



Dr. Hoffmann Tamás, Újbuda polgármestere
(forrás: Újbuda Media)

Minden hatvan feletti lakosa egészséges, aktív életet élhet

Az Egészséges és Aktív Időskor projekt nem klasszikus értelemben vett házi segítségnyújtásra épül és lényeges szervezeti eleme az Újbuda 60+ Programnak. Utóbbi havonta átlagosan 300 programot és még további szolgáltatásokat biztosít az időskorú kerületi polgároknak, legyen az sport, kultúra, közösségi program, mentálhigiénés szolgáltatás, kedvezményes vásárlás és tanulási lehetőség – hangsúlyozta megkeresésünkre Dr. Hoffmann Tamás, Újbuda polgármestere.

Tavaly készítettem interjút egy Újbudán élő színésznővel, aki elmesélte, hogy a kerületben egyre több olyan szabadtéri sportelemet építettek, melyeket idősök is használhatnak. Mikor döntöttek arról, hogy a XI. kerületben élő idősök számára biztosítják az egészséges és aktív életet?

– 2008. október 1-jén indult el az aktív idős korra építő Újbuda 60+ Program, melyet azóta folyamatosan fejlesztünk, bővítünk. A kerületünk erőssége a közösségben rejlik, ezért is fontos, hogy az időskor ne jelentsen egyet az elszigeteltséggel és a magánnyal, hanem olyan életformává váljon, amely minőségileg nem rosszabb, csak természetesen más.

Az „Egészséges és aktív időskor” című projekt április 19-ei záró konferenciáján Újbuda Önkormányzata, valamint a partnervárosok és -intézmények résztvevői osztották meg egymással tapasztalataikat. Polgármester úr, milyen céllal és kik hívták életre ezt a programot?

– Az „Egészséges és aktív időskor” című projekt elsődleges célja az volt, hogy további szolgáltatásokkal segítsük a kerület időskorú polgárainak életminőségét. Sok olyan időskorú van, aki nem fekvőbeteg és nincs szüksége hivatásos segítők (ápolónő, gondozó stb.) segítségére, de nehezen vagy egyáltalán nem tud kimenni otthonából. Az önkéntes időskorúak – a hivatásos segítők szervezésével, támogatásával – azért látogatják kortársaikat otthonkaiban, hogy az igények szerint beszélgetéssel, felolvasással, orvoshoz vagy a 60+ programokra kíséréssel segítsék őket.

Azért esett a helyszín a XI. kerületre, mert önök elindították az Újbuda 60+ Programot?

– Újbuda Önkormányzata hangsúlyos idősügyi koncepcióval rendelkezik melynek megvalósítása céljából pályáztunk és az „Egészséges és aktív időskor” című projektre. A visszajelzések alapján sikeres volt a munka, hiszen mind az itt élő idősök, mind pedig a résztvevő szakmai partnerek pozitívan értékelték.

Mi a két program közti különbség és hasonlóság?

– Az Egészséges és Aktív Időskor projekt a már említett, nem klasszikus értelemben vett házi segítségnyújtásra épül és lényeges szervezeti eleme az Újbuda 60+ Programnak. Utóbbi havonta átlagosan 300 programot és még további szolgáltatásokat biztosít az időskorú kerületi polgároknak, legyen az sport, kultúra, közösségi programok, mentálhigiénés szolgáltatások, kedvezményes vásárlás és tanulási lehetőségek egyaránt.

Az újbudai programot bizonyára felmérés előzte meg. Öregedő társadalomról beszélünk. A felmérések szerint az idősek adják a lakosság 25%-át. Ez jellemző Újbudára is?

– Az Újbuda 60+ Program tényleges indulását 2009 elején valóban megelőzte egy nagyon alapos felmérés, amit kisebb mértékben ugyan, de folyamatos igény és elégedettségvizsgálat kísért nem beszélve arról, hogy több kerületi szervezeten, intézményen keresztül is kapunk információt a polgároktól és polgárokról. Természetesen az „Egészséges és aktív időskor” című projektet is megelőzte egy kisebb, 400 fős felmérés, mely az igényeket próbálta felderíteni, valamint azt, hogy mint önkéntes részt venne egy ilyen típusú feladatban, illetve beengedi-e otthonába az önkénteseket. Jelenleg 133 408 polgár él állandó lakcímmel Újbudán, akiknek 31%-a van túl a 60. életévén.

Milyen szolgáltatásokat vehet igénybe, aki betér a Kérő utcai Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központba?

– A Kérő utcai programközpont a projekt befejezéséig kizárólag az önkéntesek és hivatásos szakemberek által közösen bonyolított, az időskorú ügyfél lakásában nyújtott segítő szolgáltatást biztosította és koordinálta. 2017. május 15-től azonban az Újbuda 60+ Program kedvelt és sikeres szolgáltatásait itt is igénybe vehetik majd az érdeklődők. Relaxációs tanfolyam, angol társalgás, gyógytorna, kézműves programok lesznek a házban és itt vehető igénybe minden, a 60+ programmal kapcsolatos ügyintézés is. Egy olyan közösségi tér alakult ki ezáltal a kerületben, amely modern körülmények között, mégis családi hangulatban várja az itt élő időseket.

Ki ellenőrzi azt, hogy a szolgáltatásokat igénylők kéréseit teljesítik is?

– Folyamatos a kapcsolat az idősek és az önkéntesek között, valamint az Újbudai Szociális Szolgálat munkatársai is folyamatosan ellenőrzik, hogy a szolgáltatások minősége és a szervezése folyamatosan jó legyen. Ez azért is nagyon fontos, mert egy-egy ilyen program nem működhet bizalom nélkül, melynek kialakítása és fenntartása az egyik fő szempont számunkra.

Mi a programban részt vevő öntések feladata? Ők képzéseken is részt vesznek? Mennyire bíznak az önkéntesekben?

– Ahogy az előbb említettem, bizalom nélkül nem lehet elindítani egy olyan szolgáltatást, ahol időskorú polgárok ellenszolgáltatás nélkül segítenek kortársaikon! Mindezek mellett fontos, hogy az önkéntesnek jelentkező egy olyan képzésen vegyen részt, ahol minden ismeretet

megkaphat ahhoz, hogy később az általa vállalt tevékenységet biztonságosan, jó érzéssel és magas színvonalon végezhesse. Ezt a képzést, felkészítést valamennyi esetben megtettük és megtesszük, hiszen a program továbbra is megy. Az önkéntesek képzése és segítése sem egyszeri alkalom, hiszen a szervezésük és koordinálásuk mellett folyamatosan képezik, segítik és támogatják őket az ún. önkéntes koordinátorok, akik szintén kapnak szakmai és emberi segítséget.

Ma, amikor azt mondják, szinte mindenki egoista, és jó esetben csak családja boldogulása érdekli, akkor nem volt nehéz az önkéntesek toborzása?

– Egyáltalán nem! Egyrészt mert a 60+ Program az elindulásától kezdve hangsúlyt fektet a közösségek létrehozására, támogatására, a fontos emberi értékek megőrzésére. Másrészt az időskor egyik nagy előnye nem csak az, hogy van ideje, hanem az is, hogy fontos számukra a másik ember és annak segítése.

Ez azt mutatja, hogy nem csak a falvakra jellemző a közösségi életszemlélet?

– Igen, de ez persze nem azt jelenti, hogy már nincs mit tenni Újbudán a különböző közösségek – a családot is beleértve – értékformálásában és támogatásában. Többek között említeném a 2017 márciusában elindult Duna menti országokkal közös projektünket is, amely az általános, közép és felsőfokú képzéseket befejező diákok számára fog nagyon speciális segítséget biztosítani a munkaerőpiacon történő elinduláshoz.

Lesz elegendő forrás arra, hogy a jövőben is biztosítsák a kerület idősebb lakói számára az aktív életmódot?

– Az idősügy az „Egészséges és Aktív Időskor” projekt elindulása előtt is kiemelten fontos volt számunkra. Természetes hát, hogy lehetőségünkhöz mérten, továbbra is támogatást biztosítunk, és nemcsak anyagi, de szervezési oldalról is.

Medveczky Attila