

Zápis z jednání u Kulatého stolu pracovní skupiny komunitního plánování

SENIORŮ

konaného dne 09. 10. 2024

v Centru aktivních seniorů na ulici Anenská 2477, Frýdek-Místek

Přítomni: dle prezenční listiny

Omluveni: Mgr. Šárka Cieslarová (Penzion pro seniory FM, p.o.), Mgr. Vlastimil Petr (Charita Frýdek-Místek – Dům pokojného stáří), Lucie Zíková (Charita Frýdek-Místek – Dům pokojného stáří), Mgr. Veronika Staňková (Mobilní hospic Ondrášek)

Program:

1. Závislosti v seniorském věku
2. Osamělost seniorů
3. Různé

Průběh jednání:

V úvodu setkání byli všichni přítomni přivítáni a informováni o průběhu setkání včetně představení moderátorky jednání paní Mgr. Lucie Škvaridlové. Přivítání byli také hosté setkání paní Marie Žurková (za pečující osoby), por. Bc. Lucie Galiová (Policie ČR – oddělení prevence), Mgr. Lucie Ondo-Eštoková (Městská policie Frýdek-Místek - oddělení prevence a osvěty), paní Alena Tomisová (Modrý kříž v ČR). Následně účastníci představili sebe a službu, kterou zastupují.

Pro dnešní setkání byly stanoveny 2 témata, která by se následně měla promítnout do následujícího střednědobého plánu sociálních služeb, který je již ve fázi přípravy a bude orientován na období 2026-2029. Zvolená témata se vzájemně prolínají a navazují na sebe.

Add1) Závislosti v seniorském věku

- ✓ téma již bylo otevřeno v době covidu, kdy byla zavedena covidová opatření a bylo hodně poukázáno na závislosti;
- ✓ senioři jsou ve velké míře pod vlivem tlumících léků, které jsou předepisovány ve velké míře odbornými lékaři, bez kontroly ať už celkového množství nebo kombinací užívaných léků;
- ✓ vzhledem k tomu, že se jedná o léky, kterou jsou předepsány lékaři, senioři jejich nadužívání nevnímají jako problematické;
- ✓ mnoho lékařů ordinuje nebo předepisuje léky na dálku, aniž by vůbec zhodnotil pacientův zdravotní stav a zda je nutné medikovat. Velmi by pomohlo dávat medikaci uváženě.
- ✓ praktičtí lékaři odmítají chodit za pacienty do domácnosti, není potřeba pacienta vidět a zkontrolovat jeho zdravotní stav;
- ✓ nedostatek psychiatrické péče;
- ✓ velký vliv na nadměrné užívání léků mohou mít také reklamní spoty, které nabádají na užívání různých vitamínů, potravinových doplňků, analgetik, antipyretik apod.;
- ✓ často přichází senioři se závislostí z pobytového zdravotnického zařízení;

- ✓ v NNO Modrý kříž v ČR orientující se na osoby závislé nebo ohrožené závislostí vnímají, senioři nedocházejí do poradny sami od sebe, ale spíše z důvodu tlaku rodinných příslušníků, motivace ke změně přichází spíše z vnějšku. Chybí léčba zaměřena na osoby v seniorském věku.
- ✓ nadužívání alkoholu se objevuje spíše u osamělých seniorů, jako řešení své situace, při upozornění se cítí dotčeně až rozzlobeně;
- ✓ závislosti u osob v seniorském věku se netýká pouze alkoholu, ale objevují se také další závislosti, kterými jsou:
 - nakupování přes internetové obchody tzv. eshopy
 - objednávání zboží po telefonu – touha popovídat si/být v kontaktu s jinou osobou
 - kyberprostor
 - gambling
 - umělá inteligence
 - podvodná jednání, např. podvodní manželé/manželky, lákání finančních prostředků na záchranu falešných vojáků v zahraničí apod.
- ✓ alkohol je u seniorů vnímán jako samoléčba
- ✓ další látky, které se objevují u seniorů a jsou vnímány jako rizikové – marihuana a kombinace CBD+léky
- ✓ další problematickou oblastí jsou senioři, kteří si sami chystají a užívají léky a mají zhoršenou paměť
- ✓ s tématem souvisí také špatná komunikace a vztahy v rodinách, kdy rodina je primárním článkem, který by měl fungovat. Často se však stává, že senior nemá rodinu, děti/vnoučata bydlí daleko, případně nemají zájem o vzájemnou komunikaci.

Co by mohlo pomoci, aby nedocházelo k osamění seniorů?

- ✓ nabídka volnočasových aktivit ve městě je široká – kluby seniorů v jednotlivých částech města, zájmová sdružení pro seniory – Aktivní senioři Frýdek-Místek, Městská organizace Frýdek-Místek, organizace Otevřené srdce a Unie ROSKA
- ✓ Aktivní senioři Frýdek-Místek připravují různé kulturní programy pro seniory, aby mohli trávit svůj volný čas aktivně
- ✓ jsou také senioři, kteří o volnočasových aktivitách mají povědomí a znají nabídku možností, ale jednoduše nemají zájem se zapojit
- ✓ mnoho osamělých seniorů žije spíše v panelových domech, kde je velká anonymita mezi sousedy
- ✓ někteří by potřebovali doprovod na volnočasové aktivity
- ✓ rodiny ve velké míře spoléhají na sociální služby. V současné době je velký problém pro rodinu skloubit pracovní, osobní (děti, rodina) život a pomoc rodičům případně prarodičům
- ✓ na území města funguje také Dobrovolnické centrum ADRA – dobrovolnictví v domácnostech a v sociálních službách funguje velice dobře, chybí však kapacity dobrovolníků. V ideálním případě by byl dobrovolníkem senior, který je aktivní a zdravotní stav mu dovoluje žít naplno, který by vykonával dobrovolnickou činnost právě u osamělého seniora, který kvůli svému zdravotnímu stavu není schopen se zapojit do aktivit mimo domov/sociální službu nebo je osamělý a potřeboval by doprovod na volnočasovou aktivitu apod.
- ✓ potřeba seniorů být slyšet a být vyslyšen
- ✓ organizace Anděl Strážný nabízí službu Povídací linka, jež je součástí poskytované tísňové péče a jedná se tedy o placenou službu. Linka nabízí svým klientům možnost si 3x týdně popovídat přes telefonní linku s pracovníkem služby

- ✓ v minulosti bylo ze strany sociálních služeb působících ve Frýdku-Místku zaveden telefonický kontakt směrem k seniorům s dotazem, jak se jim daří, co je nového apod. Volání bylo pro sociální služby dobrovolné. V současné době je z důvodu velkého vytížení služeb prováděno pouze sporadicky.
- ✓ v obci Pražmo funguje služba tzv. „Hodinová sousedka“, která nabízí kompletní úklid, žehlení, zalévání květin, nákupy, volnočasové aktivity, procházky, předčítání knih, deskové hry, doprovod k lékaři, do obchodu, na úřad, na společenské akce např. narozeniny, divadlo, výstava, návštěva přátel, výlet, venčení domácích mazlíčků, práce na zahradě např. sekání trávy apod anebo si jen pěkně popovídat.
- ✓ v rámci osadních výborů v příměstských částech funguje sousedská výpomoc
- ✓ v sociálních službách probíhá také mezigenerační setkávání - seniorů a dětí
- ✓ kde hledat informace o nabízených sociálních službách – náboženské spolky, obvodní lékaři – ne všichni jsou informováni, tištěná forma Adresáře sociálních služeb a navazujících aktivit ve městě, webový katalog sociálních služeb.
- ✓ organizace Moudrá sovička.cz pomáhá seniorům s technologiemi a jak s nimi pracovat

Add2) Osamělost seniorů

- ✓ úskalí – osamělý senior s duševním onemocněním
- ✓ objevuje se také problematika sběračství (hromadění věcí) v bytech – ohrožení jak vlastní osoby, tak okolí
- ✓ v Centru pečovatelské služby Frýdek-Místek, p.o. je poskytována Edukační poradna pro neformálně pečující – edukace pečujících osob, ideální je rozdělení aktivit mezi rodinu a službu
- ✓ Nemocnice Frýdek-Místek – kurz pro pečující osoby
- ✓ osamělost seniorů prohlubuje také nedostatek příjmů (nízký starobní důchod) – vzhledem k zvyšujícím se cenám za nájmy, energie, potraviny, služby a také sociální služby, nezůstává dostatek financí na volnočasové aktivity
- ✓ důležité je dokládat lékařské zprávy odborných lékařů také praktickému lékaři, praktik následně vše zasílá posudkovému lékaři
- ✓ dávky pro OZP se od roku 2025 budou přesouvat na pobočky ČSSZ
- ✓ lékařské zprávy neposuzují pouze lékaři, ale také sociálně-zdravotní pracovníci

Add3) Různé

- ✓ příští setkání pracovní skupiny Senioři se uskuteční 06. 11. 2024 ve 13.00 hod v Centru aktivních seniorů

Zapsala: Petra Křibík Dominíková