

DOMA BEZ OBAV

BEZPEČNĚ A DŮSTOJNĚ



NADACE
KRÁSA POMOCI

Program **Doma bez obav** vznikl v roce 2014. Jeho hlavním cílem je zajištění komplexní podpory a informací seniorům a jejich rodinám v situacích, kdy se objeví zdravotní potíže a problémy se soběstačností seniora.

Program se skládá z pěti klíčových oblastí:

- **Koordinace péče a podpůrných služeb** dle aktuálních potřeb a změn v životě seniora
- **Kontaktní místa** v pražských nemocnicích a sídle Nadace - konzultace
- **Kontaktní linka pro ČR** - ucelené informace o dostupných sociálních službách, informace o materiální podpoře (např. příspěvek na péči), pomůckách, ale i podpora sociálního kontaktu a zajištění potřeb
- **Psychologická/psychoterapeutická pomoc** pro seniory a pečující
- **Dobrovolnictví** - aktivizace a prevence sociálního vyloučení seniorů

Zaměřujeme se na podchycení rizikové skupiny osamělých seniorů, kteří často **propadávají záchrannou sítí poskytovaných sociálních služeb**. Koordinátorky péče a podpůrných služeb pomáhají seniorům zajišťovat služby a příspěvky tak, aby mohli důstojně žít v domácím prostředí. Nabízíme **komplexní služby** – konzultace, individuální přístup, služby v terénu i prostřednictvím telefonické nebo e-mailové komunikace. Obracet se na nás mohou senioři i pečující z celé republiky. Nedílnou součástí nabídky je psychologická pomoc.

Působíme preventivně **proti předčasnému umístování seniorů do institucionální formy péče**.

Naše podpora směřuje k tomu, aby senior mohl i nadále zůstat ve svém domácím prostředí a **žít kvalitní život i přes zdravotní omezení**. Ve spolupráci s pražskými nemocnicemi zajišťujeme bezpečný návrat seniora z hospitalizace domů a zprostředkujeme k tomu vše potřebné.



ČÍSLA Z ROKU 2023

Počet klientů seniorů a pečujících – 435

Počet konzultací se seniory/pečujícími – 2 129

Počet hodin psychologické péče – 65

Počet dobrovolnických dvojic

(senior + dobrovolník) – 20

Počet dobrovolnických hodin – 970

DOMA BEZ OBAV



NADACE
KRÁSA POMOCI



V programu Doma bez obav jsme se i v roce 2023 zasazovali o důstojné stárnutí v domácím prostředí. Naše 3 koordinátorky péče a podpůrných služeb docházely do domácností klientů, kde poskytovaly konzultace v oblasti sociálních služeb, sociálních dávek a kompenzačních pomůcek, návazných služeb (např. dovážka obědů). Neméně důležitá přitom je podpora a pochopení našich seniorů a pečujících, díky kterým mohou pocítit, že v náročné situaci nejsou sami, ale mají někoho, na koho se můžou obrátit.

Každý den kromě pátku nás mohli zájemci najít na kontaktních místech ve 4 pražských nemocnicích. Naše psycholožka, a později psychoterapeutka, poskytovala až 4 bezplatné konzultace klientům u nich doma i na dálku. Zároveň jsme propojovali seniory a dobrovolníky v našem dobrovolnickém programu.

V roce 2023 jsme pomohli 435 seniorům a pečujícím. Poskytli jsme jim 1 838 intervencí, tj. celkem 2 129 hodin konzultací.

KOORDINÁTORKY PÉČE A PODPŮRNÝCH SLUŽEB

V programu Doma bez obav vznikla nová pozice a tým koordinátorek péče a podpůrných služeb doplnila vedoucí programu. Všichni se starají o to, aby senioři a pečující lépe zvládali náročné situace a měli kruce někoho, kdo jim bude oporou.

Koordinátor péče zmapuje situaci, zjistí individuální potřeby a **pomůže nastavit péči tak, aby byla co možná nejdéle zachována soběstačnost seniora**. Nejčastěji pomáhá při zprostředkování návazných sociálních služeb jako je osobní asistence nebo pečovatelská služba, pomoc s orientací v možnostech finančních příspěvků a výběru kompenzačních pomůcek. Též je v případě zájmu nápomocen při komunikaci sdalšími aktéry – zdravotnickými zařízeními, úřady, bankami a podobně.

Pro mnoho seniorů a jejich blízké je obtížné se zorientovat v jejich možnostech. Považují tedy za přínosné, když je někdo tímto procesem provede a pomůže jim tak řešit jejich životní situaci komplexně, a zároveň kontinuálně. Zájemci se na nás mohou obracet skrze mobilní telefon, e-mail, či osobně na některém z kontaktních míst. Naše pomoc klientům či pečujícím je bezplatná.

KONTAKTNÍ MÍSTA

Naše kontaktní místa fungovala tak, jak je u nás již dlouhá léta zvykem. Zájemci o konzultaci nás mohli najít každý týden od pondělí do čtvrtka ve Fakultní nemocnici Královské Vinohrady, v Nemocnici na Homolce, ve Fakultní nemocnici Motol a v Ústřední Vojenské nemocnici. Spolupráce s humanitními odděleními v nemocnicích funguje stále na výborné úrovni. Kontaktním místem pro seniory a pečující je také kancelář Nadace, která se nachází přímo v centru Prahy.

Na naší kontaktní lince jsme určili provozní hodiny, aby se zefektivnilo její fungování pro koordinátorky i volající. Tuto linku využívají, stejně jako e-mailové konzultace, více pečující než senioři.



INDIVIDUÁLNÍ PSYCHOLOGICKÁ KONZULTACE / PSYCHOTERAPIE

I v tomto směru bylo v programu Doma bez obav živo. Psychologické konzultace vystřídala v průběhu roku psychoterapie, která je poskytována jak seniorům, tak pečujícím osobám. Konzultace se nejčastěji konají přímo v místě bydliště, výjimkou však není ani schůzka u nás v kanceláři nebo konzultace po telefonu.

Klienti mají možnost využít až 4 bezplatné konzultace, na kterých je jim nabídnuta podpora, porozumění a náhled na jejich situaci. V případě nutnosti další péče klient vždy dostane kontakt na návaznou péči (psychiatrie atd.). Nejčastější témata konzultací se seniory jsou: samota, ztráta schopností, obava ze smrti, rodinné vztahy a další. Pečující přichází například s tématy obavy ze ztráty blízké osoby, či psychické a fyzické náročnosti péče.

V roce 2023 bylo poskytnuto celkem 65 hodin psychologické/psychoterapeutické péče.

DOBROVOLNICKÝ PROGRAM

Dobrovolnictví je nedílnou součástí chodu Nadace. Naši dlouhodobí dobrovolníci jsou „svým“ babičkám a dědečkům přítelem, podporou, spojkou s okolním světem. Ale vztah dobrovolník-klient není jednostranný. Naši klienti obohacují život dobrovolníků svou životní zkušeností, trpělivostí a odlišným pohledem na věc. To je něco, co se vždycky hodí - podstoupit od tématu a vidět ho očima někoho jiného. Dobrovolnictví přitom není jen jedním ze způsobů, jak pomoci seniorům, ale je také o mezigeneračním propojení. O hlubokých vazbách a vztazích. To je to, co si na našem dobrovolnickém programu ceníme nejvíc.

Stejně tak si vážíme i dobrovolníků flexibilních, kteří nám pomáhají s rozvozy vánočních balíčků, doprovody klientů na nadační akce, tvorbou našeho časopisu. Čas a energie, které nám věnují všichni dobrovolníci, jsou nevyčísitelné. Děkujeme!

**Ke konci roku 2023 jsme měli 20 aktivních párů senior – dobrovolník.
Dobrovolníci v loňském roce věnovali „svým“ babičkám a dědečkům 970 hodin.**

