



*Bestfriends*

*Best Friends* ενάντια στις ηλικιακές διακρίσεις –  
Διαγενεακά εργαστήρια μεταξύ ενηλίκων μεγαλύτερης ηλικίας και παιδιών  
για την εξάλειψη της απομόνωσης των ενηλίκων μεγαλύτερων ηλικιών και  
την υποστήριξη της κοινωνικής τους ένταξης

## ΕΥΡΩΠΑΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ

# Για την διαγενεακή μάθηση και την κοινωνική ένταξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας

Με συγχρηματοδότηση από το  
πρόγραμμα «Erasmus+»  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΚΑ2-Συνεργασία για την καινοτομία και την ανταλλαγή καλών πρακτικών  
ΚΑ204- Στρατηγικές συμπράξεις για την εκπαίδευση ενηλίκων  
Αριθμός έργου: 2020-1-UK01-KA204-079111

**BESTFRIENDS** ενάντια στις ηλικιακές διακρίσεις -

- Διαγενεακά εργαστήρια μεταξύ ενηλίκων μεγαλύτερης ηλικίας και παιδιών για την εξάλειψη της απομόνωσης των ενηλίκων μεγαλύτερων ηλικιών και την υποστήριξη της κοινωνικής τους ένταξης

## **ΕΥΡΩΠΑΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ**

**Για την διαγενεακή μάθηση και την  
κοινωνική ένταξη των ατόμων  
μεγαλύτερης ηλικίας**

KA2-Συνεργασία για την καινοτομία και την ανταλλαγή καλών πρακτικών

KA204- Στρατηγικές συμπράξεις για την εκπαίδευση ενηλίκων

Αριθμός έργου: 2020-1-UK01-KA204-079111

## Πίνακας περιεχομένων

Το έργο .....	3
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	5
ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΛΑΙΣΙΟΥ .....	8
Δημογραφικές τάσεις .....	8
Κοινωνική ενσωμάτωση .....	9
Υπηρεσίες .....	12
Διαγενεακές Πολιτικές .....	15
Ηλικιακές διακρίσεις .....	17
ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΩΝ ΗΛΙΚΙΩΝ .....	20
Βασικές ανάγκες και δεξιότητες .....	20
Εκπαιδευτικές προσεγγίσεις .....	26
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ .....	29
Επαγγελματικές δεξιότητες και τυπικά προσόντα .....	29
Δυσκολίες και ανάγκες .....	32
ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ .....	36
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ .....	47
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....	50

## Το έργο

Το έργο «BEST FRIENDS ενάντια στις ηλικιακές διακρίσεις – Διαγενεακά εργαστήρια μεταξύ ενηλίκων μεγαλύτερης ηλικίας και παιδιών για την εξάλειψη της απομόνωσης των ενηλίκων μεγαλύτερων ηλικιών και την υποστήριξη της κοινωνικής τους ένταξης» υλοποιείται με τη συγχρηματοδότηση του Προγράμματος Erasmus + (KA2: Στρατηγικές Συμπράξεις | Εκπαίδευση Ενηλίκων) και στοχεύει στην αντιμετώπιση της κοινωνικής απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών μέσω της ανάπτυξης ενός καινοτόμου εκπαιδευτικού προγράμματος για εργαζομένους/εθελοντές που απασχολούνται στον τομέα παροχής φροντίδας και της συλλογή παιχνιδιών που ενθαρρύνουν την επικοινωνία και μάθηση μεταξύ των γενεών. Το έργο επιδιώκει την καταπολέμηση των ηλικιακών διακρίσεων και των αρνητικών στάσεων απέναντι στα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών, φαινόμενα που αποτελούν μια αυξανόμενη και σημαντική πρόκληση στη σύγχρονη εποχή.

Στο πλαίσιο αυτό, οι κύριοι στόχοι του έργου BEST FRIENDS είναι:

- ♣ Η παροχή καινοτόμων μεθόδων για κοινωνικούς λειτουργούς, εθελοντές και εκπαιδευτικούς που εργάζονται με άτομα μεγαλύτερων ηλικιών.
- ♣ Η εξάλειψη της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας μέσω της κοινωνικής συμμετοχής και συμπερίληψης στις τοπικές κοινότητες.
- ♣ Η βελτίωση της σωματικής και ψυχικής τους υγείας μέσω της αλληλεπίδρασης τους με παιδιά μικρότερων ηλικιών.
- ♣ Ο εμπλουτισμός των μαθησιακών διαδικασιών των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών μέσω της αλληλεπίδρασής τους με μικρά παιδιά.
- ♣ Η προώθηση των διαγενεακών σχέσεων, ξεπερνώντας τα στερεότυπα και ενισχύοντας την αλληλεγγύη μεταξύ διάφορων ηλικιακών ομάδων μέσα από διασκεδαστικές δραστηριότητες.
- ♣ Η ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και της αίσθησης υπευθυνότητας των παιδιών μέσω του σεβασμού προς τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας.

Οι βασικές δράσεις του έργου BEST FRIENDS περιλαμβάνουν:

- ♣ Συγκριτική έρευνα και αξιολόγηση υφιστάμενων αναγκών.
- ♣ Πρόγραμμα κατάρτισης για τη διαγενεακή μάθηση.
- ♣ Εργαλειοθήκη διαγενεακών εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων.

♣ Διάχυση των αποτελεσμάτων του Έργου μέσω της ανάπτυξης συνεργειών και δικτύων σε Ευρωπαϊκό επίπεδο.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του έργου:

<https://bestfriendsproject.eu/>

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η παρούσα «Ευρωπαϊκή Έκθεση για τη Διαγενεακή Μάθηση και την Κοινωνική Ένταξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας» αποτελεί το πρώτο Πνευματικό Προϊόν/ Αποτέλεσμα του έργου BEST FRIENDS και επικεντρώνεται στην ανάλυση του πλαισίου αναφορικά με την γήρανση και της κοινωνική συμπερίληψη των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιακών σε έξι ευρωπαϊκές χώρες: Ηνωμένο Βασίλειο, Γαλλία, Λετονία, Αυστρία, Ιταλία και Ελλάδα. Παρουσιάζει μία σύνοψη των έξι εθνικών εκθέσεων που συντάχθηκαν από τους εταίρους του έργου με την ανάλυση των αποτελεσμάτων της πρωτογενούς και δευτερογενούς έρευνας που πραγματοποιήθηκε στις συμμετέχουσες χώρες. Η αξιολόγηση της βιβλιογραφίας παρείχε μια επισκόπηση της τρέχουσας κατάστασης στον τομέα παροχής φροντίδας σε άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, και ειδικότερα όσον αφορά την κοινωνική τους ένταξη, υφιστάμενες καλές πρακτικές και παιδαγωγικές προσεγγίσεις, καθώς και τις ικανότητες που απαιτούνται κατά την εργασία με άτομα μεγαλύτερης ηλικία. Επιπλέον, οι ομάδες εστίασης και οι συνεντεύξεις που πραγματοποιήθηκαν με τη συμμετοχή κοινωνικών λειτουργών, εργαζομένων στον τομέα της φροντίδας, και άτομα ηλικίας 65+ συνέβαλαν στον εντοπισμό των υφιστάμενων αναγκών για την καταπολέμηση της απομόνωσης και την ενίσχυση της ενεργούς συμμετοχής των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην κοινωνική ζωή. Οι εταίροι του έργου συνέταξαν εθνικές εκθέσεις με τα κυριότερα ευρήματα, οι οποίες αποτελούν τη βάση της παρούσας Ευρωπαϊκής Έκθεσης. Σκοπός της παρούσας έκθεσης είναι ο ακριβής προσδιορισμό των αναγκών των ομάδων-στόχων, λαμβάνοντας υπόψη τις εθνικές παραμέτρους σε κάθε συμμετέχουσα χώρα.

Είναι αξιοσημείωτο ότι μέσος όρος της ηλικίας του ευρωπαϊκού πληθυσμού και το προσδόκιμο ζωής αυξάνονται, ενώ εκτιμάται ότι ο πληθυσμός των ατόμων της τρίτης ηλικίας (που ορίζονται ως άτομα ηλικίας 65 ετών και άνω) στην Ευρωπαϊκή Ένωση θα φθάσει τα 129,8 εκατομμύρια μέχρι το 2050, συμπεριλαμβάνοντας και σχεδόν μισό εκατομμύριο ατόμων ηλικίας 100 ετών.

Η αύξηση της αναλογίας των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών είναι πρωτίστως αποτέλεσμα της οικονομικής, κοινωνικής και ιατρικής προόδου, η οποία παρέχει τη δυνατότητα μιας μακράς, υγιέστερης και ασφαλέστερης ζωής.

Σύμφωνα με την έκθεση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) «Ενεργός Γήρανση: Πλαίσιο Πολιτικών (“Active Aging: a policy framework”), γήρανση του πληθυσμού είναι ένας από τους μεγαλύτερους θριάμβους της ανθρωπότητας, καθώς και μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις. Η επιδίωξη ευκαιριών που συμβάλλουν στην πλήρη ανάπτυξη των δυνατοτήτων τους, αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την προώθηση της συμπερίληψης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην κοινωνία: οι πολίτες μεγαλύτερων ηλικιών θα πρέπει να έχουν πρόσβαση στους εκπαιδευτικούς, πολιτιστικούς και πολιτικούς πόρους της κοινωνίας, καθώς και να έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν πλήρως στην κοινωνική ζωή και να είναι ενεργοί, αυτόνομοι και υγιείς.

Δυστυχώς, σε όλες τις συμμετέχουσες χώρες ένας σημαντικός αριθμός των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας δεν λαμβάνει τη φροντίδα και την υποστήριξη που χρειάζεται, με αποτέλεσμα να κινδυνεύει να απομονωθεί κοινωνικά. Χωρίς την ανάληψη πολυ-επίπεδων μέτρων για την αντιμετώπιση των αναγκών των ατόμων που κινδυνεύουν από τον κοινωνικό αποκλεισμό, δεν μπορούν να αναμένονται σημαντικές βελτιώσεις στο μέλλον. Ως εκ τούτου, είναι απαραίτητο να παρέχονται ευκαιρίες μάθησης στα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών, καθώς και να συμπεριληφθούν στις υπάρχουσες στρατηγικές δια βίου μάθησης και στην ενεργό συμμετοχή στην κοινωνία. Οι ανάγκες δια βίου μάθησης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας θα πρέπει να αποτελέσουν προτεραιότητα των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων, όπως και η ανάγκη για ανάπτυξη εξειδικευμένων και ποιοτικών προγραμμάτων κατάρτισης.

Η παρούσα Ευρωπαϊκή Έκθεση παρουσιάζει μια συνοπτική επισκόπηση του εθνικού πλαισίου των έξι χωρών που συμμετέχουν στο έργο όσον αφορά τις δημογραφικές τάσεις, την κοινωνική ενσωμάτωση των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών, τις υπηρεσίες από τις οποίες μπορούν να επωφεληθούν, τις διαγενεακές πολιτικές και τις πιθανές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση των ηλικιακών διακρίσεων. Στη συνέχεια αναφέρονται οι κύριες δυσκολίες που αντιμετωπίζουν τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας και οι ανάγκες για την ανάπτυξη δεξιοτήτων. Παρουσιάζονται επίσης οι ανάγκες των κοινωνικών λειτουργών και των φροντιστών σε κάθε χώρα και παρατίθενται παραδείγματα καλών πρακτικών και βασικές συστάσεις για τον σχεδιασμό επιτυχημένων διαγενεακών δραστηριοτήτων. Για περισσότερες πληροφορίες σε εθνικό επίπεδο ή για περαιτέρω αναφορές σχετικά με κάθε εθνικό πλαίσιο, παρακαλούμε, ελέγξτε την Εθνική Έκθεση που εκπονήθηκε από κάθε εταίρο.

Η παρούσα έκθεση εκπονήθηκε υπό το πρίσμα της αυξανόμενης πολυπλοκότητας της κοινωνικής απομόνωσης, ιδίως κατά τη διάρκεια της πανδημίας Covid-19, καταδεικνύοντας το κοινό ενδιαφέρον όλων των ηλικιακών ομάδων για περισσότερες δραστηριότητες και την κοινή ανησυχία για την απομόνωση των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας.

Ειδικότερα, η διαγενεακή μάθηση μπορεί να συμβάλει στην κοινωνική συνοχή, ενθαρρύνοντας τη συνεργασία μεταξύ διαφορετικών γενεών. Τα τελευταία χρόνια, έχουν αναπτυχθεί πολλές διαγενεακές πρωτοβουλίες και πρακτικές και η ευκαιρία για συνεργασία μεταξύ των γενεών αναγνωρίζεται όλο και περισσότερο ως ένας τρόπος για την επίτευξη μιας κοινωνίας ισχυρής και πλήρως δημοκρατικής χωρίς αποκλεισμούς (EPALE 2020).



## ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΛΑΙΣΙΟΥ

### Δημογραφικές τάσεις

Παρόμοιες δημογραφικές τάσεις εντοπίστηκαν και στις έξι χώρες που συμμετείχαν στην έρευνα: η ηλικία του πληθυσμού και ο μέσος όρος ηλικίας αυξάνονται και τα επόμενα χρόνια τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών θα αντιπροσωπεύουν ένα αυξανόμενο τμήμα του πληθυσμού. Χάρη στην επιστημονική και τεχνολογική πρόοδο, ωστόσο, αυτό το κομμάτι του πληθυσμού παραμένει, σε αντίθεση με το παρελθόν, ακόμα σωματικά ενεργό και δυνατό, αν και πολλοί άνθρωποι μεγαλύτερης ηλικίας κινδυνεύουν να απομονωθούν λόγω έλλειψης κατάλληλων υπηρεσιών ή προσφορών. Ταυτόχρονα, οι περιπτώσεις γνωστικών δυσλειτουργιών και ασθενειών όπως η άνοια και η νόσος Αλτσχάιμερ αυξάνονται, σε σχέση με την αύξηση του προσδόκιμου ζωής, επομένως οι παρεμβάσεις που αποσκοπούν στην επίλυση του προβλήματος αυτού γίνονται όλο και πιο αναγκαίες.

Στο **Ηνωμένο Βασίλειο** υπάρχουν σχεδόν 12 εκατομμύρια άτομα ηλικίας άνω των 65 ετών (ONS, 2018) και προβλέπεται ότι σε 50 χρόνια θα υπάρχουν επιπλέον 8,6 εκατομμύρια, με 500.000 άτομα ηλικίας 90+, γεγονός που δείχνει ότι το προσδόκιμο ζωής αυξάνεται ταχύτερα από ποτέ. Περίπου 850.000 άτομα ηλικίας 65 ετών και άνω ζουν με άνοια ή γνωστικές διαταραχές και εκτιμάται ότι ο αριθμός αυτός θα αυξηθεί σε 1 εκατομμύριο έως το 2025 (The Kings Fund, 2018).

Στη **Γαλλία**, ο πληθυσμός συνέχισε επίσης να μεγαλώνει ηλικιακά. Το 20,5% του πληθυσμού είναι ηλικίας άνω των 65 ετών και σε 20 χρόνια αναμένεται ότι περισσότεροι από ένας στους τέσσερις κατοίκους θα είναι ηλικίας 65 ετών και άνω. Σύμφωνα με πληθυσμιακές προβλέψεις, αν συνεχιστεί αυτή η δημογραφική τάση, σχεδόν το σύνολο της αύξησης του πληθυσμού μέχρι το 2070 θα αφορά άτομα ηλικίας 65 ετών και άνω (INSEE, 2016).

Παρομοίως, στη **Λετονία**, από το 2011 ο αριθμός των ατόμων ηλικίας 65 ετών και άνω έχει αυξηθεί κατά περισσότερο από 10 χιλιάδες. Στις αρχές του 2020, υπήρχαν 380 άτομα σε ηλικία συνταξιοδότησης ανά 1000 κατοίκους σε ηλικία εργασίας και η μέση ηλικία του πληθυσμού της Λετονίας ήταν 42,7 έτη, με αύξηση κατά 1,6 μονάδες σε σύγκριση με το 2011, όταν ήταν 41,1 έτη.

Στην **Αυστρία**, την 01/01/2020, περίπου 1,694 εκατομμύρια κάτοικοι ήταν άνω των 65 ετών, δηλαδή το 19,0% του συνολικού πληθυσμού. Το 2021 το ποσοστό αυξήθηκε στο 19,4%, αντανακλώντας την πρόβλεψη για μια γρήγορη διαδικασία γήρανσης τα επόμενα χρόνια, ενώ η μέση ηλικία έφτασε σε νέο υψηλό επίπεδο, 43,1 έτη το 2021 με πρόβλεψη τα 47,5 έτη το 2100 (Statistik Austria).

Η κατάσταση στην Ιταλία δεν διαφέρει από τις προηγούμενες χώρες, καθώς σταδιακά ο πληθυσμός της μεγαλώνει ηλικιακά. Την 1η Ιανουαρίου 2019, τα άτομα άνω των 65 ετών ήταν 13,8 εκατομμύρια, 22,8% του συνολικού πληθυσμού, ενώ δέκα χρόνια πριν αποτελούσαν το 20,3%. Με βάση αυτό το σενάριο, μεταξύ 2040 και 2045 αυτό το ποσοστό θα ανέλθει στο 33% (ISTAT).

Και στην **Ελλάδα**, πάνω από το 22% του ελληνικού πληθυσμού είναι άνω των 65 ετών και τα επόμενα 15 χρόνια το ποσοστό αυτό αναμένεται να φτάσει το 35%. Το 2019, η Ελλάδα είχε την 6η υψηλότερη αναλογία ηλικιακής απόκλισης στον κόσμο με 37 άτομα ηλικίας 65 ετών και άνω ανά 100 άτομα ηλικίας 20 έως 64 ετών.

Συγκρίνοντας την κατάσταση σε κάθε συμμετέχουσα χώρα, μπορεί να διαπιστωθεί πώς η δομή του πληθυσμού έχει αλλάξει ριζικά κατά τη διάρκεια του 20ού αιώνα. Η δημογραφική τάση είναι όμοια σε όλες τις χώρες και αντικατοπτρίζει την ευρωπαϊκή τάση: ο αριθμός και το ποσοστό των παιδιών και των νέων μειώθηκε σε πολλές περιοχές, ενώ ο αριθμός και το ποσοστό των ατόμων σε ηλικία συνταξιοδότησης αυξήθηκε σημαντικά.

Ο ευρωπαϊκός πληθυσμός μεγαλώνει ηλικιακά ολοένα και περισσότερο, με προοδευτική μείωση των ατόμων που ανήκουν ηλικιακά στο εργατικό δυναμικό και χαμηλό ποσοστό γεννήσεων. Τις επόμενες δεκαετίες είναι πιθανό να ακολουθήσει μια πραγματική δημογραφική επανάσταση, η οποία έχει ήδη αρχίσει με το προσδόκιμο ζωής να είναι πάνω από τα 80 έτη. Βάσει αυτής της τάσης, σε πενήντα χρόνια περίπου το ένα τρίτο του ευρωπαϊκού πληθυσμού θα είναι τουλάχιστον 65 ετών (έναντι 20,3% το 2019) και περισσότεροι από ένας στους 10 πολίτες (13,2%) θα είναι άνω των 80 ετών (EC, 2020).

### **Κοινωνική ενσωμάτωση**

Όσον αφορά την κοινωνική ένταξη των πολιτών μεγαλύτερης ηλικίας, τα κύρια εμπόδια και οι δυσκολίες, καθώς και οι θετικές πτυχές, λαμβάνοντας επίσης υπόψη την πρόσφατη κατάσταση της COVID-19, επισημάνθηκαν στις συμμετέχουσες χώρες.

Λαμβάνοντας υπόψη ότι τα επόμενα χρόνια ο αριθμός των ατόμων άνω των 65 ετών θα αυξηθεί, ο αριθμός των ατόμων με σύνθετες ανάγκες φροντίδας αναμένεται επίσης να αυξηθεί σε κάθε χώρα. Κατά συνέπεια, περισσότερα άτομα αναμένεται να βρεθούν σε πιο ευάλωτη θέση, ακόμη και αν η κατάσταση κάθε ατόμου εξαρτάται από πολλούς παράγοντες (τις στάσεις του, τις σχέσεις με οικογένεια και φίλους, τη διαθεσιμότητα υποστήριξης από άλλους, τους οικονομικούς πόρους που έχει στη διάθεσή του κ.λπ.)

Αν και ορισμένοι παράγοντες, όπως η φυσική εξασθένηση και η εμφάνιση ορισμένων παθήσεων, θα μπορούσε να θεωρηθεί ότι αποτελούν σύνηθες μέρος της γήρανσης, δεν ισχύει το ίδιο για τη μοναξιά και την απομόνωση. Αυτά τα ζητήματα θα πρέπει να αντιμετωπιστούν, καθώς έχουν σοβαρές αρνητικές συνέπειες για τη σωματική και ψυχική υγεία των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών.

Στο **Ηνωμένο Βασίλειο**, η μοναξιά και η μειωμένη ψυχική ευεξία αποτελούν σημαντικό ζήτημα για πολλούς ανθρώπους μεγαλύτερων ηλικιών: το 24% των ατόμων ηλικίας άνω των 60 ετών δήλωσαν ότι μερικές φορές ή συχνά αισθάνονται μοναξιά, ενώ περίπου το 50% των ατόμων ηλικίας άνω των 55 ετών ότι βιώνουν άγχος (English Longitudinal Study of Ageing).

Στη **Γαλλία** το 2017, περίπου 300.000 άτομα μεγαλύτερης ηλικίας βρέθηκαν σε κατάσταση "κοινωνικού θανάτου", χωρίς επαφή με την οικογένεια και τους φίλους τους. Η κατάσταση φαίνεται να επιδεινώνεται με την ηλικία και πλήττει περισσότερο τα άτομα άνω των 85 ετών (Les Petits Frèresdes Pauvres, 2017).

Στη **Λετονία**, τα άτομα σε ηλικία συνταξιοδότησης, ιδίως οι γυναίκες και οι άγαμοι συνταξιούχοι, συγκαταλέγονται στις ομάδες πληθυσμού που κινδυνεύουν από τη φτώχεια και τον κοινωνικό αποκλεισμό, οπότε η κοινωνική φροντίδα και η προστασία της υγείας αποτελούν μία από τις προτεραιότητες της χώρας (Κρατική Ελεγκτική Υπηρεσία, 2019).

Επίσης, στην **Αυστρία** πολλοί άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών βρίσκονται σε μια κατάσταση όπου δύσκολα συμμετέχουν στην κοινωνική ζωή, ειδικά αν δεν υπάρχει επαφή με συγγενείς. Το ίδιο φαινόμενο παρατηρείται και στην **Ιταλία**, όπου οι άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών που δεν εργάζονται πλέον και λαμβάνουν ελάχιστη σύνταξη, μπορεί να βιώνουν στιγμές μοναξιάς. Μια πρόσφατη έρευνα ανέδειξε με σαφήνεια ότι η κοινωνική ενσωμάτωση των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας χρήζει σημαντικών μεταρρυθμίσεων στην

Ιταλία όσον αφορά τις κοινωνικές και υγειονομικές υπηρεσίες, τη διοίκηση και τα κοινωνικά προγράμματα (Auser, 2017).

Το 2019, ένας στους δέκα ανθρώπους μεγαλύτερων ηλικιών στην **Ελλάδα** ένιωθε συχνά μοναξιά, ενώ περισσότεροι από τέσσερις στους δέκα (43%) συναντιόντουσαν με την οικογένεια ή τους φίλους τους το πολύ μία φορά το μήνα (EC JRC). Η μοναξιά είναι ένα σοβαρό ζήτημα που αντιμετωπίζουν τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών, και ως εκ τούτου, η ανάγκη παρεμβάσεων για την καταπολέμηση της κοινωνικής απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην Ελλάδα θεωρείται επιτακτική.

Ορισμένες χώρες έχουν εφαρμόσει δράσεις για τη στήριξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και την αντιμετώπιση της κοινωνικής απομόνωσης. Για παράδειγμα, στην **Αυστρία** αναπτύχθηκε το "Όμοσπονδιακό Σχέδιο για τα Άτομα της Τρίτης Ηλικίας" με στόχο τη διατήρηση ή τη βελτίωση της ποιότητας ζωής όλων των ατόμων της μεγαλύτερης ηλικίας ή μεμονωμένων ομάδων μεταξύ τους υπό το πρίσμα της "ενεργούς γήρανσης", η οποία αποσκοπεί στην ενίσχυση της υγείας, της ασφάλειας και της συμμετοχής, προκειμένου να προαχθεί η ποιότητα ζωής των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας.

Αντίθετα, στο **Ηνωμένο Βασίλειο**, δώδεκα μεγάλες πόλεις της χώρας είναι μέλη του δικτύου πόλεων φιλικών προς τις μεγαλύτερες γενιές, στοχεύοντας στη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας μέσω της παροχής καλύτερων υπηρεσιών, πρόσβασης και υποδομών, καθώς και μέσω της αλλαγής των υφιστάμενων στάσεων απέναντι στη γήρανση, ώστε να τονιστούν οι θετικές πτυχές της και η συμβολή των ατόμων αυτών στην κοινωνία.

Η πανδημία Covid – 19 έχει επιφέρει μια σωρεία συνεπειών στη ζωή όλων, ιδίως στη ζωή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Είτε ζουν μόνοι είτε υποστηρικτικές δομές, οι συνέπειες για τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών ήταν αρκετά σοβαρές δεδομένης της αδυναμίας μετακίνησης, του φόβου της μετάδοσης, της αγωνίας και της έλλειψης επαφής με φίλους και συγγενείς που συνέβαλαν στην αύξηση της κοινωνικής απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας.

Σε ορισμένες χώρες έχουν εφαρμοστεί ειδικές παρεμβάσεις όπως για παράδειγμα στη **Γαλλία** όπου ο Υπουργός Αλληλεγγύης και Υγείας θέσπισε ένα εθνικό σχέδιο κινητοποίησης έκτακτης ανάγκης για την καταπολέμηση της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και των ευάλωτων ατόμων σε περιόδους αποκλεισμού. Σε άλλες

περιπτώσεις ή χώρες, δεν έχουν διατεθεί ειδικά κονδύλια για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, εκτός από εκείνους που θεωρούνται ευάλωτοι ή ανήκουν σε μειονότητες, όπως τα άτομα με αναπηρία ή σε κατάσταση φτώχειας (Ιταλία). Σε άλλες περιπτώσεις οι αρμόδιες για τις κοινωνικές υπηρεσίες και την κοινωνική φροντίδα, δεν διέθεταν επαρκείς πόρους για την παροχή κατ' οίκον φροντίδας για τα ευάλωτα άτομα (Λετονία). Σε αντίθεση με άλλες ευρωπαϊκές χώρες, σε ορισμένες χώρες όπως η Ελλάδα και η Ιταλία, οι οικογένειες φαίνεται να εξακολουθούν να αγκαλιάζουν και να υποστηρίζουν γονείς και συγγενείς μεγαλύτερων ηλικιών, καθιστώντας την κατάσταση πιο υποφερτή, τουλάχιστον για όσους έχουν οικογένεια, ιδίως κατά την διάρκεια της πανδημίας. Παρ' όλα αυτά, θα πρέπει να τονιστεί ότι την περίοδο της πανδημίας παρά τους περιορισμούς και τις δυσκολίες, έρχονται συχνά στο προσκήνιο χειρονομίες αλληλεγγύης από μέλη οικογενειών, γείτονες, συλλόγους, καταστηματαρχές και επιχειρήσεις για την ενίσχυση της φροντίδας ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών.

Ωστόσο, θα πρέπει επίσης να σημειωθεί ότι η πανδημία επιδείνωσε σημαντικά την κοινωνική απομόνωση ορισμένων ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών και επηρέασε αρνητικά την ευημερία τους.

Η μοναξιά των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας αποτελεί ένα διεθνές φαινόμενο που απαιτεί εξαιρετική πολιτική και πολιτιστική δέσμευση για την επεξεργασία νέων ιδεών προκειμένου να αντιμετωπιστούν οι πολλές νέες προκλήσεις που προκύπτουν στο πλαίσιο της πανδημίας Covid-19.

Αν και δεν υπάρχει μια οριζόντια εφαρμόσιμη λύση για την πρόληψη και τη μείωση της κοινωνικής απομόνωσης, απαιτούνται παρεμβάσεις σε διάφορα επίπεδα: πολιτικές στρατηγικές που προωθούν την ενσωμάτωση των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην κοινωνία, τακτικές επαφές μεταξύ των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και των επαγγελματιών κοινωνικής φροντίδας, περισσότερες ευκαιρίες για κινητικότητα, παροχή υπηρεσιών και κοινωνικών, εκπαιδευτικών και ενεργητικών δραστηριοτήτων μάθησης.

## Υπηρεσίες

Εστιάζοντας στην πτυχή της κοινωνικής φροντίδας, διερευνήθηκαν οι κύριες παρεμβάσεις και υπηρεσίες που απευθύνονται στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας στις συμμετέχουσες χώρες. Η υποστήριξη των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών είναι σημαντική

για να παραμένουν όσο το δυνατόν πιο υγιείς και ανεξάρτητοι για το μεγαλύτερο δυνατό χρονικό διάστημα και να λαμβάνουν την καλύτερη δυνατή φροντίδα όταν τη χρειάζονται.

Στο **Ηνωμένο Βασίλειο** οι δαπάνες για την κοινωνική φροντίδα έχουν μειωθεί κατά περίπου 770 εκατομμύρια λίρες από το 2010, γεγονός που προκαλεί δυσκολίες στην πρόσβαση στη φροντίδα (Age UK). Επιπλέον, περίπου 1,2 εκατομμύρια ακόμη άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών πασχίζουν χωρίς υποστήριξη. Το Εθνικό Σύστημα Υγείας παρέχει ένα Πακέτο Φροντίδας προκειμένου να μπορέσουν οι άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών να ζήσουν με αξιοπρεπή και άνετο τρόπο. Περιλαμβάνει ένα συνδυασμό υπηρεσιών για την κάλυψη των αναγκών ενός ατόμου (όπως η καθαριότητα και οι αγορές, έως και καθημερινή υποστήριξη ή την παραμονή σε δομή υποστηρικτικής φροντίδας) και ορίζει τις ακριβείς ανάγκες του κάθε ατόμου σε επίπεδο φροντίδας, υπηρεσιών ή εξοπλισμού.

Για τη στήριξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στη **Γαλλία**, τα Κοινοτικά Κοινωνικά Κέντρα παρέχουν οικονομική στήριξη, διαχειρίζονται εγκαταστάσεις στέγασης και υπηρεσίες κατ' οίκον, και υλοποιούν δραστηριότητες για την πρόληψη της κοινωνικής απομόνωσης. Υπάρχουν επίσης διάφορες πρωτοβουλίες σε εθνικό επίπεδο, όπως η δωρεάν τηλεφωνική γραμμή βοήθειας για άτομα άνω των 50 ετών, η γραμμή Solitud'écoute, ή το εθνικό πρόγραμμα κινητοποίησης κατά της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας με την ονομασία "MonaLisa", στο πλαίσιο του οποίου εθελοντές πολίτες ενώνουν τις δυνάμεις τους για να δράσουν από κοινού κατά της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στη γειτονιά, την πόλη ή το χωριό τους.

Στη **Λετονία**, οι δήμοι διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην εφαρμογή των πολιτικών κοινωνικής ενσωμάτωσης, συμπεριλαμβανομένης της παροχής κοινωνικών υπηρεσιών και κοινωνικής βοήθειας που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των κατοίκων και της υποβολής στατιστικών στοιχείων στο Υπουργείο Πρόνοιας σχετικά με τις κοινωνικές υπηρεσίες στο δήμο. Παρά τις προσπάθειες αυτές, ο δείκτης κινδύνου φτώχειας για τα άτομα σε ηλικία συνταξιοδότησης έχει αυξηθεί από 9,1% το 2010 σε 47,9% το 2018 (State Audit Office, 2019).

Στην **Αυστρία** υπάρχουν περίπου 800 δομές σε ολόκληρη τη χώρα για την υποστήριξη ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών. Τα Κέντρα Ημέρας είναι εγκαταστάσεις όπου τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών λαμβάνουν φροντίδα κατά τη διάρκεια της ημέρας, συμπεριλαμβανομένων υπηρεσιών μεταφοράς, γευμάτων, νοσηλευτικής φροντίδας,

εκδηλώσεων και συμβουλευτικής για τους φροντιστές-μέλη της οικογένειας. Η Υποστηριζόμενη Διαβίωση είναι ένας συνδυασμός ενός ενοικιαζόμενου διαμερίσματος κατάλληλου για άτομα μεγαλύτερων ηλικιών και συγκεκριμένων υπηρεσιών που παρέχονται από φροντιστές. Οι Οίκοι Ευγηρίας προσφέρουν στα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών τη δυνατότητα να ζουν με άλλα άτομα και να λαμβάνουν 24ωρη φροντίδα από επαγγελματίες. Οι Κατοικίες Ατόμων Μεγαλύτερης Ηλικίας είναι κοινότητες όπου το επίκεντρο είναι η διαβίωση και όχι, όπως στους Οίκους Ευγηρίας, η φροντίδα. Οι Μονάδες Φροντίδας είναι εγκαταστάσεις στις οποίες φιλοξενούνται άτομα που χρειάζονται φροντίδα και φροντίζονται από επαγγελματικό νοσηλευτικό προσωπικό. Τέλος, Γηριατρικά Κέντρα είναι δομές για χρόνιους ασθενείς που δεν μπορούν να εκτελέσουν καθημερινές δραστηριότητες.

Επίσης, στην **Ιταλία** υπάρχουν πολλές εγκαταστάσεις που υποστηρίζονται από τις εθνικές και περιφερειακές αρχές: Κέντρα Ημέρας για κοινωνικο-ψυχαγωγικούς σκοπούς, Κέντρα Ημέρας Κοινωνικής Φροντίδας για άτομα που χρειάζονται μερικώς φροντίδα, Οίκοι Ευγηρίας για αυτοεξυπηρετούμενα άτομα, Κοινοτικές Κατοικίες, Μονάδες Φροντίδας, και Κέντρα Υγειονομικής Περίθαλψης. Ωστόσο, υπάρχουν σημαντικές διαφορές μεταξύ των περιφερειών όσον αφορά τον αριθμό, το είδος και την αποτελεσματικότητα των υφιστάμενων υπηρεσιών. Μια από τις βασικές υπηρεσίες για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας στην Ιταλία είναι η κατ' οίκον φροντίδα, η οποία προορίζεται ως ένα ευρύ φάσμα επαγγελματικών και μη επαγγελματικών υπηρεσιών φροντίδας στο σπίτι των ατόμων με μειωμένη αυτάρκεια, κινητικότητα ή έλλειψη οργανωτικών ικανοτήτων. Η υπηρεσία αυτή διευθύνεται συνήθως από τους Δήμους και παρέχει προσωπική φροντίδα και οικιακή βοήθεια.

Στην **Ελλάδα**, οι ενέργειες βελτίωσης των συνθηκών ζωής των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας για τη διασφάλιση της ενεργού και υγιούς γήρανσης είναι περιορισμένες. Δεν έχει δημιουργηθεί μέχρι στιγμής κάποιος ενιαίος φορέας για το συντονισμό ή/και την ανάπτυξη σχετικών πολιτικών οι οποίες είναι καταναμημένες σε διάφορα υπουργεία (Υγείας, Εσωτερικών Υποθέσεων, Παιδείας). Οι σημαντικότερες δράσεις που έχουν αναπτυχθεί για την αντιμετώπιση της κοινωνικής απομόνωσης και τη στήριξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας είναι τα Κέντρα Ανοιχτής Προστασίας Ηλικιωμένων (ΚΑΠΗ) και το πρόγραμμα "Βοήθεια στο Σπίτι". Το πρώτο περιλαμβάνει πολλά κέντρα που προσφέρουν προγράμματα, από ψυχαγωγικά έως ιατρικά, για άτομα άνω των 60 ετών, με

σκοπό την ένταξη και την κοινωνικοποίηση όλων των μελών της κοινότητας. Ωστόσο, τα κέντρα αυτά λειτουργούν ανεξάρτητα, με ελάχιστα μέσα υποστήριξης από το κράτος και τους δήμους. Το πρόγραμμα "Βοήθεια στο σπίτι" απευθύνεται σε ένα ευρύ φάσμα ατόμων, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας που δεν είναι πλήρως ανεξάρτητοι, με σκοπό τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους. Οι υπηρεσίες που προσφέρονται περιλαμβάνουν ιατρική φροντίδα στο σπίτι, φυσιοθεραπεία, συμβουλευτική και συναισθηματική υποστήριξη, αγορές, πληρωμή λογαριασμών κ.λπ.

## Διαγενεακές Πολιτικές

Στο Ηνωμένο Βασίλειο, τη Γαλλία, τη Λετονία, την Αυστρία, την Ιταλία και την Ελλάδα εντοπίστηκαν ορισμένες διαγενεακές προσεγγίσεις που είχαν θετικό αντίκτυπο σε επίπεδο κοινωνικής ενσωμάτωσης.

Για παράδειγμα, το 2018, η Βουλή των Λόρδων του **Ηνωμένου Βασιλείου** διόρισε μια ειδική επιτροπή για τη διαγενεακή δικαιοσύνη και την παροχή της, προκειμένου να "εξετάσει τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις της κυβερνητικής πολιτικής για τη διαγενεακή δικαιοσύνη και την παροχή της". Η έκθεση ανέφερε ότι η διαγενεακή δικαιοσύνη είναι ένα πειστικό ζήτημα που επιδεινώθηκε από την αδράνεια των προηγούμενων κυβερνήσεων, την αύξηση του ηλικιακού μέσου όρου του πληθυσμού, την παγκόσμια χρηματοπιστωτική κρίση και την πρόσφατη πανδημία της Covid-19. Διαπιστώθηκε ότι απαιτούνται βελτιώσεις στη λογιστική των πολιτικών και των δεδομένων, στη στέγαση, στην εκπαίδευση, στην εργασία, στις κοινότητες και στη φορολογία και τα επιδόματα, καθώς και η παροχή οικονομικής ασφάλειας για τους ανθρώπους σε κάθε στάδιο της ζωής τους. Ο υφυπουργός του Υπουργικού Συμβουλίου και του Υπουργείου Οικονομικών δήλωσε ότι "η αλληλεγγύη μεταξύ των γενεών είναι ζωτικής σημασίας καθώς ξεπερνάμε αυτή την κρίση". Η διαγενεακή μάθηση έχει έναν σημαντικό σκοπό που απαιτεί περαιτέρω διερεύνηση και ενσωμάτωση στα εκπαιδευτικά συστήματα του Ηνωμένου Βασιλείου, ώστε όλα τα μέλη των κοινωνιών να μπορούν να επωφεληθούν από τη μάθηση καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους.

Οι υφιστάμενες διαγενεακές πρωτοβουλίες που υλοποιούνται σε οίκους ευγηρίας και οι μονάδες φροντίδας στη **Γαλλία** αφορούν την ενσωμάτωση μαθητών και παιδιών νηπιακής ηλικίας σε οίκους ευγηρίας, τη διοργάνωση συζητήσεων, εργαστηρίων και τη διαγενεακή μετάδοση τεχνογνωσίας, καθώς και τη συμμετοχή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στα



κοινά. Για παράδειγμα, ο οίκος ευγηρίας Villa Pia στο Μπορντό φιλοξενεί από το 2018 έναν παιδικό σταθμό και εφαρμόζει ένα συνδυασμό διαγενεακό ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων μεταξύ των μεγαλύτερης ηλικίας και παιδιών, προκειμένου να αρθούν οι φραγμοί μεταξύ των γενεών και η απομόνωση των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας.

Στη **Λετονία**, ένα παράδειγμα διαγενεακής πολιτικής είναι το πρόγραμμα Transe eScouts, το οποίο ανέπτυξε μια διδακτική μεθοδολογία βασισμένη στη συμμετοχική και αναστοχαστική μέθοδο σε συνδυασμό με τη μέθοδο της κοινοτικής μάθησης. Η πρώτη αναμένεται να αναπτύξει από κοινού λύσεις σε προβλήματα με βάση τα δυνατά σημεία των συμμετεχόντων, ενώ η μέθοδος κοινοτικής μάθησης στοχεύει στον εντοπισμό και την αξιολόγηση των αναγκών του κοινωνικού περιβάλλοντος. Στόχος είναι η ανάπτυξη μιας διδακτικής μεθοδολογίας για την από κοινού εκπαίδευση ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και νέων. Στο πλαίσιο του έργου, οι νέοι είχαν την ευκαιρία να αποκτήσουν επαγγελματική εργασία ως καθηγητές δεξιοτήτων ΤΠΕ, ενώ τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών είχαν την ευκαιρία να μάθουν νέες ψηφιακές δεξιότητες όσο και να μεταδώσουν την εμπειρία τους στους νέους δρώντας ως μέντορες.

Στην **Αυστρία** υπάρχουν αρκετοί πολυγενεακοί οίκοι. Η επιδιωκόμενη διαγενεακή προσέγγιση συμβάλλει στην ενίσχυση της αλληλεγγύης μεταξύ των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και νέων εκτός του οικογενειακού πλαισίου. Οι κοινές δραστηριότητες που διοργανώνονται έχουν ως στόχο τη διαφύλαξη των δεξιοτήτων και των γνώσεων των διαφόρων γενεών. Οι νεότεροι και οι μεγαλύτεροι σε ηλικία κάτοικοι αλληλοβοηθούνται και με αυτόν τον τρόπο καταπολεμάται η απομόνωση των διαφόρων ηλικιακών ομάδων.

Στην **Ελλάδα**, με βάση την καταγραφή όλων των διαγενεακών δραστηριοτήτων που υλοποιούνται από κρατικούς φορείς και βασικούς κοινωνικούς εταίρους, δεν έχει υλοποιηθεί από το αρμόδιο Υπουργείο κάποια νέα δραστηριότητα μετά το 2013. Μια από τις λιγότες πρωτοβουλίες που συνεχίζεται είναι η "Διαγενεακή Επικοινωνία ως Μέσο Υγιούς Γήρανσης" στο δήμο Αγίων Αναργύρων-Καματερού. Το πρόγραμμα στοχεύει στην αναγνώριση των ατόμων της μεγαλύτερης ηλικίας ως ενεργών πολιτών, ενώ τα παιδιά που συμμετέχουν μπορούν να χρησιμοποιήσουν την εμπειρία των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας για να εμπλουτίσουν το υπόβαθρό τους. Επίσης, ΜΚΟ δραστηριοποιούνται στον τομέα της διαγενεακής εκπαίδευσης στην Ελλάδα προωθώντας δράσεις ενδυνάμωσης και ενσωμάτωσης και παρέχοντας καινοτόμο εκπαίδευση για νεότερους και μεγαλύτερους μαθητές.

Παρόμοια είναι και η κατάσταση στην **Ιταλία**, όπου δεν υπάρχουν νομικές διατάξεις ή πολιτικές με στόχο την προώθηση της διαγενεακής μάθησης, αλλά έχουν υλοποιηθεί διάφορες δραστηριότητες από ιδρύματα, ΜΚΟ, φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης, οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών, ενώσεις επιχειρήσεων, σχολεία και κέντρα επαγγελματικής κατάρτισης. Οι περισσότερες από αυτές τις δραστηριότητες παρέχονται σε εθελοντική βάση και έχουν υλοποιηθεί στο πλαίσιο διαφόρων σχεδίων και προγραμμάτων, τόσο εθνικών όσο και ευρωπαϊκών.

## Ηλικιακές διακρίσεις

Οι ηλικιακές διακρίσεις ή ηλικιακός ρατσισμός (ageism), δηλαδή τα στερεότυπα (πώς σκεφτόμαστε), οι προκαταλήψεις (πώς αισθανόμαστε) και οι διακρίσεις (πώς ενεργούμε) σε βάρος ατόμων ή ομάδων με βάση την ηλικία τους (WHO, 2021), είναι ένα ζήτημα που συναντάται σε όλη την Ευρώπη. Όπως επισημαίνει η Shirley Cramer (2018): "Όλοι μεγαλώνουμε. Ωστόσο, ο ηλικιακός ρατσισμός είναι η πιο συνηθισμένη μορφή προκατάληψης και διάκρισης, σε όλη την Ευρώπη". Επιπλέον, η πρόσφατη Παγκόσμια Έκθεση του ΠΟΥ (WHO, 2021), κατέδειξε ότι ο ηλικιακός ρατσισμός αποτελεί το πιο συχνό, επίμονο, κανονικοποιημένο και κοινωνικά αποδεκτό είδος διάκρισης.

Στο **Ηνωμένο Βασίλειο**, οι αρνητικές στάσεις απέναντι στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας και τη γήρανση είναι ευρέως διαδεδομένες στην κοινωνία, με αποτέλεσμα τα άτομα της τρίτης ηλικίας να υφίστανται συχνά διακρίσεις, όπως π.χ. περιορισμένη πρόσβαση σε υγειονομικές θεραπείες.

Το ίδιο συμβαίνει και στη **Γαλλία**, όπου έχει παρατηρηθεί ότι η ηλικία αποτελεί το κύριο κριτήριο για τις διακρίσεις που υφίστανται οι εργαζόμενοι στον ιδιωτικό τομέα όσον αφορά την προσφορά εργασίας και τις δυνατότητες κατάρτισης (Defender of Rights). Το ποσοστό απασχόλησης των ατόμων ηλικίας 60-64 ετών στη Γαλλία είναι στην πραγματικότητα 18% έναντι 30% του μέσου όρου των 27 ευρωπαϊκών χωρών.

Στη **Λετονία** εκτιμάται ότι η αύξηση του μέσου όρου ηλικίας του πληθυσμού συνδέεται με ορισμένα από τα κρίσιμα προβλήματα της χώρας, δεδομένου ότι το πρόβλημα της γήρανσης του πληθυσμού έχει άμεσο αντίκτυπο στην οικονομική ανάπτυξη, λόγω του ότι η Λετονία βρίσκεται σε βαθιά δημογραφική κρίση για μεγάλο χρονικό διάστημα με απώλεια περίπου 15.000 - 17.000 ατόμων από την αγορά εργασίας ετησίως (Central Statistical Bureau).

Η **αυστριακή νομοθεσία** εξακολουθεί να επιτρέπει την διάπραξη διακρίσεων απέναντι σε άτομα μεγαλύτερων ηλικιών, καθώς ο αυστριακός νόμος περί ίσης μεταχείρισης ρυθμίζει μόνο την προστασία από διακρίσεις λόγω φύλου και εθνικότητας στο πλαίσιο της καθημερινής ζωής. Για παράδειγμα, στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας δεν χορηγείται πλέον δάνειο, παρόλο που πληρούνται όλες οι οικονομικές προϋποθέσεις, και οι πιστωτικές κάρτες απορρίπτονται αποκλειστικά και μόνο λόγω ηλικίας.

Στην **Ιταλία**, το ενδιαφέρον και η προσοχή προς τα άτομα της μεγαλύτερης ηλικίας σε επίπεδο μέσων ενημέρωσης είναι πραγματικά ελάχιστο, με αποτέλεσμα αυτή η ομάδα ανθρώπων να περιθωριοποιείται σε μεγάλο βαθμό. Πράγματι, τον τελευταίο χρόνο, λόγω της πανδημίας, τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας βρέθηκαν στο επίκεντρο της προσοχής περισσότερο από άλλες ομάδες του πληθυσμού. Το γεγονός αυτό έχει δημιουργήσει δυσaráσκεια, ιδίως στη νεότερη γενιά, επιδεινώνοντας το χάσμα μεταξύ των γενεών: Το 49,3% των millennials (γεννημένοι μεταξύ 1980 και 1995) θεωρεί σωστό να δίνεται προτεραιότητα στους νέους σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης, ενώ το 35% πιστεύει ότι το μερίδιο των δημόσιων δαπανών που προορίζεται για τα άτομα της τρίτης ηλικίας είναι πολύ μεγάλο (CENSIS, 2020).

Η κατάσταση δεν διαφέρει στην **Ελλάδα**, όπου οι άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών θεωρούνται βάρος για την κοινωνία, καθώς πρέπει να εξασφαλιστεί χρηματοδότηση για τις συντάξεις, υποστήριξη για την επιβαρυσμένη υγείας τους και δομές για όσους δεν μπορούν να ανταπεξέλθουν αυτόνομα. Διακρίσεις λαμβάνουν χώρα και στα εργασιακά περιβάλλοντα, καθώς θεωρείται ότι τα άτομα άνω των 65 ετών κλέβουν τη δουλειά από τους νεότερους.

Παρόλα αυτά, υπάρχουν και παραδείγματα δράσεων για την αντιμετώπιση του ηλικιακού ρατσισμού. Στη **Γαλλία**, το 3977 είναι ο εθνικός τηλεφωνικός αριθμός που είναι αφιερωμένος στην καταπολέμηση της κακοποίησης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και διάφορες ενώσεις υποστηρίζουν ενεργά την καταπολέμηση του ηλικιακού ρατσισμού. Παρομοίως, η "Ημέρα των ατόμων της τρίτης ηλικίας" στην **Αυστρία**, αποτελεί αφορμή για την απαίτηση της νομικής απαγόρευσης των διακρίσεων λόγω ηλικίας.

Ομοίως, στις 14 Σεπτεμβρίου 2020 με αφορμή την 20ή επέτειο για το άρθρο 25 του Χάρτη Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της ΕΕ, που αναγνωρίζει επίσημα "το δικαίωμα των ατόμων της τρίτης ηλικίας να διάγουν μια ζωή με αξιοπρέπεια και ανεξαρτησία και να συμμετέχουν στην κοινωνική και πολιτιστική ζωή", υλοποιήθηκε μια πρωτοβουλία με παγκόσμιο

αντίκτυπο. 43 γηριατρικές και γεροντολογικές οργανώσεις σε 29 διαφορετικές χώρες ξεκίνησαν μια παγκόσμια εκστρατεία ευαισθητοποίησης για τα δικαιώματα των ατόμων της τρίτης ηλικίας με το σύνθημα #OldLivesMatter. Η εκστρατεία είχε ως στόχο την αντιμετώπιση του ηλικιακού ρατσισμού και της γεροντοφοβίας, το σύνολο των στερεοτύπων που αντιλαμβάνονται την τρίτη ηλικία ως ηλικία "δεύτερης κατηγορίας", προκαλώντας υποτιμητικές διακρίσεις σε κάθε τομέα της κοινωνικής τους ζωής.

Συμπερασματικά, οι ηλικιακές διακρίσεις είναι μια μορφή ανισότητας που εξακολουθεί να είναι αποδεκτή ως φυσιολογική και ενίοτε δικαιολογημένη σε όλες σχεδόν τις χώρες. Είναι εμφανές ότι απαιτούνται παρεμβάσεις για την ανάπτυξη κοινωνιών "φιλικών προς τα άτομα της τρίτης ηλικίας". Φορείς παροχής υπηρεσιών του δημόσιου, ιδιωτικού και τρίτου τομέα θα πρέπει να στηρίξουν πρωτοβουλίες που προωθούν τη στενότερη επαφή μεταξύ των γενεών για την καταπολέμηση του ηλικιακού ρατσισμού και η βιομηχανία των μέσων ενημέρωσης θα πρέπει να αντικαταστήσει τα στερεότυπα που παρουσιάζουν τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας ως παθητικούς και εξαρτημένους με θετικά μηνύματα ένταξης, ενώ οι κυβερνήσεις θα πρέπει να στηρίξουν πολιτικές που στοχεύουν στην αντιμετώπιση του ηλικιακού ρατσισμού.

## ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΩΝ ΗΛΙΚΙΩΝ

### Βασικές ανάγκες και δεξιότητες

Η πρωτογενής και δευτερογενής έρευνα που διεξήχθησαν στο Ηνωμένο Βασίλειο, τη Γαλλία, τη Λετονία, την Αυστρία, την Ιταλία και την Ελλάδα ανέδειξαν ότι οι ανάγκες των πολιτών μεγαλύτερης ηλικίας είναι ποικίλες και πολύπλοκες και ότι υπάρχει κενό στην κοινωνική φροντίδα για την κάλυψη τους. Ταυτόχρονα, υπάρχει και ανάγκη για την ενίσχυση μιας σειράς ικανοτήτων, λαμβάνοντας υπόψη και τον διαγενεακό παράγοντα.

Οι ανάγκες των πολιτών μεγαλύτερης ηλικίας ποικίλλουν σε συνάρτηση με διάφορα ζητήματα: ποιότητα ζωής, κοινωνικοποίηση, ιατρική περίθαλψη, πόροι και εκπαίδευση. Θα πρέπει επίσης να λαμβάνονται υπόψη αντικειμενικοί παράγοντες, όπως η υγεία, το βιοτικό επίπεδο, η στέγαση, η συχνότητα των κοινωνικών επαφών, καθώς και υποκειμενικοί παράγοντες, όπως η σημασία της υγείας στη ζωή του ατόμου, οι προσδοκίες και η ποιότητα των κοινωνικών επαφών. Για παράδειγμα, ακόμη και ο τόπος διαμονής - αγροτική ή αστική περιοχή - μπορεί να είναι καθοριστικός: στη Γαλλία, μια έρευνα του 2018 έδειξε ότι στις πόλεις σχεδόν το 56% πιστεύει ότι τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών δεν λαμβάνονται επαρκώς υπόψη και δε τους παρέχεται επαρκής φροντίδα λόγω της έλλειψης κοινωνικών και διαγενεακών δεσμών μεταξύ των ατόμων, ενώ στις αγροτικές περιοχές οι κοινωνικοί δεσμοί και η ενσωμάτωση των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας φαίνεται πως λειτουργούν καλύτερα, ακόμη κι αν η πρόσβαση σε υπηρεσίες είναι περιορισμένη (VILLES ET SÉNIORS, 2018).

Αναμφίβολα, η **ανάγκη για κοινωνικοποίηση** αποτελεί έναν από τους πιο σημαντικούς παράγοντες για ευημερία. Έχει διαπιστωθεί ότι τα κοινοτικά προγράμματα που βασίζονται στη συμπερίληψη, προσεγγίσεις ενδυνάμωσης, διαγενεακά προγράμματα και κοινοτικές στρατηγικές αποτελούν επιτυχημένους τρόπους για την προώθηση της εμπλοκής και της συμμετοχής των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην κοινωνία, υποστηρίζοντας τη γενική ευημερία και τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Αυτού του είδους οι στρατηγικές συνήθως προσβλέπουν στη συμμετοχή νεότερων ατόμων, ώστε να ενθαρρύνουν τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας να ξεπεράσουν τις αντιστάσεις και τους φόβους τους να συμμετάσχουν, και να επιτρέψουν σε διαφορετικές γενιές να συνεργαστούν για έναν κοινό στόχο, αυξάνοντας έτσι την αυτοπεποίθησή τους, παρέχοντας ευκαιρίες να μοιραστούν τις δεξιότητες, τις γνώσεις και την εμπειρία ζωής

τους.. Με αυτόν τον τρόπο εκπληρώνεται η ανάγκη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας για αυτοεκτίμηση, ένταξη, σεβασμό και στοργή, ώστε να αποφευχθούν τα αισθήματα της μοναξιάς και της κατάθλιψης.

Η **ανάγκη για ασφάλεια**, ιδίως όσον αφορά την υγεία, είναι ιδιαίτερα σημαντική. Προκειμένου το άτομο που χρειάζεται φροντίδα να αισθάνεται ασφαλές, θα πρέπει να έχει διασφαλιστεί η ιατρική, νοσηλευτική και υποστηρικτική του φροντίδα. Η γενικότερη επιθυμία των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας είναι να παραμείνουν στο σπίτι τους όσο το δυνατόν περισσότερο: η διατήρηση της ανεξαρτησίας τους όσο το δυνατόν περισσότερο αποτελεί κύριο στόχο. Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας θα πρέπει έχουν τη δυνατότητα να μείνουν στο σπίτι τους αν το επιθυμούν και να έχουν πρόσβαση σε όλες τις υπηρεσίες που χρειάζονται. Ωστόσο, η φροντίδα των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας απαιτεί μια πολυδιάστατη ατομική προσέγγιση. Ένας από τους κύριους άξονες για την κάλυψη των μακροχρόνιων αναγκών υγειονομικής περίθαλψης είναι η ανάπτυξη πολιτικών για την αναγνώριση των άτυπων φροντιστών, καθώς και για τη λήψη πρακτικών μέτρων για την υποστήριξη τόσο των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας όσο και των φροντιστών. Το τοπικό δίκτυο θα πρέπει να οργανωθεί στο επίπεδο των περιοχών διαβίωσης, περιλαμβάνοντας ειδικούς ιατρούς και κέντρα υγείας, φαρμακεία και υπηρεσίες κατ' οίκον.

Η **ανάγκη για εγγραματισμό**, και ιδίως ψηφιακό, αποτελεί ένα ακόμα σημαντικό σημείο. Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας συχνά δεν υιοθετούν γρήγορα τις νέες τεχνολογίες. Η ψηφιοποίηση κάθε είδους υπηρεσιών έχει ως αποτέλεσμα τον σταδιακό αποκλεισμό των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας από τα κοινωνικά δρώμενα και από την αγορά εργασίας (για παράδειγμα, όπως αναφέρεται στην Ελληνική Εθνική Έκθεση, στην Ελλάδα το 93,6% των μακροχρόνια ανέργων είναι 50+ ετών, με ότι αυτό συνεπάγεται για την ψυχική και σωματική υγεία). Μια στρατηγική που θα μπορούσε να βελτιώσει τις ικανότητες των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και να ενισχύσει τον διάλογο μεταξύ των γενεών είναι η εφαρμογή προγραμμάτων καθοδήγησης για τη μεταλαμπάδευση των δεξιοτήτων και της εμπειρίας που έχουν οι εργαζόμενοι μεγαλύτερης ηλικίας στις νέες γενιές, ώστε να προωθηθεί η ενεργός γήρανση και η αλληλεγγύη μεταξύ των γενεών στον εργασιακό χώρο. Η οικοδόμηση εταιρικών σχέσεων με τα συνδικάτα για την ανάληψη κοινής δράσης για την καταπολέμηση των διακρίσεων λόγω ηλικίας και κάθε είδους ανισοτήτων που αντιμετωπίζουν οι εργαζόμενοι μεγαλύτερης ηλικίας και η προώθηση της ενεργού γήρανσης στο χώρο εργασίας, μπορούν επίσης να αποτελέσουν λύση. Οι νεότεροι θα

μαθαίνουν από τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, ενώ τα τελευταία θα αισθάνονται ότι εκτιμώνται και θα έχουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Η επιτυχία πολλών διαγενεακών σχεδίων αποδίδεται στο γεγονός ότι όλοι οι συμμετέχοντες λαμβάνουν αμοιβαίο όφελος.

Είναι επίσης σημαντικό για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας να ζουν σε **φιλικά προς την ηλικία τους περιβάλλοντα**, με προσαρμοσμένες τοπικές δημόσιες υποδομές και επαρκείς δημόσιες συγκοινωνίες.

Οι **σωματικές ανάγκες**, ιδίως όσον αφορά τα άτομα της τρίτης ηλικίας που έχουν μία καλή κατάσταση υγείας, θα πρέπει επίσης να ικανοποιούνται. Βοήθεια για αγορές, την ετοιμασία γευμάτων, το καθάρισμα, και την φροντίδα του σπιτιού αποτελούν συνήθως τις βασικές ανάγκες.

Η κάλυψη των **αισθητικών αναγκών** (έπαινος, τάξη, καθαριότητα και ομορφιά) και των **πνευματικών αναγκών** είναι επίσης πολύ σημαντική προκειμένου να αυξηθεί το γενικό επίπεδο ευεξίας στη ζωή ενός ατόμου μεγαλύτερης ηλικίας.

Συνοψίζοντας, αυτό που έχουν ανάγκη οι άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών είναι η **ενεργός γήρανση**. Αυτό σημαίνει ότι ένα άτομο είναι έτοιμο όχι μόνο για αυτοφροντίδα, αλλά και για να σχεδιάσει, να οργανώσει και να ζήσει τη ζωή του αξιοποιώντας τις ευκαιρίες για υγεία, συμμετοχή και ασφάλεια, προκειμένου να βελτιώσει την ποιότητα της ζωής του καθώς μεγαλώνει. Όπως δήλωσε το ιταλικό Istituto Superiore della Sanità, είναι ένας τρόπος για τα άτομα "να συνειδητοποιήσουν τη σωματική, κοινωνική και ψυχική τους ευημερία κατά τη διάρκεια της ζωής τους και να συμμετέχουν προσωπικά σε μια κοινωνία που από την πλευρά της παρέχει επαρκή προστασία και φροντίδα. Η λέξη "ενεργός" δεν αναφέρεται μόνο στο να είναι κανείς σωματικά δυνατός, αλλά και στο να συνεχίζει να συμμετέχει στην οικονομική, πολιτιστική και πολιτική ζωή της κοινότητας". (ISS, 2012)

Οι ανάγκες αυτές, που εντοπίστηκαν μέσω της βιβλιογραφικής έρευνας, αναδείχθηκαν επίσης και μέσα από συζητήσεις με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας. Το εταιρικό σχήμα του έργου πραγματοποίησε συνεντεύξεις και ομάδες εστίασης με 40 άτομα ηλικίας 65+ και 29 κοινωνικούς λειτουργούς από όλες τις συμμετέχουσες χώρες. Σκοπός της έρευνας ήταν ο εντοπισμός των αναγκών των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας ώστε να αντιμετωπιστεί η απομόνωσή τους και να ενισχυθεί η ενεργός συμμετοχή τους στην κοινωνική ζωή. Οι απαντήσεις των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας που συμμετείχαν στην έρευνα ήταν

ποικίλες λόγω του διαφορετικού τρόπου ζωής τους (πχ ζουν μόνοι τους, ζουν σε οίκο ευγηρίας, εξακολουθούν να ζουν με τον/την σύντροφό τους).

Κάποιοι από αυτούς φαίνονταν πολύ δραστήριοι και εξακολουθούσαν να εκτελούν καθημερινά δραστηριότητες όπως: τακτοποίηση και καθαρισμός του σπιτιού, ψώνια, μαγείρεμα, διάβασμα, περπάτημα, κηπουρική. Κάποιοι άλλοι, αντίθετα, δήλωσαν ότι συχνά βαριούνται κατά τη διάρκεια των ημερών και ότι δεν έχουν τίποτα να κάνουν. Σε γενικές γραμμές, όσοι ζουν σε οίκο ευγηρίας έχουν την πιο οργανωμένη ημέρα, τηρώντας το πρόγραμμα και αισθάνονται μέρος της κοινότητας υποδοχής (συμμετέχοντες από την Ιταλία, την Αυστρία, τη Λετονία), αλλά υπάρχουν και περιπτώσεις όπως ένας συμμετέχων από τη Γαλλία που δεν αισθάνεται μέλος της κοινότητας στην οποία ζει. Όσον αφορά εκείνους που ζουν μόνοι τους, ένιωθαν πιο ενσωματωμένοι στην κοινότητα όταν ζούσαν σε ένα χωριό ή σε μια μικρή κοινότητα όπου γνώριζαν πολλούς ανθρώπους στην περιοχή (Άγγλοι συμμετέχοντες). Ένας από τους συμμετέχοντες δεν συμμετέχει στην κοινότητα από προσωπική επιλογή. Δεν αισθάνεται ότι η κοινότητά του έχει ενδιαφέρουσες δραστηριότητες γι' αυτόν και απλά επιλέγει να ξοδεύει το χρόνο και τις προσπάθειές του αλλού.

Ορισμένοι συμμετέχοντες δήλωσαν ότι δεν αισθάνονται μοναξιά καθώς ζουν σε οίκο ευγηρίας ή συζούν με κάποιον/α σύντροφο, ενώ όσοι ζουν μόνοι τους αναφέρουν ότι αισθάνονται μοναξιά μερικές φορές και προσπαθούν να βρουν τρόπους να το αντιμετωπίσουν και να απασχοληθούν. Είναι ιδιαίτερα συγκινητική η απάντηση μιας Ελληνίδας συμμετέχουσας η οποία, όταν ρωτήθηκε αν νιώθει μοναξιά, είπε ότι της λείπει κάποιος να την αγκαλιάσει, η ανθρώπινη επαφή για την οποία βρίσκει παρηγοριά στις γάτες της.

Οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν στην καθημερινή τους ζωή ξεκινούν από την έλλειψη ενός **περιβάλλοντος φιλικού προς την ηλικία, έως τα προβλήματα υγείας, την κινητικότητα, την επιδεξιότητα** και γενικά την αντιμετώπιση της γήρανσης (**οικονομικές δυσκολίες, το να ξεχνούν ή να χάνουν πράγματα, το να μην ακούν ή βλέπουν καλά**).

Συχνή είναι και η αναφορά στη **δυσκολία των κοινωνικών επαφών**, καθώς πολλοί έχουν δεν έχουν πλέον στενούς ή φίλους, μια κατάσταση που σίγουρα επιδεινώνεται από την πανδημία που βρίσκεται ακόμη σε εξέλιξη. Τα περισσότερα από τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας που ερωτήθηκαν αισθάνονται ότι η πανδημία τους επηρέασε και ενίσχυσε το



αίσθημα μοναξιάς και απομόνωσης. Οι περισσότεροι σταμάτησαν να βλέπουν τους φίλους, την οικογένεια και, κυρίως, τα εγγόνια τους. Σε ορισμένους έλειπαν οι λέσχες/ομάδες και οι κοινότητες στις οποίες συμμετείχαν. Κάποιοι ένιωθαν ακόμη μεγαλύτερη πλήξη και απογοήτευση και τους έλειπε η δυνατότητα να ψωνίζουν και να κάνουν βασικές καθημερινές δραστηριότητες. Κάποιοι δήλωσαν ότι προσπαθούν να βρουν πράγματα για να απασχοληθούν τον χρόνο που προηγουμένως συναντούσαν ανθρώπους και ότι η επιστροφή στις κανονικές συνθήκες ζωής θα ήταν επίσης μια πρόκληση: οι ίδιοι και τα μέλη της οικογένειάς τους αισθάνονται ότι πρέπει να είναι πολύ προσεκτικοί, οπότε συχνά βλέπουν τα μέλη της οικογένειάς να φοβούνται, ενώ ακολουθούν επίσης τα μέτρα και τους περιορισμούς των επαφών.

Διαπιστώθηκε ότι, εκτός αν πρόκειται για μέλη της οικογένειας, τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας έχουν συνήθως ελάχιστες επαφές με άτομα άλλων ηλικιακών ομάδων, οι οποίες λαμβάνουν χώρα συνήθως στο πλαίσιο δραστηριοτήτων – όπως εθελοντισμός ή εκκλησιασμός – και οι δραστηριότητες μεταξύ των γενεών δεν αποτελούν κοινή πρακτική στην καθημερινή τους ζωή. Οι δραστηριότητες διαγενεακής μάθησης με παιδιά αξιολογήθηκαν ως πολύ ενδιαφέρουσες πρωτοβουλίες: ορισμένοι συμμετέχοντες φάνηκαν πολύ ενθουσιώδεις (Αυστριακοί συμμετέχοντες) και δήλωσαν απολύτως πρόθυμοι να συμμετάσχουν, εάν τους δοθεί η δυνατότητα. Σε άλλες περιπτώσεις, υπάρχουν και άτομα που προτιμούν να μην συμμετέχουν (Γάλλος συμμετέχων). Ωστόσο, σε κάποιες περιπτώσεις, διαπιστώθηκε ότι ορισμένοι φορείς είχαν συνεργαστεί με τοπικά σχολεία πριν την πανδημία Covid-19, όπου τα παιδιά επισκέπτονταν τους ενοίκους στο μονάδα φροντίδας και ανυπομονούσαν για αυτό (Ηνωμένο Βασίλειο και Αυστρία).

Παρόλα αυτά, η απομόνωση δεν αποτελεί πρόβλημα που δημιουργήθηκε λόγω της πανδημίας Covid-19, καθώς προϋπήρχε.

Στην ερώτηση τι πιστεύουν ότι θα μπορούσε να βελτιωθεί ώστε οι άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών να αισθάνονται ότι συμμετέχουν και δεν απομονώνονται, οι συμμετέχοντες απάντησαν ότι πρέπει να δοθεί μεγαλύτερη προσοχή στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας στο πλαίσιο της κοινότητας: δραστηριότητες, αλληλεπίδραση, πόροι για διδασκαλία και μάθηση. Συζητήθηκαν επίσης το οικονομικό σκέλος (ιδίως από συμμετέχοντες στην Αγγλία και την Ελλάδα), καθώς και οι δημοτικές παρεμβάσεις, αν και ορισμένοι συμμετέχοντες δηλώνουν ότι δεν χρειάζονται τίποτα περισσότερο και νιώθουν ότι είναι πλήρως ενσωματωμένοι στην κοινότητά τους (Λετονοί συμμετέχοντες).

Οι ομάδες εστίασης που διεξήχθησαν με επαγγελματίες που εργάζονται στον τομέα της φροντίδας και κοινωνικούς λειτουργούς ήταν επίσης χρήσιμες για τον εντοπισμό των αναγκών των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Οι αυστριακοί φροντιστές, για παράδειγμα, δήλωσαν ότι τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας συχνά έχουν μειωμένο **κίνητρο και προθυμία**. Οι Ιταλοί παρατήρησαν την ανάγκη να υπάρχουν **πιο αποτελεσματικές** υπηρεσίες **κοινωνικής βοήθειας** και κοινωνικής υγείας, **ενισχυμένες υπηρεσίες κατά τη διάρκεια της ημέρας με περισσότερες δραστηριότητες**, καθώς και **ισχυρή προώθηση της δικτύωσης**. Σε αντίθεση με ό,τι συμβαίνει στη Λετονία, όπου οι φροντιστές υποστηρίζουν ότι ο δήμος παρέχει τεράστια υποστήριξη και ότι τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας υποστηρίζονται παραπάνω από καλά, αλλά υπάρχει **έλλειψη ανθρώπινων πόρων** για την προώθηση και ενίσχυση της κοινωνικής ένταξης τους, καθώς κάθε άτομο μεγαλύτερης ηλικίας θέλει αμέριστη προσοχή (να μιλήσει, να πει την ιστορία της ζωής του), και οι **τεχνικοί πόροι**, όπως η πρόσβαση σε αναπηρικό αμαξίδιο, απαιτούν μεγάλο αριθμό εξειδικευμένων μεταφορών. Στο Ηνωμένο Βασίλειο, για παράδειγμα, οι εργαζόμενοι στη φροντίδα που συμμετείχαν στην έρευνα εξέφρασαν κατηγορηματικά ότι **δεν υπάρχουν αρκετές δραστηριότητες** στις κοινότητές τους στις οποίες να μπορούν να ενταχθούν τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας και ότι πολλά από αυτά απομονώνονται στο σπίτι τους χωρίς καμία συμβολή: διαπιστώθηκε ότι πολλοί άνθρωποι μεγαλύτερης ηλικίας είναι απαθείς και δεν αποδέχονται ότι χρειάζονται βοήθεια. Οι Γάλλοι κοινωνικοί λειτουργοί δήλωσαν ότι τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας που είναι ανεξάρτητα έχουν τη δυνατότητα (εκτός από την περίοδο της πανδημίας Covid-19) να συμμετέχουν σε δραστηριότητες. Όσοι όμως είναι απομονωμένοι στο σπίτι τους και χάνουν την αυτονομία τους δεν έχουν αυτή τη δυνατότητα και οι τοπικές αρχές δεν τους λαμβάνουν επαρκώς υπόψη. Δραστηριότητες όπως οι διαγενεακές δράσεις υπάρχουν ήδη, αλλά πρέπει να επεκταθούν και να ενισχυθούν. Στην Ελλάδα διαπιστώθηκε επίσης ότι οι ενήλικες μεγαλύτερων ηλικιών που παρακολουθούν δραστηριότητες στα διάφορα κέντρα και τις δομές, λαμβάνουν υποστήριξη. Όσοι δεν συμμετέχουν ενεργά, υποστηρίζονται από τις οικογένειες τους. Η παραδοσιακή ελληνική οικογένεια εξακολουθεί να δρα υποστηρικτικά και να φροντίζει τα άτομα της τρίτης ηλικίας και να τους συμπεριλαμβάνει στο πλαίσιο των οικογενειακών δραστηριοτήτων, αλλά και υπάρχουν πολιτικές, υπηρεσίες ή δραστηριότητες που παρέχονται από το κράτος ή οργανώσεις.

## Εκπαιδευτικές προσεγγίσεις

Σε κάθε χώρα του εταιρικού σχήματος του έργου υπάρχουν παραδείγματα εκπαιδευτικών προσεγγίσεων που εφαρμόστηκαν με επιτυχία και που κατάφεραν να αντιμετωπίσουν την απομόνωση και να ενισχύσουν την κοινωνική συμμετοχή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Οι παρεμβάσεις που φέρνουν τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών σε επαφή με ευκαιρίες ανάπτυξης και διατήρησης ουσιαστικών διαπροσωπικών σχέσεων μπορούν να καταπολεμήσουν το αίσθημα μοναξιάς: ατομικές παρεμβάσεις, ομαδικές υπηρεσίες και ευρύτερη εμπλοκή στην κοινότητα.

Ακολουθούν μερικά από τα παραδείγματα για την ενίσχυση της κοινωνικής συμμετοχής των ατόμων της μεγαλύτερης ηλικίας:

Στο **Ηνωμένο Βασίλειο**, υλοποιήθηκε το πρόγραμμα *Food for Life* για τη διερεύνηση της εργασίας μεταξύ των γενεών. Στο έργο αυτό μια ομάδα αντρών και γυναικών μεγαλύτερης ηλικίας συνεργάστηκε με παιδιά ενός δημοτικού σχολείου για την προώθηση της καλής διατροφής, τη βελτίωση της υγείας και της ευημερίας και την ενίσχυση της κοινωνικής ενσωμάτωσης. Οι δράσεις περιλάμβαναν την παροχή βοήθειας σε παιδιά ηλικίας 4 και 5 ετών που ξεκίνησαν το σχολείο ώστε να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους στη χρήση του μαχαιριού και του πιρουνιού και στη μαγειρική. Πραγματοποιήθηκε μια εκπαιδευτική δράση για την καλλιέργεια τροφίμων με τη συμμετοχή ειδικών στην καλλιέργεια από την κοινότητα. Το *Anam Cara* ήταν ένα ακόμη έργο με διαγενεαή προσέγγιση που ξεκίνησε το 2015 και το οποίο καταπολεμά τα στερεότυπα γύρω από την άνοια φέρνοντάς σε επαφή ενήλικους μεγαλύτερων ηλικιακών και μικρά παιδιά προς όφελος και των δύο ηλικιακών ομάδων. Δέκα παιδιά ηλικίας 3-5 ετών επισκέφθηκαν τους ενοίκους του οίκου ευγηρίας Anam Cara ηλικίας 55-98 ετών. Τα αναφερόμενα οφέλη για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας που συμμετείχαν συμπεριλάμβαναν αυξημένη κινητικότητα και ευελιξία, αυξημένη συνολική ευεξία, και την απόκτηση νέων δεξιοτήτων.

Στη **Γαλλία**, η ένωση Anima'Vie40 εργάζεται με άτομα μεγαλύτερων ηλικιών που ζουν στο σπίτι και χάνουν σταδιακά την ανεξαρτησία τους. Ο ρόλος της οργάνωσης είναι η δημιουργία δεσμών μέσω διαφόρων ατομικών δραστηριοτήτων (γνωστικές δραστηριότητες για την τόνωση της μνήμης, τόνωση των αισθήσεων, ευεξία, πρόληψη ατυχημάτων, γιόγκα, διαμεσολάβηση σε ζώα κ.λπ.), καθώς και πιο κοινωνικές δραστηριότητες (έξοδοι στον κινηματογράφο, εκθέσεις, εστιατόρια, επιτραπέζια

παιχνίδια, εργαστήρια μαγειρικής κ.λπ.). Ο σύλλογος "Vivre Avec" επικεντρώνεται στη διαγενεακή συγκατοίκηση και την αλληλεγγύη και δημιουργήθηκε το 2004 με βάση το γεγονός ότι άτομα μεγαλύτερης ηλικίας αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη διατήρηση κοινωνικών σχέσεων, ενώ οι νέοι σπουδαστές χρειάζονται ένα κατάλληλο περιβάλλον για να σπουδάσουν, το οποίο είναι δύσκολο να έχουν δεδομένης της έλλειψης θέσεων στις πανεπιστημιακές εστίες. Η διαγενεακή συγκατοίκηση έλυσε και τα δύο προβλήματα: ένας ενήλικας μεγαλύτερης ηλικίας αποδέχεται ότι ένας νέος άγνωστος άνθρωπος εισέρχεται στην καθημερινότητά του, διαθέτοντας ένα δωμάτιο στο σπίτι του με αντάλλαγμα στιγμές συναναστροφής.

Στην **Αυστρία**, η διαγενεακή εργασία ως καινοτόμος προσέγγιση στην προαγωγή της υγείας δοκιμάστηκε στο πιλοτικό πρόγραμμα "*Generationen bewegen*". Μια φορά την εβδομάδα, ενήλικες μεγαλύτερων ηλικιών και παιδιά νηπιαγωγείου συναντιόντουσαν για να κάνουν μαζί γυμναστική με τη συμμετοχή συγγενών, γονέων και φροντιστών και λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες των συμμετεχόντων. Τα μαθήματα διεξήχθησαν από έναν παιδαγωγό και έναν γηραγωγό και λόγω των θετικών αποτελεσμάτων στο τέλος του έργου δόθηκε έμφαση στη βιωσιμότητα και τη μεταφορά των αποτελεσμάτων μέσω, για παράδειγμα, της κατάρτισης του προσωπικού, παρουσιάσεων, δημοσιεύσεων και ενός ντοκιμαντέρ.

Επιπλέον, στην Αυστρία υπάρχουν αρκετά σπίτια πολλαπλών γενεών, στα οποία οι άτομα μεγαλύτερων ηλικιών ζουν μαζί με νεότερους ενήλικες σε ένα πλαίσιο αμοιβαίας ανταλλαγής.

Στη **Λετονία** η κυνοθεραπεία χρησιμοποιείται σε διάφορα κέντρα κοινωνικής φροντίδας ως μέθοδος για την καταπολέμηση της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Η θεραπεία με κατοικίδια χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση του αισθήματος μοναξιάς, παρέχοντας θετική σωματική επαφή, βελτιώνοντας τον καρδιακό ρυθμό, μειώνοντας το άγχος και προωθώντας την επικοινωνία. Επίσης, ορισμένα κέντρα κοινωνικής φροντίδας, οίκοι ευγηρίας, κέντρα ημέρας ή νοσοκομεία προσφέρουν συνεδρίες εικαστικής θεραπείας. Η θεραπεία μέσω των εικαστικών τεχνών είναι ένα από τα είδη των καλλιτεχνικών θεραπειών στις οποίες η δημιουργία και η παρατήρηση της τέχνης χρησιμοποιείται σε θεραπευτικό πλαίσιο, με στόχο την προαγωγή της νοητικής, σωματικής και συναισθηματικής ευεξίας των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Τα μαθήματα αυτά προσφέρονται σε άτομα με και χωρίς προβλήματα υγείας.

Στην **Ιταλία**, το επιστημονικό πρόγραμμα "*Ri-Generiamoci*" δημιουργήθηκε με σκοπό να συμβάλει στη διάδοση μιας κουλτούρας αλληλεγγύης μεταξύ των γενεών μέσα από δραστηριότητες με υψηλό περιεχόμενο κοινωνικής αλληλεπίδρασης, όπως το τραγούδι, η υποκριτική, η σύγκριση των γενεαλογικών δέντρων και οι επισκέψεις των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στο σχολείο. Το "*Le radici profonde non gelano*" είναι ένα άλλο έργο με στόχο την προώθηση της διαγενεακής κοινωνικοποίησης μεταξύ νέων και των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας, συμβάλλοντας στη διάδοση μιας "κουλτούρας των ριζών". Περιλαμβάνει δραστηριότητες για παιδιά, νέους και ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας με διάφορες θεματικές, από παιχνίδια και αρχαία παραμύθια, έως χειροτεχνίες και προφορική παράδοση από τους παππούδες και τις γιαγιάδες. Αξιοσημείωτο είναι επίσης και το σχέδιο "*Ενεργός γήρανση μεταξύ πολιτισμών και γενεών*", που δημιουργήθηκε το 2012 με σκοπό την χαρτογράφηση των πολλών δραστηριοτήτων που πραγματοποιήθηκαν τα τελευταία χρόνια στον τομέα της διαγενεακής και πολιτιστικής ζωής. Μεταξύ των δραστηριοτήτων που χαρτογραφήθηκαν είναι: Κέντρο συνάθροισης "Παππούδες και Εγγόνια" που αναπτύσσει απογευματινές δραστηριότητες μεταξύ ενηλίκων μεγαλύτερης ηλικίας και παιδιών και η "Καλοκαιρινή κατασκήνωση παππούδων και εγγονών" στην οποία παππούδες και εγγόνια συμμετείχαν σε διακοπές για την ανακάλυψη της φύσης και του σεβασμού του περιβάλλοντος.

Στην **Ελλάδα** αρκετοί φορείς και Δήμοι έχουν υλοποιήσει μαθήματα πληροφορικής για ενηλίκους μεγαλύτερων ηλικιών, ενώ το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας παρέχει διαδικτυακά μαθήματα. Λόγω των περιορισμών που εφαρμόστηκαν για την αναχαίτηση της πανδημίας Covid-19, δημιούργησαν μια πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης όπου οι συμμετέχοντες παρακολουθούν εβδομαδιαία εργαστήρια, κάνουν τις εργασίες τους, εκφράζουν ιδέες και σκέψεις και οικοδομούν σχέσεις. Μια άλλη πρωτοβουλία που αξίζει να αναφερθεί είναι το "Πρόγραμμα Φιλία σε κάθε Ηλικία: Για την καταπολέμηση της μοναξιάς και κοινωνικής απομόνωσης των ηλικιωμένων". Το πρόγραμμα περιλαμβάνει ομάδες εθελοντών που συγκροτούνται σε επίπεδο τοπικής κοινότητας-γειτονιάς. Οι ομάδες εθελοντών παρέχουν υποστήριξη στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας μέσω τηλεφωνικής επικοινωνίας ή κατ' οίκον επισκέψεων σε εβδομαδιαία βάση, καθώς και συλλογικών δραστηριοτήτων, εκδηλώσεων κ.λπ. Λόγω της νέας πανδημίας του κοροναϊού, οι επισκέψεις των εθελοντών στους δικαιούχους, καθώς και οι συλλογικές δραστηριότητες έχουν αντικατασταθεί με τακτική τηλεφωνική επικοινωνία.

## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

### Επαγγελματικές δεξιότητες και τυπικά προσόντα

Οι επαγγελματίες που εργάζονται στον τομέα της κοινωνικής φροντίδας με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας θα πρέπει να διαθέτουν υψηλό επίπεδο ενσυναίσθησης, υπομονή, μεγάλη αγάπη για τους ανθρώπους, διαχείρισης συναισθημάτων, γνήσια αγάπη για τα άτομα της τρίτης ηλικίας, εμπιστοσύνη, καλή επικοινωνία και κυρίως **επικοινωνιακές δεξιότητες**, ώστε να επιτελέσουν την εργασία τους με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Η **υπευθυνότητα** είναι απαραίτητη, όπως και η **κατανόηση**, ο **σεβασμός**, η **αποδοχή**, η **αντικειμενικότητα** και η **αμεροληψία**, η **ικανότητα εκτίμησης και ανάλυσης δεδομένων**, η **αξιολόγηση καταστάσεων** και, η **γνώση της κοινωνικής πολιτικής και των νομικών θεμάτων**. Όσον αφορά την εργασία με ενήλικες μεγαλύτερων ηλικιών, οι απαιτούμενες δεξιότητες και ικανότητες περιλαμβάνουν επίσης **στην ικανότητα να παρατηρεί κανείς**, όχι μόνο τι λέει κάποιος, αλλά και τι κάνει, πώς αισθάνεται, ποιες είναι οι προσδοκίες του και να μπορεί να διακρίνει αν είναι κάποιος πραγματικά ικανοποιημένος ή όχι. Όλα αυτά σε συνδυασμό με τη γνώση που απαιτείται αναφορικά με το τι σημαίνει να ανήκεις στην τρίτη ηλικία και τις επιπτώσεις που συνεπάγεται η γήρανση. Μια άλλη ιδιότητα που είναι σημαντική είναι η **δημιουργικότητα για την ενίσχυση της συμμετοχής** των συμμετεχόντων σε δραστηριότητες, κρατώντας το ενδιαφέρον και την ενεργητικότητά τους, δίνοντας πάντα προσοχή στις ανάγκες και τις επιθυμίες τους.

Εκτός των παραπάνω, τα τυπικά προσόντα που χρειάζονται οι κοινωνικοί λειτουργοί στην την εργασία τους με ενήλικους μεγαλύτερων ηλικιών μπορεί να διαφέρουν από χώρα σε χώρα.

Στο **Ηνωμένο Βασίλειο**, υπάρχουν πολλές μορφές φροντίδας για την τρίτη ηλικία, από τη φροντίδα στο σπίτι έως τη φροντίδα που παρέχεται σε οίκους ευγηρίας. Για να είναι κάποιος φροντιστής στο πλαίσιο της κατ' οίκον φροντίδας και της περίθαλψης στην κοινότητα δεν απαιτούνται τυπικά προσόντα, αλλά οι διαφορετικοί τίτλοι σπουδών υποδηλώνουν ένα επίπεδο πρακτικής κατάρτισης και δεξιοτήτων. Τα επίπεδα 1, 2 και 3 των τίτλων σπουδών μπορούν να παρέχουν καλές βασικές γνώσεις, αλλά δεν αποδεικνύουν ότι ο φροντιστής είναι καταρτισμένος και ικανός να παρέχει φροντίδα. Τα επίπεδα 2 και 3 των διπλωμάτων στον τομέα της υγείας και της κοινωνικής φροντίδας αποτελούν τα βασικά προσόντα για τους φροντιστές. Εξασφαλίζουν ότι οι φροντιστές

μπορούν να προσφέρουν ποιοτική φροντίδα και υποστήριξη και είναι ικανοί να ασκήσουν το επάγγελμα. Για κάθε άτομο με εκφυλιστικές νευρολογικές παθήσεις, άνοια και σύνθετες ανάγκες φροντίδας, ένας τίτλος σπουδών νοσηλευτικής μπορεί να είναι ωφέλιμος, καθώς οι ειδικευμένοι νοσηλευτές μπορούν να παρέχουν τεχνική και κλινική φροντίδα για τη διαχείριση πιο περίπλοκων περιπτώσεων. Οι συμμετέχοντες στην **ομάδα εστίασης** που έγινε στην **Αγγλία** θεωρούν ότι διαθέτουν τις απαραίτητες ικανότητες προκειμένου να ενισχύσουν την κοινωνική συμμετοχή ή την κοινωνική ένταξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας, όπως: υπομονή, προσοχή, ευελιξία και πιο συγκεκριμένες δεξιότητες, όπως το μαγείρεμα θρεπτικού φαγητού, ενθουσιασμός, σεβασμός, υπομονή, προσοχή, ευελιξία και αποδοχή της ισότητας.

Στη **Γαλλία**, εκτός των ιατρικών επαγγελματιών, υπάρχουν τρεις κατηγορίες κοινωνικών λειτουργών. Ο ιατρικός-ψυχολογικός βοηθός ενεργεί στο πλαίσιο μιας πολυεπαγγελματικής ομάδας, υπό την ευθύνη ενός κοινωνικού λειτουργού ή ενός παραϊατρικού επαγγελματία. Έχουν ρόλο ενίσχυσης, ενθάρρυνσης και υποστήριξης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην καθημερινή τους ζωή, αλλά και σε νοσοκομεία, εξειδικευμένες δομές και οίκους ευγηρίας. Οι λειτουργοί αναπτύσσουν δραστηριότητες που προωθούν την επικοινωνία, την προσαρμογή στην αλλαγή και την κοινωνική ζωή ως εργαζόμενοι ή σε νοσοκομεία και οίκους ευγηρίας ως εθελοντές. Οι εργαζόμενοι στην κατ' οίκον φροντίδα συνεργάζονται με διάφορους επαγγελματίες στον τομέα της υγείας και της κοινωνικής πρόνοιας, συνοδεύοντας τους ανθρώπους στην καθημερινή τους ζωή και ενθαρρύνοντας τις πνευματικές ή σωματικές τους δραστηριότητες. Σύμφωνα με τους Γάλλους συμμετέχοντες στην ομάδα εστίασης, η κατανόηση των αναγκών και των επιθυμιών των ανθρώπων βοηθά στην εξεύρεση λύσεων για την ενεργή συμμετοχή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας, καθώς και η γνώση του πώς να πείθουν χωρίς πίεση, σεβόμενοι το ρυθμό του κάθε ατόμου. Οι παιδαγωγικές και επικοινωνιακές δεξιότητες είναι απαραίτητες και η γνώση του τοπικού δικτύου θεμελιώδης. Είναι σημαντικό να υπάρχει κίνητρο και να αλλάξει ο τρόπος με τον οποίο η κοινωνία αντιμετωπίζει τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών.

Ένας κοινωνικός λειτουργός στη **Λετονία** πρέπει να έχει ολοκληρώσει την τριτοβάθμια εκπαίδευση στον κοινωνικό ή/και ιατρικό τομέα, μετά την οποία μπορεί να παρακολουθήσει εξειδικευμένα μαθήματα και σεμινάρια συνεχιζόμενης κατάρτισης. Οι κοινωνικοί λειτουργοί που συμμετείχαν στην έρευνα ανέφεραν ότι οι ικανότητες και οι

δεξιότητες που απαιτούνται για την υποστήριξη της κοινωνικής ενσωμάτωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας είναι κυρίως ανθρώπινες και επαγγελματικές ικανότητες, όπως οι δεξιότητες συνεργασίας, η προσανατολισμένη στις αξίες επαγγελματική δραστηριότητα, οι δεξιότητες ζωής (οργανωτικές και τεχνικές δεξιότητες) και οι κοινωνικές δεξιότητες (αμοιβαία επικοινωνία, λεκτική, μη λεκτική έκφραση).

Το επάγγελμα του γηριατρικού φροντιστή στην **Αυστρία** είναι επίσης γνωστό ως γηριατρικός/η νοσηλεύτης/τρια ή φροντιστής των ατόμων τρίτης ηλικίας. Οι φροντιστές παρέχουν υπηρεσίες στο σπίτι ή σε νοσοκομεία, οίκους ευγηρίας ή μονάδες φροντίδας, ανταποκρινόμενοι στις σωματικές, ψυχικές, κοινωνικές και πνευματικές ανάγκες των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας, όπως οι αγορές, ιατρική φροντίδα, προσωπική υγιεινή και παροχή πληροφοριών σχετικά με συντάξεις και παροχές. Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, μπορούν να οργανώσουν ιατρική περίθαλψη ή να συμβουλευτούν νοσηλεύτη. Ανάλογα με τα προσόντα τους, εργάζονται ως γηριατρικοί νοσηλευτές σε νοσοκομεία, οίκους ευγηρίας και μονάδες φροντίδας. Οι γηριατρικοί νοσηλευτές και οι βοηθοί νοσηλευτών συμμετέχουν άμεσα στις λειτουργίες του θαλάμου και αναφέρονται στη νοσηλεύτρια του θαλάμου. Η επαγγελματική κατάρτιση μπορεί να ολοκληρωθεί σε σχολή για επαγγέλματα κοινωνικής φροντίδας ή σε σχολή γηριατρικής νοσηλευτικής. Το πρακτικό μέρος της κατάρτισης πραγματοποιείται σε μια μονάδα φροντίδας. Η κατάρτιση για να γίνει κάποιος πιστοποιημένος κοινωνικός φροντιστής με έμφαση στη γηριατρική φροντίδα μπορεί επίσης να ολοκληρωθεί συμπληρωματικά για άλλους επαγγελματίες (π.χ. βοηθός νοσηλεύτη).

Στην **Ιταλία**, ο κοινωνικός λειτουργός υποστηρίζει τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας σε συνεργασία με άλλους επαγγελματίες που είναι υπεύθυνοι για την υγειονομική και κοινωνική περίθαλψη, αλλά σε σχέση με συγκεκριμένους ατομικούς στόχους στον τομέα της παρατήρησης και της φροντίδας. Στο πλαίσιο μιας οικιστική κοινότητα ο ρόλος των κοινωνικών λειτουργών συνίσταται στην εγκαθίδρυση μιας σχέσης αμοιβαιότητας και συμμετοχής στις καθημερινές δραστηριότητες. Για να γίνει κάποιος βοηθός ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί να σπουδάσει κοινωνική υποστήριξη, γεροντολογία ή γηριατρική στο πανεπιστήμιο ή, σε βασικό επίπεδο, να παρακολουθήσει μαθήματα κοινωνικής και υγειονομικής περίθαλψης. Η άποψη των Ιταλών κοινωνικών λειτουργών που συμμετείχαν στις ομάδες εστίασης σχετικά με τις δεξιότητες που πρέπει να διαθέτουν για να υποστηρίξουν τη συμμετοχή ή την κοινωνική ενσωμάτωση των ατόμων



μεγαλύτερης ηλικίας είναι ότι μπορεί πάντα να βελτιωθεί, αλλά η κοινωνική υπηρεσία γεννήθηκε ακριβώς για να προάγει την ευημερία του ατόμου και να ενισχύσει τη σχέση του με την κοινότητα στο σύνολό της. Για να γίνει αυτό, η δημιουργικότητα, η ενδυνάμωση, οι οργανωτικές δεξιότητες, και η ανάπτυξη δικτύων είναι απαραίτητες προκειμένου να προσφέρεται καλύτερη ποιότητα ζωής στους χρήστες των υπηρεσιών.

Για την άσκηση του επαγγέλματος του Κοινωνικού Λειτουργού στην **Ελλάδα** απαιτείται άδεια από το Υπουργείο Υγείας, η οποία χορηγείται από τις νομαρχίες της χώρας, μετά την αποφοίτηση από τα τμήματα Κοινωνικής Εργασίας των πανεπιστημίων της χώρας. Περαιτέρω γνώσεις την επαγγελματική ανάπτυξη μπορούν να αποκτηθούν μέσα από σπουδές, σεμινάρια και συνέδρια, ανταλλαγή εμπειριών και πρακτικών με συναδέλφους και εργασία στον τομέα αυτό. Όλοι οι κοινωνικοί λειτουργοί που συμμετείχαν στην ομάδα εστίασης, δήλωσαν ότι προσπαθούν να κρατούν τα άτομα της τρίτης ηλικίας τους όσο το δυνατόν πιο ενεργούς, με κίνητρα και ενδιαφέρον για τη ζωή. Αυτό προϋποθέτει σκληρή δουλειά: να είναι δημιουργικοί, ικανοί να αφουγκράζονται τις ανάγκες τους, ικανοί να δημιουργούν ένα ασφαλές περιβάλλον εμπιστοσύνης, να επιδεικνύουν υπομονή και αγάπη. Η κριτική σκέψη και η αυτοαξιολόγηση είναι κρίσιμες πτυχές του επαγγέλματος, καθώς και η εύρεση τρόπων για να συμμετέχουν τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών σε δραστηριότητες που τους αρέσουν, ώστε να διατηρούν το ενδιαφέρον και την ενεργητικότητά τους.

### **Δυσκολίες και ανάγκες**

Αναμφίβολα, οι κοινωνικοί λειτουργοί που εργάζονται δίπλα σε άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, αντιμετωπίζουν και αρκετές δυσκολίες. Σε γενικές γραμμές, υπάρχει διεθνώς **έλλειψη υγειονομικού προσωπικού**. Στην έκθεση "Health workforce requirements for universal health coverage and the Sustainable Development Goals", 2016, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας εκτιμά ότι μέχρι το 2030 θα υπάρχει ένα κενό σε υγειονομικό προσωπικό της τάξης των 14,5 εκατομμυρίων περίπου. Επιπλέον, στον τομέα της κοινωνικής φροντίδας ενηλίκων, το προσωπικό επηρεάζεται από την **έλλειψη αξίας που δίνει η κοινωνία** σε αυτό το επάγγελμα και τα **δυσανάλογα επίπεδα αμοιβών**. Τα προβλήματα αυτά μεταφράζονται σε **περιορισμένες δυνατότητες κατάρτισης** για το προσωπικό κοινωνικής υγείας, καθώς και σε λιγοστές ευκαιρίες μάθησης και **ελλιπή υποστήριξη** για τη δημιουργία νέων δραστηριοτήτων για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας. Τα αποτελέσματα των ομάδων εστίασης με τη συμμετοχή εργαζομένων στην περίθαλψη,

κοινωνικών λειτουργιών, και εθελοντών που εργάζονται δίπλα σε άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, έδειξαν ότι ελάχιστα άτομα σε όλες τις χώρες γνώριζαν κάποια διαθέσιμη εκπαιδευτική δράση, ιδίως δράσεις που επικεντρώνονται στην καταπολέμηση της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας ή/και τη δημιουργία διαγενεακών δραστηριοτήτων.

Στο **Ηνωμένο Βασίλειο**, κανείς από τους επαγγελματίες που συμμετείχαν στην ομάδα εστίασης δεν γνώριζε για κάποια διαθέσιμη εκπαιδευτική δράση σχετική με τις παραπάνω θεματικές, ενώ ανέφεραν ότι δεν αισθάνονται επαρκή υποστήριξη στο έργο τους για τη δημιουργία νέων δραστηριοτήτων. Θα ήθελαν να κάνουν περισσότερα για να υποστηρίξουν τη συμμετοχή τωντόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην, και για αυτό και ενδιαφέρονταν πολύ για οποιαδήποτε δωρεάν εκπαίδευση μπορεί να είναι διαθέσιμη. Ωστόσο, αυτό συχνά δεν είναι εφικτό λόγω του **φόρτου εργασίας και του κόστους**. Το κόστος και ο χρόνος αποτελούν τα κυριότερα εμπόδια στη δημιουργία νέων δραστηριοτήτων.

Στη **Γαλλία** υπάρχει επίσης έλλειψη εκπαιδευτικών δράσεων. Κανείς από τους Γάλλους κοινωνικούς λειτουργούς που συμμετείχαν στην έρευνα δεν γνώριζε κάτι σχετικά με διαγενεακές εκπαιδευτικές δράσεις: κάποιοι από αυτούς θεωρούν ότι οι διαγενεακές δραστηριότητες είναι εύκολες, όπως το να τραγουδούν ή να μαγειρεύουν μαζί, ενώ ένας άλλος συμμετέχοντας δεν θα ενδιαφερόταν για τέτοιου είδους εκπαίδευση καθώς θεωρεί ότι εκπαιδεύσεις σχετικά με την γηριατρικής ή τις καλές θεραπείες είναι πιο περισσότερο επιτακτικές. Συζητήθηκε επίσης το γεγονός ότι οι δραστηριότητες που προσφέρονται είναι μόνο για άτομα μεγαλύτερης ηλικίας που είναι πιο ανεξάρτητα, αλλά υπάρχει υποστήριξη από τη διοίκηση και άλλους συναδέλφους στη δημιουργία νέων δραστηριοτήτων, όμως πάντα σε συνάρτηση με τον διαθέσιμο προϋπολογισμό.

Στη **Λετονία** οι γνώσεις και οι δεξιότητες αυξάνονται και βελτιώνονται τακτικά σε σεμινάρια και μαθήματα, στο μέτρο του δυνατού. Για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια της περιόδου της πανδημίας, οι ερωτηθέντες εργαζόμενοι σε υπηρεσίες κοινωνικής φροντίδας έλαβαν ένα ευρύ φάσμα διαδικτυακής κατάρτισης σχετικά με τα φαινόμενα της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Ανέφεραν ότι γνωρίζουν μια σειρά δραστηριοτήτων και ευκαιριών για την ενσωμάτωση των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών που πραγματοποιούνται στο χώρο εργασίας τους και ότι η διοίκησή τους υποστήριζε

πάντα τις νέες δραστηριότητες. Όπως και στις άλλες χώρες, μπορεί να υπάρξουν προβλήματα που σχετίζονται με το **κόστος και το φόρτο εργασίας**.

Ο φόρτος εργασίας είναι ένα ζήτημα που αναδύθηκε και στο **αυστριακό** πλαίσιο, οι βάρδιες στα νοσοκομεία ή τις νοσηλευτικές μονάδες είναι σχεδόν πάντα υποστελεχωμένες. Οι **εναλλασσόμενες βάρδιες, οι διακοπές, οι αναρρωτικές άδειες και τα μέτρα περικοπής του κόστους των εγκαταστάσεων** σημαίνουν ότι ένας νοσηλευτής είναι υπεύθυνος για επτά έως δέκα ασθενείς. Επιπλέον, οι επαγγελματίες υγείας είναι (σχεδόν) πάντα **κακοπληρωμένοι**. Η **ψυχολογική και σωματική καταπόνηση** είναι ένα άλλο σημαντικό ζήτημα, καθώς οι φροντιστές θα πρέπει να είναι σε θέση να αντιμετωπίζουν τόσο το ψυχικό όσο και το σωματικό στρες.

Όσον αφορά τη φροντίδα των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην **Ιταλία**, ένα θεμελιώδες πρόβλημα είναι ο **κατακερματισμός των δημόσιων παρεμβάσεων**, οι οποίες παρέχονται από διαφορετικούς φορείς που δεν συντονίζονται μεταξύ τους (Gori, 2021), ενώ η **έλλειψη χρηματοδότησης** για τις προσωπικές υπηρεσίες και ο **χαμηλός προϋπολογισμός** αποτελούν αδυναμία, όπως και σε όλες τις άλλες χώρες. Ένα άλλο πρόβλημα έγκειται στην **απουσία ενός εθνικού συστήματος παρακολούθησης της φροντίδας** των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και στην **έλλειψη υπηρεσιών υποστήριξης** που θα βοηθήσουν τα άτομα αυτά να βρουν μια νέα μορφή ενσωμάτωσης με τις νέες γενιές (NNA, 2021). Οι κοινωνικοί λειτουργοί που ερωτήθηκαν δεν γνώριζαν τις ευκαιρίες κατάρτισης στο θέμα της κοινωνικής ένταξης και της διαγενεακής μάθησης και συμφώνησαν ότι οι διαθέσιμες δραστηριότητες είναι περιορισμένες. Ωστόσο, αισθάνονται ότι υποστηρίζονται από τους συναδέλφους τους και τη διοίκηση στο να προτείνουν νέες δραστηριότητες, οι οποίες, εφόσον κριθούν χρήσιμες, μπορούν να προγραμματιστούν.

Οι κοινωνικοί λειτουργοί από την **Ελλάδα** επεσήμαναν την **έλλειψη κινήτρων** μεταξύ των συναδέλφων και των προϊσταμένων τους, οι οποίοι συχνά τείνουν απλώς να "τσεκάρουν κουτάκια", χωρίς πραγματικά να παρέχουν προσαρμοσμένες υπηρεσίες ή να καταβάλλουν επιπλέον προσπάθειες για την κάλυψη των αναγκών των ωφελούμενων. Αυτή η έλλειψη κινήτρων αποδίδεται, όπως και στις άλλες χώρες, στην **έλλειψη χρηματοδότησης** που έχει ως αποτέλεσμα την **έλλειψη προσωπικού** και τον περιορισμό της υλοποίησης δράσεων και πρωτοβουλιών. Οι ευκαιρίες κατάρτισης που παρέχονται είναι ελάχιστες, αφήνοντας στο άτομο να αναζητήσει γνώσεις και νέες ιδέες. Δεν γνωρίζουν τις διαθέσιμες ευκαιρίες κατάρτισης στον τομέα της κοινωνικής ένταξης μέσω διαγενεακών δραστηριοτήτων,

εκτός από δραστηριότητες μικρής κλίμακας που προτείνονται από ΜΚΟ και αναδεικνύεται η μεγάλη **ανάγκη για προγράμματα** καθώς και για **ειδικούς και επαγγελματίες** και μια βάση πολιτικής βούλησης. Οι συμμετέχοντες στην Ελλάδα δήλωσαν συγκεκριμένα την ανάγκη για κατάρτιση σε ιατρικά θέματα, θέματα προσωπικής ανάπτυξης και διοικητικές δεξιότητες: κατά την προσωπική τους γνώμη τους, η κριτική σκέψη και η αυτοαξιολόγηση είναι επίσης κρίσιμες πτυχές, εκτός από την εξεύρεση τρόπων προστασίας από την επαγγελματική εξουθένωση.

Άλλα κοινά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι επαγγελματίες και οι μη επαγγελματίες φροντιστές είναι η ικανότητα παροχής εξατομικευμένης προσέγγισης σε κάθε πελάτη, η **συναισθηματική εξουθένωση**, η ικανότητα **συμμετοχής των συγγενών** στις δραστηριότητες, και η **γνώση των σοβαρών ψυχικών διαταραχών**. Η κατάσταση επιδεινώθηκε ακόμη περισσότερο κατά τη διάρκεια της επιδημίας Covid-19. Οι εντολές περιορισμού επηρέασαν τους κοινωνικούς λειτουργούς τόσο ψυχολογικά όσο και επαγγελματικά, καθώς δεν μπορούσαν να σχεδιάσουν ή να προγραμματίσουν καμία δραστηριότητα για τους ωφελούμενους τους, γεγονός που προκάλεσε απώλεια κινήτρων αντιλαμβανόμενοι τα πάντα πιο δύσκολα.

## ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

Καλές πρακτικές που επικεντρώνονται στην αντιμετώπιση της απομόνωση των ατόμων της μεγαλύτερης και την υποστήριξη της κοινωνικής τους ενσωμάτωση τους, και οι οποίες εφαρμόζονται στο Ηνωμένο Βασίλειο, τη Γαλλία, την Αυστρία, τη Λετονία, την Ιταλία και την Ελλάδα, αποτελούν σημαντικά παραδείγματα του τρόπου με τον οποίο οι δράσεις κοινωνικής ενσωμάτωσης μπορούν να έχουν θετικό αντίκτυπο τόσο στα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών όσο και στους νέους/παιδιά που συμμετέχουν σε αυτές. Οι δράσεις αυτές συμπεριλαμβάνουν Αφηγήσεις, Διαγενεακή Μάθηση, Παιχνίδια και Προώθηση της Κοινωνικής Συμμετοχής των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών και για κάθε μία από αυτές περιγράφεται η δραστηριότητα, το πλαίσιο εφαρμογής, η ομάδα-στόχος, οι ανάγκες στην αντιμετώπιση των οποίων στοχεύουν, η προσέγγιση που χρησιμοποιείται, οι προκλήσεις και καινοτομίες της κάθε δράσεις, καθώς και χρήσιμες αναφορές για περαιτέρω πληροφορίες.

Παρατίθεται ενδεικτικά μία καλή πρακτική που εφαρμόζεται σε κάθε μία από τις συμμετέχουσες χώρες θα αναφερθεί παρακάτω στο σύνολό της. Περαιτέρω καλές πρακτικές, καθώς και σύνδεσμοι για περισσότερες πληροφορίες, αναφέρονται επιγραμματικά στην παρούσα έκθεση και είναι διαθέσιμες αναλυτικότερα στις επιμέρους εθνικές εκθέσεις.

### ΗΝΩΜΕΝΟ ΒΑΣΙΛΕΙΟ

<b>Τίτλος</b>	Joining Generations with Imagination (Ενώνοντας γενιές με φαντασία)
<b>Πλαίσιο εφαρμογής</b>	Ωριαίες συναντήσεις πραγματοποιούνται σε 13 μονάδες φροντίδας στο Worcestershire του Ηνωμένου Βασιλείου, όπου έως και 12 παιδιά από 10 τοπικά νηπιαγωγεία και παιδικούς σταθμούς επισκέπτονται τις εγκαταστάσεις σε δεκαπενθήμερη βάση για να λάβουν μέρος στις συναντήσεις.
<b>Ομάδα - στόχος</b>	Ένοικοι μονάδων φροντίδας
<b>Ανάγκες</b>	Καταπολέμηση της μοναξιάς και της απομόνωσης, αλληλεπίδραση και διαγενεακές σχέσεις και μάθηση.
<b>Περιγραφή</b>	Οι βασικές συναντήσεις περιλαμβάνουν ένα ιδιαίτερο συνδυασμό διαδραστικής αφήγησης και θεατρικού παιχνιδιού. Η βάση για κάθε συνάντηση είναι μια πρωτότυπη ιστορία του Debutots, όπως το "Δεν βλέπεις ότι έχουμε μολύνει τη θάλασσα", το οποίο αναφέρεται σε ένα δελφίνι του οποίου η θάλασσα είναι γεμάτη σκουπίδια.
<b>Εκπαιδευτική προσέγγιση</b>	Τα παιδιά κάθονται σε έναν κύκλο περιτριγυρισμένα από τους ενοίκους και σκαρφαλώνουν κάτω από ένα αλεξίπτωτο παριστάνοντας τα δελφίνια, ενώ οι ένοικοι το κουνούν ελαφρά παριστάνοντας τα κύματα. Βάζουν μουσική της δεκαετίας του

	1940 και του 1950, η οποία δίνει ευκαιρίες για αναμνήσεις και τραγούδι.
<b>Προκλήσεις και καινοτομία</b>	Η μεγαλύτερη πρόκληση σε ορισμένες περιπτώσεις είναι να μεταφέρουν τα παιδιά από τον παιδικό σταθμό στα μονάδες φροντίδας, με ορισμένους σταθμούς να πρέπει να πληρώσουν για ένα πούλμαν, το οποίο μπορεί να είναι δαπανηρό. Τα οφέλη, ωστόσο, είναι σαφή.
<b>Χρήσιμοι σύνδεσμοι</b>	<a href="https://www.debutots.co.uk">Joining Generations with Imagination   Debutots www.debutots.co.uk</a>

Άλλες καλές πρακτικές από το Ηνωμένο Βασίλειο:

- Bringing Together, learning together, growing together (Βρισκόμενοι μαζί, μαθαίνοντας μαζί, μεγαλώνοντας μαζί): συγκεντρώσεις 15 ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας από την τοπική κοινότητα που αντιμετωπίζουν άνοια, απομόνωση ή κατάθλιψη για να εργαστούν με παιδιά μικρότερων ηλικιών.  
[https://downshallprimary.co.uk/redbridge/primary/downshall/arenas/websitecontent/web/digbrochurev3-sept20192\(1\).pdf](https://downshallprimary.co.uk/redbridge/primary/downshall/arenas/websitecontent/web/digbrochurev3-sept20192(1).pdf)
- Old's Cool: στοχεύει στο να εκπαιδεύσει και να υποστηρίξει νέους που κινδυνεύουν να αποχωρήσουν από το σχολείο, να προωθήσει τις διαγενεακές δραστηριότητες με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας και να παρουσιάσει έναν απολογισμό του έργου του στην ευρύτερη κοινότητα.  
<https://education.gov.scot/improvement/documents/cld32-olds-cool-ip.pdf>
- Homeshare UK: αποσκοπεί στο να μοιραστεί τα ευρεία κλίμακα οφέλη από την επαφή ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών που διαθέτουν ελεύθερα δωμάτια με ένα νεότερο άτομο, το οποίο παρέχει ένα συμφωνημένο ποσό υποστήριξης σε αντάλλαγμα με την οικονομικά προσιτή στέγαση.  
<https://www.stmonicastrust.org.uk/national-intergenerational-week/homeshare-uk-case-study>

<b>Τίτλος</b>	“Génération et cultures” (Γενιές και πολιτισμοί)
<b>Πλαίσιο εφαρμογής</b>	Ένας σύλλογος με έδρα τη Βόρεια Γαλλία, ο οποίος δραστηριοποιείται σε διαγενεακές δραστηριότητες, πρωτοβουλίες στέγασης και αλληλεγγύης.
<b>Ομάδα - στόχος</b>	Απομονωμένα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας
<b>Ανάγκες</b>	Απομόνωση της τρίτης ηλικίας, στέγαση
<b>Περιγραφή</b>	Οι κύριες σκοποί συμπεριλαμβάνουν: Δημιουργία δράσεων που αναπτύσσουν δεσμούς μεταξύ ανθρώπων διαφορετικών ηλικιών και πολιτισμών - με στόχο να διασφαλιστεί ότι οι δράσεις αυτές είναι βιώσιμες. Οργάνωση στέγασης για νέους σε κατοικίες που καταλαμβάνονται, κατά κανόνα, από την απομονωμένη τρίτη ηλικία. Ανάπτυξη των δεξιοτήτων των επαγγελματιών που εργάζονται στον τομέα της διαγενεακής συνεργασίας, οργανώνοντας ανταλλαγές μεταξύ των επαγγελματιών και μέσω της συμμετοχής στην εκπαίδευσή τους.
<b>Εκπαιδευτική ή προσέγγιση</b>	Πολυδιάστατη προσέγγιση
<b>Προκλήσεις και καινοτομία</b>	Η ενεργός εμπλοκή του ατόμου μεγαλύτερης ηλικίας
<b>Χρήσιμοι σύνδεσμοι</b>	<a href="https://www.generationsetcultures.fr/">https://www.generationsetcultures.fr/</a>

Άλλες καλές πρακτικές από τη Γαλλία:

- Εφαρμογή COV ON: ένα μάθημα ζωής σε μορφή πολυμέσων που δημιουργήθηκε από κοινού με επαγγελματίες για την ενίσχυση της επαγγελματικής σταδιοδρομίας ατόμων σε ευάλωτες καταστάσεις  
<https://www.cov-on.eu/>
- Lire et faire lire (διάβασε και κάνε να διαβάσουν): εθνικό πρόγραμμα για την προώθηση της ανάγνωσης και της αλληλεγγύης μεταξύ των γενεών  
<https://www.lireetfairelire.org/>
- Δύο λεπτά μαζί: διαγενεακό παιχνίδι για την ανάπτυξη των ανθρώπινων σχέσεων και τη θετική ανάπτυξη των συζητήσεων που εγκαινίασε η Raphaëlle de Foucauld

ΛΕΤΟΝΙΑ

<b>Τίτλος</b>	"Η Κοινότητά μου 2020" (2018.-2021). "
<b>Πλαίσιο εφαρμογής</b>	Δήμος Gulbene. Το έργο βασίζεται στην ανάπτυξη νέων καινοτόμων μεθόδων και προσεγγίσεων που θα συμβάλουν στην έρευνα για τον ψηφιακό γραμματισμό και την πολιτιστική κληρονομιά.
<b>Ομάδα - στόχος</b>	Δημοτικοί κάτοικοι - άτομα μεγαλύτερων ηλικιών που αντιμετωπίζουν δυσκολίες και κοινωνική απομόνωση.
<b>Ανάγκες</b>	Στοχεύει στην ενίσχυση των ψηφιακών δεξιοτήτων, χρήσιμων δεξιοτήτων, ικανοτήτων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην καθημερινή ζωή, την κοινωνική ενσωμάτωση, και την ενεργή συμμετοχή των πολιτών στα κοινά.
<b>Περιγραφή</b>	Δραστηριότητες για τους συμμετέχοντες: Συμμετοχή σε μια 30ωρη εκπαίδευση ψηφιακών δεξιοτήτων με θέμα "Γνωρίστε την πολιτιστική ιστορία του νομού: ακούστε, πείτε ιστορίες και δημιουργήστε ιστορίες", με αυτόνομη εκμάθηση και προετοιμασία μιας ιστορίας βίντεο διάρκειας 2-3 λεπτών για ανάρτηση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Κατά τη διάρκεια της κατάρτισης, οι συμμετέχοντες βελτίωσαν τις γνώσεις τους στον τομέα της τοπικής πολιτιστικής ιστορίας, απέκτησαν δεξιότητες σχετικά με τον τρόπο προετοιμασίας για μια συνέντευξη και τη λήψη συνεντεύξεων, τον τρόπο δημιουργίας και αφήγησης ιστοριών, έμαθαν να δημιουργούν μια σύντομη βιντεοϊστορία στο πρόγραμμα Movie Maker, γνώρισαν από κοντά το τηλεοπτικό έργο του Vidzeme. Αξιολογώντας αυτό το εκπαιδευτικό πρόγραμμα, αρκετοί συμμετέχοντες αναγνώρισαν ότι οι πληροφορίες που έλαβαν ήταν χρήσιμες και τώρα τους βοηθούν να 43 περιηγηθούν καλύτερα στη σημερινή εποχή των μέσων ενημέρωσης και της ψηφιακής εποχής. Ως ένα από τα οφέλη, οι συμμετέχοντες θεωρούν την παραγωγή βίντεο, η οποία είναι δυνατή τόσο με τη βοήθεια ενός smartphone όσο και ενός υπολογιστή. Στο τέλος της κατάρτισης, οι συμμετέχοντες έκαναν προτάσεις που θέλουν να μάθουν στο μέλλον: αναζήτηση πληροφοριών στο διαδίκτυο, εργασία στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ασφάλεια στο διαδίκτυο
<b>Εκπαιδευτική ή προσέγγιση</b>	Αφηγηματική προσέγγιση
<b>Προκλήσεις και καινοτομία</b>	Διδάσκει στους συμμετέχοντες νέες δεξιότητες και ικανότητες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην καθημερινή ζωή, βελτιώνοντας τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες και αυξάνοντας την αυτοπεποίθησή τους.



<b>Χρήσιμοι σύνδεσμοι</b>	<a href="https://www.facebook.com/My-Community-2020-893155357540688/">https://www.facebook.com/My-Community-2020-893155357540688/</a>
---------------------------	---

Άλλες καλές πρακτικές που εφαρμόζονται στο δήμο Gulbene της Λετονίας:

- Μέτρα προαγωγής της υγείας και πρόληψης ασθενειών στο δήμο Gulbene (2017 - 2023): Στόχος του έργου είναι η βελτίωση της πρόσβασης σε υπηρεσίες προαγωγής της υγείας για τους κατοίκους του δήμου Gulbene, ιδίως για εκείνους που βρίσκονται σε κίνδυνο φτώχειας και κοινωνικού αποκλεισμού.
- Εθελοντική εργασία: Σκοπός του έργου ήταν να δώσει μια νέα ώθηση σε άτομα άνω των 50 ετών να ασχοληθούν με τον εθελοντισμό, να αναδείξει τη σημασία του, να τους παρακινήσει να συμμετάσχουν σε διάφορες δραστηριότητες και να συμμετέχουν στην κοινότητα.
- Ενίσχυση της αυτοπεποίθησης: έργο "Silver Sharing Initiative" (2015 - 2017): το έργο αποσκοπεί στην αύξηση της συμμετοχής των ατόμων της μεγαλύτερης ηλικίας στη δια βίου μάθηση και στη μείωση των ηλικιακών διακρίσεων, χρησιμοποιώντας μία καινοτόμο μεθοδολογία μη τυπικής εκπαίδευσης.

#### ΑΥΣΤΡΙΑ

<b>Τίτλος</b>	Νηπιαγωγείο "Purz'lbaum"
<b>Πλαίσιο εφαρμογής</b>	Το νηπιαγωγείο "Purzelbaum" στεγάζεται στον οίκο ευγηρίας του "Hetzendorf" κοντά στη Βιέννη. Αποτελεί έναν εποικοδομητικό παράγοντα για τα παιδιά καθώς και για τους ενοίκους του οίκου ευγηρίας. Κοινές δραστηριότητες όπως γυμναστική, χειροτεχνία, εκδρομές, φεστιβάλ στον ετήσιο κύκλο συνδέουν τις γενιές.
<b>Ομάδα - στόχος</b>	Και οι δύο γενιές επωφελούνται από το έργο: η αμοιβαία αποδοχή και ο σεβασμός ασκούνται και βιώνονται καθημερινά. Τα παιδιά βιώνουν πολλή αγάπη και προσοχή από τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, μαθαίνουν από αυτούς και μαθαίνουν επίσης να είναι ευγενικά απέναντί τους. Τα παιδιά, με τη σειρά τους, δίνουν στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας πολλή χαρά και ζωτική ενέργεια. Η εμπειρία δείχνει ξεκάθαρα ότι από τη διεπιστημονική συνεργασία προκύπτουν ουσιαστικές συνέργειες και ότι πραγματοποιείται μεταφορά γνώσεων στους διάφορους τομείς. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα την αύξηση της παρεχόμενης ποιότητας για όλους τους εμπλεκόμενους. Οι επαφές αναπτύσσονται σταδιακά και συνοδεύονται προσεκτικά από τους φροντιστές, τους εμψυχωτές, τους εργοθεραπευτές και τους εθελοντές που εργάζονται με τους ενοίκους και των παιδιά του Purz'lbaum. Τα παιδιά και άνθρωποι μεγαλύτερων

	<p>ηλικιών απολαμβάνουν να είναι μαζί. Βιώνουν, παρατηρούν και θαυμάζουν ο ένας τον άλλον. Όλοι οι εμπλεκόμενοι μαθαίνουν να αντιμετωπίζουν ο ένας τον άλλον με προσοχή και αμοιβαίο σεβασμό.</p>
<b>Ανάγκες</b>	<p>Τα παιδιά και τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών ανήκουν στις πιο αδύναμες ομάδες της κοινωνίας μας. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό και μείζον καθήκον να σεβόμαστε τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας και να μην τους απομακρύνουμε, ενώ ταυτόχρονα να σεβόμαστε τα παιδιά και τις ιδιαίτερες ανάγκες τους και να τα λαμβάνουμε σοβαρά υπόψη. Οι αντίστοιχοι τρόποι ζωής των διαφόρων γενεών έχουν οδηγήσει στο γεγονός ότι πολλά από τα παιδιά μας έρχονται σε επαφή με ανθρώπους μεγαλύτερων ηλικιών μόνο σποραδικά. Αντίθετα, πολλοί άνθρωποι σε μεγαλύτερες ηλικίες χάνουν την επαφή τους με νεότερους, επειδή οι διαφορετικές γενιές δεν ζουν πλέον κάτω από την ίδια στέγη. Ο κόσμος των παιδιών, καθώς και οι συνθήκες διαβίωσης των ατόμων της τρίτης ηλικίας, βρίσκονται συχνά μακριά από το κέντρο της κοινωνικής, πολιτιστικής και οικονομικής ζωής της κοινωνίας μας. Και υπάρχουν και άλλοι παραλληλισμοί μεταξύ παιδιών και των ανθρώπων μεγαλύτερων ηλικιών, είτε πρόκειται για τον δικό τους ρυθμό ζωής, είτε για την ανάγκη τους για φροντίδα, στοργή και υποστήριξη στις καθημερινές δραστηριότητες. Ως εκ τούτου, η ιδέα της φροντίδας παιδιών και των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας σε ένα σπίτι, κάτω από μια στέγη, είναι προφανής και συναρπαστική: Να συναντιούνται, να παίζουν μαζί, να κάνουν γυμναστική, χειροτεχνία, να τραγουδούν και να γιορτάζουν ή απλώς να διασκεδάζουν και να νιώθουν τη χαρά της ζωής.</p>
<b>Περιγραφή</b>	<p>Στην ομάδα των παιδιών στο "Purzelbaum", παρέχεται φροντίδα σε παιδιά από την ηλικία των 12 μηνών σε μια ομάδα έως 14 παιδιών. Τραγουδούν, χορεύουν, ζωγραφίζουν ή ξεκουράζονται κατά τη διάρκεια ήσυχων ασκήσεων. Διαγενεακή εργασία με παιδιά και άτομα μεγαλύτερων ηλικιών: Η ομάδα παιχνιδιού βρίσκεται σε ένα συγκρότημα διαμερισμάτων για συνταξιούχους και αποτελεί απόδραση για τα παιδιά, καθώς και για τους ενοίκους του συγκροτήματος. Κατά τη διάρκεια του πρωινού, πραγματοποιούνται κοινές δραστηριότητες με τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας. Οι ομάδες είναι συνήθως χωρισμένες. Από την εμπειρία είναι σαφές ότι οι μικρές ομάδες των 7 μόνο παιδιών είναι συνήθως πιο αρμονικές για τα ίδια τα παιδιά και τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών. Διαθέτουν μια ευρεία επιλογή από πολλούς χώρους, όπως η αίθουσα άθλησης, μια αίθουσα εργασίας, μια αίθουσα σεμιναρίων, έναν κήπο και ένα άνετο καθιστικό στο ισόγειο του συγκροτήματος, που τους επιτρέπουν να εργάζονται σε μικρές ομάδες. Μερικές φορές τους αρέσει επίσης να επισκέπτονται τους ενοίκους στη μονάδα φροντίδας. Οι δραστηριότητες με τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας αποτελούν τακτικό μέρος της καθημερινής ρουτίνας. Οι ακόλουθες δραστηριότητες αποτελούν μέρος του καθημερινού προγράμματος: - Ώρα χειροτεχνίας - περίπατοι - συνεδρίες ζωγραφικής - παιχνίδια παζλ - γύρος</p>

	<p>ζώνων - ομάδα Μοντεσσόρι - αφηγήσεις παραμυθιών (και από το "παρελθόν") - ψήσιμο κέικ, μαγείρεμα μήλων στιφάδο κ.λπ. - Γιορτές γενεθλίων από 1 ½ - 110 ετών - Γύρος γεύματος - Γύρος γυμναστικής - Τρέξιμο, παιχνίδι με μπάλα και πλατσούρισμα στον κήπο - Κύκλος του χρόνου: χρωματίζουμε πασχαλινά αυγά, φτιάχνουμε φαναράκια, ψήνουμε χριστουγεννιάτικα κουλουράκια - Γιορτάζουμε μαζί πολλές γιορτές</p>
<b>Εκπαιδευτική ή προσέγγιση</b>	<p>Ολιστική μάθηση: εκτός από τη μάθηση μέσω του παιχνιδιού με όλες τις αισθήσεις τους, τα παιδιά βιώνουν τη ζωή στο σύνολό της: από τη γέννηση και τη βρεφική ηλικία μέχρι τη γήρανση και το θάνατο. Η παιδική ομάδα Purzelbaum ενσωματώνει προσεγγίσεις από την "EmmiPikler", τη "Μοντεσσόρι", το "Waldorf" και τη "Renate Zimmer".</p>
<b>Προκλήσεις και καινοτομία</b>	<p>Η επαφή μεταξύ των παιδιών και των ενοίκων του οίκου ευγηρίας γίνεται σταδιακά και με μεγάλη προσοχή από όλους τους εμπλεκόμενους. Κανείς, ούτε τα παιδιά μας, ούτε οι γονείς τους και φυσικά ούτε οι ένοικοι αναγκάζονται ή επιβαρύνονται υπερβολικά. Έτσι όλοι μαθαίνουμε να αντιμετωπίζουμε ο ένας τον άλλον με ευαισθησία και αμοιβαίο σεβασμό.</p>
<b>Χρήσιμοι σύνδεσμοι</b>	<p><a href="https://www.kindergruppe-purzelbaum.at/das_projekt.php">https://www.kindergruppe-purzelbaum.at/das_projekt.php</a></p>

Άλλες καλές πρακτικές από την Αυστρία:

- Haus der Generationen" - "Σπίτι των γενεών": συμβάλλει στην επαφή μεταξύ ατόμων όλων των γενεών και των ατόμων με αναπηρία και στην αντιμετώπιση της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας.  
<https://www.hausdergenerationen.at/>
- "Moving Generations" - " intergenerativity": μια καινοτόμος προσέγγιση που φέρνει κοντά νέους και ανθρώπους μεγαλύτερων ηλικιών. Το κλειδί είναι να προβληθούν εξίσου και οι δύο ομάδες-στόχοι, άνθρωποι μεγαλύτερων και μικρότερων ηλικιών.  
<https://gesundheitsziele.wien.gv.at/generationen-bewegen/>
- Haus im Leben: κοινόχρηστη κατοικία για όλες τις γενιές. Διαφέρει από τα συνηθισμένα διαμερίσματα υποστηριζόμενης διαβίωσης για ανθρώπους μεγαλύτερων ηλικιών, καθώς όλες οι γενιές ζουν κάτω από μία στέγη και υποστηρίζουν η μία την άλλη.  
<https://www.hausimleben.at/>

ΙΤΑΛΙΑ

<b>Τίτλος</b>	Senior Capital
<b>Πλαίσιο εφαρμογής</b>	Το "Senior Capital" αποτελεί συνέχεια του σχεδίου "Q Ageing" και θέτει ως στόχο την προώθηση της ενεργού γήρανσης μέσω πιο συγκεκριμένων δράσεων για την ενίσχυση του οικονομικού και κοινωνικού δυναμικού των πολιτών τρίτης ηλικίας, τόσο με την υποστήριξη της ανάπτυξης όσο και με την αναβάθμιση των δεξιοτήτων τους.
<b>Ομάδα - στόχος</b>	Άτομα ηλικίας 50+ ετών- ενδιαφερόμενοι- υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής
<b>Ανάγκες</b>	Το σχέδιο βασίζεται στα ακόλουθα βασικά σημεία: <ul style="list-style-type: none"> <li>• παροχή δεξιοτήτων και ικανοτήτων σε άτομα μεγαλύτερων ηλικιών που θα τους επιτρέψουν να ανταπεξέλθουν στον ανταγωνισμό</li> <li>• προώθηση της ένταξής τους μέσω της εργασίας και της συμμετοχής τους σε άλλες δραστηριότητες</li> <li>• προετοιμασία των τοπικών/περιφερειακών αρχών ώστε να διαδραματίσουν βασικό ρόλο στη διαχείριση νέων μορφών συνεργασίας μεταξύ των εκπαιδευτικών, παραγωγικών συστημάτων και της κοινωνίας των πολιτών για την αντιμετώπιση του θέματος-στόχου</li> </ul>
<b>Περιγραφή</b>	Ο στόχος επιτυγχάνεται μέσω της μεγαλύτερης συμμετοχής των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στην αγορά εργασίας ή στην παροχή υπηρεσιών σε τοπικό επίπεδο. Το έργο αποσκοπεί στην εξεύρεση αποτελεσματικών λύσεων για την εξισορρόπηση των αρνητικών συνεπειών της γήρανσης μέσω της ενίσχυσης του οικονομικού βάρους των ατόμων άνω των 50 ετών, οι οποίοι αποτελούν έναν συνεχώς αυξανόμενο στόχο και ταυτόχρονα "πολύτιμο αποθεματικό κεφάλαιο" για την ευρωπαϊκή κοινωνία.
<b>Εκπαιδευτική ή προσέγγιση</b>	Πρόγραμμα κατάρτισης για δημόσιους και ιδιωτικούς εργοδότες- δραστηριότητα ηλεκτρονικής μάθησης,
<b>Προκλήσεις και καινοτομία</b>	Χαρτογράφηση και πολιτική δοκιμή εκπαιδευτικών μοντέλων προσαρμοσμένων σε στις ανάγκες ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών. Ανεύρεση θέσεων απασχόλησης στις οποίες εκτιμώνται και απαιτούνται οι δεξιότητες και οι ικανότητες των πολιτών μεγαλύτερης ηλικίας. Συλλογή και δοκιμή εργαλείων και μεθοδολογιών για τις κατάλληλες μορφές συμμετοχής των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στις οικονομικές δραστηριότητες. Υπέρβαση νομικών, διοικητικών και οικονομικών εμποδίων. Ανάπτυξη μεθόδων και εργαλείων για τη συμμετοχή των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών σε εκπαιδευτικά προγράμματα.

	Εφαρμογή δράσεων στοχεύουν στην αλλαγή της νοοτροπία και των στάσεων της ομάδας-στόχου και της κοινωνίας γενικότερα απέναντι στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας.
<b>Χρήσιμοι σύνδεσμοι</b>	<a href="https://www.seniorcapital.liguria.it/">https://www.seniorcapital.liguria.it/</a> <a href="https://www.seniorcapital.liguria.it/il-progetto/risultati">https://www.seniorcapital.liguria.it/il-progetto/risultati</a>

Άλλες καλές πρακτικές από την Ιταλία:

- Αφήγηση για ενίσχυση: ο στόχος είναι να αναζητηθούν και να εντοπιστούν άτομα που είναι εξοικειωμένα με πολιτιστικές και βιοτεχνικές παραδόσεις. Αυτή η ομάδα ανθρώπων, συμμετέχει σε ένα εργαστήριο-μάθημα αυτοαφήγησης για να μεταδώσουν σε άλλους, ιδίως σε μαθητές, την εμπειρία τους.  
<http://www.ausermarche.it/>
- Resilienza intergenerazionale (Διαγενεακή ανθεκτικότητα): προώθηση της πρόσβασης και της ποιότητας των υπηρεσιών για την πρώιμη παιδική ηλικία, προώθηση της σχολικής μάθησης και μείωση της διασποράς, άρση της απομόνωσης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας, μείωση του ψηφιακού χάσματος μεταξύ των γενεών.  
<https://it-it.facebook.com/pg/centrosociale.elleradicorciano/posts/>
- Nonno raccontami e giochiamo vintage: οικοδομώντας μαζί παρέμβαση σε παιδικό δωμάτιο (δημιουργία βιβλιοθήκης και εξοπλισμένου παιδότοπου) με παιδιά και ενήλικους μεγαλύτερων ηλικιών.

## ΕΛΛΑΔΑ

<b>Τίτλος</b>	Bridge Game Jam & Bridge Plus (Παιχνίδια Γέφυρες Ζωής)
<b>Πλαίσιο εφαρμογής</b>	Πραγματοποιήθηκε ένα Φεστιβάλ και στη συνέχεια τα προϊόντα που δημιουργήθηκαν χρησιμοποιήθηκαν σε δομές όπως νοσοκομεία, οίκοι ευγηρίας κ.λπ.
<b>Ομάδα - στόχος</b>	Άτομα που αντιμετωπίζουν άνοια, άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, νέοι ενήλικες, φροντιστές και επαγγελματίες που εργάζονται σε κλειστές δομές για ενήλικες μεγαλύτερων ηλικιών.
<b>Ανάγκες</b>	Κοινωνική ένταξη, ευαισθητοποίηση σχετικά με την άνοια, κοινωνική συμμετοχή των ατόμων της τρίτης ηλικίας, αλληλεγγύη μεταξύ των γενεών.
<b>Περιγραφή</b>	Το BRIDGE GAME JAM είναι ένα φεστιβάλ, με στόχο την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση σχετικά με την άνοια, την ενθάρρυνση της αλληλεπίδρασης μέσω της δημιουργίας παιχνιδιών/εργαλείων που είναι κατάλληλα για την ενίσχυση των δεξιοτήτων των

	<p>ασθενών με άνοια και την κοινωνικοποίηση των ατόμων της τρίτης ηλικίας. Είναι μια μοναδική ευκαιρία για νέους, ενήλικες μεγαλύτερων ηλικιών, επιστήμονες, φροντιστές και ασθενείς να αλληλεπιδράσουν, να διασκεδάσουν, να παίξουν και να δημιουργήσουν εργαλεία για το μέλλον τους. Οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν για θέματα που σχετίζονται με την άνοια, τη φροντίδα των ασθενών, την επικοινωνία με τους ασθενείς και το ρόλο που μπορεί να έχει το παιχνίδι. Οι ασθενείς με άνοια, οι φροντιστές τους και οι ειδικοί βίωσαν τη δημιουργική αλληλεπίδραση δημιουργώντας παιχνίδια που αποτελούν επίσης εργαλεία που τους βοηθούν στην καθημερινή τους ζωή. Επιπλέον, οι νέοι αλληλεπίδρασαν με ειδικούς, ασθενείς και φροντιστές, εξερεύνησαν νέες επαγγελματικές και δημιουργικές δυνατότητες και δημιούργησαν παιχνίδια με κοινωνικό όραμα και αντίκτυπο.</p> <p>Το BRIDGE PLUS είναι η συνέχεια του φεστιβάλ Bridge Game Jam, με τη συμμετοχή ασθενών με άνοια και των ατόμων τρίτης ηλικίας που ζουν ή εργάζονται σε δομές όπως νοσοκομεία, οίκοι ευγηρίας, κέντρα ανοικτής προστασίας των ατόμων τρίτης ηλικίας και οργανώσεις για την άνοια, παρέχοντας την ευκαιρία να συναντηθούν, να αλληλεπιδράσουν και να παίξουν με νέους, μαθητές και φοιτητές. Οι νέοι ενημερώθηκαν για θέματα που σχετίζονται με την τρίτη ηλικία και συναντήθηκαν, επικοινωνήσαν, αλληλεπίδρασαν με ασθενείς και ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας παίζοντας τα παιχνίδια που δημιουργήθηκαν κατά τη διάρκεια του Bridge Game Jam από και χτίζοντας γέφυρες μεταξύ των γενεών.</p>
<b>Εκπαιδευτική ή προσέγγιση</b>	Μάθηση μέσω της πράξης, εργασία σε ομάδες, παρουσιάσεις
<b>Προκλήσεις και καινοτομία</b>	Ήταν η πρώτη φορά που υλοποιήθηκε στην Ελλάδα μια διαγενεακή δραστηριότητα με τη συμμετοχή των συγκεκριμένων ομάδων, με στόχο να δημιουργηθούν παιχνίδια που διευκολύνουν την καθημερινότητά τους και να προωθήσουν την κοινωνική συμμετοχή των ατόμων της τρίτης ηλικίας. Το κύριο αποτέλεσμα είναι ότι θα δημιουργηθούν οι προϋποθέσεις ώστε οι διαφορετικές γενιές να γεφυρώσουν το χάσμα μεταξύ τους παίζοντας.
<b>Χρήσιμοι σύνδεσμοι</b>	Όλα τα παιχνίδια που δημιουργήθηκαν είναι διαθέσιμα στην ιστοσελίδα της Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας (ς μόνο στα ελληνικά) <a href="https://www.alzheimer-chalkida.org/">https://www.alzheimer-chalkida.org/</a>

Άλλες καλές πρακτικές από την Ελλάδα:

- Εθελοντές της Γνώσης: ένα πρόγραμμα κατάρτισης ψηφιακών γνώσεων για μαθητές 60 ετών και άνω από μαθητές δημοτικού-γυμνασίου που δρουν ως εκπαιδευτές. Ο στόχος ήταν να μειωθεί αυτό που είναι γνωστό ως ψηφιακό χάσμα:

η διαφορά στο επίπεδο γνώσεων σχετικά με τις νέες τεχνολογίες μεταξύ των γενεών

<https://www.50plus.gr/en/services/%CE%B5%CE%B8%CE%B5%CE%BB%CE%BF%CE%BD%CF%84%CE%AD%CF%82-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CE%B3%CE%BD%CF%8E%CF%83%CE%B7%CF%82-2012-2014/>

- Μικροί (4-15) & Μεγάλοι (65+) δημιουργούν ο ένας για τον άλλο: μια διαδικτυακή πρωτοβουλία από το Ελληνικό Παιδικό Μουσείο (<https://www.hcm.gr>) και τη ΜΚΟ ANTAMA (<https://antama.gr/>) για την αλληλεγγύη μεταξύ των γενεών, τη δημιουργική έκφραση των συναισθημάτων, και την καταπολέμηση της μοναξιάς. Ελληνικό Παιδικό Μουσείο
- 1ο Διαγενεακό Σκακιστικό Τουρνουά: ο πρώτος διαγενεακός σκακιστικός διαγωνισμός στην Ελλάδα, με τη συνεργασία του Δήμου Χαλανδρίου και την υποστήριξη του Φιλανθρωπικού Ιδρύματος TIMA. Σκακιστικός Όμιλος Χαλανδρίου: <https://www.halandrichess.gr/>

Οι καλές πρακτικές που αναφέρθηκαν αναδεικνύουν ταυτόχρονα και τις πραγματικές ανάγκες των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας που χρήζουν αντιμετώπισης. Οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών είναι παρεμφερείς σε κάθε χώρα: **μοναξιά και απομόνωση, έλλειψη αλληλεπίδρασης, έλλειψη υποστήριξης, περιορισμένες σχέσεις μεταξύ των γενεών και δυνατότητες μάθησης** ιδίως στον τομέα των ψηφιακών δεξιοτήτων και ικανοτήτων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην καθημερινή ζωή. Η **ανάγκη για κοινωνική συμπερίληψη, η ανάγκη για ενεργό συμμετοχή στην κοινωνία και η για εύκολη πρόσβαση στις υπηρεσίες** είναι επίσης βασικά σημεία που θα πρέπει να ληφθούν υπόψη. Η προαγωγή της υγείας και η πρόληψη των ασθενειών είναι μέτρα που εφαρμόζονται για να εξασφαλίσουν την πρόσβασης σε υπηρεσίες προαγωγής της υγείας, ενώ η προώθηση της συμμετοχής σε διάφορες δραστηριότητες όπως ο εθελοντισμός, το διάβασμα, το μαγείρεμα, ή το παιχνίδι είναι παρεμβάσεις που αποσκοπούν στη μείωση του κινδύνου κοινωνικού αποκλεισμού των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών. Άλλες σημαντικές πτυχές που θα πρέπει να ληφθούν υπόψη είναι η ανάγκη για κίνητρα, αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση προκειμένου να αναδείξουν, τόσο στην κοινωνία και όσο στα ίδια τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών, την αξία και τη χρησιμότητά τους στην κοινότητα.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Το ότι ο ηλικιακός μέσος όρος του ευρωπαϊκού πληθυσμού αυξάνεται, εκτιμώντας ότι το ένα τρίτο του ευρωπαϊκού πληθυσμού θα είναι άνω των 65 ετών σε πενήντα χρόνια, αποτελεί γεγονός. Σε κάθε χώρα υπάρχουν υπηρεσίες, προγράμματα και ιδρύματα για την υποστήριξη του μεγάλου αριθμού αναγκών των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και η οικογένεια χρησιμεύει ως η βασική κοινωνική μονάδα για όλες τις γενιές.

Οι ηλικιακές διακρίσεις είναι μια μορφή ανισότητας που εξακολουθεί να γίνεται αποδεκτή ως φυσιολογική και δικαιολογημένη και είναι προφανές ότι απαιτούνται παρεμβάσεις για την ανάπτυξη κοινωνιών "φιλικών προς την τρίτη ηλικία". Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας συχνά θεωρούνται "βάρος" για την κοινωνία, καθώς πολλοί από αυτούς αδυνατούν να εκτελέσουν καθημερινές δραστηριότητες, αντιμετωπίζουν γνωστικές δυσκολίες ή σε κάθε περίπτωση, ακόμη και αν είναι υγιείς, έχουν μια σειρά από ανάγκες που πρέπει να καλυφθούν. Αυτή η κατάσταση και η απομόνωσή τους έχουν επιδεινωθεί κατά τη διάρκεια της πανδημίας Covid-19: οι άνθρωποι μεγαλύτερων ηλικιών αισθάνονται μόνοι και απομονωμένοι, υπάρχει μεγάλη ανάγκη για ανθρώπινη επαφή και αλληλεπίδραση με άλλες ηλικιακές ομάδες μέσω διαγενεακών δραστηριοτήτων, τώρα περισσότερο από ποτέ, για να αντικατασταθεί το στερεότυπο των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας ως παθητικών και εξαρτημένων με θετικά μηνύματα συμπερίληψης.

Πράγματι, οι ανάγκες των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας εξαρτώνται από ποικίλους παράγοντες και είναι διαφορετικές: η ανάγκη για κοινωνικοποίηση, για ασφάλεια όσον αφορά την υγεία και τα οικονομικά, για εγγραμματοσύνη - ιδιαίτερα ψηφιακό -, για περιβάλλον φιλικό προς την ηλικία, για ψυχολογική υποστήριξη, αισθητικές και πνευματικές ανάγκες κ.λπ. Ωστόσο, εκτός από αυτές τις ανάγκες που πρέπει να καλυφθούν, αυτό που συχνά υποτιμάται είναι ότι τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας μπορούν να αποτελέσουν έναν ανεκτίμητο πόρο για την κοινωνία, δεδομένου ότι διαθέτουν υλικές και άυλες γνώσεις που μπορούν να μεταβιβαστούν στις νεότερες γενιές υπό το πρίσμα του αμοιβαίου οφέλους όσον αφορά τη συνεχή μάθηση και την κοινωνική συμπερίληψη. Η εξειδικευμένη κατάρτιση αναφορικά με τις διαγενεακές δράσεις είναι εν μέρει διαθέσιμη, αλλά δεν είναι πάντα προσβάσιμη ή/και δεν θεωρείται σημαντική κατά τη φροντίδα των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Η πρόκληση είναι να γίνουν οι ενήλικες μεγαλύτερων ηλικιών ενεργά μέλη της κοινωνίας μέσω της ανακάλυψης νέων αξιών της ζωής, δίνοντας νόημα στο χρόνο, μοιράζοντας εμπειρίες με άλλους ανθρώπους, μαθαίνοντας νέα



πράγματα, φροντίζοντας την υγεία τους, δίνοντας κίνητρα για την ανάπτυξη της δημιουργικότητας και τη συνέχιση της προσωπικής ανάπτυξης.

Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας συχνά χάνουν την ευκαιρία να εφαρμόσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους μετά τη συνταξιοδότησή τους και η απομόνωση αποτελεί βασικό πρόβλημα στη σημερινή κοινωνία - τόσο για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας που ζουν σε κέντρα κοινωνικής φροντίδας όσο για εκείνους που ζουν μόνοι - παράλληλα με την έλλειψη υποστήριξης εν γένει. Η απομόνωσή τους πρέπει να αντιμετωπιστεί μέσω της παροχής οικονομικής στήριξης για τη δημιουργία και λειτουργία των κοινωνικών κέντρων, δείχνοντας ενδιαφέρον για καινοτόμους τρόπους για το πώς θα γίνει η καθημερινή ζωή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας πιο ενδιαφέρουσα και υποστηρίζοντας διαγεννακές δράσεις. Επιπλέον, απαιτείται και η παροχή μεγαλύτερης οικονομικής και συναισθηματικής υποστήριξης στους κοινωνικούς λειτουργούς και τους εθελοντές (στην πραγματικότητα, για την πλειονότητα των επαγγελματιών που ασχολούνται με τη φροντίδα η πραγματική ανάγκη για μια πιο ενταξιακή πρακτική και είναι εξαιρετικά σημαντική, παράλληλα με την περαιτέρω χρηματοδότηση, προκειμένου να καταπολεμηθεί η απομόνωση και να ενισχυθεί η κοινωνική συμμετοχή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας).

Πολλοί φορείς καλούνται να συμμετάσχουν σε αυτή τη διαδικασία: δημόσιοι φορείς, κοινωνικές υπηρεσίες, σχολεία, πανεπιστήμια, δήμοι, οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών κ.λπ. Πρόκειται για τη δημιουργία νέων δικτύων κοινωνικών σχέσεων και χώρων συνάντησης που θα καταστήσουν δυνατή, μέσω του διαλόγου και της συνεργασίας, την εξάλειψη των στερεοτύπων και την συμπερίληψη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Πρέπει να δημιουργηθούν περισσότερες ευκαιρίες στο εσωτερικό των κοινωνιών με τη συμμετοχή και των οικογενειών, των κοινωνικών λειτουργών, των εθελοντών και των νέων.

Οι επαγγελματίες και οι άτυποι φροντιστές διαθέτουν περιορισμένες γνώσεις για το θέμα αυτό. Λαμβάνοντας υπόψη την έλλειψη επαγγελματιών υγείας, απαιτείται περαιτέρω στήριξή τους με κονδύλια και πιο αναλογικά επίπεδα αμοιβών, καθώς και όσον αφορά την κατάρτιση σχετικά με δραστηριότητες κοινωνικής ενσωμάτωσης, δεδομένου ότι η στήριξη στη δημιουργία νέων δραστηριοτήτων δεν είναι πάντα αρκετή. Πράγματι, η ανάγκη συναισθηματικής και ψυχολογικής υποστήριξης πρέπει επίσης να ληφθεί υπόψη, δεδομένου ότι η εργασία φροντίδας ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας, επίσημη και άτυπη και

εθελοντική, είναι πολύ δύσκολη από άποψη συναισθηματικής φόρτισης, οδηγώντας στον κίνδυνο συναισθηματικής εξουθένωσης.

Το μοντέλο αλληλεγγύης μεταξύ των γενεών "στοχεύει στη δημιουργία δεσμών μεταξύ των διαφόρων ηλικιών, με όρους συνεργασίας, διαμοιρασμού και αμοιβαίου εμπλουτισμού, η υλοποίηση των οποίων επαφίεται στην πρωτοβουλία των διαφόρων φορέων, διότι προς το παρόν δεν υπάρχει μακροπρόθεσμη στρατηγική σε θεσμικό επίπεδο, ενώ σε κάθε χώρα έχουν συγκεντρωθεί εξαιρετικά παραδείγματα βέλτιστων πρακτικών" (CSVMARCHE, 2015). Αυτές οι δραστηριότητες, που διεξάγονται στο πλαίσιο σχολείων, κοινωνικών κέντρων ή εθελοντικών οργανώσεων έχουν δημιουργήσει ευκαιρίες για την ανταλλαγή συναισθημάτων, εμπειριών και γνώσεων μεταξύ νέων και ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών, παράγοντας θετικό αντίκτυπο και στις δύο πλευρές για αυξημένα επίπεδα ευημερίας, γνώσεων και κοινωνικής συμπερίληψης.

## BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

### Ηνωμένο Βασίλειο:

- Brannen J (2003) Towards a typology of intergenerational relations: continuities and change in families. Sociological Research Online 8, 2 <http://www.socresonline.org.uk/8/2/brannen.html>
- Bocioaga, A (2020) ESSS Outline: Impact of Intergenerational Activities on Older People. Iriss. <https://doi.org/10.31583/esss.20200325>
- Cattan, M., White, M., Bond, J., & Learmouth, A. (2005). Preventing social isolation and loneliness among older people: A systematic review of health promotion interventions. Ageing and Society, 25(1), 41-67. doi:10.1017/S0144686X04002594
- Centre for Intergenerational Practice (2003) Neighbourhoods for all ages: intergenerational work in the UK. Conference report. Beth Johnson Foundation, Stoke-on-Trent.
- Cramer Shirley, CBE Chief Executive (2018) Royal Society for Public Health, That Age Old Question.
- Coulthard M, Walker A and Morgan A (2002) People's perceptions of their neighbourhood and community involvement Stationery Office, London.
- Generations Working Together (2018), Intergenerational Training Course for Trainers and Practitioners.
- Generations Working Together (2019), Intergenerational Guide in Early Learning and Childcare.
- Granville G (2002), A review of intergenerational practice in the UK: Beth Johnson Foundation, Stoke-on-Trent.
- Hatton-Yeo and Ohsako T (2000), Intergenerational programmes: public policy and research implications, an international perspective Beth Johnson Foundation, Stoke-on-Trent.
- Hatton-Yeo A and Watkins C (2004), Intergenerational community development: a practice guide Beth Johnson Foundation, Stoke-on-Trent.
- Putnam, R. (2000), Bowling alone: The collapse and revival of American community. New York: Simon and Schister.
- Springate, I., Atkinson, M. and Martin, K. (2008), Intergenerational Practice: a Review of the Literature (LGA Research Report F/SR262). Slough: NFER.
- future-of-an-ageing-population.pdf (publishing.service.gov.uk)
- <https://generationsworkingtogether.org/downloads/5fae45c659e33-GWT%20Manifesto%20Final%202021.pdf>
- <https://www.resolutionfoundation.org/app/uploads/2020/10/Intergenerational-audit-2020.pdf>
- <https://lordslibrary.parliament.uk/intergenerational-fairness-and-provision-committee-report/>
- <https://commonslibrary.parliament.uk/the-health-and-social-care-workforce-gap/>
- digbrochurev3-sept20192(1).pdf(downshallprimary.co.uk)  
[https://downshallprimary.co.uk/redbridge/primary/downshall/arenas/websitecontent/web/1000000\\_0\\_300561507103054\\_5102060851431473152\\_n\(2\).mp4](https://downshallprimary.co.uk/redbridge/primary/downshall/arenas/websitecontent/web/1000000_0_300561507103054_5102060851431473152_n(2).mp4)
- Primary school invites elderly participants into the classroom | Daily Mail Online  
<https://debutots.co.uk>
- <https://www.stmonicastrust.org.uk/national-intergenerational-week/homeshare-uk-case-study>
- [www.generationsworkingtogether.org](http://www.generationsworkingtogether.org)
- <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/articles/overviewoftheukpopulation/november2018>
- <https://www.kingsfund.org.uk/publications/vision-population-health>

### Γαλλία:

- Isolement des personnes âgées : les effets du confinement l'isolement de nos aînés est une vraie distanciation sociale; rapport petits frères des pauvres #4 juin 2020
- Lutter contre l'isolement des personnes âgées et fragiles isolées en période de confinement; Un plan de mobilisation nationale d'urgence le 23 mars 2020
- Rapport Monalisa, le 12 juillet 2013

- VAN DE VELDE Cécile, « Sommes-nous tous seuls? », in Serge Paugam (dir.), 50 questions de sociologie, Paris, Presses Universitaires de France, 2020.
- <https://www.fondationdefrance.org/fr/7-millions-de-francais-confrontes-la-solitude-decouvrez-notre-enquete-annuelle>
- <https://www.insee.fr/fr/statistiques>
- <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie-s-informer-et-anticiper/a-qui-s-adresser/le-centre-communal-daction-sociale-ccas-la-mairie>
- <https://sfgg.org/espace-presse/communiques-de-presse/oldlivesmatter-une-campagne-mondiale-de-lutte-contre-lagisme/>
- [https://www.hcfea.fr/IMG/pdf/synthese\\_tome\\_2.pdf](https://www.hcfea.fr/IMG/pdf/synthese_tome_2.pdf)
- [https://www.biotechno.fr/IMG/pdf/BROCHURE\\_24PAGES.pdf](https://www.biotechno.fr/IMG/pdf/BROCHURE_24PAGES.pdf)
- <https://www.groupe-realites.com/fr/actualites/filiales/inauguration-creche-multi-accueil-lance-rehabilitation-de-lehpad-cos-villa-pia-compte-de-fondation-cos-alexandre-glasberg/>
- <http://www.agisme.fr/spip.php?article114>
- <https://animavie40.org/projet/>
- <https://www.logement-solidaire.org/decouvrez-lhebergement-intergenerationnel-et-solidaire>
- <https://www.ecologikmagazine.fr/perception-et-attentes-des-seniors-a2417>
- <https://www.weka.fr/actualite/personnes-agees/article/renforcer-l-attractivite-des-metiers-du-grand-age-90065/>

#### Λετονία:

- The State Audit Office of the Latvia Republic (2019). “Does the country's social inclusion policy achieve its poverty reduction goals?”. Retrieved: <https://www.lrvk.gov.lv/lv/revizijas/revizijas/noslegtas-revizijas/vai-valsti-istenota-socialas-ieklausanas-politika-sasniedz-tai-izvirzitos-merkus-nabadzibas-mazinasanas-joma>.
- lvportals, (2020). “The CSB publishes a map of Latvia with the most densely populated areas for seniors”. Retrieved: <https://lvportals.lv/dienaskartiba/314334-csp-publice-latvijas-karti-ar-senioru-visblivak-apdzivotajam-teritorijam-2020>
- Gulbene Municipality, (2020). “My Community 2021”. Retrieved: <https://www.gulbene.lv/lv/projekti/aktivie-projekti/323-my-community-2020>
- Gulbene Municipality, (2020). “Health promotion and disease prevention measures in Gulbene region (2017.-2023).” Retrieved: <https://www.gulbene.lv/lv/projekti/aktivie-projekti/269-vesel2019>
- Gulbene Municipality, (2020). “Local and International Active Seniors (2017.-2019)”. Retrieved: <https://www.gulbene.lv/lv/projekti/2019-gads/301-local-and-international-active-seniors-lidz-31-11-2019>
- Gulbene Municipality, (2020). “Silver Sharing Initiative”. Retrieved: <https://www.gulbene.lv/lv/projekti/2017g/290-17apr/3714-ssi1710>

#### Αυστρία:

- [www.pflege.at](http://www.pflege.at)
- [www.statistik.at](http://www.statistik.at)
- <https://www.oegb.at/themen/gleichstellung/antidiskriminierung/altersdiskriminierung-verbot-forderung-gleichbehandlungsgesetz>
- <https://laxocare.de/blog/welche-bedurfnisse-haben-altere-menschen/>
- <https://gesundheitsziele.wien.gv.at/generationen-bewegen/>
- <https://www.beruflexikon.at/berufe/2273-SozialarbeiterIn/#anforderungen>
- <https://www.beruflexikon.at/berufe/2084-AltenpflegerIn/#ausbildung>
- <https://www.inklusion-kultur.de/2020/05/12/corona-pandemie-undsoziale-teilhabe-aelterer-menschen/>

#### Ιταλία:

- AUSER, (a cura di C. Falasca), Domiciliarità e residenzialità per l'invecchiamento attivo, 2017, <https://www.auser.it/wp-content/uploads/2017/02/RICERCA%20DOMICILIARITA.pdf>
- Camera dei deputati, Politiche sociali per fronteggiare l'emergenza Coronavirus, 2021, [https://www.camera.it/temiap/documentazione/temi/pdf/1215181.pdf?\\_1595599757144](https://www.camera.it/temiap/documentazione/temi/pdf/1215181.pdf?_1595599757144)

- CENSIS, Tendercapital, La silver economy e le sue conseguenze nella società post Covid-19, 2020, Over Editrice
- Comune di Scisciano, Progetto Happy Ageing [https://www.amesci.org/serviziocivile/bandi/BANDO\\_SC\\_2018\\_07\\_23/progetti/progetto\\_SCISCIANO\\_HAPPY\\_AGEING.pdf](https://www.amesci.org/serviziocivile/bandi/BANDO_SC_2018_07_23/progetti/progetto_SCISCIANO_HAPPY_AGEING.pdf)
- European Commission, European Commission Report on the Impact of Demographic Change, 2020 [https://ec.europa.eu/info/sites/default/files/demography\\_report\\_2020\\_n.pdf](https://ec.europa.eu/info/sites/default/files/demography_report_2020_n.pdf)
- Falasca, C., Per un Paese a misura di anziani, in 'Welfare oggi' numero 06 del 2017 <https://www.secondowelfare.it/primo-welfare/inclusione-sociale/per-un-paese-a-misura-di-anziani.html>
- Focus EPALE: inclusione sociale della popolazione in età avanzata e apprendimento intergenerazionale, 2020 <https://epale.ec.europa.eu/it/blog/epale-focus-social-inclusion-ageing-population-and-intergenerational-learning>
- Gori, Gli anziani non autosufficienti si meritano un progetto, lavoce.info <https://www.lavoce.info/archives/72143/gli-anziani-non-autosufficienti-si-meritano-un-progetto/>
- Istat, Ricostruzione intercensuaria della popolazione, Rilevazione della popolazione per sesso età e stato civile, Previsioni demografiche base 1.1.2018
- Istat, Invecchiamento attivo e condizioni di vita degli anziani in Italia, 2020 <https://www.istat.it/it/files//2020/08/Invecchiamento-attivo-e-condizioni-di-vita-degli-anziani-in-Italia.pdf>
- Neri A., Zanichelli F., PRINCIPALI RISULTATI DELL'INDAGINE STRAORDINARIA SULLE FAMIGLIE ITALIANE NEL 2020, 2020 <https://www.bancaditalia.it/pubblicazioni/note-covid-19/2020/Evi-preliminari-ind-straord-famiglie.pdf>
- NNA, COSTRUIRE IL FUTURO DELL'ASSISTENZA AGLI ANZIANI NON AUTOSUFFICIENTI, 2021 <https://www.luoghicura.it/wp-content/uploads/2021/03/PROPOSTA-PNRR-NNA-DEF.pdf>
- Programma Europeo per l'Occupazione e la Solidarietà Sociale PROGRESS, Anno europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra generazioni, 2012 [https://www.age-platform.eu/sites/default/files/EY2012\\_leaflet\\_Dec11-IT.pdf](https://www.age-platform.eu/sites/default/files/EY2012_leaflet_Dec11-IT.pdf)
- Valenti, M.A., INTERVENTI SOCIALI RIVOLTI ALLA PERSONA ANZIANA, in 'Medicina e Società' <https://medisoc.it/social/interventi-sociali-rivolti-alla-persona-anziana/>
- Who, Active Aging: a policy framework, 2002, [http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO\\_NMH\\_NPH\\_02.8.pdf;jsessionid=766EC4BF5724F3D18220B24DD9B27317?sequence=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf;jsessionid=766EC4BF5724F3D18220B24DD9B27317?sequence=1)
- Who, Global Report on Ageism, 2021 <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/combating-ageism/global-report-on-ageism>

#### Ελλάδα:

- European Commission's Joint Research Center (JRC) (2019) <https://ec.europa.eu/jrc/en>
- European Observatory Report on Health Systems and policies (2019) [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0006/419460/Country-Health-Profile-2019-Greece.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/419460/Country-Health-Profile-2019-Greece.pdf)
- Hellenic Statistical Authority <https://www.statistics.gr/en/statistics/pop>



Best friends

bestfriendsproject.eu



Επισκεφθείτε το  
σελίδα στο *Facebook*



symplexis

pistes solidaires

Kindervilla



Με συγχρηματοδότηση από το  
πρόγραμμα «Erasmus+»  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί.