



## Šta je potrebno starijim osobama u izolacija

- Hitno je potrebno za neke starije osobe **adaptirati usluge pomoći u kući** u skladu sa njihovim potrebama vodeći računa o bezbednosti i starije osobe i pružaoca usluga;
- Zdravstvene potrebe starijih treba da budu adekvatno zadovoljene tokom trajanja epidemije. Ovo obuhvata **pristup esencijalnim lekovima** (na primer vezanim za tretman njihovog dijabetesa, karcinoma, bolesti bubrega, HIV-a itd.), i u adekvatno vreme Obezbediti starijim osobama sa niskim nivoom socijalne sigurnosti **pelene za odrasle**. *U budućnosti telemedicina, kao i korišćenje medicinskih usluga putem interneta mogu biti korisni u ovakvim situacijama, ova situacija treba da nam bude motivacija za početak ovakvih usluga i edukaciju sadašnjih starijih, ali i budućih;*
- Obezbediti **finansijsku sigurnost** starijih i **zaštitu** od potencijalnih finansijskih prevara i ekonomskog nasilja;
- Zaštiti starije od diskriminacije i nasilja tokom trajanja vanrednog stanja otvoriti **SOS telefon** samo za starije osobe žrtve nasilja;
- Starijima treba dati informacije o situaciji, jasnim, jednostavnim jezikom, **pogotovo vezano za to kako sami mogu da doprinesu smanjenju rizika od infekcije;**
- Iako **demencija** nije sastavni deo starenja izvestan broj starijih boluje od neke forme demencije i potrebno **je voditi računa kakve vrste usluga i podrške** su im je potrebne i kako formulirati informaciju za ovu grupu ljudi;

# COVID-19

#OstaniKodKuće



**OPERI**  
ruke temeljno  
i često



**NE DODIRUJ**  
oči, nos i usta  
sa nečistim rukama



**POKRIJ**  
usta prilikom  
kašljanja i kihanja



**OČISTI**  
površine sa kojima  
si često u kontaktu



**NE PRILAZI**  
zadrži odstojanje  
od druge osobe



- Starije osobe koje su u izolaciji zbog potencijalne infekcije ili koje su potvrđeno inficirane treba da imaju **istinite, jasne, uvremenjene informacije** o faktorima rizika kao i o svojim izgledima za oporavak.
- Starijima je potrebna **emocionalna podrška** kroz neformalne mreže, prevashodno porodice, ali i podrška od strane profesionalaca iz oblasti mentalnog zdravlja. Ona se može organizovati online ili telefonski.
- Starijima treba pokazati **jednostavne vežbe** koje mogu da rade samostalno kod kuće, dok su u izolaciji, što će im pomoći da održe pokretljivost i smanje dosadu kao i redovne **savete za ishranu, unošenje tečnosti, vežbe meditacije i socijalno povezivanje u virtualnoj sferi ili telefonskoj komunikaciji sa okolinom.**
- Potrebno je u većoj meri **koristiti radio i televiziju za informacije o tome kako unaprediti mentalno zdravlje,**
- Potrebno je u većoj meri **koristiti radio i televiziju za informacije putem kratkih video klipova o tome kako sprovesti mere zaštite i samozaštite** (stavljanje maske i njeno trajanje, zašto je važno korišćenje rukavica, kakva dezinfekciona sredstva koristiti za ruke, kakva za radne površine). Pri tome voditi računa da ne koristimo ni rečnik ni vizuelni izgled koji je diskriminatorski.
- **Edukovati članove porodice** za aktivnosti nege putem video klipova ili vodiča i promovisati ih preko društvenih mreža, ali i radija i televizije.
- **Usluge predaha** tako da se što više oslanjaju na tehnologiju koja može da zameni direktan kontakt (korišćenjem aplikacija za komuniciranje poput WeChat ili WhatsApp, zoom) a kojom će se pružiti obuka i saveti članovima porodice koji se o starijima staraju kod kuće. Ovde treba dodati i obuku iz psihološke prve pomoći za porodične negovatelje;

# COVID-19

#OstaniKodKuće



**OPERI**  
ruke temeljno  
i često



**NE DODIRUJ**  
oči, nos i usta  
sa nečistim rukama



**POKRIJ**  
usta prilikom  
kašljanja i kihanja



**OČISTI**  
površine sa kojima  
si često u kontaktu



**NE PRILAZI**  
zadrži odstojanje  
od druge osobe



Црвени крст Србије  
Red Cross of Serbia

1876

Info Centar 08.00-15.00h  
(011) 2622.965 / 2624.144  
[www.redcross.org.rs](http://www.redcross.org.rs)

# COVID-19

#OstaniKodKuće



**OPERI**  
ruke temeljno  
i često



**NE DODIRUJ**  
oči, nos i usta  
sa nečistim rukama



**POKRIJ**  
usta prilikom  
kašljanja i kivanja



**OČISTI**  
površine sa kojima  
si često u kontaktu



**NE PRILAZI**  
zadrži odstojanje  
od druge osobe