

GRANDIS XXI. KURRICULUM

IDŐSGONDOZÁS – HÁLÓZATBA KAPCSOLVA

2. SZELLEMI TERMÉK



Tartalom

A KÉPZÉS LEÍRÁSA	3
BEVEZETÉS	3
A KÉPZÉS CÉLJA	4
CÉLCSOPORTOK.....	4
A KÉPESÍTÉS MEGHATÁROZÁSA.....	4
A KÉPZÉS MÓDSZERE	5
MODULOK	5
MODULZÁRÓ FELADATOK ÉS TELJESÍTMÉNYÉRTÉKELÉS	5
ÉRTÉKELÉS	5
1. MODUL: DIGITÁLIS KÉSZSÉGEK IDŐSGONDOZÓKNAK	6
A MODUL CÉLJA	6
TANULÁSI EREDMÉNYEK.....	6
TÉMÁK.....	8
FELADATOK.....	8
1. feladat.....	8
2. feladat.....	9
3. feladat.....	10
4. feladat.....	11
2. MODUL - AKTÍV IDŐSÖDÉS.....	13
A MODUL CÉLJA	13
TANULÁSI EREDMÉNYEK.....	13
TÉMÁK.....	14
FELADATOK.....	14
1. feladat.....	14
3. MODUL – TECHNOLÓGIÁK.....	16
A MODUL CÉLJA	16
TANULÁSI EREDMÉNYEK.....	16
TÉMÁK.....	16
FELADATOK.....	16
1. feladat.....	16
4. MODUL: VIRTUÁLIS KÖZÖSSÉGEK.....	18
A MODUL CÉLJA	18
TANULÁSI EREDMÉNYEK.....	18
TÉMÁK.....	18
FELADATOK.....	19
1. feladat.....	19

A KÉPZÉS LEÍRÁSA

BEVEZETÉS

A 21. századi Európában az emberek tovább élnek, és egészségesebben, mint valaha. Ez hatással van a népesség demográfiai összetételére, nő az idősek aránya. Egy ideig az idősek többsége egészséges és nem szenved komoly betegségben, az idő előre haladtával azonban megnő a krónikus betegség kialakulásának valószínűsége, és előbb-utóbb segítségre szorulhatnak.

Az egyes országok különböző megoldásokat részesítenek előnyben az idősgondozás területén, a családi/közösségi gondoskodás, a házi segítségnyújtás és bentlakásos intézmények egyedi kombinációival. Az viszont általánosan elfogadott, hogy minél kisebb a külső beavatkozás, annál jobb, vagyis a bentlakásos intézményeket azok számára kell fenntartani, akik napi 24 órában igénylik a gondoskodást.

Az egészséges idősek számának növekedése nyomán a társadalomra és a szociális intézményekre hárul annak a terhe, hogy minél tovább biztonságban és jó egészségben tartsa őket. A legelőnyösebb megoldás, ha elősegítjük, hogy az idősek saját otthonukban, önállóan élhessenek, minimális segítséggel. A családok (informális gondozók) az esetek többségében ennek nagy részét magukra vállalják, de a munka és a gyerekgondozási teendők miatt korlátozott az idejük. Ezáltal a szociális gondozók (formális, képzett gondozók) iránti igény egyre nő, a kínálat azonban ezzel nem tud megfelelően lépést tartani. A megnövekedett kereslet és az idősgondozók hiánya a bentlakásos intézmények vonatkozásában is hasonlóan alakul.

Az idősgondozásban figyelembe kell venni azt is, hogy a gondozottaknak társaságra, társas kapcsolatokra is szükségük van ahhoz, hogy mentális egészségüket meg tudják őrizni, ami fontos az egyedül élő idősek fizikai leépülésének megelőzésében.

A szociális gondozók hiányát lehet enyhíteni például azáltal, hogy kihasználjuk az egyre növekvő számú IKT megoldás, távgondozási rendszer nyújtotta lehetőségeket. A társadalmi részvétel ugyancsak biztosítható a megfelelő közösségi oldalak használatával. Ezekkel tudjuk támogatni a gondozók munkáját, és lehetővé tenni, hogy idejük nagy részét a személyes kapcsolatoknak szentelhessék.

A folyamatosan fejlesztett IKT alapú távgondozási rendszerek kifinomultsága lehetővé tenné ugyan ezt a megközelítést, de alig van olyan gondozó, aki hatékonyan képes ezeket kezelni, és meg tudja tanítani magukat az időseket is az önálló használatra. Ez a legnagyobb akadálya a távgondozási rendszerek széleskörű elterjedésének. Ehhez hozzájárul még, hogy a képzési programok hiányosak, az idősgondozói képzés nem terjed ki az alábbiakra:

1. az új demográfiai helyzet, amelyben egyre többen igényelnek segítséget a saját otthonukban történő, aktív idősödés folyamatában

2. IKT alapú rendszerek, alkalmazások és szolgáltatások, melyek lehetővé tennék, hogy ne kizárólag a gondozókra kelljen támaszkodni
3. azon készségek, melyek a távgondozási rendszerek használatához, az időseknek való betanításához szükségesek
4. a szociális gondozásban alkalmazható közösségi oldalak ismerete, virtuális közösségek létrehozásának és működtetésének képessége

A KÉPZÉS CÉLJA

A képzés egy modulrendszerű, kompetencia-alapú program, formális és informális gondozók számára. Célja, hogy a gondozókat megismertesse a gondozás területén tapasztalható újszerű megközelítésekkel, igényekkel, és hogy ezen igényekre választ adjon olyan különféle e-egészségügyi technológiák és okos eszközök bemutatásán keresztül, mint amilyenek például a tevékenységfigyelő karkötők, a mozgás érzékelők, vagy az otthoni távdiagnosztikai készülékek. A résztvevőknek haladó szintű ismereteket nyújt az e-egészségügy területéről, és személyre szabott digitális kompetenciákat fejleszt annak érdekében, hogy az IKT eszközök lehető legtöbb előnye hasznosulhasson a gondozói munka során.

A képzés innovatív, gyakorlat-orientált módon valósul meg és mint ilyen, az idősgondozói szakképzés kiegészítő képzésének tekinthető. Fejleszti a gondozók digitális készségeit, felkészítve őket arra, hogy hatékonyan tudják kezelni az IKT alapú távgondozási rendszereket és webes kommunikációs eszközöket, melyek biztosítják az interneten keresztül történő kapcsolattartást az önálló életvitelt folytató idősekkel.

A kurzus gyakorlatias, interaktív, esettanulmányokkal és projekt munkával tarkított.

CÉLCSOPORTOK

1. Szakképzésben tanuló, idősgondozói pályára készülő diákok
2. Idősgondozási feladatok ellátására készülők (pl. nyugdíjasok)
3. Szakképzett gondozók
4. Informális gondozók, akik családtagjaik hosszútávú gondozásában érintettek

Megjegyzés: *A Grandis kurzus elvégzéséről kiállított bizonyítvány nem jogosít fel a szakképzett gondozóként való munkavállalásra.

A KÉPESÍTÉS MEGHATÁROZÁSA

A képzési tematikája és tananyaga illeszkedik az Európai Unió oktatási ajánlásaihoz: a Digitális Kompetencia Keretrendszerhez 2.1 (DigComp 2.1), az Európai Szakoktatási és Szakképzési Kreditviteli rendszerhez (ECVET) és az Európai Képesítési Keretrendszer (EQF) nemzeti változataihoz.

A továbbképzés az EQF, illetve magyar képesítési keretrendszer (MKKR) szerinti 5. szintjének feleltethető meg. A képzés 5 ECTS kredittel egyenértékű, azaz legalább 125 tanórát igényel.

A képzés időtartama a résztvevők előképzettségétől és a képzési formától függően eltérő lehet . (Egy lehetséges példa erre: kontakt képzés keretében 5 hét, napi 6 óra, 4 óra oktatás és 2 óra önálló tanulás vagy csoportmunka.)

A KÉPZÉS MÓDSZERE

A képzés online zajlik, de az anyagok szükség esetén rendelkezésre állnak személyes részvételt igénylő, tanár által vezetett kurzushoz is.

MODULOK

- modul: Digitális készségek gondozóknak (10%)
- modul: Aktív és egészségben történő idősödés (20%)
- modul: Az idősgondozásban alkalmazható technológiák (40%)
- modul: Virtuális közösségek (30%)

MODULZÁRÓ FELADATOK ÉS TELJESÍTMÉNYÉRTÉKELÉS

A résztvevők teljesítményét az alábbi összetevők értékelése alapján állapítjuk meg:

1. A modulokhoz tartozó fórum beszélgetésekben, valamint az online együttműködésben tanúsított aktivitás.
2. A 2., 3., és 4., modulok pontozott zárófeladatainak megoldása.

ÉRTÉKELÉS

100 pontot lehet szerezni összesen

- M1 - nem pontozzuk
- M2 - 20 pont
- M3 - 35 pont
- M4 - 35 pont
- Fórum aktivitás: 10 pont

A modulzáró feladatokat és a fórum aktivitást a mentor értékeli.

A kurzus sikeres teljesítésének feltétele minimum 75%-os teljesítmény.

1. MODUL: DIGITÁLIS KÉSZSÉGEK IDŐSGONDOZÓKNAK

A MODUL CÉLJA

A modul segíti a résztvevőket abban, hogy felmérjék jelenlegi digitális készség szintjüket az Európai Unió Digitális Kompetencia Keretrendszeréhez viszonyítva. Feltételezzük, hogy a résztvevők rendelkeznek alap számítógépezési ismeretekkel, így a modul tananyagának feldolgozása nem kötelező azon résztvevők számára, akik a kötelező online feladatokat sikeresen teljesítik.

Rendelkezésre állnak gyakorló feladatok, ezen felül az egyes témák végén található, kötelező összetett feladatok sikeres megoldása a 2. modul megkezdésének feltétele.

TANULÁSI EREDMÉNYEK

A modul során a résztvevők értékelik saját digitális készségeiket, és az esetlegesen feltárt hiányosságokat a tananyag feldolgozása során tudják pótolni. A modulban olyan digitális eszközökre, alkalmazásokra, megoldásokra találhatók példák, amelyekkel a gondozók a mindennapi munkájuk során gyakran találkozhatnak. A tananyag áttanulmányozását követően konkrét feladatok megoldása során tudják bizonyítani az adott készségek elsajátítását.

A tanulási eredmények a DigComp 2.1 (digitális kompetencia keretrendszer) első négy kompetencia területéhez kapcsolódnak, az alábbiak szerint:

1. Információ és adatkezelés

A résztvevők:

- Meg tudják fogalmazni információ szükségleteiket, megtalálnak adatokat, információkat, tartalmakat digitális környezetben, navigálnak a források között, személyes kereső stratégiákat alkalmaznak.
- Össze tudják hasonlítani és értékelni tudják különböző források hitelességét, megbízhatóságát. Elemezni, értelmezni és értékelni képesek adatokat, információkat és digitális tartalmakat.
- Képesek megszerezni, feldolgozni, tárolni és visszakeresni adatokat, információkat és tartalmakat strukturált módon, digitális környezetben.

2. Kommunikáció és együttműködés

A résztvevők képesek lesznek:

- Különböző digitális technológiákon keresztül kapcsolatot teremteni, az adott helyzetben helyénvaló digitális kommunikációs eszközöket felismerni.

- Adatot, információt és digitális tartalmat másokkal megosztani. Idézeteket felhasználni, referenciákat megjelölni, szerzői jogi és licenc szabályokat alkalmazni, új információt integrálni a már meglévő tartalomba.
- Részt venni a társadalomban közösségi és magán digitális szolgáltatások használata révén. Megtalálni a lehetőséget az önkifejezésre a megfelelő technológiák által.
- Együttműködésre, közös tartalom készítésre alkalmas digitális eszközöket és technológiákat használni.
- A digitális környezetben való kapcsolattartás során alkalmazandó viselkedési normákat megfelelően alkalmazni, a kommunikációs stratégiájukat a célközönség igényeit szem előtt tartva alakítani, figyelembe véve a kulturális és generációs különbségeket
- Egy vagy több digitális személyazonosságot létrehozni és kezelni, saját jó hírnevét megvédeni.

3. Tartalomkészítés

A résztvevők:

- Különböző formátumú digitális tartalmakat tudnak létrehozni és módosítani, ezáltal önmagukat kifejezni digitális eszközök segítségével.
- Képesek lesznek információt és tartalmat módosítani, finomítani, továbbfejleszteni és integrálni egy már meglévő tudásanyagba, ezáltal új, eredeti és a célnak megfelelő tartalmat és tudást létrehozni.
- Tudják, hogy a szerzői jogi védelem és a licencek hogyan alkalmazandók adatokra, információkra és digitális tartalmakra.

4. Biztonság

A résztvevők:

- Képesek lesznek megvédeni eszközeiket és digitális tartalmaikat, és felmérni a digitális környezettel járó kockázatokat és veszélyeket. Ismerik a biztonsági és védelmi irányelveket, tiszteletben tartják mások magánéletét.
- Képesek lesznek személyes adataik védelmére digitális környezetben. Megértik, hogyan lehet felhasználni és megosztani személyes adatokat úgy, hogy maguknak és másoknak se okozzanak ezzel kárt. Érteni fogják az online szolgáltatások felhasználási feltételeit.
- El tudják kerülni a technológiák használatával összefüggésbe hozható fizikai és pszichológiai egészséget veszélyeztető tényezőket. Meg tudják védeni magukat és másokat digitális környezetben fellépő esetleges veszélyekkel szemben (pl. cyber megfélemlítés). Ismerik a társadalmi jóllétet és társadalmi befogadást elősegítő digitális technológiákat.
- Megismerik a digitális technológiák környezetünkre gyakorolt hatásait.

TÉMÁK

1. Információ és adatkezelés

- 1.1 Böngészés, keresés és információ szűrése
- 1.2 Információk értékelése
- 1.3 Információk tárolása és visszanyerése

2. Kommunikáció és együttműködés

- 2.1 Technológia segítségével végzett interakció
- 2.2 Információk és tartalmak megosztása
- 2.3 Online állampolgárság gyakorlása
- 2.4 Digitális csatornákon keresztül folytatott együttműködés
- 2.5 Netikett
- 2.6 Digitális személyazonosság kezelése

3. Tartalom készítés

- 3.1 Tartalomfejlesztés
- 3.2 Tartalmak integrálása és átdolgozása
- 3.3 Szerzői jogok és licenc szabályok

4. Biztonság

- 4.1 Digitális eszközök védelme
- 4.2 Adatok és digitális személyazonosság védelme
- 4.3 Egészségvédelem

FELADATOK

1. FELADAT

Tervezz egy egynapos kirándulást a gondozottjaidnak. Készíts programot, illusztráld képekkel. Néhány szóval jellemezd a fő látnivalókat, kedvcsinálónként. Illessz be egy térképet, amin jelölöd azokat a helyeket, amiket fel fogtok keresni. Adj meg egy (vagy akár több) hivatkozást (linket) másik weboldalakhoz (pl.: ahol további részleteket olvashatnak az adott látnivalóval kapcsolatban).

A leadás módja:

Hozz létre egy mappát a saját neveddel a közös Google Drive-on (elérhetőség: grandiscourse@gmail.com, jelszó: grandis2018). Ide mentsd le a programot egy almappába, aminek ez legyen a neve: Module1_info.

Értesítsd a mentorod, ha elkészültél: Nyomj a Feladat leadása gombra, és írd egy pár soros üzenetet. Térj ki röviden arra, hogy milyennek találtad a feladatot - nehéznek, könnyűnek? Ha voltak közben nehézségek, hogyan kerekedtél felül ezeken?

Értékelési szempontok:

- Motiváló tartalom - **4 pont**
- A stílus és formázás megfelelő az idősöknek - **4 pont**
- Képeket és térképet tartalmaz - **4 pont**
- Hivatkozik másik weboldalra és a link működik - **3 pont**

2. FELADAT**1. rész**

A munkahelyeden több időssel is kapcsolatban vagy. Sokan közülük a kerület távoli részén laknak, így egyre gyakrabban használod IKT eszközöket a velük való kommunikációhoz. Most egyikük gyereke az alábbi problémával fordult hozzád: külföldön vállalt munkát, és a lehető leghatékonyabb módon szeretne a szülőjével kapcsolatban maradni és távolról felügyelni őt.

Javasolj néhány lehetőséget (módszert, eszközt) a kapcsolattartásra, a telefonáláson kívül. Támaszd alá érvekkel a javaslatod: mik lehetnek az előnyei, mik a hátrányai?

2. rész

Egy idős gondozottad meglepetés ajándékként egy utazást kapott a gyermekeitől. Megtudta, hogy útlevelelre lesz szüksége. Segíts neki összeszedni a szükséges információkat, megtervezni a teendőket.

Mutasd meg neki, hogyan tud ügyeket intézni az interneten:

- időpontot foglalni okmányirodába
- a Külügyminisztérium honlapján hivatalos információkat keresni az utazáshoz szükséges dokumentumokról
- az utazást szervező cég honlapján tájékozódni a nyaralás további részleteiről

Valószínűleg szeretne majd képeket megosztani a nyaralás után a barátaival.

Mutass legalább két lehetőséget a képek online megosztására.

A leadás módja:

Készíts egy Word dokumentumot az alábbi fejezetekkel:

1. fejezet - Kapcsolattartási módok

Ajánlj több lehetőséget a kapcsolattartásra, felügyeletre, a telefonáláson kívül. Sorolj fel érveket az ajánlott módszerekkel, eszközökkel kapcsolatban - térj ki az előnyökre, hátrányokra.

2. fejezet - Készülés a nyaralásra

1. Készíts oktatóanyagot a gondozottad számára arról, hogy hogyan tudja igénybe venni az elektronikus közigazgatási szolgáltatásokat (útlevél ügyintézés).
2. Készíts útmutatót (lehetőleg képernyő képekkel) arról, hogy miként talál információt az utazáshoz szükséges dokumentumokról és egyéb tudnivalókról a Külügyminisztérium honlapján. Példaként adj meg két országot - egyet, ahova kell útlevél, egyet, ahova nem.
3. Válassz ki egy nyaralást (ami idősseknek is jó lehet) egy utazási iroda honlapján, és innen tedd bele a dokumentumba a szükséges információkat.
4. Mutass be legalább 2 weboldalt vagy egyéb technológiát, ami képek megosztására alkalmas.

Töltsd fel a kész fájlt ide a portálra ezzel a névvel: *Modul_1_Komm_Neved*

Miközben készíted a dokumentumot, gondolj arra, hogy kinek készíted, és eszerint válaszd meg a stílust.

Értékelési szempontok:

1. rész

- 2-3 megfelelő javaslat a kapcsolattartásra, felügyeletre **4 pont**
- Helytálló érvek a javaslatok mellett és ellenében **6 pont**

2. rész

- Az online közigazgatás folyamatának részletes bemutatása **6 pont**
- A Külügyminisztérium honlapjáról információ szerzés egy olyan országról, ahova kell útlevél, és egy olyanról is, ahova nem **6 pont**
- Egy utazásszervező cég oldaláról letöltött információ egy konkrét nyaralással kapcsolatban **4 pont**
- Képek megosztására alkalmas 2 weboldal vagy technológia rövid bemutatása **4 pont**

Maximális pontszám csak akkor adható, ha a kommunikáció stílusa, formája megfelel a célcsoport igényeinek.

3. FELADAT

1. rész:

a) Rögzítsd be az alábbi adatokat egy **Excel táblázatba**. Rendezd a neveket abc sorrendbe, és egységesítsd a dátumok formátumát. Mentsd el a táblázatot a gépeden, majd küldj e-mailt a mentorodnak és csatold hozzá a táblázatot.

A rögzítendő adatok:

Joseph Right, szül. hely: London, dátum: 25-March-1942

Alex Peterson, Cork, 21-July-1946

Susan Bloom, Chesterfield, 5-December-1950

Peter Star, London, 9th of January, 1951

Hannah Lee, Brighton, 26-June-1948

Paul Miller, London, 6-August-1948

Mary Ann Carpenter, Liverpool, 8th Sep 1949

b) Készíts egy **online űrlapot** (ehhez a Google Űrlapot ajánljuk, de mást is használhatsz) a következő célra:

Eseményt szervezel. Az űrlapon megkérdezed a kitöltő nevét, felajánlsz 3 lehetséges dátumot ami közül választhat, adsz lehetőséget hogy megjegyzést írjon - ez mindenképpen legyen benne, de nyugodtan kibővítheted egyéb elemekkel is ha szeretnéd.

Oszd meg az űrlap linkjét a mentoroddal, majd, ha ő kitöltötte, nézd meg mit válaszolt.

2. rész:

Szülinapi ünnepséget tervezel. Készíts egy kis zenés invitáló videót az időseknek ehhez az eseményhez. Töltsd fel a videót a YouTube-ra, és a linkjét itt a portálon a feladat feltöltésekor add meg a mentorodnak.

A leadás módja:

Excel táblázat a mentornak közvetlenül küldött e-mailhez csatolva.

Az űrlap linkjének megosztása a mentorral.

A **Feladat feltöltése** gomb megnyomása után felugró ablakba a videó YouTube linkjének bemásolása.

Értékelési szempontok:

- 1. rész - **10 pont** az űrlapért, **10 pont** az Excel táblázatért.
- 2. rész - **20 pont**

4. FELADAT

1. részfeladat

Magyarázd el egy idős embernek, hogyan ismerhető fel a levélszemét (spam).

Ellenőrizd a saját Spam mappádat.

Készíts képernyőképet egy spam-ről.

Emelj ki néhány tipikus jellemzőt, ami alapján felismerhető (főleg egy idős ember számára) egy üzenetről, hogy az spam.

2. részfeladat

Mutasd be a digitális világ veszélyeit.

Ossz meg egy történetet (nevek nélkül) ami Veled vagy egy gondozottaddal történt meg, és ami kapcsolódik a Biztonság fejezetben érintett témák valamelyikéhez. mutasd be a szituációt: mit vett észre a felhasználó, milyen lépéseket tett. Összegzésül írd le, hogy mi lenne egy ilyen helyzet esetén a legcélszerűbb teendő, mit kellene máshogy csinálni egy hasonló helyzetben legközelebb.

Leadás módja:

Töltsd fel az elkészített Word fájlt erre a felületre ezzel a névvel: *biztonság_Neved*.

Értékelési szempontok:

1. rész - 5 pont

Egy levélszemétről képernyőkép beillesztése.

Legalább 3 jellemző felsorolása.

2. rész - 10 pont

Az eset leírása érthető, világos.

A téma kapcsolódik az IT biztonsághoz.

Javaslatokat tartalmaz a bemutatott szituáció hatékony kezelésére.

2. MODUL - AKTÍV IDŐSÖDÉS

A MODUL CÉLJA

Napjainkban már senki nem vonja kétségbe, hogy a demográfiai változásoknak hosszú távon gazdasági, költségvetési és társadalmi hatásai egyaránt jelentkeznek.

A modul célja, hogy tudatosítsa a világszerte idősödő társadalom fenntarthatóságával kapcsolatos kihívásokat. Áttekintést nyújt a demográfiai változások társadalmi és gazdasági hatásairól, bemutatva olyan stratégiákat, melyeket az egyes kormányok fejlesztettek ki a globális kihívások kezelésére. A résztvevők megismerkednek az idősödés újfajta megközelítésével, az "aktív idősödés", a saját lakókörnyezetben való életvitel fogalmával, valamint az integrált gondozás új paradigmájával, ami az öngondoskodáson és a jóléten keresztül az egészséges idősödést és a független, önálló életvitelt népszerűsíti.

Bemutatja mindazon szereplők feladatait, akik idősek szociális és egészségügyi gondozásában vesznek részt, működnek együtt (rokonok, orvosok, ápolók, formális és informális gondozók), és az infokommunikációs technológiákban (IKT) rejlő lehetőségeket, melyek célja a gondozók tehermentesítése és az idősek alapvető emberi szükségleteinek (mint például a társadalmi és egészségügyi biztonság) kielégítése.

Végül, a modul zárásaként a gondozókról való gondoskodás fontosságáról és ennek lehetséges módjairól tájékozódhatnak a résztvevők.

TANULÁSI EREDMÉNYEK

A modul sikeres teljesítését követően a résztvevők képesek lesznek:

- A demográfiai változások hátterét megmagyarázni, tényekkel, számadatokkal alátámasztva;
- Az idősödő társadalom következményeit, kihívásait felvázolni;
- Felsorolni az idősödéssel kapcsolatos stratégiák és népesedési politikák kulcs elemeit (Az önálló életvitel minőségét javító eszközrendszerek alkalmazása (Ambient Assisted Living), Aktív és egészséges idősödés);
- Megérteni a hálózati technológiákban rejlő lehetőségeket a jövőbeni gondozási és egészségügyi ellátás szempontjából;
- Megindokolni az idősek megítélésével kapcsolatos új paradigma fontosságát;
- Bemutatni azokat a szükségleteket és igényeket, amelyek a gondozás területén a jövőben fel fognak merülni.
- Értelmezni az integrált gondozás fogalmát;
- Felvázolni azokat a kihívásokat, melyekkel a gondozók szembesülnek; megérteni, hogyan kerülhető el a kiégés, és mit jelent a "gondozókról való gondoskodás"

TÉMÁK

- Demográfiai változások
- Aktív idősödés
- Milyenek látjuk az időseket?
- Gondoskodás a gondozókról

FELADATOK**1. FELADAT**

Válassz egyet az alábbi öt témakör közül, és írd le a hazai, illetve a saját tapasztalataidat az alábbi kérdések mentén:

I. Indokold meg, hogy miért ezt a témakört választottad!

II. Válaszolj a kiválasztott témakörhöz feltett kérdésekre!

1. Aktív idősödés

- Létezik Magyarországon ilyen program? Van erre vonatkozó útmutatás, program a munkahelyeden, a környezetemben? Tapasztalsz szándékot az aktív életre a gondozottak körében?

2. Ezüstgazdaság

- Létezik Magyarországon ezüstgazdaság? Valóban új piacot jelentenek az idős emberek pl. a turizmusban, egészségmegőrző eszközök vásárlásában? Ha igen, mi a tapasztalatod, ha nem miért nem?

3. Idős emberekkel kapcsolatos előítéletek

- Jogos, hogy a 65 évnél idősebb emberekkel általában a szellemi és fizikai állapot gyengüléséről beszéljünk? Tapasztalataid szerint vannak itthon előítéletek az idősekkel szemben?

4. Okos eszközök az idősgondozásban

- Milyen digitális eszközök használatosak az idősek gondozásában a munkahelyeden, családban? Mennyire elterjedt ez Magyarországon? Tudsz olyan digitális eszközről (pl. vérnyomás, vércukorszint mérésre), amely egy orvosok által felügyelt központba küldi az adatokat? Igénylik, meg tudják fizetni az idősek a távfelügyeletet?

5. Internethasználat a gondozottak körében

- 10 gondozott közül átlagosan hányan csatlakoznak a 65 év feletti gondozottak közül az internetre (számítógéppel, táblagéppel, okos telefontal) a környezetemben? Mi a

legjellemzőbb tevékenységük (Facebook, hírolvasás, filmnézés, kapcsolat a gyerekekkel stb.)? Segít az internet-kapcsolat az elmagányosodás ellen? Szerinted igaz, hogy lassan az idősek körében is beszélhetünk függőségről?

III. Írj legalább egy hivatkozást hazai szakmai cikke, internetes forrásra, amely az általad kiválasztott témakörhöz kapcsolódik!

Terjedelem: hozzávetőlegesen egy A/4-es oldalnyi.

A beadás módja: Fájl feltöltése keretrendszerbe.

Határidő: 2019. június 5.

Értékelési szempontok:

- A témakör kiválasztásának indoklása: 4 pont
- A tapasztalatok bemutatása: 12 pont
- Legalább egy hivatkozás: 4 pont

Összesen: 20 pont

A feladatot a mentor értékeli

3. MODUL – TECHNOLÓGIÁK

A MODUL CÉLJA

A modul célja, hogy bemutasson nemzetközileg és helyi szinten az idősgondozásban alkalmazott/alkalmazható digitális eszközöket és alkalmazásokat, a teljesség igénye nélkül.

TANULÁSI EREDMÉNYEK

A modul végére a résztvevők megismerkednek néhány távgondozásban használatos eszközzel, alkalmazással, melyek között szerepelnek világszerte ismertek és speciálisan helyi fejlesztésűek is.

Képesek lesznek ezeket az eszközöket az idősek igényei alapján értékelni, és meg tudják tanítani ezek használatát a gondozottaknak, valamint támogatást tudnak nekik nyújtani használat közben.

TÉMÁK

- Világszerte elérhető eszközök és alkalmazások
- Helyi szinten beszerezhető eszközök és applikációk az alábbi kategóriákban:
 1. Biztonság
 2. Kommunikáció
 3. Egészség, jólét
 4. Tanulás

FELADATOK

1. FELADAT

1. rész:

Tölts le egy kommunikációra alkalmas applikációt az okostelefonodra vagy tabletedre. Ezután készíts egy képernyőképet az eszközödről, amelyen látszik a letöltött app ikonja a kezdő képernyőn. Az így elkészített képernyőképet illeszd majd bele az elkészítendő Word dokumentumba.

Egy kis segítség a képernyőkép készítéshez:

- [Android-os telefonon](#)
- iPhone-on: Nyomd meg a készülék jobb oldalán található gombját, majd a fénykép készítő nagy kerek gombot alul. Egy hang jelzi a kép elkészültét, és a kép bekerül a Fotók közé.

2. rész:

Az alábbi opciók közül egyet válassz, azt dolgozd ki maximum egy A/4 oldalnyi terjedelemben, Word formátumban, és töltsd fel erre a felületre (ld. A beadás módja).

"A" opció

Válassz egy eszközt vagy alkalmazást azok közül, amiket a modulban bemutattunk és amit hasznosnak találsz.

Elemezd a funkcióit, előnyeit - mit nyújthat az időseknek és a gondozóknak.

"B" opció

Ha már használtad valamelyik eszközt a modulban bemutatottak közül, **oszd meg a tapasztalataidat**.

A beadás módja:

A megoldást egy **Word dokumentumban készítsd el**.

Az 1. résznél illeszd be az elkészített képernyőképet.

A 2. résznél a két felkínált lehetőség közül dolgozd ki az egyiket, maximum egy A/4 oldalnyi terjedelemben.

Ha készen vagy, kattints a "Feladat feltöltése" gombra, majd **töltsd fel** az eszközödről az előre elkészített dokumentumot.

A végén kattints a "Módosítások mentése" gombra.

Értékelési szempontok:

- Alkalmazás letöltése, képernyőkép készítése és beillesztése: 15 pont
- A tananyagból kiválasztott és/vagy már használt eszköz előnyei - az idősek szempontjából: 10 pont
- A tananyagból kiválasztott és/vagy már használt eszköz előnyei - a gondozó szemszögéből 10 pont

Összesen: **35 pont**

4. MODUL: VIRTUÁLIS KÖZÖSSÉGEK

A MODUL CÉLJA

A **modul célja** bemutatni, hogy miként tud az **IKT** (információs és kommunikációs technológia) **hozzájárulni** ahhoz, hogy az idősök kapcsolatot teremtsenek, és tartsanak fenn a barátaikkal, családtagjaikkal és a gondozói hálózattal. A cél, hogy **fenntartsuk és növeljük az önállóságukat**, valamint a fizikai, kognitív, mentális és társadalmi jólétüket.

Az idősödés gyakori velejárójának tartják azt a jelenséget, hogy az idős embernek, de gyakran a gondozójának is, kevesebb lehetősége van a közösség életében részt venni. Ez társadalmi elszigetelődéshez, kirekesztettséghez vezethet, ami aggodalomra ad okot. Ugyanakkor egyre több bizonyíték utal arra, hogy a helyi közösségben, illetve általában a társadalomban való részvétel számos előnnyel jár, főként az egészségi állapotot, jóllétet tekintve, ami hatással van a megbetegedésekre és elhalálózásra. Ebben tud az új technológia segíteni, **virtuális (online) közösségek létrehozásával**. Ezek összekapcsolják az embereket különféle kommunikációs csatornákon keresztül, amik segítségével tarthatják a kapcsolatot, információt kaphatnak az idősök aktuális állapotáról és szükség esetén segítséget tudnak nyújtani.

TANULÁSI EREDMÉNYEK

A modul sikeres teljesítését követően a résztvevők képesek lesznek

- az idős gondozottak valós és virtuális **hálózatát áttekinteni, kialakítani és fenntartani**;
- biztosítani a gondozottak aktív idősödését és alapvető emberi szükségleteik kielégítését;
- **feltérképezni** az idősök jelenlegi kapcsolatait és **kiválasztani a megfelelő eszközöket** (valós idejű vagy virtuális) amelyekkel fenntartható és továbbfejleszhető a szociális hálójuk;
- megérteni a virtuális közösségek fogalmát, azok különböző formáit, és a hozzájuk kapcsolódó **előnyöket, hátrányokat**;
- közösségi hálókat létrehozni és **magabiztosan használni** a kapcsolódó **alkalmazásokat**, beleértve új felhasználói fiók létrehozását, bejelentkezést, posztolást (szöveg, kép, videó), csoport létrehozását, csoporthoz való csatlakozást, kontaktok kezelését, valamint közösségi média alkalmazások telepítését különféle eszközökre (pl. tablet, mobiltelefon);
- kiaknázni egyes alkalmazásokban rejlő lehetőségeket, melyekkel csoportos beszélgetéseket, akár konferenciákat lehet szervezni, ahol a résztvevők beszélhetnek, írásos anyagokat oszthatnak meg egymással egy virtuális megbeszélés keretein belül.

TÉMÁK

- Alapvető emberi szükségletek
- Közösségi hálózatok elemzése (esettanulmányokkal)
- A közösségi média szerepe az idősgondozásban

- Alkalmazások (Facebook, WhatsApp, Blogger)

FELADATOK

1. FELADAT

1. rész

Válassz ki egyet a gondozottjaid vagy idős családtagjaid/ismerőseid közül, és vázold fel a **kapcsolati hálóját** (készítheted szabadkézzel is, ez esetben szkenneld be vagy fényképezd le és úgy illeszd be a dokumentumba). Mutasd be, hogy jelenleg milyen eszközöket, technológiákat használ a kapcsolattartáshoz.

Röviden elemezd a mostani kapcsolati hálóját - erős vagy gyenge, eléggé stabil vagy sem. Adj javaslatot a háló lehetséges továbbfejlesztésére, és technológiákat, amik a virtuális kapcsolatok fenntartását, továbbfejlesztését segíthetik.

Értékelési szempontok:

- Kapcsolati háló térképe: **6 pont**
- Elemzés: **5 pont**
- Fejlesztési javaslatok: **4 pont**

2. rész

Gondozottjaiddal vagy idős családtagoddal, ismerősséddel végezz egy kísérletet, melynek során kipróbáltok egy eszközt vagy alkalmazást, ami a képzésben bemutatásra került. Néhány gondolatébresztő ötlet:

- segíthetsz nekik Facebook fiókot létrehozni, és ismerősöket keresni, vagy
- megtaníthatod őket a skype használatára és felhívhattok azon keresztül egy családtagot;
- készíthettek együtt e-mail fiókot és megtaníthatod a használatát;
- ha van okostelefonja, letölthetitek a WhatsApp-ot és megtaníthatod a használatát;
- ha már használják az internetet, mutathatsz neki új lehetőségeket a további kapcsolatépítésre, online tanulásra stb.;
- létrehozhatok egy zárt csoportot a gondozottjaidnak, abban kommunikálhatsz velük, majd összegezheted ennek a tapasztalatait.

Természetesen bármi egyéb téma is szóba jöhet, a lényeg, hogy vond be az időseket, és legyen valami kapcsolódási pont a kurzus fő témáinak egyikéhez (technológia, virtuális közösségépítés).

Értékelési szempontok:

A kísérlet értékelése a Word sablonban megadott szempontok alapján **20 pont**

Összesen: **35 pont**

A beadás módja:

Az **1. rész** megoldását egy **Word dokumentumban** készítsd el, ebbe szúrd bele képként a kapcsolati hálót.

A **2. résznél** használd a **csatolt Word sablont**, és az abban szereplő szempontok, kérdések alapján foglald össze a tapasztalataidat (töltsd le a sablont a gépedre, írd bele a válaszaidat).

Copyright: Grandis Consortium, 2018