

nagy cél	intézkedés neve	intézkedés tartalma
Elérés	Személyes megszólítás	A közvetlen, személyes megszólítás és helyszíni közösségi jelenlét. Gyakran látogatott helyszíneken és rendezvényeken kihelyezett standok. A nappali ellátás intézményeiben szervezett nyílt napok.
	Motivációs elemek	Ingyenes szűrésekkel, ajándékokkal és vendéglátással könnyebben motiválhatók és vonhatók be az idősök a kerületi programokba.
	Megkereső munka erősítése	A Lakótér az önkormányzati bérházakban lakókkal együttműködve dolgozik és támogatja a közösségi kapcsolatok erősítését, tájékoztatást nyújt, valamint a lakókat bevonja az őket érintő fejlesztésekbe és döntésekbe. Ezt a munkát fenn kell tartani és erősíteni kell a szerepét a tájékoztatásban és a jelzőrendszerben is.
Információnyújtás	Idősök Információs Pontja (IIP)	Jól megközelelhető helyiségben, képzett szociális szakember nyújt személyes segítséget és átfogó tájékoztatást a kerületi idősügyi lehetőségekről.
	Idősügyi Kisokos	A kerületi kiadvány egy áttekinthető füzetben gyűjti össze a józsefvárosi idősök számára elérhető összes szolgáltatást és támogatást.
	Idősügyi aloldal az önkormányzat honlapján	Az önkormányzat honlapján egy olyan aloldal, ahol egy helyen elérhetőek az információk, valamint megoszthatóak a programok, különböző hasznos cikkek, videós útmutatók az ügyintézéshez, egészségmegőrzéssel kapcsolatos tartalmak.
	Idősbarát szemlélet a kommunikációban	Egyszerűen elérhetővé, könnyen olvashatóvá kell alakítani a meglévő kommunikációs formákat.
	Józsefváros Újság	Idősbarát tartalmak készítése és célzott terjesztésének biztosítása.
	Már meglévő szolgáltatások megismertetése	Szükséges a szociális szolgáltatások pontos funkcióinak tisztázása és a lakossági tévhitek eloszlata a hatékonyabb igénybevételért.
Társadalmi részvétel és bevonás	Idősügyi Fórum	Rendszeres idősügyi fórumok szervezése, hogy az idősök ne csak résztvevői hanem aktív kezdeményezői és alakítói legyenek a kerületi közösségi életnek.
	Idősügyi Tanács	A megalakuló tanács szakemberek és civil szervezetek bevonásával véleményezi a döntéseket és nyomon követi a stratégia megvalósulását.
	Rendszeres és egységes ügyfélelégedettség-mérés	A visszajelzések folyamatos mérése teszi lehetővé a szolgáltatások és programok igényekhez igazodó felülvizsgálatát.
Önkéntesség	Időslátogató program	A kerületi önkéntes stratégia keretében felkészített önkéntesek bevonhatók az időseket segítő feladatokba. A felkészített önkéntesek rendszeres látogatásai csökkentik a magányos idősök szociális izolációját és segítenek a kisebb napi feladatokban.
	Idős önkéntesek bevonása	Az idősök saját tudásának és tapasztalatának mozgósítása növeli az idősök megbecsültségét és hasznosságérzetét.

Egészség	Vitamin- és egészségmegőrző csomagok	Rászoruló idős emberek számára vitamincsomagok biztosítása, személyes megszólítással összekapcsolva.
	Közérthető és gyakorlati ismereteket nyújtó programok	Egészséges életmóddal, egészségmegőrzéssel, prevencióval foglalkozó programok, előadások szervezése, valamint egészségügyi szakemberek bevonása a kerületi programokba.
	Szakember által vezetett mozgásprogramok	Rendszeres, szakember által vezetett mozgásprogramok szervezése könnyen megközelíthető helyszíneken.
	Gyógytorna	A kerületben elérhető gyógytorna-kapacitások bővítése
	Memória-tréning	A rendszeres agytorna és kognitív játékok szervezésével hatékonyan támogatható a szellemi képességek- és memória megőrzése.
	Mentálhigiénés szakember	A lelki támogatást nyújtó szakemberek létszámának növelése szükséges a növekvő lakossági igények kielégítésére.
	Mentális egészséget támogató programok	Stresszoldó, relaxációs és állatasszisztált foglalkozások szervezése melyek hatékonyan csökkentik a magányt és a társas izolációt.
	Férfiaknak szóló programok	Annak fényében, hogy az idősklubokat nagyobb részben nők veszik igénybe és a férfiak megszólítása gyakran nehezebb, érdemes olyan programokat is kialakítani, amelyek kifejezetten őket szólítják meg, pl. sétafoci.
Demencia	Demencia szűrővizsgálatok	A kognitív hanyatlás időbeni kezelése érdekében elengedhetetlen a szűrések rendszeresítése a háziorvosi és szakrendelői ellátásban.
	Képzések és érzékenyítő programok demencia témájában	A szociális területen dolgozó szakemberek felkészítése segít abban, hogy korai stádiumban felismerjék a demencia jeleit.
	Lakosság ismereteinek bővítése demencia témájában	Közérthető tájékoztató előadások a demenciáról.
	Demenciabarát nappali ellátás	Képzett szakmai teammel és szakosodott partnerrel megvalósuló nappali ellátás a demens betegek gondozására és a családok tehermentesítésére.
	Demencia tanácsadás	Demencia témájában specializálódott tanácsadói szolgáltatás biztosítása.
	Hozzá tartozói csoport, Alzheimer Café	Az önszervező közösségi csoportok létrehozása, melyek csökkentik a gondozó családtagok elszigeteltségét és mentális terheit.
Képzések	Gyakorlatorientált képzések időseknek	Könnyen elérhető helyszíneken megvalósuló, ingyenesen elérhető képzések szervezése (digitális kompetenciafejlesztés, bűnmegelőzés stb.)
	Idősek tudásának átadása	Generációk közötti tudás- és tapasztalatátadást ösztönző programok szervezése.
Szabadidős programok	Klubokon kívüli programok	A szélesebb lakosságnak szóló nyitott programok biztosítják a kulturális és közösségi élményeket a klubtagsággal nem rendelkező időseknek is.
	Kulturális programokhoz való hozzáférés	A színház-, mozi- és múzeumbelépők támogatása csökkenti az anyagi korlátokat a tartalmas kapcsolódás elöl.
	Jeles napok ünneplése	A tematikus jeles napok alkalmat adnak a közösségi összetartozás és az idősügyi témák megünneplésére.

	Önálló szerveződések támogatása	Az önkormányzat a lakossági kisközösségek saját kezdeményezésű programjainak támogatásával növeli az idősek aktív szerepvállalását.
Önálló életvitel és saját otthonban maradás támogatása	Anyagi támogatási lehetőségek	Lakásátalakítási támogatás biztosítása az akadálymentesítés és a biztonságos otthoni tartózkodás támogatására. Elesésjelző és okosotthon-rendszerekhez való hozzáférés támogatása.
	Távprogramok	Az online közvetített tornák és kulturális események az otthonukat elhagyni nem tudó időseknek is közösségi élményt nyújtanak.
	Otthongondozással kapcsolatos információnyújtás és edukáció	A gondozó családtagok felkészítése és képzése megkönnyíti a segédeszközök szakszerű használatát és az otthoni ápolást.
Támogatási szükséglettel élő idősek	Inkontinencia betét és felnőtt pelenka gyűjtés és osztás	A rászoruló idősek támogatása és a társadalmi szolidaritás erősítése érdekében évente adománygyűjtés, amelynek keretében elsősorban inkontinencia betéteket és időspelenkákat várunk, majd ezeket kiosztani a szociális szolgáltatók segítségével.
	Ajándécsomagok felülvizsgálata	Az ünnepi ajándécsomagok utalványra cserélése lehetővé teszi, hogy az idősek a saját valós szükségleteikre költhessék a támogatást.
	Segítség nagytakarításban, kisebb javítási munkálatokban	Az idősek mindennapi életvitelét segítő szolgáltatáscsomag kialakítása, amely magában foglalja a nagytakarítást, az apróbb ház körüli javításokhoz nyújtott segítséget.
	Időstaxi bevezetésének vizsgálata	Az időstaxi nemcsak idősek szállításával foglalkozik, de kísérőt is biztosít mellé, aki segít a kísérésben, az ügyintézésbe, bevásárlásban vagy egyéb dolgokban, amiben az igénybe vevő segítségre szorul. A szolgáltatás kedvezményes, a piaci árnál alacsonyabb térítési díj mellett, külső szolgáltatók bevonásával érdemes kialakítani.
Meglévő szolgáltatások fejlesztése és partnerségi viszonyok	Nappali klubok felülvizsgálata	Az öt kerületi idősklub működésének, kommunikációjának (pl. elnevezés) és kihasználtságának felülvizsgálata egyaránt indokolt annak érdekében, hogy azok kapacitása, elhelyezkedése és programkínálata megfelelően igazodik-e a kerületi idősek igényeihez, illetve, hogy a rendelkezésre álló kapacitások megfelelően vannak-e elosztva.
	Tárgyi és infrastrukturális feltételek javítása	A szolgáltatások fejlesztésének fontos eleme a tárgyi és infrastrukturális feltételek javítása is, amely a JSZSZGYK vezetésétől is aktív telephely-menedzsmentet kíván. Kiemelt figyelmet szükséges fordítani az Idősek Átmeneti Otthonának infrastrukturális feltételeire és az olyan eszközök beszerzésére, ami az ott élők és dolgozók mindennapjait megkönnyíti (pl. emelőágy).

	Szakemberek megtartása, képzése és utánpótlása	Az önkormányzat ingyenesen biztosítja a munkakör betöltéséhez szükséges szakképeszés megszerzését. A munkaerő megtartása érdekében biztosítani kell szakmai fejlődési lehetőségeket, fontos a továbbképzések támogatása, valamint a munkatársak rekreációját és közösségépítését segítő klubszintű programok, csapatépítő és rekreációs alkalmak szervezése.
	Óvóhely	Az áldozatsegítő szolgáltatások megismertetése és hozzáférhetőségük bővítése az időskori bántalmazás esetén.
Az életkori egyenlőtlenségek és az életkoron alapuló előítéletek csökkentése	Az életkori egyenlőség érvényesítése az önkormányzat működésében	Idősbarát szemlélet beépítése az önkormányzati működés egészébe.
	Időskorról alkotott kép formálása	A szemléletformáló kampányok láthatóvá teszik az idősek értékes tudását és társadalmi hozzájárulását, önkormányzat törekszik arra is, hogy szolgáltatásainak és közösségi tereinek elnevezései ne erősítsék az időskorhoz kapcsolódó előítéleteket.
	Generációk közötti kapcsolatok erősítése	Különböző korosztályokat összekötő közös programok szervezése.