



A Legjobb Önkormányzati
Gyakorlatok Programja

PÁLYÁZATI FORMANYOMTATVÁNY

Legjobb Önkormányzati Gyakorlatok 2021

1. Pályázati témakör:

I. Önkormányzati idősellátás jó gyakorlatai kiemelten az otthoni szolgáltatások és ellátások jó gyakorlatai

(Csak azt az egy témakört hagyja itt, amire pályázni kíván, a többit törölje ki. Egy adatlapon egy témában pályázhat, azonban benyújthat pályázatot akár mind a négy témakörben)

2. A település neve: Budapest, 12. kerület Hegyvidék

Lakosságszám: 55 947 fő

Megye: Budapest Polgármester neve: Pokorni Zoltán

Polgármester e-mail címe: polgarmester@hegyvidek.hu

Polgármester telefonszáma (lehetőleg mobil): +36 1 3565846

Adóerőképesség/fő, 2020: 49.142 Ft/fő

Önkormányzat költségvetési főösszege 2020: 21.073.449.920 Ft

Önkormányzat költségvetési főösszege 2021: 23.789.248.000 Ft

Jelen önkormányzati gyakorlat (projekt) teljes költségvetése éves szinten: 8.388.000 Ft

Közvetlen kedvezményezettek (akár becsült) száma (akiknek kimutathatóan segítséget nyújtott bármely szempontból ez a jó gyakorlat): 500 fő

Közvetett kedvezményezettek becsült száma: 2 200 fő

3. A település bemutatása (elsősorban a téma szempontjából releváns alapinformációk):

A kerület állandó lakosságának száma 55 947 fő, ebből 14 867 fő 65 év feletti (27%), jelentősen meghaladja a fővárosi átlagot, közülük 62% a nő. 2018-as várható élettartam a férfiak esetén 78,7, míg a nőknél 82,1 év, második legmagasabb a fővárosban. A nagymérvű előrecedés és az idősek arányának növekedése fokozott kihívások elé állítja az ellátórendszert. Mivel a demencia kialakulásának egyik legnagyobb rizikója az életkor előrehaladása, az érintettek száma növekszik. Kerületünkben a demenciával élők pontos számát nem tudjuk, a rendelkezésre álló adatok alapján számukat 1100 főre becsüljük. A demenciával élők ellátása hatalmas terhet ró a hozzátartozókra és a szociális rendszerre.

(max. 100 szó)

4. A jó gyakorlat elnevezése

Demencia Iroda

alcím: Demenciával élők és hozzátartozóik célzott segítése

5. Adjon rövid összefoglalót a jó gyakorlatról!

Kérjük, vegye figyelembe, hogy amennyiben pályázatuk a döntőbe kerül, ezt a rövid leírást a pályázatot kiírók sajtócélokra is felhasználhatják.





A Demencia Iroda fontos feladata, hogy a különböző memóriaveszteséget okozó betegségekkel kapcsolatban információt nyújtson olyan témákkal kapcsolatban, amik nem igényelnek orvosi szakértelmet, illetve hangsúlyt fektet megelőzésre, programjaival hozzájárul az egészséges idősödés támogatáshoz. Az egészségügyi- és a szociális ellátórendszer túlterhelt, kapacitáshiánnyal küzd, a hozzátartozók támogatására pedig nincsen energia, a családok magukra maradnak a diagnózist követően. Fontos lenne a társadalom érzékenyítése, hogy a betegséghez kapcsolódó stigma oldódjon, hiszen ez a betegség bárkit utolérhet és mindannyian szeretnénk méltányos bánásmódban részesülni, méltóságunkat megőrizni. Ezzel a felismeréssel indította útjára a Hegyvidéki Önkormányzat önként vállalt feladatként a Demencia Irodát a Hegyvidéki Szociális Központon belül 2020. március elsejével. Céljai közé tartozik a figyelem felkeltése a témával kapcsolatban, információs anyagok készítése, Alzheimer Café előadások szervezése, adatbázis építése, a demenciával élők és gondozók életminőségét javító szolgáltatások feltérképezése és rendszerezése, valamint a kerületi szolgáltatók érzékenyítése és szakmai napok, hozzátartozói csoportok szervezése, együttműködés kiépítése más intézményekkel. A demenciabarát közösség a demenciával élők és családtagjaik életének megkönnyítésén túl törekszik olyan közösségi szemlélet kialakítására, mely a demenciával élőket támogatja, hogy a számukra elérhető legjobb életminőségben éljenek, elismerjék, képességeikhez mérten bevonják a döntésekbe, értelmet adó tevékenységet végezhessenek és ameddig csak lehetséges, függetlenek maradjanak, melyet a megfelelő városi fizikai és intézményi környezet kialakítása is elősegít.

(max. 200 szó)

6. Felhasználtak-e európai uniós vagy egyéb pályázati forrásokat, támogatásokat a jó gyakorlat megvalósításában?

Nem

Igen , a benyújtott projektjavaslat azonosító száma:

(Kérjük x-szel jelölni a fenti felsorolásból!)

7. A jó gyakorlat szakmai felelőse és a pályázati kapcsolattartással megbízott személy adatai (ide, és a vezető címére fogunk küldeni minden értesítést):

Név és az önkormányzatnál betöltött pozíció:	Kocsis Judit Ilona, Demencia Iroda vezetője
Postai cím:	1126 Budapest, Böszörményi út 20-22.
Telefon:	
Mobiltelefonszám	+36 30 630 9513
E-mail cím:	demenciairoda@hszk.hu

INFORMÁCIÓK A JÓ GYAKORLATRÓL

7. A település legfőbb problémái

Hivatkozzon hivatalos dokumentumokra, amennyiben az szükséges.





A Hegyvidéki Esélyegyenlőségi Program (HEP, 2013), az Idősügyi Konceptió (2013) és az ITS felülvizsgálatát előkészítő kutatási jelentés (2020) egyaránt hangsúlyozza, hogy a kerület lakosságában kiemelkedő arányt képviselnek az idősek, amely a hazánkban az átlagosnál magasabb várható élettartammal párosul. Az utóbbi dokumentum rámutat, hogy a demencia kialakulásának esélye növekszik az idősödéssel. A kutatás megállapította, hogy az egyszemélyes, jobbára nőkből álló háztartások aránya magas, az időskori egyedüllét fokozhatja az elmagányosodást, a kapcsolatok beszűkülését és a depresszió kialakulását, melyek rontják az életminőséget, továbbá erős rizikófaktor. A HEP külön kiemeli, hogy a demenciával élők számára hiányoznak szolgáltatások, e hiány enyhítésére törekszik az Iroda.

(max. 100 szó)

8. A probléma leírása, amelyre a jó gyakorlat megoldást nyújt

Írja le az okokat, összefüggéseket, amelyre a jó gyakorlattal választ kívántak adni, megnevezve a célcsoportokat, a módszereket, időzítést is.

A demencia főlbukkanása jelentős feladatnövekedést jelent a családtagok, az egészségügyi rendszer és a szociális ellátórendszer számára egyaránt. A demenciával kapcsolatban még mindig kevés az információ. A családok sokszor magukra maradnak demenciával élő hozzátartozójukkal, nem tudják, kihez fordulhatnak segítségért. A betegséghez erős tabu kötődik, sokan rejtegetik otthonukban a beteget. A tabu mellett erős a tagadás is, emiatt az érintettek általában későn, már a középsúlyos állapotban kerülnek diagnosztizálásra, pedig a korai felismerés kulcsfontosságú lenne. A bezárkózás, az elszigetelődés, a szégyenérzet tovább súlyosbitja a helyzetet, az időskori izoláció, elmagányosodás depresszióhoz vezethet. A demencia mellett általában további egészségügyi problémák is fennállnak, melyek kezelésre szorulnak. A 24 órás gondozás, a segítség és a szabadidő hiánya az elsődleges gondozást vállaló hozzátartozó kimerüléséhez vezet, aki így maga is megbetegedhet. A Demencia Iroda célcsoportjai elsősorban a gondozást végző hozzátartozók, illetve a betegséggel érintettek, valamint a kerületben elérhető intézmények és szolgáltatások. Az érintettek számára információ nyújtással, kölcsönözhető könyvekkel, Alzheimer Caféval és önéngítő csoporttal állunk rendelkezésre. A prevenció hasonlóan fontos, ezért az egészséges idősödést támogató színes programokat szervezünk a jelentősebb ünnepek köré csoportosítva. Társadalmi érzékenyítést folytatunk híres emberek bevonásával. Fokozott hangsúlyt helyezünk az online eszközökre és jelenlétre és a továbbiakban is folytatni kívánjuk a járvány hatására újdonságként bevezetett innovatív eszközeinket.

(max. 200 szó)

9. A jó gyakorlat bevezetésének céljai

Mit kívántak elérni a jó gyakorlat bevezetésével? Ki a jó gyakorlat célcsoportja? Miért gondolja jó gyakorlatnak a gazdaság koronavírus járvány utáni helyreállításához?



Handwritten signature in blue ink.



A Demencia Iroda elindításának célja, hogy az érintettek tovább megőrizhessék önállóságukat és a lehető legtovább élhessenek otthonukban, megszokott környezetükben. A hozzátartozóknak abban segítünk, hogy információt nyújtunk a betegséggel kapcsolatban, a különböző programokkal pedig emellett kikapcsolódást biztosítunk, ezáltal csökkentve a kiégés veszélyét. Az önszorgató hozzátartozói csoport alkalmas alulról szerveződő támogatói közösség kialakulására. A releváns szolgáltatások és ellátások ismertetése hozzájárul a gondozó hozzátartozó tehermentesítéséhez. A társadalmi- és a kerületi szolgáltatók érzékenyítésével a demenciához kötődő stigma oldódik, az izoláció csökkenthető. A támogató, biztonságos fizikai környezet kialakítása segíti az érintettek életminőségének javítását. A kerületben elérhető szolgáltatások hálózatba fűzése az ellátás minőségét és gyorsaságát fokozza.

(max. 100 szó)

10. A jó gyakorlat kezdeményezése és előkészítése

Ki kezdeményezte a probléma megoldását (önkormányzat, állampolgárok, civil szervezet, gazdasági társaság stb.)? Ki tervezte meg a jó gyakorlatot, és milyen lépésekkel (stratégiaalkotás, akcióterv, projektjavaslat stb.) tervezték annak végrehajtását? A jó gyakorlat az önkormányzat általános stratégiájának része vagy speciális stratégiát alkottak erre a célra? Miért e kezdeményezés mellett döntöttek? Mikor kezdték és mennyi ideig tartott az előkészítés?

Budapest 12. kerületében „Alzheimer Café” – elnevezésű, bárki számára nyitott a memóriavesztéssel járó betegségekkel foglalkozó fórum havi rendszerességgel, civil kezdeményezésre 2018. januárjától működött a Hegyvidéki Kulturális Szalonban, amelyet az önkormányzat a helyiség biztosításával, illetve az előadók díjazásával segített. Emellett igény mutatkozott kisebb, kötetlenebb, rugalmasabb és a változó igényekre proaktívan reagáló alkalmakra, így 2018. októberében létrejött „Emlékeztető” névvel egy önszorgató hozzátartozói csoport. Az érintettekkel való találkozásból leszűrtek azt mutatták, hogy a családok erős információ hiánytól szenvednek, úgy érzik, magukra vannak hagyva, és szervezettebb segítségre lenne szükségük. Érezhető volt a probléma súlyosbodása. A kezdeményezést az önkormányzat ezért fölkarolta és megalakította a Demencia Irodát a Hegyvidéki Szociális Központon belül, 2020. március elsejével. Az iroda létrejötté rímelt a Hegyvidéki Esélyegyenlőségi Programban azonosított hiányosságokra és kihívásokra; valamint az Idősügyi Konceptióban megfogalmazott célokra, különösen a szociális szolgáltatások javítását tekintve a demenciával élők és hozzátartozóik esetében. Az Önkormányzat vezetése fontosnak érezte, hogy legyen egy olyan szervezeti egység, ahol a demenciával kapcsolatos -nem orvosi vonatkozású- információ egy helyen elérhető, az adekvát szolgáltatások megismerhetőek, és ami erősíti az egészségügyi- és a szociális ellátórendszer közötti kapcsolatot. A Demencia Iroda működését és feladatkörét a kerületi szociális ágazat vezetői közösen vázolták fel. Az Iroda indulása gyakorlatilag egybeesett a járványhelyzet kihirdetésével, így a megvalósítás ennek megfelelően módosult, innovatív módszerek kerültek bevezetésre, hogy az érintettek magányát és elszigetelődését – amennyire eszközei engedték – enyhíteni tudja.

A koncepció kialakításakor a Demencia Iroda működési körének meghatározásakor és kivitelezése közben az Önkormányzat érintett munkatársaival a demenciához kötődő szakmák képviselőivel széles körben folyamatos konzultáció történt. A COVID-19 jelentette kihívások részben a tevékenységek átértékelésére, részben új, kreatív megoldásokra sarkalltak bennünket, jelenlétünk súlypontját az online térbe helyezve.

(max. 300 szó)





11. Ki menedzselte a jó gyakorlat kialakítását és végrehajtását?

Felmerült-e valamilyen probléma, és ha igen, melyek voltak azok, és hogyan oldották meg azokat? Kellett-e módosítani a kezdeti terveken, illetve a járvány utáni vagy közbeni helyreállítás, fejlesztés érdekében milyen változtatásokra van szükség a menedzsmentben?

A jó gyakorlat kialakítását a kerületi szociális ágazat vezetői és a Demencia Iroda vezetője közösen végezték, meghatározva a koncepciót. A jó gyakorlat menedzselését a Demencia Iroda vezetője látja el, folyamatos visszacsatolással a felsőbb vezetők felé.

A járvány kezdetekor kihirdetett korlátozások a Demencia Iroda működését is jelentősen befolyásolták. A személyes találkozások és a jelenléti programok megszűntek – így az Alzheimer Café rendezvényeit sem tarthattuk meg, illetve a többi eseményt is átalakítani kényszerültünk. A személyes találkozások hiánya a demenciával élők hozzátartozói esetében különösen negatív következményekkel járhat, az amúgy is beszűkült kapcsolatokat tovább rombolva. A betegeknel pedig az otthonról való kimozdulás hiánya, a kevesebb interakció és inger állapotuk súlyosbodásához vezethetett. Ezért a Demencia Iroda céljaként tűzte ki, hogy ezalatt az időszak alatt célzottan nyújtson információt az otthonmaradás körülményeinek javítására demenciával élők és az egészséges idősök esetében is.

A kerület különböző intézményeivel való együttműködés szélesebb közönség elérésére adott lehetőséget. Fokozott hangsúly került az egészségügyi intézményekkel való közös munkára és az információ több szintű becsatornázására.

A járvány után terveink szerint visszatérünk a jelenléti tevékenységekhez, azonban igyekszünk megőrizni azokat a járvány időszaka alatt kidolgozott újításainkat, amelyek hosszabb távon is hasznosnak és hatékonyak bizonyultak. Az online eszközök használata a célközönség jóval szélesebb körének elérését és a visszacsatolás, információ begyűjtésének újfajta megoldásait teszik lehetővé.

(max. 300 szó)

12. A jó gyakorlat megvalósítása

Milyen tevékenységeket és mennyi ideig folytattak a jó gyakorlat végrehajtása során? Ki volt a végrehajtó? Hol valósult meg a tevékenység? Van-e partnere az önkormányzatnak a jó gyakorlat végrehajtásában, és ha igen a partnerek mivel és mennyiben járultak hozzá a megvalósításhoz?

A Demencia Iroda eddigi működése során négy fő területen végzett tevékenységet, melyek az információ nyújtás, értelmet adó tevékenységek segítése demenciával élő személyek esetében, társadalmi érzékenyítés és az egészséges idősödés támogatása, egészségmegőrzés.

Információ nyújtás többféle módon is megvalósult. Szerettük volna, hogy a kerületi Alzheimer Café a lezárás alatt is megtalálja működési formáját. Igyekeztünk olyan felületet találni, ahol a „könnyű elérhetőség” megmaradt, ezért esett a választás a facebook-ra, melyet tapasztalataink szerint az idősök szívesen használnak. Élő, interaktív adásokkal jelentkezünk, ahol a felmerült kérdésekre azonnal tudunk reagálni. Az adások többsége a későbbiekben is visszanezhető maradt. Önkéntes előadók mellett érintettek is sokszor részt vettek a beszélgetésekben. Körüljárva a demencia témakörét, orvosokat, pszichológusokat, pszichiáterekeket, mentálhigiénés szakembereket, szenior-táncoktatót, jogászt, szociális szakembert, szociológust, lelkeszt, építészt, kutatót szólaltattunk meg. 2020-ban márciustól decemberig 12 adásra került sor, 2021. június közepéig pedig négy alkalom



aj



valósult meg. Az elhangzott előadásokból tartalmi kivonat készült, ezek a kerületi Hegyvidéki Újságban jelentek meg, információt juttatva az internetet nem használók köréhez is. Ezen a csatornán keresztül sok megkeresés érkezett.

Információ nyújtást segíti a folyamatos telefonos kapcsolattartás az Irodához forduló érintettekkel, valamint a rendelkezésre álló „mini-könyvtár”, ahol hozzátartozóknak biztosítunk ingyenesen kölcsönözhető szakirodalmat.

A gondozó hozzátartozóknak nehézséget okozott a lezárás alatt a hosszú napok bezártsága, a beteg számára értelmet adó tevékenység biztosítása. Ezért önkéntesek bevonásával, valamint a Hegyvidéki Zöld Iroda közreműködésével „Tavaszcímű” füzetet készítettünk, mely ötleteket, témákat adott. 2020. decemberében virtuális könyvbemutatót szerveztünk hasonló témában.

Célunk a demenciabarát kerület kialakítása, melynek fontos eleme a társadalmi érzékenyítés. 2020. őszén, a járványügyi előírások betartása mellett ingyenes filmbemutatót tarthattunk, ahol a „Hűség” c. filmet vetítettük. Az Alzheimer Világnapon figyelemfelkeltő sétát szerveztünk, melyet Monspart Sarolta világbajnok tájfutó, a kerület díszpolgára vezetett. A séta végén kerületi szenior táncosok táncoltatták meg a résztvevőket, ráirányítva a figyelmet a demencia problémája mellett a mozgás örömeire és fontosságára is.

Az egészséges idősödés támogatását a Demencia Iroda kiemelt fontosságúnak tartja, a prevenció hatására javul az életminőség, nő az egészségben eltöltött évek száma, ezáltal csökken a szociális- és egészségügyi rendszerre háruló terhelés is. A Hegyvidéki Kulturális Szalonnal együttműködve, a vírushelyzetre való tekintettel online formában részt vettünk a Hegyvidéki Művészeti Napok és Szalon Egészségnapok szervezésében és megvalósításában, bevonva a Szent János Kórház Egészségfejlesztési Irodáját is, akik az orvosszakmai háttérrel biztosították. A Demencia Iroda által készített tartalmak a program ideje alatt voltak elérhetőek. A tartalomkészítésbe a Hegyvidéki Televíziót is bevontuk. A Kulturális Szalon online Virtuális Adventi Kalendáriumában karácsonyi témájú Alzheimer Cafével vettünk részt, a tízéves Szalon programsorozatba szintén bekapcsolódtunk.

(max. 400 szó)

13. Milyen módszereket alkalmaztak a helyi lakosok bevonására a gyakorlat előkészítése és megvalósítása során?

A kerületi Alzheimer Café és az önszervező hozzátartozói csoport működése során érkeztek visszajelzések, hogy milyen típusú segítségre lenne szüksége a gondozó hozzátartozóknak és az érintetteknek. Ezen visszajelzések alapján, az információ hiányra reagálva hozta létre a Hegyvidéki Önkormányzat a Demencia Irodát. A Demencia Iroda a működése során folyamatosan kapcsolatban van az érintettekkel és igyekszik rugalmasan reagálni a felmerült problémákra. Online -nem reprezentatív – felméréssel vizsgáltuk a kerületi Alzheimer Café vírushelyzet alatti működését, visszajelzést kérve a résztvevőktől. A Tavaszváró füzetrel kapcsolatban igényfelmérést végeztünk, melyet figyelembe vettünk a tartalom kidolgozásánál. A hozzánk forduló kérései alapján dolgozunk új ötletek megvalósításán.

(max. 100 szó)

14. A jó gyakorlat eredményei (amennyire lehet, kérjük, hogy számszerűsített indikátorokat használjon)





Számszerűsített indikátort az online adások területén tudunk a legjobban alkalmazni, ahol a videók megtekintésének számát nyomon lehet követni. Az adásokat több oldalon is megosztották, így nem csak a helyi lakosok el érték el, azonban a nem reprezentatív felmérés kimutatta, hogy az adásokat követők 27%-a Budapest 12. kerületében él.

Online Alzheimer Café élő adások:

2020.

„Ami többet ér ezer tablettánál - a 'Normalizáció' alapelveinek követése a demencia-gondozásban” – **3200 megtekintés**

„Az öregedés kihívásai: gondolatok a jövő öregjeinek” – **972 megtekintés**

„Otthonlét járvány idején” – **651 megtekintés**

„Tánc ötven felett, a demencia elleni küzdelem egyik legjobb módja” – **2800 megtekintés**

„Ha úgy érezzük, hogy eljött az ideje a demenciával élő hozzátartozóknak bentlakásos otthonba költözésének..” – **875 megtekintés**

„Ép ér, ép ész – megelőzés, megőrzés, megoldás” – **867 megtekintés**

„Demenciabarát környezet” – **956 megtekintés**

„Otthonápolás: nehézségek és lehetőségek” - **1600 megtekintés**

2021.

„Döntéshozatal és életvégi kérdések demenciával élők esetén” – **1100 megtekintés**

„Beszélgetés az Alzheimer kór tüneteiről és a kivizsgálás lehetőségeiről” – zárt zoom beszélgetés, **21 résztvevő**

„Beszéli-e Ön a demencia nyelvét?” – **401 megtekintés**

Hegyvidéki Művészeti Napok keretében (felvételtől):

„Hogyan kerüljük el az időskori magányt?” – **543 megtekintés**

„Időjárás és stroke kapcsolata” – **294 megtekintés**

„Bemutatkozik a Hegyvidéki Szociális Központ” – **72 megtekintés**

„Mozogjunk minden nap fél órát” – **207 megtekintés**

Virtuális Szalon Egészségnapok keretében (felvételtől):

„Kommunikáció demenciával élőkkel” – **82 megtekintés**

Virtuális Adventi Kalendárium részeként (felvételtől):

„Gondolatok az adventi időszakról” – **57 megtekintés**

SZALON 10 rendezvénysorozaton belül (felvételtől)

„Kávézott-e Alois Alzheimer?” – **63 megtekintés**

Online könyvbemutató (felvételtől):

„Együtt töltött idő - Közösségi játékok, aktivitások demenciával élőknek” szerzők: Kosztáné Hadházi Tünde - Somorjai Ildikó - Török Emőke - **196 megtekintés**

Jelenleg 14 hozzátartozóval vagyunk rendszeres telefonos kapcsolatban. Szakirodalom kölcsönzést 4 hozzátartozó vett igénybe. A 2020. szeptemberében tartott figyelemfelkeltő





sétán több, mint 40 résztvevő volt jelen. A filmvetítésen a járványügyi korlátozások miatt 12 fő vehetett részt.

(max. 300 szó)

15. Milyen hatással volt a jó gyakorlat végrehajtása a 8. pontban felsorolt problémákra!

Megfelelő információ nyújtásával a Demencia Iroda segítségére van azoknak a családoknak, akik a diagnózist követően magukra maradnak egy számukra teljesen új helyzetben. Az előadások, beszélgetések lehetőséget adnak arra, hogy a résztvevők választ kapjanak kérdéseikre.

A 24 órás gondozás kimerítő és sokszor megbetegítőleg hat a gondozást vállaló hozzátartozóra. Ha megfelelően felkészül, ha tudja, hogy milyen kapaszkodók állnak rendelkezésre, akkor megelőzhető az elfáradtság, kiégés. A Demencia Irodában a hozzátartozóknak lehetőségük van a ventilálásra, illetve szempontokat kaphatnak a lehetséges erőforrások feltérképezéséhez.

A demencia szóhoz erős stigma kötődik. Ahhoz, hogy a tabut lebontsuk, szükség van arra, hogy minél szélesebb körben ismertté tegyünk a tünetegyüttest. Ezért a Demencia Iroda társadalmi érzékenyítést is folytat, a témát népszerűsítő filmek bemutatásával, országos figyelemfelkeltő sétához való csatlakozással. Igyekszünk hiteles, ismert kerületi embereket felkérni arra, hogy járuljanak hozzá arcukkal a munkánkhoz.

A covid okozta lezárás miatt a demenciával élők és hozzátartozóik még jobban ki voltak téve az izoláció, az elmagányosodás veszélyének. Az Iroda programjaival megszólította őket, éreztetve az érintettekkel, hogy nincsenek egyedül.

A prevenció kiemelten fontos, megelőzéssel csökkenthető a memóriavesztéssel járó megbetegedések száma. A jó gyakorlat keretében hangsúly került az egészségmegőrzésre, támpontokat adtunk fizikai és mentális jólétünk megőrzéséhez egyaránt.

Az ellátórendszerben lévő szolgáltatások közötti kommunikáció javításával az ellátás hatékonyabbá tehető.

(max. 200 szó)

16. Készült-e hivatalos elemzés a jógyakorlat eredményeiről? Ki tartja nyilván az eredményeket, és milyen módon?

A jó gyakorlat eredményeit a Demencia Iroda vezetője tartja nyilván, rögzítve a megvalósult programokat és a résztvevők számát, illetve beszámoló formájában összefoglalót készített. A honlapra feltöltésre kerülnek a cikkek, összefoglalók.

<https://hegyvidekigondozas.hu/hirek>

Nem reprezentatív online felmérés készült a kerületi Alzheimer Café járványhelyzet alatti virtuális működésével kapcsolatban. A felmérés eredménye szerint az élő adások követőinek 27%-a kerületi lakos. Igényfelmérés előzte meg a Tavaszváró füzet elkészítését, majd utólagos visszacsatolást kértünk a felhasználhatóságról.

(max. 100 szó)





17. Népszerűsítették-e a jó gyakorlatot, és milyen módon?

Kik ismerték meg a jó gyakorlatot, és mennyire voltak elégedettek azzal? Más települési önkormányzat megismerte-e a jó gyakorlatot? Tudomása szerint alkalmazta-e már más települési önkormányzat is az Önök jó gyakorlatát?

A Demencia Iroda népszerűsítésére eddig két ízben nyílt lehetőség hivatalos formában.

2020. december 4-én „Merre tovább Alzheimer/Memória Cafék?” címmel EFOP-1.9.4-VEKOP-16-2016-00001 számú „A szociális ágazat módszertani és információs rendszereinek megújítása” c. kiemelt projekt és a Hegyvidéki Szociális Központ együttműködésének keretében létrejött online szakmai napon innovatív, demenciával élőket és hozzátartozóikat segítő megoldások kerültek bemutatásra. Ennek keretében a Demencia Iroda vezetője előadást tartott az Iroda tevékenységéről.

2021. április 13-án Alzheimer/Memória Café-k Módszertani Támogatása - módszertani támogatás és segítségnyújtás a demenciával élők professzionális és informális gondozásában (1.1.a) EFOP-1.9.4-VEKOP-16-2016-00001 azonosítószámú kiemelt projekt keretében megvalósult online szakmai napon a Demencia Iroda vezetője a járványhelyzet alatt megvalósított virtuális Alzheimer Caféről beszélt.

Mindkét eseményen pozitív visszajelzések érkeztek a kezdeményezéssel kapcsolatban.

A kerületi online Alzheimer Café-k meghívóit és videóit más településen működő Alzheimer Café-k megosztották, illetve a megosztásokon keresztül olyan településekre is eljuthattak ezek a videók, ahol nem működik Alzheimer Café. Megkeresés érkezett egy budapesti kerületből a jó gyakorlat megismerésére.

Tudunk arról, hogy működnek demencia- tanácsadók és koordinátorok néhány településen, kapcsolatban vagyunk a kollégákkal. Önként vállalt önkormányzati feladatként azonban más települési önkormányzatban tudomásunk szerint nem működik hasonló iroda, melynek komplex feladata az érintettek támogatása, a társadalmi érzékenyítés, a hálózatépítés – vagyis a helyi erőforrások felkutatása és összekötése, valamint a prevenció.

(max. 200 szó)

18. Források

Mennyibe került a jó gyakorlat végrehajtása (becsült teljes költségvetési főösszeg) és milyen pénzügyi forrásokat használtak fel? Mekkora volt a jó gyakorlat összes forrásigénye (emberi erőforrás az önkormányzaton belül és azon kívül is, számítógépek, irodák, más eszközök)? Okozott-e megtakarítást a jó gyakorlat az önkormányzat költségvetésében, és ha igen, akkor milyen módon és mekkora összegben?

A jó gyakorlat az intézménynél, mint az önkormányzat által fenntartott intézménynél, az éves költségvetésből került és kerül finanszírozásra. Az intézményben a személyi feltételek egy rész munkaidős szociálpolitikus személyében biztosítottak. Rajta kívül önkéntesek részvételével valósul meg a program – a jó gyakorlat, mind a segítők, mind az előadók vonatkozásában. Mindezek ismeretében a személyi juttatások összege: 5.208.e Forint, és a dologi költségek hozzávetőlegesen, nem számítva a napi munkavégzéshez biztosított eszközöket és költségeket: 180 e Forint.

(max. 200 szó)



Handwritten signature



19. A jó gyakorlat fenntarthatósága

Folytatják-e a jó gyakorlat végrehajtását, és ha igen, milyen forrásból finanszírozzák azt? Milyen módon hat a jó gyakorlat eredménye a jövőre nézve? Van-e valamilyen világos, intézményesült mechanizmusa (hivatalos dokumentum, az állampolgárok magatartásváltozása stb.) a gyakorlat folytatásának a jövőben?

Önkormányzati intézmény költségvetési forrásából, valamint lehetséges pályázati erőforrások bevonásával folytatjuk a jó gyakorlatot. Az Iroda hosszútávú céljait programjában rögzítette. Az Iroda munkája hozzájárul a méltó idősor megéléséhez. Fontos, hogy a demencia tünetegyüttesét megismerve, az érintett embert megfelelően segítve oly módon támogassuk, hogy önállóságát minél tovább megőrizhesse. Ehhez szükséges, hogy a fizikai és a társadalmi közeg elfogadó, befogadó legyen, ismerje és felismerje alapszinten a tüneteket, képes legyen megfelelően reagálni, ami célja a társadalmi érzékenyítésnek. A hozzátartozói információnyújtás mérsékli a gondozói kiégés veszélyét, a beteg tovább maradhat otthonában. A prevenció a betegség kialakulásának esélyét csökkenti, az egészségben eltöltött évek számát növeli.

(max. 100 szó)

20. A jó gyakorlat átvételének lehetősége, annak lehetséges szerepe a koronavírus járvány alatti, utáni gazdaságélénkítésben

Miért gondolja, hogy a jó gyakorlat más önkormányzatok számára hatásos lehet? Van-e valamely speciális előfeltétele (szervezési, pénzügyi, földrajzi stb.), hogy más önkormányzatnak segítséget tudjanak nyújtani a jó gyakorlat átvételéhez? Mit tud felajánlani segítségül ahhoz, hogy más önkormányzat is alkalmazza az Önök gyakorlatát (tanulmányutak, látogatók fogadása, képzés, dokumentumok, szakértői támogatás stb.)?

A demencia ellátással kapcsolatban hiány mutatkozik a tünetegyüttesrel kapcsolatos ismeretekben, az érintett szakmák közötti együttműködésben, a szakosodott intézményekben egyaránt. A gondozási feladat nagyrészt a hozzátartozókra hárul. Önkormányzatunk saját erőforrásból valósított meg olyan szolgáltatást, aminek feladata a felsorolt hiányok enyhítése. A demencia ma már ösztársadalmi probléma, helyi szinten érinti az önkormányzatokat. A jó gyakorlat átvétele hatékonyabbá teheti az ellátást, javítja az érintettek életminőségét. Az ellátás jobb szervezettsége segítheti a hozzátartozót abban, hogy a munkaerőpiacon maradjon. A prevenció növeli az egészségben eltöltött évek számát, ezáltal enyhítve az egészségügyi- és a szociális intézményekre háruló terhelést. Szakértői támogatást tudunk nyújtani, valamennyi dokumentumot rendelkezésre bocsájítjuk.

(max. 100 szó)

21. Tanulságok, megjegyzések

Mutassa be, hogy mit lehetne még javítani a jó gyakorlat ismételt vagy további végrehajtása során! Melyek voltak a legnagyobb kihívások, amelyekkel a végrehajtás során szembesültek? Melyek a levonható tanulságok? A mostani helyzetben milyen adaptációkra lesz szükség?

A járványhelyzet kialakulásával személyes találkozások nélkül kellett elindítani egy teljesen új kezdeményezést. Emiatt a kezdeti célokhoz képest szükséges volt módosítani a működést és a virtuális megvalósításra helyezni a hangsúlyt.

A személyes szakmai eszmecserék sokkal jobban elősegítik a hálózatépítést, az információcserét





egyaránt, és az együttműködés lehetőségét növelik. Ugyanakkor az online tér lehetőséget adott távolabb élő szakemberek bevonására is.

Nagyon fontos, hogy meg tudjunk szólítani olyan szakembereket, akik közérthetően tudnak információt nyújtani a demenciával kapcsolatban. Előfordult, hogy egy-egy előadás túl szakmaira sikerült, amit a hozzátartozók nem mindig tudtak követni.

Szükséges a rendezvények hírének szélesebb körű ismertetése. Azt is tapasztaltuk, hogy a vírushelyzet megjelenésével igény mutatkozott a virtuális programokra, azonban az idő múlásával csökkent a lelkesedés, és egyre kevesebben tekintették meg az így felkínált programokat, illetve nem mindig tudtuk a célcsoportot megfelelően megszólítani.

Az önkéntesek nagy fokú bevonása csökkenti a kiszámíthatóságot és az ismételhetőséget, hiszen nem várható el tőlük, hogy mindig rendelkezésre álljanak. Ugyanakkor a téma iránt elkötelezett szakemberek rendszerint nagyon lelkesen elvállalták a felkérést, a segítő szándéknak nem volt híja. A programok szervezése során törekedtünk arra, hogy kerülethez kötődő szakértőket kérjünk fel önkéntes feladatra, az ő bevonásuk növeli a helyi társadalom érzékenységét a probléma iránt, előmozdítja a hatékonyabb összefogást.

(max. 200 szó)

Fontos információk a pályázat benyújtásáról

A pályázati formanyomtatvány formájában változtatható az egyes kérdésekre vonatkozó terjedelmi keretek megtartásával.

A pályázatot **egy-egy elektronikus példányban (word és pdf formátumban)** (sabjan@toosz.hu és a toth@toosz.hu e-mail címre) kell benyújtani, legkésőbb **2021. június 30-án 24:00 óráig. Az érvényes pályázat feltétele** még egy 8-10 szöveges-képes diából álló **MS Power Point (ppt) prezentáció** és egy 2 perces **videó** is (ez lehet akár egy mobiltelefonnal felvett szóbeli bemutató üzenet a jó gyakorlat helyszínéről), melyet a pályázat elektronikus példányával együtt kell megküldeni a toth@toosz.hu és a sabjan@toosz.hu e-mail címre [5 MB-nál nagyobb terjedelmű fájl esetén kérjük szíveskedjenek óriásfájlküldő programot (mammutmail.com vagy www.toldacuccot.hu) használni]. Ezt a videót azért kérjük, hogy az Ön jó gyakorlatát népszerűsítsük különböző kommunikációs felületeinken (honlap, közösségi média), így annak elkészítésekor célozza kommunikációjával a szakmai és a szélesebb közvéleményt.

A pályázathoz a jó gyakorlat eredményeit bemutató dokumentumok, kiadványok, fotók anyagát az önkormányzat honlapjára feltöltve és a linket beillesztve van lehetőség megküldeni. A pályázó a mellékletek megküldésével hozzájárul a dokumentumok, kiadványok, fotók szabad felhasználásához. A pályázat beérkezéséről 24 órán belül visszajelzést küldünk e-mailben. Amennyiben ezt nem kapja meg, keresse mielőbb a TÖOSZ Titkárságot! (telefon: 06303380262, 06304360260, 0613227407)

Az Irányító Bizottság fenntartja a jogot, hogy bármely kategória tekintetében nem hirdet győztest.

Bármely felmerülő kérdésével forduljon bizalommal a TÖOSZ Titkárságához a következő elérhetőségek valamelyikén: **(06 30) 436 0260, (06 30) 338 0262** vagy **(06 1) 322 7407** telefonszámon és a toth@toosz.hu vagy a sabjan@toosz.hu e-mail címen.

Alulírott tanúsítom, hogy a pályázati kiírásban szereplő pályázati feltételeket megismertem és a benyújtott fenti pályázatban foglalt adatok megfelelnek a valóságnak.

Dátum: Budapest, 2021. június 28.



dy



**A Legjobb Önkormányzati
Gyakorlatok Programja**

Polgármester neve: Pokorni Zoltán

Polgármester aláírása:.....



P.H.



M. Z.