

Ułatwianie międzypokoleniowej
solidarności i nauki poprzez
budowanie przyjaźni między
młodzieżą a osobami starszymi



Raport ponadnarodowy

Mapping the Befriending Landscape



Co-funded by
the European Union

This project has been funded with support from
the European commission. This publication reflects
the views of the author, and the Commission cannot
be held responsible for any use which may be made
of the information therein

Project number:
2021-1-PL01-KA220-YOU-000028897

Treść

1. WPROWADZENIE	22
2. METODOLOGIA	33
2.1. BADANIE ŹRÓDEŁ WTÓRNYCH/IDENTYFIKACJA DOBRZYCH PRAKTYK	33
2.2. WYWIADY Z KLUCZOWYMI INFORMATORAMI	33
2.2.1. <i>Metody badawcze</i>	33
2.2.2. <i>Uczestnicy badania</i>	44
3. WYNIK BADAŃ	77
3.1. PRZEGLĄD I ANALIZA DOBRZYCH PRAKTYK	77
3.1.1. <i>Przeгляд tematyczny dobrych praktyk</i>	77
3.1.2. <i>Analiza dobrych praktyk w podziale na wskaźniki</i>	1010
3.2. STRESZCZENIE USTALEŃ Z PRZESŁUCHAŃ KLUCZOWYCH INFORMATORÓW	1111
3.2.1. <i>Streszczenie wywiadów z kluczowymi informatorami z młodzieżą</i>	1111
3.2.2. <i>Podsumowanie wywiadów z kluczowymi informatorami z uczestnikami w podeszłym wieku</i>	1212
4. ZALECENIA DOTYCZĄCE POLITYKI	1414
DODATKI	1515
ZAŁĄCZNIK 1: DOBRE PRAKTYKI	1515
ZAŁĄCZNIK 2: WNIOSKI Z WYWIADÓW W PODZIALE NA KRAJE	3837
MACEDONIA PÓŁNOCNA	3837
HISZPANIA	4039
WŁOCHY	4443
POLSKA	4746
GRECJA	4948
CYPR	5150

1. Wprowadzenie

Projekt "BONDING – Ułatwianie solidarności międzypokoleniowej i uczenia się poprzez budowanie przyjaźni między młodzieżą a osobami starszymi" jest finansowany w ramach programu Erasmus+ i realizowany w sześciu krajach: Polsce, Włoszech, Hiszpanii, Grecji, Macedonii Północnej i na Cyprze. Projekt ma na celu zwiększenie szans zaangażowania obywatelskiego młodych ludzi poprzez wzmocnienie ich kompetencji w zakresie projektowania i prowadzenia innowacyjnych usług wolontariackich dla osób starszych.

Ten ponadnarodowy raport – Mapping the Befriending Landscape (Mapowanie krajobrazu zaprzyjaźnienia) jest kluczowym rezultatem projektu, obejmującym zarówno mapowanie dobrych praktyk w zakresie usług nawiązywania przyjaźni świadczonych przez młodzież w całej Europie, jak i opracowanie wyników badań dotyczących doświadczeń, poglądów i postaw młodzieży i osób starszych związanych z zaprzyjaźnianiem się w krajach objętych projektem.

Raport jest skierowany przede wszystkim do młodych ludzi, formalnych lub nieformalnych stowarzyszeń młodych ludzi, organizacji młodzieżowych i innych organizacji świadczących usługi wolontariatu młodzieżowego oraz decydentów w dziedzinie społecznej i naukowców, którzy mogliby go wykorzystać i rozszerzyć. Grupa docelowa obejmuje również innych interesariuszy zainteresowanych tematem.

Po krótkim wstępie sprawozdanie ponadnarodowe ma następującą strukturę:

Część druga – "*Metodologia*" omawia stosowane metody badawcze, w tym desk research – identyfikację dobrych praktyk w zakresie zaprzyjaźniania się z serwisami i wywiadów z kluczowymi informatorami, stosowane procedury etyczne oraz przedstawia dane dotyczące uczestników badania.

Część trzecia – "*Wyniki badań*" przedstawia analizę dobrych praktyk, a następnie analizę porównawczą wyników wywiadów.

Część czwarta – "*Zalecenia polityczne*" podsumowuje zalecenia polityczne dla rządów, organizacji społeczeństwa obywatelskiego, darczyńców i innych zainteresowanych stron dotyczące poprawy usług zaprzyjaźniania się z osobami starszymi świadczonych przez młodzież.

Załączniki obejmują "*Załącznik 1 – Dobre praktyki*", który obejmuje szczegółowy opis każdej ze zidentyfikowanych dobrych praktyk, oraz "*Załącznik 2 – Ustalenia z wywiadów w poszczególnych krajach*", zawierające wyniki badań z wywiadów z kluczowymi informatorami w poszczególnych krajach.

2. Metodologia

Działania na rzecz opracowania raportu obejmowały badanie źródeł wtórnych, a także wywiady z kluczowymi informatorami z osobami starszymi i młodzieżą. Przeprowadzając badania źródeł wtórnych i wywiady z kluczowymi informatorami, organizacje partnerskie kierowały się wspólnym protokołem badawczym, który określał szczegółowe wytyczne, w tym metodologię badań oraz niezbędne szablony badań i raportowania.

2.1. Badanie źródeł wtórnych/identyfikacja dobrych praktyk

Każda organizacja partnerska zidentyfikowała dwie dobre praktyki w zakresie zaprzyjaźniania się z usługami świadczonymi przez młodzież, zarówno w swoim kraju, jak i w innych częściach Europy, a zatem w sumie dwanaście praktyk. Dobre praktyki obejmują różne rodzaje usług zaprzyjaźniania, takie jak usługi zaprzyjaźniania, które opierają się na młodych wolontariuszach, których wkład może być tak prosty, jak cotygodniowa rozmowa telefoniczna z beneficjentem lub obejmować regularne wizyty domowe na pogawędkę, pomoc w zakupach itp., zachęcając beneficjenta do wydarzenia towarzyskiego, lub nawet organizowanie poranków kawowych dla grup beneficjentów.

Identyfikacja dobrych praktyk została przeprowadzona poprzez przegląd dokumentacji, w tym dokumentów i raportów opracowanych przez odpowiednie instytucje krajowe i międzynarodowe oraz CSO, literaturę naukową i źródła medialne.

Organizacje partnerskie kierowały się definicją Organizacji Narodów Zjednoczonych:

"Dobra praktyka to nie tylko praktyka, która jest dobra, ale praktyka, która okazała się działać dobrze i daje dobre wyniki, a zatem jest zalecana jako model. Jest to udane doświadczenie, które zostało przetestowane i potwierdzone w szerokim znaczeniu, które zostało powtórzone i zasługuje na udostępnienie, aby mogło je przyjąć większa liczba osób. (Def. ONZ na europa.eu)

Opracowanie dobrych praktyk obejmowało następujące kluczowe wskaźniki jakości i powiązane pytania – wpływ, innowacyjność, zrównoważony rozwój i możliwość przenoszenia.

2.2. Wywiady z kluczowymi informatorami

2.2.1. Metody badawcze

Wykorzystano próbę nieprawdopodobieństwa, dlatego organizacje partnerskie miały na celu włączenie uczestników o różnych powiązaniach z obszarem zainteresowania, którzy mogą wnieść do stołu różne perspektywy zrozumienia. Uczestnicy wywiadów byli rekrutowani głównie za pośrednictwem istniejących sieci organizacji partnerskich. Część wywiadów została przeprowadzona twarzą w twarz, część online lub telefonicznie. Środki ochrony przed COVID-19 w poszczególnych krajach były ściśle przestrzegane. Każdy wywiad trwał około 30 minut.

Zastosowano formalną procedurę uzyskiwania świadomej zgody. Obejmowało to dostarczenie potencjalnym uczestnikom arkusza informacyjnego, zawierającego informacje na temat ogólnego celu badania, czasu trwania wywiadu, ich praw związanych z uczestnictwem, informacji o poufności, nagrywaniu, transkrypcji i wykorzystaniu uzyskanych danych, a także formularza zgody, który

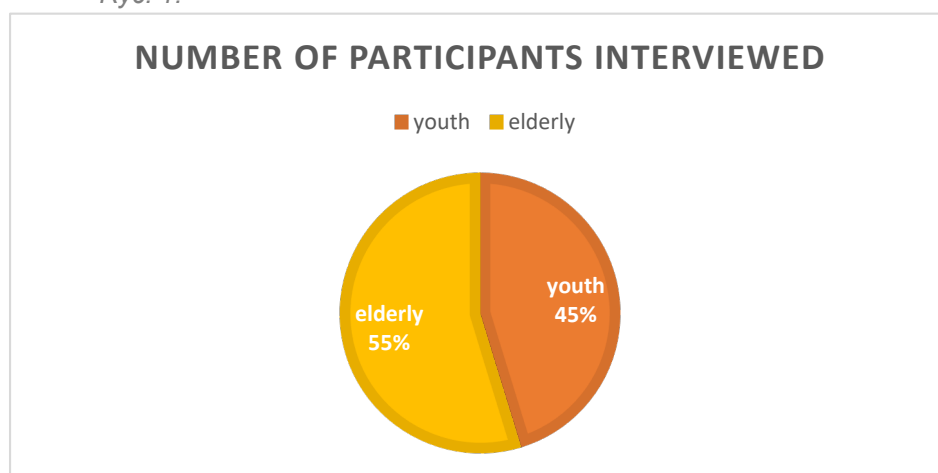
uczestnicy podpisywali przed wywiadami. Oprócz uzyskania pisemnej zgody, przed rozpoczęciem rozmów uczestnicy po raz kolejny zostali poinformowani o tematyce wywiadu, ich praw i innych aspektów arkusza informacyjnego i formularza zgody.

Wywiady były nagrywane za pomocą taśmy audio lub sporządzania pisemnych notatek. Transkrybowano nagrane audio. W celu zapewnienia anonimowości ani nazwiska uczestników, ani możliwe do zidentyfikowania cechy nie zostały wykorzystane w stenogramach ani w sprawozdaniu ponadnarodowym. Nieprzetworzone dane (nagrania audio i notatki pisemne) i transkrypcje były przechowywane oddzielnie od informacji identyfikujących, podczas gdy wszystkie zebrane informacje były bezpiecznie przechowywane na komputerach chronionych hasłem, zapewniając poufność. Nagrania audio zostały usunięte po zakończeniu transkrypcji. Wszystkie inne nieprzetworzone dane zostały zniszczone po zakończeniu Raportu Międzynarodowego.

2.2.2. Uczestnicy badań

Ogółem przeprowadzono wywiady z 53 uczestnikami, w tym 24 młodymi ludźmi i 29 osobami starszymi. Odsetek młodzieży i osób starszych, którzy wzięli udział w wywiadach we wszystkich krajach, przedstawiono na wykresie kołowym (wykres 1). poniżej.

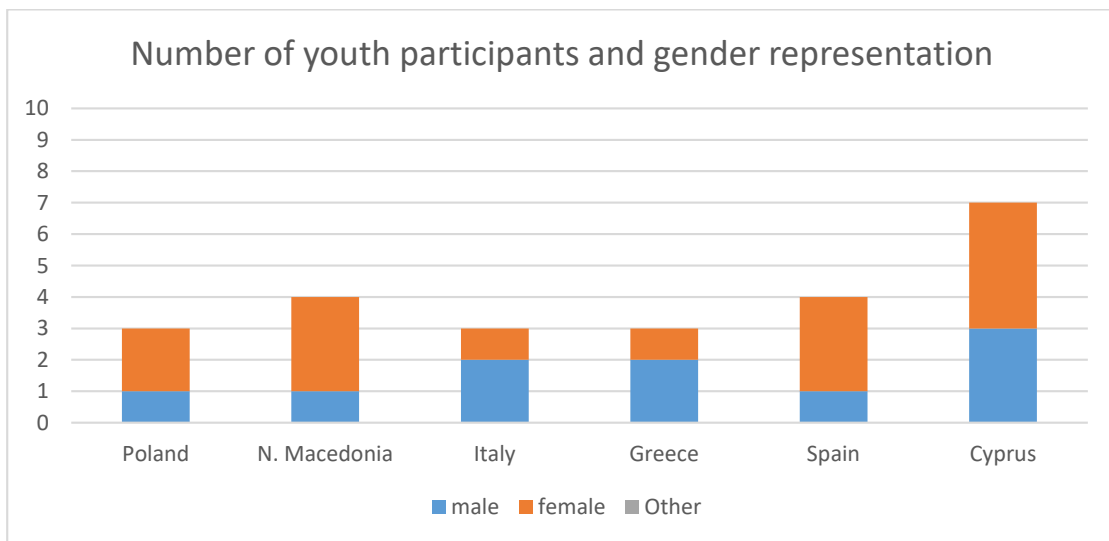
Ryc. 1.



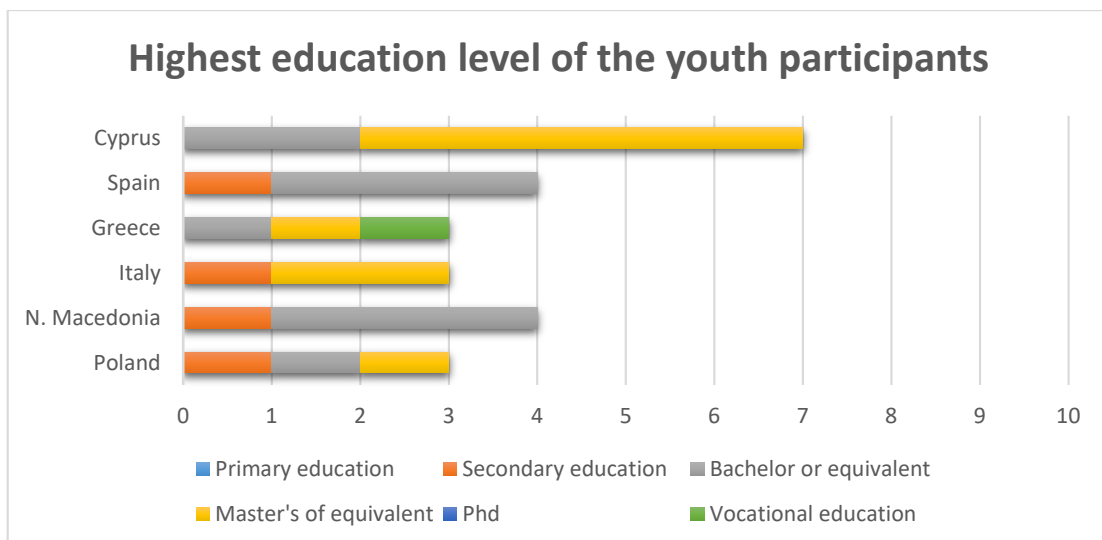
Uczestnicy młodzieżowi

Wśród 24 młodych ludzi 9 stanowili mężczyźni, a 15 stanowiły kobiety w wieku od 20 do 30 lat. Liczba uczestników, która wzięła udział w wywiadach, oraz ich płeć została dokładnie zilustrowana na wykresach słupkowych dla poszczególnych krajów poniżej. Na *rysunku 2*. oś pozioma reprezentuje kraje; oś pionowa reprezentuje liczbę uczestników płci męskiej i żeńskiej. *Rysunek 3*, przedstawia najwyższy poziom wykształcenia młodzieży uczestniczącej w programie. Oś pozioma pokazuje liczbę uczestników i ich poziom wykształcenia; oś pionowa kraje.

Rys. 2.



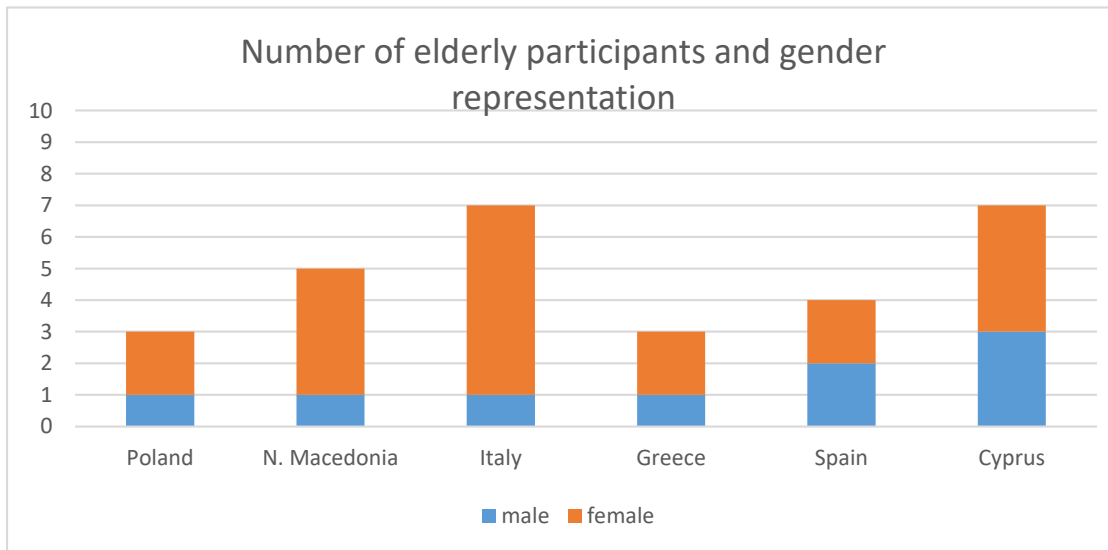
Rys. 3.



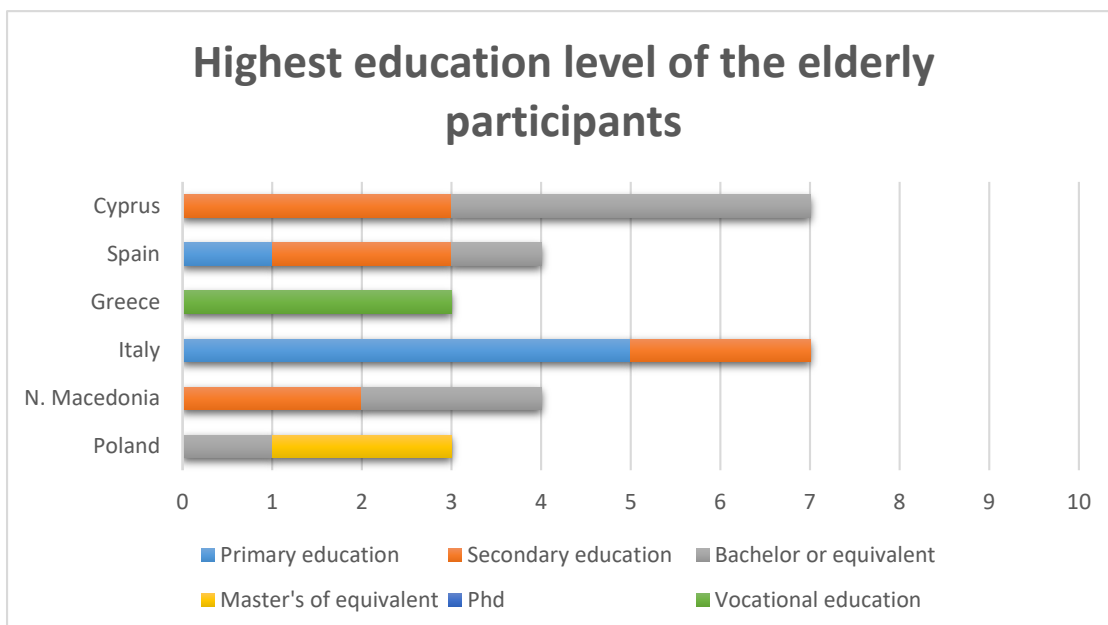
Uczestnicy w podeszłym wieku

Wśród 29 osób starszych, 9 to mężczyźni a 20 to kobiety, w przedziale wiekowym od 63 do 88 lat. Liczbę starszych uczestników, którzy wzięli udział w wywiadach, oraz ich płeć zilustrowano na wykresie słupkowym dla poszczególnych krajów poniżej. Na *rysunku 4* oś pozioma reprezentuje kraje, podczas gdy oś pionowa reprezentuje liczbę uczestników płci męskiej i żeńskiej w danym kraju. *Rysunek 5* przedstawia najwyższy poziom wykształcenia starszych uczestników. Oś pozioma pokazuje liczbę uczestników i ich poziom wykształcenia, natomiast pionowa oś reprezentuje kraje.

Rys. 4.



Rys. 5.



3. Wyniki badań

3.1. Przegląd i analiza dobrych praktyk

3.1.1. Przegląd tematyczny dobrych praktyk

Analiza zidentyfikowanych dobrych praktyk w zakresie usług zaprzyjaźniania się wykazała, że większość z nich ma podobne cele, takie jak poprawa więzi międzypokoleniowych, wzmocnienie wsparcia dla osób starszych, zapobieganie doświadczeniom samotności i izolacji oraz promowanie socjalizacji osób starszych.

Aby ułatwić lepszy przegląd porównawczy, praktyki zostały sklasyfikowane w czterech kategoriach:

- i) projekty/usługi związane przede wszystkim z zapewnieniem wizyt domowych lub opieki w ośrodkach opieki;
- ii) projekty/usługi, które koncentrują się na rewitalizacji dzielnic;
- iii) projekty/usługi promujące socjalizację osób starszych; i
- iv) projekty/usługi zapewniające wirtualne towarzystwo osób starszych.

Poniższe wykresy ilustrują cztery kategorie i projekty/usługi, które zostały określone w każdej kategorii.

Zapewnienie wizyt domowych lub opieki w ośrodkach opieki dziennej	Rewitalizacja sąsiedztwa dla osób starszych	Promowanie socjalizacji osób starszych	Wirtualne towarzystwo dla osób starszych
<ul style="list-style-type: none"> • <i>"Friendships at Every Age"</i> - Greece • <i>"You help me live (obedience)"</i> - Poland • <i>"Day care centres for elderly & home visits"</i> - N. Macedonia 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>"Barrios Amigos"</i> - Spain • <i>"Madrid Vecina"</i> - Spain 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>"Fragile Elderly People"</i> - Italy • <i>"The intergenerational support: an opportunity for young and elderly people to stay together"</i> - Italy 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>"Online Companionship for Elderly"</i> - Greece • <i>"SeniorApp"</i> - Poland

i) Zapewnienie wizyt domowych lub opieki w ośrodkach opieki dziennej

Zapewnianie wizyt domowych lub opieki w ośrodkach opieki dziennej przez wolontariuszy było praktyką zidentyfikowaną w większości krajów. Do takich praktyk należy na przykład program *"Przyjaźń w każdym wieku"* w Grecji. Program ten ma na celu zmniejszenie izolacji społecznej i samotności wśród osób starszych poprzez kontakt międzyludzki. Dodatkowe cele programu obejmują wzmocnienie pewności siebie u osób starszych, zwrócenie uwagi na ich potrzeby i problemy oraz promowanie wolontariatu w kraju. Program obejmuje grupy wolontariuszy, które działają na poziomie społeczności lokalnej, zapewniając wsparcie osobom starszym, takie jak cotygodniowa rozmowa telefoniczna lub wizyty domowe i wspólne działania, wydarzenia itp. W ramach programu małe grupy wolontariuszy, którzy są związani z osobami starszymi, są wspierane w rozwijaniu przyjaznych relacji.

Podobnie projekt *"Pomagasz mi żyć (posłuszeństwo)"*, realizowany przez Stowarzyszenie Mały Brat w Polsce, oferuje wolontariat polegający na regularnych wizytach wolontariuszy w domach mieszkańców

organizacji Mali Bracia Ubogich, dzięki której budowana jest relacja oparta na przyjaźni i zaufaniu między wolontariuszem a samotnym seniorem. W programie biorą udział setki wolontariuszy, którzy każdego dnia dają seniorom wsparcie i poczucie bezpieczeństwa.

Praktyka, która obejmuje zapewnienie wizyt domowych i opieki w ośrodkach opieki dziennej, została również zidentyfikowana w północnej Macedonii. W ramach projektu "Ośrodki opieki dziennej dla osób starszych i wizyty domowe" organizacja Czerwonego Krzyża utworzyła trzy Ośrodki Opieki Diennej dla Osób Starszych w mieście Skopje. Główne świadczone usługi obejmują wizyty domowe opiekunów i wolontariuszy raz w tygodniu lub w razie potrzeby. Usługi świadczone przez wolontariuszy obejmują rozmowy i inne działania socjalizacyjne, zrobienie zakupów spożywczych, pomoc w zakupie leków, towarzyszenie osobie starszej podczas wizyty u lekarza, na spacerze, wykonywanie prac administracyjnych itp.

ii) Rewitalizacja sąsiedztwa dla osób starszych

Obie zidentyfikowane praktyki w Hiszpanii - "*Barrios Amigos*" i "*Madrid Vecina*" pracują przede wszystkim nad regeneracją dzielnic, aby zapobiec samotności i wykluczeniu społecznemu osób starszych. Projekt "*Barrios Amigos*" ("Przyjazne sąsiedztwo") ma na celu stworzenie sieci przyjaźni w sąsiedztwie osób starszych oraz nawiązanie współpracy z pobliskimi zasobami i organizacjami. Aby zwiększyć wpływ i odbiór wśród grupy docelowej, w dzielnicach organizowane są również regularne imprezy towarzyskie.

Projekt "*Madrid Vecina*", promowany przez hiszpańską organizację pozarządową "*Grandes Amigos*" we współpracy z Radą Miasta Madrytu, ma na celu poprawę samopoczucia i zdrowia osób starszych poprzez odbudowę więzi sąsiedzkich i zaangażowanie całej dzielnicy w wykrywanie i zapobieganie samotności. Ten projekt ma na celu to, aby osoby starsze czuły się wspierane i wspierane we wszystkim, czego potrzebują, i jest otwarty dla wszystkich członków sąsiedztwa. Obejmuje to również informowanie osób starszych o różnych dostępnych możliwościach towarzystwa, socjalizacji i wsparcia, takich jak wolontariusze, stowarzyszenia sąsiedzkie, opieka społeczna, miejskie ośrodki zdrowia itp.

iii) Promowanie socjalizacji osób starszych

Powszechnie były również praktyki oferujące możliwości socjalizacji osobom starszym. Takie praktyki pociągają za sobą projekt "*Fragile Elderly People*" realizowany przez Anziani e non solo we Włoszech. Projekt ma na celu identyfikację osób w wieku powyżej 75 lat, które mieszkają samotnie lub z inną osobą powyżej 75 roku życia w krytycznej dzielnicy miasta, jak również zbadać ich potrzeby i trudności oraz promować socjalizację i uczestnictwo społeczne. Młodzież należąca do stowarzyszenia wolontariackiego o nazwie *Giovani per Carpi*, koordynowanego przez Anziani e Non solo, przeprowadziła wywiady z wrażliwymi starszymi ludźmi na Belgrado Street, aby określić ich potrzeby. Następnie organizowali spotkania edukacyjno-informacyjne dla osób starszych, które mieszkały przy "ulicy Belgrado".

Projekt "*Il sostegno tra generazioni: un'occasione per giovani ed Anziani di stare insieme* (angielski: "*Wsparcie międzypokoleniowe: szansa dla młodych i starszych ludzi na pozostanie razem*") we Włoszech działa podobnie. W ramach projektu młodzież organizuje zajęcia edukacyjne i rekreacyjne (np. taniec, bingo) angażując w nie osoby wrażliwe. Projekt ten obejmuje cztery różne struktury osób starszych, z których każda składa się z dwóch młodych wolontariuszy. Młodzi wolontariusze, którzy pracują w Służbie dla Osób Starszych w Mestre i Marghera oraz w Centrum Usług IPAV wspierają realizację programów pomocy społecznej osób starszych, które mieszkają w swoich domach. Kupują

podstawowe artykuły pierwszej potrzeby dla osób starszych, pomagają im w załatwianiu biurokratycznych formalności, promują i wspierają ich dostęp do usług oraz organizują dla nich zajęcia rekreacyjne.

iv) Wirtualne towarzystwo dla osób starszych

Zidentyfikowano również praktyki koncentrujące się na zaprzyjaźnianiu się na odległość, na które istnieje zwiększone zapotrzebowanie od początku kryzysu COVID-19. Do takich praktyk należy "*Online Companionship for Elderly*" w Grecji i "*SeniorApp*" w Polsce. "*Online Companionship for Elderly*" jest skierowany do osób wrażliwych powyżej 60 roku życia. Program obejmuje tworzenie wirtualnych grup towarzyskich i dyskusyjnych, które starają się przełamać izolację i poczucie samotności doświadczane przez osoby starsze w tym okresie, szczególnie dla osób krewnych.

Podobnie platforma webowa i aplikacja mobilna "*SeniorApp*" przeznaczona dla wszystkich osób potrzebujących pomocy i ich rodzin, poszukujących wsparcia w opiece i sprawach życia codziennego. Platforma ta dążyła do wykorzystania technologii jako narzędzia przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu i pomocy ludziom w potrzebie poprzez realizację idei społecznej odpowiedzialności biznesu. Projekt został zainspirowany osobistymi doświadczeniami w opiece nad osobami potrzebującymi pomocy.

3.1.2. Analiza dobrych praktyk w podziale na wskaźniki

Opracowanie dobrych praktyk obejmowało następujące pytania przewodnie w ramach każdego z czterech analizowanych wskaźników:

i) Wpływ	ii) Innowacja	iii) Zrównoworzony rozwój	iv) Możliwość przenoszenia
<ul style="list-style-type: none"> • Ilu wolontariuszy i beneficjentów było zaangażowanych w usługę zaprzyjaźniania? Jaki był ich poziom zadowolenia z usług zaprzyjaźnionych? Jaki był wynik przeprowadzonej oceny, jeśli w ogóle? 	<ul style="list-style-type: none"> • Jakie są główne cechy praktyki, które są innowacyjne? W którym obszarze leży aspekt innowacyjny i dlaczego (np. innowacje społeczne, innowacje technologiczne)? 	<ul style="list-style-type: none"> • Czy praktyka korzysta z warunków technicznych, ludzkich i finansowych, aby zapewnić jej ciągłość w czasie? 	<ul style="list-style-type: none"> • Czy praktyka posiada mechanizmy i narzędzia, które umożliwiają innym organizacjom jej dostosowanie? Czy został powtórzony z pozytywnymi wynikami w innych organizacjach?

i) Wpływ

Ogólnie rzecz biorąc, poziom uczestnictwa młodzieży zaangażowanej w usługi zaprzyjaźniania się różni się w zależności od kraju i projektu. Zidentyfikowane praktyki, które mają wysoki poziom zaangażowania młodzieży i uczestnictwa w usługach zaprzyjaźniania, zostały zidentyfikowane w ramach hiszpańskiej organizacji "*Amigos de los Mayores*", gdzie zgodnie z raportem rocznym 2020 udzieliły wsparcia 2 709 osobom starszym, angażując łącznie 2 689 wolontariuszy.

Ponadto wysoki poziom młodzieży zaangażowanej w usługi zaprzyjaźnienia zostały zidentyfikowane w ramach projektu "*Madrid Vecina*" w Hiszpanii, w ramach którego około 1500 wolontariuszy wsparło 1200 osób starszych podczas pandemii COVID-19, a w Polsce ponad 500 wolontariuszy stało się pomocnikami i przyjaciółmi osób starszych w ramach organizacji *Mali Bracia Ubogich*. W innych zidentyfikowanych praktykach poziom uczestnictwa młodzieży w usługach zaprzyjaźniania się jest znacznie niższy.

ii) Innowacja

Ogólnie rzecz biorąc, aspekt innowacyjny w większości innych praktyk opiera się głównie na towarzyszącym wolontariacie, tj. odwiedzaniu przez zaprzyjaźnionych w domach samotnych seniorów poprzez udostępnienie wolontariatu wszystkim. Ustanowienie narzędzi do angażowania całej okolicy poprzez angażowanie ludzi do łatwego uczestnictwa w projekcie, co było kolejnym ważnym aspektem innowacyjnym w niektórych zidentyfikowanych praktykach.

Praktyką z aspektem innowacyjnym związanym z wykorzystaniem technologii jest platforma internetowa "*Senior App*". "*SeniorApp*" to platforma internetowa i aplikacja mobilna przeznaczona dla wszystkich osób potrzebujących pomocy i ich rodzin, poszukujących wsparcia w opiece i sprawach życia codziennego. Platforma internetowa i aplikacja mobilna zostały powszechnie docenione przez

międzynarodowych ekspertów i partnerów za ich potencjał w budowaniu społeczności wokół ludzi, którzy potrzebują wsparcia w codziennym życiu.

iii) Zrównoważony rozwój

Aspekt zrównoważonego rozwoju różni się w większości zidentyfikowanych projektów i praktyk. Niektóre projekty nie uwzględniają możliwości powielania lub długoterminowych możliwości kontynuacji. Większość praktyk opiera się na projektach, z wyjątkiem ośrodków opieki dziennej, gdzie w większości krajów praktyki są długoterminowymi programami wspieranymi przez rząd, takimi jak na przykład usługi ustanowione przez Czerwony Krzyż.

iv) Możliwość przenoszenia

Istnieją zidentyfikowane praktyki, które zostały z powodzeniem powielone, takie jak projekt *"Progetto Fragili/ Via Belgrado (Project Fragile Elderly People/ Belgrado Street)"*. W świetle pozytywnych wyników projektów pilotażowych na ulicach Belgrado, lokalna administracja zdecydowała się wesprzeć jego rozbudowę. Podobnie w Hiszpanii, gdzie hiszpańska federacja "Amigos de los Mayores" postanowiła utworzyć podobną służbę jako "Barrios Amigos" w Saragossie, aby uzupełnić inne działania prowadzone przez organizację, oferując alternatywę dla tradycyjnego wolontariatu i umożliwiając inne formy uczestnictwa obywateli.

Ogólnie rzecz biorąc, większość praktyk można zastosować w każdym kraju i społeczności, ponieważ wolontariat jest szeroko dostępnym i elastycznym narzędziem wprowadzania zmian w społeczeństwie. Jednakże, większość usług zaprzyjaźnionych można łatwo dostosować i mają potencjał przenoszalny, ich powielanie często jest w tyle.

3.2. Streszczenie ustaleń z przesłuchań kluczowych informatorów

3.2.1. Streszczenie wywiadów z kluczowymi informatorami z młodzieżą

Ogólnie rzecz biorąc, prawie wszyscy młodzi uczestnicy mieli jakieś doświadczenie wolontariackie, a niektórzy z nich byli częścią usług zaprzyjaźniania się lub uczestniczyli w zajęciach obejmujących osoby starsze. Niektórzy uczestnicy słyszeli już wcześniej o "usługach zaprzyjaźniania się", podczas gdy inni uczestnicy nie znali tego terminu, ale po otrzymaniu definicji stwierdzili, że wiedzą o niektórych inicjatywach w dziedzinie tego typu.

Przedstawiciele z różnych krajów zgodzili się, że młodzież może wiele się nauczyć z usługi zaprzyjaźniania się. Niektórzy z uczestników stwierdzili, że kontakt z osobą starszą oferuje młodym ludziom możliwość uczenia się od innych, czerpiąc wskazówki z innego stylu życia i dostosowując ich do współczesnego życia. Inni uczestnicy podkreślali rozwój empatii i silniejsze poczucie przynależności do wspólnoty, podkreślali to także niektórzy młodzi uczestnicy. Jeśli chodzi o inne korzyści płynące z uczestnictwa w usługach zaprzyjaźniania, uczestnicy podkreślili, że sam rozwój relacji przyjaźni jest znaczącą korzyścią i dodali, że pomaga młodym ludziom rozwijać cechy takie jak szacunek i uznanie. Również osoby starsze przekazują swoją wiedzę i doświadczenie młodszym.

Według uczestników badania umiejętności interpersonalnych potrzebnych do bycia częścią usług zaprzyjaźniania się to inteligencja emocjonalna, cierpliwość, empatia, szacunek, wrażliwość, poczucie humoru i pozytywne nastawienie, ale także elastyczność, zdolność adaptacji i chęć

sluchania. Niektórzy uważali, że bycie zaprzyjaźnionym nie wymaga żadnych specjalnych umiejętności, wystarczy chcieć pomóc i być świadomym obopólnych korzyści. Inni podkreślali umiejętności interpersonalne, takie jak życzliwość, uprzejmość, otwartość i gadatliwość.

Młodzi ludzie uważali, że największą trudnością w angażowaniu osób starszych w usługi zaprzyjaźnienia się jest przyznanie przed sobą, że znajdują się w sytuacji, w której nie mogą już polegać tylko na sobie i potrzebują pomocy, strach przed niezrozumieniem, a także brak świadomości możliwości otrzymania pomocy. Inni podkreślają, że główną trudnością może być fakt, że osoby starsze czasami uważają, że rzeczy dzisiejszego "młodego świata" nie są dla nich (np. smartfony, Internet, bankowość domowa, tożsamość cyfrowa itp.), a zatem mogą nie mieć wspólnych zainteresowań z młodymi wolontariuszami.

Sugestie młodych ludzi dotyczące uatrakcyjnienia usług związanych z zaprzyjaźnianiem się obejmują:

- prowadzenie działań uświadamiających i upowszechniających mających na celu zapoznanie młodych ludzi z tego rodzaju usługami i motywowanie ich do wolontariatu;
- zaangażowanie szkół i organizacji młodzieżowych w zapewnianie przyjaźni;
- Reklama usług zaprzyjaźnienia w ośrodkach młodzieżowych i na uniwersytetach, ale także w mediach społecznościowych.

Pojawiło się wiele sugestii dotyczących programu szkolenia dla młodzieży zainteresowanej przyjaźnią ze starszymi. Obszary tematyczne zaproponowane przez uczestników obejmowały *"jak opiekować się osobą starszą"*, *"umiejętności komunikacyjne"*, *"zarządzanie higieną u osób starszych i zarządzanie emocjami"*. Inni wspomnieli, że przydatny byłby program szkoleniowy, który zajmowałby się *"elementami psychologii dorosłych"*, *"patologiami starości (ogólne patologie geriatryczne)"*, *"emocjonalnym wpływem, jaki patologia może mieć na osobę i jej rodzinę"*, *"aktywnymi technikami słuchania"*, *"informacjami na temat kontekstu historyczno-kulturowego"* i *"elementami dotyczącymi możliwych sztywności" (uprzedzenia wobec osób starszych, aby móc poradzić sobie z nimi w najlepszy możliwy sposób)*. Niektórzy uczestnicy zasugerowali również, że taki program szkoleniowy powinien obejmować *"strategie zbliżania się do osób starszych i komunikowania się z nimi na tematy, które ich dotyczą"*, *"podstawowe szkolenie z pierwszej pomocy"* lub *"szkolenie w zakresie pomiaru ciśnienia krwi, nasycenia i podobnych rzeczy, w których potrzebują pomocy"*.

3.2.2. Podsumowanie wywiadów z kluczowymi informatorami z uczestnikami w podeszłym wieku

Większość osób starszych nie była zaznajomiona z usługami zaprzyjaźniania, podczas gdy niektórzy uczestnicy słyszeli o tych usługach i znali pewne konkretne inicjatywy w tej dziedzinie, koncentrujące się na promowaniu relacji między młodymi wolontariuszami a osobami starszymi.

Ogólnie rzecz biorąc, uczestnicy podzielali pogląd, że zaprzyjaźnienie się może stymulować towarzystwo i rozmowę, umożliwić osobom starszym nowe możliwości spędzania wolnego czasu, pomagać im w poznawaniu nowych ludzi i nawiązywaniu kontaktów towarzyskich, a także zwiększać empatię i aktywne umiejętności słuchania. Uczestnicy dostrzegli również wiele korzyści z samej usługi, w tym towarzystwo, dialog, podnoszenie na duchu psychicznym, połączenie z drugą osobą, wymianę doświadczeń i wzajemne uczenie się. Relacja międzypokoleniowa, wymiana wiedzy, zainteresowań i historii życia były czymś, co większość starszych uczestników zgodziła się, że będzie atutem.

Niektórzy starsi uczestnicy wspomnieli, że większość seniorów nie jest przyzwyczajona do interakcji z młodzieżą, co może być początkowo trudne, ponieważ istnieje luka w języku i komunikacji. W

przypadku innych przeszkód poważnymi mogą być problemy z poruszaniem się osób starszych, nuda, brak motywacji i wiele obowiązków, takich jak opieka nad wnukami. Poważnym wyzwaniem jest brak umiejętności cyfrowych, który mógłby utrudniać poruszanie się po internecie, a także luka pokoleniowa.

Większość starszych respondentów stwierdziła, że woleliby komunikować się twarzą w twarz z młodzieżą, ale nie mieliby nic przeciwko rozmowie przez Internet lub telefon. Jednak niektórzy uczestnicy uważali, że komunikacja przez Internet będzie bardziej dostępna i wygodna.

Większość starszych uczestników stwierdziła, że byliby zainteresowani uczestnictwem i zaangażowaniem się w działania takie jak:

- Wizyty w muzeach, teatrach, na pokazach lub wystawach
- Wycieczki lub spacer w parkach przyrody
- Gra w szachy, karty, bingo
- Ćwiczenia i uczenie się
- Nauczanie dziania i szydełkowania
- Dzielenie się posiłkami i przepisami
- Omawianie wiadomości i bieżących wydarzeń

4. Zalecenia dotyczące polityki

Zalecenia polityczne dla rządów, organizacji społeczeństwa obywatelskiego, darczyńców i innych zainteresowanych stron dotyczące poprawy usług nawiązywania przyjaźni z młodzieżą:

- ✓ Prowadzenie szeroko zakrojonych kampanii uświadamiających w celu promowania korzyści płynących z usług zaprzyjaźniania się dla osób starszych jako beneficjentów i młodzieży jako wolontariuszy, w tym poprzez działania informacyjne i doradcze;
- ✓ Zapewnienie, aby dostęp do usług zaprzyjaźniania się był realną szansą dla wszystkich osób starszych, w tym osób o mniejszych szansach;
- ✓ Angażuję się w rozwój kultury i struktury przyjaźni, w tym poprzez odpowiednie zasoby szkoleniowe i wsparcie dla młodych ludzi i organizacji zainteresowanych wprowadzeniem takich usług;
- ✓ Zapewnienie dostępności odpowiednich środków finansowych w celu zapewnienia stabilności finansowej usług;
- ✓ Promowanie współpracy na szczeblu krajowym i europejskim między organizatorami zapewniającymi młodym ludziom możliwości wolontariatu, a w szczególności zaprzyjaźnianie się z osobami starszymi, w celu stworzenia zorganizowanej sieci wsparcia;
- ✓ Zapewnij przestrzenie i środowiska dedykowane osobom starszym, w których mogą mieć możliwość spotkania innych ludzi i spotkań towarzyskich z nimi w bezpiecznym i komfortowym środowisku.

Tytuł	<i>Ośrodki opieki dziennej dla osób starszych</i>
Lokalizacja	<i>Skopje, Macedonia Północna (Dare Dzambaz, przewodniczący, Saraj)</i>
Organizacja	<i>Czerwony Krzyż Macedonia Północna</i>
Strona internetowa	https://ckrm.org.mk/en/home/
Przegląd	<p>Opis dobrej praktyki Czerwony Krzyż w Macedonii Północnej utworzył trzy ośrodki opieki dziennej dla osób starszych w mieście Skopje. Główne usługi świadczone przez ośrodki opieki dziennej obejmują wizyty domowe opiekunów i wolontariuszy raz w tygodniu lub więcej w razie potrzeby.</p> <p><i>Usługi świadczone przez wolontariuszy obejmują:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rozmowy i inne działania socjalizacyjne • Zakupy • Pomoc w zakupie produktów spożywczych, leków itp. • Towarzystwo osobie starszej podczas wizyty u lekarza, na spacerze itp. • Zakończenie prac administracyjnych <p><i>Usługi świadczone przez opiekunów w domu osób starszych obejmują:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pomiar poziomu cukru we krwi • Pomiar ciśnienia krwi • Kontakt z lekarzem rodzinnym • Dystrybucja bezpłatnych leków • Udzielanie porad dotyczących podejmowania terapii • Towarzystwo osobie starszej podczas wizyty u lekarza <p>Grupą docelową są osoby starsze i słabe, które mieszkają samotnie lub ze współmałżonkiem i potrzebują wsparcia medycznego i psychospołecznego w swoim domu, a także możliwości socjalizacji i uczestnictwa w programie aktywnego starzenia się.</p> <p>Ogólne cele Ogólnym celem Dziennych Ośrodków Opieki dla Osób Starszych jest rozwój opieki pozainstytucjonalnej oraz zapewnienie opieki zdrowotnej osobom starszym i słabym.</p> <p><i>Cele szczegółowe obejmują:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Poprawa jakości życia, zdrowia i kondycji psychofizycznej osób starszych; • zaspokajanie potrzeb zdrowotnych i społecznych osób starszych; • Socjalizacja i wzbogacenie poziomu wykształcenia osób starszych; • Promowanie aktywnego starzenia się i aktywnego podejścia do życia w starszym wieku;

	<ul style="list-style-type: none"> Promocja wolontariatu, zaangażowanie obywateli w wolontariat w działania Programów Miasta Skopje oraz w programach innych organizacji oferujących usługi społeczne.
Wpływ	<p>Liczba zaangażowanych wolontariuszy i beneficjentów</p> <p>Każdego miesiąca ponad 30 osób odwiedza Ośrodki Opieki Diennej dla Osób Starszych i przeprowadza ponad 1000 wizyt domowych. W projekcie bierze udział 8 wolontariuszy i 6 opiekunów.</p> <p><i>Dane z oceny nie są dostępne.</i></p>
Innowacja	<p>Innowacyjny aspekt praktyki</p> <p>Chociaż usługi zaprzyjaźnianie się i wizyty domowe wolontariuszy są powszechne w innych krajach europejskich, w Macedonii Północnej przykład Ośrodka Opieki Diennej dla Osób Starszych jest raczej czymś nowym i innowacyjnym w kontekście krajowym.</p>
Zrównoważony rozwój	<p>Warunki finansowe</p> <p>Realizacja projektu w Skopje rozpoczęła się w 2011 roku, przy wsparciu finansowym i doświadczeniu Austriackiego Czerwonego Krzyża i Austriackiej Agencji Rozwoju.</p> <p>W 2012 roku projekt otrzymał wsparcie od miasta Skopje, Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej oraz firmy EVN Macedonia. Dzięki nowemu wsparciu finansowemu otwarto Ośrodki Opieki Diennej dla Osób Starszych w Dare Dzambaz i Chair.</p> <p>W 2015 roku, z udziałem Fundacji Albiz jako darczyńcy, otwarto trzeci Ośrodek Opieki Diennej dla Osób Starszych w gminie Saraj. W tym samym czasie rozpoczęły się wizyty domowe u osób starszych mieszkających w gminie Saraj. Dotychczas projekt był wspierany i finansowany przez Bank Sparkasse i Ambasadę Republiki Słowackiej.</p>
Zbywalność	<p>Inne praktyki, które dostosowały mechanizmy i narzędzia</p> <p>Chociaż usługi wolontariackie świadczone w ośrodkach opieki dziennej mają potencjał przenoszenia, nie zostały one jeszcze powielone przez inne organizacje lub w innych kontekstach lokalnych.</p>
Dodatkowe informacje	<p>W celu zapewnienia bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia personelu, wolontariuszy i użytkowników usług, Ośrodki Opieki Diennej dla Osób Starszych zostały tymczasowo zamknięte w latach 2020 i 2021 w czasie wybuchu pandemii COVID-19 i ponownie otwarte.</p>

Tytuł	St Vincent's Centre, Brighton (Tower House)
Lokalizacja	Wielka Brytania, Brighton
Organizacja	Towarzystwo św. Wincentego a Paulo
Strona internetowa	https://www.svp.org.uk/
Przeгляд	<p>Opis dobrej praktyki : Community Support Project of the St Vincent de Paul Society (England & Wales) poświęcony jest pomocy 120 osobom w wieku powyżej 70 lat w Brighton and Hove.</p> <p>St Vincent's Brighton mieści się w pięknej edwardiańskiej rezydencji (lub powszechnie znanej jako Tower House) w pobliżu Preston Park i posiada kawiarnię, salon, kuchnię, jadalnię, pokój artystyczny / rozrywkowy i sklep charytatywny na miejscu. Jest otwarty cztery dni w tygodniu i ma minibus, dzięki czemu goście z problemami z poruszaniem się mogą być odbierani.</p> <p>Ogólne cele Celem St Vincent's Brighton (Tower House) jest pomoc osobom starszym, które zmagają się z izolacją i samotnością, aby przyjść i cieszyć się przebywaniem w bezpiecznym środowisku, w którym mogą zaprzyjaźnić się i nawiązać więź z innymi.</p>
Wpływ	<p>Liczba zaangażowanych wolontariuszy i beneficjentów St Vincent's Brighton w skrócie ma 40 wolontariuszy, 4 pracowników w niepełnym wymiarze godzin, 8 cotygodniowych zajęć i 1 szefa kuchni.</p> <p>40 wolontariuszy i szef kuchni pracują przez całą dobę, aby dostarczyć paczki żywnościowe dostarczone przez Fare Share gościom podczas wybuchu Covid-19. 120 osób skorzystało z domowego posiłku podczas blokady.</p> <p>Poziom zadowolenia z usług zaprzyjaźnionych Ogólnie rzecz biorąc, poziom zadowolenia gości w Tower House jest na wysokim poziomie. Goście i członkowie ich rodzin wyrazili zadowolenie z ogólnej obsługi, jedzenia i wspaniałego towarzystwa. Goście zgłaszają, że bardzo lubią odwiedzać <i>St Vincent's</i>.</p>
Innowacja	<p>Innowacyjnym aspektem praktyki St Vincent's Brighton jest to, że oferuje ona szereg stymulujących i interaktywnych działań i usług, takich jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quizy, bingo i losowania loterii • Sesje mobilności

	<ul style="list-style-type: none"> • Domowe obiady • Porady ekspertów na takie tematy, jak unikanie oszustów, dbanie o zdrowie jamy ustnej • Długie sesje śpiewania • Boccia • Brain Gym - fizyczna i psychiczna stymulacja dla osób z demencją • Charytatywny pokaz mody St Vincent's Brighton • Klub Rummikub • Malarstwo • Tenis stołowy • Joga na krześle <p>Latem St Vincent's organizuje również zabawne wycieczki dla gości specjalnie przystosowanymi minibusami.</p> <p>Jeśli chodzi o innowacje technologiczne, na stronie internetowej St Vincent's Brighton można uzyskać dane kontaktowe i rejestracyjne oraz przesłać formularz w celu skontaktowania się ze świadczonymi usługami.</p>
Zrównoważony rozwój	<p>Warunki finansowe</p> <p>Brak danych na temat kondycji finansowej kontynuacji St Vincent's Brighton (Tower House). Istnieją jednak możliwości przekazania darowizny na rzecz St Vincent's Brighton (Tower House), aby pomóc w ciągłości i zmianach w życiu osób starszych.</p>
Zbywalność	<p>Inne praktyki, które dostosowały mechanizmy i narzędzia</p> <p>Jeśli chodzi o inne praktyki, które zaadaptowały te same mechanizmy i narzędzia, St Vincent's Brighton (Tower House) był jednym ze zidentyfikowanych usług przyjaznych dla osób starszych na poziomie krajowym. Takie usługi zostały powielone przez inne organizacje i instytucje w Wielkiej Brytanii. Takie usługi są świadczone przez inne organizacje pozarządowe, takie jak AgeUK, The Befriending Scheme, Befriending Networks itp.</p>
Dodatkowe informacje	<p>St Vincent's Brighton został tymczasowo zamknięty podczas pandemii COVID-19, ale teraz został ponownie otwarty. Choć niektórzy goście nadal są zaniepokojeni (lub nie mogą) uczestniczyć w St Vincent's Brighton (Tower House), wolontariusze mogą teraz przeprowadzać wizyty domowe. Dystans społeczny, środki noszenia masek są nadal przestrzegane.</p>

Tytuł	"Barrios Amigos" (Przyjazne sąsiedztwo)
Lokalizacja	Hiszpania, Saragossa
Organizacja	Fundacion "Amigos de los Mayores" (Przyjaciele osób starszych)
Strona internetowa	www.barriosamigos.org
Przeгляд	<p>Praca organizacji koncentruje się na przeciwdziałaniu samotności i wykluczeniu społecznemu osób starszych. Projekt "Barrios Amigos", który w tłumaczeniu na język angielski oznacza "przyjazne sąsiedztwo", ma na celu wypełnienie misji organizacji poprzez stworzenie sieci przyjaźni w sąsiedztwie osób starszych poprzez współpracę z pobliskimi zasobami i organizacjami. Projekt ma dwójaki cel: z jednej strony zapewnienie wsparcia osobom starszym, z drugiej strony przywrócenie więzi sąsiedzkich poprzez umieszczenie osób starszych w centrum procesu, a tym samym wygenerowanie korzyści dla całej społeczności.</p> <p>Wsparcie zapewniają wolontariusze mieszkający w pobliżu osób potrzebujących. Zadaniem wolontariusza jest cotygodniowa dwugodzinna wizyta starszego osoby lub rozmowa telefoniczna. Mając na uwadze, że w szpitalach są też osoby samotne, które potrzebują towarzystwa, tam również organizowane są wizyty. W ten sposób, będąc w stałym kontakcie z osobą starszą, stopniowo nawiązuje się więź sympatii i zaufania z wolontariuszem. W celu zwiększenia oddziaływania i odbioru wśród grupy docelowej, w ich sąsiedztwie organizowane są również regularne imprezy towarzyskie. W ten sposób wzrasta uczestnictwo w życiu społecznym i wartość społeczna osób starszych. Projekt ma na celu zachęcenie do tworzenia przestrzeni do socjalizacji i nawiązywania kontaktów poprzez działania rekreacyjne. Ponadto praca, którą wykonują z innymi organizacjami, pozwala osobom starszym uczestniczyć w większej liczbie projektów społecznych i tworzyć jeszcze silniejszą sieć społeczną. Wyciągnięcie osoby z domu, zachęcenie do wzięcia udziału w wydarzeniu, warsztacie lub zajęciach, jest doskonałą okazją do zapobieżenia samotności i ponownego odkrycia radości z nawiązywania przyjaźni i odbudowywania poczucia własnej wartości lub sensu życia.</p>
Wpływ	<p>Zgodnie ze sprawozdaniem rocznym "Amigos de los Mayores" za 2020 r. w Hiszpanii 66,2% mężczyzn i 69,4% kobiet w wieku powyżej 65 lat cierpi z powodu samotności. W 2020 roku "Amigos de los Mayores" był u boku 2 709 osób starszych dzięki wsparciu 2 689 wolontariuszy. W tym czasie do zespołu akcji społecznej dołączyło 702 nowych wolontariuszy. Ponadto organizacja rozszerzyła swoją inicjatywę w 43 nowych gminach i przeprowadziła 554 działania socjalizacyjne, a także wiele innych działań. 2 709 osób starszych utrzymywało więź i przyjaźń z 2 689 wolontariuszami, dzieląc 583 320 godzin dobrego towarzystwa w 106 gminach w Hiszpanii, przy wsparciu 4 955 członków i darczyńców.</p>
Innowacja	<p>Projekt "Barrios Amigos" to innowacyjna inicjatywa obywatelska. Jego celem jest wspieranie relacji międzypokoleniowych i solidarności sąsiedzkiej poprzez łatwe i bezpłatne działania między sąsiadami w sąsiedztwie. Każda osoba interweniuje we własnym tempie, zgodnie ze</p>

	<p>swoimi możliwościami i preferencjami. <i>"Barrios Amigos"</i> to projekt, którego celem jest zaproponowanie innych form partycypacji obywatelskiej dostosowanych do nowego rytmu życia. Sprawia, że wolontariat jest dostępny dla wszystkich, zamieniając elastyczność w swoją główną siłę. <i>"Barrios Amigos"</i> jest rzeczywiście pomyślany jako narzędzie, w którym nie wszystkie działania zależą od jednej osoby.</p>
<p>Zrównoważony rozwój</p>	<p>Idea projektu została po raz pierwszy uruchomiona i promowana we Francji przez stowarzyszenie <i>"Les Petits Frères des Pauvres"</i> wraz z realizacją projektu <i>"Voisin-Age"</i>. Ta francuska organizacja promowała rozwój tego projektu wśród członków międzynarodowej federacji, do której należy. Hiszpańska federacja <i>"Amigos de los Mayores"</i> postanowiła utworzyć tę usługę w Saragossie, aby uzupełnić inne działania prowadzone przez organizację, oferując alternatywę dla tradycyjnego wolontariatu i umożliwiając inne formy uczestnictwa obywatelskiego. Praktyka ta okazała się już skuteczna w różnych kontekstach, nawet w sytuacji izolacji Covid-19, kiedy służba nadal działała.</p> <p>Wolontariusze proszeni są o włączenie informacji o swoim programie i działaniach na platformie cyfrowej, aby ułatwić koordynację między nimi oraz w celu zapewnienia bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia osób starszych. Sieć "Liderów Sąsiedztwa" (sąsiadów, którzy koordynują i nadzorują funkcjonowanie projektu w każdej dzielnicy), dodatkowo wspiera personel techniczny organizacji <i>"Amigos de los Mayores"</i>, tworząc wysoce funkcjonalny i zrównoważony system oraz zapewniając ciągłe wsparcie zaangażowanym wolontariuszom.</p>
<p>Zbywalność</p>	<p>Ta praktyka może być stosowana w każdym kraju i w każdej społeczności. Wolontariat jest szeroko dostępnym i elastycznym narzędziem wprowadzania potrzebnych zmian w społeczeństwie. Stosowane tutaj mechanizmy pracy można łatwo dostosować do potrzeb innych organizacji działających na rzecz zwalczania samotności i wykluczenia społecznego wśród osób starszych i nie tylko. <i>"Amigos de los Mayores"</i>, jako członek międzynarodowej federacji, która zrzesza stowarzyszenia i inne rodzaje organizacji non-profit, które poprzez swoją misję i działalność działają na rzecz zwalczania samotności i izolacji społecznej wśród osób starszych, jest powszechnie uznaną organizacją, której praca przyczynia się do rozpowszechniania tej misji na całym świecie. W ten sposób ich narzędzia pracy i pomysły docierają do miejsc, w których temat ten jest mniej rozwinięty i gdzie można je wykorzystać w ten sam sposób.</p>

Tytuł	"Sąsiedni Madryt"
Lokalizacja	Hiszpania, Madryt
Organizacja	"Grandes Amigos" (Wielcy przyjaciele), Rada Miasta Madrytu
Strona internetowa	www.grandesamigos.org/madrid-vecina/
Przegląd	<p>"Madrid Vecina" to projekt promowany przez hiszpańską organizację pozarządową "Grandes Amigos" we współpracy z Radą Miasta Madrytu, którego celem jest poprawa samopoczucia i zdrowia osób starszych poprzez regenerację więzi sąsiedzkich i zaangażowanie całej dzielnicy w wykrywanie i zapobieganie samotności. Rozwinięta sąsiedzka sieć wsparcia skupia sąsiadów, przedsiębiorstwa, przedstawicieli administracji publicznej, stowarzyszenia sąsiedzkie i wiele innych. Razem tworzą sieć, aby mieć oko na osoby starsze w środowisku, aby dowiedzieć się, czy są lub czują się samotni, aby pomóc im we wszystkim, czego potrzebują, aby ułatwić im socjalizację i uczestnictwo w życiu sąsiedzkim. Poprzez proste, codzienne gesty dobrego sąsiedztwa "Madrid Vecina" pragnie, aby zawsze czuli się wspierani we wszystkim, czego potrzebują. W ten sposób projekt przyczynia się do poprawy ich samopoczucia i zdrowia oraz do budowy przyjaznego sąsiedztwa, które dba o swoich sąsiadów. itd. Wszyscy w sąsiedztwie i społeczności mogą uczestniczyć w działaniach projektu "Madrid Vecina". Oprócz tego, że są siecią wykrywania, informują osoby starsze o różnych możliwościach towarzystwa, socjalizacji i wsparcia, których potrzebują, takich jak wolontariusze, stowarzyszenia sąsiedzkie, opieka społeczna, miejskie ośrodki zdrowia. W ten sposób udostępniają każdej starszej osobie najbardziej odpowiednie zasoby w pobliżu, w zależności od ich potrzeb i preferencji. Za pośrednictwem tej sieci sąsiedzkiej projekt promuje również działania podnoszące świadomość w celu rozpowszechniania rzeczywistości osób starszych, wspierania ich integracji i godnego traktowania osób starszych.</p>
Wpływ	<p>Po corocznym Grandes Amigos 2020 1168 osób starszych wzięło udział w różnych programach oferowanych przez organizację, o 23% więcej niż w roku poprzednim. 86% osób starszych uczestniczących w programach organizacji to kobiety, mężczyźni stanowią 14%. Osoby starsze, którym towarzyszą, są coraz bardziej zróżnicowane, choć najczęściej profil ten przedstawia kobietę w wieku 84 lat, mieszkającą samotnie, otrzymującą wsparcie emocjonalne w domu. W 2020 roku w projektach wzięło udział 1407 wolontariuszy, o 31% więcej niż w 2019 roku. Zmobilizowali wolontariuszy poprzez 27 zespołów działania. Te samodzielnymi grupy są katalizatorem uczestnictwa wolontariuszy i osób starszych w dzielnicach.</p>

	<p>Sieci sąsiedzkie, takie jak "<i>Madrid Vecina</i>", miały kluczowe znaczenie podczas pandemii, aby zapewnić wsparcie osobom starszym, które cierpiały z powodu samotności i izolacji. Rzeczywiście uruchomiono programy wsparcia Telep Hone, aby zapewnić wsparcie w najtrudniejszej fazie pandemii, chociaż działania bezpośrednie zostały wznowione tak szybko, jak to możliwe. Dzięki projektowi 1200 osób starszych otrzymało w tym okresie wsparcie od około 1500 wolontariuszy.</p>
Innowacja	<p>"<i>Madrid Vecina</i>" opracowała zestaw narzędzi do zaangażowania w projekt całego sąsiedztwa. Ludzie mogą łatwo uczestniczyć na różne sposoby: rozpowszechniać informacje o projekcie, uczyć się wykrywać samotność, mapować okolicę. Wszystkie te działania finalnie zwiększają liczbę osób, podmiotów i firm chętnych do pomocy osobom starszym.</p> <p>Narzędzia te są dostępne na stronie internetowej organizacji, ale są również rozpowszechniane jako broszury w całej okolicy. W ten sposób wszystkie osoby, z którymi osoba starsza wchodzi w kontakt (sklepiarz, pracownik poczty, farmaceuta, piekarz itp.) mogą pomóc w ustaleniu, czy starsza osoba czuje się samotna, straciła ukochaną osobę, czy jej zdrowie fizyczne lub psychiczne wydaje się pogarszać itp.</p>
Zrównoważony rozwój	<p>"<i>Madrid Vecina</i>" to projekt dostosowany do potrzeb samotnych osób starszych, ale także mający na celu tworzenie więzi międzypokoleniowych. Młodzi ludzie zaangażowani w projekt, jak stwierdzono w filmie z inicjatywy, są świadomi, że integracja z ich sąsiedztwem oznacza coś więcej niż tylko spędzanie czasu z ludźmi w tym samym wieku. Są świadomi, że starsi ludzie mogą być interesującymi przyjaciółmi, mogą dostarczyć im nowych punktów widzenia, a także mogą być uważani za przyjaciół, którzy idą podlewać swoje rośliny, gdy są na wakacjach. Oczywiście wszystkie przypadki są różne, ale wiele starszych osób jest niezależnych, po prostu muszą mieć znaczące relacje w swoim życiu. Trwałość projektu polega na tym, że wszystkie zaangażowane strony są świadome, że nie chodzi o akt miłosierdzia, ale o promowanie dobrobytu całej okolicy.</p>
Zbywalność	<p>Te praktyki mogą być łatwo stosowane w różnych kontekstach. Początkowo powstała w trzech dzielnicach Madrytu. Następnie, wychodząc na przeciw potrzebom osób starszych mieszkających na wsiach i w małych miasteczkach, w 2020 roku organizacja rozpoczęła również projekt na obszarach wiejskich regionu Cantabria. Możliwe więc, że zostanie on rozszerzony na inne obszary. Narzędzia opracowane w ramach projektu można również dostosować do różnych potrzeb i kontekstów.</p>

Tytuł	Projekt <i>Fragile Elderly People/ Belgrad Street</i>
Lokalizacja	Włochy, Carpi (MO).

Organizacja	Młodzi dla Carpi Seniorzy i nie tylko Unia ziem Argine
Strona internetowa	http://www.fragiliterredargine.it/
Przeгляд	<p>Projekt Fragile Elderly People ma na celu zidentyfikowanie na terytorium osób wrażliwych w wieku powyżej 75 lat, które mieszkają samotnie lub z inną osobą powyżej 75 roku życia w krytycznej dzielnicy miasta, zbadanie ich potrzeb i trudności, a następnie promowanie socjalizacji, agregacji i uczestnictwa społecznego. Po pierwszej pracy nad mapowaniem wrażliwych ludzi na terytorium okazało się, że "Belgrado Street" była dzielnicą Carpi położoną w niekorzystnym miejscu, otoczoną obwodnicą i kilkoma sklepami. Na tej ulicy mieszkało wiele osób powyżej 75 roku życia bez silnej i wspierającej znajomej sieci.</p> <p>Młodzież należąca do stowarzyszenia wolontariackiego o nazwie Giovani per Carpi, koordynowanego przez Anziani e Non solo, przeprowadziła wywiady z wrażliwymi starszymi ludźmi na Belgrado Street, aby określić ich potrzeby. Następnie organizowali spotkania edukacyjno-informacyjne dla wrażliwych starców, którzy mieszkali przy "ulicy Belgrado". Głównymi tematami tych spotkań były m.in. zdrowy styl życia czy organizacja usług społecznych. Młodzi wolontariusze zorganizowali również wiele zajęć rekreacyjnych, takich jak gry karciane, bingo, karaoke i bankiety.</p> <p>Działania te odbywały się w pokoju kondominium i ogrodzie na tej ulicy, który stał się punktem odniesienia dla wrażliwych osób starszych. Sklepikarze i sąsiedzi dzielnicy byli również zaangażowani w tworzenie sieci wsparcia głęboko zakorzonej na terytorium.</p>
Wpływ	<p>Projekt przyniósł pozytywne efekty w zakresie identyfikacji ukrytych potrzeb, promowania integracji społecznej, redukcji izolacji i samotności. Osoby starsze i młodzi wolontariusze zgłaszali wysoki poziom zadowolenia. Dzięki temu projektowi wrażliwe osoby starsze chętniej wychodziły z domu, spotykały się z innymi ludźmi i walczyły z lękami i niepokojem.</p> <p>Sukcesywnie w projekt zaangażowane były inne stowarzyszenia wolontariackie, co pozwoliło na rozszerzenie projektu na inne dzielnice miasta.</p>
Innowacja	<p>W ramach tego projektu zrealizowano solidną sieć wsparcia składającą się z usług socjalnych, dobrowolnych stowarzyszeń, właścicieli sklepów i sąsiadów wokół wrażliwych osób starszych i jest to główny aspekt innowacji społecznych.</p> <p>Ponadto mapowanie wrażliwych osób starszych jest przydatne również w przypadku sytuacji kryzysowych (np. trzęsienia ziemi, powodzie) w celu zarządzania procesem ratowania. Również podczas kryzysu związanego z COVID-19 mapowanie to było bardzo pomocne w identyfikacji osób starszych, które mogą potrzebować wsparcia, pomocy i monitorowania.</p> <p>Projekt ten pozwala młodym ludziom spędzić trochę czasu ze starszymi ludźmi, promując relacje międzypokoleniowe i wymianę doświadczeń.</p>

Zrównoważony rozwój	<p>W świetle pozytywnych wyników projektów pilotażowych na ulicach Belgrado, lokalna administracja zdecydowała się wesprzeć jego rozbudowę. Do dziś pięć stowarzyszeń wolontariackich – w tym stowarzyszenie wolontariackie <i>Giovani per Carpi</i> – jest zaangażowanych w ten projekt, po dwóch wolontariuszy na każde stowarzyszenie. Dzięki szerokiemu zaangażowaniu lokalnych zasobów ludzkich projekt został rozszerzony na inne dzielnice Carpi (ulice <i>De Amicis</i> i <i>Santa Chiara</i>) oraz na inne miasto (<i>Campogalliano</i>), w którym uczestniczy duża liczba wrażliwych osób starszych.</p> <p>Praktyka projektu wykazuje wysoki poziom odtwarzalności.</p>
Zbywalność	<p>Na początku projektu mapowanie wrażliwych ludzi zostało przeprowadzone w czterech różnych miastach prowincji Modena (<i>Carpi</i>, <i>Campogalliano</i>, <i>Novi</i> i <i>Soliera</i>), a następnie wybrano tylko ulicę <i>Belgrado</i> do pilotażu projektu. To mapowanie wszystkich wrażliwych ludzi, którzy mieszkają w czterech różnych miastach, zostanie wykorzystane do rozszerzenia projektu. <i>Anziani e Non</i> solo ujawnił projekt administracjom rad czterech wyżej wymienionych miast.</p> <p>Od grudnia 2021 r. do marca 2022 r. <i>Anziani e Non</i> solo prowadziła program edukacyjny mający na celu przeszkolenie nowych wolontariuszy zaangażowanych w projekt. W maju 2022 r. zorganizowano publiczne wydarzenie mające na celu ujawnienie tej inicjatywy.</p>
Dodatkowe informacje	<p><i>Dodaj wszelkie dodatkowe informacje związane z dobrą praktyką, którą uważasz za ważną.</i></p> <p><i>(Okolo 15 0-200 słów)</i></p>

Tytuł	<p><i>Il sostegno tra generazioni: un'occasione per giovani ed Anziani di stare insieme (Wsparcie międzypokoleniowe: szansa dla młodych i starszych ludzi na pozostanie razem)</i></p>
Lokalizacja	<p>Włochy, Mestre i Marghera (VE)</p>
Organizacja	<p>Miasto służby cywilnej Wenecji Powszechna służba cywilna</p>
Strona internetowa	<p>https://www.comune.venezia.it/it/content/il-sostegno-generazioni-un-occasione-giovani-ed-anziani-stare-assieme</p>
Przegląd	<p>Projekt ten ma na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - promowanie wsparcia międzypokoleniowego; - umacnianie stabilną autonomię ludu; - Wyrażam aprobatę bezpieczeństwa osób starszych; - zapobiec marginalności i samotności; - zachęcanie ich do udziału w życiu społecznym; - promowanie ich dobre samopoczucie i wspierać ich pozostałe umiejętności.

	<p>Aby osiągnąć te cele, młodzi ludzie organizują zajęcia edukacyjne i rekreacyjne (np. taniec, bingo...), w których uczestniczą osoby wrażliwe. Projekt ten obejmuje cztery różne struktury osób starszych:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Służba osobom starszym (Mestre); - Usługi dla osób starszych (Marghera); - Budynek mieszkalny Opery Santa Maria della Carità dla osób starszych (Mestre) - Centrum Usług IPAV (usługa opieki społecznej w Mestre). <p>W każdej strukturze jest 2 młodych wolontariuszy.</p> <p>Młodzi wolontariusze, którzy pracują w Służbie dla Osób Starszych w Mestre i Marghera oraz w Centrum Usług IPAV wspierają realizację programów pomocy społecznej osób starszych, które mieszkają w ich domu. Kupują podstawowe artykuły pierwszej potrzeby dla osób starszych, zarządzają biurokratyczną dokumentacją, promują i wspierają ich dostęp do usług oraz organizują dla nich zajęcia rekreacyjne.</p> <p>Jeśli chodzi o młodych wolontariuszy, którzy pracują w strukturze mieszkaniowej, współpracują oni z edukatorami w celu zaplanowania następujących działań:</p> <ul style="list-style-type: none"> - warsztaty artystyczne i kreatywne; - czytanie; - zajęcia rekreacyjne, takie jak bingo, krzyżówki, oglądanie filmów ...; - warsztaty muzykoterapii - działania poznawcze i stymulacja sensoryczna. <p>Młodzi wolontariusze przeszli 2 kursy edukacyjne przed rozpoczęciem działalności wolontariackiej.</p>
Wpływ	<p>Wprojekcie bierze udział 8 młodych wolontariuszy, 1 dom seniorski i 3 osoby starsze.</p> <p>Budynek mieszkalny Opery Santa Maria della Carità w Mestre gości 132 osoby starsze. Ze względu na to, że usługi dla osób starszych są usługami publicznymi, liczba beneficjentów jest dość zmienna.</p> <p>Każdy wolontariusz oferuje 1145 godzin działań wolontariackich rocznie. Projekt rozpoczął się w 2021 roku i nadal trwa, więc ostateczne wyniki w tej chwili nie są dostępne.</p>
Innowacja	<p>Innowacyjny aspekt tego projektu polega na tym, że młodzi ludzie oferują wsparcie wrażliwym osobom starszym, które mieszkają w swoim domu lub w budynku mieszkalnym, w sposób zorganizowany, profesjonalny i organizacyjny zgodnie z ustalonym planem. Jest to szansa dla młodych ludzi na zbudowanie pozytywnych relacji z osobami starszymi. Mogą również dowiedzieć się, jak zaplanować programy socjalne i działania społeczne skierowane do osób starszych.</p> <p>Z drugiej strony dla osób starszych jest szansą na zachowanie ich społecznego uczestnictwa i autonomii. Mogą budować znaczącą relację międzypokoleniową i czuć się użyteczni i zaangażowani.</p>
Zrównoważony rozwój	<p>Projekt jest finansowany przez Servizio Civile Universale. Servizio Civile Universale zapewnia 77 godzin zajęć edukacyjnych i 25 godzin korepetycji dla młodych wolontariuszy. Wolontariusze mogą uzyskać kredyty formacyjne dla uniwersytetu. W tej chwili projekt jest w pierwszym roku realizacji, więc nie jest zaplanowana jego replikacja ani rozszerzenie.</p>
Zbywalność	<p>Projekt ten powinien mieć zastosowanie w innych usługach dla osób starszych i strukturach mieszkaniowych osób wrażliwych.</p>

	<p>Z tego powodu młodzi wolontariusze angażują się w wydarzenia reklamowe i dystrybucję ulotek, które obejmują działania projektu.</p> <p>Wolontariusze organizują również spotkania upowszechniające, które odbywają się w szkołach i stowarzyszeniach wolontariackich w celu podniesienia świadomości na temat solidarności międzypokoleniowej.</p>
Dodatkowe informacje	<p><i>Dodaj wszelkie dodatkowe informacje związane z dobrą praktyką, którą uważasz za ważną.</i></p> <p><i>(Okolo 15 0-200 słów)</i></p>

Tytuł	Aplikacja SeniorApp
Lokalizacja	Polska, Łódź
Organizacja	SeniorApp Sp. z o.o.
Strona internetowa	https://seniorapp.pl
Przeгляд	<p>SeniorApp to platforma internetowa i aplikacja mobilna przeznaczona dla wszystkich osób potrzebujących pomocy oraz ich rodzin, poszukujących wsparcia w opiece i sprawach życia codziennego. Twórcy chcą rozwijać technologię w taki sposób, aby walczyć z wykluczeniem społecznym i pomagać potrzebującym, realizując ideę społecznej odpowiedzialności biznesu. Projekt został zainspirowany osobistymi doświadczeniami w opiece nad osobami potrzebującymi pomocy. Misją stało się stworzenie narzędzia, które połączy ludzi, którzy go używają, w społeczność i zapewni wzajemnie korzystny, prosty sposób komunikowania się ze sobą. Tworzy społeczność ludzi z różnych dziedzin, którzy chcą i mogą dzielić się swoim czasem i umiejętnościami, aby pomóc innym. SeniorApp planuje stale rozwijać platformę i dostosowywać ją do potrzeb Seniorów oraz osób potrzebujących pomocy i opieki.</p>
Wpływ	<p>SeniorApp wszedł na polski rynek w marcu 2021 r., a w listopadzie 2021 r. liczba wszystkich użytkowników wyniosła 13267, a liczba zweryfikowanych opiekunów 3342. SeniorApp to aplikacja, którą można zainstalować za darmo na dowolnym smartfonie. Dzięki SeniorApp seniorzy mogą wybrać dla siebie usługę za pomocą kilku kliknięć, takich jak sprzątanie ogrodu, wizyta u fizjoterapeuty, a nawet towarzystwo podczas spaceru.</p> <p>Korzystanie z aplikacji przynosi również wiele korzyści opiekunom osób starszych, które mogą łatwiej i dokładniej zaspokoić potrzeby swoich bliskich. Każdy korzystający z aplikacji ma wpływ na jej rozwój i może podpowiedzieć, czego jeszcze potrzebuje. Aplikacja rozwiązuje realne problemy, z którymi na co dzień borykają się seniorzy i ich opiekunowie. Wygląd aplikacji dostosowany jest do możliwości osób starszych, a sposób korzystania z niej intuicyjny. Za pomocą kilku kliknięć możesz</p>

	<p>poprosić o wsparcie dla siebie lub kogoś bliskiego, wybierając nie konkretną usługę, ale konkretną osobę zweryfikowaną przez obsługę platformy. Szczególnie doceniają to osoby, które dzieli duża odległość od swoich podopiecznych i nie są w stanie opiekować się nimi na co dzień. SeniorApp jest laureatem nagrody głównej w konkursie "Mam Pomysł na Startup", edycja 2020. Międzynarodowi eksperci i partnerzy dostrzegli i nagrodzili ogromny potencjał w budowaniu społeczności wokół ludzi, którzy potrzebują wsparcia w codziennym życiu. Platforma SeniorApp jest doskonałym przykładem wykorzystania technologii do innowacyjnego budowania bezpiecznych relacji między odbiorcami. Wdrażanie usług za pośrednictwem urządzeń mobilnych wpisuje się w ideę zapobiegania i zwalczania zagrożenia COVID-19. Jednak SeniorApp nie skończy się wraz z wybuchem koronawirusa, ponieważ problemy osób starszych i potrzebujących nie znikną.</p>
Innowacja	<p>Dzięki aplikacji można zamówić np. wizytę u lekarza rodzinnego lub fizjoterapeuty, konsultację psychologiczną, opiekę nocną, ale także mycie okien, masaż, pogotowie komputerowe czy złotą rączkę. Możesz łatwo zamówić kosmetyczkę, fryzjera lub ogrodnika do swojego domu! Co ciekawe, aplikacja dba o wszystkie poziomy potrzeb seniorów, a nawet daje możliwości socjalizacji i rozwoju osobistego. Przykłady tego obejmują chodzenie w towarzystwie, edukację na smartfonie lub naukę języków. To tylko niektóre z ogromnych możliwości aplikacji.</p> <p>Aspekty innowacyjne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • instalacja aplikacji jest szybka i intuicyjna, • korzystanie z aplikacji jest bezpłatne i dostępne na terenie całej Polski, • aplikacja dostosowana jest do potrzeb i możliwości osób starszych (kontrast, duże litery) • Z aplikacji mogą korzystać osoby w każdym wieku – możesz założyć konto jako użytkownik aplikacji lub jako użytkownik oferujący pomoc • płatności są bezgotówkowe i bezpieczne - zabezpieczone przez system BlueMedia, • W razie pytań lub problemów każdy ma wsparcie: infolinię, e-mail, a także czat w aplikacji i na stronie internetowej • Każdy ma wpływ na kierunek rozwoju aplikacji, np. oferując usługi.
Zrównoważony rozwój	<p>SeniorApp stale się rozwija, a kluczem do jego dalszego rozwoju są niewątpliwie jego unikalne wartości:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bezpieczeństwo: w zakresie bezpieczeństwa płatności oraz ochrony danych, • łączenia międzyludzkie: globalne rozwiązania dla społeczności lokalnych, • zadowolenie użytkownika: zadowolenie i zaspokajanie potrzeb klienta, • tolerancja: każdy człowiek jest inny, ale wszyscy są równi i równomiernie zasługują na szacunek i wsparcie w razie potrzeby, • etyczne: działanie zgodne z prawem i dobrymi obyczajami, • Innowacja: wykorzystanie technologii dla większego dobra. <p>SeniorApp niewątpliwie potrzebuje opiekunów i promowania wahającego się zakresu usług, aby utrzymać wzrost użytkowników w celu osiągnięcia</p>

	<p>bezpiecznej liczby regularnie zaangażowanych użytkowników przy sprawiedliwym odsetku opiekunów.</p> <p>W 2022 roku do portfela funduszu Pracuj Ventures dołączyła kolejna spółka - SeniorApp. Fundusz objął mniejszościowy pakiet udziałów w tej spółce, wskazując na perspektywiczny rynek, wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa i trend gig economy jako główne argumenty. SeniorApp jest ósmą spółką w portfolio Pracuj Ventures. W momencie transakcji SeniorApp miał ponad 16 000 użytkowników.</p>
Zbywalność	<p>SeniorApp to pierwsza tego typu aplikacja dla seniorów w Polsce. Wykorzystuje głównie zaangażowanie osób, które chcą pomagać osobom starszym. Aplikacje dla seniorów są jeszcze inne, ale SeniorApp zdecydowanie ma przewagę konkurencyjną ze względu na niszowy w Polsce zakres usług. Inne aplikacje mogą powstać w Polsce z podobnym mechanizmem, jednak wyzwaniem może być wdrożenie innej aplikacji i przyciągnięcie nowych lub "starych" użytkowników już korzystających z SeniorApp. Mechanizm może być jednak z powodzeniem wykorzystywany przez inne organizacje do świadczenia usług w innym obszarze.</p> <p>SeniorApp rozwija się obecnie tylko w Polsce, ale koncepcja wejścia na inne rynki europejskie wydaje się być dobrą strategią. Wymaga to jednak dobrego przygotowania i dostosowania do specyficznych potrzeb ze względu na duże różnice między krajami pod względem liczby seniorów, usług świadczonych przez państwo itp.</p>
Dodatkowe informacje	<p>Choć SeniorApp istnieje na rynku od niespełna roku, udało mu się zgromadzić spore i stale rosnące grono użytkowników. Obecnie może być w pełni wykorzystywany w 25 największych miastach Polski, ale celem firmy jest zwiększenie liczby użytkowników SeniorApp i zasięgu platformy na terenie całego kraju. Za decyzją inwestycyjną Pracuj Ventures stoją dwa główne argumenty. Przede wszystkim SeniorApp działa na bardzo perspektywicznym rynku. Ze względu na obecne trendy demograficzne i postępujące starzenie się społeczeństwa, rynek usług dla seniorów będzie konsekwentnie zyskiwał na wartości. Według GUS na koniec 2020 r. liczba osób w wieku 60 lat i starszych przekroczyła 9,8 i stanowiła 25,6 proc. populacji. Prognoza GUS wskazuje, że liczba osób w wieku 60 lat i starszych w Polsce wzrośnie do 10,7 mln w 2030 r. i osiągnie 13,7 mln w 2050 r. Osoby te będą stanowić około 40 procent całej populacji Polski.</p>

Tytuł	Program TWOJA OBECNOŚĆ POMAGA MI ŻYĆ (OBECNOŚĆ) - The program YOU HELP ME LIVE (OBEDIENCE)
Lokalizacja	Polska, Warszawa
Organizacja	Stowarzyszenie mali bracia Ubogich - Little Brothers of the Poor
Strona internetowa	https://www.malibracia.org.pl/

Przegląd	<p>Idea Małych Braci Ubogich narodziła się w 1939 roku, realizując ją 7 lat później, już po wojnie. Stowarzyszenie zostało założone w 1946 roku przez Armanda Marquiseta. Zgromadziła młodych ludzi gotowych nieść pomoc najuboższym. Zaraz po zakończeniu II wojny światowej najbiedniejsi byli ludzie starsi – samotni, opuszczeni, bez szans na pomoc. Dlatego Stowarzyszenie postanowiło pomóc tej najbardziej potrzebującej części społeczeństwa. Dlatego "les petits frères des Pauvres" (Mali bracia Ubogich) przywiązują największą wagę do relacji budowanej poprzez towarzyszenie i słuchanie osób starszych – taki jest sens hasła Stowarzyszenia: kwiaty przed chlebem. Stowarzyszenie "les petits frères des Pauvres" istnieje na całym świecie i działa w 10 krajach: Francji, Hiszpanii, Irlandii, Kanadzie, Niemczech, Stanach Zjednoczonych, Szwajcarii, Polsce, Meksyku i Rumunii.</p> <p>Polskie Stowarzyszenie Małych Braci Ubogich powstało 1 grudnia 2002 roku. Stowarzyszenie Bracia Ubogich w Polsce działa w: Warszawie, Poznaniu, Lublinie, Wrocławiu, Krakowie, Łodzi, Pruszkowie, Świdniku, Gnieźnie i Tarnowie. W odpowiedzi na pogłębiającą się samotność osób starszych Stowarzyszenie Mali Bracia Ubogich stworzyło Program POMAGASZ MI ŻYĆ (POSŁUSZEŃSTWO). Program jest zorganizowanym wolontariatem towarzyszącym polegającym na regularnych wizytach wolontariuszy w domach mieszkańców Małych Braci Ubogich, dzięki któremu budowana jest niezwykła relacja oparta na przyjaźni i zaufaniu między wolontariuszem a samotnym seniorem. W Programie biorą udział setki wolontariuszy, którzy każdego dnia dają samotnym seniorom wsparcie i poczucie bezpieczeństwa.</p>
Wpływ	<p>Wolontariusze tej organizacji (jest ich ponad 500) to nie tylko pomocnicy osób starszych, ale przede wszystkim ich przyjaciele. Odwiedzają osoby żyjące samotnie, dbają o ich zdrowie i kondycję psychiczną. Codziennie towarzyszą seniorom, rozmawiają z nimi, chodzą na spacer, odwiedzają teatr czy wystawy. Organizują krótkie wycieczki za miasto. Pamiętają o urodzinach i imieninach swoich podopiecznych. Nie zapominają też o samotnych seniorach na Boże Narodzenie (co roku dzięki Darczyńcom Stowarzyszenie organizuje spotkania świąteczne, dbając o dekoracje, jedzenie i ciepłą atmosferę).</p> <p>We wszystkich swoich działaniach wolontariusze i pracownicy kierują się mottem: kwiaty przed chlebem. To motto podkreśla znaczenie tworzenia relacji opartych na przyjaźni i empatii między wolontariuszem a klientem. Celem jest dotarcie do osób, które najbardziej potrzebują naszej pomocy, do tych, dla których samotność jest największym problemem oraz poprawa jakości życia osób starszych poprzez przeciwdziałanie ich izolacji i alienacji społecznej.</p>
Innowacja	<p>Wolontariusze są rekrutowani do udziału w Programie, a każdy wolontariusz jest przypisany do jednego podopiecznego, którego regularnie odwiedzają. W ten sposób powstają więzi, bliskie relacje, a nawet przyjaźnie międzypokoleniowe na wiele lat - innowacyjne podejście. Podopieczni oferowani są nie tylko za towarzystwo i wsparcie wolontariusza, ale także: spotkania międzypokoleniowe, spotkania wakacyjne (Wielkanoc), możliwość wspólnego spędzenia wakacji (One Day Holiday), różne formy aktywności grupowej (Małe Inicjatywy Wolontariackie), doraźna pomoc w wyjątkowo trudnych sytuacjach.</p>

	<p>Stowarzyszenie wdraża i angażuje się w projekty, które mają pomóc seniorom wyjść z izolacji. Oto wybór specjalnych programów opracowanych dla izolowanych osób starszych, które uzupełniają program opisany powyżej w kompleksowy i innowacyjny sposób:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wolontariat towarzyszący, czyli wizyty wolontariuszy w domach samotnych seniorów. • "Wsparcie. Świadomość. Godność", która polega na organizowaniu indywidualnego wsparcia seniorów, spotkaniach międzypokoleniowych, nagrywaniu wspomnień seniorów • Alzheimer's Stop - inicjatywa mająca na celu wsparcie opiekunów osób z demencją poprzez różnorodne działania w tym warsztaty i wykłady. • Projekt dla Weterana, którego celem jest wsparcie żołnierzy Powstania Warszawskiego i innych weteranów w przeciwdziałaniu ich samotności. Projekt realizowany jest wspólnie z Fundacją Cultura Memoriae. • Infolinia dla osób starszych. Doświadczeni psychologowie dyżurują przez telefon. Dzwoniąc pod numer 22 635 09 54 można przekonać się, że zmartwienia i kłopoty dzielone z drugą osobą zmniejszają się o połowę.
Zrównoważony rozwój	<p>Kwintesencją działania jest zorganizowany wolontariat towarzyszący, który polega na regularnych wizytach wykwalifikowanych i przeszkolonych wolontariuszy w domach seniorów. Ten profesjonalny system wolontariatu długoterminowego zapewnia regularne wsparcie i buduje poczucie bezpieczeństwa, szczególnie ważne dla samotnie mieszkającej osoby starszej. Obecnie Stowarzyszenie Bracia Ubogich liczy pod skrzydłami 450 mieszkańców z Poznania, Warszawy, Lublina, Wrocławia, Krakowa, Świdnika, Pruszkowa i Gniezna. Regularne wsparcie finansowe jest kluczowe i niezbędne dla trwałości podejmowanych działań dla wszystkich mieszkańców. Istnieją różne możliwości wsparcia: jednorazowa wpłata, miesięczna wpłata w wysokości 32 zł, 64 zł lub więcej, a także przekazanie 1% podatku.</p> <p>Stowarzyszenie Bracia Małych Ubogich działa w Polsce od 2002 roku, prowadząc rozpoznawalne, ogólnopolskie kampanie społeczne z następującym przesłaniem dla firm: "Wzmocnij społeczną odpowiedzialność swojego biznesu wprowadzając programy współpracy dla pracowników. Zaplanuj z nami swoje działania w oparciu o proponowane programy lub skontaktuj się z nami, aby zaplanować rozwiązanie, które spełni potrzeby Twojej firmy i podopiecznych Stowarzyszenia." Wyniki są imponujące: 5000 zaangażowanych pracowników i 200000 zł zebranych środków.</p>
Zbywalność	<p>Praktyka ta może być oczywiście stosowana w innym obszarze i przy odpowiednim zaangażowaniu wolontariuszy i środków finansowych może odnieść sukces. Efekty opisanych powyżej działań organizacji związane są z wieloletnią pracą, kampaniami społecznymi, współpracą z pozyskanymi przez lata partnerami, z firmami i indywidualnymi darczyńcami. Są inne organizacje, które stosują podobne praktyki, ale w Polsce wciąż jest ich za mało. Dlatego najważniejsze wydaje się wspieranie największych organizacji i współpraca z innymi na zasadzie współpracy. Z pewnością przewagą konkurencyjną jest wieloletnie</p>

	doświadczenie, uznanie, niestandardowe podejście w biznesie oraz szeroki wachlarz działań.
Dodatkowe informacje	<p>Przykład działania partnerów: Starcom Polska i BBDO Warszawa przygotowały akcje charytatywne, których celem było zebranie funduszy na organizację świąt Bożego Narodzenia dla osób starszych, samotnych. Starcom Polska zapewnił kontakt z szeroką grupą odbiorców kampanii, zapewniając komunikację zdywersyfikowaną medialnie. Z kolei współpraca z BBDO Warsaw pozwoliła na przygotowanie spójnego pomysłu na komunikację oraz profesjonalnych narzędzi, w tym spotów.</p> <p>Kampanie społeczne i fundraisingowe PODARUJ WIGILIĘ ORAZ CICHĄ NOC. Kampanie przypomniły, że w tym radosnym świątecznym czasie wiele samotnych osób potrzebuje wsparcia.</p> <p>To przykład wyjątkowej współpracy, w której połączone siły dwóch agencji wzajemnie się wzmacniały, dając efekt synergii. Dotarliśmy z naszym przekazem do kilku milionów odbiorców, uświadamiając im obecność osób starszych, samotnych w naszym społeczeństwie i ich potrzeby.</p> <p>Komunikowanie wymiernych efektów wsparcia, na dowód czego kampania PODARUJ WIGILIĘ zdobyła srebrną statuetkę EFFIE 2017.</p>

Tytuł	Przyjaźń w każdym wieku: program walki z samotnością i izolacją społeczną osób starszych
Lokalizacja	Grecja
Organizacja	Instytut Prolepsis
Strona internetowa	https://www.prolepsis.gr/en/programs/friendship-at-any-age-a-program-to-combat-loneliness-and-social-isolation-of-elderly-people https://filiasekathelikia.gr/
Przegląd	<p>Prolepsis Institute, we współpracy z międzynarodową organizacją "Les Petits Frères des Pauvres", realizuje program "Przyjaźń w każdym wieku", który rozpoczął się 12/4/20 i potrwa do 30/6/25. Program ma na celu zmniejszenie izolacji społecznej i samotności wśród osób starszych w Grecji poprzez kontakt międzyludzki i więzi. Dodatkowe cele programu obejmują wzmocnienie pewności siebie osób starszych, zwrócenie uwagi na ich potrzeby i problemy oraz promowanie wolontariatu w Grecji.</p> <p>"Przyjaźń w każdym wieku" obejmuje grupy wolontariuszy, które działają na poziomie społeczności lokalnej, zapewniając wsparcie osobom starszym, takie jak cotygodniowa komunikacja telefoniczna lub wizyty domowe i wspólne działania, wydarzenia itp. W ramach programu tworzone są małe grupy wolontariuszy, którzy są związani ze starszymi ludźmi, aby rozwijać przyjazne relacje. Na przykład 2-3 wolontariuszy jest powiązanych z 2-3 starszymi osobami, które pomagają tym ostatnim zdobyć więcej przyjaciół. Każdy wolontariusz kontaktuje się z</p>

	<p>beneficjentami telefonicznie przynajmniej raz w tygodniu. W miarę możliwości wolontariusze odwiedzają i prowadzą działania, takie jak spacer i wizyty w działaniach kulturalnych, wraz z beneficjentami. W rezultacie osoby starsze czują się aktywnymi członkami społeczności, która je ceni, podczas gdy są motywowani duchowo i emocjonalnie.</p>
Wpływ	<p>Biorąc pod uwagę to, że program jest stosunkowo nowy i zaczął działać podczas pandemii COVID-19, nie ma jeszcze danych na temat jego rzeczywistego wpływu i liczby zaangażowanych osób. Oczekuje się jednak, że program przyniesie znaczący efekt, szczególnie w odniesieniu do aktywnego promowania wolontariatu poprzez swoje działania. Każdy, kto ma wrażliwość do osób starszych, może zgłosić się na ochotnika do projektu, nawet bez specjalistycznej wiedzy lub umiejętności. Program zaprasza uczniów i studentów do zostania wolontariuszami poprzez współpracę ze szkołami i uniwersytetami lub niezależnie. Celem jest, aby młodzi ludzie poszerzyli swoją wiedzę na temat starzenia się i wyzwań z nim związanych, a jednocześnie zaszczytli poczucie uczestnictwa i wkładu społecznego. Ponadto, dzięki udziałowi w programie, uczniowie i studenci mogą uaktualnić swoje CV oraz profile akademickie i zawodowe. Program "Przyjaźń w każdym wieku" jest również idealnym polem do wspólnego wolontariatu, który pozwala pracownikom rozwijać swoje kompetencje i umiejętności oraz promuje budowanie zespołu, jednocześnie przyczyniając się do społeczeństwa i dobrej reputacji firmy.</p>
Innowacja	<p>W ramach programu dostępna jest linia telefoniczna (+30 2106101300) wspierająca osoby starsze, które czują się samotne i/lub ich opiekunów, członków rodziny i przyjaciół. Infolinia działa od poniedziałku do piątku, w godzinach od 11 do 20, zapewniając komunikację w bezpiecznym środowisku przez przeszkolony personel; Rozmowy nie są rejestrowane, a Instytut nie przechowuje ani nie przetwarza danych osobowych beneficjentów. Usługi świadczone za pośrednictwem telefonu stacjonarnego obejmują komunikację w celu kontaktu z ludźmi, informacje o programie zaprzyjaźnienia i połączeniu z wolontariuszami oraz współpracę z innymi służbami socjalnymi w razie potrzeby. Jeśli chodzi o personel obsługujący infolinię, są to przeszkoleni wolontariusze, którzy otrzymują stały nadzór i szkolenia. Innym innowacyjnym aspektem programu jest to, że opiera się on zarówno na wkładzie wolontariuszy, jak i ma na celu promowanie wolontariatu w Grecji.</p>
Zrównoważony rozwój	<p>Program "Przyjaźń w każdym wieku" jest realizowany z darowizny Fundacji Charytatywnej TIMA i wspierany przez Envolve Entrepreneurship, a potrwa co najmniej do 2025 roku. Ponadto, region Attyki postanowił niedawno objąć program swoim patronatem, zapewniając praktyczne wsparcie w uznaniu inicjatywy Instytutu Prolepsis na rzecz zwalczania samotności w starszym wieku. Ponadto program ma wielu zwolenników, ¹ w tym gminy, jednostki opieki nad osobami starszymi, usługi socjalne, stowarzyszenia lokalne, podmioty publiczne i</p>

¹ Protokół <https://filiasekathelikia.Gr/Zwolennikow/>

	<p>prywatne itp. W tym miejscu należy zauważyć, że Prolepsis Institute uczestniczył w projekcie "Przyjaźń w każdym wieku" w Bravo 2021 - Bravo Sustainability Dialogue. W tych ramach inicjatywy i programu promujące zrównoważony rozwój, odpowiedzialną przedsiębiorczość² i odpowiedzialność społeczną są oceniane i nagradzane za ich wkład w społeczeństwo.</p>
Zbywalność	<p>Program "Przyjaźń w każdym wieku" jest realizowany przez Prolepsis Institute we współpracy z "Les Petits Frères des Pauvres (PFP)", dużą międzynarodową organizacją z siedzibą we Francji z dużym doświadczeniem we wspieraniu osób starszych. Kierownictwo PFP zapewnia wiedzę i wskazówki dotyczące szkoleń i ogólnego wdrożenia programu. Ponadto Instytut Prolepsis posiada bogate doświadczenie badawcze w zakresie medycyny prewencyjnej, podnoszenia świadomości i działań informacyjnych skierowanych do osób starszych. Grecja jest jednym z czternastu krajów na świecie, w których inicjatywa ta jest wdrażana. Biorąc pod uwagę to, że kilka organizacji i partnerów społecznych weźmie udział i wesprze program (np. Gminy Agia Barbara, Lykovrisi – Pefki, Metamorphosis, Moschato – Tavros, Nea Smyrni, Serres, Oropos, Jednostka Opieki nad Osobami Starszymi "Dom Pokoju, Oddział Opieki nad Osobami Starszymi Rodi Care itp.), oczekuje się, że program będzie się rozszerzał, a krąg wsparcia dla osób starszych będzie rósł.</p>
Dodatkowe informacje	<p>Program został początkowo uruchomiony jako program pilotażowy od grudnia 2019 r. do kwietnia 2020 r., z wolontariuszami i beneficjentami na dotkniętych pożarami obszarach Wschodniej Attyki (Mati) i Palaio Faliro. Następnie, w związku z pandemią COVID-19, wizyty wolontariuszy u beneficjentów i wspólne działania zostały zastąpione komunikacją telefoniczną. Jednocześnie nawiązano współpracę z kilkoma ośrodkami opieki (m.in. Ateńskim Domem Opieki, Oddziałem Opieki nad Osobami Starszymi Fundacji Charytatywnej Meropeio oraz Domem Miłości Chrześcijańskiej).</p>

Tytuł	Towarzystwo online dla osób starszych
Lokalizacja	Grecja
Organizacja	Lekarze Świata (Médecins du Monde)
Strona internetowa	https://mdmgreece.gr/epigousa-paremvasi-se-evalota-atoma-60/ https://mdmgreece.gr/diadiktiaki-sintrofia-ilikiomenon/ https://www.timafoundation.org/el/grants/giatroi-tou-kosmou-iatriki-kai-psychologiki-ypostirixi-apomonomenon-kai-evaloton-atomon-60-2020/

² [Protokół https://BravoSustainabilityAwards...com/odważny-Zrównoważony-rozwój-tydzień-2021/społeczeństwo/#](https://BravoSustainabilityAwards...com/odważny-Zrównoważony-rozwój-tydzień-2021/społeczeństwo/#)

Przeгляд	<p>W ramach programu interwencji nadzwyczajnej wymaganego w związku z bezprecedensową sytuacją pandemii COVID-19 w Grecji i na całym świecie, organizacja Lekarze Świata uruchomiła program o nazwie "Towarzystwo online" dla osób w wieku powyżej 60 lat. Program obejmuje tworzenie wirtualnych grup towarzyskich i dyskusyjnych, które starają się przełamać izolację i poczucie samotności doświadczane przez osoby starsze w tym okresie, szczególnie dla osób bez krewnych. W szczególności osoby starsze otrzymują tablety i łatwą w użyciu technologię, co pozwala im łączyć się nawet w erze po pandemii. Osoby starsze łączą się w wirtualne zespoły tworzące grupy pod okiem lekarza specjalisty i psychologa i wspólnie angażują się w proste czynności, takie jak picie kawy online o określonej porze dnia. Program jest częścią szerszej interwencji kryzysowej dla osób szczególnie wrażliwych, obejmującej wiele potrzeb odizolowanych i wrażliwych osób starszych w regionie Attika. Oprócz towarzystwa online, program interwencyjny obejmuje również udzielanie porad medycznych i wsparcia psychospołecznego na odległość przez telefon oraz dostawę leków do domu przez personel Lekarzy Świata.</p>
Wpływ	<p>Mimo że rzeczywiste dane dotyczące liczby wrażliwych starszych obywateli, którzy uczestniczą w programie "Online Companionship", nie są dostępne, program jest uważany za mający znaczący wpływ społeczny, ponieważ ma na celu dotarcie do wszystkich odizolowanych osób w wieku powyżej 60 lat w regionie Attyki. Należy zauważyć, że program towarzyski stanowi jeden z trzech filarów wsparcia udzielanego osobom starszym w trudnym okresie COVID-19. Pozostałe dwa filary to zapewnienie poradnictwa medycznego i usług wsparcia psychospołecznego przez telefon oraz dostarczanie leków do domu. O pierwszym z nich lekarze organizacji udzielają porad medycznych. Jednocześnie psychologowie i pracownicy socjalni wspierają osoby starsze w radzeniu sobie z poczuciem izolacji lub okolicznościami, zmniejszając w ten sposób szanse na rozwój problemów psychospołecznych. Jeśli chodzi o dostarczanie leków osobom starszym, a zwłaszcza osobom znajdującym się w trudnej sytuacji finansowej, akcja ma na celu zapewnienie, że osoby te będą nadal otrzymywać leki i zapobiegnie konieczności stania w kolejkach w aptekach, ryzykując zakażenie koronawirusem. Dostępne są dane dotyczące liczby beneficjentów wyżej wymienionych działań: 823 osoby zarejestrowały się do otrzymania wsparcia psychospołecznego i medycznego do końca lipca 2020 r., a zespół organizacji przeprowadził 565 konsultacji psychospołecznych, 442 konsultacje medyczne i 505 wizyt obwoźnych z 323 beneficjentami otrzymującymi bezpłatne leki.³</p>
Innowacja	<p>Program "Online Companionship for the Elderly" jest pionierski dla greckich standardów, ponieważ w kraju nie ma wielu podobnych inicjatyw mających na celu zmniejszenie poczucia samotności i izolacji społecznej</p>

³ [Protokół https://lubić.Inicjatywa_grecka.Org/spuścizna-Przesłane/2020/08/1St-Narracja-i-Finansowy-ReportTHI-Kanada-Lipiec-2020..pdf](https://lubić.Inicjatywa_grecka.Org/spuścizna-Przesłane/2020/08/1St-Narracja-i-Finansowy-ReportTHI-Kanada-Lipiec-2020..pdf)

	<p>doświadczanej przez osoby starsze podczas pandemii COVID-19. Ponadto innowacyjnym aspektem programu były środki technologiczne zastosowane w celu zapewnienia jego sprawnej realizacji. W szczególności beneficjentom przekazano tablety umożliwiające łączenie się za pośrednictwem połączenia wideo i komunikowanie się z innymi członkami grupy i wyspecjalizowanym personelem Lekarzy Świata. Osobom starszym, które nie były zaznajomione z procesami cyfrowymi, pomagał wyspecjalizowany zespół. Dlatego zastosowane środki były proste, funkcjonalne i odpowiednie dla osób starszych, aby były nadal cenne nawet po zakończeniu pandemii.</p>
Zrównoważony rozwój	<p>Program interwencji kryzysowej dla osób w wieku powyżej 60 lat, prowadzony przez Lekarzy Świata w Grecji, jest finansowany przez TIMA Charitable Foundation i Hellenic Initiative Canada. Ponadto, jak wspomniano wcześniej, mimo że program został uruchomiony jako program interwencji nadzwyczajnej w celu wsparcia osób starszych podczas pandemii COVID-19 w Grecji, ostatecznie ma on na celu kontynuowanie działania w dłuższej perspektywie. Środki technologiczne wykorzystane do jego wdrożenia oraz umiejętności cyfrowe zapewniane osobom starszym w celu ich uczestnictwa będą nadal istotne i cenne nawet w okresie po pandemii.</p>
Zbywalność	<p>Pod warunkiem, że program towarzyski online jest koordynowany przez wyspecjalizowany personel Lekarzy Świata, praktyka może zostać dostosowana do innych kontekstów, w których psychologowie i pracownicy socjalni są już zatrudnieni do wspierania osób starszych. Ponadto jednostki, służby i stowarzyszenia opieki nad osobami starszymi mogłyby współpracować w celu zorganizowania działań mających na celu zbliżenie ich beneficjentów, którzy mogliby nawiązać między nimi przyjaźnie. Ponadto narzędzia cyfrowe mogłyby jeszcze bardziej ułatwić ten proces, ułatwiając zorganizowanie czasu dla starszych rówieśników.</p>
Dodatkowe informacje	<p>https://www.youtube.com/watch?v=IObqZu76F2I&t=135s</p>

Tytuł	<i>"In Touch" – In Touch Befrienders</i>
Lokalizacja	Cypr
Organizacja	Cypr Samarytanie i światowi zaprzyjaźnieni
Strona internetowa	https://www.cyprussamaritans.org/in-touch-befrienders/
Przegląd	<p>Ta oferowana usługa zaprzyjaźniania, zwana "In Touch Befrienders", jest zarejestrowana przez Befrienders Worldwide, która działa w ponad 38 krajach na świecie.</p> <p>In Touch Befrienders jest obsługiwany przez wolontariuszy słuchających cypryjskich Samarytan, którzy również zgłosili się na ochotnika, aby być w</p>

	<p>kontakcie, jednak nie wszyscy wolontariusze Cyprus Samaritans Listening są wolontariuszami "In Touch".</p> <p>"In Touch" ma swój dedykowany numer telefonu, czyli 99091614 i każdy, kto chciałby skorzystać z usługi, musi zadzwonić pod ten numer tylko raz. Wszystkie inne połączenia są generowane przez wolontariuszy "In Touch".</p> <p>Brak kogoś, z kim mógłby porozmawiać, może sprawić, że ludzie poczują się odizolowani i samotni. Rozmowa z jednym z przyjaznych, wyszkolonych wolontariuszy w odpowiednim i najbardziej potrzebnym czasie może mieć wpływ na dzień.</p> <p>Połączenia są wykonywane przez zaprzyjaźnionych wolontariuszy serwisu w czasie i dniu, w który odbiorca chciałby, a tematy połączeń są wybierane przez odbiorców, podobnie jak długość połączenia.</p> <p>System "In Touch" działa od ponad 2 lat, a są odbiorcy, którzy nadal dzwonią co tydzień.</p> <p>"In Touch" stara się przydzielić 2 wolontariuszy do każdego odbiorcy, aby w razie potrzeby można było budować relacje. Połączenia mogą zostać wstrzymane, godzina / dzień / data zmieniona, połączenia zawieszono i wszystko inne zależy wyłącznie od życzeń odbiorcy.</p> <p>Jeśli ktoś chce uzyskać więcej informacji lub skontaktować się z serwisem, może umówić się na regularną rozmowę "In Touch" z zaprzyjaźnionym zespołem pod adresem: 99091614. Wszystkie rozmowy są poufne.</p>
Wpływ	<p>Jest to innowacyjna praktyka inicjatywy, która od niedawna działa pod hasłem: "Proste przyjazne połączenie może zmienić życie". W związku z tym żadne dane nie są obecnie dostępne. Jednak, jak zauważono na stronie internetowej, otrzymano pozytywne opinie od osób korzystających z tej usługi.</p>
Innowacja	<p>Jest to pierwsza tego rodzaju inicjatywa, więc sama w sobie jest to innowacja / innowacyjna praktyka.</p>
Zrównoważony rozwój	<p>Z opisu strony internetowej wynika, że praktyka ma wszelkie potencjały, aby cieszyć się warunkami technicznymi, ludzkimi i finansowymi, aby zapewnić jej ciągłość w czasie. Fakt, że jest to część globalnej inicjatywy, można również uznać za zapewnienie jej trwałości.</p>
Zbywalność	<p>Będąc praktyką inicjatywy globalnej, zapewniała również możliwość przenoszenia. Ponieważ globalna inicjatywa działa w 38 różnych krajach, wydaje się, że praktyka może być stosowana i powielana w różnych kontekstach z pozytywnymi wynikami, ponieważ ma mechanizmy i narzędzia umożliwiające innym organizacjom jej dostosowanie.</p>
Dodatkowe informacje	<p>N/A</p>

Tytuł	Program opieki domowej CZERWONEGO KRZYŻA dla osób wymagających szczególnego traktowania
Lokalizacja	<i>Nikozja, Cypr</i>
Organizacja	<i>Cypryjskie Towarzystwo Czerwonego Krzyża</i>
Strona internetowa	https://www.redcross.org.cy/en/home
Przeгляд	Cypryjskie Towarzystwo Czerwonego Krzyża prowadzi program opieki domowej dla osób wrażliwych, który promuje relacje społeczne poprzez organizowanie zajęć grupowych, takich jak ogrodnictwo i bingo. Mając na celu walkę z samotnością i promowanie zdrowia psychicznego w starszej populacji, program opieki domowej jest pod wpływem psychologii, która podkreśla jasną stronę ludzkiej natury, mocne strony i zalety jednostki oraz to, co sprawia, że warto żyć.
Wpływ	Brak środków finansowych jest kluczowym czynnikiem podatnym na zagrożenia osób starszych. Dla osób starszych emerytura jest jedynym źródłem dochodu, a w większości przypadków jest niska. W związku z tym zagrożenie ubóstwem jest wyższe wśród osób starszych lub które są już zagrożone wykluczeniem społecznym, w tym grup mniejszościowych. Kobiety są również bardziej narażone na ubóstwo w starszym wieku ze względu na szereg czynników, np. dyskryminację w miejscu pracy, bezpłatny urlop macierzyński, nieformalna opieka nad członkami rodziny itp. W związku z tym promowanie i finansowanie programów ukierunkowanych na edukację, włączenie społeczne, zaprzyjaźnianie się, równość itp. słabszych i wykluczonych społecznie grup społecznych ma obecnie bardzo ważne znaczenie, a tego rodzaju programy mają duży wpływ.
Innowacja	Program ten służy celom intergeneracyjnym w kontekście pozytywnej psychologii, która jest obecnie innowacyjnym kontekstem, otwierającym ścieżki do dobrego samopoczucia.
Zrównoważony rozwój	Promowanie i finansowanie programów zaprzyjaźniania się z grupami szczególnie wrażliwymi i wykluczonymi społecznie w dziedzinie edukacji, włączenia społecznego, dobrobytu, równości itp. ma na celu zrównoważony rozwój. Czerwony Krzyż promuje wolontariat, zarówno jako formę uczenia się przez całe życie, jak i jako sposób aktywnego przyczyniania się do życia społeczności. Jest to cenne narzędzie kształtowania społeczeństw integracyjnych, które działają na rzecz zmniejszenia podatności na zagrożenia i ochrony godności osób w każdym wieku. Wraz ze stałym wzrostem liczby osób starszych w UE w nadchodzących dziesięcioleciach pojawia się potrzeba, aby Europa reagowała na realia i potrzeby starzejącego się społeczeństwa, a także na zmiany demograficzne, które będą miały różne konsekwencje dla życia jednostek i społeczeństw. Niezbędne są zrównoważone strategie krajowe i regionalne, które będą promować wspólne rozwiązania, z pokolenia na pokolenie.
Zbywalność	Ponieważ Czerwony Krzyż jest organizacją globalną, w której usługi i inicjatywy są łatwo dostosowywane i powielane w wielu kontekstach na całym świecie, możliwość przenoszenia jest zapewniona.
Dodatkowe informacje	https://redcross.eu/latest-news/volunteering-and-intergenerational-connections-to-promote-active-ageing http://redcross.org.cy/images/media/file/CRCS%20Annual%20Report%20for%202018.pdf

Załącznik 2: Wnioski wywiadów w podziale na kraje

Macedonia Północna

Wnioski z wywiadów z młodzieżą

W Macedonii Północnej część uczestników miała doświadczenie w wolontariacie, w tym z osobami starszymi poprzez takie działania, jak odwiedzanie osób starszych i wolontariat w punktach szczepień skierowanych do tej grupy wiekowej. Wszyscy słyszeli o usłudze zaprzyjaźnianiu się, a połowa wiedziała o jakichś inicjatywach w tego typu zakresie.

Uczestnicy uważali, że młodzi ludzie mogą wiele uzyskać z zaprzyjaźnienia się ze starszymi, ponieważ mogą uczyć się na podstawie swoich doświadczeń życiowych i otrzymywać cenne porady. Podkreślono również rozwijanie empatii i silniejszego poczucia przynależności do wspólnoty - *"Korzyścią może być to, że młodzi ludzie mogą się czegoś nauczyć i uświadomić sobie, że czeka ich starość, a jednocześnie uświadomić sobie, że należą do jednego społeczeństwa i że pomaganie innym jest rzeczą ludzką"*. Z drugiej strony, niskie zaufanie osób starszych do młodych ludzi i brak wspólnych zainteresowań zostały uznane za potencjalne przeszkody w świadczeniu usług zaprzyjaźnienia. Jeśli chodzi o czynniki motywacyjne do angażowania się w usługi zaprzyjaźniania się z osobami starszymi, uczestnicy zalecili wprowadzenie jakiejś formy korzyści/nagród dla potencjalnych wolontariuszy, takich jak *"wycieczki lub wycieczki z innymi wolontariuszami"*. Umiejętności społeczne i komunikacyjne, empatia, cierpliwość i postawa otwartości na uczenie się zostały uznane za kluczowe umiejętności, których młodzi ludzie potrzebują, aby móc pracować jako wolontariusze z osobami starszymi.

Uczestnicy zasugerowali, że usługi związane z zaprzyjaźnianiem się mogą stać się bardziej atrakcyjne dzięki działaniom uświadamiającym i upowszechniającym mającym na celu zapoznanie młodych ludzi z tego rodzaju usługami i zmotywowanie ich do zostania wolontariuszami, a także poprzez zaangażowanie szkół i organizacji młodzieżowych w zapewnianie przyjaźni.

Wszyscy uczestnicy stwierdzili, że lubią pomagać osobom starszym, a większość zgadza się, że udział w służbie zaprzyjaźnienia się z osobami starszymi może być sposobem na naukę nowych rzeczy i rozwijanie nowych umiejętności. Podzielali pogląd, że inicjatywy tego rodzaju mogą pomóc im poznać nowych ludzi i nawiązać kontakty towarzyskie, a także zwiększyć empatię i umiejętności aktywnego słuchania. Trzech uczestników było bardzo zainteresowanych dowiedzeniem się więcej o usługach zaprzyjaźniania się i wzięciu w nich udziału.

Zasugerowano, że program szkoleniowy dla młodych ludzi, którzy są zainteresowani zaprzyjaźnieniem się ze starszymi, powinien obejmować *"strategie zbliżania się do osób starszych i komunikowania się"*

z nimi na tematy, które ich dotyczą", "podstawowe szkolenie z pierwszej pomocy" lub "szkolenie w zakresie pomiaru ciśnienia krwi, nasycenia i podobnych rzeczy, w których potrzebują pomocy".

Wyniki wywiadów z osobami starszymi

W wywiadach wzięło udział 5 osób starszych (4 kobiety i 1 mężczyzna) w wieku od 65 do 86 lat. Wszyscy byli na emeryturze, dwóch miało wykształcenie wyższe, a reszta dyplom ukończenia szkoły zawodowej. Dwoje starszych zgłosiło, że korzystali z różnego rodzaju usług/wsparcia udzielanego przez młodych wolontariuszy, w tym z warsztatów kreatywnych, ćwiczeń i lekcji na różne tematy, głównie w pomieszczeniach Centrum dla Osób Starszych przy Czerwonym Krzyżu. Wykazali bardzo wysoki poziom satysfakcji z zaangażowania w tego typu działania, a także z podejścia i postawy wolontariuszy – *"Jesteśmy bardzo zadowoleni z młodych ludzi w Centrum dla Osób Starszych, mają dla nas dużo szacunku jako seniorów i sprawiają, że czujemy się jak w domu"*. Pozostali trzej uczestnicy dzielą się tylko doświadczeniami z izolowanych spotkań z młodymi wolontariuszami, takimi jak zorganizowane wizyty w celu sprawdzenia ciśnienia krwi i poziomu cukru we krwi.

Większość osób starszych nie była zaznajomiona z usługami zaprzyjaźniania, podczas gdy niektórzy wiedzieli o takich usługach dostępnych za granicą - *"Tak, słyszałem o usługach zaprzyjaźniania się z osobami starszymi w Szwecji, tam nie zostawiają osób starszych samych, a ośrodki [dla osób starszych] są dość rozwinięte."*

Usługi zaprzyjaźniania się były uważane za bardzo korzystne i bardzo potrzebne dla osób starszych. Uczestnicy uważali jednak, że mogą istnieć poważne przeszkody w zaangażowaniu osób starszych, takie jak ograniczony dostęp do tej grupy, brak dostępności takich usług i brak wiedzy na temat już istniejących usług. Byli zgodni, z brakiem usług międzypokoleniowych i że nie byli zaznajomieni z istnieniem takich usług w ich okolicy. Czterech z pięciu uczestników wyraziło zainteresowanie uczestnictwem w usługach zaprzyjaźniania się i zasugerowało, że zajęcia mogą obejmować między innymi *"grę w szachy", "rozmowy z młodymi ludźmi", "ćwiczenia i uczenie się"*. Wszyscy uczestnicy podzielili się tym, że woleliby, aby takie działania były prowadzone osobiście, podczas gdy niektórzy uważali, że można je również prowadzić online lub telefonicznie. Zaproponowano różne podejścia do zwiększenia zainteresowania osób starszych przyjaźnią, w tym poprzez rozpowszechnianie arkuszy informacyjnych, informowanie potencjalnych beneficjentów za pośrednictwem wizyt osobistych, telewizji i mediów społecznościowych.

Wszyscy uczestnicy podzielali silny pogląd, że zaprzyjaźnienie się może stymulować towarzystwo i rozmowę, umożliwiać osobom starszym nowe możliwości spędzania wolnego czasu, pomagać im w poznawaniu nowych ludzi i nawiązywaniu kontaktów towarzyskich, a także zwiększać empatię i aktywne umiejętności słuchania. Byli również zainteresowani dowiedzeniem się więcej o zaprzyjaźnianiu się i stawianiu się częścią usługi zaprzyjaźniania, ale połowa uczestników nie wiedziała, gdzie mogą zidentyfikować lub znaleźć takie usługi w kraju.

Konkluzja

Dostępność usług zaprzyjaźnienia w północnej Macedonii ogranicza się głównie do usług świadczonych przez Czerwony Krzyż w ich ośrodkach opieki dziennej dla osób starszych w Skopje oraz poprzez wizyty domowe, które oferują. Zarówno osoby starsze, jak i młodzież, które były zaangażowane w usługi zaprzyjaźnienia, wykazywały wysoki poziom zadowolenia. Badanie dostarczyło mocnych dowodów na korzyści płynące z zaprzyjaźniania się dla dobrego samopoczucia osób starszych, ponieważ donoszą o towarzystwie młodzieży i zaangażowaniu w różnorodne działania. Z drugiej strony młodzi ludzie zgodzili się, że wolontariat z osobami starszymi oferuje możliwości uczenia się, rozwoju umiejętności i zaangażowania społecznego. Niemniej jednak istnieje wiele możliwości podnoszenia świadomości na

temat korzyści płynących z przyjaźni i wspierania solidarności międzypokoleniowej, a także zwiększenia zakresu i dostępności takich usług w kraju.

Hiszpania

Wnioski z wywiadów z młodzieżą

Każdy z respondentów ma wcześniejsze doświadczenie w świadczeniu usług wolontariackich. Dwóch z nich pracowało wcześniej z emigrantami, z czego jeden dodatkowo pracował z dziećmi i młodzieżą zagrożoną wykluczeniem społecznym. Pozostali dwaj uczestnicy pomagali osobom z problemami zdrowia psychicznego, a jeden z nich ma również doświadczenie w pracy z bezdomnymi i bezrobotnymi osobami poszukującymi pracy.

Dwóch respondentów ma doświadczenie w wolontariacie z osobami starszymi. Obaj mają dobre wspomnienia z tamtego czasu, opisując je jako wzbogacające i uświadamiające sobie, że ta grupa ludzi potrzebuje więcej wsparcia niż młodzi. Dodatkowo jeden z uczestników opowiada o tym, jak wyjątkowi są starsi ludzie ze swoim wiekiem i bogatym doświadczeniem, które mają, a jednocześnie bardzo często utrzymują młodość duchową. Ponadto respondent podkreśla, jak ważne jest pomaganie starszym w walce ze strachem, w utrzymaniu tej energii, zwłaszcza gdy borykają się z problemami zdrowotnymi związanymi z wiekiem.

Żaden z respondentów nie słyszał o "zaprzyjaźnianiu się" z usługami opisanymi tym słowem, chociaż jeden z nich jest zaznajomiony z tego rodzaju dostawcami pomocy nazwanymi inaczej. Inny z uczestników wykazuje duże zainteresowanie tym słowem, widząc w nim związek z tworzeniem więzi przyjaźni, ważnej jego zdaniem w walce z samotnością osób starszych.

Jeśli chodzi o kwestię doświadczenia w udzielaniu pomocy w oparciu o ideę zaprzyjaźniania się, każdy z respondentów rozumie ten rodzaj wsparcia w nieco inny sposób. Jeden z respondentów odpowiedział, przyznając, że nigdy nie był zaangażowany w coś takiego. Inny uczestnik twierdzi, że brał udział w podobnym projekcie, utrzymując towarzystwo osób starszych w takich czynnościach, jak chodzenie do teatru, kina czy na wystawy. Trzeci uczestnik wyznał, że w czasie pandemii pomagał osobom starszym w zakupach i prowadził z nimi krótkie rozmowy, ale nie uważał tego za rodzaj "zaprzyjaźniania się". Ostatni z respondentów przyznaje, że myślał o zapisaniu się na podobny projekt, ale uważał, że potrzebne są do tego specjalne kompetencje, dlatego zrezygnował.

Dwóch respondentów założyło, że w ich sąsiedztwie istnieją jakieś praktyki zaprzyjaźniania się z nimi w niektórych ośrodkach obywatelskich i stowarzyszeniach lub innych w związku z pandemią, chociaż żaden z nich nie jest pewien. Dwaj pozostali nigdy nie słyszeli o czymś podobnym.

Tym, co według respondentów zachęciłoby młodych ludzi do udziału w programach zaprzyjaźniania, jest zagwarantowanie zakwaterowania i wyżywienia, budowanie świadomości na temat sytuacji osób starszych oraz zwracanie uwagi na podobieństwa międzypokoleniowe, a nie różnice, powolne budowanie relacji i przekonywanie młodych ludzi do spróbowania pierwszego spotkania zapoznawczego, aby lepiej zrozumieć osoby starsze i dostrzec pozytyw, których mogą się nauczyć z tego doświadczenia, walka ze stygmatyzacją społeczną związaną z poczuciem negatywnej oceny młodych ludzi przez starsze pokolenia.

Uczestnicy uważają, że młodzi ludzie mogą czerpać wiele osobistych korzyści z podobnego doświadczenia, takich jak umiejętność podkreślania więcej, dowiedzenia się więcej o swoim pochodzeniu, kulturze i tradycjach.

Zdaniem respondentów największe trudności w zaangażowaniu osób starszych w ten projekt to przyznanie się przed sobą, że znajdują się oni w sytuacji, w której nie mogą już polegać tylko na sobie i potrzebują pomocy, strach przed niezrozumieniem i brakiem wspólnych interesów z wolontariuszem, a także brak świadomości możliwości otrzymania pomocy.

Według uczestników badania umiejętności interpersonalnej potrzebnej do bycia częścią projektu to inteligencja emocjonalna, cierpliwość, empatia, szacunek, wrażliwość, poczucie humoru i pozytywne nastawienie. Jeden z uczestników twierdzi, że projekt ten nie wymaga żadnych specjalnych umiejętności, wystarczy chęć pomocy i byci świadomym obopólnych korzyści.

Rzeczy, które uczestnicy uważają za potencjalnie zwiększające atrakcyjność usługi, reklamując projekt w ośrodkach młodzieżowych, uniwersytetach, barach itp. Ponadto zaproponowanie czegoś zachęcającego, co przyniesie korzyści obu stronom, a także poleganie na kreatywności młodych ludzi i wykorzystywanie ich pomysłów do tworzenia wspólnych działań.

Tematy zaproponowane przez respondentów, które ich zdaniem powinny zostać uwzględnione w szkoleniu dla przyszłych wolontariuszy, to jak dbać o osobę starszą, komunikatywność, zarządzanie higieną u osób starszych oraz zarządzanie emocjami. Jeden z nich uważa również, że pomocne może być ukończenie szkolenia wręczeniem certyfikatu.

Poniższe stwierdzenia zostały ocenione w następujący sposób:

Tabela 1 Odpowiedzi młodych uczestników

Lubię pomagać starszym ludziom	5	6	5	4
Wolontariat z osobami starszymi może mi pomóc rozwinąć moje umiejętności:	6	6	4	4
Wolontariat ze starszymi ludźmi może pomóc mi poznać nowych ludzi i nawiązać kontakty towarzyskie	5	4	5	4
Wolontariat z osobami starszymi może zwiększyć empatię i aktywne słuchanie	6	5	7	5
Chcę dowiedzieć się więcej o usługach "zaprzyjaźniania się"	5	4	5	3
Chciałbym uczestniczyć w usługach "zaprzyjaźniania się"	3	3	5	4

Powyższe wyniki pokazują, że pomimo dużego zainteresowania projektem i pozytywnego odbioru tego typu usług, chęć wzięcia udziału w praktyce zaprzyjaźniania się jest stosunkowo niska w porównaniu do innych odpowiedzi.

Wyniki wywiadów z osobami starszymi

Starsi ludzie, z którymi przeprowadzono wywiady, stwierdzili, że nie byli świadomi usług zaprzyjaźniania się, że słyszeli o czymś podobnym podczas pandemii, ale myśleli, że jest to usługa generowana awaryjnie, która była ograniczona do czasu pandemii. Jeśli chodzi o ich społeczność, nie wiedzą, czy oferowane są podobne usługi, myślą, że są oferowane przez ONG jako Czerwony Krzyż, ale nie są tego pewni. Nic o nich nie słyszeli, ale też ich nie szukali, bo mówią, że nie są w sytuacji, w której potrzebują w tej chwili wsparcia.

Dyskusja na ten temat była bardzo interesująca, ponieważ zgodnie z tym, co powiedział podczas wywiadu, dopóki nie zobaczą potrzeby dostępu do takich usług, zwykle nie dbają o nie, pomimo korzyści, jakie wiedzą, że mogą mieć w zakresie wymiany międzypokoleniowej.

To, co motywowałoby ich do udziału w takich usługach, to możliwość spędzania czasu w towarzystwie młodych ludzi, którzy są autentycznie zainteresowani ich obecnością. Mówią, że woleliby mieć organizację wspierającą zaangażowanych młodych ludzi, aby zapewnić bezpieczeństwo działań i dobre intencje zaangażowanych młodych ludzi - twierdzą, że obawiają się, że niektórzy młodzi ludzie mogą wykorzystywać osoby starsze i bezbronne.

Nie mają wątpliwości, że takie usługi mogą być bardzo korzystne zarówno dla starszych, jak i młodszych osób, aby uczyć się od siebie nawzajem. Takie usługi mogą oferować możliwość dzielenia się realiami i punktami widzenia, które czasami wydają się nie mieć ze sobą nic wspólnego – uważa się to za bardzo ważne dla osiągnięcia wzajemnego zrozumienia.

Mówią nam, że uważają, iż jest wielu starszych ludzi, którzy potrzebują tych usług, ponieważ czują się bardzo samotni, zwłaszcza ci, którzy owdowieli.

Sami wierzą, że w przyszłości mogą zaangażować się w takie usługi, ale nie teraz, ponieważ wierzą, że mają dobre relacje rodzinne i sieć społeczną i nie czują takiej potrzeby.

Jeśli chodzi o ich przyszłe zaangażowanie w takie usługi, mówią nam, że chcieliby zacząć od zajęć grupowych, które mogą zaoferować możliwość nawiązania przyjaźni z młodymi ludźmi w bardziej spontaniczny sposób i biorąc pod uwagę możliwe wspólne zainteresowania, podobieństwa i sympatie. Aby promować uczestnictwo zarówno osób starszych, jak i młodych, mówią, że zabawne i rozrywkowe zajęcia by pomogły; wspominają między innymi o gry w karty. Ważne byłoby również zapewnienie, aby zajęcia były interesujące dla obu grup i aby obie mogły się czegoś nauczyć podczas zajęć.

Nie uważają oni, że realizacja tych działań jest bardzo złożona, o ile zaangażowani młodzi ludzie są naprawdę zaangażowani. Uważają, że jest wielu młodych ludzi, którzy chcą zaangażować się w takie działania, chociaż prawdą jest, że należy zapewnić elastyczność, a także że uczestnictwo nie staje się obowiązkiem.

Jeśli chodzi o rodzaj komunikacji, jaką chcieliby mieć z młodymi ludźmi, preferując kontakt twarzą w twarz, niektórzy z nich nie odrzucają korzystania z Internetu. W szczególności jeden z uczestników mówi nam, że bardzo ważną część jej sieci kontaktów jest utrzymywana dzięki mediom społecznościowym platformom takim jak WhatsApp, które dają jej szansę na pozostanie w kontakcie z wieloma ludźmi, ponowne nawiązanie kontaktów ze starymi przyjaciółmi i bliższy kontakt z członkami rodziny, którzy mieszkają daleko. Podczas pandemii było to niezbędne i prawdopodobnie pozostanie takie dla wszystkich osób, które z tego czy innego powodu nie mogą łatwo opuścić swoich domów i są narażone na wysokie ryzyko samotności i izolacji.

Tabela 2 Odpowiedzi uczestników w podeszłym wieku

Zaprzyjaźnienie się będzie stymulować towarzystwo i rozmowę	7	7	6	5
Zaprzyjaźnienie się będzie szansą na nowe możliwości spędzania wolnego czasu	7	7	5	6
Zaprzyjaźnianie się może pomóc mi poznać nowych ludzi i nawiązać kontakty towarzyskie	7	6	6	7
Zaprzyjaźnienie się może zwiększyć empatię i aktywne słuchanie	7	6	6	5

Chcę dowiedzieć się więcej o zaprzyjaźnianiu się	5	7	6	5
Chciałbym być częścią usługi zaprzyjaźnienia	7	4	6	5

Konkluzja

Powyższe informacje na temat już istniejących usług zaprzyjaźnienia pokazują, że stają się one coraz bardziej popularne i być może zyskały na popularności dzięki kryzysowi zdrowotnemu z powodu Covid-19, podczas którego samotność i izolacja pogorszyły się dla wielu osób (osób starszych, niepełnosprawnych itp.), ale doświadczyła ich również reszta populacji. Być może uwidocznienie potrzeby pomocy ludziom, którzy cierpią z ich powodu. Proponowane dobre praktyki podkreślają, że te usługi zaprzyjaźniania się mogą być realizowane w praktyce tylko przy aktywnym udziale wolontariuszy, co czyni je również zrównoważonymi ekonomicznie i w czasie. Nie chodzi tylko o poświęcenie czasu ludziom, którzy czują się samotni, ale przede wszystkim o inwestowanie w dobrobyt ich sąsiedztwa, tworząc sieć, która przynosi korzyści wszystkim jej członkom, jeśli chodzi o naukę i wzajemne wsparcie.

Jednak mimo tak pozytywnych efektów, jakie przynoszą już działające usługi, wywiady zarówno z młodymi, jak i starszymi pokazują, że świadomość tej formy pomocy i zainteresowanie nimi jest raczej niskie. Wśród młodych ludzi oferta usług zaprzyjaźnienia się i zapewnienie im dobrowolnego wsparcia dla osób starszych była częściej odbierana pozytywnie, ale jednocześnie świadomość już istniejących organizacji i chęć uczestnictwa w nich były stosunkowo niskie. Jeśli chodzi o zainteresowanie tego typu projektami wśród badanych osób starszych, ich odpowiedzi pokazują, że nie są świadomi istnienia tego typu usług i być może, ze względu na sposób, w jaki je sobie wyobrażają, nie wydają się być nimi w tej chwili naprawdę zainteresowani, być może dlatego, że nie czują potrzeby wsparcia.

Powyższe wywiady pokazują jednak, że zdaniem respondentów to zainteresowanie wzajemną współpracą można stymulować. Z uzyskanych informacji i przeprowadzonych statystyk można wywnioskować, że zaprzyjaźnienie się z usługami wśród osób starszych przy wsparciu młodych wolontariuszy ma ogromny potencjał. Dzięki odpowiedniej reklamie i zachęce grup docelowych, a także poprzez szerzenie świadomości problemu samotności i istnienia tego typu usług wsparcia, usługi zaprzyjaźniania się mogą być z powodzeniem wprowadzane w tym kontekście.

Włochy

Wnioski z wywiadów z młodzieżą

We Włoszech przeprowadzono wywiady z 3 młodymi ludźmi (2 mężczyźni i 1 kobieta) w wieku od 23 do 29 lat (średnia wieku 26 lat), z wykształceniem na poziomie średniego dla jednego i tytułem magistra dla pozostałych dwóch. Wszyscy uczestnicy są pracownikami i wszyscy mają doświadczenie w wolontariacie, zarówno ogólnie, jak i z osobami starszymi.

Tylko jeden z nich znał termin "zaprzyjaźnienie" w języku angielskim, podczas gdy dwóch nie znało tego terminu, ale po otrzymaniu definicji stwierdziło, że wie o niektórych inicjatywach w dziedzinie tego typu.

Wśród motywacyjnych aspektów w relacjach z osobami starszymi wymienia się możliwość rozmowy o kwestiach historycznych i empirycznych oraz poznania ciekawych rzeczy z przeszłości: "*U podstaw motywacji może leżeć poczucie międzypokoleniowego sojuszu, świadomość bogactwa, które pochodzi od pokoleń, które przeżyły historię naszego kraju i które są strażnikami naszej pamięci*" (D. 29). Innym motywującym aspektem jest możliwość poprawy życia ludzi, na przykład poprzez wspieranie cyfryzacji i umiejętności cyfrowych, które mogłyby zapewnić osobom starszym niezależność w niektórych aspektach (np. rezerwowanie wizyt lekarskich). Współpraca z osobą starszą może przynieść kilka korzyści. Po pierwsze, może być bardzo stymulujący ze względu na historię i historie życia, którymi mogą się dzielić, które zachowuje tylko dojrzała osoba. Możliwe jest tworzenie więzi, które wzbogacają rozwój zarówno osobisty, emocjonalny, jak i w poczuciu własnej wartości, poprzez dojrzewanie wewnętrznej świadomości różnicy. Kontakt z osobą starszą daje młodym ludziom możliwość uczenia się od innej, ale bliskiej kultury, czerpiąc wskazówki z innego stylu życia i dostosowując je do współczesnego życia. Ponadto udział w inicjatywach zaprzyjaźniania się określa własny styl troski, obecny we wszystkich sytuacjach wolontariatu, ale który w słabej kondycji osoby starszej ma swój największy wyraz.

Główną trudnością może być fakt, że osoby starsze czasami uważają, że rzeczy dzisiejszego "młodego świata" nie są dla nich (np. smartfony, Internet, bankowość domowa, tożsamość cyfrowa itp.), ale kiedy się do nich zbliżają, stają się pierwszymi użytkownikami, więc może istnieje uprzedzenie.

W czysto przyjacielskiej służbie przeszkodami, które można napotkać, może być indywidualna osobowość

cechy charakterystyczne (nieufność, zamknięcie, unikanie). Kolejnym wyzwaniem może być nieufność wobec nowości i sztywność wobec zmiany rutyny i nawyków, zarówno dla środowiska, jak i dla osobistych nawyków.

Wśród umiejętności należy posiadać: umiejętność postawienia się tam i wkroczenia w życie osób starszych, aktywne i zainteresowane umiejętności słuchania oraz cierpliwość.

Usługi zaprzyjaźniania mogą stać się bardziej atrakcyjne, zwracając uwagę na rodzaj komunikacji i prezentacji, która jest podejmowana z inicjatyw, skutecznie przekazując wiadomości i cele, które należy poczynić w odniesieniu do konkretnych użytkowników. Dla osób starszych ważne jest również, aby oferowane usługi nie zmieniały codziennych czynności, ale proponowały te, które dobrze pasują do życia ludzi (np. Zwracanie uwagi na rozkłady jazdy, preferowanie zajęć w domu zamiast konieczności podróży). Może również proponować działania promujące wzajemne poznawanie ludzi i obyczajów (kultury tamtych czasów lub naszych czasów, tradycji, gier). Przydatne byłoby również podkreślenie kwestii możliwości wspólnego rozwoju i dobrobytu, jaki można czerpać od innej osoby, wykonywania nowych działań i poczucia się częścią społeczności.

Wszyscy uczestnicy stwierdzili, że lubią pomagać osobom starszym i że udział w serwisie może być sposobem na naukę nowych rzeczy i rozwijanie nowych umiejętności. Zgodzili się, że inicjatywy tego rodzaju mogą pomóc im poznać nowych ludzi i spotkać się towarzysko i absolutnie zgodzili się, że mogą poprawić swoje empatyczne i aktywne umiejętności słuchania. Wszyscy byliby również zainteresowani dowiedzeniem się więcej o usługach zaprzyjaźniania się i wzięciu w nich udziału.

Przydałby się program szkoleniowy, który zajmowałby się elementami psychologii dorosłych, patologiami starości (ogólne patologie geriatryczne), emocjonalnym wpływem, jaki patologia może mieć na osobę i jej rodzinę, aktywnymi technikami słuchania, informacjami na temat kontekstu historyczno-kulturowego, oraz elementy dotyczące możliwych sztywności (uprzedzenia osób starszych, aby móc sobie z nimi poradzić w najlepszy możliwy sposób). Byłoby bardzo pomocne, gdyby podano wiele przykładów i historii: *"Jeszcze bardziej przydatna jest umiejętność pracy z człowiekiem, która jest trudna do nauczenia na kursie i jest łatwiejsza do zrozumienia na podstawie świadectw ludzi, którzy już to zrobili"* (L. 26) i wymiana z mentorami / przełożonymi.

Wyniki wywiadów z osobami starszymi

We Włoszech wzięło w nim udział 7 starszych uczestników (6 kobiet i 1 mężczyzna) w wieku od 73 do 88 lat (średnia wieku 80 lat). Wszyscy uczestnicy to emeryci, a najwyższy poziom edukacji to świadectwo ukończenia szkoły podstawowej dla 5 z nich, świadectwo ukończenia szkoły średniej dla 1 i dyplom ukończenia szkoły średniej dla 1. Większość uczestników (6/7) stwierdziła, że skorzystała z wolontariatu oferowanego przez młodych ludzi, nawet jeśli było to okazjonalnie i w ramach istniejących inicjatyw, i wszystkie były pozytywnymi doświadczeniami. Głównie prowadzone działania dotyczyły towarzystwa i rozrywki. Czas spędzano grając w karty, bingo, tańcząc i słuchając muzyki lub śpiewu. Żaden z uczestników nigdy nie słyszał nazwy "zaprzyjaźnienie" w języku angielskim i nie wiedział o żadnych konkretnych inicjatywach w tej dziedzinie, które koncentrują się na promowaniu relacji między młodymi wolontariuszami a osobami starszymi.

Wśród głównych korzyści wymienionych w tego typu usługach była możliwość uzyskania radości, pogody ducha i rozrywki poprzez wykonywanie czynności, takich jak gry i tańce, które bawiłyby obie części. Relacje między młodymi i starszymi przyniosłyby im wymianę wiedzy, zainteresowań i historii życia. Dzięki tego rodzaju międzypokoleniowym relacjom można było mówić sobie nawzajem i wymieniać się radami, pomysłami i naukami: *"Kiedy byłem młody, uwielbiałem spędzać czas z dziećmi, uczyć je wierszy i modlitw, i chociaż nie jestem nauczycielem, lubiłem zmuszać je do nauki"* (C 82). Głównym wyzwaniem może być to, że osoby starsze nie są przyzwyczajone do interakcji z młodymi ludźmi i czują, że istnieje luka w języku i komunikacji. Zaangażowane osoby starsze twierdzą bowiem, że wiedza i umiejętności osób starszych i młodszych są różne. Narzędzia rozrywkowe i działania, które charakteryzują pokolenia, są różne, a gry nie zawsze są wspólne i znane wszystkim pokoleniom. Wskazuje się również, że osoby starsze czasami nie są zainteresowane umiejętnościami i wiedzą, takimi jak umiejętność korzystania z technologii: *"Nawet jeśli mój siostrzeniec chce mnie czegoś"*

nauczyć za pomocą smartfona, przyznaję, że nie mam ochoty się uczyć, ponieważ mam telefon starej generacji, który nawet jeśli jest prosty, jest dla mnie w porządku" (D. 75). Ten brak chęci może być związany z faktem, że nie ma motywacji lub silnego wkładu do nauki, prawdopodobnie dlatego, że nie jest się świadomym korzyści, jakie mogą przynieść niektóre narzędzia lub innowacje.

Wszyscy uczestnicy uważają, że nie poświęca się wystarczającej uwagi usługom zaprzyjaźniania się i ich aspektom i chcieliby mieć więcej inicjatyw tego rodzaju. Wszystkie zaangażowane osoby starsze byłyby zainteresowane udziałem w tego typu działaniach, o ile byłyby one prowadzone w środowiskach, w których już uczęszczały i były dla nich łatwo dostępne. Wśród działań, które mogą ich zainteresować, są gry (karty, bingo itp.), uczyć robienia na drutach i szydełkowania, dzieląc się swoimi życiorysami, rozmawiając o przeszłych wydarzeniach, dzieląc się posiłkami i przepisami, dyskutując o nowościach i bieżących wydarzeniach, mając przestrzeń do słuchania, przeglądając i opowiadając o miejsca, w których żyli i znali, oraz ćwicząc języki obce lub języki używane w przeszłości *"Moja żona i ja pobraliśmy się w Paryżu i mieszkaliśmy tam przez 27 lat, więc dobrze znamy francuski" (L., 88).*

Wszystkie działania byłyby dobre, gdyby odbywały się w obecności. Zaangażowane osoby starsze uznały, że całkowicie zgadzają się ze stwierdzeniem, że usługi zaprzyjaźnienia mogą promować socjalizację i być okazją do rekreacji i poznania nowych ludzi. Zgodzili się również, że poprawią aktywne słuchanie i umiejętności empatii. Wreszcie, są jednogłośnie i całkowicie zainteresowani byciem na bieżąco i uczestnictwem w usługach zaprzyjaźniania.

Konkluzja

Aby promować usługi zaprzyjaźniania, ważne jest, aby zapewnić przestrzenie i środowiska dedykowane osobom starszym, w których mogą mieć możliwość poznania innych ludzi i spotkań towarzyskich z nimi w bezpiecznym i komfortowym środowisku. Byłoby lepiej, gdyby te przestrzenie znajdowały się w pobliżu ich domów, aby poprawić dostępność i promować uczestnictwo seniorów.

We Włoszech istnieje wiele stowarzyszeń wolontariackich, które świadczą różnego rodzaju usługi skierowane do osób starszych, powinny one współpracować ze sobą w celu stworzenia zorganizowanej sieci wsparcia.

Jeśli chodzi o kurs e-learningowy skierowany do młodych wolontariuszy, skupiałby się on nie tylko na teoretycznej wiedzy na temat starzenia się, ale także na dzieleniu się praktycznymi doświadczeniami i konfrontacji z rówieśnikami. Byłoby ciekawie, gdyby niektórzy młodzi wolontariusze z doświadczeniem w dziedzinie usług zaprzyjaźniania się podzielili się swoimi historiami z młodymi wolontariuszami, którzy mają mniejsze doświadczenie. Ważne jest, aby w szkołach prowadzić inicjatywy podnoszące świadomość na temat Zaprzyjaźniania się w celu zwiększenia zaangażowania młodzieży w te usługi dedykowane osobom starszym. Zarówno z wywiadów z seniorami, jak i z wywiadów z młodymi ludźmi wyłoniło się wzajemne zainteresowanie wymianą życiorysów, wiedzy i zwyczajów. Rzeczywiście, wartością dodaną relacji między starszymi a młodzieżą jest wymiana różnych punktów spostrzegania życia, które pochodzą od ludzi o zupełnie różnych historiach. Z tej wymiany zarówno starsi, jak i młodzi mogą nauczyć się czegoś, co może wzbogacić ich osobowość.

Wnioski z wywiadów z młodzieżą

W badaniu dla młodzieży było trzech respondentów w wieku 20, 25 i 28 lat (dwie kobiety i jeden mężczyzna). Jeden respondent miał wykształcenie średnie, jeden tytuł licencjata, a trzeci tytuł magistra. Wszyscy respondenci mieli doświadczenie w wolontariacie - WOŚP, dom dziecka, paczka Noble. Nikt nie miał doświadczenia w wolontariacie na rzecz osób starszych, tylko dwie osoby opiekowały się rodziną lub sąsiadem. Jedna ankietowana słyszała o konkretnej organizacji - SeniorApp zajmującej się usługami zaprzyjaźniania, pozostali nie mają wystarczającej wiedzy na ten temat. Na pytanie "Jak myślisz, co motywuje młodych ludzi do udziału w usługach zaprzyjaźniania się z osobą starszą?" były różne odpowiedzi: "Zdecydowanie okazja do zaangażowania się w pożyteczne działania, które są bardzo potrzebne innym i nie są bardzo kosztowne dla wolontariuszy.

Każdy z nas będzie kiedyś osobą starszą...", "Jest wielu młodych ludzi, którzy angażują się w różne inicjatywy prowadzone przez fundacje - staje się to coraz bardziej popularne i normalne", "SeniorApp pokazuje, że jest wielu seniorów, którzy potrzebują różnorodnej pomocy, a to z pewnością pobudza wiele osób do działania". Respondenci widzą korzyści dla młodych ludzi w pomaganiu seniorom i zdecydowanie zgadzają się, że potrzebne jest szkolenie w zakresie komunikacji lub psychologii. Respondenci wskazują na brak informacji o organizacjach działających w tym obszarze, brakuje kampanii publicznych, informacji w mediach społecznościowych.

Wszyscy respondenci zdecydowanie wyrażają chęć pomocy osobom starszym poprzez zapewnienie ich towarzystwa i wolontariatu. Uważają, że byłoby to korzystne dla rozwoju ich umiejętności. Ogólny wniosek jest taki, że niestety większość z nas nie zauważa lub zapomina o problemach osób starszych, które żyją samotnie i nie mają do kogo zwrócić się o pomoc. Często mogą nie chcieć prosić o pomoc, a w czasie pandemii jednym z powodów był z pewnością strach przed zachorowaniem.

Wyniki wywiadów z osobami starszymi

W badaniu w podeszłym wieku było trzech respondentów w wieku 66, 68 i 75 lat (dwie kobiety i jeden mężczyzna). Dwóch respondentów miało tytuł magistra, jeden licencjata. Pierwsza respondentka jest na emeryturze i mówi, że tylko rodzina jej pomaga i to wystarczy. Nigdy nie słyszała o usługach zaprzyjaźniania. Uważa, że takie usługi mogą przynieść korzyści osobom samotnym, które nawet bez pandemii zmagają się z wieloma problemami życia codziennego. Wyraziła zaniepokojenie płaceniem opłat za usługi zaprzyjaźnienia. Nigdy nie słyszała o żadnych usługach zaprzyjaźnienia dla osób starszych w swojej lokalnej społeczności. Jej zdaniem w Polsce nie ma wystarczającej liczby usług międzypokoleniowych. Nigdy nie korzystała z usługi zaprzyjaźnienia, ale jesienią i zimą chciałyby spróbować najlepszej usługi zaprzyjaźnienia, jeśli pozwala na to sytuacja pandemiczna. Jej zdaniem zakres usług powinien obejmować zakupy i inne pomocne usługi życia codziennego.

Druga respondentka również jest na emeryturze (ma 75 lat) i powiedziała, że pomagają jej sąsiedzi. Słyszała o usługach zaprzyjaźniania się w telewizji i uważa, że są one dostępne tylko w dużych obszarach miejskich. Uważa, że serwis zaprzyjaźniania się byłby bardzo pomocny, ale "barierą na pewno będzie niechęć do oszustów i strach przed pewnymi problemami. Starsi ludzie nie lubią zmian". W jej lokalnej społeczności nie ma usług przyjaźni dla osób starszych. Na pytanie "Czy byłbyś zainteresowany udziałem w usługach zaprzyjaźniania?", odpowiedziała, że ma problem ze słuchem, a ponieważ może to być problem, nie jest pewna, czy chciałaby skorzystać z takich usług.

Trzecim respondentem jest mężczyzna w wieku 68 lat, emerytowany. Kilka razy otrzymał świąteczny koszyczek od dzieci, które uczestniczyły w zajęciach w szkole. Słyszał o usługach zaprzyjaźniania się, nie pamięta ich imion i myśli, że są dla osób powyżej 75 roku życia. Gdyby miał z nich skorzystać, chciałby, aby zakres był szerszy niż tylko spotkania z wolontariuszami np. transport do lekarza, pomoc w zakupach. Uważa, że nie ma wystarczającej liczby organizacji świadczących usługi dla osób starszych. Dużo czasu spędza sam, rodzina rzadko go odwiedza, mieszkają daleko. Chciałby z kimś porozmawiać lub pójść na spacer do parku.

Konkluzja

W badaniu dla młodzieży było trzech respondentów. Wszyscy respondenci mieli doświadczenie w wolontariacie, ale nikt nie miał doświadczenia w wolontariacie na rzecz osób starszych. Jedna ankietowana słyszała o konkretnej organizacji - SeniorApp zajmującej się usługami zaprzyjaźniania, pozostali nie mają wystarczającej wiedzy na ten temat. W badaniu w podeszłym wieku było trzech respondentów. Zgodzili się, że usługi zaprzyjaźniania się z pewnością będą pomocne, o ile nie będą kosztowne. Według nich pomoc dla seniorów w Polsce jest niewystarczająca, na pewno poza dużymi obszarami miejskimi. Brakuje kampanii społecznych i realnej pomocy.

W celu poprawy usług zaprzyjaźniania się w Polsce kluczowe wydaje się dotarcie do młodych ludzi poprzez kanały informacyjne, z których korzystają – czyli media społecznościowe. SeniorApp również wydaje się idealnym kierunkiem. Ponadto kluczowe znaczenie mają kampanie społeczne, które przemawiają do młodych ludzi i konkretnych organizacji skoncentrowanych na zrównoważonej, długoterminowej pomocy.

Grecja

Wnioski z wywiadów z młodzieżą

W wywiadach wzięło udział troje młodych ludzi: 24-letni mężczyzna z tytułem licencjata z psychologii, 23-letnia kobieta z tytułem licencjata i magistra psychologii i zdrowia psychicznego oraz 20-letnia kobieta studiująca dietetykę w instytucie kształcenia zawodowego. Dwóch z trzech respondentów nie miało wcześniej doświadczenia w wolontariacie lub słyszało o usługach zaprzyjaźniania się. Tylko jeden miał doświadczenie w wolontariacie i niedawno dołączył do służby na rzecz osób starszych. Dwóch uczestników podkreśliło osobiste doświadczenia jako motywację młodych ludzi do udziału w takich usługach, a jeden dodał, że młodzi ludzie mogą równie dobrze rozpoznać samotność, której doświadczają osoby starsze.

Jeśli chodzi o korzyści płynące z uczestnictwa w usługach zaprzyjaźniania, uczestnicy podkreślili, że samo rozwijanie relacji przyjaźni jest znaczącą korzyścią i dodali, że pomaga młodym ludziom rozwijać cechy, takie jak szacunek i uznanie. Również osoby starsze przekazują swoją wiedzę i doświadczenie młodszym. Jeśli chodzi o wyzwania, uczestnicy zauważyli, że istnieje ogromna luka pokoleniowa między młodszymi i starszymi ludźmi, ale także kwestie taktyczne, takie jak usługa działająca w znacznej odległości od miejsca zamieszkania danej osoby, brak możliwości dojazdu do pracy lub nie używanie możliwości online-nowych. Innym wspomnianym wyzwaniem było to, że starsi ludzie mogą wstydzić się braku rodziny lub przyjaciół i niechętnie uczestniczyć.

Uczestnicy stwierdzili, że umiejętności, których młodzi ludzie potrzebują w zaprzyjaźnianiu się z usługami, obejmują szacunek, zrozumienie, elastyczność, zdolność adaptacji, zdolność i gotowość do słuchania, cierpliwość, wrażliwość. Kładli nacisk na umiejętności interpersonalne, takie jak życzliwość, uprzejmość, otwartość i gadatliwość. Tak więc program szkoleniowy dla młodych ludzi powinien obejmować umiejętności komunikacyjne, szacunek, empatię i umiejętności słuchania, a także *"kwestie techniczne i praktyczne, takie jak zachowanie wobec osób starszych, jak do nich podejść, rozmowy lub tematy, które można zainicjować, lub działania, w które można ich zaangażować"*.

Wszyscy uczestnicy zauważyli, że reklamy o usługach zaprzyjaźniania się są potrzebne. Dla młodszych ludzi reklamowanie się za pośrednictwem mediów społecznościowych byłoby niezbędne, aby dowiedzieć się o takich usługach. Jeśli chodzi o osoby starsze: *"Jeśli korzystamy ze stron internetowych i mediów społecznościowych, prawdopodobnie nie będziemy w stanie do nich dotrzeć. Ale broszury rozdawane w miejscach, w których zwykle spotykają się osoby starsze i rozmowy telefoniczne, mogą być bardziej odpowiednie"*. Uczestnicy zasugerowali również, że pomocne byłyby sesje informacyjne lub wydarzenia dla młodych ludzi informujące ich o tych usługach lub wycieczki terenowe, do domów w których opiekują się osobami starszymi.

Wyniki wywiadów z osobami starszymi

Pierwszą uczestniczką była 72-letnia kobieta, która pracowała w marketingu, relacjach publicznych i dziennikarstwie. Drugim uczestnikiem była emerytowana 75-letnia kobieta, która ukończyła szkołę średnią i studiowała projektowanie w instytucie kształcenia zawodowego. Trzecim uczestnikiem był emerytowany 63-letni mężczyzna, który studiował pracę socjalną i miał duże doświadczenie zawodowe.

Uczestnicy nie słyszeli wcześniej terminu "usługi zaprzyjaźniania" ani nie korzystali z usług międzypokoleniowych/wsparcia ze strony młodych ludzi i nie byli pewni, czy takie usługi istnieją w Grecji. Jeden uczestnik zaangażował się w takie usługi w kontekście europejskiego projektu za granicą. Wszyscy uczestnicy wspomnieli, że istnieje wiele korzyści z usług zaprzyjaźniania, w tym towarzystwo, dialogi, podnoszenie na duchu, połączenie z drugą osobą, wymiana doświadczeń i wzajemne uczenie się. Jeśli chodzi o przeszkody, poważnymi mogą być problemy z poruszaniem się osób starszych, nuda, brak motywacji i wiele obowiązków, takich jak opieka nad wnukami. Poważnym wyzwaniem jest brak umiejętności cyfrowych, który mógłby utrudniać uczestnictwo w internecie, a także luka pokoleniowa.

Uczestnicy byliby ogólnie zainteresowani uczestnictwem w tych usługach i chcieliby zaangażować się w takie działania, jak wizyty w muzeach, wystawy, przedstawienia teatralne, spacer i wycieczki, ale także rozmowy i wymiana doświadczeń. Co więcej, jeden z uczestników zauważył: *"Kolejną rzeczą, która byłaby pomocna, byłoby zapoznanie mnie młodej osoby z technologią cyfrową!"* dodając, że byłoby to interesujące dla wielu starszych osób. Uczestnicy nie woleliby komunikacji telefonicznej, ale cieszyliby się z kontaktu twarzą w twarz z młodymi wolontariuszami. Trzeci uczestnik dodał, że komunikacja przez Internet będzie bardziej dostępna i wygodna.

Aby uczynić te usługi bardziej atrakcyjnymi, pierwszym krokiem jest dowiedzenie się, że te usługi istnieją i co mogą oferować. Dodali, że gdyby w kontekście projektu pojawiły się ogłoszenia informacyjne dla osób starszych, że "w tym dniu i czasie odbędzie się konkretne działanie", osoby będą zmotywowane, ponieważ muszą wiedzieć, w co będą się angażować. Wszyscy uczestnicy zauważyli, że zajęcia grupowe i wydarzenia, które zbliżają do siebie osoby starsze i młodsze, takie jak wycieczki lub spacer, powinny być pierwszym krokiem. Jeden z uczestników powiedział: *"Mogliśmy zacząć od tych grup, aby się poznać, a następnie przejść do bardziej osobistych relacji w diadach, wybierając te z grupy, które lepiej ci odpowiadają, aby nawiązać z nimi zaprzyjaźnione relacje".*

Konkluzja

Wywiady przeprowadzone z młodszymi i starszymi osobami potwierdziły, że zaprzyjaźnienie się i usługi międzypokoleniowe są większości nieznane. Niemniej jednak wszyscy respondenci uważali, że usługi zaprzyjaźniania się mają wiele do zaoferowania zarówno młodszym, jak i starszym uczestnikom, takie jak towarzystwo i owocna wymiana wiedzy i doświadczeń między pokoleniami. Powiązane trudności mogą obejmować tzw. lukę pokoleniową i kwestie praktyczne, takie jak brak umiejętności cyfrowych osób starszych, co utrudni im uczestnictwo, jeżeli usługi zaprzyjaźniania się będą świadczone online. Uczestnicy podkreślili, że reklama polegająca na zaprzyjaźnieniu się z usługami przy użyciu odpowiednich środków jest niezbędna do zwiększenia ich atrakcyjności; Media społecznościowe mogą być bardziej odpowiednie dla młodych wolontariuszy, podczas gdy broszury lub reklamy telewizyjne mogą być bardziej odpowiednie dla osób starszych. Jeśli chodzi o preferowany rodzaj komunikacji, większość wybrałaby kontakt twarzą w twarz. Ponadto uczestnicy zgodzili się, że zajęcia grupowe i komunikacja mogą być lepsze niż indywidualne, przynajmniej w fazie inicjacji.

Podsumowując, badania przeprowadzone w Grecji wykazały, że świadczenie międzypokoleniowych usług przyjaźni wśród młodzieży i osób starszych w kontekście krajowym zostało uznane za innowacyjny pomysł, który byłby niezwykle pomocny i zostało ciepło przyjęte przez uczestników, z którymi przeprowadzono wywiady. W związku z tym oczekuje się, że projekt BONDING i jego wyniki przyniosą znaczne korzyści zainteresowanym stronom i wzbogacą istniejące usługi na rzecz integracji i wsparcia osób starszych w Grecji.

Cypr

Wnioski z wywiadów z młodzieżą

Zespół CARDET przeprowadził wywiady z 7 młodymi ludźmi, 4 kobietami i 3 mężczyznami w wieku 20-30lat, wiosną 2022 r.

Młodzi ludzie udzielili odpowiedzi na wszystkie pytania, w obu częściach, oraz wyrazili zgodę na raportowanie podanych danych wyłącznie na potrzeby projektu BONDING.

Na podstawie danych częściowo wszyscy młodzi uczestnicy zadeklarowali, że wcześniej zgłaszali się na ochotnika głównie do akcji charytatywnych, w szkołach, na uniwersytecie, a teraz w pracy. Wszyscy zgłosili się na ochotnika dla starszych ludzi, ponieważ w razie potrzeby zapewniają pomoc i wsparcie swoim dziadkom.

Co ciekawe, nigdy wcześniej nie słyszeli o usługach zaprzyjaźniania się i nie potrafili ich zdefiniować. Stwierdzili, że nigdy nie uczestniczyli w usługach zaprzyjaźniania się i nie byli świadomi żadnych usług zaprzyjaźniania się z osobami starszymi w ich lokalnych społecznościach. Nie mogli zgłaszać żadnych wyzwań / przeszkód w angażowaniu starszej osoby w usługę defriendingu. Jeśli chodzi o umiejętności, których ich zdaniem potrzebują młodzi ludzie, aby móc skutecznie uczestniczyć w usługach zaprzyjaźniania się z osobami starszymi, uczestnicy stwierdzili następujące umiejętności: dobre umiejętności słuchania, szacunek, zrozumienie, cierpliwość, tolerancja, dobrze przygotowany i kreatywny. Zwrócono również uwagę, że młodzi ludzie powinni kochać osoby starsze. Dla nich usługi zaprzyjaźniania się mogą stać się bardziej atrakcyjne dzięki mediom społecznościowym (FaceBook, LinkedIn, Twitter itp.), sieci, finansowaniu, wiedzy / specjalistom i dobrym / wysokiej jakości usługom. Ale najpierw muszą być dobrze zdefiniowane: "*muszą być znane, ludzie muszą o nich wiedzieć, czym są, co robią i dlaczego są ważne i użyteczne?*" (YP7).

Młodzi ludzie z Cypru zgodzili się, że lubią pomagać osobom starszym. Stwierdzili, że zaprzyjaźnienie się ze starszą osobą może być użytecznym sposobem uczenia się nowych rzeczy, zaprzyjaźnienie się ze starszą osobą może pomóc jej rozwinąć umiejętności, zaprzyjaźnienie się może pomóc jej poznać nowych ludzi i nawiązać kontakty towarzyskie, a zaprzyjaźnienie może zwiększyć empatię i aktywne słuchanie. Stwierdzili, że chcieliby dowiedzieć się więcej o zaprzyjaźnianiu się i że chcieliby być częścią usługi zaprzyjaźniania.

W części II uczestnicy stwierdzili, że w programie szkoleniowym dla młodych ludzi zainteresowanych zaangażowaniem się w usługi zaprzyjaźnienia należy uwzględnić następujące tematy, z ich punktu widzenia:

- Aktywne słuchanie
- Szacunek
- Potrzeby osób starszych
- Psychologia pozytywna dla osób starszych
- Inkluzja
- Wspieranie osób starszych

- Skuteczna komunikacja między pokoleniami
- Współtwórz z różnymi pokoleniami
- Potrzeby ludzi na przestrzeni wieków.
- Istnieć razem, żyć razem

Wyniki wywiadów z osobami starszymi

Zespół CARDET przeprowadził wywiady z 7 osobami starszymi, 4 kobietami i 3 mężczyznami w wieku 70-80 lat, wiosną 2022 r.

Osoby starsze udzieliły odpowiedzi na wszystkie pytania, w obu częściach, oraz wyraziły zgodę na zgłaszanie podanych danych wyłącznie na potrzeby projektu BONDING.

Na podstawie danych w części I wszyscy starsi uczestnicy zadeklarowali, że nigdy nie mieli okazji korzystać z jakichkolwiek usług młodych ludzi. Oświadczyli, że nigdy wcześniej nie słyszeli o usługach zaprzyjaźniania się i nie wiedzieli (3 z 7) lub nie byli pewni (2 z 7), czy istnieją korzyści z usług zaprzyjaźniania. Jednak dwóch uczestników domyśliło się, że chodzi o "Pomaganie osobom starszym i osoby starsze pomagają młodszym (EP5) lub "Wsparcie i pomoc" (EP7).

Jeśli chodzi o wyzwania/przeszkody w zaangażowaniu osoby starszej w usługi zaprzyjaźniania, większość osób starszych nie wiedziała (3 z 7) lub nie była pewna (2 z 7), a tylko dwie wspomniały o "problemach / problemach zdrowotnych" (EP5 i EP6).

Co ciekawe, osoby starsze nie wiedziały o żadnych usługach zaprzyjaźniania dla osób starszych w ich lokalnej społeczności i nie wiedziały, czy istnieje wystarczająca liczba usług międzypokoleniowych. Powiedzieli, że nigdy nie uczestniczyli w usługach zaprzyjaźniania, ale byliby zainteresowani wzięciem udziału w usługach zaprzyjaźniania. Rodzaj działań towarzyskich, które chcieliby zrobić z młodzieżowym zaprzyjaźnionym, są następujące:

- Wspólne działania (wszystkie)
- Komunikacja międzyludzka i kontakt
- Gotowanie (4 z 7)
- Oglądanie filmów (3 z 7)
- Wspólna gra w karty lub inne gry (np. szachy) (2 z 7)
- Oglądanie telewizji
- Oglądanie Netflix razem
- Wspólne szycie
- Dzielenie się wiedzą na temat telefonów komórkowych i technologii
- Nauczanie jak (mobilność, gotować itp.)
- Rozmowy
- Wspólne słuchanie muzyki

Powiedzieli, że wolą komunikację twarzą w twarz. Jeśli tak, jaką formę komunikacji wolisz (np. Twarzą w twarz, przez telefon, przez Internet)?

Na pytanie, czy usługi związane z zaprzyjaźnieniem mogą stać się atrakcyjne dla osób starszych, 5 na 7 odpowiedziało, że nie wie, podczas gdy 3 na 7 respondentów podkreśliło, że: "być przyjemnym (EP-4), "zaspokajać ich potrzeby i zainteresowania" (EP-5) i "opierać się na potrzebach" (EP-6).

Młodzi ludzie z Cypru zgodzili się, że lubią pomagać osobom starszym. Stwierdzili, że zaprzyjaźnienie się ze starszą osobą może być użytecznym sposobem uczenia się nowych rzeczy, zaprzyjaźnienie się ze starszą osobą może pomóc im rozwinąć umiejętności, zaprzyjaźnienie się może pomóc im poznać nowych ludzi i nawiązać kontakty towarzyskie, a zaprzyjaźnienie się może zwiększyć empatię i aktywne słuchanie. Stwierdzili, że chcieliby dowiedzieć się więcej o zaprzyjaźnianiu się i że chcieliby być częścią usługi zaprzyjaźniania.

W części II starsi uczestnicy zgodzili się, że:

- Zaprzyjaźnienie się będzie stymulować towarzystwo i rozmowę
- Zaprzyjaźnienie się będzie szansą na nowe możliwości spędzania wolnego czasu
- Zaprzyjaźnianie się może pomóc mi poznać nowych ludzi i nawiązać kontakty towarzyskie
- Zaprzyjaźnienie się może zwiększyć empatię i aktywne słuchanie
- Chcieliby dowiedzieć się więcej o zaprzyjaźnianiu się
- Chcieliby być częścią usługi zaprzyjaźniania

Konkluzja

Ogólnie rzecz biorąc, usługi zaprzyjaźniania się są nieznane i rzadkie dla młodych i starszych ludzi w kontekście cypryjskim. Uczestnicy z obu grup nie wiedzą, co to jest i jak go zdefiniować oraz nie są świadomi wyzwań i odpowiednich przykładów usług. Obie grupy stwierdziły jednak, że chciałyby dowiedzieć się więcej na ten temat i podkreśliły znaczenie wspólnoty, podkreślając znaczenie wspólnej pracy, bycia i cieszenia się razem (młodzi i starsi ludzie).

