



**KAPACITÁSFEJLESZTÉS AZ
IDŐSKORI ELLÁTÁSBIZTONSÁG
NÖVELÉSE ÉRDEKÉBEN
MÓRAHALMON -
PROJEKTEREDMÉNYEK**

Kapacitásfejlesztés az időskori ellátásbiztonság növelése érdekében Mórahalmon

Projekteredmények

Tartalomjegyzék

Bevezetés.....	2
A projekt eredményeinek bemutatása.....	4
1) Beruházás	4
2) HR tevékenységek	5
Programok	5
Tanulmányút –.....	6
Tréningek.....	12
Tanulmánykészítés	16
Intézményközi együttműködési keretrendszer kialakítása	22
3. Nemek közötti esélyegyenlőség elősegítése	24
Önkéntesség fórum	24
MenniHelse program.....	25
4. Nyilvánossági feladatok.....	25

Bevezetés

A HU11-0016-A1-2013 azonosítószámú, *Kapacitásfejlesztés az időskori ellátásbiztonság növelése érdekében Mórahalmon* című projekt a Termálfalu Községi Épület beruházás megvalósítása mellett a helyi idősellátás fejlesztésére is lehetőséget nyújt, helyi erőforrások és lehetőségek felhasználásával és norvégiai jó gyakorlatok, tapasztalatok átvételével.

A kapacitásnövelés az időellátás és a tanyagondnoki szolgálat működésében jelenik meg; a szakmai tevékenységek a helyi idősgondoskodás minőségét javulását célozzák.

A projekt célcsoportjai egyrészt a településen élő idősek, másrészt az idősellátásban dolgozó szakemberek. A pályázati tevékenységgel közvetve érintett csoportok:

1) az idősekkel végzett tevékenységeken keresztül a családok; a lakókörnyezet, helyi közösségek és a helyi szociális ellátórendszer.

2) a szociális területen dolgozók projektben megvalósított képzési formáin keresztül (tanulmányút, műhelymunka, tapasztalatcsere, új módszerek megismerése) az ellátottak, munkatársi csoportok.

Ezen túlmenően nyilvánossági elemeken és disszeminációs tevékenységeken keresztül szélesebb környezet, járási önkormányzatok, testvértelepülés, szakmai együttműködők.

A projekt fő elemei:

a projektgazdánál megvalósuló **beruházás**;

a projektpartnerek bevonásával megvalósuló **humán erőforrás fejlesztés**; programokon, tréningeken és tanulmányutakon keresztül;

szakmai tevékenységek - helyzetfelmérés, cselekvési terv elkészítése, települési ageing policy, együttműködések kialakítása;

együttműködési rendszer létrehozása a projekteredmények fenntartásához;

nyilvánossági feladatok.

A projekt eredményeinek bemutatása

1) Beruházás

Termálfalu Községi Épület

Beruházás kezdete: 2016.08.30.

Beruházás vége: 2017.03.31.



A beruházás eredménye egy több mint 400 m² hasznos alapterületű 2 szintes, épület, távvezetéken át biztosított termálvíz fűtési-rendszerrel és a termálvizes fűtéshez igazodó épületfűtés vezérlési rendszerrel.

A beruházás során felépült Termálfalu közösségi épület, az idősek nappali ellátására szolgál. Ennek megfelelően lehetőséget nyújt napközbeni tartózkodásra, a társas kapcsolatok fenntartásához, a szabadidő hasznos eltöltéséhez járul hozzá.

A közösségi terek mellett orvosi ellátás igénybevételére alkalmas helyiségek is kialakításra kerültek.

2) HR tevékenységek

Programok

A szervezett programok célja volt a projekt, illetve a projekt előrehaladás bemutatása, ezek segítségével tudtunk kapcsolatot teremteni a célcsoportokkal és a szélesebb nyilvánossággal is. Emellett a

- **Nyitórendezvény**

a projektpartnerek bemutatkozására;

- **Lakossági Fórum**

a település idősellátással kapcsolatos projektjeinek ismertetésére;

- **Projekt felező rendezvény**

stakeholderek és döntéshozók elérésére

teremtett lehetőséget.

A projekt lezárása, az eredmények bemutatása sajtónyilvános **záró konferencián** történt meg.

**Tanulmányút –
Norvégia 2016.09.12-15.**

Az út során a norvég idősellátásba kaptunk betekintést a projektpartner SINTEF Foundation szervezésében. Trondheim Önkormányzat idősotthona mellett egy közeli kisváros és egy vidéki térség intézményeit látogathattuk meg. A tanulmányúton Mórahalom szociális szakemberei (4 fő) és projektmenedzserek (Geonardo Kft. és Mórahalom Városi Önkormányzat) vettek részt.



Tevékenységek:

2016. Szeptember 13.

- de. Trondheim Önkormányzat, Ladesletta-i intézmény
- du. Malvik Önkormányzat, Vikhamar Helsetun-i intézmény

2016. Szeptember 14.

- de. Fosen Egészségügyi központ (Brekstad)
- du. Åfjord Önkormányzat intézménye

2016. Szeptember 15.

- de. Meeting – SINTEF (Trondheim)

A tanulmányutat követően Mórahalmon két beszámolót tartottunk; egyet az idős célcsoportnak a Tanyai Idősek Klubjában; egy alkalommal pedig szakembereknek és érdeklődőknek mutattuk be tapasztalatainkat.

A tanulmányút főbb tapasztalatai

Épületek kialakítása, jó gyakorlatok

A világos, nagy ablakfelületek alkalmazása, a halvány, barátságos színek, letisztult formavilág a bútorzatoknál nyugalmat és biztonságérzetet sugallnak az oda belépőknek.

Néhány intézményben a falak dekorálási tervére nyílt pályázatot írnak ki a település lakói / művészei / fiataljai körében.

A földön futó vezetőknek nem csak a színe kontrasztos, hanem domborúan ki is emelkednek a felületből, sőt, fényvisszaverőek.

A nagy üvegfelületeket jól láthatóvá matricázzák.

A lépcsőknél a korlát két magasságban is kényelmes, ezen kívül kapaszkodó és ülőke segít a feljutásban, megpihenésben.

A falakat, sarkokat védik a kerekesszék okozta sérülésektől.

Az intézményekben szintenként kialakításra kerülnek közösségi terek és teakonyhák.

Itt lehetőség van közös programok, étkezések lebonyolítására.

Az építészeti megoldások közül kiemelhetjük az épületek térszerkezetét. Az épületek körbejárhatóságával próbálják az állandóságot biztosítani a tér érzékelésben.

Az épületek, szobák teljes körűen **akadálymentesítettek**. Nagy alapterületűek a mozgáskorlátozott WC-k.

Kapaszkodók, épített zuhanyzók, állítható magasságú mosdók és WC-k beépítése segíti az önállóság megőrzését.

Nagy szerepet kapnak a **zöld területek**. Itt mini veteményeskertek (emelt ágyások), biztonságos sétáló utak, pihenőpadok, a szenior korosztály által végezhető szabadtéri sportok helyszíne is kialakításra kerülhetnek.

Az épületek kialakításáról gyűjtött jó gyakorlatok a Termálfalu közösségi épület kivitelezőjének bemutatására kerültek.

Idősellátásban alkalmazható jó gyakorlatok

Az idős emberek hozzájárása a szolgáltatásokhoz kizárólag az egészségi állapotuktól függ, a szociális rászorultság fogalma nem ismert.

A norvég rendszer horizontális szemléletű és a lokális problémakezelést szorgalmazza.

A rövid és hosszú távú ellátás megszervezése a helyi önkormányzatok feladata. A jogosultságra vonatkozó döntést a szolgáltató vagy az önkormányzati egészségügyi rendszeren belül működő független egység hozza meg, a szükségletek értékelése alapján.

Integrált és komplex ellátás

A szolgáltatási struktúrát úgy alakították ki, hogy az idősök minden egészségi/mentális életfázisára kínál kielégítő megoldást. Egymás mellett, illetve egymásra épülve működnek a különböző ellátási formák.

A szolgáltatások nyújtásánál a technikai fejlettség segítségével mindenkinek ugyanazt a színvonalú szolgáltatást tudják nyújtani akár városban, akár kisebb településen él messze a várostól.

Megtalálható az apartman-rendszerű ellátás, melyet azon személyek vagy házaspárok vesznek igénybe, akik még önellátásra képesek, de egy védett környezetben szeretnék szépkorú napjaikat eltölteni. Az apartmanházak az ápolást nyújtó otthonokkal egybekötve kerülnek kialakításra, különálló épületegységként.

Technológiai eszközök széleskörű alkalmazása

Pl.. Karóra, amely segítségével nyitódó ajtók csak az általuk látogatható helységekbe engedik be az ellátottakat. Ezen kívül hely és helyzet-meghatározásra is alkalmasak,

így folyamatos tájékoztatással rendelkeznek az ápolószemélyzet tagjai az ellátott helyzetéről, anélkül hogy korlátoznák a szabad hely és helyzetváltoztatásban őket.

24 órás biztonsági jelzőkészülékek, ahol a kétirányú kommunikáció biztosított gondozó és ellátott közt.

Tesztelés alatt van a mozgásérzékelő kamerarendszer, amely a helyváltozást érzékeli, és jelzéssel él, ha az ellátott sokáig nem változtat helyzetet a megfigyelt területen. Elesést jelző speciális szőnyegbe épített készülék, mely kifejezetten a tartósan ágyban fekvő ellátottak kiegészítő ápolástechnikai eszköze.

Naptár, gyógyszeradagoló (információkat nyújt az ellátott és a személyzet számára okostelefonon keresztül)

A munkavállalók által használt beléptető kártyarendszer a biztonságot fokozza. Illetéktelen személy bejutása lehetetlen az adott épületszárnyba. A segítők feladatai okoseszközön „érkeznek”.

Humán erőforrás

A munkavállalók harmonikusak és kiegyensúlyozottak, ami nem csak az anyagi megbecsültség eredménye; feltételez szakmai felkészültséget, kompetenciahatárok ismeretét, egyértelmű szabályrendszert, kielégítő munkakörülményeket, viselhető mértékű fizikai és mentális terhelést.

A dolgozók pihenő helyiségei impozánsak, mind az alapterületek, mind a komfortosság szempontjából.

A folyamatos technológiai fejlesztések folyamatos szakmai munkát, továbbképzéseket feltételeznek.

Pozitív diszkriminációban részesülnek a férfiak a munkaerő toborzásnál. Törekvés, hogy minél több munkavállaló tudjon elhelyezkedni teljes munkaidőben foglalkoztatott munkavállalóként.

Az alkalmazottak szeretnek itt dolgozni, ezért ritka a táppénz, nincs fluktuáció.

Önkéntes programok működnek; 15-17 éveseknek/egyetemistáknak nyári munkalehetőség; 13-14 éveseknek heti 1 x gyakorlat.

Működési alapelvek

Kiemelt hangsúlyt fektetnek az ellátottak emberi méltóságának tiszteletben tartására, ennek érdekében az idősök minden esetben saját lakrészben, egyedül kerülnek elhelyezésre. Számtalan technikai eszköz is segíti az elvnek az érvényesülését.

Egyszemélyi felelős felel egy-egy lakónak mind a fizikai, mind a mentálhigiénés ellátásáért, így könnyebben megvalósítható a személyre szabott bánásmód.

Közösség

Közösségi tér mindenkinek (Åfjord)

elemei:

- speciális óvoda, amit direkt hoztak itt létre. A gyerekek állandóan kint vannak (épület nincs), a kiszolgáló helyiségek (WC) az idősotthonban elérhetők. Más települések, otthonok esetében is jellemző, hogy az óvodák az időseket ellátó épületek mellé kerülnek kialakításra, közös programok megvalósításával segítve a generációk kapcsolódását.
- kultúr-aréna, előadások, programok szervezése, ahová a teljes helyi közösség is meghívásra kerül
- felnőtt játszótér – szenior tornapálya kialakítása
- napi munka megőrzése pl. kertészkedés, kézimunka (szőttes készítés, szőnyegszövés, hímzés), konyhai munka által
- rendszeres programok szervezése, pl: heti 1 kirándulás, „baba-ének”, ahol csecsemők és anyukáik foglalkozását valósítják meg az otthon falai között, az idősök részvételével, sportfoglalkozások, társasjáték
- állattartás (póni, macska), az állatok jelenléte jó hatású a mentális egészségre

A tanulmányút tapasztalatainak beépítése a település és a járás szociális ellátást nyújtó intézményeiben megkezdődött.

Ennek elemei:

A meglévő jelzőrendszeres házi segítségnyújtás korszerűsítése

Országos idősügyi infokommunikációs modellprogramba való becsatlakozás - diszpécser-központok kialakítása

Demens idősellátás speciális feltételrendszerének fokozatos kialakítása két telephelyen (jelenleg 10-15 fő részesül nappali ellátás keretében, illetve idősök otthonaiban 25 fő demens személyről gondoskodnak)

Speciális lakhatási feltételek kialakítása a látott minták figyelembevételével (akadálymentes lakótér, vezető csíkok beépítése a járólapokba, vészjelző készülékek beépítése)

Törekvés a minimum kétfős ellátotti szobák kialakítására

A tanyán élők számára lehetőséget biztosítani az új közösségi ház igénybevételével - tanyagondnoki szolgáltatás bevonásával

Generációkat átívelő közösségi programok kidolgozása és folyamatos biztosítása a norvég minta alapján - gyermekek jelenlétének biztosítása

Önkéntesek bevonása - iskolai közösségi szolgálat igénybevétele (kb.100 16-18 évest sikerült bevonni a nyolc településen eddig)

A demens személyek bevonása az intézmények mindennapi tevékenységeibe a Norvégiában látott minták alapján

Tréningek

Tréningek az idős célcsoport számára

Tréning1.

A tréning célja a fizikai aktivitás megőrzésének segítése. A célcsoportban összesen 4 alkalommal szerveztünk csoportos tornát, gyógytornászok vezetésével. A helyi adottságok lehetőséget nyújtottak arra, hogy az alkalmak közül kettőt a gyógyfürdőben, vízi tornával valósítsunk meg.



A résztvevők közül többen – elsősorban külterületen élők – még nem jártak a fürdőben, nem vettek részt hasonló programon. A résztvevők bevonásában a tanyai idősek klubja munkatársai és a helyi nyugdíjasklub vezetője volt segítségünkre.

A tornaprogram fogadtatása a célcsoportban nagyon kedvező, nagy igény mutatkozik a folytatásra, vagy rendszeressé tételre. A program közösség-szervező hatása is jelentős.

Tréning 2.

A tréning célja az egészségmegőrzés, egészséges táplálkozás ismereteinek bővítése, idős korban gyakori betegségek étrendi kezeléséről tudásbővítés. A tréningalkalmakon interaktív előadásokat szerveztünk, egyszerű szűrővizsgálatokat (vérnyomás, vércukor, vérkoleszterin-szint mérése) bonyolítottunk le, valamint ételkóstolót valósítottunk meg.

A célcsoportban összesen 3 alkalommal találkoztunk, a programokat dietetikus vezette.



Tréning szakemberek, stakeholderek számára

A két alkalmas találkozót az idősekkel való kommunikáció témájában szerveztük. A résztvevők által érintett témák: kommunikáció változása az életkorral / megértés és nehezítettsége / segítséget kérni, felajánlani, elfogadni / konfliktuskezelés / erőszakmentes kommunikáció.

A tréninget szupervízor, coach, terapeuta végzettségű szakember vezette.

Online tréning szakemberek számára

A projekt keretében a rendszeres továbbképzések által kevésbé érintett területeken igyekeztünk, egyfajta hiánypótló jelleggel, on-line e-learning képzések keretében információkat megosztani elsősorban az idősödő társadalom okozta kihívások kezelésének európai helyzetét és megoldásait érintően.

Három modult alakítottunk ki:

- EU ismeretek: az idősödés szakpolitikai kihívásai
- Technológiai megoldások az idősödés problémájának kezelésére
- Az idősödés okozta kihívások kezelésére irányuló projektek

Az „EU ismeretek: az idősödés szakpolitikai kihívásai” című első modul leckéinek a célja, hogy felhívják a figyelmet az idősödéssel kapcsolatos európai uniós ismeretekre. Az egészségügy- és időspolitika konkrét kivitelezése ugyan tagállami hatáskör, ugyanakkor az európai kedvezőtlen demográfiai változásokat és ennek nyomán fellépő gazdasági hatásokat felismerve az Európai Unió is számos szakpolitikai útmutatóval, ajánlással és koordinatív kezdeményezésekkel igyekszik elősegíteni a tagállamok közötti tudás és tapasztalat megosztást az állami és magán szektorok érdekeltjeinek összefogását, az idősek életminősége és ellátása javításának, a gazdaság élénkítésének és munkahelyteremtés ösztönzésének hármas céljából. E kezdeményezések hazai megismertetése és elmélyítése elősegítheti e témakörben a nemzetközi kapcsolatok építését, tudásmegosztást, valamint a települési szintű idős stratégia alakításának európai kezdeményezésekbe illesztését, az elérhető szolgáltatások minőségének javulását. A képzés elsősorban szól az időspolitikával foglalkozó önkormányzati szakembereknek. Emellett azonban a képzés hasznos lehet az idősellátásban dolgozó szakembereknek, szociális szakembereknek egyaránt.

A “Technológiai megoldások az idősödés problémájának kezelésére” című modul leckéinek a célja, hogy bemutassák az idősek életminőségének és ápolásának javítását célzó modern technológiai fejlesztéseket. A leckék témái lefedik a mozgáskorlátozottság segítésére, a mentális egészség és jólét fenntartásához, a társas kapcsolattartás támogatásához, a táplálás segítéséhez, az otthoni és személyes tevékenységek segítéséhez, a biztonság támogatásához, az egészségügyi ellátás és monitoring támogatásához nyújtott, valamint az általános felügyelet biztosítását elősegítő fejlesztések, eszközök, kezdeményezések és példák tárgyalását. A képzés elsősorban szól az idősellátásban dolgozó szakembereknek, időspolitikával foglalkozó önkormányzati szakembereknek, szociális szakembereknek. Emellett

azonban a képzés hasznos lehet idősekkel foglalkozó más munkaterületeken dolgozóknak is, így orvosoknak, szakápolóknak, illetve a család ellátásával foglalkozóknak, akik idős hozzátartozójukat ápolják.

„Az idősödés okozta kihívások kezelésére irányuló projektek” című modul leckéi a modern eszközök használati előfeltételét képező ellátási és ápolási szemléletváltáshoz szükséges képzési-, módszertani jó gyakorlatok bemutatásával foglalkoznak Európában megvalósult vagy folyamatban lévő konkrét projektek keretében. A képzés elsősorban szól az idősellátásban dolgozó szakembereknek, időspolitikával foglalkozó önkormányzati szakembereknek, szociális szakembereknek. Emellett azonban a képzés hasznos lehet idősekkel foglalkozó más munkaterületeken dolgozóknak is, így orvosoknak, szakápolóknak is.

A modulok ajánlhatók önmagukban, online forrásként egyéni feldolgozásra, illetve csoportos műhely keretében közös feldolgozásra vagy kiegészítő on-line forrásként egyaránt.

A tréning elérhető a következő linken: <http://morahalom.geonardo.com/>

A projekt lehetővé tette a **helyi idősgondoskodás** vizsgálatát, stratégia és cselekvési terv készítését, idősgondoskodási modell kialakítását.

Tanulmánykészítés

1.Helyzetelemző tanulmány

Célok:

- képet kapni a település időseinek életéről,
- feltérképezni a fennálló problémákat, szükségleteket;
- az idősek életminőségéhez, az idősellátáshoz kapcsolódó SWOT analízis összeállítása
- helyzetelemző **tanulmány** elkészítése.

A tanulmánykészítést adatgyűjtés, a trendekről, hazai és nemzetközi jó gyakorlatokról szóló összefoglaló készítése előzte meg.

Fókuszcsoporthok

A helyzetelemzéshez kapcsolódó önálló kutatás megvalósítása során az idős célcsoportban **Fókuszcsoport módszert** alkalmaztunk.

2 csoportot terveztünk, a csoportok kialakításánál a lakóhely szerinti homogenitást tartottuk fontos szempontnak. Mórahalom tanyás településstruktúrával rendelkezik, ahol a lakosság közel 1/4-e külterületen él, ezért külön csoportot szerveztünk a külterületen, illetve a belterületen élő idősek számára.

A beszélgetéseken érintett kérdések:

Ön szerint mi a legfontosabb probléma...

- egészségügyi területen?

ide értve a megelőzés, a gyógyítás és az ápolás-gondozás területét

- szociális területen?

ide értve a családdal, szomszédsággal, közösséggel való kapcsolatot

- gazdasági területen?

ide értve a munkavégzés lehetőségét és a jövedelmi helyzetet

- a település fizikai környezetében?

ide értve pl. az elérhető szolgáltatásokat, a közlekedést, a balesetek megelőzését

Ön szerint a helyi közösség és önkormányzat mely területen, milyen módon tud részt venni ezen problémák megoldásában?

A fókuszcsoportokon nyert információ mellé a helyi szociális szakemberek bevonásával is megvalósítottunk egy csoportot. A csoporton az idősek életminőségéhez, az idősellátáshoz kapcsolódó **SWOT analízist** készítettünk el, a fenti négy fő területet érintve.

A tanulmány főbb megállapításai

Egészségügy terület

A településen jó az orvosi ellátás. A várólisták és finanszírozás kérdései túlmutatnak a helyi hatáskörökön; ugyanakkor a területen jelentkező problémákat a szakdolgozók elkötelezettsége, hivatástudata, a közöttük meglévő személyes kapcsolat és folyamatos kommunikáció jelenleg még képes mérsékelni.

A település egyes beruházásokkal, fejlesztésekkel, projektekkal járul hozzá az egészség megőrzéséhez, az egészségügyi ellátás magas színvonalához.

A mórachalmi fürdő megléte szintén jelentős mértékben járul hozzá az idős emberek egészségi állapotának megőrzéséhez, ezen területen a célcsoport általi elérhetőség és igénybevételi arány növelése lehet a cél (főként a külterületen élők számára).

Szociális / kapcsolati terület

A *külterületen élők* között kiemelten fontos az izoláció mértékének csökkentése. Az információáramlás a külterületek irányába nem megfelelő hatékonyságú.

Az elszigeteltség ellen hat minden infrastrukturális beruházás, települési fejlesztés és programlehetőség, valamint a tanyagondnoki szolgálat és a jelzőrendszeres házi segítségnyújtás fenntartása, megerősítése.

Emellett a kulcsszemélyek azonosítása, bevonása fontos a közösség erősítése céljából.

Gazdasági terület

Mivel a jövedelmek alacsonyak, a jövedelem kiegészítés több formája megjelenik a célcsoportban, ezen a területen a lehetőségek felkutatása lehet feladat.

Települési környezet

A településsel, annak fejlődésével a célcsoport alapvetően elégedett. Ugyanakkor megjegyzendő, hogy a közösségi életben való részvétellel, az önkormányzattal való kapcsolattartással, az őket (is) szolgáló lehetőségekhez való hozzájutással a külterületen élő idősök több kritikát fogalmaztak meg, kevésbé érzik magukat „teljes jogú” polgárnak.

A közbiztonság jó, amit csak részben köszönhetünk a rendvédelmi szerveknek; annak gyökereit az itt élők mentalitásában találjuk. Úgy tapasztaltuk, hogy az idősök sokkal inkább biztonságban érzik magukat, mint ahogy azt a velük kapcsolatban lévő szakemberek vélelmezik.

A külterületi infrastruktúra, benne a külterületi utak, a *kommunális szemét szállítása* fejlesztése továbbra is fontos cél.

A külterületen élők esetében visszajelzési lehetőségek biztosításáról érdemes gondoskodni.

A *belterületen élők* esetében is jelentkezik a háttérbe soroltság érzése a turistákkal szemben.

A célcsoport igényli a kiemelt törődés megnyilvánulásait.

2. Cselekvési tervek

A második tanulmány célja helyi idősgondoskodási stratégia kidolgozása, cselekvési tervek készítése.

A cselekvési tervek felépítése az Active Ageing A Policy Framework (WHO 2002) szerkezetét követi:

- I. Egészség és jól-lét
- II. Részvétel
- III. Biztonság

területén megvalósításra váró feladatokat részletezi. A helyi viszonyokra épül különböző társadalmi szereplők idősügyi tevékenységét helyi szinten összhangba hozza.

A tanulmányban összegyűjtött teendők közül a prioritásokat, illetve az adott területen a **jelen projekt keretein belül megvalósuló** tevékenységeket az alábbi táblázat tartalmazza.

Célok	Prioritások, részcélok	Jelen pályázatban megvalósul
Egészség és jól-lét		
Fogyatékoság, krónikus betegségek kialakulása és korai halálozás megelőzése, csökkentése	Szűrővizsgálatok szervezése, az azonosuló részvétel megkönnyítése az idős célcsoport számára	Tréningek az idős célcsoport számára <ul style="list-style-type: none"> • rendszeres testmozgás • egészséges táplálkozás
Krónikus betegségek kialakulásához vezető kockázati tényezők csökkentése, védő tényezők erősítése	Kockázati tényezők csökkentése közül rendszeres testmozgás lehetőségének biztosítása	Együttműködési keretrendszer <ul style="list-style-type: none"> • mentálhigiénés területen szakmai együttműködések megkötése
Megfizethető, hozzáférhető, jó minőségű és idősbarát egészségügyi és szociális szolgáltatások biztosítása	Egészségközpont fejlesztése Hiányzó ellátási forma: garzonlakások építése Demens ellátáskialakítása a településen / térségben Tanyai lakosság élethelyzetét javító szolgáltatások Segítő kezek Infokommunikációs programba bekapcsolódás Önkéntesek bevonása Civil szervezetekkel való együttműködés	Termálfalu közösségi épület felépítése Tanulmányút / jó gyakorlatok tanulása Együttműködési keretrendszer <ul style="list-style-type: none"> • szakmai szintű együttműködések • önkéntesség (programok, képzés) területén együttműködések

Képzés, oktatás a gondozók részére	Online tréning	Online tréning kialakítása Önkéntesség fórum Tréning – idősokkal való kommunikáció
Részvétel		
Élethosszig tartó tanulás lehetőségeinek megteremtése	Programok, tanfolyamok szervezése Öngondoskodásról ismeretek terjesztése Népfőiskola kialakítása	
Aktív részvétel a gazdaságban, a munkában; önkéntesség	Munkaerőpiaci szolgáltatások Atipikus, az idősök számára kedvező foglalkoztatási formák Önkéntes programok szervezése.	Együttműködési keretrendszer <ul style="list-style-type: none"> • önkéntesség
A családi és közösségi életben való részvételre ösztönzés	Izoláció mértékének csökkentése Közösség erősítése Generációk közötti kapcsolat erősítése	Tréningprogramok az idősöknek Együttműködési keretrendszer <ul style="list-style-type: none"> • területi együttműködések
Biztonság		
Szociális, fizikai biztonság, méltóság megőrzése	Anyagi biztonság figyelemmel kísérése Közlekedésbiztonság Kulturált közterületek Áldozattá válás megelőzése.	
Egyenlőtlenségek csökkentése	Tájékoztatás és érdekképviselet javítása	

Intézményközi együttműködési keretrendszer kialakítása

A program eredményeinek fenntartása és disszeminációja együttműködésekön keresztül valósul meg.

A projekt eredményeinek széles körű disszeminációjához olyan együttműködések hozunk létre a járás települései, szervezetei, szektorai között, melyek az idős célcsoport életminőségét hosszú távon javítják, az aktív idősödés megélését segítik.

Az együttműködések illeszkednek a célterület sajátosságaihoz, speciális szükségleteihez. Az együttműködések végrehajthatóak, és hozzájárulnak új projektek létrejöttéhez.

Lehetséges együttműködések

1. A projektpartnerek együttműködési kerete, bilaterális együttműködés

- a) Konferencia
- b) Meetingek
- c) tanulmányutak
- d) személyes találkozások és e-mail-kapcsolat az operatív feladatok végzése során

A bilaterális együttműködés hozzájárult:

- a tréningek témáinak tervezéséhez (pl. aktivitás megőrzése tréning, idősekkel való kommunikáció tréning)
- a nemek közötti esélyegyenlőség programjainak megvalósításához (önkéntesség fórum, Men I Helse program)
- épület kialakításához kapcsolódó jó gyakorlatok összegyűjtéséhez.

2. Szakmai együttműködések kerete

A szakmai szintű együttműködés pozitív eredményeként várható a feladatok szervezésének és ellátásának minőségi javulása, így jelentősen javulhat a problémakezelés színvonala, a kooperáció által sikeresebben megvalósítható a járásban élő idősök gondozását is szolgáló együttműködések elmélyülése. A szakmai együttműködés által a térség többlet szakmai támogatáshoz juthat.

A program során a szociális – egészségügyi ellátórendszerben meglévő, vagy kialakított és fejlesztett kapcsolatok, a program fejlesztett területeihez illeszkedő meglévő, vagy kialakított és fejlesztett / fejlesztendő kapcsolatok kerültek meghatározásra

- a) Szociális és mentálhigiénés terület
- b) Önkéntesség terület
- c) Kapacitásfejlesztés az idősellátásban - rokon projektek megismerése (Alsómocsolád, Újbuda), együttműködési lehetőségek feltérképezése

A projekt során megszólításra kerülnek további helyi szervezetek.

Az együttműködésekhez kapcsolódó tevékenységek:

- együttműködési szándéknyilatkozatok elkészítése az érintett szervezetekkel, intézményekkel
- norvégiai tanulmányút tapasztalatainak széles körű bemutatása
- helyi helyzetfelmérés és cselekvési terv (projekt-tanulmányok) elkészülésében való közreműködés
- a projekt jó gyakorlatainak összegyűjtése (norvég és hazai jó tapasztalatok, együttműködés jó példái)
- disszeminációs programok szervezése és megvalósítása: meetingek; helyi programokhoz kapcsolódás
- a projekt eredményeinek bemutatásához egyéb lehetőségek felkutatása, ezen felületek használata (pl. könyvtár, rendezvényház, templom közösségi terei)

3. Területi együttműködések kerete

A projekt fenntartási időszakára a járás településeivel kapcsolatfelvétel, a projekt bemutatása, együttműködési szándéknyilatkozatok készítése.

Kapcsolódó disszeminációs programok:

- járási szintű polgármesteri találkozón projektbemutatás
- road-show – a járás településein projektbemutatás

3. Nemek közötti esélyegyenlőség elősegítése

A projekt megvalósítása során az idős célcsoportban a női esélyegyenlőség biztosítható. A 65 évfeletti korcsoportban a női lakosság aránya a férfiakét meghaladja; az életkor előrehaladásával egyre nagyobb mértékben. (65 évesek között 56,2%, 70 évesek között 58,8%, 75 évesek között 63,2% a nők aránya).

A projekttevékenységek által érintett szociális területen dolgozók között a nők felülreprezentáltak, így közöttük is biztosítható az esélyegyenlőség fenntartása. Az e területen dolgozók körében a férfiak és nők által elérhető jövedelmek között nincs számottevő különbség.

A projekt rendezvényein a női résztvevők jelenléte az 50%-ot meghaladta.

Önkéntesség fórum

Az önkéntesség olyan tevékenység, melyet egyénileg vagy csoportosan, rendszeresen vagy alkalmanként, belföldön vagy külföldön a közös jó érdekében végeznek anyagi ellenszolgáltatás nélkül.

Az önkéntes tevékenységek fejlesztik a szociális készségeket és kompetenciákat, segítik a társadalmi szolidaritást, sokoldalú tapasztalatot nyújtanak.

Az önkéntesség hozzájárul:

- foglalkoztatás
- társadalmi részvétel
- helyi társadalmi folyamatokban való részvétel
- autonóm életvitel minél további fenntartása.

A szakmai fórum során prezentációkat hallgattunk meg és tapasztalatot cseréltünk **az önkéntesség generációkat átívelő irányairól**; azaz az alábbi témákról:

- Fiatalok önkéntes tevékenysége idősek felé
- Idősek önkéntes tevékenysége fiatalok felé

- Idősek önkéntes tevékenysége idősek felé
- Idősek önkéntes tevékenysége a köz javára
- Kölcsönös önkénteskedés: idős-fiatal célcsoport közös tevékenységei

A programon a Homokháti Szociális Központ Intézményeiben megvalósuló iskolai Közösségi szolgálat tapasztalatairól, illetve a



lehetséges együttműködésekről, tevékenységekről is beszéltek a résztvevők.

MenniHelse program

A nemek közötti esélyegyenlőség témájában a projektzáró szakmai napon a Menni i Helse (Férfiak az egészségügyben) norvég nemzeti program ötletgazdái tartanak prezentációt. Az előadástól beszámolót a rendezvény után teszünk elérhetővé.

4. Nyilvánossági feladatok

A projekt számára a nyilvánosságot honlap, hírlevelek, média megjelenések formájában biztosítottuk.

A program legfontosabb nyilvánosságot biztosító felülete a http://www.morahalom.hu/norway_grant oldal.