

Plan działania Transgranicznej Sieci Współpracy na rzecz Zdrowego Starzenia

Opracowany w ramach Projektu LT-PL-3R-253 „Strengthening of cross-border cooperation towards ageing and social services”.

Transgraniczna Sieć Współpracy na rzecz Zdrowego Starzenia się, będąca trwałą platformą współpracy transgranicznej w zakresie przepływu informacji, analiz, badań oraz podejmowania wielodyscyplinarnych działań na rzecz promocji zdrowia, zapobiegania chorobom oraz działań w dziedzinie opieki zdrowotnej i społecznej.

Misją Transgranicznej Sieci Współpracy na rzecz Zdrowego Starzenia jest aktywna i efektywna współpraca na rzecz poprawy i ochrony zdrowia ludzkiego oraz wspierania modernizacji systemów opieki zdrowotnej na pograniczu litewsko - polskim

Zasadą działania Sieci jest konsensus, jawność, partnerska współpraca oraz wzajemne wspieranie działań uczestników Sieci.

Uczestnikami Sieci mogą być wszystkie osoby fizyczne, prawne, jak również jednostki nieposiadające osobowości prawnej, które wyrażają wolę współpracy w zakresie realizacji celów Sieci.

Działalność Sieci ma przebiegać w sposób niegenerujący kosztów dla jej uczestników, a opierać się będzie na osobistym i/lub instytucjonalnym zaangażowaniu jej Uczestników.

Główne obszary współpracy transgranicznej:

- Opracowanie lub propagowanie rozwiązań prawnych, zarządczych, społecznych na rzecz utrzymania aktywności społecznej i zawodowej społeczeństwa, a także jego zdrowego i bezpiecznego starzenia się w kontekście nowych wyzwań gospodarczych oraz zachodzących zmian demograficznych, w szczególności odnoszących się do Litwy, Polski oraz innych krajów Unii Europejskiej.
- Inicjowanie oraz wspieranie profilaktyki i edukacji prozdrowotnej, w tym szczególnie związanej z pracą i aktywnością zawodową oraz wiążącymi się z nimi schorzeniami, a także promowanie zdrowego stylu życia w społeczeństwie.
- Podnoszenie świadomości społeczeństwa w zakresie zagadnień dotyczących „zdrowego starzenia się” oraz czynników wpływających na proces starzenia i jego przebieg.
- Podejmowanie działań w ochronie zdrowia na rzecz poprawy dostępu pacjentów do innowacji w medycynie w zakresie diagnostyki i leczenia oraz rehabilitacji, a także wspieranie realizacji programów badań przesiewowych oraz wczesnej diagnostyki.

- Opracowywanie lub wsparcie opracowania innowacyjnych rozwiązań technologicznych mających na celu poprawę warunków i bezpieczeństwa pracy, zdrowia lub jakości życia społeczeństwa.
- Inicjowanie, wspieranie i rozwijanie działań służących zagwarantowaniu i poprawie dostępności pacjentów do świadczeń zdrowotnych oraz technologii medycznych.
- Tworzenie lub wspieranie tworzenia rozwiązań z zakresu pracy, polityki społecznej lub zdrowotnej, które służą stworzeniu korzystnych warunków dla godnego starzenia się.
- Promowanie korzystnych postaw oraz podejmowanie działań i wdrażanie rozwiązań na rzecz możliwie jak najdłuższego utrzymywania sprawności oraz aktywności fizycznej, społecznej i zawodowej osób starszych.
- Podejmowanie lub promowanie działań służących przeciwdziałaniu oraz rozwiązywaniu problemów wykluczania społecznego, zawodowego części osób starszych.
- Wspieranie działań i poszukiwanie rozwiązań z zakresu ekonomii oraz ubezpieczeń, służących rozwiązywaniu problemów społecznych, zdrowotnych i materialnych starzejącego się społeczeństwa;
- Wspieranie jak najdłuższej aktywności zawodowej społeczeństwa, a także poszukiwanie i wspieranie wdrożenia rozwiązań na rynku pracy, które sprzyjają tworzeniu nowych miejsc pracy oraz zatrudnianiu osób starszych.
- Współpraca z instytucjami i organami administracji publicznej Litwy i Polski na rzecz opracowywania krótko i długofalowych polityk lub strategii, a także rozwiązań prawnych służących przeciwdziałaniu negatywnym konsekwencjom społecznym, zdrowotnym lub ekonomicznym starzenia się społeczeństwa.
- Podejmowanie działań na rzecz ochrony praw obywateli i pacjentów do świadczeń zdrowotnych, godnego „starzenia się”, a także pracy i aktywności zawodowej.
- Działalność na rzecz i/lub wspieranie działalności innych osób (fizycznych/prawnych) lub organizacji/instytucji, których celami, pokrywającymi się z celami Sieci, to jest odpowiednio: działalność naukowa, naukowo-techniczna, medyczna, edukacyjna i oświatowa, kulturalna, w zakresie zagadnień/problemów ochrony zdrowia i pomocy społecznej, rehabilitacji, aktywności zawodowej społeczeństwa i rozwoju zawodowego obywateli.

Macierz działań

Zadanie	Obszary tematyczne współpracy
Wzmacnianie odpowiedzialności za zdrowie oraz wspieranie pozytywnych postaw w zakresie stylu życia poprzez promowanie zdrowia oraz zapobieganie chorobom.	Upowszechnianie wiedzy na temat zdrowia, z uwzględnieniem zmian wynikających z procesu starzenia na wszystkich szczeblach edukacji.
	Podejmowanie działań edukacyjnych nakierowanych na utrzymanie zdrowia, zróżnicowanych w zależności od wieku i stopnia sprawności.
	Realizacja programów promocji zdrowia informujących o czynnikach ryzyka zdrowotnego i zachęcających do podejmowania zachowań sprzyjających utrzymaniu i poprawie zdrowia.
	Promowanie szczepień ochronnych i innych świadczeń profilaktycznych.
	Propagowanie wiedzy w obszarze możliwości wykorzystania ICT (aplikacje, systemy, urządzenia) do wsparcia profilaktyki chorób i poprawy jakości życia.
	Wdrażanie opieki farmaceutycznej, prowadzenie analiz stosowanej farmakoterapii na rzecz redukcji leków potencjalnie niewłaściwych dla osób starszych, zgodnie z kryteriami obowiązującymi w tym zakresie.

	Uwzględnienie specyfiki problemów zdrowotnych, charakterystycznych w grupie osób starszych, w realizowanych programach prozdrowotnych.
	Tworzenie infrastruktury i usług dla rozwoju aktywności prozdrowotnej ze szczególnym uwzględnieniem najstarszych grup wieku.
Rozwój telemedycyny i teleopieki oraz dostęp do udogodnień technicznych, rekompensujących utraconą sprawność i wspierających samodzielność osób starszych.	Rozwijanie telemedycyny, w tym teleopieki: <ul style="list-style-type: none"> – upowszechnienie różnych form teleopieki i telekonsultacji, – rozwój rozwiązań w zakresie mobile health.
	Ułatwienie dostępu do materiałów i sprzętu oraz świadczeń opieki zdrowotnej, wyrobów medycznych rekompensujących utraconą sprawność.
	Wykorzystanie nowoczesnych technologii dla rekompensowania utraconej sprawności i wzmacniania samodzielności.
	Opracowywanie oraz upowszechnianie innowacyjnych rozwiązań i technologii w obszarze zdrowia i telemedycyny.
	Zwiększanie dostępności terapii zajęciowej i fizjoterapii.
Zapewnienie optymalnego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej, w tym opieki podstawowej, specjalistycznej, świadczeń rehabilitacyjnych, uzdrowiskowych i profilaktycznych, tak w zakresie zdrowia fizycznego, jak i psychicznego, niezbędnych by utrzymać samodzielność funkcjonalną.	Tworzenie warunków rozwoju kompleksowej opieki nad chorym starszym, w tym: <ul style="list-style-type: none"> – opracowanie standardów profilaktyki i opieki nad osobami starszymi, a także poprawa koordynacji opieki, – określenie zasad postępowania medycznego w różnych grupach wiekowych, ze szczególnym wyróżnieniem grupy osób starszych, – monitorowanie efektywności opieki nad osobami starszymi.
	Zapewnienie ciągłości opieki nad chorym starszym, w tym: <ul style="list-style-type: none"> – wdrożenie działań mających na celu monitorowanie potrzeb zdrowotnych chorego w jego środowisku zamieszkania, – rozwój współpracy pracowników opieki zdrowotnej z służbami pomocy społecznej, – monitorowanie stanu zdrowia chorych osób starszych po zakończonej hospitalizacji.
	Zwiększenie dostępności świadczeń z zakresu geriatry w systemie szpitalnym oraz dostępności konsultacji geriatrycznych.
	Prowadzenie działań mających na celu zwiększenie dostępności świadczeń rehabilitacyjnych.
	Ograniczanie hospitalizacji do niezbędnego minimum, w tym: <ul style="list-style-type: none"> – rozwój rozwiązań alternatywnych dla hospitalizacji, np. specjalistyczna opieka w miejscu zamieszkania czy terapia środowiskowa, – stworzenie systemu dziennej diagnostyki, umożliwiającego wdrożenie leczenia i dalszą jego kontynuację w warunkach środowiska domowego, – tworzenie rozwiązań na rzecz wzmocnienia dziennej rehabilitacji (fizjoterapia, terapia zajęciowa i terapia psychologiczna).
Kształcenie kadr medycznych na potrzeby sprawowania opieki nad osobami starszymi.	Rozwój kształcenia z zakresu geriatry na kierunkach medycznych, w tym: <ul style="list-style-type: none"> – wsparcie rozwoju akademickich ośrodków geriatrycznych

	<ul style="list-style-type: none"> - w uczelniach kształcących kadre medyczną (klinik, zakładów, katedr) oraz studenckich kół naukowych geriatry, - rozwój badań naukowych w obszarze zdrowego starzenia się i chorób związanych z wiekiem starczym.
	<p>Rozwój kształcenia podyplomowego z zakresu geriatry w zawodach medycznych, w tym:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stymulowanie wzrostu liczby lekarzy specjalizujących się w dziedzinie geriatry i wzmocnienie jakości kształcenia specjalizacyjnego w tej dziedzinie, - wsparcie systemu kształcenia ustawicznego personelu medycznego w zakresie opieki geriatrycznej.
Stworzenie warunków do rozwoju standaryzowanych usług pomocowych i opiekuńczych, w tym telemedycyny, wspomagających funkcjonowanie osób starszych.	Promocja dobrych praktyk i wdrożenie standardów usług opiekuńczych, świadczonych w środowisku lokalnym.
	Promocja dobrych praktyk i standardów w zakresie teleopieki i telepomocy.
	Promocja telemedycyny, o różnym zakresie usług, dostosowywanym do potrzeb i sprawności użytkowników, które poprawią bezpieczeństwo i jakość życia dużej liczby osób starszych.
	Wdrożenie nowych instrumentów mających na celu zwiększenie dostępności do: <ul style="list-style-type: none"> - usług opiekuńczych i specjalistycznych usług opiekuńczych realizowanych przez jednostki samorządu terytorialnego, - opieki domowej w podziale na pomoc w czynnościach domowych lub pomoc w czynnościach higieniczno-opiekuńczych, - informacji o usługach i poradnictwie społecznym.
	Zwiększenie zakresu usług społecznych użyteczności publicznej, umożliwiających wzmocnienie samodzielności osób starszych, dostarczanych przez podmioty ekonomii społecznej.
Rozwój wypożyczalni sprzętu wspomagającego funkcjonowanie i zwiększającego samodzielność niesamodzielnych osób starszych.	Wspieranie rozwoju sieci wypożyczalni sprzętu pomocniczego dla niesamodzielnych osób starszych.
	Prowadzenie doradztwa w obszarze uzyskania sprzętu wspomagającego funkcjonowanie i zwiększającego samodzielność niesamodzielnych osób starszych i korzystania z niego.
	Promowanie dobrych praktyk z zakresu funkcjonowania wypożyczalni przedmiotowego sprzętu.
Wspieranie działań ukierunkowanych na likwidację funkcjonalnych barier w środowisku zamieszkania niesamodzielnych osób starszych.	Realizacja projektów oraz podnoszenie świadomości społecznej pomiędzy partnerami ze wszystkich sektorów w obszarze projektowania uniwersalnego.
Rozwój terapii zajęciowej, w tym ergoterapii, świadczonej stacjonarnie, niestacjonarnie, ambulatoryjnie i w domu niesamodzielnej osoby starszej.	Kształcenie terapeutów zajęciowych.
	Promowanie terapii zajęciowej wśród niesamodzielnych osób starszych.
	Upowszechnianie dobrych praktyk wpisujących się w światowe standardy prowadzenia terapii zajęciowej.
Rozwój opieki geriatrycznej stacjonarnej, niestacjonarnej oraz ambulatoryjnej.	Stworzenie warunków sprzyjających tworzeniu nowych oddziałów geriatrycznych, w szczególności w powiązaniu z rozwojem ośrodków kształcenia lekarzy specjalistów w dziedzinie geriatry.
	Poszukiwanie i wdrożenie rozwiązań ukierunkowanych na możliwość funkcjonowania interdyscyplinarnych zespołów geriatrycznych o charakterze konsultacyjnym.

Zapewnienie dostępu do rehabilitacji udzielanej stacjonarnie, niestacjonarnie, ambulatoryjnie, w domu osoby starszej i w uzdrowiskach.	Wdrożenie właściwej kompleksowej rehabilitacji: medycznej, społecznej i zawodowej zarówno w instytucjach, jak i w formie środowiskowej.
Podjęcie działań mających na celu poprawę komunikacji i funkcji poznawczych niesamodzielnych osób starszych w opiece długoterminowej	Opracowanie programu działań skierowanych do osób starszych chorych na choroby otępienne.
	Prowadzenie kampanii edukacyjnych na temat chorób otępiennych.
Rozwój usług pielęgnacyjnych oraz opiekuńczych, świadczonych w publicznych i niepublicznych placówkach, oferujących opiekę stacjonarną, niestacjonarną i domową, oraz wyznaczenie kryteriów oceny jakości opieki nad osobami starszymi w różnym stanie zdrowia i sprawności funkcjonalnej.	Opracowanie i ujednoczenie sposobów postępowania podmiotów świadczących pomoc niesamodzielnym osobom starszym, według przyjętych wzorców, które oparte są na wynikach badań i dają możliwość uzyskania podobnych rezultatów działań w różnych placówkach pomocowych i w opiece domowej.
Rozwój różnych form opieki dziennej i całodobowej, okresowej i stałej, dostosowanej do zróżnicowanych potrzeb niesamodzielnych osób starszych oraz dostępu do informacji o usługach społecznych.	Rozwój różnorodnych form opieki dziennej, w tym: <ul style="list-style-type: none"> – rozwijanie sieci placówek dziennego pobytu i promowanie tworzenia ich w obszarach, na których jeszcze nie funkcjonują, – propagowanie form opieki dziennej wśród osób starszych nieaktywnych, nieuczestniczących w życiu środowiska lokalnego, – wspieranie systemu wymiany informacji pomiędzy placówkami umożliwiające dzielenie się dobrymi praktykami.
	Rozwijanie sieci gospodarstw opiekuńczych i promowanie tworzenia ich na obszarach wiejskich.
	Tworzenie dziennych domów opieki medycznej (DDOM) jako wsparcie medyczne (świadczenia pielęgnacyjne, opiekuńcze i rehabilitacyjne oraz kontynuacja leczenia) osób niesamodzielnych, w tym w szczególności osób starszych, w warunkach zbliżonych do domowych, w środowisku lokalnym.
	Wspieranie inicjatyw jednostek samorządu terytorialnego na rzecz tworzenia mieszkań chronionych.
	Rozwój opieki całodobowej: <ul style="list-style-type: none"> – wspieranie inicjatyw jednostek samorządu terytorialnego na rzecz tworzenia placówek całodobowej opieki dla niesamodzielnych osób starszych i samotnych, – wspieranie tworzenia rodzinnych domów pomocy społecznej i innych form środowiskowej opieki całodobowej.
Profesjonalne wsparcie rodzin sprawujących opiekę domową	Zintegrowanie nieformalnej opieki nad niesamodzielnymi osobami starszymi z opieką formalną, w sposób szczególnie poprzez poradnictwo, konsultacje, treningi umiejętności opiekunów nieformalnych (świadczonych przez lekarzy, pielęgniarki, fizjoterapeutów, opiekunów medycznych, pracowników socjalnych) oraz inne działania na rzecz podnoszenia jakości opieki domowej.
Wprowadzenie różnych form okresowego odciążenia członków rodziny sprawujących osobistą opiekę nad niesamodzielną osobą starszą.	Wspieranie organizowania opieki krótkoterminowej nad osobami niesamodzielnymi - tzw. opieka wytchnieniowa dla opiekunów.
Tworzenie systemu szkoleń i nabywania kwalifikacji w celu uzyskania kompetencji umożliwiających opiekę nad niesamodzielnymi osobami starszymi, w tym i tych skierowanych	Szkolenia w zakresie podstawowej opieki i rehabilitacji oraz wsparcie kompetencyjne przez dostęp do tzw. tematycznych bibliotek wiedzy on-line wraz z tutoringiem (metoda edukacji zindywidualizowanej).

do osób zawodowo zajmujących się świadczeniem usług opiekuńczych.	
Wzmacnianie sieci nieformalnych opiekunów niesamodzielnych osób starszych.	<p>Wsparcie opiekunów nieformalnych niesamodzielnych osób starszych, w tym:</p> <ul style="list-style-type: none"> – upowszechnianie wiedzy na temat opieki nad niesamodzielną osobą starszą dla zwiększenia zaangażowania w opiekę opiekunów nieformalnych, – tworzenie i rozwijanie form wsparcia dla opiekunów osób niesamodzielnych, w tym mieszkań chronionych. <p>Promowanie działań oddolnych, jak banki czasu, banki informacji, grupy wsparcia i grupy samopomocowe.</p> <p>Włączenie organizacji pozarządowych w praktyki rozwoju wsparcia opiekunów osób niesamodzielnych na poziomie lokalnych projektów.</p>
Promocja projektów edukacyjnych dla osób starszych, samopomocy, wolontariatu	<p>Realizacja kampanii społecznych promujących edukację międzypokoleniową.</p> <p>Wspieranie projektów społecznych, promujących solidarność i integrację międzypokoleniową.</p> <p>Wspieranie spójności rodziny poprzez promowanie międzypokoleniowej wymiany doświadczeń.</p>
Rozwój infrastruktury społecznej jako miejsca spotkań i wymiany doświadczeń międzypokoleniowych.	<p>Tworzenie i wzmacnianie, na poziomie lokalnym, infrastruktury skierowanej do osób starszych, takiej jak: placówki dziennego pobytu (domy, kluby, świetlice), prowadzące działania na rzecz integracji międzypokoleniowej.</p> <p>Prowadzenie szkoleń dla liderów społeczności lokalnych z zakresu planowania działań wobec osób starszych.</p> <p>Upowszechnianie dobrych praktyk realizowanych przez samorządy i organizacje pozarządowe.</p>
Promowanie działań umożliwiających kontakt i współpracę osób z różnych grup wieku.	<p>Promowanie w ramach misji mediów publicznych współpracy międzypokoleniowej oraz dobrych praktyk realizowanych w tym zakresie.</p> <p>Promowanie współdziałania i współpracy dzieci i młodzieży z osobami starszymi i organizacjami senioralnymi.</p>
Zwiększanie dostępności oferty edukacyjnej dla osób starszych.	<p>Wspieranie organizacji pozarządowych w obszarze edukacji osób starszych.</p> <p>Rozpowszechnianie informacji o możliwościach aktywności edukacyjnej osób starszych.</p>
Rozwój i promocja zawodów opiekuńczych oraz doskonalenie kompetencji kadr.	<p>Prowadzenie kampanii społecznych promujących zawody opiekuńcze.</p> <p>Rozwój i uzupełnienie kompetencji kadry pomocy społecznej nt. zagadnień, potrzeb i możliwości osób starszych.</p> <p>Poszerzenie oferty edukacyjnej dla rozwoju nowych kierunków studiów i innych form kształcenia dedykowanych osobom starszym.</p>
Rozwój edukacji nieformalnej (radio, telewizja, Internet, audiobooki).	<p>Wspieranie kształcenia ustawicznego poprzez doradztwo edukacyjne.</p> <p>Upowszechnianie informacji związanych z edukacją nieformalną.</p>
Upowszechnianie edukacji w zakresie nowych technologii.	<p>Kształtowanie lub wzmacnianie kompetencji seniorów w zakresie nowych mediów przez realizację kampanii informacyjno-edukacyjnych oraz szkoleń.</p> <p>Rozwój gerontechnologii dla poprawy jakości życia.</p>