

Услуге које ће се пружати у оквиру пројекта?

1. Услуге геронтодомаћица-неговатељица

- спремање куће, набавка, припрема хладних оброка, прибављање лекарских рецепата, дружење и др.
- купање тешко покретних и непокретних лица, мењање пелена, храњење и сл.

2. Здравствена и психолошка брига

- периодични лекарски прегледи, савети о здрављу, исхрани и превенцији, психолошка помоћ и савети.

3. Услуге вешернице

- прање и пеглање веша, одеће, постељног рубља и др.

Коме је намењена услуга вешернице?

Свим корисницима који немају веш машину, струју, који нису у стању да самостално одржавају хигијену одеће, постељине и рубља. Вешерница је намењена и свим осталим грађанима који су заинтересовани да користе њене услуге.

Ко може да се пријави за услугу помоћи у кући?

- Све особе старије од 65 година којима је потребна помоћ у свакодневном животу,
- Све особе са инвалидитетом, без обзира на узраст, којима је потребна помоћ неговатељице.

**„Када бих имао и сто година,
мој најбољи дан увек би био сутра“**

(Неруда)

Пријаве корисника услуге помоћи у кући за старе и особе са инвалидитетом могу се извршити у Центру за социјални рад Бач, ул. Бачка 4, тел. 021/770-251, контакт особа: Светлана Продановић, директорка Центра и менаџер пројекта.

Информације и пријаве у вези са услугом помоћи у кући за старе и особе са инвалидитетом, можете добити у:

Центру за социјални рад Бач

Ул. Бачка 4, Бач

тел. 021/770-251

e-пошта: bac.csr@minrzs.gov.rs

Вешерница се налази на адреси:

Трг др Зорана Ђинђића 8

(Занатски дом), Бач

Све информације у вези са услугом вешернице могу се добити лично на адреси вешернице или у:

Центру за социјални рад Бач

Ул. Бачка 4, Бач

тел. 021/770-251

e-пошта: bac.csr@minrzs.gov.rs

Ова брошура је произведена уз помоћ Европске уније. Садржај ове публикације је искључиво одговорност Општине Бач и не може се на било који начин одражавати став Европске уније.



Министарство финансија - Сектор за уговарање
и финансирање програма из средстава ЕУ
Министарство за рад, запошљавање,
борачка и социјална питања



Пројекат спроводи
Општина Бач



Пројекат финансира
Европска унија

Пројекат:

**ПОМОЋ У КУЋИ СТАРИМА И ОСОБАМА СА
ИНВАЛИДИТЕТОМ У ОПШТИНИ БАЧ**

**ПОМОЋ, ЗДРАВЉЕ И ПРЕВЕНЦИЈА БОЛЕСТИ СТАРИХ
И ОСОБА СА ИНВАЛИДИТЕТОМ**



Циљ пројекта је унапређење стандардних услуга социјалне заштите на локалном нивоу која ће омогућити већу инклузију и самосталанији живот рањивих група становништва, пре свега старих особа и особа са инвалидитетом.

Специфични циљ пројекта је проширење услуга социјалне заштите на ширу популацију старих и особа са инвалидитетом.

Главне активности које су планиране пројектом

- Успостављање локалне социјалне услуге за помоћ у кући старима и особама са инвалидитетом;
- Стручна подршка корисницима услуге помоћи у кући од стране лекара и психолога;
- Отварање вешернице за кориснике социјалних услуга али и шире популације.
- Набавка возила за бржи и ефикаснији приступ и пружање помоћи корисницима помоћи у кући.

Старост или старење

Старост или старење је неизбежан процес, чија се суштина своди на појаву симптома „преморености“, не само посебних органа и ткива него и организма у целини.

Старење није болест негонормална физиолошка појава и сигурна будућност сваког човека. Колико брзо и на који начин старимо зависи од генетике појединца, али и од примене позитивног здравственог понашања у току старења.

Ко су старе особе:

Пунолетна лица старија од 65 година. Старост се дели на три раздобља:

1. Рана старост (од 65–74 године)
2. Средња старост (од 75–84 године)
3. Дубока старост (од 85 године)

Тешкоће и изазови ове старосне доби:

Тешкоће:

1. Губљење радне способности, професионалних улога
2. Опadaње виталних функција
3. Губитак брачног друга, смрт пријатеља
4. Усамљеност
5. Друштвена изолација
6. Повећан ризик од породичног насиља

Изазови:

1. Шанса за непрекидно учење
2. Друштвени активизам
3. Повезивање у социјалну мрежу
4. Ослањање на локалне услуге
5. Повезивање са институцијама

Ко су особе са инвалидитетом (ОСИ)?

Особа са инвалидитетом је лице са трајним последицама телесног, сензорног, менталног или душевног оштећења или болести које се не могу отклонити лечењем или медицинском рехабилитацијом, без обзира на узраст. Инвалидитет може да буде урођен и стечен. Остарела лица чешће имају стечен инвалидитет (услед болести или повреда). ОСИ (особе са инвалидитетом) не могу да функционишу без помоћи породице и друштва. Услуга неге особа са инвалидитетом смањује породични стрес и алтернатива је институционалном збрињавању.

Здравље старих особа и особа са инвалидитетом

Бројне промене карактеристичне за процес старења (успоравање метаболизма, промене у органима и системима органа, физичка неактивност, трауме и сл.) свставају старије особе и особе са инвалидитетом у посебно осетљиву популацију.

Велики број старих људи има једно или више хроничних обољења. Најчешће болести које се јављају код старих односе се на:

- кардиоваскуларне и цереброваскуларне болести
- малигне туморе
- дегенеративне и запаљенске болести коштаног мишићног система и везивног ткива
- шећерну болест
- деменције, Алцхајмерову и Паркинсонову болест
- болести ока и ува
- повреде.

Који лекарски прегледи се препоручују у позним годинама?

- Редовна контрола крвног притиска
- Комплетна крвна слика и шећер у крви
- Редовни специјалистички прегледи због хроничних болести,

Старима и особама са инвалидитетом је потребна психолошка подршка

- Ако су усамљени,
- Ако имају породичних проблема,
- Ако им је потребна утеха,
- Када се суочавају са болешћу и другим траумама и сл.

Физичка активност старих особа

Физичка активност је одлучујући фактор за квалитетан стил живота, који уједно спречава и смањује различите физичке и психичке промене које су везане за старење. Старији мушкарци и жене могу с годинама знатно побољшати како кондицију и снагу, тако и равнотежу и покретљивост. Физичка активност чак делује тако што може позитивно утицати на разне психолошке факторе и квалитет живота старијих, а исто тако може да спречи деменцију. Здравствене предности физичке активности су у великој мери једнаке за старије особе и остале старосне групе. Истраживачи показују да је могуће побољшати здравље и спречити болест кроз физичку активност и тренирање, чак и код особа са малим способностима и сложенем клиничком сликом.

Исхрана старих особа

Како старимо, тако органи и системи органа своје задатке почињу да обављају спорије. Успоравају се и многи сложени биохемијски процеси у организму. Све то доводи до промена у раду свих важних система: поремећено је варење, губи се коштане маса, срце и бубрези слабије раде, а имуни систем слаби.

Пошто исхрана има улогу да обнавља ћелије и одржава рад свих система, мора да буде прилагођена организму који, у „трећем добу“ има другачије потребе. Начин исхране диктирају и болести које су обично заступљене, а није реткост да неко има и више обољења истовремено. Због тога и исхрана не може више да се базира на одређеним намирницама, а поједине би требало да се мање узимају или потпуно да се избаце са јеловника. Већ након 60. године, метаболизам се успорава, а тада је могуће да се јаве два супротна феномена: повећање или смањење телесне тежине.

Које је намењен пројекат?

Старим особама у циљу задовољења свакодневних основних животних потреба, Особама са инвалидитетом без обзира на старосну доб.