


**GYŐR MEGYEI JOGÚ VÁROS**  
9021 Győr, Városház tér 1.

.....napirendi pont

**Borkai Zsolt polgármester előterjesztése**

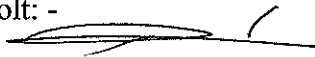
**Tájékoztató az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2014. évi feladattervének végrehajtásáról és javaslat az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2015. évi feladattervére**


Győr, 2015. március 05.

  
Előterjesztő: Borkai Zsolt  
polgármester

Az előterjesztést véleményezte: Szociális, Egészségügyi és Lakásügyi Bizottság  
Pénzügyi Bizottság

Meghívásra javasolt: -

  
Előterjesztést látta: Radnóti Ákos alpolgármester

Törvényességi véleményezésre bemutatva: Dr. Lipovits Szilárd  
  
jegyző

Az előterjesztést készítette: Humánpolitikai Főosztály  


## **Borkai Zsolt polgármester előterjesztése**

### **Tájékoztató az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2014. évi feladattervének végrehajtásáról és javaslat az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2015. évi feladattervére**

Tisztelt Közgyűlés!

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata folyamatosan figyelemmel kíséri a városban élő idősök helyzetét, életminőségük javítása érdekében. Európában és Magyarországon is növekszik az idősök aránya, amely tendencia megfigyelhető a városban is, hiszen minden ötödik lakos 60 éves vagy annál idősebb. A modern kor egyik legnagyobb vívmánya, hogy hosszabb ideig élnek az emberek. Kevésbé örvendetes tendencia azonban, hogy a születésszám csökken. Mindezek következtében alakul folyamatosan a korszerkezet, idősödik a helyi társadalom. Ez hosszú távon új kihívások és feladatok elé állítja az önkormányzatot és az ellátórendszert.

Az önkormányzat 1989 óta vesz részt a WHO Egészséges Városok mozgalomban, 1994-ben a szűkebb, európai projektvárosi körbe is felvételt nyert. 2005-től a projektvárosok közötti tematikus együttműködések közül az Idősök Egészsége Munkacsoportjának tagja.

2014 márciusában a 16 európai várost tömörítő munkacsoport Győrben tartotta 2 napos szakmai értekezletét. A WHO szakértői és a részt vevő városok képviselői elismeréssel szóltak a Győrben folyó aktív idősügyi tevékenységről, valamint a szakmai program színvonalas megrendezéséről.

Győrben az első Idősök Egészségképe 2006-ban készült el, amelynek megújítására 2013-ban került sort. Ezen felmérések alapozták meg a 2007-2012, majd a 2013-2017 időszakra vonatkozó idősök életminőségének javítását célzó Koncepciót, amely 5 évre határozza meg feladatokat. Az anyag a Korbarát Városok Globális Hálózata által javasolt területekre (szabad terek és épületek, közlekedés, lakásügy, társadalmi részvétel, tisztelet és társadalmi integráció, állampolgári részvétel és foglalkoztatás, kommunikáció és információ, közösségi támogatás és egészségügyi szolgáltatások) vonatkozóan fogalmaz meg célkitűzéseket. 2007-ben alakult meg az Idősügyi Tanács is, amely az Önkormányzat, az idősökkel foglalkozó intézmények és a nyugdíjasok civil szervezetei együttműködésének fórumává vált. Feladata az idősokorú polgárok életkörülményeinek javítása, érdekeik védelme, információval való ellátása, az érintettek közötti kommunikáció elősegítése, a megfogalmazott észrevételek továbbítása az Önkormányzat felé.

Jelen előterjesztés 1. számú melléklete az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2014. évi feladattervének végrehajtásáról ad tájékoztatást, a 2. számú melléklete pedig a 2015. évi feladattervet tartalmazza.

Kérem a T. Közgyűlést a következő határozati javaslatok elfogadására!

### **HATÁROZATI JAVASLAT**

1. Győr Megyei Jogú Város Önkormányzatának Közgyűlése a „Tájékoztató az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2014. évi feladattervének végrehajtásáról” szóló beszámolót az 1. sz. mellékletben foglaltak szerint elfogadja.

2. A Közgyűlés „Az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2015. évi feladattervét” a 2. sz. mellékletben foglaltak szerint elfogadja.

Felelős: polgármester

Határidő: azonnal, végrehajtásra 2015. december 31.

2015. március 05.

  
Borkai Zsolt  
polgármester

## **Tájékoztató az idősek életminőségének javítását célzó koncepció 2014. évi feladattervéről**

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata a **Koncepció a Győrben élő idősek életminőségének javítására 2013-2017** célkitűzéseinek és feladatainak megvalósítása érdekében 2014-ben az alábbi tevékenységek végrehajtását vállalta:

### **I. ÉPÍTETT KÖRNYEZET, KÖZLEKEDÉS**

#### **SZABAD TEREK, ÉPÜLETEK**

**Cél: A városi környezetnek az idősek szükségleteit figyelembe vevő fejlesztése**

**Feladat:**

- Idősek számára találkozási pontok kialakítása, ahol az idősek közösségi életet élhetnek.
- Nyilvános illemhelyek számának bővítése.
- A várost lefedő felmérés alapján egy térképes tájékoztató anyag készítése, amely jelzi, hol találhatóak találkozási pontok, akadálymentes keresztezések, gyógyszertárak, „intelligens buszmegállók” stb., amely hasznos az idősek, de akár más korosztály illetve a turisták számára is.

*A város több pontján megújultak a parkok, közterek, amelyek az idősek számára is közösségi pontként szolgálhatnak. A Bercsényi ligetben pihenőligetet alakítottak ki a szépkorúak számára, számos közterület kapott padokat, amelyek a találkozási pontok kialakítását teszik lehetővé.*

#### **KÖZLEKEDÉS**

**Cél: Mobilitás, öngondoskodás elősegítése**

**Feladatok:**

- A közösségi közlekedés idősbarát megközelítése, egyenlő esélyű hozzáférés biztosítása. Az akadálymentes közlekedés elősegítése céljából, lehetőség szerint alacsony padlós járművek beszerzése. Jó gyakorlatok, lehetőségek kidolgozása a Kisalföld Volán Zrt-vel, amelyek segítik az idősek közösségi közlekedésben való akadálymentes részvételét. Az autóbusz járatok idősbarát átgondolása, preferált útvonalak átszállás nélküli megoldása (egészségügyi intézmények, szociális, kulturális szolgáltatások). Az autóbuszok beszerzésénél, az akadálymentes közlekedés elősegítése céljából, az alacsonypadlós járművek számának növelése.
- A gyalogos forgalmat segítő megoldások biztosítása, balesetmentes közlekedés támogatása (Jelzőlámpák áthangolása, áthaladás segítése hangjelzéssel, útfelületek javítása stb.).

*A Kisalföld Volán Zrt. 2014-ben is tájékoztatta az Idősügyi Tanács tagjait a közösségi közlekedését támogató fejlesztésekről, intézkedésekről. Az autóbuszvonal-hálózatban legutoljára 2014. október 13-tól történtek módosítások. Az idősek szempontjából ennek legfontosabb eredménye, hogy a preferált útvonalakat érintik (9, 11, 19, járatok útvonala), egyes járatok korrekciója pedig egyes városrészeket jobban kiszolgálják (14, 14B járatok). Az esélyegyenlőséget a 2011 óta működő utastájékoztató rendszer is segíti, amely mind vizuális, mind akusztikus tájékoztatást ad, az autóbuszok közlekedéséről. A rendszer 2014-ben 2 db új információs oszloppal bővült, amelyek a Híd utcai rendelőintézetnél és Rába Quelle Gyógy-Termál és Élményszállóknál, valamint a Mátyás Király téren találhatóak. A 98 db autóbusból 41 db alacsonypadlós, ebből 12 db csuklós.*

## LAKHATÁS- LAKÓKÖRNYEZET

**Cél:** Az időseknek minél tovább a saját otthonukban maradását elősegítő megoldások alkalmazása, szükség esetén közösségi ellátások feltételeinek biztosítása, az igények és a lehetőségek szerinti fejlesztése.

### Feladatok:

- A Wel-Hops ajánlások figyelembevételével az idős emberek lakásának speciális, önálló életvitel fenntartását segítő átalakításának támogatása (pályázat).

*Az idősek lakás átalakítási pályázatára 5 M Ft. összeg állt rendelkezésre, amelynek lebonyolítását 2014-ben is a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Nyugat-Dunántúli Regionális Központja végezte. A felhívásra 12 db pályázat érkezett, 9 db - 3 pályázó visszalépésével nyert támogatást a megvalósításra.*

## II. TÁRSADALMI KÖRNYEZET

### TÁRSADALMI RÉSZVÉTEL

**Cél:** A sikeres idősödést is elősegítve a szabadidő hasznos eltöltése, az ismeret átadás, kultúra iránti érdeklődés felkeltése, érték közvetítés megvalósítása.

### Feladatok:

- A generációk között kapcsolat, hagyományok továbbvitele, további oktatási intézmények bevonása a programba.
- A Széchenyi István Egyetem által működtetett Nyugdíjas Egyetem további szemesztereinek támogatása és ösztönzése.

*A Nyugdíjas Egyetem az élethosszig tartó tanulás lehetőségét teremti meg azok számára, akik időskorban is szeretnék ismereteiket bővíteni. Az Egyetem 2014 év szeptemberében már a kilencedik félévét kezdte meg. Az előadásokon szó volt a városi közlekedésről, építészetről, költészetről és járműiparról.*

*A kultúra népszerűsítése, a hagyományok és az értékek átadása a céljából került megrendezésre az Örökifjak Művészeti Fesztiváljának, amelyet Pannon Nyugdíjas Szövetség a nagy érdeklődés miatt két alkalommal is megszervezett.*

**Cél:** A kulturális szolgáltatások fejlesztése

### Feladat:

- Speciálisan az idős korosztály számára kínált programok széles körben való terjesztése. Idősbarát programszervezés (kedvezmények), könyvtári szolgáltatás eljuttatása minél több olvasni szerető idős emberhez.
- Az Idősügyi Tanács által hagyományosan, minden évben megrendezett események: Idősek Világnapja, Alkotó Nyugdíjasok Kiállítása, Mindenki Karácsonya támogatása.

*Speciálisan az idősek számára kínált és rendezett programok elősegítik a sikeres idősödést, alkalmat nyújt ismeretek, tapasztalatok átadására. Egyre több rendezvény igyekszik figyelembe venni az idősek igényeit, így programjait korbarát módon szervezi. Az Alkotó Nyugdíjasok Kiállítása ötödik alkalommal 11 idős alkotó több, mint 30 művét mutatta be, amelynek 2014. évi témája a festészet volt. Az Idősek Világnapja alkalmából a Városháza dísztermében szervezett telt házas, műsoros rendezvényen 50 fő részvételben hárman pedig emléklapot vehettek át az Önkormányzattól. Az ünnepség az idősek megbecsülését, közösségi munkájuk elismerését fejezte ki. A Mindenki Karácsonya rendezvény az egyedül álló idősek, nagycsaládosok, fogyatékossgal élők, alacsony jövedelmű és hajléktalan emberek számára biztosítja a lehetőséget arra, hogy szép környezetben, együtt ünnepeljenek, amelyhez*

*ünnepi műsort és karácsonyi ajándécsomagot az önkormányzat biztosít a Győri Művészeti és Fesztiválközpont közreműködésével.*

## **TISZTELET, TÁRSADALMI INTEGRÁCIÓ**

**Cél:** A döntéshozatalban való részvétel elősegítése, különböző szolgáltatásokhoz történő egyenlő hozzáférés biztosítása, a diszkrimináció mentesség kialakítása és fenntartása, az idősek helyzetéből adódó egyenlőtlenségek csökkentése (jövedelmi, lakásviszonyok), önellátási képesség csökkenéséből adódó hátrányok mérséklése.

### **Feladatok:**

- Információnyújtás és a döntések előkészítésében a véleményezés, javaslatétel széles körű lehetőségeinek megteremtése. A döntéshozatalban való részvétel feltételeinek biztosítása, döntéshozatalba való bevonás.
- Országos rendezvényeken való részvétel biztosítása.
- Az Idősügyi Tanács, a civil szervezetek, az ellátórendszer és a nyilvánosság különböző csatornáin keresztül a szervezetekhez nem tartozó idősek elérése és informálása.
- Magányos, nagyon idős emberek tájékoztatása, a jogosultságuknak megfelelő támogatásokhoz való hozzáférés elősegítése, ezzel esélyegyenlőségük javítása.
- Az idős emberek tapasztalatának, tudásának felhasználása, véleményük figyelembevétele.
- Az EESZI által biztosított szolgáltatásokról, programokról a lakosság széles körű tájékoztatása a média bevonásával

*Az Idősügyi Tanács lehetőséget teremt a városban élő idősek információval való ellátására, elősegítve a kommunikációt, az észrevételek továbbítását az döntéshozók felé.*

*A város idősei rendszeresen vesznek részt országos rendezvényeken (Országos Szavalóverseny, Nyugdíjas Expo), amelyekre az Önkormányzat biztosít utazási lehetőséget, vagy az Idősügyi Tanács keretéből kerül finanszírozásra.*

*Az Újbudai Önkormányzat kezdeményezésében, 13 önkormányzat részvételével létrejött idősügyi együttműködés, amely keretében a Győr városi Szenior Sakkbajnokságról, két fő szerzett részvételi jogot a Nagykanizsai Országos Bajnokságon való indulásra, amely az Önkormányzat támogatásával valósult meg.*

**Cél:** Az időskorúak diszkriminációjának megszüntetése, az esélyegyenlőség megteremtése, az idősek közösségi részvételének ösztönzése, társadalmi kapcsolatok erősítése.

### **Feladatok:**

- Önkéntesség ösztönzése idős korban.
- Beszélgető Hálózat önkéntesei számára rendszeres találkozási lehetőség biztosítása.
- Figyelmet fordítani, az időseket célzó vagy őket is érintő események, programok tekintetében a korbarát programszervezésre.
- Az időskorral kapcsolatos sztereotípiák, előítéletek csökkentése és a kirekesztődés, elszigeteltség megakadályozása érdekében új időskép kialakítása, amely az idős embernek az élet során felhalmozott tudását, tapasztalatát, a nyugdíjas évek alatti aktivitását, a családban betöltött segítő szerepét hangsúlyozza.
- Különböző generációk közötti találkozások rendszeresítése, ezáltal egymás megismerése, közös élmények, tapasztalatok szerzése.

*A Beszélgető Hálózat 2009 óta működik, tagjai olyan önkéntes nyugdíjasok, akik 4x4 órás képzést követően, heti rendszerességgel felkeresnek egy magányos embert társalgásra. A mentális gondozást jelentő hálózat 2014-ben, egy újabb kiképzett csoport révén 16 fővel bővült. A kezdeményezésből profitál a segített, akinek csökkenti az elszigeteltségét, magányosság érzetét, és a segítő is, aki hasznosnak érezheti magát, mert társadalmilag hasznos, mások számára értékes tevékenységet végez, és ennek révén egy közösséghez is*

tartozik.

A városban bővült a civil szerveződésű nyugdíjas klubok száma is, amelyek tagjai szintén önkéntesként végzik a szervezőmunkát. A klubokhoz tartozás lehetőséget ad programon, rendezvényen való részvételre, generációk közötti találkozásra, emellett közösségi aktivitást, hasznos elfoglaltságot nyújt az idősök számára.

A WHO Európai Egészséges Városok Idősök Egészsége Munkacsoport 2014. március 26-27-én Győrben tartotta szakmai értekezletét. A program lehetőséget biztosított két téma áttekintésére, az egyik az Egészség 2020 Európai Egészségstratégiához kapcsolódó célok megfogalmazása, a másik az Idősbarát Környezet Európában c. projekt kereteinek kialakítása és a jó gyakorlatok megismerése volt. Az értekezlet alkalmat nyújtott a győri tapasztalatok bemutatására is. A részt vevő európai városok és a WHO szakértői elismeréssel szölte a Győrben folyó idősügyi tevékenységről.

**Cél: Az időskorra való felkészülés során a tudatosság növelése, az idősödés folyamatát kísérő változásokra való felkészülés elősegítése**

- Információ átadás az idősödéssel járó változásokról, támogatni az egészségtudatos magatartás fontosságának megértését, elfogadását.

A TÁMOP-5.4.9-11/1-2012-0021 pályázat céljai között szerepelt a város lakosságának tájékoztatása az idősödéssel járó változásokról, és arról, hogy probléma esetén milyen segítségnyújtási lehetőségek vehetők igénybe. A projekt egyik fontos eleme volt, hogy az idősök hozzátartozóinak korszerű ismereteket, tájékoztatást nyújtsanak az időskori sajátosságokról, a szakszerű gondozás, ápolás mikéntjéről a Hozzátartozói Fórum és egy képzés keretében. További cél volt a helyi társadalom érzékenyítése az idősök problémái iránt. A projekt eredményeként létrejött az „Idősvonal”, ami egy call center, amely telefonos, internetes és személyes megkeresést is lehetővé tesz az idősökkel és ellátásukkal kapcsolatos kérdések megválaszolására, bejelentések fogadására.

## **ÁLLAMPOLGÁRI RÉSZVÉTEL, FOGLALKOZTATÁS**

**Cél: Az alacsony jövedelemmel rendelkező nyugdíjasok felkutatása, támogatása**

**Feladatok:**

- Az alacsony nyugdíjból élők tájékoztatása a támogatásokról, jogosultságuknak megfelelő szolgáltatás biztosítása.
- Programok biztosítása, amelyek ingyenesen vehetők igénybe, ezzel is elősegítve, hogy mindenki számára elérhetőek legyenek.

Az egyenlő esélyű hozzáférés elősegítése, a szolgáltatásokhoz való hozzáférés javítása érdekében az idősöket érintő információkról minél szélesebb körben történt tájékoztatás (Győr+ hetilap, [www.gyor.hu](http://www.gyor.hu)). A Polgármesteri Hivatal Népjóléti Osztályának vezetője gyakran tart tájékoztatást nyugdíjas klubokban az ellátásokról. A rendezvények, programok szervezésekor kiemelt figyelmet kapott az térítési díj nélküli hozzáférés, ezzel is elősegítve az elérhetőséget.

**Cél: Az 50 és 60 év feletti korcsoportba tartozók foglalkoztatásának javítása (a Munkaügyi Központtal való együttműködés keretében).**

**Feladatok:**

- Álláskeresési technikák, önmenedzselés képességének fejlesztése kiemelten az érintett korcsoportba tartozóknál. A még aktív korú munkavállalók körében (50 év feletti tartós munkanélküliek) a képzési hajlandóság javítása elhelyezkedési esélyeik növelése érdekében.

Az Idősügyi Tanács ülésén Székely Tamás, a Győr-Moson-Sopron Megyei Kormányhivatal

*Győri Járási Hivatal Járási Munkaügyi Kirendeltségének vezetője tartott tájékoztatást az 50 év felettiek foglalkoztatási lehetőségeiről. Kitért a nyugdíj melletti foglalkoztatás, részmunkaidős és egyéb atipikus foglalkoztatási formák elősegítésére, átképzések, álláskeresési technikák, önmenedzselés képességének fejlesztésére a korosztályon belül.*

**Cél: A sikeres idősödés elősegítése, az idősök tudásának és tapasztalatának átadása, a hasznosság érzet fenntartása, kialakítása.**

**Feladat:**

- Az önkormányzati intézményeknek az oktatási intézményekkel közös programok szervezése, a tapasztalatok átadására.
- A kortárs segítségnyújtásban való szerepvállalás elősegítése.

*Az Időskorúak Kortárssegítő programjában, 2014 júniusában 15 klub képviselője vett részt egy képzésen. A munkát segítették az Áldozatsegítő Szolgálat, rendőrségi pszichológus és a Győri Rendőrkapitányság Közlekedésrendészeti osztályának munkatársai. A résztvevők tesztet tölthettek ki, majd oklevelet kaptak a képzés elvégzéséről, illetve minden résztvevő egy oktatócsomagot kapott, amelynek segítségével át tudja adni a tanultakat a saját klubjában.*

**Cél: Aktivitás, önkéntes munkavállalás elősegítése. Az 50 és 60 év feletti korcsoportba tartozók foglalkoztatásának javítása.**

**Feladatok:**

- A „Beszélgető Hálózat” működésének folyamatos biztosítása, találkozási, továbbképzési, ventilálási lehetőségek az önkéntesek számára, a résztvevők körének bővítése újabb képzéssel.
- Az önkéntes munkával kapcsolatos további lehetőségek feltárása.
- Az 50 év feletti álláskeresők számára továbbképzési lehetőségek biztosítása.

*A Beszélgető Hálózat tagjainak havonta találkozási, továbbképzési, feltöltődési lehetőséget biztosítunk a Gyermek Házában.*

## **KOMMUNIKÁCIÓ, INFORMÁCIÓ**

**Cél: Az egészséges idősödés, a pozitív időkép közvetítése a helyi társadalom számára, az idősöket érintő információk eljuttatása a szenior korosztály minél szélesebb rétegeihez.**

**Feladatok:**

- A város lakosságát szélesebb körben informálni az Időügyi Tanács munkájáról. Az Időügyi Fórum lehetőséget teremhet a tájékoztatásra és a visszacsatolásra is.
- A 2013. évi Idősök egészségképe és a Konceptió az idősök életminőségének javítására 2013-2017. dokumentumok szélesebb körben történő megismertetése.
- A lakosság tájékoztatása a szociális támogatásokkal kapcsolatban, azok megismertetése, elérhetőség módja közérthető nyelven.
- A Győr+ hetilapban állandó rovat lehetőségének biztosítása az idős korosztály számára.
- Számítógépes képzéseknél az önkéntes munka lehetőségének számbavétele a számítógépes tudással rendelkező nyugdíjba vonulók körében.
- Telefonos információs centrum működtetése (Call-e-mail center – Idősvonal)

*Az Időügyi Tanács munkájáról, illetve az önkormányzat idősök érdekében végzett tevékenységéről az idősklubokban is kaptak tájékoztatást az érdeklődők.*

*Az Idősök Egészségképe és a Konceptió az idősök életminőségének javítására 2013-2017 dokumentumok kiadvány formájában is megjelenik, így minél szélesebb körben megismerhetik a Győrben élő idősök egészségi jellemzőit és képet kaphatnak azon tevékenységekről, amelyeket város az itt élő idősök érdekében végez.*

*A TÁMOP-5.4.9-11/1-2012-0021 számú pályázat keretében létrejött az Idősvonal elnevezésű*



telefon-és e-mail központ, amely 2013. december 01-jén kezdte meg működését, ezzel is segítve az idősek és hozzátartozóik információval történő ellátását. 2013. december 01-től 2014. július 31-ig 841 megkeresés történt, amelyből 475 fő telefonon, 358 fő személyesen 1 fő postai úton, 7 fő pedig e-mailben jelzett.

Fontos szerepet játszik a pozitív időskép alakításában a Kisalföld heti rendszerességgel megjelenő „Ezüstkor” című rovata, amely az idősek aktivitásáról ad képet.

## **KÖZÖSSÉGI TÁMOGATÁS, EGÉSZSÉGÜGYI ÉS SZOCIÁLIS SZOLGÁLTATÁSOK**

**Cél:** Az egészségügyi és szociális szolgáltatások elért színvonalának megtartása, a hozzáférésben lévő egyenlőtlenségek csökkentése, a megelőző szolgáltatások hatékonyságának javítása.

### **Feladatok:**

- Egészség műveltség fejlesztése az idősek körében, közérthető információ biztosítása az ellátórendszer működéséről.
- A jelenleg folyamatban lévő, új szolgáltatás elérési utak és az információáramlás könnyítése céljából kialakított telefon és e-mail központról a lakosság széleskörű tájékoztatása több csatornán keresztül.
- A nyugdíjas szervezetek összejövetelein a témával kapcsolatban rendszeres tájékoztatás nyújtása. Kiemelt figyelmet fordítani a megelőző egészségügyi szolgáltatások pl. oltások, szűrővizsgálatok szélesebb körű hozzáférhetővé tételére.

*Az Arrabona Városi Nyugdíjas Egyesület „Egészségre nevelő és szemléletformáló életmód” című (TÁMOP-6.1.2-11/1-2012-0829) pályázatának fő célja az egészségfejlesztés idősek körében. A program fenntarthatóságát a klubok a pályázat lezárása után is vállalták, önállóan szervezve egészség műveltséggel kapcsolatos előadásokat, tájékoztatókat.*

*A szolgáltatási utak elérése és információ áramlás elősegítésének érdekében fontos előrelépés az Idősvonal telefon-és e-mail központ elindítása. Az Idősvonal egy kommunikációs csatorna, ahol információ kérhető célcsoportot érintő szociális szolgáltatásokról. Mindezek mellett a hagyományos információáramlási útvonalakra is biztosítottak (nyomtatott szóróanyagok). A csatorna lehetőséget kínál az idős lakosság, illetve hozzátartozóik számára a problémák megoldására, segítségnyújtásra és krízishelyzetek jelzésére is.*

**Cél:** Az önellátási képesség megőrzése időskorban, a hasznosság érzet fenntartása, megteremtve az egészséges időskor megélésének lehetőségét. Az időskorra történő felkészülés folyamatának tudatosítása. Az egészség megőrzésének, fenntartásának elősegítése idős korban.

### **Feladat:**

- Az egészséges életmód népszerűsítése a médiában és a civil szervezeteken keresztül.
- Az egészség megőrzése érdekében ingyenes szűrővizsgálatok biztosítása több városrészben.
- A betegségek megelőzése céljából ismeretterjesztés, információs anyagok eljuttatása az idősek részére.

*Az Arrabona Városi Nyugdíjas Egyesület pályázatának részeként 17 előadás, 3 egészség nap, és öt csoportfoglalkozás valósult meg az idősek egészségesebb életmódjának elősegítésére (TÁMOP-6.1.2-11/1-2012-0829). A témák érintették az időskorban leggyakrabban előforduló betegségeket, azok megelőzését, időskori aktivitást, egészséges táplálkozást és az alkoholfogyasztást. A program a pályázat lezárása után is folytatódik az idősklubokban.*

*Az egészség műveltség terjesztését, az idős korban is egészséges életmód népszerűsítését szolgálja az Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző rendezvénysorozat is, amely 2014-ben*

9 helyszínen és városrészben nyújtott lehetőséget az egészségi állapotfelmérésre, és információ átadásra szűrővizsgálatok, tanácsadás és egyéb szolgáltatások révén.

**Cél: Az aktív idősödés folyamatának elősegítése. A mentális egészség megőrzése az időskorra történő felkészülés támogatásával, a rizikófaktorok mérséklése, valamint az idősök körében gyakran előforduló mentális betegségek korai felismerése, kezelése.**

**Feladatok:**

- A mentális egészséget elősegítő stratégiák támogatása, személyes kapcsolatok erősítése, fizikai aktivitás, diszkriminációmentes társadalmi környezet kialakítása.
- A lakosság széleskörű tájékoztatása az időskorban előforduló mentális betegségekről, tüneteiről és a korai beavatkozás lehetőségéről.
- Az izoláció következtében kialakuló depresszió megelőzésére támogatni kell az idősök közösségi programokon való részvételének lehetőségét.

**Cél: Fizikai aktivitás ösztönzése, a betegségek krónikussá válásának megelőzése, a multimorbiditás kialakulásának elkerülése, a fizikai állóképesség megőrzése és javítása, a megfelelő energia egyensúly fenntartása, egészségtudatos magatartás kialakítása.**

- A fizikai aktivitást biztosító programok, pl. Városrészi szépkorúak sportja, szenior sportprogramok további támogatása, ösztönzése, a lehetőségek körének bővítése további városrészek bekapcsolásával.
- Az idősök aktivitásának és egészségmegőrzésének ösztönzésére fürdőbérletek biztosítása.
- Az idősök számára is könnyen, ugyanakkor nagy hatékonysággal végezhető mozgásformák megismertetése. Fontos az egyén fizikai állapotának és képességeinek figyelembevétele, ennek megfelelő mozgásforma ajánlása.
- A helyi és városrészi médiumok, illetve az idősügyi szervezetek által nyújtott lehetőségek kihasználása a szemléletformálásra, a mozgás hasznosságának, egészségre gyakorolt pozitív hatásainak megismertetésére, újabb helyi mozgásprogramok kezdeményezésére, népszerűsítésére.

*Az önkormányzat támogatásával 7 városrészben biztosított a Szépkorúak Tornája, amelyet ingyenesen vehettek igénybe az idősök. Ugyancsak a fizikai aktivitást segíti elő a 200 db fürdőbérlet, amelyre évről-évre számíthatnak a nyugdíjas, mozgáskorlátozott és nagycsaládos sportolni, kikapcsolódni vágyók.*

*A már hagyományosan megrendezésre kerülő Tavaszi, Őszi Sport és Egészségnap a szenior korosztálynak is kínál mozgásprogramokat. A nyugdíjas klubokban is nagy hangsúlyt kap a fizikai aktivitás, ezért szerveznek olyan jellegű programokat, amelyek lehetőséget adnak a sportolásra (kirándulások, túrák, gyalogló napi rendezvények).*

*Az Arrabona Városi Nyugdíjas Egyesület „Egészségre nevelő és szemléletformáló életmód” című pályázatában több alkalommal is érintették az idősök fizikai aktivitását, egyéni mozgástípusok, mozgásformák ajánlásával (jóga, Nordic Walking,), kitérve arra, hogy miért fontos a mozgás időskorban.*

*Az EESZI is nagy hangsúlyt fektet a gondozottak egészségi állapotának, fizikai aktivitásának fenntartására, ezért rendszeresen biztosítanak számukra mozgás lehetőségeket. Ilyen például a sárkányhajózás, a spinning (teremkerékpár) és a nordic walking (speciális gyaloglás) vagy az ülőtorna az egyén állapotától függően.*

**Cél: Az egészséges táplálkozás elterjesztése, az egészséges élelmiszerek és étkezési szokások ösztönzése az idősök körében.**

**Feladat:**

- Minél szélesebb körben szükséges megismertetni az időskori egészséges táplálkozást,

annak sajátosságait, egészségre gyakorolt hatását.

- Az egészséges táplálkozásról tájékoztató anyag terjesztése, szóbeli tájékoztatók és tanácsadás.

*Az Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat keretében több városrészben is kaptak tájékoztatást a résztvevők az egészséges táplálkozásról, egészséges élelmiszerekről és a zöldség-gyümölcsfogyasztás fontosságáról. A helyszíneken dietetikus adott tanácsot egyes betegségek kapcsán követendő étkezési szokásokról. A rendezvénysorozat 9 városrészben, egészséges élelmiszerekből kóstolót is biztosított a résztvevők számára.*

**Cél: Az addiktív szerek használatának visszaszorítása. A nemdohányzók védelme és a dohányzásról leszokás támogatása.**

**Az alkoholfogyasztás mérséklése, az alkohol szervezetre gyakorolt káros hatásainak tudatosítása, a kulturált alkoholfogyasztás ajánlásainak figyelembevétele.**

- Ismeretterjesztés, tájékoztatás a dohányzás okozta ártalmakról. Tájékoztatás a túlzott alkoholfogyasztás káros hatásairól, kulturált alkoholfogyasztás ajánlásairól.
- Dohányzásról leszokást támogató csoport indítása igény szerint.

*Az Arrabona Városi Nyugdíjas Egyesület egészségfejlesztési pályázatában az alkohol hatásairól és a kulturált alkoholfogyasztásról is tartottak tájékoztató előadást.*

**Cél: Az időskori gyógyszerhasználat optimalizálásnak elősegítése, sajátosságainak megismertetése.**

- Tájékoztató az időskori gyógyszerhasználat sajátosságairól, az indokolatlan, az elégtelen, illetve nem orvosi utasításnak megfelelő gyógyszerhasználat veszélyeiről.

**Cél: Az idősök biztonságának elősegítése, a sérülések megelőzése, az erőszak és az öngyilkosság elleni programok megvalósítása, valamint a biztonságos lakhatás elősegítése.**

**Feladat:**

- Közösségi elesés-megelőző beavatkozások, programok biztosítása az idősök számára.
- Tájékoztatás az idősekkel foglalkozó szervezetek, intézmények összejövetelein, rendezvényein a rendőrségi bűnmegelőzési szakembereinek valamint a Győr-Moson-Sopron Megyei Kormányhivatal Igazságügyi Szolgálat Áldozatsegítő Osztály munkatársainak részvételével.
- Fokozottabb rendőri ellenőrzések, a közvilágítás rendszeres ellenőrzése.

*A mindennapi életet végigkísérik az olyan előre nem látható események, amelyek kisebb-nagyobb balesetet okozva, veszélyeztetik a testi épséget, ilyen balesetek az idősök mozgásukban korlátozott emberek esetén nagyobb valószínűséggel fordulnak elő. Ennek megelőzésére nyújtott segítséget az a speciális módszer, amelyről az Idősügyi Tanács ülésén hangzott el tájékoztató az Esések Iskolája alapító és szakmai vezetője, Dobrotka Béla részéről.*

*Az „Idősen biztonságban” c. program keretében több idősklubban történt személyes beszélgetés. Tájékoztatás történt a sérelmükre elkövetett bűncselekmények elkövetési magatartásairól, megelőzés lehetőségeiről, baleset-megelőzésről. Az önkormányzat és az EESZI „Fejlesztés a szolgáltatásokban rejlő lehetőségek jobb kiaknázásával és partnerkapcsolatok erősítésével” c. pályázatban a már korábban említett Időskorúak Kortárssegítő programja kapcsán az EESZI 12 klubjában került sor beszélgetésre.*

**Cél: A szociális szolgáltatások szinten tartása. Azoknak az időskorúaknak a támogatása, akik már önmaguk nem képesek mindennapi életvitelüket fenntartani és alapvető ellátási szükségletekkel rendelkeznek. Olyan magas minőségű szolgáltatások biztosítása,**

**amelyek elsődlegesen az idős emberek saját otthonában igénybe vehetők, életminőségük ily módon fenntartható.**

**Feladatok:**

- Az idős korosztályról meglévő ismeretek folyamatos megújítása annak érdekében, hogy az újonnan jelentkező szükségletekre rugalmasan lehessen reagálni a szolgáltatások tartalmával. A szociális támogatások szinten tartása, a szociális szolgáltatások szakmai színvonalának megtartása, a különböző szolgáltatáselemek összekapcsolása.
- A demens időseket ellátó csoport további működtetése, a szolgáltatás szükségletekhez igazítása.
- Az egészségügyi és szociális ellátórendszer működésének összehangolása, az ügyfél utak egyszerűsítése.

*A TÁMOP-5.4.9-11/1-2012-0021 számú pályázat fő célkitűzése volt, hogy a meglévő alapszolgáltatási formák hozzáférésén javítson és a hatékonyabb kihasználást segítse elő. Ennek érdekében új szolgáltatás elérési utakat dolgoztak ki, amelyek fő fókusza a szakmák közti együttműködési színterek kialakítása és erősítése volt. A projekt feladata volt az egészségügyi alapellátások és szociális alapszolgáltatások közötti kapcsolat erősítése, amely javítja az időskorú lakosság szolgáltatók általi elérését, így komplexebb gondoskodást tesz lehetővé.*

*Az Otthon utcában jelenleg is működik a demens időseket ellátó csoport, a maximális 7 fő ellátottal, ahol 6.30 és 16.30 óra között biztosítják a szolgáltatást, de az igény ennél nagyobb létszámra is lenne.*

## **Javaslat az idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2015. évi feladattervére**

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata az Idősök életminőségének javítását célzó koncepció 2013-2017 célkitűzései és feladatainak megvalósítása érdekében a 2015. évben az alábbi tevékenységek végrehajtását vállalja:

### **I. ÉPÍTETT KÖRNYEZET, KÖZLEKEDÉS**

#### **KÜLSŐ-ÉS BELSŐ TEREK, ÉPÜLETEK**

**Cél: A városi környezetnek az idősök szükségleteit figyelembe vevő fejlesztése.**

Feladatok:

- Tovább kell folytatni az olyan közösségi terek kialakítását, amelyek találkozási pontként szolgálnak az idős emberek, és az őket tömörítő civil szervezetek számára.
- Városrészenként padok kihelyezése igény szerint, ezzel is elősegítve az idősök közösségi életét.
- A nyilvános illemhelyek számának növelése.

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: Költségvetés lehetőségei szerint

#### **KÖZLEKEDÉS**

**Cél: Mobilitás, öngondoskodás elősegítése**

Feladatok:

- Az akadálymentes közlekedés biztosítása a gyalogos és közösségi közlekedést igénybevevők számára (Járdák, buszmegállók burkolatának javítása, akadálymentesítése, alacsonypadlós autóbuszok számának növelése). Gyalogos forgalmat segítő megoldások támogatása, a balesetmentes és biztonságos közlekedés érdekében (hangjelzéssel ellátott gyalogátkelőhelyek, jelzőlámpák áthangolása, a mozgásukban korlátozottak biztonságos átkelése érdekében).
- Egészségügyi intézmények személygépkocsival történő megközelítésének elősegítése, parkolás támogatására lehetséges megoldások keresése.
- Az autóbusz menetrendek kialakításánál lehetőség szerint az idősbarát szempontok figyelembevétele, a változásokról közérthető tájékoztatás.

Felelős: polgármester, jegyző

Határidő. folyamatos

Forrás: Költségvetés lehetőségei szerint

#### **LAKHATÁS, LAKÓKÖRNYEZET**

**Cél: Az idősöknek saját otthonukban maradását elősegítő megoldások alkalmazása.**

Feladatok:

- Az önálló életvezetést elősegítő lakás átalakítási pályázat támogatása, segítségnyújtás Wel-Hops ajánlások figyelembevételével.

Felelős: polgármester

Határidő: 2015. december 31.

Forrás: Önkormányzati költségvetés 5 M Ft.

## **II. TÁRSADALMI KÖRNYEZET**

### **TÁRSADALMI RÉSZVÉTEL**

**Cél: Kultúra iránti érdeklődés felkeltése, érték közvetítés megvalósítása, az élethosszig tartó tanulás lehetőségének megteremtése. A szabadidő hasznos eltöltése, ismeretek átadása az idős korosztály számára, tudásuk, tapasztalatuk megbecsülése.**

Feladatok:

- A Széchenyi István Egyetem által Nyugdíjas Egyetem további szemesztereinek támogatása és ösztönzése.
- Az idősök érdeklődési körébe tartozó képzések felkutatása, hozzáférhető tétele, kedvező feltételekkel (nyelvtanulás, informatikai képzés...).
- „Nyitott Nemzedék” Nyugdíjasok Győri Szabadegyeteme folytatásának ösztönzése.
- A kulturális tevékenységek, az ismeretterjesztés és a szabadidő eltöltés területén a generációk együttműködését segítő programok kiterjesztése

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: -

### **Cél: Kulturális szolgáltatások fejlesztése**

Feladatok:

- Kulturális programok kínálata széles körben, speciálisan az idős korosztály számára. Kiemelt figyelem a korbarát programszervezésre, amely révén a rendezvények, programok igazodnak a nyugdíjasok igényeihez, sajátosságaihoz (ingyenes, vagy kedvezményes belépési lehetőség, hely és időpont, amely könnyíti a hozzáférést).
- Az évről-évre megrendezett programok és rendezvények támogatása (Idősök Világnapja, Alkotó Nyugdíjasok Kiállítása, Mindenki Karácsonya ünnepség).

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke

Határidő: folyamatos

Forrás: Idősügyi Tanács kerete 750 E Ft.

### **TÁRSADALMI INTEGRÁCIÓ**

**Cél: A döntéshozatalban való részvétel elősegítése. Egyenlő esélyű hozzáférés biztosítása a különböző szolgáltatások terén. Az idősök helyzetéből adódó hátrányok, illetve egyenlőtlenségek (jövedelmi, lakásviszonyok) csökkentése, megszüntetése.**

Feladatok:

- Az Idősügyi Tanácson keresztül az idősök döntéshozatalban való részvételének biztosítása, döntéshozatalba való bevonásuk.
- A szervezetekhez nem tartozó idősök és hozzátartozóik elérése, informálása, az Idősügyi Tanács, a civil szervezetek és az ellátórendszer csatornáján keresztül, a média bevonásával.
- Az idősöket összefogó civil szervezetek működésének támogatása, „fiatal idősök” bevonása.
- Országos rendezvényeken való részvétel biztosítása.
- A szolgáltatásokhoz történő hozzáférés javítása a tájékoztatás széleskörűvé tételével, az idősök internet használatra tanításával, valamint a részükre biztosított kedvezményekkel és azok megismertetésével.
- A közös programok, találkozások elősegítik generációk közötti távolság csökkentését.

- EESZI által kínált lehetőségek: szükségletalapú szociális szolgáltatások, generációs programok városi és városrészi szinteken, a lakosság rendszeres tájékoztatása a média bevonásával.

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke, EESZI igazgatója

Határidő: folyamatos

Forrás: Idősügyi Tanács kerete 150 E Ft.

**Cél: Az idősök közösségi részvételének ösztönzése, társadalmi kapcsolatok erősítése, az idős közösségek működésének támogatása. Időskorúak esélyegyenlősége, előítéletek sztereotípiák megszüntetése, pozitív időskép kialakítása.**

Feladatok:

- Szemléletformálás, pozitív időskép támogatása, az idős emberhez való pozitív hozzáállás fontosságának hangsúlyozása, amelynek a média kulcsfontosságú eszköze. Az idős emberek tapasztalatának, tudásának felhasználása, véleményük figyelembe vétele.
- A szervezetekhez nem tartozó idősök megtalálása, feljük információs csatorna kiépítése.
- Önkéntes tevékenység ösztönzése, szervezése időskorban. Az önkéntesség, az önkéntes munka lehetőséget teremt a társadalmi részvételre, valamint a hasznosság érzésével tölti el az embereket, hogy másokért tehetnek. Ez megakadályozza az idősök társadalmi elszigetelődését és elmagányosodását, ezáltal fokozza a mentális jólétet.
- A Beszélgető Hálózat önkéntesei számára rendszeres találkozási lehetőség biztosítása.

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke

Határidő: folyamatos

Forrás: Idősügyi Tanács kerete 80 E Ft.

**Cél: Felkészülés az időskorra. Tudatosság növelése, ismeretközlés, az időskortól való félem csökkentése, az idősödés folyamatát végigkísérő változásokra való felszülés elősegítése.**

Feladatok:

- A különböző generációk közötti találkozások rendszeressé tétele, együttesen végzett tevékenységek által egymás megismerése, közös élmények, tapasztalatok szerzése.
- Információ átadás az idősödéssel járó változásokról a lakosság egésze számára. A preventív szemlélet, az egészségtudatos magatartás fontosságának megértése, elfogadása.
- EESZI által kínált lehetőségek: Hozzátartozók folyamatos tájékoztatása az idősödés folyamatáról, az időskorban várható változásokról, gyakori betegségekről.

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke, EESZI igazgatója

Határidő: folyamatos

Forrás: Idősügyi Tanács kerete, EESZI költségvetése

## **ÁLLAMPOLGÁRI RÉSZVÉTEL, FOGLALKOZTATÁS**

**Az idősök képviselőit még hatékonyabbá tételére a döntéshozatalban, az idősök szélesebb rétegeinek bevonása a döntések előkészítésébe.**

Feladatok:

- Az Idősügyi Tanács tagjai, illetve tagintézményei, tagszervezetei közötti együttműködés továbbfejlesztése, több kibővített, kihelyezett üléssel, markánsabb érdekképviselet meghívott idősök bevonásával.
- Az Idősügyi Tanács tagjainak személyesebb találkozási lehetőségek biztosítása a városban élő idősökkel, illetve a városban működő intézményekkel, szervezetekkel, szakemberekkel.

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke

Határidő: folyamatos

Forrás: -

**Cél: Az alacsony jövedelemmel rendelkező nyugdíjasok felkutatása, támogatása.**

Feladatok:

- Az alacsony nyugdíjból élők tájékoztatása a támogatásokról, részükre a jogosultságuknak megfelelő szolgáltatás biztosítása.
- Mindenki számára elérhető programok, rendezvények biztosítása, amelyek térítés mentesen vehetők igénybe.

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: -

**Cél: Az 50 és 60 év feletti korcsoportba tartozók foglalkoztatásának javítása a Munkaügyi Központtal való együttműködés keretében.**

Feladatok:

- Pozitív kép kialakítása a munkáltatók felé az 50 és 60 év feletti korcsoportba tartozókról.
- Részmunkaidős foglalkoztatás szorgalmazása meghatározott életkoron felül.
- Álláskeresési technikák, önmenedzselés képességének fejlesztése kiemelten az érintett korcsoportba tartozóknál.
- A munkahelyi betegségek megelőzése, egészséges életmód elősegítése a munkahelyeken.
- A kor alapján történő diszkrimináció csökkentése.

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: -

**Cél: A nyugállományra való felkészülés segítése, nyugdíjba vonulók átsegítése a kezdeti időszak nehézségein, önmegvalósítás támogatása.**

Feladat: .

- Információs és tanácsadó szolgálat kialakítása nyugdíjba vonulóknak (segítségnyújtás, pszichológiai, egészségügyi és életmód tanácsadás), önkéntes vagy közfoglalkoztatás keretében.

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: -

**Cél: Az idős embereknek erőforrásként történő alkalmazása, az aktivitás, önkéntes munkavállalás elősegítése**

Feladatok:

- Az idős emberek érték közvetítésének, tapasztalatainak átadására megfelelő lehetőségek biztosítása az oktatási területen vagy akár a kortárs csoportokban.
- Civil szervezetek önkéntes munka iránti érdeklődésének, igényének felkeltése.
- A Beszélgető Hálózat működésének folyamatos biztosítása, találkozási, továbbképzési lehetőségek, szupervízió tagok számára. A résztvevők körének bővítése, újabb képzéssel.

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke

Határidő: folyamatos

Forrás: Idősügyi Tanács kerete 300 E Ft.

**KOMMUNIKÁCIÓ, INFORMÁCIÓ**



**Cél: Pozitív időskép közvetítése a helyi társadalom számára, az információk eljuttatása a szenior korosztály szélesebb rétegeihez.**

Feladatok: .

- Elősegíteni, hogy az idősebb korosztály körében magasabb arányban rendelkezzenek a háztartások, illetve az időügyi civil szervezetek számítógéppel, valamint az élethosszig tartó tanulást, az informatikai ismeretek elsajátítását, bővítését.
- A lakosság tájékoztatása az igénybe vehető szociális támogatásokról, elérésének módjáról (közérthető nyelvezettel).
- A város lakosságát szélesebb körben szükséges informálni az Időügyi Tanács munkájáról (Időügyi Fórum, honlapok, helyi média, civil szervezetek, egyéb csatornák.).
- A Győr+ hetilapban állandó rovat lehetőségének biztosítása az idős korosztály számára.
- A nem nyomtatott média közérthetőbb kommunikációja (tempó, stílus, magyarázat, ismétlések).
- A civil szervezetekről aktuális elérhetőségek biztosítása.

Felelős: polgármester, Időügyi Tanács elnöke

Határidő: folyamatos

Forrás: Időügyi Tanács kerete 50 E Ft.

**Cél: Az informatikai kultúra fejlesztése, hozzáférés javítása a Győrben élő idősök körében.**

Feladatok:

- A Számítógépekkel ellátott közösségi terek számának bővítése. Az idősklubok ezáltal nem csak a társas kapcsolatok ápolásában, a lelki egészség megőrzésében játszhatnak szerepet, hanem információs központokká válhatnak sokak számára.
- A számítógép használat előnyeinek megismertetése, elfogadtatása az idősebb korosztályhoz tartozókkal.
- Számítógépes képzések a „Nagyi-Net” keretében önkéntes diákok és esetleg számítógépes ismeretekkel rendelkező önkéntes nyugdíjasok közreműködésével.

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: Költségvetés lehetőségei szerint

## **KÖZÖSSÉGI TÁMOGATÁS, EGÉSZSÉGÜGYI ÉS SZOCIÁLIS SZOLGÁLTATÁSOK**

**Cél: Az egészségügyi és szociális szolgáltatások színvonalának megtartása, a megelőző szolgáltatások hatékonyságának javítása.**

- Az idősklubokban rendszeres tájékoztatás az egészségügyi és szociális szolgáltatásokról.
- Egészség műveltség fejlesztése az idősök körében.
- Az új szolgáltatás elérési utak és az információáramlás könnyítése céljából kialakított „Idősvonal” telefon- és e-mail központjáról további tájékoztatás, a lakosság szélesebb rétegeinek elérése érdekében.

Felelős: polgármester, Időügyi Tanács elnöke

Határidő: folyamatos

Forrás: Időügyi Tanács kerete

**Cél: Az egészséges időskor, egészség megőrzése és fenntartása idős korban. Felkészülés az idős korra, valamint az idős ember a változásokra reagálva képes legyen megőrizni önállósági képességét.**

Feladatok:

- Az idős korosztály számára ingyenes szűrővizsgálatok biztosítása szélesebb körben, lehetőséget teremtve a peremkerületekben élők számára is.
- Figyelmet fordítani a betegségek megelőzésének fontosságára tipikus problémákra való fókuszálás, tanácsadás, ismeretterjesztés révén. Az egészséges életmód népszerűsítése a médiában és a civil szervezeteken keresztül.

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke, WHO koordinátor

Határidő: folyamatos

Forrás: Idősügyi Tanács kerete, WHO keret

**Cél: A mentális egészség megőrzése időskorban, az idősök körében gyakran előforduló mentális betegségek korai felismerése, kezelése.**

Feladatok:

- Az izoláció következtében kialakuló depresszió megelőzése, társadalmi integráció révén (közösségi programok, idős szervezetek és idősklubok támogatása).
- Beszélgető Hálózat továbbfejlesztése.
- Az EESZI-ben tematikus kiscsoportos foglalkozások keretében segítségnyújtás szakemberek és önkéntesek szerepvállalásával.

Felelős: polgármester, EESZI igazgatója

Határidő: folyamatos

Forrás: -

**Cél: A fizikai aktivitás ösztönzése. Fizikai állóképesség megőrzése és javítása, egészségtudatos magatartás kialakítása.**

Feladatok:

- Az idősök számára is könnyen ugyanakkor nagy hatékonysággal végezhető mozgásformák megismertetése.
- Fizikai aktivitást biztosító, népszerűsítő sportprogramok ösztönzése és támogatása lehetőség szerint újak kezdeményezése (Szépkorúak Tornája 7 városrészben, Tavaszi-és Őszi Sport és Egészségnap, Szenior Sporttalálkozó stb.).

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: Önkormányzati költségvetés, Szépkorúak Tornája 3 M Ft.

**Cél: Egészséges táplálkozás, étkezési szokások ösztönzése az idősök körében.**

Feladatok:

- Az idősök számára minél szélesebb körben szükséges megismertetni és népszerűsíteni az egészséges táplálkozást.
- Tájékoztató anyagok terjesztése az időskori egészséges táplálkozásról.
- EESZI által kínált lehetőségek: diétás tanácsadás, egészséges ételek elkészítése.

Felelős: polgármester, Idősügyi Tanács elnöke, EESZI igazgatója

Határidő: folyamatos

Forrás: Idősügyi Tanács kerete

**Cél: A dohányzásról leszokás támogatása az 50 év feletti lakosság körében. Az alkoholfogyasztás mérséklése, az alkohol szervezetre gyakorolt káros hatásainak tudatosítása. Az időskori gyógyszerhasználat optimalizálása.**

Feladatok:

- Tájékoztatás, ismeretátadás a dohányzás és az alkoholfogyasztás káros hatásairól.

- Leszokást támogatására segítő csoportok indítása.
- Tájékoztató az időskori gyógyszerhasználat sajátosságairól, az indokolatlan, elégtelen, illetve nem orvosi utasításnak megfelelő gyógyszerhasználat veszélyeiről.

Felelős: polgármester, WHO koordinátor

Határidő: folyamatos

Forrás: WHO keret

**Cél: Az időskorban előforduló sérülések megelőzése, biztonságos lakhatás elősegítése. Az idősök sérelmére elkövetett bűncselekmények megelőzése.**

Feladatok:

- Tájékoztatás a lakásokban található veszélyforrások felmérésének elősegítésére, javaslatok a kiküszöbölés módjára.
- A lakás átalakítási pályázatról szélesebb körű tájékoztatás
- Testmozgás programok az elesések kockázatának csökkentésére.
- A pszichotrop szerek körültekintő felírása az elesések kockázatának csökkentése érdekében.
- Bűnmegelőzési szakemberek részvétele az idősklubok összejövetelein.

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: -

**Cél: Szociális szolgáltatások biztosítása, minőségének szinten tartása.**

Feladatok:

- A szociális támogatások és szolgáltatások szakmai színvonalának megtartása.
- A demens időseket ellátó csoport további működtetése, lehetőség szerinti bővítése.

Felelős: polgármester

Határidő: folyamatos

Forrás: költségvetés lehetőségei szerint