

Seniorská obálka zachraňuje životy



ÚSTAV SOCIÁLNÍCH SLUŽEB
V PRAZE 4

V bytě či v domě správně umístěná obálka s I.C.E. kartou, které se říká SENIORSKÁ OBÁLKA, pomáhá záchranářům zorientovat se ve zdravotním stavu seniora.



Tiskopis seniorské obálky je k dispozici ke stažení jako soubor PDF na www.praha4.cz nebo www.uss4.cz. Foto: ÚSS4

Praha 4 je již několik let zapojena do celorepublikového projektu Ministerstva práce a sociálních věcí ČR, v jehož rámci vznikl dokument určený především starším osobám žijícím osamocně. Tzv. seniorská obálka (I.C.E. karta) tak může být pomocníkem v krizových situacích. Senior (nebo s pomocí rodiny) vyplíše na kartu aktuálně užívané léky, alergie, prodělané operace a jiné důležité informace. Obálku pak umístí viditelně na určené místo. **Buď na dveře lednice, nebo na vnitřní stranu vchodových dveří.** Zdravotníci, policisté či hasiči jsou instruováni tak, že se zaměří výhradně na tato dvě místa a nebudou hledat obálku na jiných místech bytu! Pokud se člověk dostane do situace ohrožení na životě a sám nemůže zdravotní informace přivolaným záchranářům poskytnout, je právě seniorská obálka nesmírně cenná pro další postup poskytnutí pomoci.

Její vyplňování se řídí principem semaforu, nejdůležitější informace jsou červeně, doporu-

čené údaje žlutě a méně závazná data zeleně. Záleží na každém, které údaje vyplní, ale čím více informací například o lécích, hospitalizaci nebo alergiích bude vyplněno, tím obálka lépe poslouží.

Další důležitá přání

Již v roce 2019 převzal záštitu nad šířením tohoto užitečného pomocníka Josef Svoboda (nez.), místostarosta MČ Praha 4 a radní pro sociální politiku, a nadále mu věnuje velkou pozornost. „Do seniorské obálky je možné napsat a přidat i další důležitá přání pro případ náhlé hospitalizace, jako například kdo má být o situaci informován či má rozhodovat o léčbě, koho požádat o péči o domácího mazlíčka nebo květiny v bytě, jaké preferuje zdravotnické zařízení, zda chce zavolat duchovního a podobně,“ říká Josef Svoboda a dodává: „Obálka umožňuje též variantu, že se do ní vloží aktuální lékařská zpráva, která poskytne záchranářům informaci nejen o diagnóze, ale také medikaci. Co je klíčové, informace se do obálky píše a vkládají v době, kdy je člověk v „pohodě“ a může si v klidu rozmyslet, co a komu by bylo vhodné v dramatické situaci, kterou je náhlé zhoršení zdravotního stavu, sdělit.“

Karta je primárně určena pro seniory, ale hodí se každému, kdo vyhodnotí svůj zdravotní stav jako rizikový. Vyzvednout si ji můžete na Informačním centru Úřadu MČ Praha 4, Antala Staška 2059/80b, popřípadě na dalších informačních centrech MČ Praha 4. Dále je k dispozici na recepci Ústavu sociálních služeb Praha 4 na adrese Podolská 208/31. Pokud k vám dochází pečovatelská, požádejte o obálku právě ji.

I v době pandemie ÚSS4 pomáhá rodinám

Ústav sociálních služeb v Praze 4 (ÚSS4) pečuje o seniory, kteří potřebují pomoc, i v této epidemiologicky nepříznivé době. O to více dbá na bezpečnost pečujícího personálu a klade důraz na ochranu zdraví uživatelů všech poskytovaných sociálních služeb. I v **pobytovém odlehčovací zařízení** na adrese Jilovská 432/11, kde v současné době nabízí ÚSS4 volnou kapacitu pro další zájemce. Je možné zde využít pobyty krátkodobého charakteru (maximálně tři měsíce), které slouží zejména rodinám a pečujícím k jejich nezbytnému a tak potřebnému odpočinku.

Jedná se o menší zařízení rodinného typu s maximální kapacitou 30 uživatelů. „Případně zájemce o poskytnutí našich služeb můžeme ujistit, že pečlivě dodržujeme veškerá aktuální preventivní epidemiologicko-hygienická opatření,“ říká Linda Obrtelová, ředitelka ÚSS4.

I navzdory poněkud omezujícím hygienickým opatřením může uživatel v odlehčovacím

zařízení strávit příjemný čas. Nadále probíhají aktivizační činnosti a společenské události menšího charakteru. Uživatelé se tedy rozhodně nenudí a zároveň dostávají profesionální péči, kterou zajišťuje multidisciplinární tým (zdravotní sestry, pečovatelské, fyzioterapeut, ergoterapeutka, sociální pracovníce), čímž je zajištěn individuální přístup k potřebám každého uživatele.

Psychická pohoda je nezbytná

Pečujete o blízkého, který se zotavuje z těžšího průběhu covidu a následků déletrvajících nepohyblivosti? I takovému uživateli může ÚSS4 pomoci získat zpět jeho schopnosti. Fyzioterapeut s uživatelem vybere a vyzkouší vhodný typ kompenzační pomůcky, kterou je možné i zapůjčit. Návlek soběstačnosti s ergoterapeutem pak přispěje k jednoduššímu návratu do domácího prostředí.

Důležitá je samozřejmě i psychická pohoda, proto pro uživatele připravuje ÚSS4 pestrou škálu aktivit - tréninky paměti, kreativní cvičení, společné sledování filmů, hraní společenských her, zpívání s Alenkou z Návštěv POTMĚ, canisterapii nebo povídání či předčítání s dobrovolníky z Letokruhu.

Pokud vás nabídka zaujala nebo máte doplňující dotazy, kontaktujte pracovníce ÚSS4 na telefonních číslech 773 791 423 nebo 773 791 416. Stejně jako pobytové odlehčovací zařízení slouží zejména k odpočinku a ulehčení těch, kteří pečují o své rodinné příslušníky nebo blízké, má ÚSS4 v nabídce svých služeb i **Centrum pro rodinné pečující**. Centrum nabízí sociální poradenství, psychologickou podporu pro neformální (rodinné) pečující, aby svou nelehkou úlohu zvládli například skloubit se svým pracovním životem nebo se zkrátka jen dokázali lépe zorientovat v sociální oblasti. Pro více informací o službách Centra pro rodinné pečující volejte na telefonní číslo 773 791 408. (red)



Kontakt se psem (canisterapie) je pro seniory účinným rozptýlením. Foto: ÚSS4