



POROČILO O OPRAVLJENI PILOTNI AKTIVNOSTI

Vzpostavitev dnevnega centra in storitve varovanja na daljavo v Občini Hrpelje-Kozina:

Dnevni center Ruj:

Prostori dnevnega centra so v lasti Občine Hrpelje-Kozina. Slednja je tudi poskrbela za ustrezno opremljenost dnevnega centra. Dnevni center se je opremil z opremo, ki je prijazna, varna in primerne videza, ter daje uporabnikom občutek domačnosti in sproščenosti.

Dnevni center Ruj (poimenovanje dnevnega centra je potekalo z javnim natečajem, zbirali so se predlogi med občani) je odprl svoja vrata 5. 12. 2017. Namenjen je starejšim od 65 let, ki zaradi starostnih, telesnih in duševnih sprememb potrebujejo pomoč pri življenjskih opravilih, varovanje, nadzor ali pa si preprosto le želijo družbe.

Poslanstvo Dnevnega centra Ruj predstavljajo krepitev moči in pomoč starejšim pri ohranjanju samostojnosti, da lahko čim dlje ostanejo v svojem domačem okolju, pomoč pri vzdrževanju socialnih stikov in ohranjanje vpetosti v družbeno dogajanje, preprečevanje osamitve ter razbremenitev svojcev, ki skrbijo za ostarelega družinskega člana.

Dnevni center sprejme 10 – 15 uporabnikov. Med trajanjem projekta STAR se je v dnevni center vključilo 14 uporabnikov, od tega je 1 uporabnica preminula, 2 uporabnici sta prenehali z obiskovanjem dnevnega centra, ker nimata prevoza. Ob zaključku projekta je v dnevni center vključenih 11 uporabnikov.

Metode dela:

Pri delu z uporabniki smo uporabljali znanja, ki jih imamo in ki smo jih na novo pridobili z izobraževanji v okviru projekta STAR: izobraževanje o novih konceptih dela, izobraževanje o sistemu kakovosti E-Qalin in interno usposabljanje zaposlenih za delo v dnevnem centru.

Predvsem je pomembno, da smo uporabnikom poskušali nuditi vse tisto, kar potrebujejo, da smo vzpodbujali, razvijali in ohranjali njihove sposobnosti in zmožnosti.

Temeljito poznavanje uporabnikov je osnova za učinkovito ravnanje in zagotavljanje ustrezne oskrbe in pomoči, izboljšanje verbalne in neverbalne komunikacije. Na podlagi zdravniškega mnenja, avto in heteroanamneze, socialne anamneze in na podlagi razgovora z uporabnikom in njegovimi svojci smo v okviru osebnega načrta določili ustrezen program obravnave.

Pri delu se osredotočamo na dve metodi:

- individualno delo

Bistvo individualnega dela je, da uporabnika opolnomočimo. To pomeni, da ustvarjamo okoliščine, ki človeka spodbujajo k prepoznavanju svojih želja in potreb ter k iskanju rešitev. V okviru individualnega dela se z uporabnikom pripravi tudi osebni načrt, ki vsebuje podatke o uporabniku, njegovo življenjsko zgodbo ter cilje za socialno službo, delovno terapijo, fizioterapijo in uporabnika samega.

- skupinsko delo

Poleg individualnega dela je pomembno tudi delo s skupino. Strokovni delavci organizirajo in vodijo različne skupinske aktivnosti (družabništvo, kulturno-razvedrilne aktivnosti, prireditve). Sodelujemo z organizacijami in društvi v skupnosti (šole, vrtci, društva upokojencev). Pri tem je potrebno upoštevati želje in potrebe uporabnikov ter izbirati aktivnosti glede na njihove interese in želje.

Kadrovska zasedba:

V dnevnem centru Ruj je kader razdeljen na:

- stalni tim, ki neposredno dela z uporabniki dnevnega centra:
 - 1 oskrbovalka: pomaga in skrbi za osebno urejenost uporabnikov, pomaga pri izpeljavi raznih aktivnosti, skrbi za urejenost prostora, pripravlja tople napitke (kava, čaj), opazuje psihofizično stanje uporabnikov, sodeluje pri izdelavi osebnega načrta.
 - 2 delovna inštruktorja: pomagata in skrbita za osebno urejenost uporabnikov, vodita in organizirata delavnice in prireditve, skrbita za urejenost prostora, pripravljata tople napitke (kava, čaj), opazujta psihofizično stanje uporabnikov, sodelujeta pri izdelavi osebnega načrta.
- kader, ki se občasno vključuje v delo v dnevnem centru.
 - socialna delavka: izvaja informativni razgovor, obiše potencialne uporabnike na domu in jim predstavi delovanje dnevnega centra, izvaja pripravljalni razgovor pred sprejemom, ureja sprejem, predstavi novega uporabnika timu, sodeluje s svojci, opravlja razgovore z uporabniki in svojci, sodeluje pri izdelavi osebnega načrta in skrbi za evalvacijo le-tega, organizira in vodi aktivnost, sodeluje z drugimi službami v lokalnem okolju (zdravstveni dom, CSD, nevladne organizacije).
 - delovna terapevtka: oceni in načrtuje aktivnosti na podlagi sposobnosti, posameznikovih potreb, želja, preteklih izkušenj in s pomočjo namenskih aktivnosti oblikuje program za dvig kakovosti življenja, ki vpliva na večanje samostojnosti na vseh področjih človekovega delovanja: skrbi za samega sebe, produktivnosti in prostega časa. Sodeluje pri izdelavi osebnega načrta, vodi delo na motoričnem, kognitivnem in perceptivnem področju uporabnikov, sodeluje s timom.
 - fizioterapevtka: ocenjuje funkcionalno stanje in sposobnosti uporabnikov, izpostavlja probleme in cilje, izbira in dozira ustrezne fizioterapevtske postopke, jih preverja in po

potrebi spreminja. Na osnovi ocene stanja uporabnika se ob sprejemu sestavi program, ki zajema metode gibanja. Sodeluje pri izdelavi osebnega načrta.

medicinska sestra: suport in pomoč timu v dnevnem centru, sodelovanje pri izdelavi osebnega načrta, pogovorne skupine o zdravjem življenju, o različnih boleznih, pravilne prehrane,...

Prostovoljci: vključujejo se po potrebi, sodelujejo kot pomoč pri animiranju uporabnikov, vodijo manjše skupine (branje, družabne igre, delavnice). Med trajanjem projekta smo uspešno sodelovali s prostovoljkami Rdečega križa Sežana, s katerimi bomo sodelovanje nadaljevali tudi po zaključku projekta.

Plan dela in aktivnosti v dnevnem centru Ruj:

Dnevni center je odprt od 6.30 ure do 17.00 ure, od ponedeljka do petka. Med trajanjem projekta smo ugotovili, da bi se ura odprtja lahko premaknila na 7.00 uro, saj s strani uporabnikov ni bilo interesa po prihodu pred 7.00 uro.

Uporabniki prihajajo in odhajajo iz dnevnega centra sami ali pa jih pripeljejo oz. odpeljejo svojci ali prijatelji. Za nekatere uporabnike predstavlja prevoz kar veliko težavo, saj sami ne vozijo oz. jih svojci ne morejo pripeljati. V bodoče je potrebno v sodelovanju z Občino Hrpelje-Kozina urediti prevoz uporabnikov.

Uporabnikom je v dnevnem centru zagotovljena prehrana, in sicer: zajtrk, kosilo, popoldanska malica. Zajtrk se bo pripravljala v dnevnem centru. Uporabnikom je na voljo zajtrk po izbiri. Kosilo se dostavi vsak dan iz Obalnega doma upokojencev Koper, v termo transportnih posodah.

Aktivnosti v dnevnem centru spodbujajo čim večjo samostojnost uporabnikov na vseh področjih. Predvsem smo osredotočeni na aktivnosti za ohranjanje fizične in intelektualne kondicije. Izvajamo aktivnosti, ki so v skladu z željami, interesi in zmožnosti uporabnikov dnevnega centra.

➤ *Aktivnosti za vzdrževanje telesne kondicije:*

Vodena telovadba: Namen vodene telovadbe je izboljševanje in ohranjanje gibljivosti sklepov ter moči mišic, izboljšanje koordinacije in ravnotežja ter splošne kondicije uporabnikov. Izboljšata se tudi koncentracija in počutje. Obenem pa se vzpostavljajo družabne vezi med udeleženci skupine.

Telovadba se v dnevnem centru izvaja pod vodstvom fizioterapevta. Poteka sede na stoli. Pri vadbi se bodo uporabljali različni terapevtski pripomočki kot so žoge, žogice, trakovi in drugo. Vaje se sproti prilagajajo sposobnostim udeležencev skupine.

Hoja, sprehodi: Hoja je za večino starejših oseb zelo primerna in najbolj sprejeta telesna aktivnost. V dnevnem centru uporabnike spodbujamo h gibanju in nudimo pomoč tistim, ki so pri hoji nestabilni. Spremljamo jih na sprehode po bližnji okolici.

Razgibajmo se: V dnevnem centru poteka, pod vodstvom zaposlenih, vsak dan, preprosta telovadba za razgibavanje rok, nog, ramenskega obroča.

➤ *Aktivnosti za ohranjanje intelektualnih sposobnosti:*

Ohranjanje spomina se poskuša doseči na naslednje načine:

- stalna duševna aktivnost,
- branje,
- spremljanje informacij in dogodkov,
- ponavljanje in komentiranje vsebin na radiu in televiziji,
- spominjanje dejanja (npr. priprava kosila po fazah, peka kruha,...),
- opisovanje starih običajev,
- kviz, tombola, srečelov.

Trening orientacije za lažje prepoznavanje časa, prostora in predmetov:

- velika ura z jasnimi številkami,
- povezovanje dneva in ure z različnimi aktivnostmi,
- koledar z zapisom dneva, leta in letnega časa.

Krepitev presoje in reševanje zapletenih nalog preko družabnih iger:

- človek ne jezi se,
- domino,
- igre za bistre glave,
- sestavljanke,
- igre s kartami,
- tombola.

Aktivnosti za vzdrževanje besednega zaklada:

- besedne igre, kot so naštevanje predmetov, rastlin, krajev in različnih drugih pojmov na isto črko, tvorjenje stavkov, vprašanj, odgovorov, opisovanje prostorov, predmetov in oseb,
- igre s pregovori, kot so dopolnjevanje, naštevanje na določeno temo ter še veliko različnih variant, ki nastanejo sproti, glede na sposobnosti stanovalcev in njihovo poznavanje določenih vsebin,
- pogovorne skupine na katerih se bomo pogovarjali o sreči, življenjskih modrostih, izmenjevali si bomo izkušnje in učili drug od drugega.

Namenske dejavnosti se uporabnikom ponudijo glede na interes in poznavanje posamezne aktivnosti:

- gospodinjske aktivnosti, kot so peka drobnega peciva,
- pletenje,
- izdelovanje drobnih predmetov (iz volne, blaga, krep papirja),
- oblikovanje raznih materialov (papir, slano testo, plastelin, glina).

Kulturno-razvedrilne dejavnosti so namenjene aktivnemu udejstvovanju uporabnikov:

- praznovanje rojstnih dni,
- praznovanje kulturnih praznikov,
- obiskovanje kulturnih prireditev,
- sodelovanje v pevskem zboru,
- razvedrilne prireditve ob pustovanju, martinovanju, silvestrovanju,
- poslušanje glasbe.

Dnevne aktivnosti so vsakodnevne dejavnosti, s katerimi se uporabniki navajajo na samostojnost:

- umivanje,
- uporaba WC-ja,
- priprava pogrinjkov,
- prehranjevanje (uporaba pribora),
- pometanje.

➤ *Terapija s pomočjo živali*

V dnevnem centru smo uredili poseben program Terapija s pomočjo psa, ki ga izvajamo s pomočjo slovenskega društva Tačke pomagačke, pod katerega okrilje sodita prostovoljska vodnica in terapevtski pes ter delovna terapevtka.

Obravnava poteka individualno ali s posameznikom v skupini. Za vsako aktivnost so postavljeni terapevtski cilji, ki so individualno zastavljeni za vsakega posameznika in za skupino v celoti. Terapija deluje na področjih motorike, sensorike, percepcije, kognicije, emocionalno socialnem področju in na področju dnevnih aktivnosti.

➤ *Delo s svojci*

Delo s svojci se začne že pred sprejemom uporabnika v dnevni center in zajema:

- informiranje o organizaciji dela in aktivnostih, ki potekajo v dnevnem centru,
- pomoč pri premagovanju stisk, dvomov,
- individualni razgovori s svojci na novo sprejetih uporabnikov,
- pomoč svojcem v obliki organiziranih predavanj na različne teme,

- organiziranje srečanj svojcev uporabnikov,
- vključevanje svojcev v prireditve in dogodke, ki jih organiziramo.

➤ *Sodelovanje z lokalno skupnostjo in medgeneracijsko sodelovanje*

Pri aktivnostih smo v veliki meri sodelovali z lokalno skupnostjo. Sodelovali bomo z vrtcem, osnovno šolo, zdravstvenim domom, centrom za socialno delo in nevladnimi organizacijami, ki delujejo v lokalnem okolju. Sodelovanje je potekalo v obliki prireditev, delavnic, tematskih predavanj, druženj in obiskov.

- Zdravstveni dom Sežana: izvedba delavnic tehnike sproščanja in pravilna drža,
- Vrtec Hrpelje-Kozina: obisk otrok ob praznovanju 8. marca, božično novoletno voščilo otrok,
- Osnovna šola Dragomirja Benčiča – Brkina Hrpelje: nastop otrok ob praznovanju 8. marca, nastop otrok na zaključku razstave 50 punčk za dober namen in srčen objem,
- Center za socialno delo Sežana: predstavitev pravice do oprostitev plačila za uporabnike in svojce,
- Rdeči križ Sežana: prostovoljke v dnevnem centru,
- Medobčinsko društvo prijateljev mladine Sežana: izpeljava projekta 50 punčk za dober namen in srčen objem (zbiranje prostovoljnih prispevkov, ki smo jih donirali za otroke), obisk otrok iz počitniškega varstva – družabne igre.

➤ *Medgeneracijsko sodelovanje*

Namen medgeneracijskega sodelovanja je krepitev odnosov med različnimi generacijami z izmenjavo izkušenj in znanj. Sodelovali smo z vrtcem, osnovno šolo, nevladnimi organizacijami. Sodelovanje bo potekalo na različnih nivojih, od raznih prireditev do druženja in obiskov.

Tedenski plan aktivnosti v dnevnem centru Ruj zaposleni v sodelovanju z uporabniki.

Varovanje na daljavo:

V okviru projekta STAR se je v Občini Hrpelje-Kozina vzpostavila storitev varovanja na daljavo. Občina Hrpelje-Kozina je poskrbela za nabavo štirih alarmnih naprav. Alarmne naprave so bile povezana na klicni center v Kopru, ki ga vodi Obalni dom upokoencev Koper.

V sklopu projekta sta bili zaposleni 2 sodelavki v programu (strokovno osebje v službi varovanje na daljavo), ki sta bili stacionirani v klicnem centru v Kopru, na Dolinski 58a in ki sta skrbeli za uporabnike s področja Občine Hrpelje-Kozina.

Tekom projekta so se iz območja Hrpelje-Kozina vključili v storitev varovanja na daljavo 3 uporabniki.

Storitev varovanja na daljavo poteka preko IKT (informacijsko komunikacijska tehnologija) in se izvaja 24 ur na dan, vse dni v letu.

Pomoč je uporabnikom dosegljiva preko naprave za priklic pomoči na domu uporabnika, s preprostim stiskom na tipko. Tako se uporabnik, ki je v težavah, poveže s sodelavci v klicnem centru, ki pomagajo starostniku organizirati vse potrebno, da prejme pomoč, ki jo potrebuje. Lahko je to pomoč pri priklicu nujne medicinske pomoči, ob padcu doma, slabem počutju, ko ni nikogar drugega v bližini ali samo pogovor.

Program poleg nudenja pomoči ob nujnem klicu nudi še več. Sodelavci v programu s starostniki vzdržujejo redne telefonske stike (tako imenovane informativne klice) prilagojene vsakemu posamezniku posebej. Tako spremljajo njihovo počutje, jih opominjajo k rednemu jemanju zdravil, za njih uredijo manjše opravke, npr. jih naročijo na zdravniški pregled, s pogovori zmanjšujejo njihovo osamljenost, spremljajo razpoloženje in zdravstveno stanje starostnika. S svojim delovanjem delujejo preventivno in razbremenjujoče tako za starostnika kot svoje.

Uporabniki bodo lahko izbirali med dvema različicama storitve in sicer:

- **paket varovanja uporabnika na domu brez sodelovanja varnostne službe** vključuje naslednje naloge:
 - sklenitev pisne pogodbe o izvajanju celodnevne storitve varovanja na daljavo z uporabnikom storitve;
 - izvedba preizkusa delovanja posebne naprave za priklic pomoči in slišnosti po posameznih stanovanjskih prostorih;
 - izvedba uvodnega pogovora z uporabnikom storitve, v katerem je predstavljen tudi protokol posredovanja klicev;
 - neposredna organizacija in koordinacija dela v skladu z naravo klica in dogovorom z uporabnikom storitve, dogovorjenim protokolom obveščanja svojcev ali drugih oseb iz socialne mreže, in sicer:

- obvestiti s strani uporabnika izbrane osebe o morebitni hospitalizaciji,
 - vzdrževati z uporabnikom storitve stike preko telefona v dogovorjenih terminih, pri čemer uporabnika storitve pokliče operater Centra za pomoč na domu najmanj enkrat tedensko,
 - uporabnikom storitve zagotoviti informiranje in dostop do storitev na področju socialnega varstva kot npr. prva socialna pomoč (informiranje in napotitev),
 - svetovanje (pogovori, definiranje problema in iskanje rešitev) in osebna pomoč (urejanje, vodenje) v raznovrstnih situacijah,
 - omogočati uporabnikom storitve sodelovanje na mesečnih čajankah in ostalih dogodkih;
 - tekoče reševanje pripomb uporabnikov ter njihovih svojcev v zvezi z izvajanjem storitve varovanja na daljavo in redno tehnično vzdrževanje opreme za zagotavljanje storitve in odpravljanje napak
- **paket varovanja na daljavo uporabnika na domu s sodelovanjem varnostne službe** vključuje naslednje naloge:
- sklenitev pisne pogodbe o izvajanju celodnevne storitve varovanja na daljavo z uporabnikom storitve;
 - izvedba preizkusa delovanja posebne naprave za priklic pomoči in slišnosti po posameznih stanovanjskih prostorih;
 - hramba ključa stanovanja uporabnika in z interventom (izbrano varnostno dežurno službo) sklenitev pisnega dogovora o hrambi in uporabi tega ključa;
 - izvedba uvodnega pogovora z uporabnikom storitve, v katerem je predstavljen tudi protokol posredovanja klicev;
 - neposredna organizacija in koordinacija dela v skladu z naravo klica in dogovorom z uporabnikom storitve, dogovorjenim protokolom obveščanja svojcev ali drugih oseb iz socialne mreže, in sicer:
 - po potrebi izvedba intervencij (druženje ob doživljanju strahu, pomoč pri manjših opravilih kot so zapiranje oken, ugašanje ali prižiganje luči, dviganje ob padcu ali zagotovitev pomoči ustrezne službe),
 - obvestiti s strani uporabnika izbrane osebe o morebitni hospitalizaciji,
 - vzdrževati z uporabnikom storitve stike preko telefona v dogovorjenih terminih, pri čemer uporabnika storitve pokliče operater Centra za pomoč na domu najmanj enkrat tedensko,
 - uporabnikom storitve zagotoviti informiranje in dostop do storitev na področju socialnega varstva kot npr. prva socialna pomoč (informiranje in napotitev),
 - svetovanje (pogovori, definiranje problema in iskanje rešitev) in osebna pomoč (urejanje, vodenje) v raznovrstnih situacijah,
 - omogočati uporabnikom storitve sodelovanje na mesečnih čajankah;
 - tekoče reševanje pripomb uporabnikov ter njihovih svojcev v zvezi z izvajanjem storitve varovanja na daljavo in redno tehnično vzdrževanje opreme za zagotavljanje storitve in odpravljanje napak.

Odziv uporabnikov:

Uporabniki dnevnega centra so bili s planom dela in aktivnostmi, ki so se odvijale, zelo zadovoljni. Predvsem so pohvalili zaposlene v dnevnem centru, saj jih ocenjujejo kot zelo prijazne, strokovne, s pravo mero afinitete do dela s starostniki.

Med aktivnostmi so bile najbolj priljubljene: fizioterapija in telovadba, družabne igre (predvsem tombola), pevski zbor, kulinarične delavnice in terapija s pomočjo psa.

Med izvajanjem pilota so bili pozitivni učinki vidni pri uporabnikih: poleg veselja in razvedrila, so se na obrazih uporabnikov odražala pristna čustva. Zaznati je bilo več komunikacije z zaposlenimi, lažje navežejo stike, dan je občutek sprejetosti, pomembnosti, izboljššan priklic pojmov, pri nekaterih uporabnikih se je bistveno zmanjšal občutek izolacije in osamljenosti. V skupini so našli oporo, zatočišče, varnost. Predvsem so bili sprejeti takšni kot so, z vsemi svojimi željami in interesi.

Kot glavno pomanjkljivost so uporabniki izpostavili zagotovitev prevoza v dnevni center in iz centra do njihovega doma ter prevelik prostor za ženske sanitarije.

Usposobljeni strokovni delavci pri pilotni izvedbi vzpostavitve sodobne oblike dolgotrajne oskrbe:

Za namene pilotne vzpostavitve dnevnega centra v Občini Hrpelje-Kozina, so bile osebe zaposlene v dnevnem centru in službi varovanja na daljavo, dodatno usposobljene z novimi metodami dela, ter so preko praktične izvedbe teh metodologij pridobile znanja na področju dolgotrajne oskrbe. Skupaj je bilo usposobljenih 5 oseb. Usposabljanje in izobraževanje je potekalo 25. 4. 2018, v trajanju 5 pedagoških ur.

Na izobraževanju so se zaposleni seznanili z inovativnimi metodami dela in novimi koncepti dela, ki omogočajo drugačno razumevanje in odpirajo možnosti novega soustvarjanja, povezovanja in krepitev dela zaposlenega z posameznim stanovalcem.

Pomemben koncept, ki so ga spoznali je koncept "ključna oseba", ki odpira prostor ljudem, da izstopijo iz okovanih in utesnjujočih vsakodnevnih vlog in pokažejo svoj čut za človeka. Koncept »ključna oseba« omogoča novo naravnost institucije na potrebe uporabnikov s konceptom, ki deluje na večjih nivojih: fizičnem, socialnem, čustvenem, duhovnem, odziva se na potrebe uporabnikove družine, odziva se na potrebe skupine v kateri je uporabnik.

Pomemben del delovanja, razumevanja starejše osebe, njegovega življenjskega okolja in specifičnih potreb, možnosti, zmožnosti in sposobnosti je individualizirana obravnava s specifikami v obravnavi starostnika s poudarkom na komunikaciji.

Udeleženci usposabljanja so spoznali številne tehnike komuniciranja, osveščanja lastnih osebnostnih lastnosti in uporabo tehnik za izkoriščanje lastnih potencialov za usmerjanje komunikacije v konstruktivne zaključke, kot tudi inovativne pristope za spodbujanje razvoja kognitivnih in spominskih sposobnosti posameznika, notranje motivacije, samodiscipline, samospoznavanja na populaciji starostnikov. Celosten pristop je en od ključnih pristopov novega delovanja in konceptov dela in je pomembno delovanje in razumevanje, spoznavanje aktivnosti in pristopov za individualizirano socialno obravnavo starostnika s poudarkom na osebah z demenco ter načini vodenja tovrstne obravnave ter upoštevanje in delovanje v skladu s kongruentno odnosnim pristopom.

Pridobljena znanja in metode dela so zaposleni uporabili pri svojem delu v dnevnem centru in službi varovanja na daljavo.