

BEDEKR AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ

aneb Jak se orientovat v krajině aktivního stárnutí a dlouhodobé péče

– průvodce pro občany a samosprávy

Obsah

Úvod	5	ICT a Internet	50
Jak tato publikace vznikla	7	Společenské aktivity	53
Metodika projektu	10	Podpora a rámec poskytování dlouhodobé péče v obcích	55
Proč jsou obce tak důležité?	11	Kdo potřebuje péči?	59
Podpora aktivního a zdravého stárnutí na místní úrovni	16	Soběstačnost a funkční vyšetření zdravotního stavu	62
Podpora zdraví a zdravého stárnutí	18	Akutní onemocnění a potřeba včasné péče	65
Komunikace a účast na správě obce	20	Case management	70
Bydlení	25	Podpora rodiny a neformálních pečovatelů	76
Bezbariérovost prostředí a dostupnost dopravy	30	Pečovatelská služba a domácí zdravotní péče	84
Pohybová aktivita a sport	36	Tísňová péče a podpora nezávislého života	92
Mezigenerační solidarita	39	Slovo závěrem	95
Dobrovolnictví	43	Poznámky	100
Vzdělávání	46	Reference	102