších ľudí sa na terapiu odporúčajú kratšie, ľahšie pochopiteľné rozprávky.

Rozprávková terapia sa začína relaxáciou, takto starší ľudia počúvajú príbeh. Po vypočutí rozprávky terapeut požiada účastníkov, aby nechali objaviť sa obrazy z rozprávky v ich myšliach. Vždy sa nájde obrázok, ktorý sa takpoviec „tlačí dopredu“, a toho si treba zapamätať a potom ho nakresliť, čo je pre starších ľudí veľkou výzvou nielen kvôli ich ťažkostiam s jemnou motorikou, ale aj preto, že často nemajú schopnosť slobodného a radostného tvorenia.

V priebehu stretnutia členovia skupiny spoločne diskutujú a analyzujú príbehy a snažia sa dešifrovať dané životné situácie a posolstvá, ktoré sú obzvlášť významné. Toto stretnutie slúži účastníkom ako návod na riešenie ich problémov a poskytuje im komunitné zážitky.

Účastník sa podelí so skupinou o toľko informácií, o koľko sa chce podeliť alebo kým sa to cíti bezpečne. Členovia skupiny sú chránení pravidlom dôvernosti. Každý mimo skupiny môže hovoriť len o tom, čo sa mu stalo.

Rozprávanie príbehov sa môže používať u ľudí s miernou až stredne ťažkou demenciou, funguje rovnako pre každého. Aj obyvatelia inštitúcií s ťažkou demenciou radi počúvajú príbehy, v ich prípade sa stačí opýtať, či sa im rozprávka páčila a čo sa im na nej páčilo. Skúsenosti s rozprávkami ukázali, že ľudia s demenciou poskytnú adekvátne odpovede na položené otázky.

Na záver stretnutia sa položí záverečná otázka a účastníci dostanú dokonca aj takzvanú domácu úlohu na premýšľanie. Ďalšie zasadnutie sa začne diskusiou o tejto domácej úlohe.

Zamestnanie pre starých ľudí zvyčajne trvajú od jednej do jeden a pol hodiny, ale závisí to od ich psychického stavu, od toho, ako sú aktívni a ako veľmi sa ich rozprávka dotkla.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Rozprávanie príbehov je metóda, ktorú možno použiť aj u starších ľudí, ľudí s demenciou a hospitalizovaných pacientov. Môže sa tiež integrovať do tradičných pracovných činností ako doplnková aktivita a môže mať priaznivý vplyv na fyzické a duševné zdravie poslucháčov, kvalitu ich vzťahov a môže mať vplyv na budovanie komunity a rozvoj empatie. Pre odborníka z praxe predstavuje rozprávanie príbehov nový nástroj a príležitosť.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Príbeh vytrhne účastníkov z každodenného sveta. Počúvanie príbehu prináša dobrý pocit aj starším ľuďom s horším psychickým stavom, pretože pôsobí na osobné nevedomie. Počúvanie príbehu prináša dobrý pocit poslucháčom, ktorí môžu v nich objaviť samých seba a rozlúštiť ich symbolické posolstvo, nájsť odpovede na vlastné životné otázky a riešenia vlastných problémov pomocou múdrostí, ktoré v rozprávkach nachádzajú.

Rozprávkový terapeut využíva príbehy na riešenie problémov, ktoré sa týkajú komunity

domova, a to tak, že vyberie príbeh, ktorý problém vynesie na povrch, hovorí o ňom nepriamym spôsobom, aby našiel spoločné riešenia, vďaka ktorým sa starší ľudia budú cítiť oveľa lepšie. Môže sa použiť aj pri príchode nového obyvateľa do domova príbehmi, ktoré posilňujú pocit zodpovednosti staršieho človeka v starobe a zdôrazňujú pocit užitočnosti, ktorý mu pomáha začleniť sa.

Okrem toho, že sú zdrojom radosti, rozprávky môžu pomôcť podporiť prijatie staroby, riešiť problémy starších ľudí, ale môžu sa použiť aj na riešenie medziľudských konfliktov a problémov ovplyvňujúcich komunitu, čo má pozitívny vplyv na život celej inštitúcie.

3. Profesionálny rozvoj

3.1. Prevádzkovanie izolačnej skupiny pre pomoc v domácnosti

Miesto realizácie: Spojená zdravotná a sociálna inštitúcia v Győri

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Pomoc v domácnosti

Cieľová skupina: Príjemcovia starostlivosti

Cieľ dobrej praxe: Zaistenie bezpečnej starostlivosti o príjemcov starostlivosti infikovaných vírusom Covid19 v domácnom prostredí a o príjemcov starostlivosti v nemocničnej alebo ústavnej starostlivosti viac ako 24 hodín.

Predstavenie dobrej praxe: V marci 2020 vznik epidémie Covid19 nastolil otázku, akým spôsobom sa inštitúcia postará o pacientoch v domácej starostlivosti, ktorí sa nakazia Covid19, ale nie je nutné ich hospitalizovať. Právne predpisy vyžadovali, aby sa o prijímateľa starostlivosti s prenosnou chorobou staral pri použití vhodných ochranných prostriedkov a aby sa súčasne nevenoval iným príjemcom starostlivosti. Priebeh epidémie a rýchlosť jej šírenia ešte neboli známe. Starostlivosť o opatrovaného sa musela poskytovať tak, aby pokiaľ možno opatrovať ani ostatní starší ľudia v opatere sa nenakazili.

V meste poskytujú pomoc v domácnosti tri opatrovateľské centrá. Najprv boli prijímatelia služieb domácej pomoci troch opatrovateľských centier rozdelení do troch skupín na základe ich zdravotného stavu a podľa toho, či sa príbuzní mohli podieľať na ich starostlivosti:

1. od starostlivosti možno upustiť, pretože existuje príbuzný, ktorý môže starostlivosť poskytnúť.
2. je tu príbuzný, ale zdravotný stav príjemcu starostlivosti sa zhoršil do takej miery, že je potrebná pomoc, alebo je príbuzný sám neschopný z dôvodu veku, zdravotného stavu alebo vzdialenosti.
3. nedostáva žiadnu pomoc od nikoho mimo inštitúcie a nemá žiadneho príbuzného.

Po tomto rozdelení do skupín sa ukázalo, že približne tretina osôb, ktorým sa poskytuje starostlivosť, nedostáva žiadnu pomoc od nikoho iného len od ústavu, takže za starostlivosť

o nich v prípade infekcie je zodpovedná výlučne inštitúcia.

V prvej vlne, keď bol výskyt infekcie veľmi nízky, väčšina pracovníkov v aktívnom veku a príbuzných bola doma a práca Izolačnej skupiny nebola potrebná. Na jeseň sa počet infekcií zvýšil, príbuzní pracovali, takže bolo potrebné organizovať prácu skupiny. Jednu z opatrovateliek vybrali vedúci služby v opatrovateľskom centre. Určilo sa jej priestor v ústave so samostatným vchodom a toaletou, čo slúžil ako báza. Keďže opatrovateľka musela vykonávať svoje povinnosti v celom meste, potrebovala na svoju mobilitu auto, ktoré jej poskytla inštitúcia spolu s vodičom. Bolo dôležité, aby vodič nemohol vykonávať žiadne iné povinnosti, aby sa zabránilo prenosu možných vírusových infekcií. Úlohu koordinoval vedúci služby jedného z opatrovateľských centier. Opatrovateľka aj vodič boli vybavení vhodným ochranným odevom. Opatrovateľka bola okrem aktívnych nakazených zodpovedná aj za starostlivosť o príjemcov domácej pomoci, ktorí boli hospitalizovaní dlhšie ako 24 hodín alebo ktorí sa vrátili domov z lôžkového zariadenia. Po uplynutí karantény poskytovalo pomoc v domácnosti centrum starostlivosti v mieste bydliska. Keďže počet infikovaných osôb bol premenný, niekedy bolo potrebné zriadiť opatrovateľku, ktorá aj nahradila ostatných počas dovolenky. Skupina pôsobila od októbra 2020 do 31. mája 2021 a staral sa o viac ako 200 ľudí.

Inovatívny charakter dobrej praxe: V minulých desaťročiach sa nevyvinula pandemická situácia a všetky infekčné choroby, ktoré sa mohli vyskytnúť, zostali izolované, takže neexistovala žiadna vyvinutá prax na túto situáciu. Inovatívne riešenie spočívalo v tom, že inštitúcia neposkytovala službu ako opatrovateľské centrum, ale prostredníctvom Izolačného tímu jedna opatrovateľka pokrývala celé mesto, a že do služby bolo zapojené auto a vodič, dokonca aj oddelená miestnosť, čím sa znížilo riziko prenosu infekcie.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Inštitúcia bola schopná poskytnúť infikovaným pacientom starostlivosť tak, že minimalizovala možnosť šírenia infekcií. To sa dosiahlo aj prostredníctvom protokolu, podľa ktorého sa osoby, ktoré boli v nemocnici dlhšie ako 24 hodín, považovali za potenciálne infikované, tím sa použitím vhodného ochranného odevu zabránilo prenosu akejkoľvek latentnej infekcie.

3.2. Poskytovanie starostlivosti ľuďom žijúcim vo vidieckych oblastiach

Miesto realizácie: Spojená zdravotná a sociálna inštitúcia v Győri

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Pomoc v domácnosti

Cieľová skupina: Príjemcovia starostlivosti (ľudia žijúci na periférických častiach, v prímestských oblastiach)

Cieľ dobrej praxe: Poskytovanie starostlivosti prijímateľom pomoci v domácnosti žijúcim v administratívnej oblasti mesta Győr, ale v prímestských a okrajových oblastiach.

Predstavenie dobrej praxe: Tri opatrovateľské centrá tejto inštitúcie poskytujú domácu pomoc na administratívnom území mesta Győr. Do správneho územia patria aj periferické, prímestské oblasti, kam sa čoraz väčší počet rodín presťahoval a žije trvalo. Organizácia starostlivosti o tam žijúcich starších ľudí sa stretáva s viacerými problémami. Do prímestských oblastí je ťažké alebo nemožné dostať sa verejnou dopravou. Autobusy premávajú zriedkavo a zvyčajne zastavujú len na jednom mieste, odkiaľ môže bývať príjemca starostlivosti niekoľko kilometrov ďaleko. Prístup na bicykli nie je možný z dôvodu veľkých vzdialeností a vysokého rizika nehôd na frekventovaných hlavných cestách. Umývanie osoby žijúcej v periferickej oblasti môže trvať dve až tri hodiny, ak sa zohľadní aj skutočný čas cestovania. Počet profesionálnych opatrovateľov je veľmi nízky a počet ľudí vyžadujúcich domácu pomoc sa neustále zvyšuje, preto chýbalo efektívne riešenie organizácie starostlivosti.

Po vypracovaní odborných podmienok zabezpečil dodávateľ služby auto pre poskytovanie starostlivosti v okrajových oblastiach.

Pri zostavovaní odborných kritérií sa posudzoval počet ľudí, ktorí v súčasnosti žijú v oblastiach ťažko dostupných hromadnou dopravou. Inštitúcia potom vypracovala najoptimálnejšiu trasu s prihliadnutím na charakter starostlivosti. Bola vymenovaná opatrovateľka s vodičským preukazom a vysokou úrovňou odborných skúseností, ako aj zástupkyňa opatrovateľky. Úlohy koordinoval vedúci služby jedného z opatrovateľských stredísk. Starostlivosť autom pomáha aj keď nie je možné poskytnúť starostlivosť iným spôsobom. Dve ošetrovateľky sú potrebné na pohyb pacienta alebo na nákup nad 5 kg, ak nie je prítomný žiadny príbuzný (donáška vody na predmestie, donáška veľkého množstva plienok atď.).

V januári 2021 sa začalo používať auto na starostlivosť o starších ľudí žijúcich v predmestských častiach. Vozidlo pracuje na plný výkon, žiadna mŕtva doba v starostlivosti nevzniká.

Inovatívny charakter dobrej praxe: V Maďarsku nie je bežné, že by udržiavateľ/inštitúcia zaistil/a auto v domácej pomoci. Poskytovanie starostlivosti ľuďom žijúcim v odľahlých oblastiach autom umožňuje lepšie plánovanie a zefektívnenie služby.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Rozvoj služieb zabezpečí, aby neboli ohrozené práva ľudí žijúcich v prímestských oblastiach na prístup k službám, poskytovanie starostlivosti je možné efektívne riešiť. Kapacita opatrovateľských centier s nedostatočným počtom zamestnancov sa zvýšila poskytovaním starostlivosti ľuďom žijúcim na periférii autom.

3.3. Rehabilitácia

Miesto realizácie: VITALITA n. o. Lehnice

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Inštitúcia poskytujúca ošetrovateľsko-opatrovateľskú starostlivosť – domov seniorov, inštitúcia poskytujúca dočasné ubytovanie – dom opatrovateľskej služby pre starších ľudí

Cieľová skupina: Starí ľudia, ľudia so zníženou pohyblivosťou

Cieľ dobrej praxe: Zatraktívnenie pobytu a pohybu na čerstvom vzduchu pre starších ľudí.

Predstavenie dobrej praxe: Rehabilitačný park bol dokončený v roku 2020 z grantových prostriedkov v parku historického charakteru pri vstupe do domova dôchodcov. Prístup do Rehabilitačného parku a vytvorenie zariadení sú bezbariérové, čo umožňuje využívanie parku ľuďom so zníženou pohyblivosťou a vozíčkarom. Vďaka vytváraniu zariadení ich môžu ľahko a bezpečne používať aj starší ľudia. O bezpečnosť sa stará aj gumený kryt pod prístrojmi. Okrem seniorov, o ktorých sa inštitúcia stará, je Rehabilitačný park prístupný aj starším obyvateľom obce. Prístroje môžu používať aj seniori v lepšom zdravotnom stave samostatne alebo ľudia v domovoch dôchodcov s pomocou pohybového terapeuta alebo odborníka na duševné zdravie. Rehabilitačný park možno okrem športových aktivít využívať aj na voľnočasové aktivity a relaxáciu.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Zariadenie bolo špeciálne navrhnuté tak, aby ho mohli používať fyzicky zdatní starší ľudia, ako aj ľudia so zníženou pohyblivosťou a vozíčkári.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Pravidelné využívanie Rehabilitačného parku počas sedení má pozitívny vplyv nielen na fyzické, ale aj na duševné zdravie. Uľahčuje pohyb, pomáha udržať a dokonca zvýšiť pohyblivosť, flexibilitu a rovnováhu. Rehabilitačný park je možné využívať celoročne. Výhľad, čerstvý vzduch a slnečné lúče parku obklopeného zeleňou prospievajú starším ľuďom.

3.4. Sprievodný list pre pacienta a jeho aplikácia

Miesto realizácie: Katolícka charitatívna služba, Domov Jána XXIII. (Budapešť)

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Inštitúcia poskytujúca ošetrovateľsko-opatrovateľskú starostlivosť – domov seniorov, inštitúcia poskytujúca dočasné ubytovanie – dom opatrovateľskej služby pre starších ľudí

Cieľová skupina: Príjemcovia starostlivosti, pracovník vysielajúceho sociálneho ústavu, organizácia prednemocničnej starostlivosti, zamestnanec zdravotníckeho ústavu, odborný lekár, praktický lekár

Cieľ dobrej praxe: Poskytnutie systému zdravotnej starostlivosti relevantné informácie o pacientovi, ktoré sú dôležité pre ďalšiu starostlivosť, pomocou Sprievodného listu pacienta.

Predstavenie dobrej praxe: Systém sociálnej starostlivosti je prepojený s inými systémami viacerými spôsobmi, z ktorých je obzvlášť dôležitý pracovný vzťah so systémom zdravotnej starostlivosti. Blahobyt príjemcov úzko súvisí so zmenami ich zdravotného stavu, pri ktorých môžu sociálne služby poskytnúť primeranú pomoc len čiastočne. Zdravotníctvo aj sociálna oblasť sú zamerané na ľudí. Cieľom zdravotníctva je zachovanie, udržanie a obnovenie zdravia jednotlivca, zatiaľ čo sociálna oblasť má za cieľ dosiahnuť optimálny fyzický, duševný a sociálny zdravotný stav prostredníctvom starostlivosti o ľudí v núdzi. Inštitúcia pracuje v pracovných skupinách pre rozhrania medzi týmito dvoma sektormi, najmä pre presun príjemcov starostlivosti do systému zdravotnej starostlivosti v núdzových situáciách.

Pomocou sprievodného listu pacienta je možné pomerne jednoduchým spôsobom poskytnúť základné informácie o príjemca starostlivosti. Sprievodný list obsahuje: názov a kontaktné údaje vysielajúcej inštitúcie, meno pacienta, meno pri narodení, dátum narodenia, číslo sociálneho poistenia, adresu, informácie o spôsobilosti, meno a kontaktné údaje najbližších príbuzných, meno a kontaktné údaje opatrovateľa, anamnézu, informácie o alergiách, liekoch, dávkovaní, dôvod žiadosti o pomoc, použitú terapiu, parametre aktuálneho stavu (krvný tlak, pulz, telesná teplota atď.).

Súbežne s volaním záchranej služby by mal byť dokument, pokiaľ možno predtlačený a vyplnený aktuálnymi údajmi, doplnený o najaktuálnejšie informácie, aby sa výrazne ušetril čas.

Nasledujúce dôvody vysvetľujú používanie Sprievodného listu pacienta z prednemocničného hľadiska:

- Počas prednemocničnej starostlivosti o pacientov v sociálnych zariadeniach sa môže stať, že nie je prítomná osoba so zdravotníckou odbornou spôsobilosťou, ktorá by mohla podať odbornú správu o anamnéze, prípadne o aktuálnom stave pacienta. Hoci vo veľkom počte prípadov možno povedať, že prichádzajúci pohotovostný špecialista dostáva správne informácie o aktuálnej medikácii a parametroch aktuálneho stavu, stále je užitočné tieto informácie premerať a zaznamenať, najmä v prípade pacientov v kritickom stave.
- Zahrnutie opísaných parametrov môže poskytnúť záchytný bod v prípadoch, keď primárny ošetrovateľ nemá zdravotnícke odborné vzdelanie alebo ako odborník nemá dostatočné skúsenosti, a núdzová situácia je pre neho/ňu nezvyčajne stresujúca a neznáma.
- Sice záverečné správy príjemcov starostlivosti sú často k dispozícii, sú často vo veľkom množstve, takže nie vždy je možné sa s týmito dokumentmi oboznámiť alebo je náročné tieto dokumenty prepravovať.
- Používanie Sprievodného listu pacienta poskytuje nemocničnemu lekárovi prehľad o zásobách základných liekov inštitúcie, čím sa eliminujú nepríjemnosti spojené s neposkytovaním odborných rád a tým sa podávanie liekov pacientovi zabezpečuje.

Používanie Sprievodného listu pacienta je opodstatnené aj z hľadiska systému sociálnej starostlivosti, a to najmä na základe týchto aspektov:

- Sociálne služby nie sú vždy schopné vyslať s pacientom sprevádzajúcu osobu, takže nie je

nikto, kto by tlmočil sťažnosti pacienta alebo poskytol iné informácie naživo.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Sprievodný list pacienta obsahuje ďalšie informácie, ktoré nie sú uvedené v ambulantnej karte, záverečnej správe alebo ošetrovateľskej či opatrovateľskej dokumentácii, ale sú dôležité pre ďalšiu starostlivosť.

Sprievodný list pacienta možno odfotografovať, nahrať do systému EESZT a spätne skontrolovať, čo umožňuje jeho zdieľanie s ďalšími oddeleniami nemocnice, ale používanie papierovej formy môže byť tiež dôležitým krokom vpred pri zlepšovaní kvality starostlivosti.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Ak je na pohotovostné oddelenie prijatý pacient s výrazne obmedzenou schopnosťou konať a vybavovať si svoje záležitosti, je pre zdravotnícke zariadenie užitočné získať od sociálneho ústavu čo najviac informácií o základnom ochorení pacienta, jeho liekoch, dôvode hospitalizácie, kontaktných údajoch na jeho najbližších príbuzných, atď. Vďaka papierovému a digitalizovanému použitiu "Sprievodného listu pacienta" je relatívne jednoduché poskytnúť základné informácie o pacientovi.

3.5. Urobme niečo spolu pre starších ľudí mesta Šamorín!

Miesto realizácie: Občianske združenie Pro Bono (Nagymaros)

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Dovozná služba

Cieľová skupina: Každá osoba, ktorá sa vzhľadom na svoj vek, zdravotný stav alebo sociálnu situáciu nemôže dostať na miesto, ktoré si vybrala, či už ide o úrad, zdravotné stredisko, rodinné stretnutie, kultúrnu inštitúciu atď.

Cieľ dobrej praxe: Všetky osoby žijúce v meste, ktoré preukázateľne potrebujú dopravnú službu, by mali mať možnosť dostať sa na vybrané miesto, a získať miestnu pomoc pri vykonávaní svojich činností.

Predstavenie dobrej praxe: Osoba, ktorá potrebuje prepravu, jej rodinný príslušník alebo zamestnanec obecného úradu telefonicky oznámi združeniu o potrebe prepravy, jeho presný čas a miesto. Zamestnanci združenia zaznamenajú údaje o osobe žiadujúcu prepravu, dátum a čas prepravy, účel prepravy a zdravotný stav prepravovanej osoby, aby mohli rozhodnúť, ktoré vozidlo bude vhodné na prepravu. V dohodnutom čase vodič odvezie žiadateľa na určené miesto, pričom ho sprevádza a pomáha vo všetkom. Po návrate domov vodič vystaví úradný doklad, na základe ktorého prepravovaná osoba zaplatí svoj podiel na sume prepravy, čo zároveň potvrdí podpisom. Zvyšnú sumu dopláca mestský úrad.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Spolupráca s mestským úradom zabezpečuje, že náklady na prepravu neznáša v plnej miere osoba, ktorá má byť prepravená, pretože mestský úrad tiež prispieva veľkou mierou. Radnica touto spoluprácou znižuje zaťaženie nielen ľudí,

ktorí potrebujú dopravu, ale aj ich príbuzných. Napríklad rodinní príslušníci osôb v núdzi si nemusia brať voľno, aby sa ich blízki dostali bezpečne a načas do cieľa, či už ide o kultúrne podujatie, rodinné stretnutie alebo lekárske vyšetrenie. Samotná "dopravná služba" neodráža činnosť, ktorú táto služba zahŕňa, pretože výrazne presahuje samotnú dopravu. Používateľom môže pomáhať pri ich každodenných činnostiach (napr. pri výmene liekov, nákupe zdravotníckych pomôcok, nákupoch, úradných záležitostiach atď.).

Vďaka príspevku radnice bude mať aj staršia generácia v meste možnosť tráviť čo najviac času so svojimi rovesníkmi a rodinnými príslušníkmi.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Využívaním prepravnej služby môžu osamelo žijúci starší ľudia udržiavať sociálne kontakty, zapájať sa do kultúrneho života a nadväzovať nové známosti, čo prospeje aj ich fyzickej a duševnej pohode.

3.6. Pracovná/terapeutická miestnosť k dispozícii 24 hodín denne

Miesto realizácie: Mikroregionálna jednotná sociálna inštitúcia (Mosonmagyaróvár)

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Inštitúcia poskytujúca ošetrovateľsko-opatrovateľskú starostlivosť – domov seniorov, inštitúcia poskytujúca dočasné ubytovanie – dom opatrovateľskej služby pre starších ľudí

Cieľová skupina: Príjemcovia starostlivosti

Cieľ dobrej praxe: Zabezpečenie každodenného života pre všetkých starých ľudí v danej komunite pri zachovaní ľudskej dôstojnosti. Vytvoriť prechodný životný priestor a atraktívne prostredie, poskytnúť kľud a účinnú pomoc, ktorá prispeje k zlepšeniu kvality života. Cieľom je pritiahnuť a udržať záujem o prevenciu stavov spojených s depresívnou úzkosťou, znížiť škody spôsobené hospitalizáciou a podporiť zhrnutie života.

Predstavenie dobrej praxe: Počet ľudí so stredne ťažkou až ťažkou demenciou v ústavnej starostlivosti sa zvyšuje. Pacienti s demenciou majú veľmi odlišný denný režim, životný rytmus, potreby spánku, aktivity a prispôsobivosť ako zdraví obyvatelia, čo veľmi sťažuje prispôbenie sa dennému režimu a denným činnostiam (stravovanie, umývanie /sa/, nočný spánok atď.). Významnejším problémom je prispôbenie sa spolubývajúcim a rešpektovanie ich dôstojnosti, individuálneho rytmu života a individuálnych potrieb. Ľudia s demenciou majú ťažkosti so zníženou alebo chýbajúcou motiváciou, často nepredvídateľnou, nestabilnou náladou, ktorá môže byť spojená aj zmyslovou depriváciou. Pri starostlivosti o osoby s demenciou je v dôsledku progresívneho zhoršovania kognitívnych schopností obzvlášť dôležité hľadať a podporovať neverbálne terapie a zmyslové upokojenie.

Vzhľadom na to všetko bola vytvorená pracovná miestnosť s rozlohou 20 m², zasadená do prostredia pôsobiaceho na všetky zmyslové orgány, ktorú možno využívať 24 hodín denne,

podľa vlastnej vôle, na požiadanie alebo podľa uváženia ošetrojúceho personálu v prípade, keď pacient nemá dostatočné schopnosti predvídavosti alebo sebakontroly, ale predpokladá sa, že sa jeho stav v dôsledku používania zlepší.

Pre všetkých obyvateľov v zariadeniach pre seniorov je využitie tejto pracovnej miestnosti dobrou voľbou – pre pacientov s demenciou v prípade agresie alebo nepokoja v dôsledku nočnej bdlosti, nekvalitného alebo nedostatočného spánku a pre zdravých pacientov na uspokojenie potreby súkromia alebo osobných stretnutí.

Pri navrhovaní zariadenia a prostredia sa vychádzalo z toho, aby sa ľahko udržiavalo v čistote a vytvorilo "domáce" prostredie a aby "pôsobilo" na všetky zmysly. S ohľadom na zdravotný stav seniorov bolo potrebné zabezpečiť dostatočný priestor pre pohovku, kreslo a invalidný vozík. Zraku napomáhajú farby nábytku v miestnosti, geometrické tvary, obrazy, živé kvety a farebné lampáše zavesené pod stropom, a sluchu úplné ticho (samota) alebo zvukové efekty (tichá hudba, zvuky zvierat, zurčanie potoka, štebotanie vtákov) v závislosti od potrieb. Blahodarné, upokojujúce účinky dotyku poskytuje možnosť dotýkať sa mäkkých textílií a iných povrchov, hračiek a predmetov, zatiaľ čo zmyslové pôžitky čuchu a chuti poskytujú difuzéry (esenciálne oleje) a možnosť jedenia. Pri návrhu sa zohľadnilo, že miestnosť sa využíva predovšetkým na samoterapiu, keďže v zariadeniach nie je v noci prítomný žiadny pracovník psychiatrickej služby. Jeho cieľom je tiež rozvoj mechanizmu sebaupokojenia a sebaupokojenia, ktorý je v danom prostredí možný a je podporovaný viacerými spôsobmi.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Inovácia spočíva v tom, že izba je k dispozícii nepretržite, je vybavená a zariadená tak, aby stimulovala všetky zmysly. Je k dispozícii ako kognitívny tréning, pri ktorom sa používateľ môže sám rozhodnúť, ako, v akom rozsahu a v akom časovom rámci ho potrebuje. Zvuky (hudba), farby, harmónia zariadenia, prostredie pre duševnú relaxáciu a prostredie pre pozitívne telesné pocity vytvárajú pozitívne asociácie, ktoré sú základom pre vyrovnanejší a šťastnejší život. Nemožno opomenúť ani fakt, že využívanie terapeutickej miestnosti v noci zabraňuje rušeniu spolubývajúcich a predchádza konfliktom.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Skúsenosti ukázali, že nepretržitá služba znižuje potrebu chemických látok (tabletky na spanie, sedatíva) a uľahčuje optimálnu inštitucionálnu adaptáciu v prípade nového pacienta. Podporuje rozvoj nových (doteraz neznámych) sociálnych vzťahov. Poskytuje emocionálne a estetické zážitky a vytvára východisko z úzkosti, ktoré je predohrou k dosiahnutiu vnútorného pokoja.

4. Sociálne povedomie

4.1. Tvorivá dielňa pre deti

Miesto realizácie: Sociálny ústav Sopron, Klub pre seniorov Fial'ová akácia

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Denná starostlivosť o starších ľudí

Cieľová skupina: V prvom rade predškoly, resp. novorodenci z Novorodeneckého oddelenia v Soproni v spolupráci s Národným združením predčasne narodených detí.

Cieľ dobrej praxe: Pestovanie dobrých vzťahov medzi generáciami, získavanie potešenia, spoločenská účasť.

Predstavenie dobrej praxe: Tvorivá dielňa bola založená v roku 2021 na podnet člena klubu, ktorý bol dobrovoľníkom, a tvoria ju členovia klubu s dobrou šikovnosťou. Spočiatku členovia klubu vyrábali handrové bábiky pre škôlkarov z použitých materiálov zozbieraných v domácnostiach a z odpadu zo šitia. Tento úspech inšpiroval členov klubu k vytváraniu čoraz náročnejších výtvorov, ako sú "vankúše na maznanie" z mäkkej látky s antibakteriálnou výplňou, s rôznymi zvieracími motívmi. Členovia tvorivej dielne sa zapojili do programu KORIP Národného združenia pre predčasne narodené deti výrobou inkubátorových prikrývok, čiapočiek a objímajúcich chobotničiek.

V záujme zachovania tvorivého ducha inštitúcia vyčlenila prostriedky na nákup materiálu a vybavenia pre dielňu a zriadila aj miestnosť pre tvorivé dielne.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Vytvára most priamym a osobným spôsobom medzi oboma generáciami a ukazuje malým deťom novú stránku staršej generácie, ktorá dokáže tvorivo prinášať radosť.

Je to dobrý príklad i toho, ako sa dobrá iniciatíva člena klubu môže integrovať do programu sociálnych služieb/dennej starostlivosti o seniorov a ako sa tvorivý program môže prepojiť s iným tvorivým programom, pričom sa syntetizujú aktivity pre deti a pocit šťastia, ktorý prinášajú ako duševný prínos.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Workshop má vplyv na niekoľko oblastí. Vyšívanie a šitie rozvíja jemnú motoriku, kreativitu, estetické cítenie a poskytuje radosť a pocit úspechu pre tvorcov. Deti prijímajú handrové bábiky a textilné hračky s rovnakou radosťou a šťastím, ako im ich tvorcovia dávajú.

Túžba pomáhať druhým prináša zúčastneným ľuďom uspokojenie z toho, že môžu prispieť niečím dôležitým pre spoločnosť, pričom posilňuje ich pocit spolupatričnosti a má komunitotvorný efekt.

4.2. Kaviareň prevencie kriminality – súťaž pre seniorov

Miesto realizácie: Policajné riaditeľstvo župy Győr-Moson-Sopron³ (Győr)

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Denná starostlivosť o starších ľudí, kluby dôchodcov, samoorganizované organizácie dôchodcov

Cieľová skupina: Členovia klubov dôchodcov a organizácií starších ľudí župy Győr-Moson-Sopron

Cieľ dobrej praxe: Hravou formou upozorňuje na možnosti prevencie najčastejších trestných činov páchaných na starších ľuďoch, predchádzanie ich viktimizácii a posilnenie ich sebaobranných reflexov.

Predstavenie dobrej praxe: Zúčastneným tímom bude v niekoľkých kolách zaslaný kvíz o prevencii kriminality, hárky s úlohami a hádanky online. V online priestore môžu seniori zadávať svoje odpovede a riešenia. Prijaté riešenia pracovníci polície kontrolujú a vyhodnocujú. Po každom kole sa zostaví poradie zúčastnených tímov, a na konci kôl sa uskutoční finále.

Finále kvízu "Kaviareň prevencie kriminality" sa uskutoční v októbri 2022 (pri príležitosti "Svetového dňa seniorov") na Okresnom policajnom riaditeľstve župy Győr-Moson-Sopron osobne, na ktorého polícia pozve 10 najlepších tímov na spoločnú diskusiu, kávu a interaktívne cvičenia s preventívnou tematikou. Konečný víťaz bude vyhlásený po dokončení tvorivých úloh. V tomto čase sa budú odovzdávať aj ocenenia.

Podujatie bude tiež príležitosťou na osobné stretnutie tímov, na ktorom budú môcť klásť otázky a poradiť sa s odborníkmi na prevenciu kriminality polície.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Aj starnúca veková skupina čoraz viac využíva online platformy. Rôzne interaktívne cvičenia a kvízy nielen zjednodušujú a urýchľujú proces riešenia kvízu, ale pomáhajú aj prehĺbiť online znalosti. Počítačové aplikácie umožňujú respondentom okamžite vidieť správne odpovede, niekoľkokrát si ich prezrieť, resp. navzájom o nich diskutovať.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Prevencia kriminality je účinná, ak sa správy a informácie dostanú čo najrýchlejšie k čo najväčšiemu počtu ľudí. Pomôcť k tomu môžu poskytnúť organizácie a inštitúcie pre starších ľudí. Sekundárnym cieľom súťaže je posilniť a podporiť rovesnícke vzdelávanie. Skúsenosti ukázali, že informácie v tejto forme sú veľmi vnímavé, žiadané a vítané ľuďmi všetkých vekových kategórií.

³ po slovensky *Rábsko-mošonsko-šopronská župa*

4.3. Denná starostlivosť priateľská k demencii

Miesto realizácie: Mikroregionálna jednotná sociálna inštitúcia (Mosonmagyaróvár)

Forma poskytovania, kde je to aplikovateľné: Denná starostlivosť o starších ľudí / o ľudí s demenciou

Cieľová skupina: Príjemcovia starostlivosti, ľudia žijúci s demenciou, rodinní príslušníci zabezpečujúci opateru, profesionálni opatrovatelia

Cieľ dobrej praxe: Ľudia s demenciou a ich opatrovatelia v meste by mali byť podporovaní v tom, aby sa na službu obracali s dôverou, aby sa zapájali do miestnej komunity, aby boli uznané ich práva a schopnosti prostredníctvom nástrojov komunitného rozvoja. Ďalej je cieľom aj zostaviť vzdelávacie materiály a spolupracovať s miestnymi mimovládnyimi organizáciami.

Predstavenie dobrej praxe: Projekt Mosonmagyaróvár priateľská k demencii sa začal na experimentálnej báze realizovať v roku 2019, ale snaha o zlepšenie situácie starších ľudí s demenciou sa začala už v roku 2009 organizovaním denného stacionára pre ľudí s demenciou. V roku 2015 spustila Nadácia pre starostlivosť sériu programov Alzheimer Café a úspešne sa realizovalo aj niekoľko projektov Európskej únie.

Cieľom projektu Mesto priateľské k demencii bolo: aby Mesto priateľské k demencii Mosonmagyaróvár slúžil ako vzorový projekt, posilnením miestnej identity a súdržnosti. Protokol vypracovaný v rámci vzorového projektu na riešenie problémov ľudí žijúcich s demenciou môžu využiť aj iné samosprávy, aby sa stali "priateľskými k demencii".

Aby sa inštitúcia dennej starostlivosti stalo priateľským k demencii, musí vytvoriť komunity priateľské k demencii, čo je vlastne zameranie komunity na demenciu. Komunitu priateľskú k demencii tvoria organizácie, poskytovatelia služieb a ľudia, ktorí sú priateľské k demencii a podporujú ľudí žijúcich s demenciou v potrebnej miere. Cieľom je znížiť stigmú a ukončiť sociálnu izoláciu. Hlavnou zásadou je umožniť ľuďom s demenciou zostať čo najdlhšie vo svojich domovoch a komunitách, k čomu je potrebné poskytovanie informácií, zapojenie dobrovoľníkov a poskytovanie inkluzívnej dennej starostlivosti. Na dosiahnutie tohto cieľa musia byť služby dennej starostlivosti priateľské aj k ľuďom s demenciou, preto klub:

- Spolupracuje so školami s cieľom zvýšiť povedomie o demencii medzi mladými ľuďmi (študenti komunitných služieb, študenti sociálnej práce).
- Spolupracuje s dobrovoľníkmi a príbuznými ľudí s demenciou, aby sa podelili o ich vedomosti a skúsenosti s demenciou.
- Spolupracuje s miestnymi komunitnými organizáciami, cirkevnými spoločenstvami s cieľom informovať verejnosť o demencii.
- Poskytuje "batož na demenciu" na podporu príbuzných a zúčastnených, ktorí sa starajú o ľudí s demenciou, a ktorý je zároveň symbolom nesenia a zdieľania bremena starostlivosti. Batož je k dispozícii na bezplatné zapožičanie a obsahuje odborné knihy, publikácie, informačné materiály a DVD.
- Poskytuje pracovníkom možnosť senzibilizácie prostredníctvom simulácie demencie.

Sociálni pracovníci nie sú pripravení na výzvy spojené so starostlivosťou o ľudí s demenciou a je dôležité poskytnúť im špecifické vedomosti.

Inovatívny charakter dobrej praxe: Budovanie komunity priateľskej k demencii v Maďarsku sa začalo najprv v meste Mosonmagyaróvár. Projekt bol vždy otvorený pre zapojenie ďalších obcí do programu. Budovanie komunity priateľskej k demencii vytvára iný pohľad na starostlivosť, klub sa stáva otvorenejším a komunita priateľnejšou a inkluzívnejšou. Stigma demencie a nedostatok informácií sa dajú riešiť len odovzdaním odborných vedomostí.

Program čerpá zo skúseností odborníkov Írskej Alzheimerovej spoločnosti a Alzheimer Holadsko, ktorí sa zúčastnili na programe Európskej únie "Act on Dementia", zameranom na koordinovanú nadnárodnú spoluprácu s cieľom zlepšiť kvalitu života ľudí trpiacich demenciou a ich rodín.

Očakávané výsledky dobrej praxe: Na základe vzorky mesta Mosonmagyaróvár začali aj iné obce v Maďarsku budovať komunity priateľské k demencii, v dôsledku čoho majú príbuzní a verejnosť oveľa viac informácií. Sociálnym pracovníkom pomohli v ich profesionálnom rozvoji. Posilnila sa miestna identita a nadviazalo sa mnoho partnerstiev s poskytovateľmi služieb, miestnymi mimovládnyimi organizáciami a jednotlivcami. Boli vypracované propagačné materiály, aby sa aj iné obce mohli oboznámiť s modelom mesta Mosonmagyaróvár.

3. Adaptácia

Štúdiá umožní vypracovať úpravy dvoch osvedčených postupov. Pre odborníkov, ktorí pracovali na realizácii projektu, bolo veľkou úlohou vybrať dva na vypracovanie adaptácie z 13 prijatých návrhov. Viaceré z predložených dokumentov obsahujú modely alternatívnych riešení, ktoré možno účinne uplatniť na oboch stranách hranice v každodennej profesionálnej práci.

Kritériá výberu boli nasledovné:

- Dobrá prax by mala zahŕňať inovatívny obsah, ktorý ešte nie je známy alebo je málo známy v oblasti starostlivosti.
- Zvolený model by mal byť realizovateľný z pomerne malých, prípadne z inštitucionálnych, vlastných zdrojov.
- Ak je to možné, malo by ísť o "osvedčený" odborný obsah, ktorý už bol odskúšaný v praxi alebo bol dobre zavedený počas prípravy.
- Výber profesionálneho obsahu tak, aby poskytoval smerovanie odborného rozvoja.

Odborníci zapojení do výberového procesu hodnotili osvedčené postupy podľa týchto kritérií a jednoznačne vybrali nasledujúce dva osvedčené postupy:

- Zriadenie a prevádzkovanie 24-hodinovej pracovnej/terapeutickej miestnosti.

- Kaviareň prevencie kriminality – súťaž pre seniorov.

Tieto dva príklady dobrej praxe obsahujú vynikajúce profesionálne inovácie, na ktoré je možné nadviazať a ktorých treba adaptovať – prvý v oblasti profesionálneho rozvoja a druhý v oblasti sociálneho povedomia a prenosu informácií

Návrh a prevádzka 24-hodinovej pracovnej/terapeutickej miestnosti

Pred zavedením do praxe a prevádzkou by mali adaptujúce organizácie zvážiť nasledujúce aspekty.

Podmienky infraštruktúry

Či je k dispozícii miestnosť alebo časť budovy, alebo či sa dá oddeliť tak, aby bolo možné bezpečne zriadiť miestnosť na zamestnanie. Bezpečná prevádzka je v tomto prípade kľúčovou otázkou, keďže nejde o "klasickú individuálnu činnosť", ale o voľnočasovú aktivitu pod dohľadom. Je dôležité, aby sa miestnosť nachádzala v blízkosti sesterskej izby, aby bola rýchlo dostupná zo všetkých častí budovy a aby osoba zapojená do zamestnania bola "pred očami".

Materiálové podmienky

Vybavenie miestnosti by malo byť navrhnuté tak, aby bolo úplne bezbariérové a zariadenie používané na sedeniach by malo byť ľahko prístupné. V miestnosti sa môžu používať len bezpečné vybavenie, ktorými si zamestnaná osoba nemôže spôsobiť zranenie. Nábytok a pracovné vybavenie v miestnosti sa musí dať ľahko čistiť a dezinfikovať.

Podmienky personálu

Samotná miestnosť a vybavenie nestačia na úspešnú prevádzku, nejde len o zlepšenie infraštruktúry. Je potrebný odborný personál, ktorý je otvorený prijať a osvojiť si inovatívny model starostlivosti. Uplatňovanie dobrej praxe sa musí zaviesť tak, aby ho zamestnanci nevnímali len ako ďalšiu úlohu navyše, ale ako zlepšenie, ktoré im uľahčuje prácu a skvalitňuje starostlivosť.

Podmienky financovania

Náklady na zavedenie a prevádzku nového modelu sú nízke. Miestnosť sa môže využívať na rôzne účely v rôznych častiach dňa, na prijímanie príbuzných, na individuálne a skupinové aktivity.

Vytvorenie a prevádzkovanie pracovnej/terapeutickej miestnosti, ktorú možno využívať 24 hodín denne, je nielen dobrou praxou, ale aj modelom odbornej práce, ktorý odráža starostlivý a ošetrojúci prístup. Jeho realizácia ponúka veľa možností, ale existujú aj riziká, ak uvedené podmienky nie sú splnené alebo sú nedostatočné. Preto je potrebné, aby bol adaptačný proces dobre pripravený a neustále monitorovaný. Oplatí sa kontaktovať inštitúciu, ktorá podáva žiadosť na verejnú súťaž, a vypočuť si jej praktické skúsenosti počas návštevy inštitúcie.

Kaviareň prevencie kriminality – súťaž pre seniorov

Nová cesta, nová príležitosť v procese zvyšovania povedomia v spoločnosti a najmä príslušnej cieľovej skupiny. Otvára úplne novú platformu na prenos a príjem informácií. Pred zavedením *Kaviarne prevencie kriminality – súťaže pre seniorov* je potrebné preskúmať nasledujúce podmienky.

Infraštruktúralne vlastnosti a materiálové podmienky

Podmienkou je, či má organizácia, ktorá kvíz organizuje, vhodné vybavenie a bezpečné internetové pripojenie pre úspešný priebeh programu. Či zúčastnené kluby a inštitúcie dennej starostlivosti majú potrebné vybavenie a bezpečné internetové pripojenie. Predpokladom úspešnej realizácie záverečného kvízu je zabezpečenie bezbariérového prístupu priestorov, ľahko dostupných hromadnou dopravou a autom.

Personálne podmienky

Správne navrhnutá séria úloh na nástrojoch môže mať správny účinok len s vyškoleným "majstrom hry", ktorý pozná špecifiká cieľovej skupiny, a so zapojenými pomocníkmi. Je dôležité, aby miestni odborníci pomáhajúci starším ľuďom poskytovali účastníkom podporu, čo si vyžaduje primerané informovaní a odbornú prípravu ešte pred začatím programu.

Podmienky financovania

V prvej fáze hry si vytvorenie podmienok na zavedenie osvedčených postupov vyžaduje minimálne materiálne výdavky, keďže všetky kluby a denné zariadenia, ktoré sa môžu zapojiť, majú v súčasnosti potrebné vybavenie a prístup na internet. V poslednej fáze hry sú potrebné náklady na program, prenájom miestnosti, catering a odmeny. Tieto náklady možno znížiť zapojením podporných partnerov a inštitúcií.

Podporné prostredie

Zavedenie dobrých praxí si vyžaduje spoluprácu viacerých organizácií a inštitúcií, preto je potrebné ešte pred začatím projektu kontaktovať týchto potenciálnych partnerov a získať ich zapojenie a podporu. Účinok programu na budovanie komunity má obrovský potenciál a možnosti rozvoja, ktoré by sa mali vedome využívať počas procesu realizácie.

Realizácia programu *Kaviareň prevencie kriminality – súťaž pre seniorov* je príkladom dobrej praxe, ktoré vyplňajú medzier medzi iniciatívami na rozvoj bezpečnejšieho života starších ľudí. Jeho zavedením môže každá komunita ukázať, že starostlivosť o tejto vekovej skupine je viac než len jednoduchá opatrovateľská úloha. Počas celého procesu implementácie by sa mala sledovať spätná väzba účastníkov, aby sa zabezpečilo, že stanovené úlohy sú dobre pochopiteľné a prijateľné, pretože zameranie sa môže v jednotlivých obciach líšiť. Pre úspešnú zavedenie je nevyhnutné, aby osvedčené postupy reagovali na miestne potreby.

4. Zhrnutie

V rámci projektu Dobrých praxí sa prezentujú dobre fungujúce profesionálne inovácie, ktoré sa osvedčili v praxi na oboch stranách hranice.

Cieľovou skupinou Dobrých praxí sú predovšetkým starší ľudia a ľudia trpiaci demenciou, ďalej zamestnanci inštitúcií, ktoré sa o nich starajú, a v jednom prípade škôlkári a dojčatá Novorodeneckého oddelenia v Soproni prostredníctvom dobrovoľníckych aktivít seniorov.

"Dobré praxe" sú rozdelené do troch kategórií:

1. Zamestnanosť – odborná činnosť

Zamestnaním v domovoch dôchodcov a kluboch seniorov sa podľa príslušné právne predpisy rozumie starostlivosť o duševné zdravie, zamerané na zachovanie a rozvoj aktivity dotknutých osôb a udržanie ich duševného stavu. Boli predstavené nové holistické terapeutické metódy, ktoré sú v Maďarsku alebo na Slovensku dostupné ako špecializované školenia pre odborníkov na vlastné náklady. Predložené metódy sú v praxi odskúšané, obľúbené v kruhu starých ľudí a ich opatrovateľov, osvedčili sa ako účinné a môžu byť úplne alebo čiastočne integrované do tradičného zamestnania. Metódy sa zameriavajú na staršie osoby. Okrem dosiahnutia tradičných cieľov je zamestnanie pre dotknuté osoby formou zážitkovej terapie, ktorá vedie k vyššej kvalite spolužitie opatrovaných a pracovníkov, ktorí sa o nich starajú.

2. Profesionálny rozvoj

V oblasti odborného rozvoja boli predstavené nové možnosti služieb v sociálnej oblasti, inovatívne či kreatívne riešenia vzniknuté v mimoriadnych situáciách, ktoré zefektívňujú život zamestnancov a starostlivosť o starých ľudí.

Operácie a poskytovanie služieb v sociálnej oblasti sa vykonávajú v prísne regulovanom prostredí, v pevnom a nepružnom rámci. Dostupné sociálne služby nepokrývajú vzniknuté potreby. Poskytovanie služieb sa musí prispôbovať neustále sa meniacemu svetu. Jednou z ciest je rozširovanie služieb alebo zavádzanie nových služieb na vyplňanie medzery. Pri praktickej práci je často potrebná vysoká miera kreativity a inovácie, aby sa uľahčila práca personálu alebo zvýšila efektívnosť starostlivosti. Prezentované osvedčené postupy tiež ukazujú, že niekedy aj malé zmeny môžu mať veľký vplyv pre zlepšenie kvality starostlivosti.

3. Sociálne povedomie

V rámci zvyšovania spoločenského uvedomenia je úlohou zvyšovať povedomie a senzibilizáciu spoločnosti a starých ľudí na ťažkosti týkajúce sa starších ľudí (demencia, trestné činy páchané na starších ľuďoch atď.) rôznymi prostriedkami s cieľom podporiť povedomie, zmysel pre zodpovednosť a postoj spoločnosti.

Uvedené Dobré praxe ukazujú, akými rôznymi spôsobmi možno upozoriť na jednotlivé dôležité problémy, ktoré sa týkajú seniorov, a ako sa starší ľudia môžu byť svojím dobrovoľným príspevom aktívnymi členmi spoločnosti.

Prostredníctvom sociálnej angažovanosti môžu tieto programy výrazne napomáhať sociálne povedomie a pocit zodpovednosti účastníkov, posilniť účasť komunity, medzigeneračnú spoluprácu a zmeniť stereotypy.

Tieto tri kategórie sa samozrejme prekrývajú.

Predstavené Dobré praxe sú dlhodobu udržateľné, niektoré nevyžadujú špeciálne vybavenie ani ľudské zdroje a možno ich prevádzkovať v inštitucionálnom rámci bez finančných nákladov. Uvedené sú aj osvedčené postupy vyžadujúce finančné investície, resp. ktoré môžu byť financované z inštitucionálnych rozpočtov alebo grantov.

Predstavené Dobré praxe sú určené na starostlivosť o starých ľudí a obsahujú veľa takých postupov, ktoré sú hodnotnými modelmi, vhodnými na široké rozšírenie a adaptáciu, a ktorých zavedenie by mohlo prispieť k zvýšeniu účinnosti a kvality služieb.

5. Použitá literatúra

1. Výzva na predkladanie návrhov pre žiadateľov z Fondu malých projektov v regióne západného prihraničia, Program spolupráce Interreg V-A Slovensko-Maďarsko

„Obsah tohto prospektu nemusí nevyhnutne odrážať oficiálny názor Európskej únie.“