

MOPS KP.021/20/19  
**MIEJSKI OŚRODEK POMOCY  
SPOŁECZNEJ w DĘBICY**  
39-200 Dębica, ul. Akademicka 12  
tel./fax (014) 670 50 06, 681 35 90, 681 35 91

**Zarządzenie Nr 20/2019  
z dnia 6 czerwca 2019 roku  
Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Dębicy**

w sprawie: Wprowadzenia Wytycznych do indywidualnej ścieżki uczestnika w Projekcie „Wspierajmy razem” w odpowiedzi na konkurs nr RPPK.08.03.00-IP.01-18-031/18 Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Rzeszowie w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podkarpackiego na lata 2014 – 2020, Oś priorytetowa VIII – Integracja społeczna. Działanie 8.3 Zwiększenie dostępu do usług społecznych i zdrowotnych.

*Na podstawie § 8 ust. 13 Regulaminu Organizacyjnego Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Dębicy, wprowadzonego Zarządzeniem Nr 5/2019 z dnia 25 lutego 2019 r. Dyrektora MOPS w Dębicy, zgodnie z udzielonym pełnomocnictwem przez Burmistrza Miasta Dębica z dnia 13 grudnia 2018 r., zarządzam co następuje:*

**§ 1**

Wprowadzam do stosowania Wytyczne do Indywidualnej Ścieżki Uczestnika w ramach projektu „Wspierajmy razem” w odpowiedzi na konkurs nr RPPK.08.03.00-IP.01-18-031/18 Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Rzeszowie w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podkarpackiego na lata 2014 – 2020, Oś priorytetowa VIII – Integracja społeczna. Działanie 8.3 Zwiększenie dostępu do usług społecznych i zdrowotnych, stanowiące załącznik do niniejszego Zarządzenia.

**§ 2**

Wykonanie powierzam Kierownikowi merytorycznemu i administracyjnemu Projektu.

**§ 3**

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

*Dębica, 6 czerwiec 2019 r.*

**D Y R E K T O R**  
Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej  
w Dębicy  
*mgr Małgorzata Kędzior*

## WYTYCZNE DO INDYWIDUALNEJ SCIEŻKI UCZESTNIKA

1. Wytyczne dotyczące indywidualnej ścieżki uczestnika projektu pt. „Wspierajmy razem” współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego realizowany przez Gminę Miasto Dębica/Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dębicy w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podkarpackiego na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa VIII Integracja społeczna, Działanie 8.3 Zwiększenie dostępu do usług społecznych i zdrowotnych, zwane dalej jako Wytyczne.

### ZDROWIE

**Szczegółowe cele wsparcia społecznego w obszarze zdrowia:** promocja zdrowego starzenia się; przeciwdziałanie przedwczesnemu starzeniu się; przeciwdziałanie lub opóźnianie momentu wystąpienia niesamodzielności; działania na rzecz funkcjonowania w dotychczasowym środowisku życia osób starszych.

Działania	Opis	Komentarz
<b>Profilaktyka zdrowotna i promocja zdrowia</b>	Popularyzowanie informacji dotyczących prawidłowej diety, dostępu do usług ochrony zdrowia, rehabilitacji, zajęć sportowych dla osób niesamodzielnych/niepełnosprawnych. Upowszechnianie wiedzy z zakresu zdrowego trybu życia. Informowanie o ryzykach związanych z postępującym procesem biologicznego starzenia się, np. ryzyko upadków i sposoby zapobiegania.	Osoby przekraczające „próg starości” cierpią zazwyczaj na różne schorzenia, ale nie oznacza to, że nie powinny być do nich adresowane działania profilaktyczne i promocyjne, które służyć powinny ograniczeniu ryzyka wystąpienia dolegliwości wieku starszego i podtrzymaniu jak najwyższej sprawności i dobrego zdrowia funkcjonalnego.
<b>Wsparcie medyczno-socjalne dla osób z zaburzeniami poznawczymi</b>	Organizacja dziennych form opieki dla osób z zaburzeniami poznawczymi. Organizacje miejsc czasowej opieki dla tych osób. Organizacja systemu wsparcia psychologicznego i organizacyjnego.	Osoby z zaburzeniami poznawczymi, zależnie od stopnia nasilenia tych zaburzeń, mogą korzystać z różnych, dostosowanych do ich sytuacji, form wsparcia środowiskowego, zarówno w środowisku zamieszkania, jak i w placówkach półotwartych.
	Rozwój i zwiększenie dostępu do kompleksowej opieki geriatrycznej. Zintegrowanie opieki medycznej i rehabilitacji. Organizacja wypożyczalni sprzętu	Osoby będące w zaawansowanym wieku (późniejsza faza starości) potrzebują opieki ze strony lekarza geriatry i współpracującego z nim zespołu opieki

<p><b>Opieka geriatryczna i rehabilitacja</b></p>	<p>rehabilitacyjnego.</p>	<p>geriatrycznej. Leczenie się osoby starszej u kilku specjalistów jednocześnie bez możliwości całościowego spojrzenia na pacjenta i jego problemy zdrowotne może zmniejszać skuteczność terapii. Dla utrzymania samodzielności życiowej osoby starszej konieczne jest, by mogła korzystać z zabiegów rehabilitacyjnych i sprzętu rehabilitacyjnego.</p>
---	---------------------------	--

## OPIEKA

**Szczegółowe cele wsparcia społecznego w obszarze opieki:** wspieranie osoby niesamodzielnej/niepełnosprawnej w miejscu zamieszkania; optymalny dobór typu i trybu opieki do potrzeb osoby.

Działania	Opis	Komentarz
<p><b>Organizacja dziennych form opieki</b></p>	<p>Dowóz osób niemogących samodzielnie dotrzeć do placówki dziennego pobytu. Dostosowanie placówki i oferty do stanu zdrowia i potrzeb seniorów (np. dla osób chorych na chorobę Alzheimera). Wspieranie rozwoju instytucji opieki półinstytucjonalnej (np. w ramach sektora ekonomii społecznej). Stworzenie sieci placówek dziennego pobytu dostępnych w otoczeniu seniora. Utworzenie bazy informacji o instytucjach dziennego pobytu, ich ofercie i profilu. Usługi w zakresie pomocy w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, opieki higienicznej, rozwijaniu kontaktów ze środowiskiem i rodziną. Usługi w ramach treningów samoobsługi i umiejętności w zakresie czynności dnia codziennego oraz umiejętności i funkcjonowania w życiu społecznym.</p>	<p>Dzienne ośrodki są ośrodkami wsparcia o charakterze lokalnym zapewniającymi pomoc osobom starszym. Świadczą usługi opiekuńcze w ciągu dnia w zakresie podstawowych potrzeb życiowych, w tym posiłki, rehabilitację, udzielają pomocy w organizacji czasu wolnego i aktywizacji społecznej. Takie instytucje powinny być tworzone w każdej gminie.</p>

<p><b>Usługi opiekuńcze</b></p>	<p>Poprzedzone dogłębną diagnozą potrzeb jednostki pozwalającą na optymalne dopasowanie, usługi opiekuńcze świadczone w miejscu zamieszkania osoby starszej dostosowane do jej potrzeb (liczba godzin, częstotliwość), wspierające w prowadzeniu gospodarstwa domowego. Stworzenie systemu dostarczania posiłków osobom niemogącym samodzielnie ich przygotować.</p>	<p>Usługi opiekuńcze będą zyskiwały na znaczeniu zarówno ze względu na rosnące potrzeby osób starszych, jak i z powodów natury ekonomicznej i związanych z organizacją pracy oraz optymalnym wykorzystaniem kadr. Zapewnienie właściwej opieki w środowisku zamieszkania może mieć decydujące znaczenie dla jakości życia osoby starszej. Dostosowane do indywidualnych potrzeb usługi opiekuńcze sprzyjają podtrzymaniu samodzielności, zachowaniu podmiotowości osoby starszej i jej pozostawaniu w dotychczasowym środowisku.</p>
<p><b>Bank czasu wolnego</b></p>	<p>Udostępniona bezpłatnie informacja o możliwościach uzyskania pomocy oferowanej przez wolontariuszy. Organizowanie pomocy sąsiedzkiej w ramach kontraktu.</p>	<p>Osoby dysponujące czasem i umiejętnościami, gotowych zaangażować się w pomoc osobom starszym. Łatwy dostęp do informacji stanowi pomoc dla osób starszych wymagających wsparcia oraz dla ich opiekunów. Powinien charakteryzować się szerokim spektrum usług w zależności od kompetencji osoby świadczącej usługę. Wzmacnia nieformalną sieć kontaktów w środowisku lokalnym.</p>
<p><b>Udostępnianie sprzętu rehabilitacyjnego i medycznego</b></p>	<p>Wypożyczalnia sprzętu medycznego i do opieki nad osobami niesamodzielnymi</p>	<p>Czasowe udostępnienie specjalistycznego sprzętu medycznego niezbędnego do sprawowania opieki osób starszych realizowanej w warunkach domowych. Organizacja dowozu wypożyczonego sprzętu do miejsca zamieszkania. Prowadzenie instruktażu, w jaki sposób korzystać ze sprzętu.</p>
<p><b>Klaster usług senioralnych</b></p>	<p>Zintegrowane świadczenie usług:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- opiekuńczych,</li> <li>- pielęgnacyjnych,</li> <li>- rehabilitacyjnych,</li> <li>- gastronomicznych itp.</li> </ul> <p>Certyfikacja usług i instytucji działających w tym obszarze.</p>	<p>Wykorzystanie potencjału różnych podmiotów, działających w zakresie szeroko rozumianej działalności medycznej, rehabilitacyjnej, opiekuńczej, wspierającej i aktywizującej i zintegrowanie świadczenie usług ukierunkowanych na potrzeby osób starszych. Idea klastra usług senioralnych opiera się na współdziałaniu wszystkich środowisk działających w obszarach wpływających na poprawę jakości życia osób starszych. Klaster usług senioralnych ma charakter otwarty, tj. przystąpić do niego mogą wszyscy, którzy pragną wykorzystać dotychczas zdobyte doświadczenie do usprawnienia systemu wspierania osób</p>

**CZAS WOLNY**

**Szczegółowe cele wsparcia społecznego w obszarze czasu wolnego:** podtrzymanie lub wywoływanie aktywności osób starszych; przeciwdziałanie alienacji społecznej starszych mieszkańców; wykorzystanie kapitału ludzkiego i społecznego seniorów.

Działanie	Opis	Komentarz
<b>Aktywność kulturalna</b>	<p>Organizacja imprez kulturalnych.</p> <p>Ułatwianie seniorom dostępu do oferty kulturalnej, np. poprzez regulowanie zasad odpłatności, dostosowanie pory imprez do potrzeb seniorów.</p> <p>Działania na rzecz pokonania fizycznych barier dostępu do oferty (transport seniorów).</p> <p>Prowadzenie działań aktywizujących seniorów w tym obszarze wykorzystanie ich wiedzy, doświadczeń i umiejętności.</p> <p>Wspieranie dostępu do usług kulturalnych w mieszkaniach (wypożyczanie książek, e-booków, płyt) oraz udostępnianie urządzeń potrzebnych do odtwarzania nagrań.</p>	<p>Wparcie powinno zapewnić ciągłość dostępu do dóbr kultury, a to oznacza, że przedmiotem troski powinno być udostępnianie tych dóbr w przestrzeni publicznej i w mieszkaniach seniorów.</p>
<b>Aktywność społeczna</b>	<p>Zapewnienie bazy i środków materialnych dla organizacji pozarządowych aktywizujących osoby starsze.</p> <p>Organizacja form przedstawicielskich starszych mieszkańców.</p> <p>Udział starszych mieszkańców w procesie decyzyjnym, np. zgłaszanie inicjatyw, diagnoza potrzeb seniorów, budżety partycypacyjne.</p>	<p>Ważne jest zachęcanie seniorów do aktywności na rzecz starszego pokolenia i innych zbiorowości zamieszkujących na danym terenie.</p> <p>Wsparcia wymagają zarówno sformalizowane, jak i niesformalizowane przejawy aktywności osób starszych.</p>
<b>Aktywność turystyczna i rekreacyjna</b>	<p>Propagowanie zdrowego stylu życia i konsumpcji.</p> <p>Organizowanie wspólnych imprez rekreacyjnych dla różnych pokoleń mieszkańców.</p> <p>Budowa infrastruktury dla oferty rekreacyjnej.</p> <p>Wspieranie i dofinansowywanie turystyki i rekreacji wśród osób starszych, także niesamodzielnych.</p>	<p>Wsparcia ma na celu utrzymanie sprawności fizycznej i intelektualnej, integrację międzypokoleniową i wewnątrzpokoleniową oraz promocję zdrowego starzenia się. Osoby starsze mające potrzebną wiedzę powinny aktywnie uczestniczyć w kreowaniu oferty turystycznej i rekreacyjnej</p>
<b>Aktywność fizyczna</b>	<p>Organizowanie zajęć sportowych.</p> <p>Budowa infrastruktury służącej aktywności fizycznej dostępnej w miejscach publicznych.</p>	<p>Uprawianie sportu jest możliwe w każdym wieku, przy czym formy aktywności fizycznej powinny być dostosowane do poziomu sprawności poszczególnych osób.</p>

**EDUKACJA**

**Szczegółowe cele w obszarze edukacji:** zapewnienie każdemu sprawnemu intelektualnie człowiekowi starszemu – niezależnie od stanu zdrowia fizycznego i poziomu wykształcenia – możliwości uczestnictwa w edukacji; podtrzymywanie dotychczasowych kompetencji i wsparcie w nabywaniu nowych; zarówno w zakresie tzw. kompetencji twardych, jak i miękkich; wspieranie uczenia się przez całe życie.

Działanie	Opis	Komentarz
Osoby zdolne do samodzielnego funkcjonowania (potrzebne jest im mniejsze wsparcie)	Sposoby działania – kształcenie poprzez bezpośrednie kontakty z profesjonalnym wykładowcą; e-learning; wzajemne kształcenie – koła kształceniowe osób starszych.	Samorząd terytorialny we współpracy z organizacjami pozarządowymi organizuje grupowe formy edukacji. Nacisk na grupowość wynika z potrzeby tworzenia okazji do nawiązywania społecznych kontaktów. Samorząd terytorialny we współpracy z uczelniami organizuje grupowe i międzypokoleniowe formy edukacji. Samorząd terytorialny przeprowadza diagnozę potrzeb edukacyjnych seniorów. Samorząd terytorialny przeprowadza diagnozę zasobów edukacyjnych seniorów. Samorząd terytorialny we współpracy z organizacjami pozarządowymi i lokalnymi szkołami przeprowadza diagnozę potrzeb w zakresie wsparcia edukacyjnego uczniów.
Osoby niezdolne do samodzielnego funkcjonowania w środowisku zamieszkania (potrzebne jest im większe wsparcie)	Lektura książek i prasy dla osób mających trudności ze wzrokiem. Nauka obsługi urządzeń ułatwiających codzienne funkcjonowanie osobom nieopuszczającym mieszkania. Instruktaż w zakresie samo pielęgnacji. Mobilna biblioteka (książki dostarczane „na próg”).	Samorząd terytorialny we współpracy z organizacjami pozarządowymi organizują zindywidualizowane formy edukacji. Starsze osoby niesamodzielne powinny być traktowane jak osoby o szczególnych potrzebach edukacyjnych, z którymi powinna być prowadzona praca indywidualna w ich domach.

## MIESZKALNICTWO

**Szczegółowe cele w obszarze mieszkalnictwa:** dostosowanie warunków mieszkaniowych do zróżnicowanych potrzeb osób niesamodzielnych/niepełnosprawnych, umożliwiających im jak najdłuższe pozostawanie we własnym środowisku zamieszkania; udostępnienie nowoczesnych technologii ułatwiających samodzielne życie.

Działanie	Opis	Komentarz
Tradycyjne mieszkania osób	Usługi w zakresie pomocy w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, opieki	Pozostanie w dotychczasowym mieszkaniu to zdecydowanie preferowana

<p><b>starszych</b></p>	<p>higienicznej, pielęgnacji zaleconej przez lekarza oraz zapewnienia kontaktów z otoczeniem.</p> <p>Usługi dotyczące adaptacji, remontowania przestrzeni mieszkalnej i dostosowania jej do potrzeb osób starszych</p> <p>Wprowadzanie udogodnień technicznych ułatwiających funkcjonowanie w miejscu zamieszkania</p> <p>Ewentualna pomoc w zamianie mieszkania lub/oraz w uzyskaniu świadczenia finansowego na mieszkanie (dodatku mieszkaniowego).</p>	<p>przez osoby starsze forma zamieszkania. Występują jednak znacznie różnice w standardzie mieszkań pod względem ich wyposażenia technicznego i powierzchni oraz układu.</p> <p>Dla osób starszych samodzielnych pozostawanie w znanym i usieciowionym społecznie środowisku lokalnym nabiera istotnego znaczenia z punktu widzenia jakości życia. Należy jednak zlikwidować utrudnienia wynikające z istnienia barier architektonicznych. Wysoki udział kosztów związanych z eksploatacją mieszkania w budżecie osób starszych wymaga niejednokrotnie dodatkowego wsparcia.</p>
<p><b>Mieszkania serwisowane</b></p>	<p>Usługi w zakresie pomocy w zaspokajaniu codziennych potrzeb życiowych, opieki, pielęgnacji zaleconej przez lekarza oraz zapewnienia kontaktów z otoczeniem.</p> <p>Usługi w zakresie potrzeb bytowych, w tym sprzątania, prania, dostarczania żywności.</p> <p>Usługi rehabilitacyjne lub pielęgnarskie.</p>	<p>Mieszkania serwisowane powinny mieć przede wszystkim charakter mieszkań na wynajem. Wynajmowane, niezależne mieszkania zlokalizowane w budynku pozbawionym barier architektonicznych i wyposażone w urządzenia ułatwiające samodzielne funkcjonowanie. Budynek powinien być wyposażony w dodatkowe pomieszczenia wykorzystywane wspólnie przez mieszkańców (świetlica, gabinety zabiegowe i rehabilitacyjne). Musi być zapewnione wsparcie dostosowane do indywidualnych potrzeb mieszkańców poprzez możliwość korzystania z usług opiekuńczych, terapeutycznych oraz działań aktywizujących. Powinna być zapewniona możliwość wykupu dodatkowych usług.</p>
	<p>Wzajemna pomoc mieszkańców w zaspokajaniu potrzeb bytowych, utrzymaniu autonomii, aktywizowaniu.</p>	<p>Osoby starsze powinny uczestniczyć w projektowaniu koncepcji zespołu mieszkaniowego, dzięki czemu uwzględnione są potrzeby tej grupy. Oferta może być adresowana wyłącznie do osób starszych i samotnych, małżeństw osób starszych, bądź też może mieć charakter międzygeneracyjny. Konieczne jest zapewnienie środowiska zamieszkania wolnego od barier architektonicznych.</p> <p>Mieszkania lub domy zawierają w pełni samodzielne lokale mieszkalne, ale równocześnie mają wspólne przestrzenie, z których korzystają wszyscy mieszkańcy. Wspólnota sama zarządza swoim osiedlem, co znacznie redukuje koszty. Zamieszkanie w osiedlu typu <i>co-housing</i> pozwala osobom starszym na</p>

<p><b>Mieszkania typu co-housing</b></p>		<p>zachowanie niezależności, z równoczesnym zapewnieniem wzajemnej pomocy. Taka forma zamieszkania w znacznym stopniu opóźnia przejście osób starszych do całodobowej instytucjonalnej opieki z uwagi na pomoc świadczoną przez innych mieszkańców.</p>
<p><b>System informacji przestrzennej</b></p>	<p>Usługa dostępu do szybkiej konkretnej informacji wraz z wizualizacją przestrzennej lokalizacji danej placówki w miejscowości (udostępnienie danych dotyczących lokalizacji w przestrzeni konkretnych obiektów oraz informacji opisowych o tych obiektach). Wspieranie działań na rzecz zmniejszenia wykluczenia cyfrowego osób starszych.</p>	<p>System ułatwia dostarczanie informacji o usługach i usprawnieniach dostępnych dla osób w podeszłym wieku oraz możliwościach korzystania z nich, dostarcza wiedzy organizacyjnej, której często brakuje osobom starszym, także tym, którzy są zrzeszeni w organizacjach. System zachęca lokalne instytucje publiczne, z których usług korzystają seniorzy, na przykład ośrodki kultury, biblioteki czy ośrodki i domy pomocy społecznej, do udostępniania związanych z instytucją informacji ważnych dla seniorów. System zwiększa kompetencje informatyczne osób starszych, tworzy szeroki dostęp do informacji o możliwościach wsparcia dla opiekunów osób starszych, upowszechnia wiedzę na temat praw konsumenckich.</p>
<p><b>Innowacyjne rozwiązania informacyjno-technologiczne</b></p>	<p>Usługi na rzecz zintegrowanej opieki zdrowotnej. Usługi w teleopiece jako nowej generacji opieki. Wprowadzenie technologii zapobiegających upadkom osób starszych i powiadamiania opiekunów o zagrożeniach. Rozwiązania ułatwiające korzystanie z nowoczesnych urządzeń w domu. Wprowadzenie systemów nawigacji w przestrzeni mieszkania. Usługi edukacyjne dla seniorów oraz dla opiekunów osób starszych zapobiegające wykluczeniu cyfrowemu.</p>	<p>Nowoczesne technologie informacyjno-komunikacyjne są ważne dla wszystkich osób starszych, szczególnie dla samotnie żyjących ludzi starszych, stale przebywających w mieszkaniu. Dzięki technologiom wspomagającym osoby starsze zostały stworzone warunki zapobiegające ich wyłączeniu z codziennego życia, dające im poczucie bezpieczeństwa, poprawy stanu zdrowia i jakości życia, pozwalające im żyć we własnym domu, w sposób aktywny i niezależny. Obejmują szereg rozwiązań: inteligentne przestrzenie mieszkalne, wykrywające i łagodzące problemy występujące u osób w podeszłym wieku, takie jak utrata pamięci, błędzenie, problemy zdrowotne; inteligentne produkty, takie jak podłogi wyposażone w czujniki i obuwie z siłownikami, wykrywające upadki lub zapobiegające im; cyfrowe usługi informacyjne, w tym w zakresie bezpieczeństwa, monitorowania stanu zdrowia i zdalnej opieki. Otoczenie elektroniczne</p>



		i sieciowe tworzą specyficzne uwarunkowania dla świadczenia usług, wymagają umiejętności posługiwania się nowoczesnymi technologiami
--	--	--

2. Indywidualną ścieżkę uczestnika w przedmiotowym projekcie, stanowi załącznik Nr 1 do Wytycznych.
3. Opinia jako sposób pomiaru wskaźnika rezultatu dokonany po zakończeniu realizacji usługi w projekcie, stanowi załącznik Nr 2.

**DYREKTOR**  
Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej  
w Dębicy

*mgr Małgorzata Kędzior*