

MENDEKOTASUNA DUTEN ADINEKO PERTSONA KALTEBERAK ETA HAIEN ZAINZAILEAK

EIBARKO UDALERRIKO ESKU HARTZE PLANA 2016-2022

Itzulpena: Itzulpen zerbitzua



GERONTOLOGAK
Gerontologia Zerbitzuak SL
Eibar 2016

AURKIBIDEA

Sarrera.....	1
Testuingurua.....	2
Metodologia.....	5
1. eranskina.....	10
2. eranskina.....	14
Emaitzak.....	15
Lan-ildoak.....	35
Bibliografia.....	49

SARRERA

Azken urteetan, EAEko 65 urtetik gorako herritarren kopuruak gora eta gora egin du, bizi-itzaropena luzatu delako. Hori alde batetik eta jaiotza-tasa baxua bestetik, adinekoek EAEko biztanleria osoaren % 20,7 osatzen dute. Nabarmendu beharra dago, gainera, laurogeitaka urtekoak ere asko direla, % 6,7. Eta Eibarrek ere halako egoera bizi du; areago, alderdi batzuetan EAEko ehunekoak baino altuagoak ditu.

Beraz, Eibarko udalerrriak kasu egingo die zahartzaroari buruz jasotako gomendio eta estrategiei, izan mundu osoko, Estatuko edota EAEko erakundeetatik datozenak.

Eusko Jaurlaritzak kaleratu duen azken agirian adierazi bezala *-Zahartze Aktiboari buruzko Euskal Estrategia, 2015-2020-* administrazio publiko guzietan erantzun egokia eman behar diote errealitate horri, hiru arlotan banatzen diren neurriak eta ekintzak bideratuz: gizartea zahartzarora moldatzea; hobeto zahartzeko aurrez neurriak hartzea; lagunkoitasuna sustatzea eta ongizatearen gizartea eraikitzen parte hartzea.

2015ean, Eibar Eusko Jaurlaritzaren *Euskadi Lagunkoia Sustraietatik* ekimenera atxiki zitzaion. Proiektu horrek erakundeak, gizarte eragileak eta pertsonak mugiarazi nahi ditu, gure auzo, herri eta hiriak lagunkoiago izan dakizkien nagusiei. Eibarko Udalak, baina, pauso bat gehiago eman nahi izan zuen eta egungo egoeraren diagnostikoa egin, mendetasuna duten adineko pertsona kalteberen eta haien zaintzaileen premiak aztertu alegia. Kolektibo horrek egoera berezia bizi du eta berezko premiak ditu, eta haien bizi kalitatea hobetzeko berriazko proiektuak abiatu behar dira.

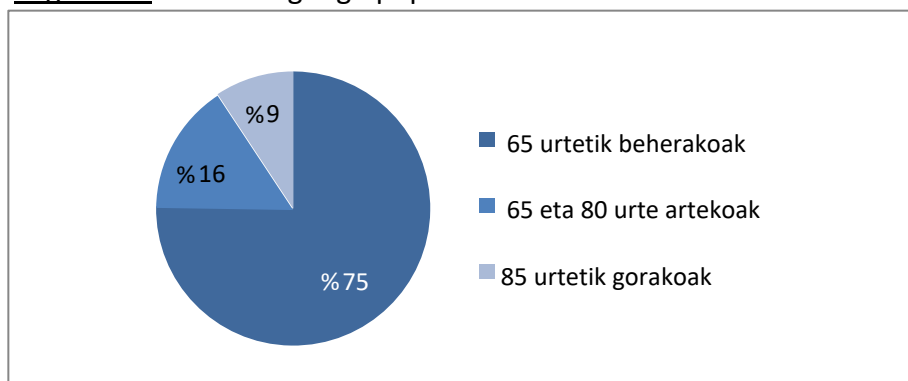
Azterlan horretan adinekoak, haien zaintzaileak eta osasun eta gizarte zerbitzuetan adinekoekin dihardutenek hartu dute parte. Eta talde horietako bakoitzak egindako ekarpenak dira plan honen oinarria: *Mendekotasuna duten adineko pertsona kalteberak eta haien zaintzaileak, Eibarko udalerriko esku hartze plana 2016-2022.*

TESTUINGURUA:

EIBARKO UDALERRIAN MENDEKOTASUNA DUTEN ADINEKO PERTSONA KALTEBEREK ETA HAIEN ZAINTZAILEEK EGUN DUTEN EGOERA

Gutxi gorabehera, Eibarrek 27.440 biztanle ditu; horietatik 6.791 65 urtetik gorakoak dira, beraz, populazio osoaren ia % 25. 6.791 horietatik 2.554 80 urtetik gorakoak dira, udalerriko biztanleen % 9,3.

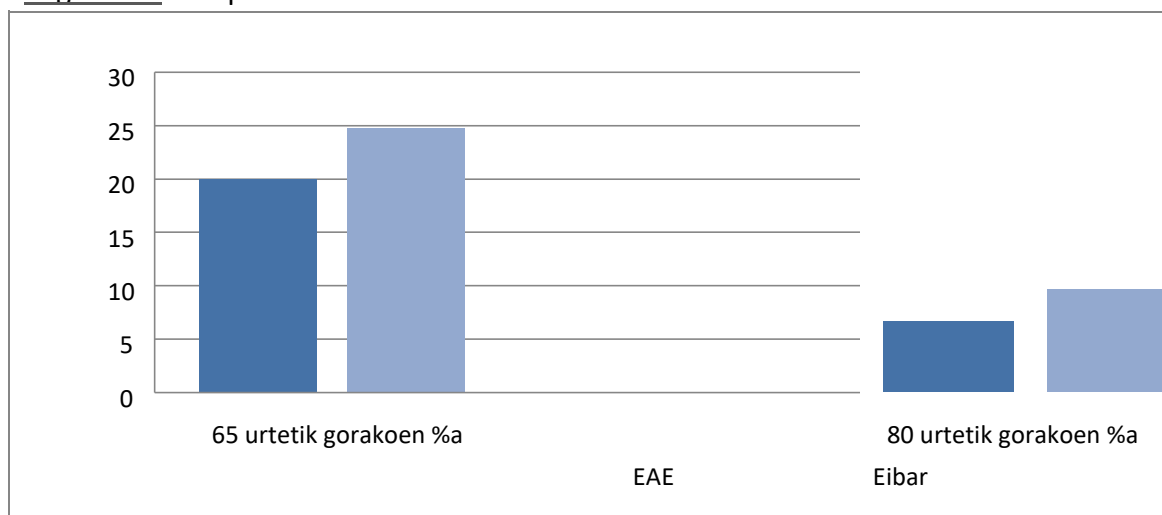
1. grafikoa. Eibarko egungo populazioa



Iturria: Eibarko Udala, biztanleen erroldako datuak erabilia.

Biztanleen erroldako datuak (INE,2014) eta Eibarkoak alderatuz gero, EAEko biztanleriaren % 20,7 da 65 urtetik gorakoa, Eibarren, berriz, % 25. 80 urtetik gorakoak biztanleriaren % 6,67 dira EAEn, eta Eibarren % 9,3ra iritsi dira jada. Beraz, nabarmentzekoa da Eibarren adineko asko dagoela.

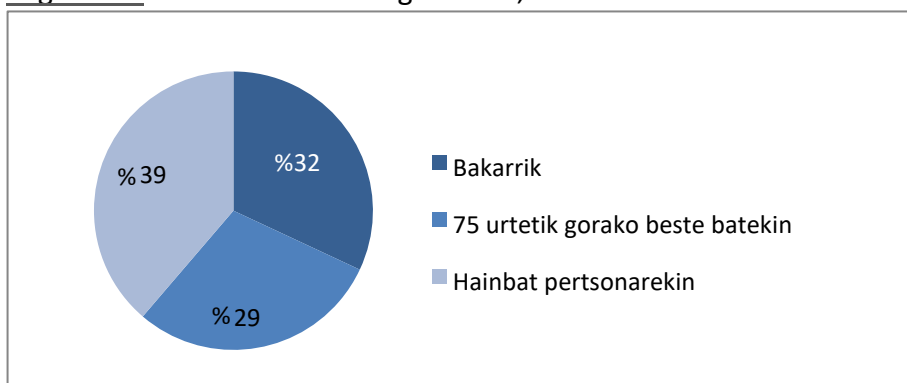
2. grafikoa. Konparazioa EAEko eta Eibarko adineko biztanleriaren artean.



Iturria: Eibarko Udala, biztanleen erroldako datuak eta INE 2014koak erabilia.

Eibarren bizi diren 80 urtetik gorako 2.554 herritarretatik, 816 bakarrik bizi dira eta beste 749 75 urtetik gorakoa den beste batekin, % 61 alegia. Adinekoak bakarrik edo beste adineko batzuekin bizitzeak kaltebera egiten ditu.

3. grafikoa. Eibarko 80 urtetik gorakoak, norekin bizi dira?



Iturria: Eibarko Udala, biztanleen erroldako datuak erabilia.

Adinekoetan, emakume- eta gizon-kopuruaren arteko aldea handitu egiten da adina handitzearekin batera. 65 urtetik gorakoetan, 3.918 emakumeak dira (% 57.66) eta 2.873 gizonak (% 42,44). Laurogei urtetik gorakoetan, 1.658 emakume dago (%65.71) eta 896 gizon (34.85%).

1. taula. Biztanleria, adinaren eta sexuaren arabera

	Emakumeak	Gizonak	Guztira	Biztanleria osoaren ehunekoa
65etik gorakoak	3.918	2.873	6.791	% 24,75
65etik gorakoen %a	% 57,66	% 42,44		
80tik gorakoak	1.658	896	2.554	% 9,3
80tik gorakoen %a	% 65,17	% 34,85		

Iturria: Eibarko Udala, biztanleen erroldako datuak erabilia

Bestalde, 1.448 pertsona daude Eibarren **mendeko** gisa baloratuta. Horietatik, 305 dira 65 urtetik beherakoak, 402k 65 eta 80 urte artean dituzte eta 741ek 80 urtetik gora dituzte.

Egun, 514 pertsonak jasotzen dute mendetasuna dutenentzako **prestazio ekonomikoren bat**. Egun, laguntza pertsonalerako prestazio ekonomikoa jasotzen dute 165 pertsonak, laguntzeko kontratatzen duten langileari ordaintzen laguntzeko. 349k familia-giroan zaintzeko prestazio ekonomikoa jasotzen dute, etxeko giroko norbaitek ematen dizkien zaintzen gastuak asetzeko. Egun, ez du inork jasotzen zerbitzua kontratatzeko prestazio ekonomikoa, eguneko zentro batean edo bertan bizitzeko egoitza batean zaintzak jasotzeagatik ordaindu beharrekoa arintzekoa.

Gizarte zerbitzu eta baliabideen erabilera:



- 25 erabiltzaile ditu Ego Gain eguneko zentroak
- 555 erabiltzaile ditu Teleasistentzia edo Telealarma zerbitzuak
- 94 erabiltzaile ditu etxeko laguntza zerbitzuak;
- 47 herritarren artean 127 laguntza tekniko jaso zituzten 2015ean. (diru-laguntzak oztopoak kendu eta laguntza teknikoak eskuratzeko: gurpildun aulkiak, somier artikulatuak, koltxoiak, garabiak, etab.)
- 6 lagunek hartu dute parte laguntza psikologikoa ematen duen *Sendian* programan.

METODOLOGIA

Gizarte-talde honek dituen premiak antzemateko hainbat ekarpen jaso dira planaren protagonisten eskutik: mendeko diren adineko pertsona kalteberak eta haien zaintzaileak. Era berean, laguntza ematen duten profesionalek iritziak jaso dira, baita Afagi eta Deparkel elkarteek ere.

Sei alderdi aztertu dira: etxebizitza, zaintza pertsonala, gizarte-baliabideak, osasun-baliabideak, zahartze aktiboa eta zaintzaile laguntzaileak. Zaintzaileei buruz zaintzaileen iritziak baino ez dira jaso.

ARLOA	JORRATUTAKO GAIAK
Datu soziodemografikoak	Sexua, adina eta egoera zibila.
Etxebizitza	Norekin bizi dira, etxebizitzaren egoera eta etxean daudenean topatzen dituzten zailtasunak.
Zaintza pertsonala	Zertan behar dute laguntza handiena eta nork laguntzen die
Gizarte-baliabideak	Zer gizarte-baliabide ezagutzen duten eta erabiltzen dituzten jakin. Gizartekintzak ematen dien zerbitzuarekin pozik dauden
Osasun-baliabideak	Botika hartzeko laguntzarik behar duten eta laguntza hori eskura duten. Osasun-zentrora joateko laguntzarik behar duten eta eskura duten. Pozik ote dauden jasotzen duten osasun-arretarekin.
Zahartze aktiboa	Etiket kanpora zer ekintza egiten duten eta haien egoerara egokitzen diren nahikoa jarduera topatzen duten.
Zaintzaile laguntzaileak	Datu soziodemografikoak, zaintzen ematen duten denbora, zaintzaile izateak beren beste zer alderditan duen eragina, zer iritzi duten zaintzaileei ematen zaizkien laguntzez.

Galdetegi erraz bat erabili dugu (1. ERANSKINA) hainbat datu idatziz jasotzeko; gainera, taldeko saioak grabatu egin dira, galdetegietan azaltzen ez diren zehaztasun kualitatiboen berri jasotzeko.

Zaintzaileekin batera, lan-taldeak antolatu dituzte jubilatuen lau etxeetan (Beheko Tokia, Ipurua, Untzaga eta Urki), Goi-Argi, Deparkel eta Afdagi elkarteetan eta Portalean.

Lan-talde horiek sortzeko, baldintza bakarra jarri genien jubilatuen zentzoei eta Goi-Argi elkarteari: parte-hartzaileak Eibarkoak izatea eta 80 urte edo gehiago edukitzea; izan ere pertsona bat *kalteberatzat* jotzeko 80 urtetik gorakoa izan behar da.

Hauek izan ziren lan-taldeak:

1. taldea

Tokia: Beheko tobia jubilatuen etxea.

Eguna: 2016/01/19

Parte-hartzaileak: 16 (11 emakume eta 5 gizon). 11 herritarrek 80 eta 85 urte artean zituzten eta 5ek 85etik gora.

2. taldea

Tokia: Ipurua jubilatuen etxea.

Eguna: 2016/01/27

Parte-hartzaileak: 15 (14 emakume eta gizon bat). 6 herritarrek 80 eta 85 urte artean zituzten eta 9k 85etik gora.

3. taldea

Tokia: Deparkel elkarte.

Eguna: 2016/02/01

Parte-hartzaileak: 9 (emakume bat eta 8 gizon), guztiak Parkinsonak jota. Haietatik, 6 lagun 70 urtetik beherakoak ziren, eta 3 70etik gorakoak.

4. taldea

Tokia: Untzaga jubilatuen etxea.

Eguna: 2016/02/02

Parte-hartzaileak: 13 (10 emakume eta 3 gizon). 10 herritar 80 eta 85 urte artekoak, eta 3 85etik gorakoak.

5. taldea

Tokia: Deparkel elkarte.

Eguna: 2016/02/03



Parte-hartzaileak: 6 lagun, guztiak emakumeak eta Parkinsona zuten senitartekoen zaintzaile. Batek 50 urte baino gutxiago zituen, 4k 61-70 artean eta beste bat 71-80 artean.

6. taldea

Tokia: Goi Argi emakumeen elkartea

Eguna: 2016/02/12

Parte-hartzaileak: 8, guztiak emakumeak. Hiruk 80-85 urte artean zituzten, eta beste hiruk 85 urte baino gehiago.

7. taldea

Tokia: Afagi elkartea

Eguna: 2016/02/16

Parte-hartzaileak: 3 (2 emakume eta gizon bat), denak Alzheimerrek jotako pertsonen zaintzaileak. Batek 51-60 urte artean zituen, beste batek 61-70 artean, eta beste batek 71-80 artean.

8. taldea

Tokia: Portalea.

Eguna: 2016/02/24

Parte-hartzaileak: 10 (8 emakume eta 2 gizon), denak mendekotasuna duten eta Gizartekintzako erabiltzaile diren pertsonen zaintzaile.

9. taldea

Tokia: Urki jubilatuen etxea

Eguna: 2016/02/29

Parte-hartzaileak: 14 (8 emakume eta 6 gizon). Hamar lagunek 80-85 urte artean zituzten eta lauk 85etik gora.

Lan-taldeekin biltzen hasi aurretik, gizarte-gaietako hainbat sektoretako profesionalak bildu ziren bilera orokor batean: gizarte-gaietakoak, osasun-alorrekoak eta hizpide dugun kolektiboarekin lan egiten duten elkartetakoak. Langile hauek bildu ziren: Mendaroko Ospitaleko Larrialdietako burua, Torrekua osasun-zentroko mediku bat, Debarreneko ESiko erizain bat, Eibarko anbulatorioko erizainen burua, Torrekua osasun-zentroko bi erizain, etxeko laguntza zerbitzuaren ardura duen gizarte langilea, Torrekuako Buruko Osasunaren Zentroko gizarte langilea, etxeko laguntzan dabilen laguntzaile bat eta Nagusilan boluntarioen elkarteko lehendakaria.

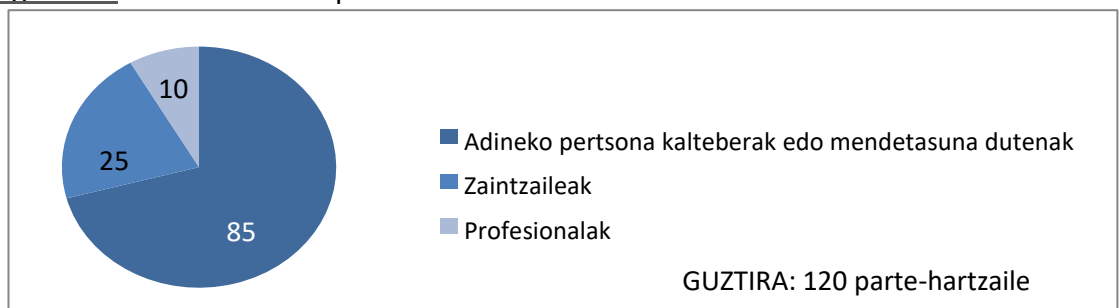
Bilera horretan, lehenago aipatu ditugun gaiak jorratu zituzten eta haien inguruko galderak agertu zituzten (2. ERANSKINA).

Horrez gain, **10 bisita egin ditugu etxera bertara**, planean parte hartzeko beste modurik ez duten mendetasuna duten pertsonak esateko zutena jakiteko. Gizartekintzak harremanetarako izen-zerrenda bat eman zigun, eta gero, gu haiekin harremanetan jarri eta hitzordua jarri genuen. Etxeetan egindako elkarrizketetan, mendetasuna duten pertsonari elkarrizketa egiteaz gain, 6 zaintzaileekin hitz egiteko aukera eduki genuen.

Era berean, guztira 75 pertsona nagusik hartu dute parte: Beheko Tokia jubilatuen etxean 16; Ipuruakoan 15, Untzagakoan 13 eta Urkin 14. Goi Argi elkartean 8 eta Deparkelen 9.

Zaintzaileak, berriz, 19 izan dira. Deparkel elkartean 6, Afagin 3 eta Gizartekintzako zerbitzuetako zaintzaileak.

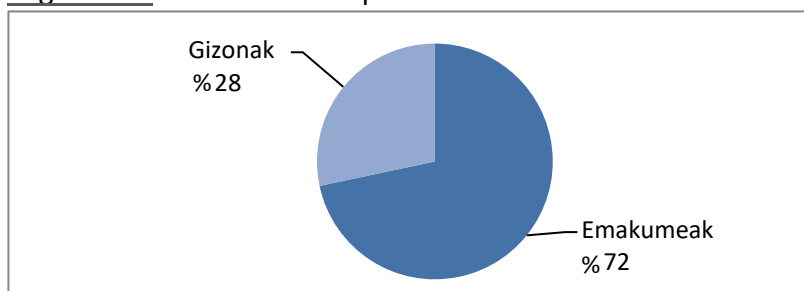
4. grafikoa. Lan-taldeetako parte-hartzaileak



Iturria: Eibarko Udala

Guztira, 120 pertsonak hartu dute parte: 10 profesional, 25 zaintzaile eta 85 adineko, kalteberak edo mendetasuna dutenak. 86 emakume eta 34 gizon. Hona hemen parte-hartze proportzioak:

5. grafikoa. Lan-taldeetako parte-hartzaileak sexuaren arabera



Iturria: Eibarko Udala

Zuzenean parte hartu duten adinekoak 85 izan diren arren, guztira 97 adinekok bete dituzte galdetegiak, haien zaintzaileen laguntzari esker.

Adinari erreparatuz gero, gehienak 80 urtetik gorakoak ziren; horixe baitzen lan-taldetan aritzeko baldintza.

Eta parte-hartzaile gehienak ezkontuta edo alargun zeuden: 44 ezkondu, 43 alargun, 7 ezkongabe, 2 dibortziatu eta batek bikotekidea du.

11 pertsona kalteberak aitortu dute beste adineko bat edo mendetasuna duen bat zaintzen dutela.

Parte-hartzaileak honako tokietan bizi ziren: 21 herriko zentroan, 23 Urkin, 10 Ipuruan, 4 Amañan, 4 Legarren, 5 Jardiñeta/Geltokia/Matxarian, 11 Urkizun eta 8 beheko aldean.

1. ERANSKINA

GALDETEGIA

SOZIODEMOGRAFIA DATUAK

1. Sexua:

- Emakumea Gizona

2. Adina:

- 65etik 70 era
 71tik 75era
 76tik 80ra
 81etik 85era
 85etik gora

3. Egoera zibila:

- Ezkongabea
 Ezkondua
 Alarguna
 Dibortziatua
 Bikotekidea du

4. ¿Adinekoren bat edo mendetasuna duen inor zaintzen duzu?

- BAI ¿Zer ahaidetasun duzue? _____
 EZ

ETXEBIZITZA

5. ¿Norekin bizi zara?

- Bakarrik
 Senarrarekin / Emaztearekin
 Seme-alabarekin
 Beste batzuk _____

6. ¿Zer auzotan bizi zara? _____

7. ¿Badago eskailerarik zure etxeko atarira sartzeko edo atari barruan bertan?

- BAI
EZ

- 8. ¿Baduzu igogailurik?**
- BAI
 EZ
- 9. ¿Laguntza hauetakoren bat erabiltzen duzu ibiltzeko?**
- Makila edo makulua
 Taka-taka
 Gurpildun-aulkia
 Bat ere ez
- 10. Adierazi hauetako zein duzun etxean:**
- Dutxa-ontzia
 Bainuontzia
 Bainugelako heldulekua
 Eskudela etxeko pasabidean
 Gas-sukaldea
 Sukalde elektrikoa
 Berogailua etxe osoan
 Alfonbrak
 Ohe artikulatua
 Eskailerak etxe barruan

ZAINTZA PERTSONALAK

11. ¿Laguntzarik behar al duzu jardun hauetarako?

- Norbera garbitzea
 Janztea
 Otorduak prestatzea
 Etxeko lanak
 Erosketak eta enkarguak
 Kalera atera

12. Nork laguntzen dizu halakoak egiten?

- Emazteak / Senarrak
 Sema-alabek, suhiek, errainek
 Beste senitarteko batzuk
 Kontrataturako zaintzailea
 Auzokoak
 Beste batzuk: _____
 Inork ez

GIZARTE BALIABIDEAK

13. Baliabide hauetatik, bat edo bat erabiltzen duzu?

- Etxeko laguntza
Teleasistentzia / Telealarma
Laguntza teknikoak
Prestazio ekonomikoak
Eguneko zentroa
Aldi bateko egonaldiak egoitzan
Beste batzuk: _____

- Bat ere ez
- 14. Baliabideak tramitatzeko zailtasunik izan duzu?**
- BAI ¿Zer zailtasun? _____
- EZ
-
-
-
-
-
-
-

OSASUN BALIABIDEAK

15. Egutero hartu behar al duzu botika?

- BAI
- EZ

16. Inork laguntzen al dizu eguneko edo asteko botikak antolatzen (pilula-ontzia)?

- BAI Nork? _____
- EZ

17. Baduzu nork lagundu medikoarengana edo erizainarengana joateko?

- BAI Nork? Emazteak / Senarrak
- Seme-alabek, suhiek, errainek
- Beste senitarteko batzuek
- Kontratututako zaintzailea
- Auzokoek
- Beste batzuek _____
- EZ

18. Pozik zaude jasotzen duzun osasun-arretarekin?

- BAI
- EZ Zergatik? _____

ZAHARTZE AKTIBOIA

19. Etxetik ateratzen zara?

- BAI Zenbatero? Egutero
- 2 edo 3 egunetik behin
- Astean behin
- Oso lantzean behin
- EZ

20. Zer egiten duzu etxetik ateratzen zarenean?

Jubilatuen etxera joan

Kartetan / bingoan jolastu

Paseatu

Ile-apaindegira joan

Mezatara joan

Lagunekin elkartu

Zinera joan, antzokira joan

Beste batzuk: _____

21. Eibarren antolatzen dituzten hitzaldi, ikuskizun eta abarretara joaten zara?

BAI

EZ

22. Ariketa fisikoa egiteko ikastarorik egiten al duzu (gimnasia, dantza, etab.)?

BAI Zein? _____

EZ Gustatuko litzaizuke joatea? _____

23. Burua lantzeko eta nagusientzako zuzenduta dagoen jardunik egiten al duzu? Memoria, irakurketa, abesbatza, informatika....

_____ BAI ¿Zein?

EZ Gustatuko litzaizuke? _____

ESKERRIK ASKO ZURE PARTE-HARTZEAGATIK

Beste ezer gehitu nahi duzu?

2. ERANSKINA

BILERA PROFESIONALEKIN

ETXEBIZITZA

Zein dira mendetasuna duen pertsona batek etxean topatzen dituen zailtasun nagusiak?

ZAINTZA PERTSONALAK

Laguntzarik ez dutela-eta, ba al dago adinekoek ganora gutxirekin egiten duten jardunik? Dieta orekatua, norbere garbiketa, egunerokotasuneko kontuak bideratzea, irteerak... Bururatzen al zaizu hori hobetzeko neurririk?

GIZARTE BALIABIDEAK

Zer iruditzen zaizkizu mendetasuna duten adineko pertsona kalteberak eta haien zaintzaileek dituzten baliabideak? Nahikoa al dira? Bururatzen al zaizu oraindik haien eskura ez dagoen baliabiderik?

OSASUN BALIABIDEAK

Nola hobetu liteke osasun eta gizarte-zerbitzuen artean egun dagoen koordinazioa?

ZAHARTZE AKTIBOA

Ba al dago nahikoa jarduera mendetasuna duten edo kalteberak diren adineko pertsonentzat? Zure ustez, zerk jarduera egon beharko litzateke halako pertsonentzat?

ZAINTZAILEAK

Senitartekoak zaindu behar izateak zertan eragiten die gehien zaintzaileei? Zer laguntza mota eskertuko lukete?

1. ARLOA: ETXEBIZITZA

Adinekoen etxebizitzaren ezaugarriek baldintzatzen dute zahartu ahala betiko etxean bizitzen jarraitzea edo ez: kokapena, irisgarritasuna eta mendekotasun egoeretara egokituta ote dauden.

Aintzat hartu beharra dago adinekoen gehiengoak beren etxean bizitzen jarraitu nahi duela, eta auzi hau jorratu beharrekoa da.

Etxebizitzaren inguruan, ondorio hauek atera dituzte **profesionalek**:

-Oraindik ere, lan asko dago egiteko etxebizitzak irisgarritasun egoera aproposalan egon daitezen:

- Atarira iristeko edo haren barruan eskailerak daude.
- Igogailurik ez dago.
- Egokitu gabeko bainugelak: bainuontzia dutxa beharrean.
- Berogailu falta.
- Logela txikiak, laguntza teknikoak erabiltzea oztopatzen dutenak.
- Ate estuak.
- Butano-sukaldeak.

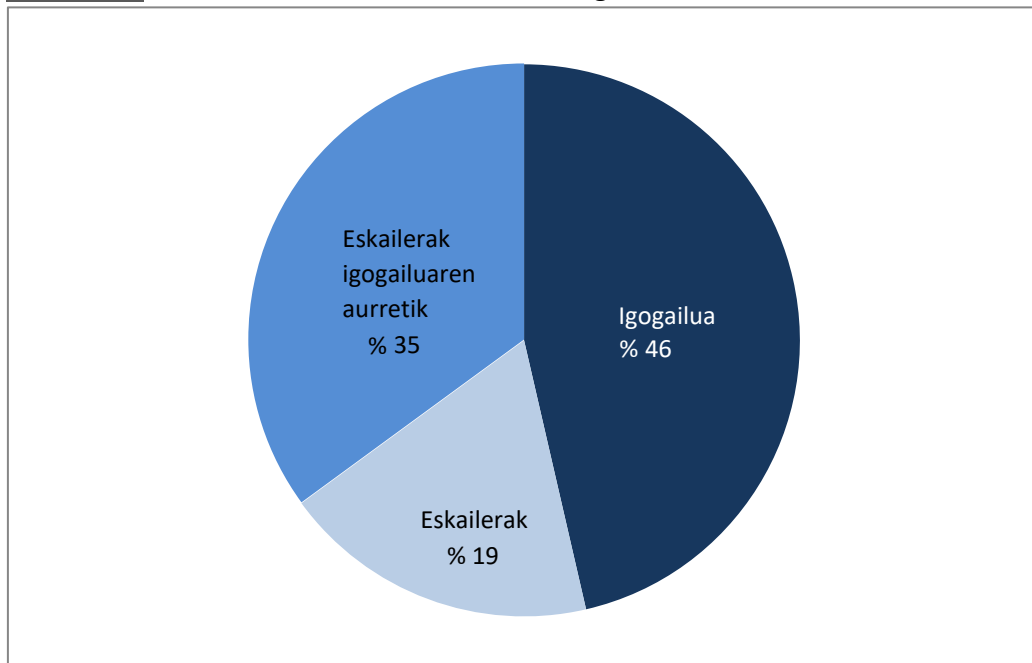
- Gainera, kasu askotan, adinekoak ez dira ohartzen etxebizitza ez egokitzeak ekar ditzakeen arriskuez; alfonbrak kentzea, adibidez, erabat erraza den kontua; edota ibiltzeko laguntza-tresnak erabiltzeari uko egitea diru-kostua dakartelako.

Arazoak konpontzeko neurri gisa, hauxe proposatu dute **profesionalek**:

- Etxeak egokitzeko neurriei eutsi, adinekoak beren etxean gera daitezen ahal bezain luzeen.
- Oreka bilatu adinekoek nahi dutenaren eta beren bizi-kalitatea hobetzeko egin beharko lituzketen moldaketen artean.
- Sentsibilizazioa lantzen jarraitu, bai familiekin baita gizarte osoarekin. Ikusarazi beharrezkoa dela neurriak hartzea, baliabideak erabiltzea eta inbertsioak egitea; horrek bizi-kalitatea emango dielako adinekoari eta duintasunez bizitzeko bidea eman.

Parte-hartze taldeetan etxebizitzaren irisgarritasunari buruz ateratako ondorioetan haxe da azpimarratzekoa: 79 parte-hartzailek (%81) igogailua dute etxean, baina 34k eskailerak dituzte igogailura iritsi aurretik, atari barruan zein kanpoan. Ipurua inguruan nabarmenagoa da arazoa, hango parte-hartzaile guztiek eskailerak baitituzte igogailura iristeko.

6. grafikoa. Parte-hartzaileen etxebizitzaren irisgarritasuna

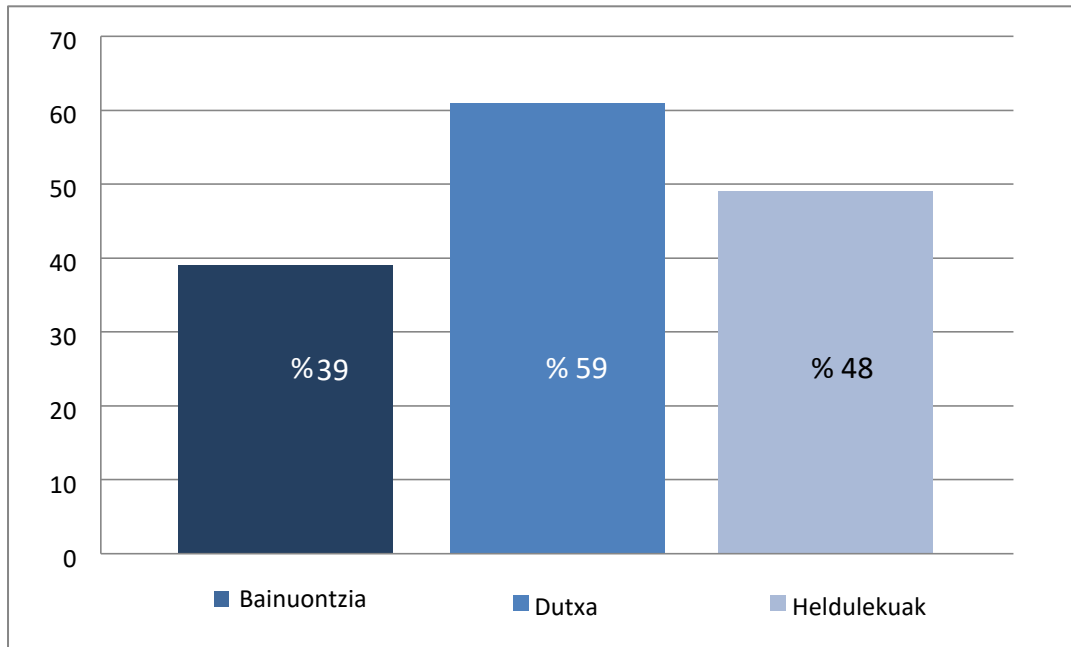


Iturria: Eibarko Udala

Auzoek duten irisgarritasunaren harira, asko eskertzen dituzte eskailera mekanikoak, baina, batez ere, igogailuak, seguruagoak direlako eta igo zein jaisteko balio dutelako. Parte-hartzaileek ziotenez, urte batzuen buruan asko hobetu da haien etxe-inguruaren eta herrigunearen arteko lotura.

Hala ere, beste ezeren gainera, bainugela egokitzea azpimarratu dute talde guztietan. Guztietatik, erdiek heldulekuak dituzte bainugelan. Halere, 38 pertsonak, % 39tik gora, bainuontzia du dutxa beharrez, eta horrek zailtasunak eta arrisku larriak dakarzikie.

7. grafikoa. Bainugela egokituta edukitzea



Iturria: Eibarko Udala

Gas-sukaldea arriskutsuztat dute erabiltzaile gehienek, janaria sutan ahaztu dezaketelako edo gas-isuriak ez antzeman usaimena galdu dutelako; eta halakoek istripuak eragin ditzakete. Horregatik, asko eskertzen dituzte Udalak etxeetan jarri dituen ke-detektagailuak.

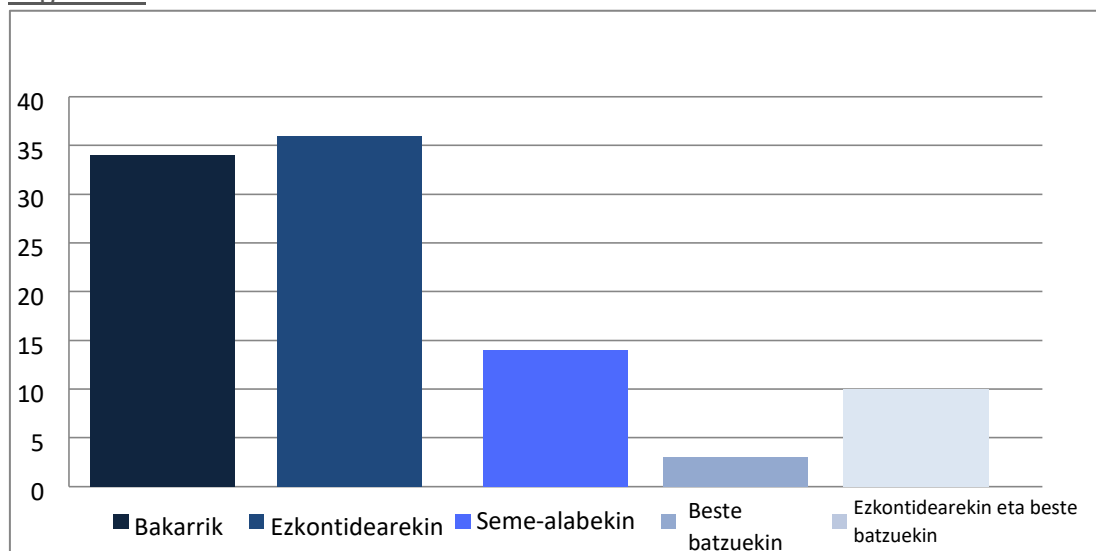
Hirutik bi etxetan berogailua dute; baina, bai taldeetan baita etxeko bisitetan ere, antzeman dugu arazoak dituztela neguan etxea bero edukitzeko, oso garestia delako. Mendekotasuna duten eta etxetik gutxi edo bat ere ateratzen ez direnean kasuan, zaintzaileek zioten arazoak zituztela argindarra eta gasa ordaintzeko.

Oraindik orain, alfonbrak arazo-iturri dira. Medikuek, erizainek, gizarte-langileek eta abarrek alfonbrak kentzeak erorikoak saihestuko lizkiekela esan arren, % 64k esan zuen alfonbrak dituela etxean, eta emakumeak azaldu ziren indartsuen alfonbrak kentzearen aurka.

Badira etxe zaharrak edo sarbide zailekoak, eta, gainera, egokitzeko aukera gutxi dutenak. Halakoetan, mendekotasuna duten adinekoen zaintzaileek eskatzen dute egokituta dauden etxebizitzak alokatzeko aukera edo behin-behinean etxea egokituta duen norbaitekin beren etxebizitza trukatzeari; hartara, mendekotasuna duen pertsona hobeto biziko litzateke eta zaintzailearen lanak erraztuko lirateke.

Bizikidetza gaietan, parte-hartzaileen % 72 bakarrik edo ezkontidearekin bizi da; eta kontuan hartuta parte-hartzaileek duten adina, egoera kaltebera edo zaugarrian daudela edo egongo direla esan daiteke, epe txiki edo ertainean laguntza beharko dutelako.

8. grafikoa. Norekin bizi dira?



Iturria: Eibarko Udala

2. ARLOA: ZAINTZA PERTSONALAK

Zahartu ahala, eguneroko lanak –norbera garbitzea, janzteia, otorduak prestatzea eta etxeko lanak egitea– lan zail bihurtzen dira, eta adinekoek laguntza behar izaten dute horretarako.

Profesionalei galdetu genien gai horri buruz, eta hau erantzun ziguten:

- Elikadura desorekatua dute askotan.
- Botika ez die inork kontrolatzen edo ez dute garaiz erosten.
- Garbiketa falta.
- Laguntzarik ez dutelako, askotan kale-azokara joateri uzten diote, edo anbulatoriora edo kartetan jolastera... Kalera ateratzeko laguntzarik ez dutelako, gutxika-gutxika isolatu egiten dute beren burua.

- Etxeko laguntzan ez dira kalera laguntzeko zerbitzuak ematen, gabezia hori dago. Hala ere, batzuetan erabiltzaileek berek edo haren ingurukoek ere ez dute halako beharrik ikusten.
- Nagusilaneko boluntarioek betetzen dute hutsune hori, baina egoitzetan eta eguneko zentroetan baino ez, etxeetan ez dute halakorik egiten.

Hobekuntza hauek proposatu zituzten profesionalak:

- Botikaren inguruan:

Batzuentzat, botika-dendatik bertatik kudeatzea pilula-kutxak. Beste batzuentzat, laguntza handitu etxean, botika hartzeko uneetan.

Botikak hartzeko neurriak eta jarraibideak sinple azaldu, eta posible den neurrian. Botika hartzeko unea erabiltzaileak laguntza jasoko duen uneekin bateratu.

- Dieta orekatuari dagokionez:

Catering-zerbitzua, jakiak etxera prest eraman diezazkien.

Jantoki soziala; bere garaian egon zen Eibarren eta oso emaitza onak eduki zituen. Hainbat helburu bateratzen zituen: elikadura egokia, botikak kontrolatzea eta gizarteratzea. Berriz jarri beharko litzateke martxan. Auzo batzuetan (Amaña, beste batzuk) badira tabernak egunero adineko bezeroak hartzen dituztenak: adinekoak bakarrik bizi dira eta bertara joaten dira. Tabernariak saiatzen dira menu orekatuak prestatzen.

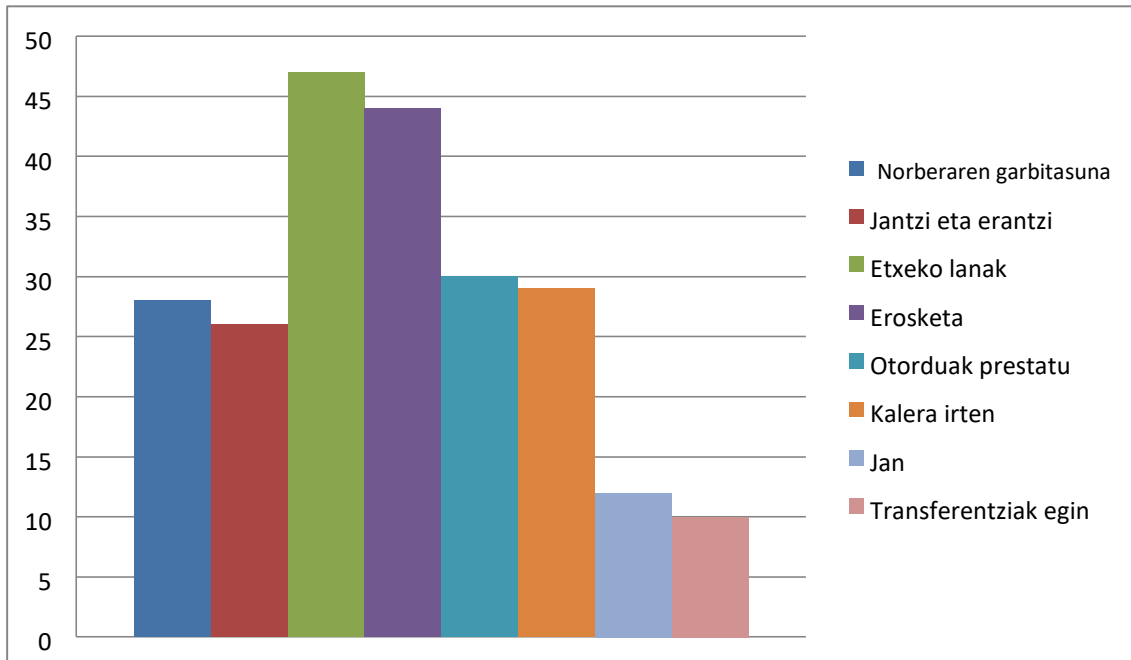
- Bakarti dabilzan pertsonen konpainia-laguntza eman:

Boluntariok ematen duten konpainia, betiere, erakunde edo organismoren batek kudeatuta.

Era berean, *parrokiako boluntarioen* lana sustatu behar da. Gizartekintzarekin batera, adinekoei medikoarengana eta beste enkargu batzuetara laguntzen diete. Mendekotasun egoeran egoteagatik edo etxeko laguntza jasotzeagatik banatzen diren prestazio ekonomikoak *laguntza eta konpainiarako* ere bidera litezke.

Arlo honi dagokionez, **parte-hartze taldeetan** jarduera batzuetarako laguntza falta zutela adinekoek: etxeko lanak eta eguneroko erosketak eta enkarguak egiten. Azpiko grafikoan adierazi dugu zenbatek eta nolako laguntza behar duten:

9. grafikoa. Adinekoek laguntza behar duten jarduerak

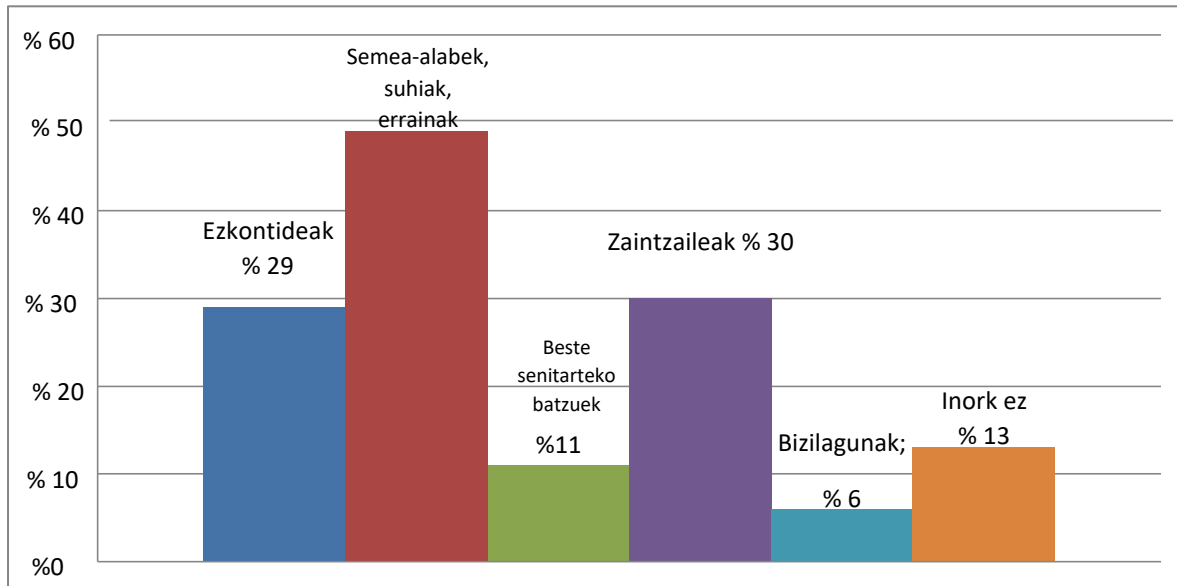


Iturria: Eibarko Udala

Lan-talde guztiei iruditzen zaie ondo elikadura egokia errazteko baliabideren bat bideratzea. Adinekoek onartu egiten dute, erosotasunagatik edo gogo faltagatik, askotan ez dutela fundamentuz jaten, egunero erosketa egitea eta jatekoa prestatzea zaila egiten baitzaie.

Era berean, adinekoek jasotzen duten laguntza gehiena seme-alabengandik eta suhi edo errainengandik jasotzen dute, eta halakoetan sare zabalak edukitzen dituzte. Hala ere, parte-hartzaileen % 13k ez zuen nork lagundu.

10. grafikoa. Nork laguntzen die?



Iturria: Eibarko Udala

Bai lan-talde bai etxeetan egindako bisitetan, begi onez ikusi dute behar dutenean laguntza eskatu ahal izatea, edota maiztasunez jasotzea ere.

Zaintzaileek ere halako zerbitzu baten aldeko jarrera azaldu dute. Diotenez, batzuetan ez dakite norekin utzi zaintzen duten pertsona, eta konpainia eta laguntzarako inor edukiz gero, zaintzaileek ere arindu bat har lezaketela.

3. ARLOA: GIZARTE BALIABIDEAK

Gizarte-zerbitzuen ardura da haiek beraiek atenditu behar dituzten gizarte-premiei antzematea eta behar duten arreta ematea. Haien lana da adinekoak ondo gizarteratuta egotea, adinekoek bizi-kalitate ona edukitzea eta ahal bezain autonomo izaten laguntzea. Horregatik, plan honen bitartez, adinekoek eta haien zaintzaileek Eibarko gizarte-baliabideei buruz zer informazio duten eta zer iritzi duten jakin nahi izan dugu.

Gaiari buruz profesionali galdetuta, hauxe erantzun zuten:

- Gizartearen iritzi orokorra da baliabideak doakoak izan behar direla.
-
- Larrialdi egoeretan oso erantzun azkarra egoten da, bai gizarte-zerbitzuetan baita osasunekoetan ere. Arazoak beste nonbaiten daude, egunerokotasunean,



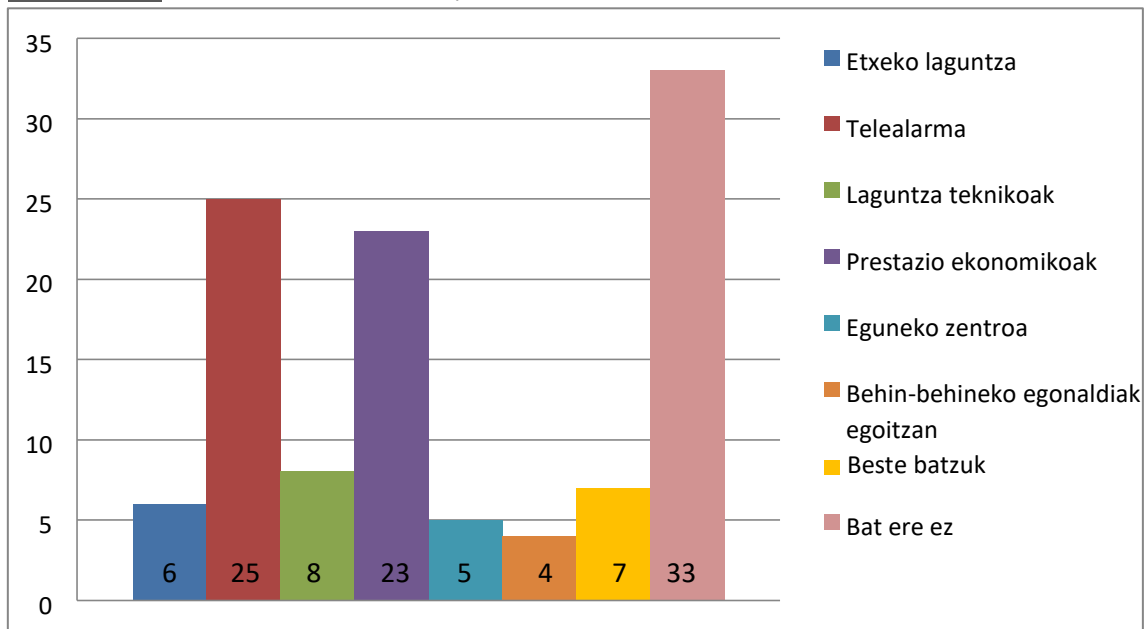
bereziki familiaren babesik ez dagoen kasuetan; halakoetan koordinazioa hobetu beharra dago gizarte-zerbitzuen eta osasun-zerbitzuen artean.

Horrek batera, egun eskura ez dauden eta beharko liratekeen baliabideak aipatu zituzten:

- Sentsibilizazioa behar da, jendeari ulertarazi etxea egokitu eta hobetzeko gastuak ez direla gastu, inbertsio baizik. Eta kontzientziario lana behar da, adinekoentzat ondorio oso larriak eduki ditzaketen alferrikako arriskuak saihesteko (etxeke alfonbrak kendu, eskaileretan gora eta behera ez ibili...)
- Zaintzaileek prestakuntza gehiago behar dute. Adibidez: laguntza teknikoak erabiltzen ikasi (garabiak...). Dirudienez, laguntzak bideratzen dituzten arlotik hasiko zaizkie erabilerari buruzko prestakuntza ematen. Horrez gain, adinekoak ondo mugitu ezin direnean, guk nola mugitu ditzakegun erakutsi beharko litzateke, lesioak saihesteko.
- Laguntza teknikoen arloan orientazio zabalagoa ematen dute: laguntza jakin bat eskatzerakoan beste batek ere lagunduko liekela uste badute, hura gomendatzen dute.
- 2015az geroztik, mendekotasuna duten adineko pertsonekin lan egiten dutenek gaitasun-profesionalaren titulua eduki behar dute, egoitza, eguneko zentro zein etxeke laguntzan, sektore publikoan zein pribatuan aritu. Beraz, horrek bermatzen du beharginek prestakuntza jaso dutela.

Lan-taldetan argi geratu zen, gizarte-zerbitzuetara jo duten adinekoek zein zaintzaileek iritzi oso ona dutela jasotako laguntzaz.

11. grafikoa. Partze-hartzaileetatik, zenbatek erabiltzen ditu baliabideak?



Iturria: Eibarko Udala; galdetegieta oinarrituta.

Nabarmendu behar da, oraindik orain, eibartar askok ez dakiela zer gizarte-baliabide dauzkagun eta nora jo behar den horiei buruzko informazio bila.

Telealarma oso ondo dabilen zerbitzutat dute herritarrek, eta ez daukatenek jakin-min handia izaten dute.

Deparkelek diru-laguntza eskatzen du, elkartea martxan mantentzea horren garestia izan ez dadin erabiltzaileentzat eta joan-etorriak egiteko zerbitzua ematen hasi ahal izateko. Hain gastu handia dute joan-etorrietan, erabiltzaile batzuek elkartea utzi edo sekula ez dutela bertan izenik eman.

Zaintzaile dabilzanek eskatzen dute gizarte- eta osasun-zerbitzuen arteko koordinazio handiagoa, baliabideak edo prestazioak eskatu behar dituztenean gauzak errazagoak izan daitezzen. Era berean, baliabideei buruzko informazio zabalagoa egotea nahiko lukete eta hura zabaltzeko bide gehiago.

4. ARLOA: OSASUN ZERBITZUAK

Osasun-zerbitzuak erabat pisuzkoak dira, adinekoentzat horixe baita garrantzitsuena, osasuna. Gainera, epe-luzean, adineko gehienek osasun-arazo ugari edukitzeko aukera dute. Beraz, gizarte gero eta zaharragoa edukitzeak esan nahi du osasun-zerbitzu onak behar ditugula, baita gizarte-zerbitzuen eta osasuneko arteko koordinazio eraginkorra ere.

Profesionalekin egindako bileran gizarte- eta osasun-zerbitzuen arteko koordinazioaz galdetu genuen, eta hauek izan ziren erantzunak:

- 2006 urteaz geroztik, koordinazio-bilerak egiten dituzte Torrekua eta Gizartekintzaren artean. Anbulatorioarekin ere koordinazio-prozesua abiatu da.
- Egun dagoen koordinazioa profesionalen esku dago oso-osorik eta hobe litzateke ezarritako zerbait balitz, ofiziala.
- Egun, osasun-zentroan eta zerbitzu-sozialetan dauden beharginen esku dago koordinazioa. Bi aldeetan inplikazio handiko beharginak suertatuz gero, ondo, eta hala ez bada, ez dago koordinaziorik.
- Koordinazio falta dela eta, bi esparruetan dabiltzan langileek elkarren berri ez dut edukitzen askotan.
- Osasun-zentroyen eta ospitalearen artean informazio sozialaren trukea falta da.

Esparru horri nola hobetu galdetutakoan, honela erantzun zuten profesionalek:

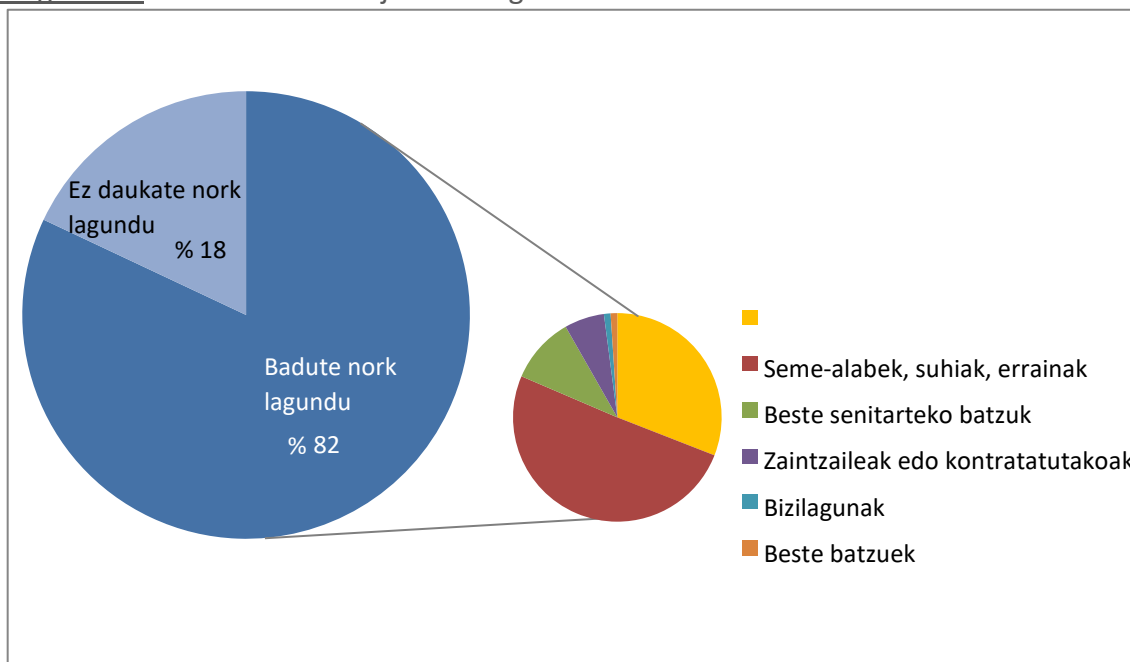
- Gizarte- eta osasun-zerbitzuen arteko koordinazioa profesionalen eginkizun egin.
- Pazientearen historia-soziala osasun-historian sartu.
- Gizarte-langileak jarri oinarrizko arreta-zentroetan eta anbulatorioetan, koordinazioa arazoak larritu aurretik hasi ahal izateko.
- Osasun-esparruan ere oinarrizko arreta ematen duten zentroyen eta ospitaleen arteko koordinazioa bultzatu beharko litzateke, bi noranzkoetan eta arintasunez mugitu dadin informazioa.
- Gizarte- eta osasun-zerbitzuen arteko koordinazioak aurre hartu beharko lieke egoera batzuei: ospitaletik ateratzeko prest dauden mendeko gaixoei edo senitartekoei eskura dituzten eta beharko dituzten baliabideen berri eman, etxera itzultzea errazagoa izan dadin eta laguntza-teknikoak errazago tramitatzeke. Adibidez, ospitaleko alta-agirian jarri beharko lukete zer laguntza-tekniko erabili beharko lukeen erabiltzaileak (ohe artikulatua, garabia...)

- Zaintzaile dabiltzan senitartekoei ere eskaini koordinazioa. Saihestu medikuaren edo gizarte-zerbitzuen txostenak eskatu behar izatea, eta zuzenean informazioa behar den tokira helarazi.

Parte-hartze taldeen eskutik jakin genuen, 97 parte-hartzaileetatik 93k egunero hartzen dutela botika; eta hartzen dutenen artean, 29k diote pilula-kaxa antolatzen dietela edo botika hartzen lagundu.

Bestalde, osasun-zentroko hitzordu eta probetara joateko laguntza badute 80 pertsonek (% 82). Baina beste % 18ak ez du nork lagundu.

12. grafikoa. Osasun-zentrora joateko laguntza



Iturria: Eibarko Udala; galdetegietako erantzunetan oinarrituta.

Parte-hartzaileen % 75 pozik dago osasun-zentroetako arretarekin eta oso pozik dago etxean jasotzen dutenarekin.

Askotan kexatu dira medikuak asko aldatzen direlako. Eskatzen dute medikuak ez aldatzeko horrenbeste adinekoek gaitz anitz dituztenean. Horrela, kasuen jarraipen hobea egin ahal izango dute profesionalak eta lasaiago egongo dira adinekoak.

Medikuaren hitzordua hartzeko edo probak egiteko egoten den itxaron-zerrenda luzea izaten da eta kritikak jaso ditu. Era berean, gaixotasun neurodegeneratiboak dituztenen kasuan, farmazian edo diruz laguntzen ez diren zerbitzuetan egiten dituzten gastuek ere kexa ugari sortu dute (logopeda, fisioterapeuta, elkarte...).

5. ARLOA: ZAHARTZE AKTIBOA

Egun, bizi-itxaropena etengabe doa gora eta horregatik da garrantzitsua pertsonen autonomiari eustea, adinekoen kasuan bereziki. Autonomiak ematen du bidea mendekotasun egoerak saihestu edo berandutzeko, eta adinekoak beren etxean eta betiko giroan luzaroagoan mantentzeko.

Zahartze aktiboak bizi-kalitatea hobetzea du helburu, nahiz eta zahartzeak bertan iraun. Adinekoak gizartean parte hartzen jarraitzea da nahia, haien premien, nahien eta gaitasunen arabera.

Profesionalei galdetu genien mendekotasuna duten adineko kalteberak parte hartzeko moduko nahikoa jardun badauden Eibarren, eta hauek erantzunak:

- Jakin badakite badaudela ekintzak, baina ez dakite zein diren.
- *Tipi-Tapa* programa komenigarria litzateke, baina mendekotasuna duten adineko pertsona kaltebera guztiek ezingo lukete parte hartu.
- Osasun arloan, *Paziente aktiboa* edo *Ni neu* programak daude, baina iraupen laburrekoak dira eta ez dago haietan luzera jarraitzerik.
- Kiroldegian badira hainbat talde ariketa fisikoa egiteko, baina guztiak dira erabat aktibo direnent eta ez mendekotasuna duten eta kalteberak direnentzat.
- Nagusilaneke jarduera ludikoak antolatzen ditu mendekotasuna dutenenentzat, hala nola karta-jokoa, bingoa, abesbatza..., baina guztiak egoitzen barruan.

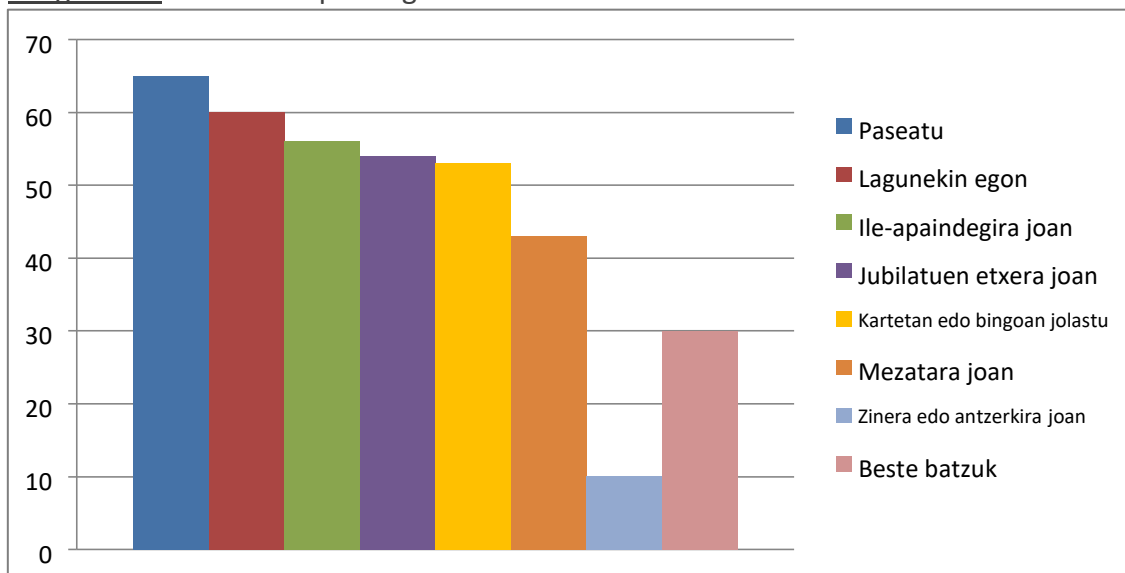
Honako jarduera hauek gehitzea proposatu zuten:

- Kalteberak diren eta mendekotasuna dutenenentzat egokitutako jarduerak prestatu, estimulazio fisikoa, mentala eta soziala jaso dezaten.
- Osasun-arlotik eskaintzen dituzten programak osatzeko beste programa batzuk eskaini.
- Proiektu eta planak nahikoa luzatu behar dira denboran; bestela, profesionalek haien berri eduki eta erabiltzaileei gomendatzerako, desagertu dira.
- Profesionalek martxan dauden jarduerak eta programak ezagutu behar dituzte, eta erabiltzaileak animatu edo ariketa zehatz bat gomendatu, parte har dezaten.
- Jarraipena egiteko baliabidea sortu, erabiltzaileek aisialdiko jardueretan parte hartzen jarrai dezaten.

Parte-hartze taldeetan kalera ateratzen ote ziren galdetu zieten parte-hartzaileei, eta hala bazan, zer maiztasunekin. % 82 bai, kalera ateratzen da, eta % 18 ez. % 79 egunero ateratzen da, % 17,5 bi edo hiru egunetik behin ateratzen da, % 1 asteen behin eta % 2 oso noizean behin.

Eta etxetik kanpo dabiltzanean, usuen ibiltzera joaten dira, eta hurrengo ekintza lagunartean biltzea da. Ikusi hurrengo grafikoan zer ekintza egiten duten:

13. grafikoa. Etxetik kanpora egiten dituzten ekintzak



Iturria: Eibarko Udalak egina, galdetegi-tako datuekin

Beste ekintza batzuk hauek dira: zeozer hartzera joan, Ipuruan futbola ikusi, Goi-Argira joan, Coliseoko kontzertuetara joan edo bidaliak egin IMSERSOrekin.

Komenigarria litzateke udalerriak antolatzen dituen ekintzak mendekotasuna duten pertsonentzako egokitzea. Adibidez, Coliseoko ateak lehenago irekitzea; izan ere, egun, ekitaldia hasi baino apur bat lehenago irekitzen dira eta ikusle guztiak tropelean sartzen dira. Horrek deseroso sentiarazten ditu mugikortasun gutxietan dutenak.

Jardun fisikoa zein mentala lantzeko ikastaroetan parte hartzen zuten galdetuta, harrigarria izan zen ikustea zer gutxik hartzen zuten parte:

- 24 lagun joaten dira estimulazio kognitiborako ikastaro edo tailerretara. 9 Deparkel elkartean ibiltzen dira, 2 Afagin eta gainerako 13ak Ipuruako jubilatuen etxean eta Untzagako zentroko informatika-taldean eta abesbatzan. 11 lagunek esan zuten halako zerbaitetan gustura emango luketela izena.



- 18 pertsonak ariketa fisikoa egiteko ikastaroren bat egiten du. 9 Departamentuetan eta beste 9 Untzagako jubilatuen etxean edo kiroldegietan dauden dantzaldietan. 12 lagunek esan zuten gustura emango luketela izena ariketa fisikoa egiteko jardueraren batean.

Komenigarria litzateke jarduera gehiago eskaintzea eta jubilatuen etxe guztietan eskaintzea.

Parte-hartzaileentzako oso garrantzitsua da halako jarduerak eskura edukitzea eta haiek erritmoari eusteko modukoak izatea, haien adin eta ezaugarriak errespetatuz.

Haien ustez etxetik atera ezinik dabilzanek ere laguntza edo konpainia izan beharko lukete, jendearekin duten harremana ez galtzeko eta gustuko dituzten ekintzetan parte hartu ahal izateko.

Bai Departamentuetan baita Afagin ere, erabiltzaileek zein senitartekoei oso ondo ikusten dituzten elkarteetan bertan egiten dituzten programak eta terapiak. Haien ustez, oinarrizkoa da jardueren berri zabaltzea eta, jarduerak aurrera jarrai dezaten, laguntzea.

6. ARLOA: ZAINTZAILEAK

Kalteberak diren edo mendekotasuna duten pertsonen buruz hitz egiterakoan, ezin albo batera utzi haien zaintzaileak. Haien denbora asko eta esfortzu handia behar izaten dituzte senitartekoei zaintzeko, eta horrek beren egunerokotasunean du eragina: animo egoera, osasuna, harreman sozialak, lana, egoera ekonomikoa eta aisialdia. Beraz, haiek ere laguntza behar dute.

Hauxe erantzun zuten **profesionalek** zaintzaileen egoerari buruz galdetuta:

- Egun, laguntza-sare baten premia dago, zaintzaileei babesa emateko: prestakuntza, laguntza psikologikoa, etab.
- Etxeko laguntza zerbitzuan ez dago sartuta akonpainatzea, eta halako lanak etxeko zaintzaileen esku geratzen dira.
- Oraindik orain, zaintzaile gehienak emakumeak dira eta adinekoak zein bilobak zaintzeaz arduratzen dira.

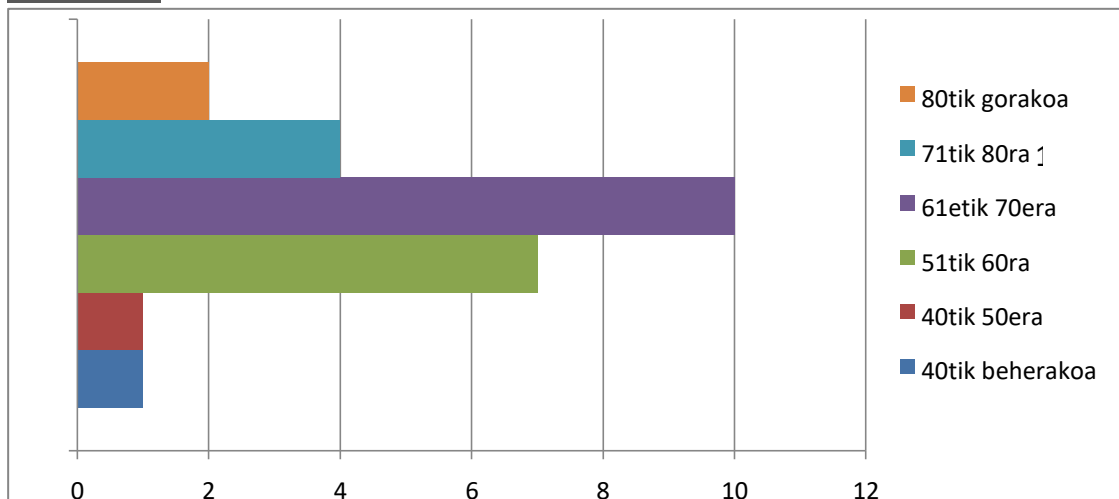
Zaintzaileentzako laguntza hauek proposatu zituzten:

- Zaintzaileentzako laguntza: prestakuntza-ikastaroak, aholkularitza, laguntza psikologikoa, etab.
- Zaintzaileen lanak arindu baliabideak tramitatu behar dituztenean. Adibidez, txostenak profesional batetik bestera pasa, zuzenean.
- Akonpainamendu-laguntza sortu, zaintzaileek arindua har dezaten.
- Akonpainamendu-lanak etxeko-laguntzan sartu.
- Sentsibilizazioa landu, emakumeek eta gizonek zaintza lanetarako erantzukizun behar dutela zabaltzeko.

Zaintzaileekin egindako **parte-hartze** taldeetan 25 lagun ibili ziren: 20 emakume eta 5 gizon. Beraz, zaintzaileen % 80 emakumeak ziren, eta % 20 gizonak.

Adinez, 61-70 urte bitartean zeuden guztiak, eta hala ikus daiteke grafiko honetan:

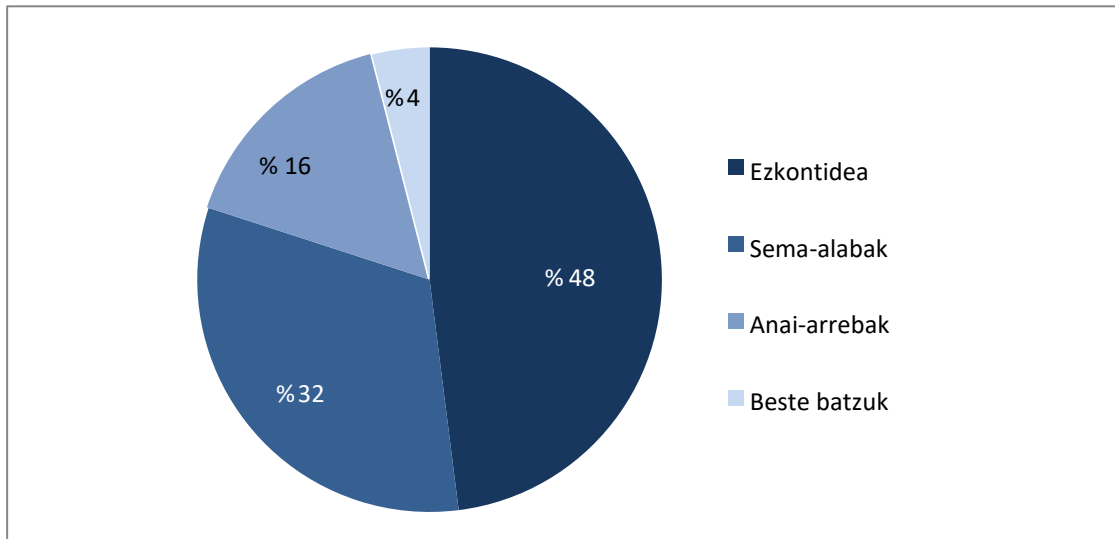
14. grafikoa. Parte hartu zuten zaintzaileen adina



Iturria: Eibarko Udalak egina, galdetegiako datuekin

Zaintzaileek eta zaintzen zuten pertsonaren arteko harremana senar-emazte artekoa zen kasu gehienetan, eta ondoren guraso eta seme-alaba artekoa.

15. grafikoa. Zaintzailearen eta zainduaren arteko harremana

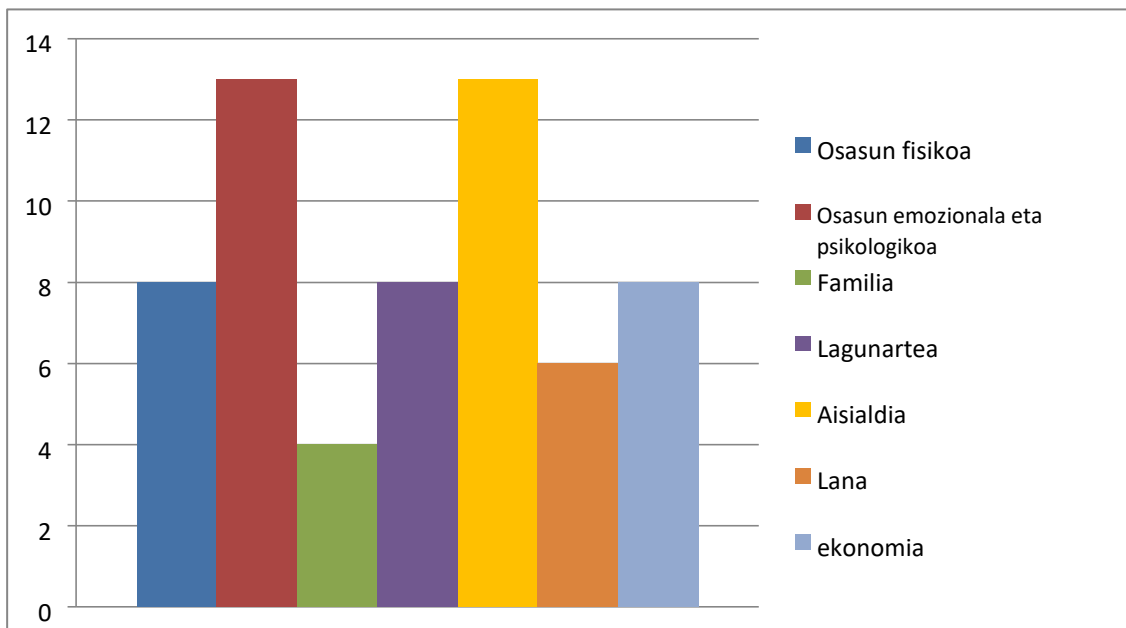


Iturria: Eibarko Udalak egina, galdetegietako datuekin

Parte hartu zuten zaintzaileen artean, 25etik 20 zaintzen duten pertsonarekin bizi dira eta 5 ez. % 64k dio 7ordutik gora ematen dituztela zaintza-lanetan, eta askotan 24 ere. % 3k dio 3-6 ordu bitartean ematen dituela egunero eta % 8k dio 1-2 ordu artean.

Lehen esan dugun bezala, zaintzaileek zaintzaile izatearen ondorioak pairatzen dituzte, baina, bakoitzaren arabera, eraginak desberdinak izaten dira.

15. grafikoa: Zaintzaile izateagatik ondorio gehien pairatzen dituzten zaintzaileen alderdiak



Iturria: Eibarko Udalak egina, galdetegietako datuekin



Azpimarratzekoa da osasun psikologikoa eta mentala eta aisialdia direla kalte gehien pairatzen dute alderdiak.

Zaintzaileek aisialdirako premia edukitzen dute eta horregatik estimatzen dituzte horrenbeste arnas-guneren bat ematen dizkieten baliabideak. Oso begi onez ikusten dute konpainiamendu-zerbitzua, tarteka ez baitakite norekin utzi haien senitartekoa haiek beste ezer egin behar dutenean.

25 lagunetik 8k bakarrik erabili dituzte laguntza psikologikorako taldeak, autolaguntza taldeak edo banakako terapiak. Haietatik 3 Afagi elkartera joan dira. Zaintzaileek diote laguntza psikologiko gehiago egon beharko litzatekeela eta, jada martxan badago, haren berri zabaltzea.

25etik 10ek prestakuntza jaso dute, zaindutakoa nola mugitu jakiteko eta halako lanetan beren burua ere babesteko. Era berean, mendeko egoeran dagoen pertsonarekin sortzen diren egoera zailak kudeatzen ikasi dute. Ikastaro gehiago eskatzen dituzte.

Zaintzaileek diote sentibilizazioa behar dela gizartean, Alzheimer eta Parkinsona bezalako gaitzen aurrean. Jendeak halako gaitzen sintomak eta ezaugarriak ezagutzuz gero, hobeto ulertuko ditu egoerak eta laguntza emateko auzokoen eta ezagunen arteko sarea egitea errazagoa izango da.

Azkenik, zaintzaileek nahi dute beren lana aitortzea eta beren funtzioa baloratzea. Era berean, ardurak senitarteko guztien artean banatu nahi dituzte, izan gizon edo emakume.

LAN ILDO ESTRATEGIKOAK

Amaieran, jasotako informazioa aztertu ondoren, helburu nagusiak eta espezifikoa zehaztu dira eta lanerako lerroak diseinatu dira jardura zehatzekin.

Gainera, proposamenak aurrera ateratzeko beste alderdi batzuk hartu dira kontuan eta zehaztu: nork burutu behar duten ekintza, eragile laguntzaileak, lanerako epeak, jarraipena egiteko adierazleak eta aurrekontua behar duten edo ez.

Hauek dira lanerako proposatu diren 4 ildo estrategikoak:

- 1. Lan-ildoak: **Adineko pertsonak beren etxeetan luzaroan mantentzen laguntzea**
- 2. Lan-ildoak: **Adinekoen osasunean kalteak prebenitzea eta ongizatea sustatzea**
- 3. Lan-ildoak: **Zaintzaileen lana arindu eta beren premiak asetzeko baliabideak**
- 4. Lan-ildoak: **Gizartea sentsibilizatzea**

1. LAN ILDOA: ADINEKO PERTSONAK BEREN ETXEETAN MANTENTZEN LAGUNTzea

HELBURU NAGUSIA: Adinekoak beren etxeetan ahal bezain luzeen bizitzea ahalbidetzea, bertan bizi-kalitate ona edukitzea erraztuz.

1.1. Adinekoak beren egoerara eta premietara egokitzen diren etxebizitzetan bizi ahal izatea.

1. Etxebizitzetan bisitak egiten direnean, ke-detektagailuak jartzera edo PECE hargailuen jarraipena egitera, etxebizitzek dituzten gabeziak antzeman: egokitzea edo irisgarritasuna hobetzea.

2. Egokitu beharra edo irisgarritasuna hobetu beharra duten etxebizitzaren errolda egin, lehenago aipatutako programetatik eskuratutako informazioa baliatuta (1. jarduera). Errolda hori maiz eguneratu beharko da.

3. Etxebizitzak adinekoentzat egokitzeko eskura dauden laguntza tekniko berri zabaltzea eta norberak dituen beharren arabera aholkuak eman.

4. Informazio-kanpainak egin, igogailuak, arrapalak eta plataformak jartzeko dauden laguntzen berri emateko. Kanpaina berberak baliatu laguntzei buruzko araudia azaltzeko.

5. Gizarte-larrialdietarako laguntzak (GLL) zer diren azaldu eta aholkuak eman.

6. Norberaren etxebizitza egokitzea ezinezkoa bada, egokitutako etxebizitzak alokatzeko erraztasunak eman. Lan hau Eusko Jaurlaritzako etxebizitza-programekin elkarlanean bideratu.

7. Beste bizitoki-aukera batzuk eskaini: apartamentu babestuak, ikasle eta adinekoen arteko bizikidetzak-aukerak.

8. Baimenak eman saltoki izaera duten lokalak etxebizitza gisa egokitzeko.

1.2. Adinekoei eta haien senitartekoei informazio zabala eta aholku egokiak eman, adinekoak beren etxean ahal bezain luzeen gera daitezten.

9. Kontzientziazio tailerrak eman adinekoei eta senitartekoei *Etxean bertan eroso zahartzen* gaiari buruz. Edukiak hauek dira: etxean jarraitu beharreko oinarrizko segurtasun neurriak, erorketei nola egin aurre, eskuragarri dauden baliabideei buruzko informazioa...

10. Banaka-banaka orientazioa jasotzeko zerbitzua eman. Bertan, adinekoek eta senitartekoei bizi dituzten egoerak ondo ulertu eta haien premien inguruko erabakiak hartzeko aholkuak jasoko dituzte.

11. Gida batean jaso udalerrian bertan adinekoentzako dauden zerbitzu guztiak: osasun-baliabideak, gizarte-jarduerak, aisialdi-eskaintza eta hirugarren sektoreko zerbitzuak...

1.3. Adinekoen etxeetatik gertu eskaintzen diren zerbitzuak eta baliabideak sustatu edo daudenak indartu, adinekoak etxetik urrundu behar ez izateko.

12. Etxeko laguntza zerbitzuak jasotzen dituen eginkizunak eta baldintzak egokitu, erabiltzaileen premiei erantzuteko (laguntza edo konpainiamendua gehitu, ordutegiak moldatu, zerbitzu-egunak moldatu...)
13. Udalerriko saltzaile eta ostalaritza-elkarteekin hitzarmenak sinatu, adinekoei babes emate aldera (etxeraino banaketa dohainik egitea edo eramateko menuak prezio onean jarri). Hitzarmenaren baitan dauden establezimenduak lehenago aipatutako gidan jarri.
14. Adinekoen mugikortasuna ziurtatzeko, garraio publiko irisgarria eta gertukoa eman: Udalbusen zerbitzua asteburueta ere zabaldu eta bonotaxiaren antzeko ekimenak bultzatu.
2. LAN ILDOA: ADINEKOEN OSASUNEAN KALTEAK PREBENITZEA ETA ONGIZATEA SUSTATZEA
HELBURU NAGUSIA: Kalteberak diren edo mendekotasun egoeran diren pertsonen ongizatea eta bizi-kalitatea bermatu, beren bizi-proiektuarekin aurrera jarraitzeko baliabideak eskainiz.
2.1. Osasun-sistemaren eta gizarte-zerbitzuen arteko elkarlana eta koordinazioa indartu, erabiltzaileek behar dituzten zaintzek etenik ez dutela bermatzeko.
15. Oinarrizko arreta ematen duten osasun-zentroyen eta gizarte-zerbitzuen artean osatutako taldeak sortu, koordinaziorako bideak eraikitzeke.
16. Gizarte eta osasun zerbitzuen koordinazioa errazteke aplikazioak sortu.
17. Osasuna sustatu eta prebentzio ohiturak barneratzeko ekimenetan elkar lanean aritu, egun martxan dauden ekintzak behar berrietara moldatu eta erabiltzaileei ekintzetan parte hartzeko agindu.
2.2. Programak prestatu mendekotasuna saihesteko edo hura larritzea ahal bezain beste berandutzeko.
18. Aurrera jarraitu jubilatuen etxeetan eta elkarteetan martxan dauden programa eta ekintzekin.
19. Mendekotasuna saihestu eta autonomia indartze aldera, esku-hartze psikosozialerako tailerrak antolatu, mendekotasuna duten edo kalteberak diren adinekoen gaitasun fisiko, kognitibo eta sozialak estimulatzeke.
20. Kalteberak diren edota mendekotasun egoeran bizi diren adinekoentzat egokitutako ekintzak ugaritu (txangoak, irakurketa-tailerrak, memoria...)
2.3. Bermatu adineko kalteberen elikadura osasungarria, askotarikoa eta orekatua dela.
21. Aztertu jubilatuen etxeetan jantokiak jartzea; batetik otordu egokiak eskainiko litzaizkieke, eta bestetik, harreman sozialak landuko lituzkete bertan.
22. Janaria etxera eramateko catering zerbitzua eskaini, otorduak egokiak eta orekatuak direla bermatzeko.
2.4. Laguntza-sareak eraiki, adinekoak bakarrik eta isolatuta gera ez daitezten.
23. Aztertu: gizarte-boluntarioen eskutik, adinekoentzako konpainiamendu-zerbitzua sortzea, eguneroko zereginetan edo behar zehatzak sortzen zaizkienean laguntzeko.

24. Boluntarioak prestatzeko kanpainak egin. Informazio zabala eta aholkuak eman, beren zerbitzua kalitatezkoa izan dadin eta iraun dezan.
25. Herritar guztientzako programak abiatu, bakarrik egon daitezkeen adinekoen egoerak antzemateko eta haien berri behar den tokian eta moduan emateko.
26. 80 urtetik gora dituzten eta bikotekidearekin bizi direnen gizarte-premien inguruko azterlana zabaldu: aurreko azterlanei jarraipena eman, bakardade kasuak antzeman eta saihesteko.
3. LAN ILDOA: ZAINZAILIEN LANA ARINDU ETA BEREN PREMIAK ASETZEKO BALIABIDEAK
HELBURU NAGUSIA: Senitarteko kaltebera eta mendekoak zaintzen dituzten pertsonen laguntzea, orientazioa ematea eta egiten duten lanerako prestakuntza eskaintzea.
3.1. Zaintza-lanetan behar dituzten tresnak eskura jarri zaintzaileei eta haien ongizatea hobetu.
27. <i>Sendian</i> programa indartu: mendekotasuna duten pertsonen familiak laguntzeko programa.
28. Aztertu bideragarria den zaintzaileentzako arreta-, orientazio- eta laguntza-zerbitzua.
29. Mendekotasuna duen pertsona bat zaintzen dutenei laguntza psikologikoa eman, banaka eta taldeka, egiten duten funtzioagatik sor dakizkien ondoez fisikoak, psikologikoak eta emozionalak bideratzeko.
30. Zaintzaileentzako ikastaroak, tailerrak eta hitzaldiak antolatu, besteak zaintzeko eta nork bere burua zaintzeko baliagarri izango dituen ezagutzak, jarrerak eta gaitasunak jorratzeko.
3.2. Osasun eta gizarte-zerbitzuak ematen dituzten elkarteei laguntza eman.
31. Baliabide materialak eskuratzen lagundu (diru-laguntzak...)
32. Zaintzaileei elkarteen berri eman.
33. Elkarteen bitartez, gaixotasunak ezagutzeko kanpainak abiatu, herritar guztientzat: Alzheimerra, Parkinsona, dementziak, beste gaixotasun batzuk.
3.3. Zaintzaileei atsedean hartzeko aukera erraztuko dien zerbitzu-aukera bermatu.
34. Asteburuan ere eguneko zentroa erabili daitezkeela zabaldu.
35. Egoitzetan sasoiko behin-behineko egonaldiak egin daitezkeela zabaldu.
36. Akonpainamendu zerbitzua sortu arnas-gune gisa (23. <i>jarduera</i>).

4. LAN ILDOA: GIZARTEA SENTSIBILIZATZEA

HELBURU NAGUSIA: Eibar herri lagunkoia bihurtu, baita mendekotasuna duten adineko kalteberentzako ere.

4.1. Gizarte osoa sentsibilizatu mendekotasun egoerek eta antzekoek eskatzen dituzten zaintzen inguruan.

37. Hainbat gaixotasunen sintomen berri eman, eta halako gaitzak dituztenei nola lagundu irakatsi.

38. Sentsibilizazio-kanpainak egin, zaintzaileek egiten duten lana ikusarazteko eta gizarteak ardurak elkar banatzeko duen zereginaz ohartarazteko.

39. Zaintza lanetan ere genero arteko berdintasuna sustatu.

40. Eibar Lagunkoia diagnostiko-txostenean proposatutako ekimenak bultzatu.

ADINEKOAK BEREN ETXEAN BIZITZEN JARRAITZEKO LAGUNTZA							
HELBURU NAGUSIAK		Adinekoak beren etxeetan ahal bezain luzeen bizitzea ahalbidetzea, bertan bizi-kalitate ona edukitzea erraztuz..					
HELBURU ESPEZIFIKOAK		Adinekoak beren egoerara eta premietara egokitzen diren etxebizitzetan bizi ahal izatea.					
JARDUERA		ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
1. Etxebizitzetan bisitak egiten direnean, ke-detektagailuak jartzera edo PECE hargailuen jarraipena egitera, besteak beste, etxebizitzek dituzten gabeziak antzeman: egokitzea edo irisgarritasuna hobetzea.		Gizartekintza	Zerbitzuak	2016 – 2018	Txostenak	Bai	Bai
2. Egokitu beharra edo irisgarritasuna hobetu beharra duten etxebizitzetan errolda egin, lehenago aipatutako programetarik eskuratutako informazioa baliatuta (1. jarduera). Errolda hori maiz eguneratu beharko da.		Gizartekintza		2016 – 2017	Errolda urtero berritu	Ez	Ez
3. Adinekoentzako etxebizitzak egokitzeko eskura dauden laguntza teknikoak berri zabaldu eta norberak dituen beharren arabera aholkuak eman.		Gizartekintza	Etxetek / Aldundia	2016 – 2022	Bideratu diren prestazio-kopurua	Ez	Bai
4. Informazio-kanpainak egin, igogailuak, arrapalak eta plataformak jartzeko dauden laguntzen berri emateko. Kanpaina berberak baliatu laguntzei buruzko araudia azaltzeko.		Hirigintza / Pegora	Debegesa / Gizartekintza	2016 – 2022	Zabalkunde-ekintzen kopurua	Kanpainen arabera	Bai
5. Gizarte-larrialdietarako laguntzak (GLL) zer diren azaldu eta aholkuak eman.		Gizartekintza		2016 – 2022	Ekintza-kopurua	Bai	Bai

6. Egokitutako etxebizitzak alokatzeko erraztasunak eman, norberaren etxebizitza egokitzea ezinezkoa bada. Lan hau Eusko Jaurlaritzako etxebizitza-programekin elkarlanean bideratu.	Udala	Gizartekintza / Etxebide	2018 – 2022	Etxebizitza-kopurua eta bideratu diren alokairu-kopurua	Bai	Ez
7. Beste bizitoki-aukera batzuk eskaini: apartamentu babestuak, ikasle eta adinekoen arteko bizikidetzak-aukerak.	Gizartekintza	Gizartekintza	2017 – 2022	Martxan jarritako apartamentu-kopurua eta erabiltzaile-kopurua	Bai	Ez (Zerbitzu uen zorroaren dekretua)
8. Baimenak eman saltoki izaera duten lokalak etxebizitza gisa egokitzeko.	Hirigintza		2016 – 2022	Emandako lizentzia-kopurua	Ez	Bai
HELBURU ESPEZIFIKOA	Adinekoei eta haien senitartekoei informazio zabala eta aholku egokiak eman, adinekoak beren etxean ahal bezain luzeen gera daitezten.					
JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTAILEAK	EPEA.	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
9. Kontzientziazio tailerrak eman adinekoei eta senitartekoei, <i>Etxean bertan eroso zahartzen</i> gaiari buruz. Edukiak hauek dira: etxean jarraitu beharreko oinarrizko segurtasun neurriak, erorketei nola egin aurre, eskuragarri dauden baliabideei buruzko informazioa...)	Gizartekintza	Osakidetzak / Jubilatuen etxeak / Bizitoki / Ikastetxeak / Nagusien kontseilua / Kirol Patronatua / Eusko Jaurlaritzako Osasun Saila	2017	Egindako tailer-kopurua eta parte-hartzaileen kopurua	Bai	Bai
10. Banaka-banaka orientazioa jasotzeko zerbitzua eman. Bertan, adinekoek eta senitartekoei bizi dituzten egoerak ondo ulertu eta haien premien inguruko erabakiak hartzeko aholkuak jasoko dituzte.	Gizartekintza	Gizarte- eta osasun-baliabideak koordinatzen dituzten erakundeak.	2016 – 2022	Elkarlanean dabilzan erakundeen arteko kontaktu-kopurua	Ez	Bai, neurri batean

11. Gida batean jaso udalerrian bertan adinekoentzako dauden zerbitzu guztiak: osasun-baliabideak, gizarte-jarduerak, aisialdi-eskaintza eta hirugarren sektoreko zerbitzuak...	Gizartekintza	Osakidetza / Jubilatuak / Kirol Patronatua / Dendarien elkarteak	2018	Gida sortu	Bai	Ez
HELBURU ESPEZIFIKOA	Adinekoen etxeetatik gertu eskaintzen diren zerbitzuak eta baliabideak sustatu edo daudenak indartu, adinekoak etxetik urrundu behar ez izateko.					
JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA.	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
12. Etxeko laguntza zerbitzuak jasotzen dituen eginkizunak eta baldintzak egokitu, erabiltzaileen premiei erantzuteko (konpainiamendua gehitu, ordutegiak eta zerbitzu-egunak moldatu...)	Gizartekintza		2016	Zerbitzu berriak eta hartutako neurriak	No	Bai
13. Udalerriko saltzaile eta ostalaritza-elkarteekin hitzarmenak sinatu, adinekoen babes emate aldera (etxeraino banaketa dohainik egitea edo eramateko menuak prezio neurritsuan). Hitzarmenaren baitan dauden establezimenduak lehenago aipatutako gidan jarri.	Ekonomia arloa / Gizartekintza	Jarduerarekin lotutako elkarteak	2018 – 2022	Ekimenari atxiki zaizkion saltoki eta jatetxeak	Bai (11. jarduera)	Ez
14. Adinekoen mugikortasuna ziurtatzeko, garraio publiko irisgarria eta gertukoa eman: Udalbusen zerbitzua asteburuetara ere zabaltzea eta bonotaxiaren antzeko ekimenak bultzatu.	Alkatetza	Euskotren / Taxilarien elkarteak / Gizartekintza	2020	Udalbusen zerbitzuak zabaltzea Bideratutako bono-kopurua	Bai	Ez

ADINEKOEN OSASUNEAN KALTEAK PREBENITZEA ETA ONGIZATEA SUSTATZEA							
HELBURU NAGUSIA		Kalteberak diren edo mendekotasun egoeran diren pertsonen ongizatea eta bizi-kalitatea bermatu, beren bizi-proiektuarekin aurrera jarraitzeko baliabideak eskainiz.					
HELBURU ESPEZIFIKOA		Osasun-sistemaren eta gizarte-zerbitzuen arteko elkarlana eta koordinazioa indartu, erabiltzaileek behar dituzten zaintzek etenik ez dutela bermatzeko					
JARDUERA		ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
15. Oinarrizko arreta ematen duten osasun-zentroen eta gizarte-zerbitzuen artean osatutako taldeak sortu, koordinaziorako bideak eraikitzeko		Gizartekintza	Osakidetza	2016 – 2022	Egindako talde-bilerak	Ez	Bai, neurri batean
16. Gizarte eta osasun zerbitzuen koordinazioa errazteko aplikazioak sortu.		Udala / Aldundia	Osakidetza	2016	Koordinatutako kasu-kopurua	Ez	Bai
17. Osasuna sustatu eta prebentzio ohiturak barneratzeko ekimenetan elkar lanean aritu, egun martxan dauden ekintzak behar berrietara moldatu eta erabiltzaileei ekintzetan parte hartzeko agindu.		Udala / Osakidetza		2016 - 2022	Egindako jarduerakopurua	Ez	Bai, neurri batean
HELBURU ESPEZIFIKOA		Programak diseinatu mendekotasuna saihesteko edo hura larritzea ahal bezain beste berandutzeko					
JARDUERA		ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA.	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
18. Aurrera jarraitu jubilatuen etxeetan eta elkarteetan martxan dauden programa eta ekintzekin		Gizartekintza	Jubilatuen etxeak / Biztu / Ikasten / Esperientziaren eskola	2016 – 2022	Jasotako eskaerakopurua	Bai	Bai
19. Mendekotasuna saihestu eta autonomia indartze aldera, esku-hartze psikosozialerako tailerrak antolatu, mendekotasuna duten edo kalteberak diren adinekoen gaitasun fisiko, kognitibo eta sozialak estimulatzen		Gizartekintza	Jubilatuen etxeak / Biztu / Osakidetza	2017	Abiatutako tailerren kopurua	Bai	Ez

20. Kalteberak diren edota mendekotasun egoeran bizi diren adinekoentzat egokitutako ekintzak ugaritu (txangoak, irakurketa-tailerrak, memoria...)	Jubilatuen etxeak	Udala	2017 – 2022	Egindako jarduerakopurua	Bai (18. jarduera)	Ez
HELBURU ESPEZIFIKOA	Bermatu adineko kalteberen elikadura osasungarria, askotarikoa eta orekatua dela					
JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
21. Aztertu jubilatuen etxeetan jantokiak jartzea; batetik otordu egokiak eskainiko litzaizkieke, eta bestetik, harreman sozialak landuko lituzkete bertan.	Gizartekintza	Jubilatuen etxeak	2018	Erabakia hartzea	Bai	Ez
22. Janaria etxera eramateko catering zerbitzua eskaini, otorduak egokiak eta orekatuak direla bermatzeko	Gizartekintza		2019	Zerbitzua sortzea	Bai	Ez
HELBURU ESPEZIFIKOA	Laguntza-sareak eraiki, adinekoak bakarrik eta isolatuta gera ez daitezen.					
JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
23. Aztertu gizarte-boluntarioen eskutik adinekoentzako konpainiamendu-zerbitzua sortzeko aukera, eguneroko zereginetan edo behar zehatzak sortzen zaizkienean laguntzeko.	Gizartekintza	Erakunde sozialak	2020	Erabakia hartzea	Bai	Ez
24. Boluntarioak prestatzeko kanpainak egin. Informazio zabala eta aholkuak eman, beren zerbitzua kalitatezkoa izan dadin eta iraun dezan.	Gizartekintza	Erakunde sozialak / Gizalde	2020	Egindako jarduerakopurua	Bai	Ez
25. Herritar guztientzako programak abiatu, bakarrik egon daitezkeen adinekoen egoerak antzemateko eta haien berri behar den tokian eta moduan emateko.	Gizartekintza	Erakunde sozialak	2020	Egindako jarduerakopurua	Bai	Ez

26. 80 urtetik gora dituzten eta bikotekidearekin bizi direnen gizarte-premien inguruko azterlana zabaldu: aurreko azterlanei jarraipena eman, bakardade kasuak antzeman eta saihesteko.	Gizartekintza		2016	Txostenak egitea	Bai	Bai, baina neurri batean 1. Jarduera da
--	---------------	--	------	------------------	-----	---

ZAINZAILEEN LANA ARINDU ETA BEREN PREMIAK ASETZEKO BALIABIDEAK

HELBURU NAGUSIA	Senitarteko kaltebera eta mendekoak zaintzen dituzten pertsonen laguntzea, orientazioa ematea eta egiten duten lanerako prestakuntza eskaintzea.					
HELBURU ESPEZIFIKOA	Zaintza-lanetan behar dituzten tresnak eskura jarri zaintzaileei eta haien ongizatea hobetu.					
JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA.	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
27. <i>Sendian</i> programa indartu: mendekotasuna duten pertsonen familiak laguntzeko programa.	<i>Sendian</i> programa / Aldundia	Gizartekintza	2016	Parte-hartzaile kopurua	Ez	Bai
28. Aztertu bideragarria den zaintzaileentzako arreta-, orientazio- eta laguntza-zerbitzua.	Gizartekintza		2017	Jarduera-kopurua	Bai	Ez
29. Mendekotasuna duen pertsona bat zaintzen dutenei laguntza psikologikoa eman, banaka eta taldeka, egiten duten funtzioagatik sor dakizkien ondoez fisikoak, psikologikoak eta emozionalak bideratzeko.	<i>Sendian</i> programa / Aldundia	Gizartekintza	2016 – 2017	Jarduera-kopurua	Ez	Ez

30. Zaintzaileentzako ikastaroak, tailerrak eta hitzaldiak antolatu, besteak zaintzeko eta nor bere burua zaintzeko baliagarri izango dituen ezagutzak, jarrerak eta gaitasunak jorrazteko.	Gizartekintza	Sendian programa / Osakidetza / Gizarte eta osasun-zerbitzuetako elkarteak	2017	Formakuntza-jardueren kopurua	Bai	Ez
HELBURU ESPEZIFIKOA		Osasun eta gizarte-zerbitzuak ematen dituzten elkarteei laguntza eman				
JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
31. Baliabide materialak eskuratzen lagundu (diru-laguntzak...)	Gizartekintza		2016 – 2022	Onartutako diru-laguntzen kopurua	Bai	Bai
32. Zaintzaileei elkarteen berri eman.	Gizartekintza	Osakidetza / Erakunde sozialak	2016 – 2022		Bai	Bai
33. Elkarteen bitartez, gaixotasunak ezagutzeko kanpainak abiatu, herritar guztientzat: Alzheimerra, Parkinsona, demenziak, beste gaixotasun batzuk.	Erakunde sozialak	Gizartekintza / Osakidetza	2017 – 2022	Lagundutako kanpaina-kopurua	Ez	Ez

HELBURU ESPEZIFIKOA	Zaintzaileei atsedeen hartzeko aukera erraztuko dien zerbitzu-aukera bermatu.
----------------------------	--

JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTZAILEAK	EPEA	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
34. Asteburuan ere eguneko zentroa erabil daitezkeela zabaldu.	<i>Sendian</i> programa	Gizartekintza	2016 – 2022	Egindako baliabide- eskaeren kopurua	Ez	Bai
35. Egoitzetan sasoiko behin-behineko egonaldiak egin daitezkeela zabaldu.	<i>Sendian</i> programa		2016 – 2022	Egindako baliabide- eskaeren kopurua	Ez	Bai
36. Akonpainamendu zerbitzua sortu arnas gune gisa (23. jarduera).	<i>Sendian</i> programa	Boluntarioak	2016 – 2022		Ez	Ez

GIZARTEA SENTSIBILIZATZEA

HELBURU NAGUSIA	Eibar herri lagunkoia bihurtu, baita mendekotasuna duten adineko kalteberentzako ere.					
HELBURU OROKORRA	Gizarte osoa sentsibilizatu mendekotasun egoerek eta antzekoek eskatzen dituzten zaintzen inguruan.					
JARDUERA	ERAGILE ARDURADUNA	ERAGILE LAGUNTAILEAK	EPEA	JARRAIPEN ADIERAZLEAK	Aurrekonturik behar du?	Abian da jada?
37. Hainbat gaixotasunen sintomen berri eman, eta halako gaitzak dituztenei nola lagundu irakatsi.	Gizarte eta osasun-zerbitzuetako elkarteak	Gizartekintza / Erakunde sozialak / Osakidetza	2016 – 2022	Egindako kanpaina-kopurua	Ez	Ez
38. Sentsibilizazio-kanpainak egin, zaintzaileek egiten duten lana ikusarazteko eta gizarteak ardurak elkarbanatzeko duen zereginaz ohartarazteko.	Gizartekintza	Erakunde sozialak	2020	Egindako kanpaina-kopurua	Bai	Ez
39. Zaintza lanetan ere genero arteko berdintasuna sustatu.	Berdintasun arloa / Gizartekintza	Emakumearen mahaia	2017	Egindako jarduera-kopurua	Bai	Ez
40. Eibar Lagunkoia diagnostiko-txostenean proposatutako ekimenak bultzatu.	Gizartekintza / Tartean diren arloak /Gizarte eragileak	Nagusien Kontseilua Gizarte eragileak Erakundeak	2017-2022	Egindako jarduera-kopurua	Bai, baina <i>Eibar-Lagunkoia</i> planaren onarpena behar du	Ez

BIBLIOGRAFIA

- Caser Fundación eta Fundación Pilares (2015): Innovaciones para vivir bien en casa.
 - Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila (2010): Zahartzen direnen ongizatean eta tratu onean aurrera egiteko ehun proposamen.
- Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila (2010): Estudio sobre las Condiciones de Vida de las Personas Mayores de 60 años en la CAPV.
- Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila eta Matia Instituto Gerontologico Fundazioa (2011): Discapacidad y Dependencia de las Personas Mayores en el País Vasco.
- Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila (2015): Zahartzaro Aktiborako Euskal Estrategia 2015-2020.
- Eusko Jaurlaritzako Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila eta Matia Insitutua: Euskadi Lagunkoia Sustraietatik. Guía práctica para la implantación y uso en municipios.
- Bizkaiko Foru Aldundia (2010): Bizkaian zahartze aktiboa sustatzeko ekintza plana, 2010-2011.
- Gipuzkoako Foru Aldundia: Gipuzkoako gizarte zerbitzuen mapa 2015-2017.
- Osasunaren Mundu Erakundea (2015): Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud.