

InformCare

Omastehoolduse infoportaal Euroopa Liidus

Hooldajad



**MTÜ Eesti
Omastehooldus**



InformCare - Omastehooldajate infoportaal Euroopa Liidus

Ivar Paimre
MTÜ Eesti Omastehooldus

11. september 2015, Tallinn

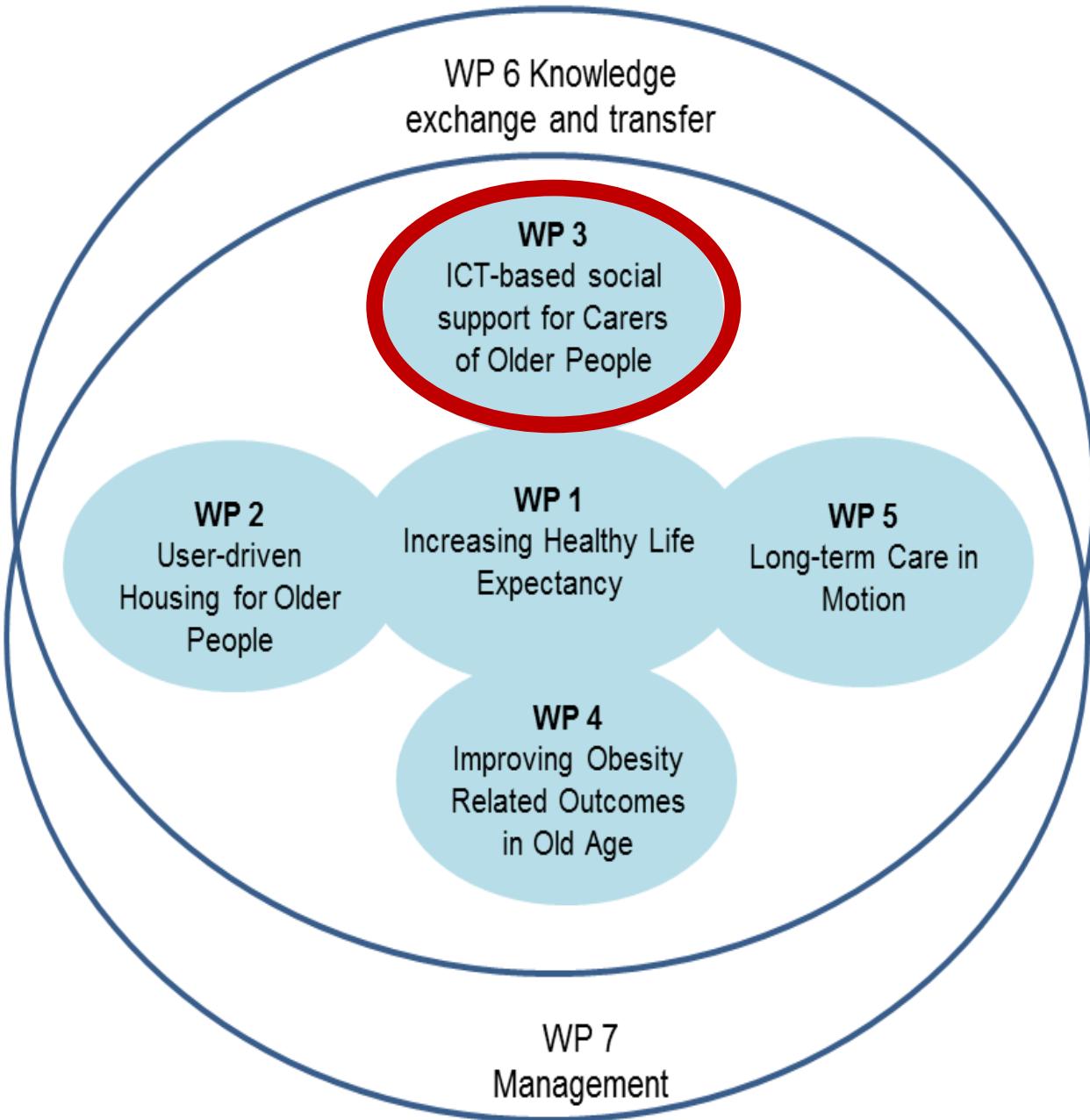
Uuringumeeskonna nimel on ettekande koostanud:

Ivar Paimre, Francesco Barbabella, Arianna Poli, Areti Efthymiou, Benjamin Salzmann, Frida Andreasson, Elizabeth Hanson, Hanneli Doechner, Giovanni Lamura



Projektipartnerid

1. Sheffield'i Ülikool, UK
(Koordinator)
2. Lund'i Ülikool, SE
3. Heidelberg'i Ülikool, DE
4. Newcastle Ülikool, UK
5. Itaalia riiklik tervishoiu- ja teadusuuringute instituut (INRCA), IT
6. Age Platform Europe, BE
7. Eurocarers, LU
8. Sheffield Hallam Ülikool, UK
9. Läti Teadusnõukogu, LV



Eesmärgid

- Arendada, rakendada ja hinnata nelja potentsiaalselt kuluefektiivset sotsiaalset innovatsiooni, mis keskenduvad:
 - sotsiaalsele innovatsioonile
 - heaolule ja elukvaliteedile
 - ning tervena elatud oodatavale elueale.(HLE)
- Luua sotsiaalne innovatsioon – veebipõhine platvorm



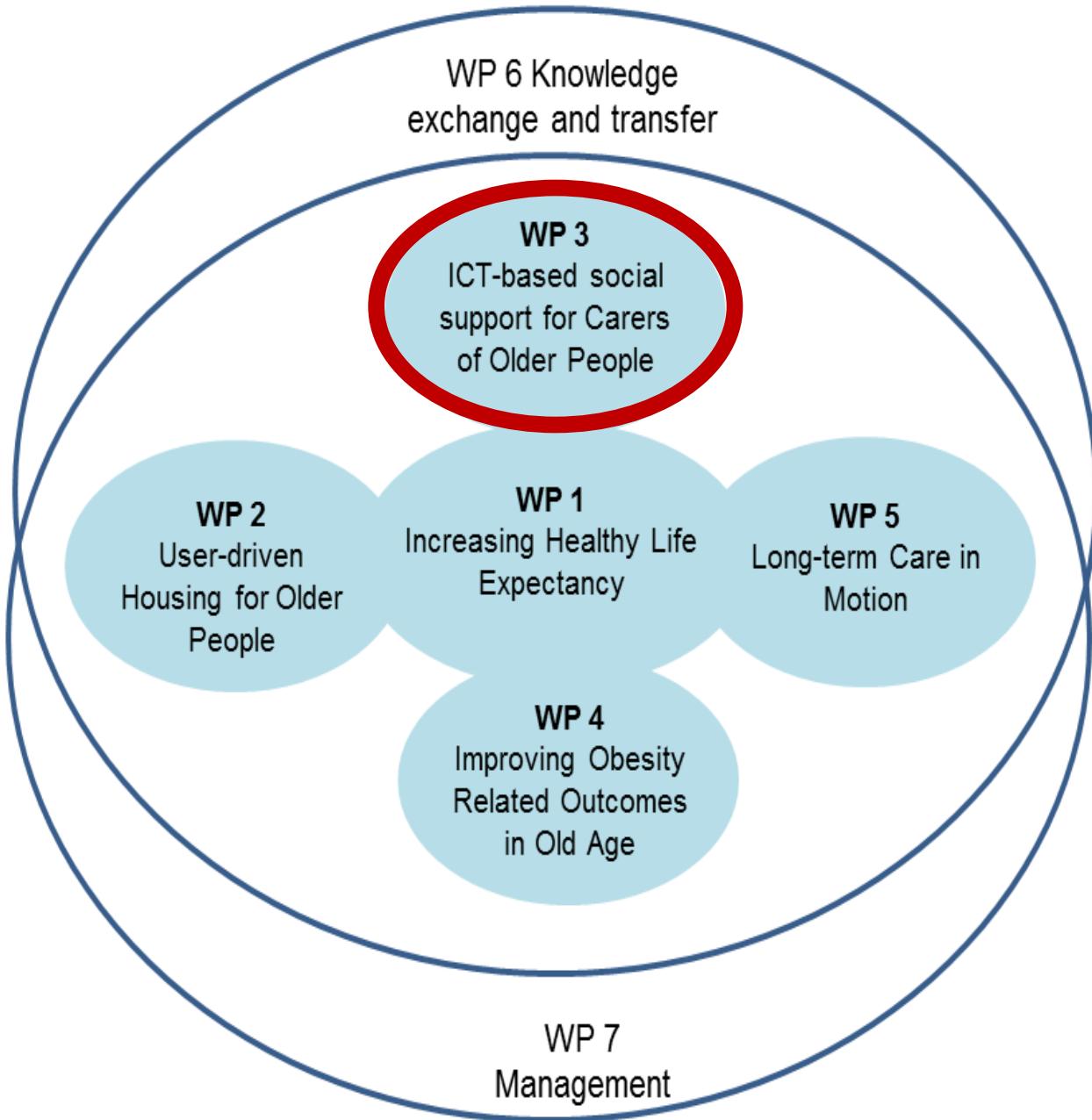
Eesmärgid

- Kriitiliste takistuste ületamine sotsiaalsete innovatsioonide rakendamisel
- Teadmiste-kogemuste vahetuse rõhutamine, eritähhelepanu uutel Euroopa Liidu liikmesriikidel.



Projektipartnerid

1. Sheffield'i Ülikool, UK
(Koordinator)
2. Lund'i Ülikool, SE
3. Heidelberg'i Ülikool, DE
4. Newcastle Ülikool, UK
5. Itaalia riiklik tervishoiu- ja teadusuuringute instituut (INRCA), IT
6. Age Platform Europe, BE
7. Eurocarers, LU
8. Sheffield Hallam Ülikool, UK
9. Läti Teadusnõukogu, LV



Mitmekeelne platvorm omastehooldajatele

- INNOVAGE WP3 üldine eesmärk on panustada omastehooldajate elukvaliteedi parandamisse
- Töötades välja veebipõhise integreeritud mitmekeelse tugiteenustepaketi, mis on suunatud kogu Euroopas abivajadusega vanemaealiste inimeste hooldajate vajaduste katmiseks adekvaatsel ja efektiivsel moel



Mitmekeelne platvorm omastehooldajatele

- WP3 sisulised eesmärgid on (1) arendada, (2) testida(3) rakendada ja (4) esitleda EL-27 veebiplatvormi koos baasteenuste paketiga.
- Teenused: **infobaas ja interaktiivsed suhtlusvahendid**



Mitmekeelne platvorm omastehooldajatele

INRCA ja **EUROCARRERS** on panustanud INNOVAGE projekti koostööpartnerite na, luues veebiplatvormi, mille fookuses on ***omastehooldajate*** vajadused. See rakendub 27 Euroopa Liidu liikmesriigis, sisaldades nii üldinfot kui ka riigispetsiifilist teavet.

Valitud riikides on saadaval ka täiendavad sektsoonid kahele sihtrühmale:

- ***Omastehooldajate tööandjad***
 - ***Hooldustöötajad***



- Üldlevinud haigused ja hoolduse korraldamine
- Hooldusvõimalused ja tugiteenused
- Psühholoogiline tugi- nõustamine
- Hooldaja jõuvarud
- Töö ja hoolduse ühitamine
- Pereelu ja hoolduse ühitamine
- Seadusandlus
- Toetused
- Hea praktika
- Kriisiabi

Riigi toetus

Abiks hooldajale



Eakad ja hoolekanne

Hooldaja vajadused

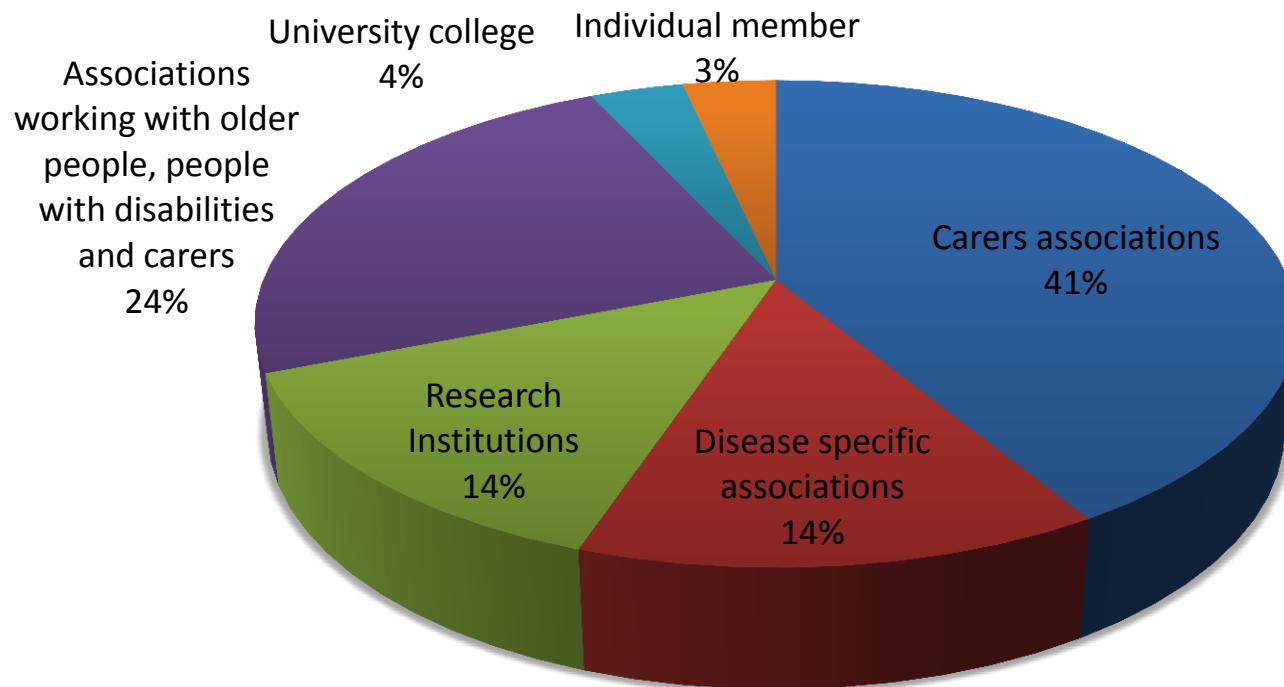
Materjal on kogutud usaldusväärsetelt veebilehtedelt ja organisatsioonidelt, kellel on pikaajalised kogemused antud teemavaldkonnas:

Parkinson's Association of Ireland
Anziani e non solo – ASPASIA project
Athens Association of Alzheimer's Disease –
SET CARE project
Stroke UK Association
Arthritis Ireland
CARERS UK
Caregiving.com
Alzheimer Scotland
NHS health Scotland
The Scottish dementia working group
Dementia challengers website



Organisatsioonid

29 organisatsiooni: 20 Eurocarers liikmed





Eakad ja hoolekanne

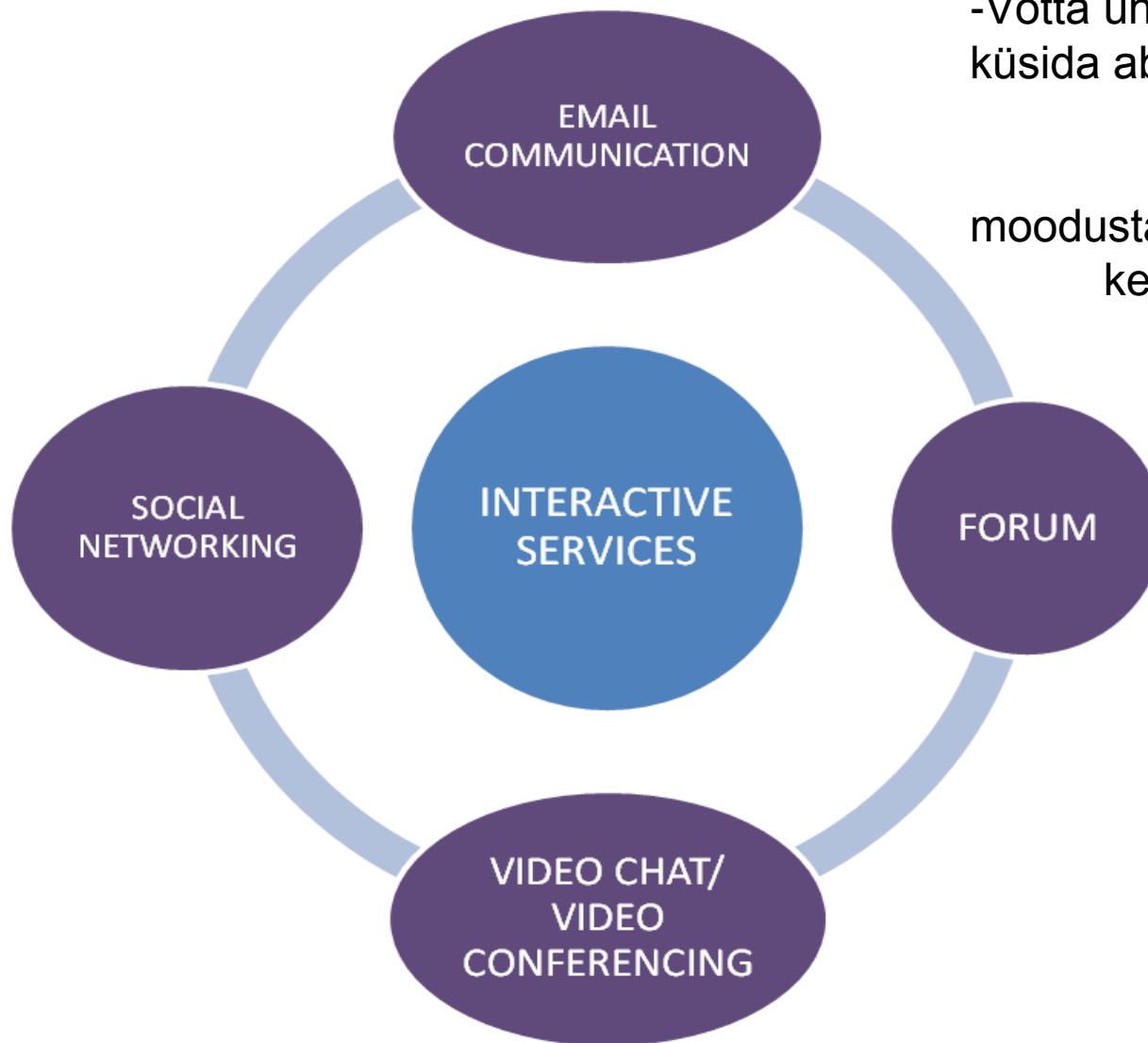
Hooldaja vajadused

Riiklik toetus

Abiks hooldajale

Interaktiivsed suhtlusvahendid





Interaktiivsed suhtlusvahendid

-Võtta ühendust meeskonnaga,
küsida abi;

-Tutvumine teiste
omasteholdajatega, kes
moodustavad võrgustiku inimestest,
kel on sarnased vajadused ja
kogemused.



Interactive Services

[<< Back to main site](#)

Social Network

Messages

Chat

Video Chat

Hi Ivar Paimre!



 [View Recent Updates](#)  [View My Profile](#)  [Edit My Profile](#)  [Browse Members](#)

What's New

Post Something...



Francesco Barbabella Auguri a tutti! :)

December 24, 2014 - Like - Comment

Roberta Martini, Serenella Saracini, and Arianna Poli like this.



Francesco Barbabella Buon fine settimana a tutti!!!

December 20, 2014 - Like - Comment

Arianna Poli likes this.

1 Member Online



Newest Members



Pinelopi Vlotinou
Tue at 12:20 PM



aidan mcnally
Tue at 10:16 AM



Κέντρο Ημέρας
September 2



Mireille DORCE
September 2

 Friends Online (0)



**Teave ja teenused OMASTEHOOLDAJATELE on saadaval
27 EL LIIKMESRIIGIS – 23 KEELES**

Hooldustöötajatele:

Bulgaaria
Tšehhi
Saksamaa
Leedu
Luksemburg
Malta
Portugal
Slovakia
Hispaania
Rootsi

Tööandjatele:

Bulgaaria
Tšehhi
Saksamaa
Leedu
Malta
Poola
Portugal
Slovakia
Rootsi
Ühendkuningriigid



Teavitusüritused

EL-seminar
5-6 mai, 2015

Üleriigilised

Kohalik-
regionaalsed





Kes on omastehooldaja?

	Total	Italy	Germany	Sweden
Carer				
Gender: woman	70.8%	69.6%	60.0%	77.3%
Age	58.5 (11.5)	53.1 (10.2)	60.6 (9.0)	64.7 (10.8)
Relationship with elderly:				
Spouse/Partner	30.6%	3.5%	26.3%	66.7%
Children/Children-in-law	61.2%	84.2%	57.9%	33.3%
Other	8.3%	12.3%	15.8%	0.0%
Children: yes	77.5%	78.6%	65.0%	81.8%
Grandchildren: yes	35.5%	22.8%	20.0%	59.1%
Education				
Low (up to lower secondary school)	18,3%	28,1%	15,8%	6,8%
Medium (upper secondary school)	37,5%	56,1%	26,3%	18,2%
High (post-secondary, tertiary education)	44,2%	15,8%	57,9%	75,0%
Employment: yes	52.1%	62.5%	31.6%	47.7%



ESTONIA

General information

Education and work of social carers

Long-term care and social workers

Social protection system of elderly people in general

Computer and Internet skills of the general population

Long-term care and the situation of social workers

Country

Estonia

Long-term care

Long-term care is provided as in-kind social service and it is organised regionally.

Organisation of Long-term care

Informal caregivers and professional providers

Both informal caregivers and professional providers offer support and/or services.
Informal caregivers: Offered mostly in cases of non-institutional services (e.g. family members).

There are no conditions for the family members as they already have social relationships.

In the case of non-family members the ability to take care is assessed.

Professional providers: Offered in non-institutional services (home-care services provided, e.g. by the local governments) and institutional services.

There is a regulation for care workers - persons with appropriate training employed in social welfare.

Long-term care

Caregiver's Benefit (hooldajatoetus): provided by the local governments to caregivers who support persons with an assessed degree of disability in everyday activities (paying bills,

IN THE SAME SECTION...

+ The toolkit for developing ITC competences, "how to deliver smart homecare"

+ Caring for older people at home

+ Security and risk prevention at home

+ Being Carer in Europe

+ Austria

+ Belgium

+ Bulgaria

+ Croatia

+ Cyprus

+ Italia

+ Latvia

+ Lithuania

+ Luxembourg

+ Malta

+ Netherlands

+ Poland

+ Portugal

+ Romania

+ Slovakia

+ Slovenia

+ Spain

+ Svezia

+ United Kingdc

NEWSLETTER



Kes on omastehooldaja?

Omastehooldajad on igas vanuses inimesed, kes hooldavad (enamasti tasustamata) väljaspool professionaalset või formaalset hoolekandesüsteemi oma pereliiget või lähedast, kes haigusest, puudest või muust erivajadusest tingitult vajab kõrvalabi oma igapäevaelu toimingutes.

(Eurocarers, 2014)



Omastehoolduse ülekaal

- 20 miljonit hooldajat suure hoolduskoormusega – 20+ tundi nädalas
- 80% hoolduskoormusest kannavad omastehooldajad – abikaasad, lapsed ja sugulased
- Enamuses naised vanuses 45+
- Pea kõigis liikmesriikides rohkem kui pooled kuni 65aastased omastehooldajad ühitavad töö ja hoolduse
- Märkimisväärne hulk inimesi on hoolduskohustuse tõttu aktiivsest tööhõivest eemaldunud

(Anderson, Eurofound 2015; Eurocarers, 2014)



Omastehooldus on surve all

- järgnevatel põhjustel:
 - madal sündivus, väiksemad pered, suurenev mobiilsus, naiste suurenev aktiivsus tööhõives, pikenev tööiga
- Murekohad
 - hooldustöötajate puudus, omastehooldajate vähene toetus ja tõrjutuse oht
- Murekohti võimendavad majanduslik ebastiilus ja kärped senises toetuste- ja teenustesüsteemis.

(Anderson, Eurofound 2015; Eurocarers, 2014)



Hoolduse olemus

- Inimsuhete loomulik osa
 - osa meie sotsiaalsest olemusest, aidata hooldada oma lähedast, sageli vastastikune
- Kaasneb moraalne kohustus – kohusetunne
- Sisaldab ajalist mõõdet; elukaare perspektiiv
- Enda realiseerimise võimalus, kuuluvustunne
- See ei sobi igaühele!
- Omastehooldajate eneseteadlikkus ning sotsiaalne ja kultuuriline tunnustus

(Nolan *et al.* 1996, Hanson *et al.* 2006)



Omastehooldajate tervis ja heaolu

- Terviseriskide (füüsilised ja vaimsed) suurenemine hoolduskoormuse tõttu ja hooldusperioodi pikkuse mõjul
- Naised on enam mõjutatud kui mehed
- Tööealiste mittetöötavate hooldajate tervislik seisund on halvem võrreldes tööhõives hooldajatega ja mittehooldajatega, samuti koetakse suuremat vaesust ja sotsiaalset tõrjutust

(Andersson, Eurofound 2015)



Omastehooldajate vajadused/eelistused

- „ülinõudlikud“ omastehooldajad!
- Omastehooldajad kui koostööpartnerid, tugisüsteemi olemasolu:
- **informatsioon** ja nõustamine, **haridus** ja/või koolitused,
- **toetus** (psühhosotsiaalne, praktiline)
- “olla hea hooldaja”

(Nolan *et al.* 1996; Hanson *et al.* 2008; Schumacher *et al.* 1998)



Informatsioon, haridus ja koolitus

- Hooldatava abivajaduse/haiguse tundmine, enimlevinud probleemid ja ravi/toetus
- Kohalikud tugiteenused, toetused, abivahendid ja kohandused
- Toimetulek
- Igapäevaelu toetavad hooldusvõtted
- Kohandatud lähtuvalt hooldajast ja hooldusjärgustoskustest

(Hanson *et al.* 2008)



Toetamine

- Kogemuste vahetamine, kogemusnõustamine
- Asendushooldusteenuste olemasolu
- Praktiline tugi hooldustegevustel
- Kohandatud kodukeskkond
- (Hanson *et al.* 2008)



IKT lahenduste potentsiaal

- Informatsiooni, hariduse/koolituse ja psühhhosotsiaalse toetuse paindlik pakkumine omastehooldajatele vastavalt nende vajadustele
- Mõjutab positiivselt omastehooldaja elukvaliteedi taju, väiksem mõju organisatsiooni ja ühiskonna tasandil
- Suur väljakutse on omastehooldajate madal digioskuste tase

(Carretero *et al.* 2012)



Võtmekohad

Omastehooldajad ja hoolealused

- Uue tehnoloogia potentsiaali tajumine, eelduseks kasutajasõbralikkus ja otsene kasu hoolduskorraldusele
- Kuuluvustunne ja isoleerituse vähenemine
- Toetusvõrgustiku teke

Omastehooldajad

- Teadlikkus ja turvatunne
- Kontroll hoolduskohustuse üle
- Enesekindluse kasv hooldamisel

(Magnusson & Hanson, 2012; Blussi, *et al.* 2013)



- Anderson, R. (2015). *Measures for reconciliation of employment with care in the EU*. Presentation, IAGG Congress Dublin, 26 April 2015.
- Blusi, M. et al. (2013). Older family carers in rural areas- experiences from using caregiver support services based on Information and Communication Technology (ICT), *European Journal of Ageing*, 10(3), 1-9.
- Carretero, S. et al. (2012). Can Technology-based services support long-term care challenges in home care? Analysis of evidence from social innovation good practices across the EU: CARICT project summary report, EC, JRC, IPTS, Seville.
- Eurocarers, (2014). '*Enabling Carers to Care. Proposal for an EU level strategy in support of informal care provision*', <http://www.eurocarers.org>
- Hanson E. et al. (2006). *The Carers Outcome Agreement Tool, A new approach to working with family carers*, GRIP publication (Getting Research into Practice). ÄldreVäst Sjuhärad Research Centre, University of Borås, National Board of Health & Welfare Sweden, University of Sheffield, Northend publications, Sheffield.
- Magnusson, L. & Hanson, E. (2012). Partnership working: the key to the AT- technology transfer process of the ACTION service, *Technology and Disability*, 24, 219-232.
- Nolan, M. Grant, G. & Keady, J. (1996). *Understanding family care*, Open University Press, Buckingham.
- Schumacher, K. Stewart, B. Archbold, P. (1998). Conceptualization and Measurement of Doing Family Caregiving Well. *Journal of Nursing Scholarship*. 30 (1), 63.70
- SPC & EC. (2014) '*Adequate social protection for long-term care needs in an ageing society*' Report, Social Protection Committee & the EC, European Union, Luxembourg. <http://ec.europa.eu>



Omastehoolduse infoportaal

InformCare

Omastehoolduse infoportaal Euroopa Liidus

Hoolajad



Sisukaart

- Eakad ja hoolekanne
 - Haigus/puue ja hoolduse korraldamine
 - Hooldus- ja tugiteenused
 - Transport ja teenused
 - Kodune keskkond



Sisukaart

- Eakad ja hoolekanne
 - Haigus/puue ja hoolduse korraldamine
 - Dementsus
 - Parkinsoni tõbi
 - Insult
 - Artriit
 - Osteoporoos
 - Silmahaigused
 - Kurtus
 - Diabeet
 - Hüpertensioon / Kõrge vererõhk
 - Lamatised
 - Uriinipidamatus



Sisukaart

- Eakad ja hoolekanne
 - Hooldus- ja tugiteenused
 - Koduhooldus
 - Hooldamine hoolekandeasutuses
 - Iseseisva elu toetamine
 - Hooldusteenused igapäevaelu toetamiseks
 - Vabatahtlike tugiteenused
 - Sotsiaalnõustamine
 - Kogukondlikud tegevused hooldajatele
 - Kodune keskkond
 - Eluaseme kohaldamine
 - Telecare- tehnoloogiline hooldus ja TeleHealth-tehnoloogiline tervisemonitooring
 - Teie, Teie hooldatav ja Teie abikaasa



Sisukaart

- Hooldaja vajadused
 - Hooldamisega toimetulek
 - Pereelu korraldamine
 - Tööelu korraldamine
 - Füüsiline aktiivsus – Aktiisuse säilitamine



Sisukaart

- [Hooldaja vajadused](#)
 - [Hooldamisega toimetulek](#)
 - [Aastad hooldajana: sissejuhatus](#)
 - [Hooldajate lood](#)
 - [Enda eest hoolitsemine.](#)
 - [Toimetulek stressi ja depressiooniga](#)
 - [Lõdvestumistehnikad](#)
 - [Dementsusega toimetulek](#)
 - [Pereelu korraldamine](#)
 - [Toimetulek mitme rolliga](#)
 - [Üks majapidamine kõigi jaoks?](#)
 - [Hooldamine ja laiendatud perekond](#)
 - [Teie, Teie hooldatav ja Teie abikaasa](#)



Sisukaart

- Hooldaja vajadused
 - Tööelu korraldamine
 - Töö ja karjäär
 - Nõuanded töötavale hooldajale
 - Mõeldes palgatööst loobumisele
 - Tagasitulek tööturule
 - Võimalused töötavale hooldajale
 - Muud võimalused
 - Füüsiline aktiivsus – Aktiisuse säilitamine



Sisukaart

- Riiklik toetus
 - Hooldaja juriidiline positsioon
 - Seadusandlikud regulatsioonid hooldajale
 - Seadusandlikud regulatsioonid hooldatavatele
 - Hooldaja rahaline tugi
 - Kindlustus ning riiklikud toetused
 - Maksusoodustused
 - Hooldamise kulu
 - Erahoolekanne ja täiendav abi



Sisukaart

- [Abiks hooldajale](#)
 - [Nõustamine ja kriisiabi](#)
 - [Nõuanded, soovitused](#)
 - [Leia sobilik organisatsioon](#)
- [Interaktiivsed suhtlusvahendid](#)

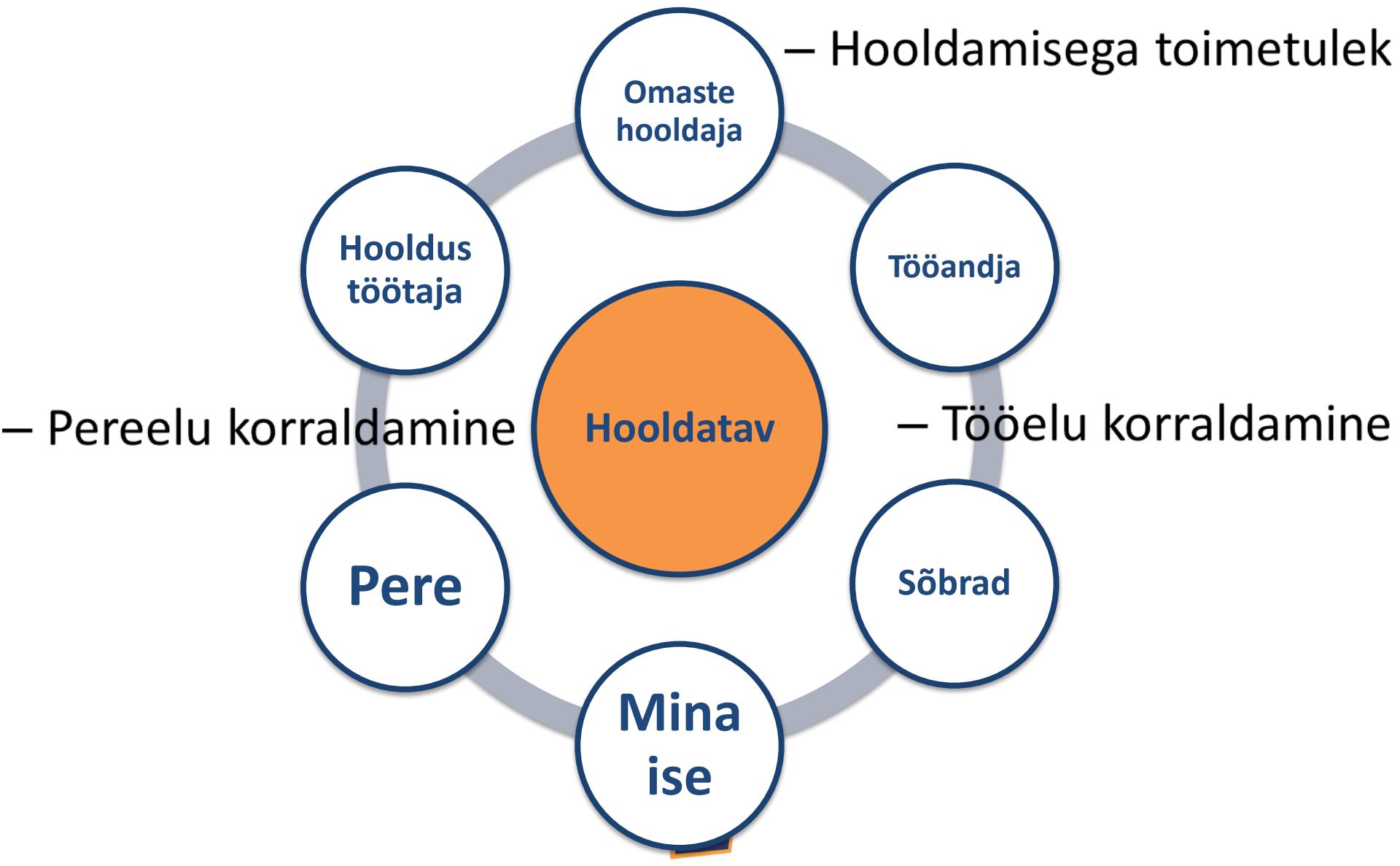


Pere, töö ja hooldus

- Hooldaja vajadused
 - Hooldamisega toimetulek
 - Pereelu korraldamine
 - Tööelu korraldamine

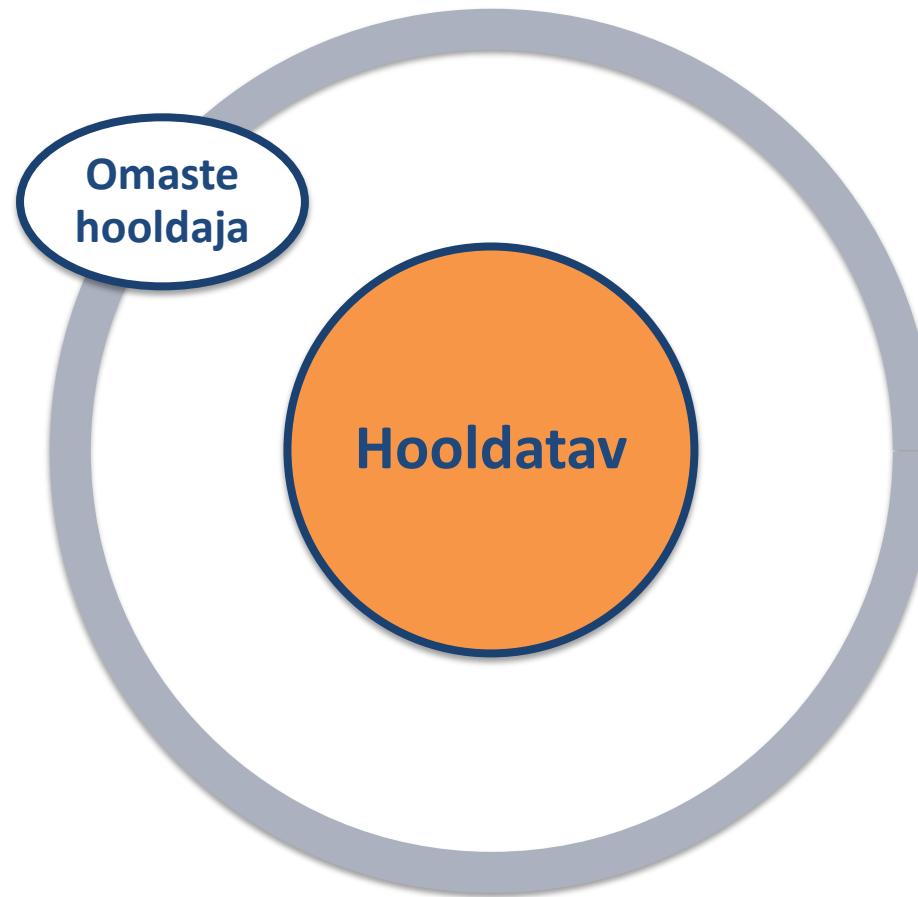


Pere, töö ja hooldus

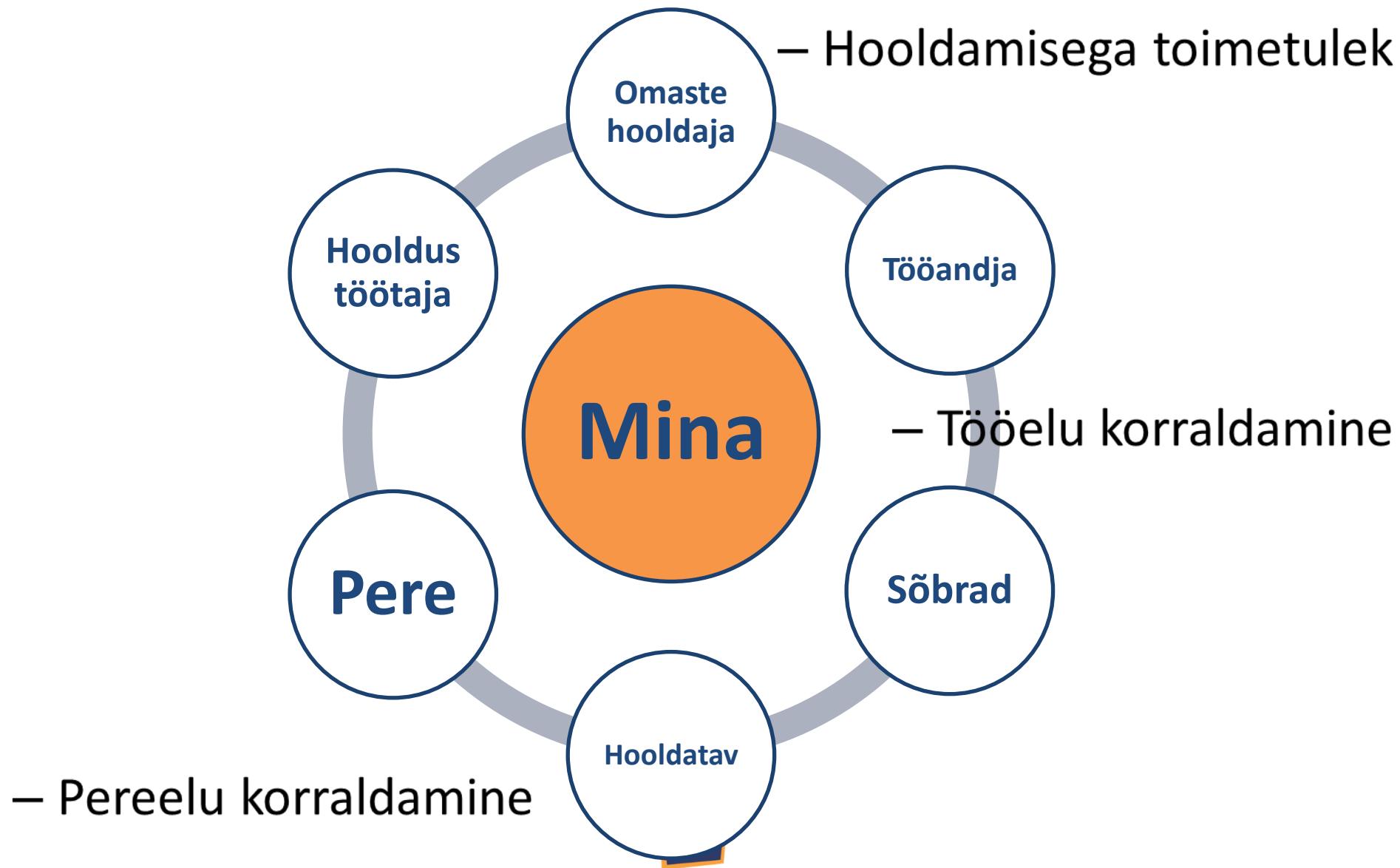


Pere, töö ja hooldus

– Hooldamisega toimetulek



Pere, töö ja hooldus



Diskusioon, tagasiside



TÄNAN KUULAMAST!

MTÜ Eesti Omastehooldus

Kontaktisik: Ivar Paimre

Telefon: +372 53 671 418

E-mail: ivar.paimre@gmail.com

Koduleht: www.omastehooldus.eu

