



MANUALE DI ADVOCACY

*Informazione, sostegno e formazione
a favore di ambienti per tutte le età*

IL PARTENARIATO

Le persone e le organizzazioni citate hanno contribuito alla produzione di questo Manuale, con il coordinamento europeo in LITUANIA: Asociacija "Senjorų iniciatyvų centras"

*Edita Šatienė,
Marija Bagdanavičienė,
Nijolė Malaškevičienė*
rasyk@senjoru-centras.lt
www.senjoru-centras.lt



AUSTRIA
queraum. cultural and social research
Anita Rappauer,
Michael Stadler-Vida,
Susanne Dobner,
rappauer@queraum.org
www.queraum.org



GERMANIA
ISIS GmbH – Sozialforschung, Sozialplanung, Politikberatung
Karin Stiehr,
Welela Samson,
stiehr@isis-sozialforschung.de
www.isis-sozialforschung.de



ITALIA
Lunaria
Angela Pagano,
Sergio Andreis,
andreis@lunaria.org
www.lunaria.org



PAESI BASSI
AFedemy
Willeke van Staalduinen,
Javier Ganzarain,
willeke@afedemy.eu
javier@afedemy.eu
www.afedemy.eu



Dettagli della pubblicazione

Questo Manuale è un Output Intellettuale del progetto, sostenuto dal programma Erasmus+, Age-friendly Environments Activists (Azione chiave 2: Cooperazione per l'innovazione e lo scambio di buone pratiche. Partenariati strategici nel settore dell'educazione, la formazione e la gioventù). Identificativo del progetto: 2018-1-LT01-KA204-046947 - Sito del progetto: www.afe-activists.eu - Pubblicato da: Asociacija "Senjorų iniciatyvų centras", 2020
Language editor: Susan Ward - Design: Vaiva Valeikienė

Questa pubblicazione è finanziata con il sostegno della Commissione Europea, riflette esclusivamente le idee degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso venga fatto delle informazioni qui contenute.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Perché questo manuale _____	4
Il progetto _____	5
Il concetto di 'ambiente per tutte le età' _____	6
Sensibilizzazione, attivismo e advocacy _____	7
Chi sono gli AFE Activists? _____	9
Profili dei partecipanti al training per AFE Activists _____	10
Il training AFE Activists _____	10
Obiettivi del training _____	11
Risultati attesi _____	11
Esempio di struttura per il training _____	11
Approccio e metodi utilizzati per il training _____	13
I formatori _____	13
Sede dei corsi _____	14
Tempistica del corso _____	14
Esperienze di apprendimento: visite di studio nelle città 'per tutte le età' _____	15
Attività pilota programmate e realizzate _____	16
Ambiti AFE e tematiche affrontate _____	16
Limitazioni fisiche dei consumatori più anziani _____	17
Le barriere per l'accesso agli eventi culturali _____	17
Verifica della pedonabilità _____	17
Sicurezza a casa, per la strada, nei negozi _____	17
Osservazione e rapporto sulla qualità dei servizi municipali _____	18
Aumentare l'impegno civico dei più anziani _____	18
I diritti inespressi dei cittadini anziani _____	18
Una bozza di linee-guida per rafforzare la partecipazione delle persone anziane nelle politiche sociali del II Municipio _____	19
Coinvolgimento degli stakeholders _____	19
Conclusioni e raccomandazioni _____	20
Workshop iniziale _____	21
Workshop 1 _____	22
Workshop 2 _____	29
Workshop 3 _____	32
Riflessione e valutazione: modello di questionario di valutazione _____	33
Bibliografia _____	36

PERCHÉ QUESTO MANUALE

Il *Manuale di Advocacy per Ambienti di tutte le età* (AFE) è uno strumento utile per gli educatori adulti, ed è concepito come supporto per persone over 65, per aiutarli ad acquisire le abilità e le competenze necessarie a rafforzare il loro impegno civile e influenzare in questo modo le politiche delle autorità locali.

Per la creazione di *ambienti per tutte le età* è essenziale che le infrastrutture e i servizi di città grandi e piccole siano adattati a realtà, capacità, esigenze e preferenze diverse, rappresentate da tutte le generazioni.

Questo manuale è il risultato del progetto Erasmus+ AFE Activists, che risponde all'esigenza di proporre dei training a misura di adulti dai 65 anni in su e per coloro che vogliono promuovere *ambienti per tutte le età* nella loro città.

Il manuale si basa su un modello comune di training e presenta varie possibilità di insegnare metodi e materiali sviluppati e utilizzati dai partner del progetto nei corsi pilota che sono stati effettuati a L'Aia (Paesi Bassi), Hanau (Germania), Kaunas (Lituania), Vienna (Austria) e Roma (Italia). I partner hanno condotto il training sulla base del pacchetto formativo elaborato all'inizio del progetto e adattato ai gruppi di discenti negli ambienti per tutte le età relativi ad ogni paese partner.

Per questa pubblicazione, sono stati valutati i corsi pilota nazionali, sono stati analizzati e messi a confronto i diversi approcci, e alla fine è stato sviluppato uno schema europeo comune per il training delle persone anziane. Il training permette agli anziani di valutare il loro ambiente da una prospettiva per tutte le età e di intervenire con proposte ed esperienze preziose su come rendere la vita e gli spazi pubblici più gradevoli e accessibili a tutte le generazioni.

Questo manuale si propone come risorsa per gli animatori di adulti più anziani che desiderino migliorare la loro conoscenza degli *ambienti per tutte le età* e dell'*advocacy* per il cambiamento sociale. Gli utenti potranno adattare alle loro particolari esigenze la struttura e i materiali suggeriti per il training.

Il Manuale di Advocacy AFE potrà essere usato assieme ad altre pubblicazioni del progetto AFE Activists - il *Manuale di sperimentazione AFE* e il *Compendio di Buone Pratiche*, scaricabili dal sito del progetto.

Riferimenti: *"Ambienti per tutte le età in Europa: Manuale dell'ambito dell'azione politica"*, *"Ambienti per tutte le età in Europa: indicatori, monitoraggio e valutazione"*, pubblicati dall'Ufficio regionale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) per l'Europa e *"Guida alle città globali per tutte le età"*: altre fonti valide consigliate sono elencate nella Bibliografia.



IL PROGETTO

Il progetto **Attivisti per Ambienti di tutte le età** è stato finanziato dal Programma Erasmus+ della Commissione Europea e implementato in un ambito di cooperazione europea tra Austria, Germania, Lituania, Paesi Bassi e Italia nel periodo 2018-2020.

Il concetto di **ambienti per tutte le età** (AFE) sta guadagnando visibilità in Europa e nel mondo intero. Gli ambienti **per tutte le età** risultano essere il modo più efficace per promuovere un invecchiamento sano e attivo. Rendere una città per tutte le età è un processo a due direzioni: da una parte i funzionari pubblici, gli amministratori, gli urbanisti e i dipendenti di varie agenzie pubbliche e private devono inserire la popolazione anziana nelle loro strategie, politiche e programmazioni; d'altra parte le persone avviano e promuovono proprie iniziative verso gli **ambienti per tutte le età**, iniziative per cui sono richieste delle capacità specifiche.

Rafforzare delle capacità è impossibile senza apprendimento e senza acquisire delle conoscenze. La conoscenza incoraggia le persone a prendersi la responsabilità delle tematiche locali e ad assumere la proprietà del 'proprio' spazio. Allo stesso tempo, una comunità informata è più propensa a insistere e a sostenere la qualità della pianificazione delle infrastrutture e dei servizi.

Tra i principali obiettivi del progetto citiamo:

- sensibilizzare l'opinione pubblica sul concetto di **ambiente per tutte le età** in una società che sta sempre più invecchiando;
- rafforzare la competenza dell'advocacy tra almeno 60 discenti over 65 in cinque paesi d'Europa e motivarli a tradurre l'idea degli **ambienti per tutte le età** in azioni efficaci a livello locale;
- spingere le persone ad assumere il ruolo di cittadini attivi e informati attraverso l'educazione permanente.

Gli obiettivi sono stati raggiunti mediante:

- la raccolta, l'analisi e la presentazione di iniziative stimolanti radicate in settori diversi di **ambienti per tutte le età**;
- il progetto e la valutazione di un curriculum di apprendimento non formale attraverso la cooperazione tra vari paesi e la mobilità di apprendimento;
- l'apprendimento basato su progetti ed esperienze tali da stimolare i discenti over 65 ad intraprendere attività nel campo degli **ambienti per tutte le età**;
- una mobilità di apprendimento transnazionale per dare ad alcuni partecipanti selezionati l'opportunità di un'esperienza diretta in un **ambiente per tutte le età** all'Aia, membro della rete delle **città per tutte le età**;
- il coinvolgimento di esperti, pubblici funzionari e vari stakeholders nelle attività del progetto;

- la diffusione dei risultati del progetto in conferenze ed eventi pubblici.

Il progetto è stato implementato dalle seguenti organizzazioni:

- **Seniors Initiative Centre** di Kaunas, Lituania (coordinatore del progetto), associazione di anziani che opera nella città di Kaunas. L'associazione organizza attività sociali per i propri membri, sviluppa e implementa proposte di educazione permanente per persone anziane attraverso la partnership con istituzioni locali, nazionali e internazionali;
- **AFEdemy, Academy on age-friendly environments in Europe BV**, società a responsabilità limitata con sede a Gouda, Paesi Bassi. La sua mission è fornire opportunità per il rafforzamento delle capacità a stakeholders (tra cui adulti anziani) locali, regionali e internazionali per implementare **ambienti per tutte le età**. Le metodologie adottate sono training, programmi di scambi e visite di studio;
- **ISIS, istituto per la ricerca sociale, consulenza e training**. Fondato nel 1991 a Francoforte sul Meno, è attivo negli ambiti della gerontologia, studi di genere, migrazioni, società civile, educazione e salute. Le ricerche hanno come gruppo di riferimento le persone socialmente svantaggiate, marginalizzate o a rischio di esclusione sociale;
- **Lunaria**, con base a Roma, è una ONG non profit creata nel 1992 e membro dell'Alleanza delle Organizzazioni di volontariato europee. E' attiva nel volontariato e negli scambi internazionali, compreso, da oltre dieci anni, il volontariato intergenerazionale e senior, nel training e nella ricerca-azione;
- **queraum**, una organizzazione privata di ricerca sociale e culturale fondata nel 2004 a Vienna. queraum annovera tra le sue tematiche-chiave, all'interno del lavoro di ricerca, di policy e di advocacy, la creazione di **ambienti per tutte le età**, il sostegno dell'invecchiamento attivo e la partecipazione sociale degli adulti anziani.



IL CONCETTO DI 'AMBIENTE PER TUTTE LE ETÀ'

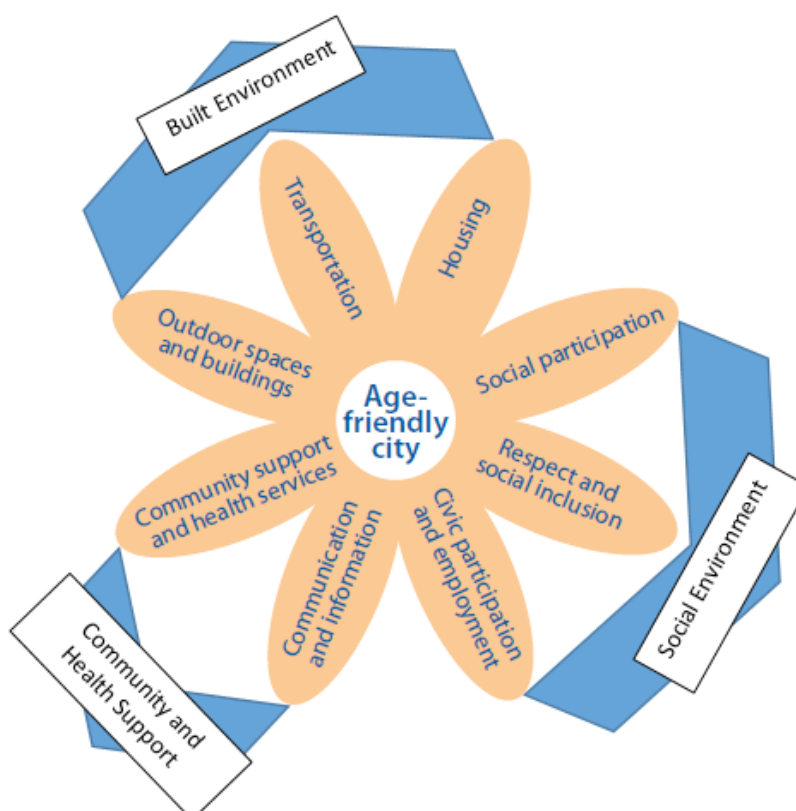
In Europa, all'inizio del 2018, il numero delle persone anziane (di 65 anni e oltre) ammontava a 101,1 milioni, quasi un quinto (il 19,7 %) della popolazione mondiale. Per i tre decenni futuri, si prevede che in Europa il numero delle persone anziane farà un ulteriore balzo in avanti, arrivando a 142,2 milioni di abitanti nel 2050. La percentuale di anziani rispetto alla popolazione totale crescerà gradualmente fino ad arrivare al 28,5 % nel 2050¹.

Alcuni analisti suggeriscono che l'invecchiamento della popolazione eserciterà probabilmente una pressione al ribasso sulla crescita economica, ridurrà l'offerta di lavoro, porterà a costi sociali più elevati (per le questioni relative all'età), e avrà un forte impatto sulla sostenibilità delle finanze statali. Altri osservatori rilevano che l'invecchiamento della popolazione non frenerà la crescita economica e che al contrario potrebbe dare una spinta allo sviluppo di nuovi beni e servizi, come ad esempio case o trasporti più rispettosi delle esigenze di una popolazione che invecchia, o una gamma di nuovi servizi sociali e di cura.

L'invecchiamento attivo rientra nelle politiche della Commissione europea, con l'obiettivo di aiutare le persone a farsi carico della propria vita il più a lungo possibile, e quando ciò sia possibile, invecchiare dando un contributo all'economia e alla società.

Invecchiare in modo attivo e sano è impossibile al di fuori degli ambienti per tutte le età.

"Gli ambienti per tutte le età promuovono la salute, il benessere e la partecipazione delle persone anziane. Si tratta di contesti accessibili, giusti, inclusivi, sicuri e solidali, che rafforzano la salute dell'individuo e prevengono o ritardano il sopraggiungere di patologie e il declino funzionale. Forniscono servizi mirati alle persone e aiutano a recuperare la ripresa fisica o a compensare la perdita delle funzioni, in modo che le persone possano continuare a fare tutto ciò che era importante per loro (OMS)²."



SENSIBILIZZAZIONE, ATTIVISMO E ADVOCACY

Quando parliamo di **società per tutte le età**, c'è solo una categoria di persone che sa davvero quanto questo concetto sia importante, le persone anziane. Si tratta, in ogni caso, di un gruppo molto eterogeneo, non solo in riferimento alle condizioni di salute, allo status sociale, al grado di istruzione e agli interessi, ma anche riguardo al modo di recepire le informazioni sulle questioni sociali e politiche o in base al loro potere di influenza nella comunità. Di solito le persone anziane con un buon grado di istruzione, che hanno ricoperto ruoli importanti durante la loro vita, sono in grado di intervenire e trasmettere un messaggio, mentre altri, in special modo i gruppi socialmente svantaggiati, non si sentono sicuri di esprimersi e di contribuire con le proprie opinioni. Così, molto spesso esperti, professionisti o politici adottano un atteggiamento paternalistico e decidono loro quali politiche, sistemi e servizi potranno andar bene per le persone anziane.

Invecchiare vuol dire sperimentare la forma più comune di discriminazione

Nonostante il contributo importante che le persone anziane danno alla propria comunità, in qualità di consumatori, caregivers e volontari, i cambiamenti demografici e l'aumento della popolazione anziana sono spesso visti come un problema sociale di impatto globale. L'età serve come un indicatore percentuale in merito a potenzialità, competenze, abilità, esperienze e condizioni di salute. E' appurato che invecchiare significa sperimentare la forma più comune di discriminazione. Per esempio, sebbene sia considerato inaccettabile escludere qualcuno sulla base del sesso o della razza, è invece diffuso ovunque il concetto di limite di età, che etichetta come 'senior' tutte le persone oltre i 65 anni, creando difficoltà nella ricerca di un lavoro e nelle assunzioni, e imponendo dei paletti sui requisiti per determinati ruoli, come il controllo dello stato di salute. L'obiettivo è di contrastare gli stereotipi sull'invecchiamento attraverso delle nuove modalità, come l'invecchiamento positivo e l'invecchiamento vincente, che concepiscono l'esistenza dell'uomo non più diretta verso un inevitabile declino, ma piuttosto come un processo. Ogni persona ha le capacità e il potenziale per dare il proprio contributo alla società, a prescindere dall'età: spesso, al contrario, i preconcetti sull'invecchiamento limitano le opportunità individuali in tal senso.

Sempre più persone vivono con diversi tipi di malattie e disabilità dovute all'invecchiamento, compresa la demenza

A causa del numero crescente di anziani, sempre più persone vivono con diversi tipi di malattie e disabilità dovute all'invecchiamento, compresa la demenza. Secondo i dati forniti dall'Ufficio europeo dell'OMS³, la demenza è la causa principale della mancanza di autonomia e delle disabilità tra gli anziani europei. Attualmente la demenza riguarda circa 10 milioni di persone in Europa, e per il 2030 si prevede che tale incidenza possa raddoppiare. Le comunità *age-friendly*



e *dementia-friendly* sono la risposta per questa nuova realtà a livello mondiale. Gli autori dell' *Analisi comparata delle comunità age-friendly e dementia-friendly* hanno concluso che le comunità nuove a tali iniziative dovrebbero tentare di integrare i due approcci fin dall'inizio⁴. Gli sforzi di advocacy vengono evidenziati come il quarto passo più importante, all'interno del Modello per il trattamento delle demenze, presentato nella pubblicazione dell'OMS "Demenza: una priorità nella salute pubblica"⁵.

Invecchiare nella propria casa, accessibilità e solitudine: queste sono le maggiori sfide affrontate dalle persone anziane

Invecchiare nella propria casa, accessibilità e solitudine: queste sono le maggiori sfide affrontate dalle persone anziane e dalle loro famiglie, che possono combatterle con maggiore consapevolezza, advocacy e attivismo, al fine di rendere le nostre città, comunità e contesti di vita per tutte le età. Le persone anziane possono dare un grande contributo e possono intervenire con idee ed esperienze preziose per rendere la vita sociale e gli spazi pubblici più gradevoli e accessibili per tutti i gruppi di età. Il metodo e i materiali di training descritti in questo manuale sono stati elaborati per far sì che le persone più anziane possano impegnarsi in azioni di advocacy individuali, di sistema e personali in vari settori legati all'età delle persone. Creare e sensibilizzare significa costruire le competenze necessarie ad organizzarsi, a sviluppare la capacità di rispondere alle proprie esigenze e far sentire la propria voce.

CHI SONO GLI AFE ACTIVISTS?

“Possiamo convincere i politici se gli facciamo capire che anche loro, con un po’ di fortuna, diventeranno vecchi.”

Un partecipante da Roma

Gli AFE Activists sono persone anziane (oltre i 65 anni), interessate alla tematica degli ambienti per tutte le età, che agiscono nell'interesse delle persone anziane nell'intraprendere iniziative di base promuovendo il concetto di ambienti per tutte le età e diffonderne ovunque la conoscenza.

Il training è aperto alle persone che siano interessate all'apprendimento e/o allo sviluppo futuro della tematica degli ambienti e per tutte le età e siano in grado di implementare iniziative di advocacy a livello individuale o come gruppo.

Le abilità e le competenze degli AFE Activists comprendono competenze personali, abilità sociali e professionali, che possono essere rappresentate nel proprio gruppo ma che potranno variare in funzione del contesto o dei gruppi locali.

Gli AFE Activists possono attivarsi in campi diversi e a livelli diversi, a seconda delle abilità e delle esigenze identificate all'interno dei loro ambienti e comunità di residenza. Esempi delle aree potenziali per l'impegno degli AFE Activists vengono presentati nel Compendio AFE delle buone pratiche di advocacy negli ambienti per tutte le età. Il compendio mostra la vasta gamma di modi che possono stimolare le persone a realizzare ambienti per tutte le età, e a diventare attivi in settori significativi.

Vengono di seguito forniti degli esempi:

L'iniziativa cittadina “Stichting Age Friendly Wonen”, una fondazione creata da tre persone anziane nella città di Amsterdam, mira a sostenere gli anziani che vogliono continuare a vivere nelle proprie case. Invecchiare nella propria casa significa creare le condizioni perché sia fisicamente possibile vivere a lungo in modo indipendente nel luogo dove le persone sono socialmente radicate. La fondazione considera l'accessibilità come la parola-chiave per poter invecchiare nella propria casa: in mancanza di accessibilità fisica, non esiste accessibilità sociale. Vengono sviluppati progetti pilota come l'adattamento per gli anziani di abitazioni già esistenti, portandoli all'attenzione delle autorità cittadine, delle cooperative edilizie, dell'imprenditoria immobiliare e del settore dell'assistenza sanitaria, al fine di rendere il preesistente patrimonio abitativo di Amsterdam sempre più accessibile ai residenti anziani.

“L'assessora è stata conquistata dalla nostra idea al punto che ci ha promesso la sua mediazione per un colloquio con un deputato del partito conservatore-liberale VVD”

Dick van Alphen, cofondatore di Stichting Age Friendly Wonen

“Kove. Kilburn older voices exchange” è un gruppo di persone anziane attivo nella comunità di Kilburn (Regno Unito), che vuole migliorare la qualità della vita degli anziani attraverso l'organizzazione di attività e campagne sulle tematiche che li riguardano, con l'obiettivo di combattere l'isolamento sociale e aumentare l'influenza che possono avere sulle tematiche sociali.

“Omas Gegen Rechts” (Nonne contro la destra), è un gruppo di nonne austriache determinate a far sì che le giovani generazioni non dimentichino i pericoli delle ideologie di estrema destra. Nel momento in cui il populismo si diffonde in Europa, sentono che le minacce si fanno più pressanti. Le nonne vanno a manifestazioni contro gli estremismi assieme ai giovani, per trasmettere maggiore sensazione di sicurezza grazie alla loro presenza. Dicono che vogliono impedire che la storia si ripeta. Il movimento nel frattempo si è diffuso anche in Germania.

“Sappiamo della seconda guerra mondiale, sappiamo quello che è successo ai nostri nonni e lo raccontiamo ai giovani”

Monika Salzer, fondatrice di ‘Omas gegen Rechts’

“The Curtain Up Players”, un gruppo di appassionati di teatro dai 50 anni in su, guidato da Ron Wiener, mette in scena opere improvvisate di carattere sociale sulla demenza e altre tematiche legate alla vecchiaia, in centri diurni, nelle case di riposo, agli incontri conviviali, etc. Il gruppo utilizza il metodo del ‘sociodramma’, che aiuta le persone a capire meglio la propria situazione e - laddove necessario - a cambiarla. I copioni delle commedie sono scritti dai membri stessi e sottolineano gli aspetti reali del convivere con la demenza, sperimentati dalle persone reali. Gli spettacoli appassionati accendono discussioni altrettanto appassionate dopo la rappresentazione. Gruppi come questo si sono formati nelle biblioteche pubbliche in Gran Bretagna e negli Stati Uniti.

“Mi piace la compagnia e ridere insieme. Mi sento sostenuta, siamo come una grande famiglia, ci siamo l'uno per l'altro”

Kath Ogden, da lungo tempo nel gruppo ‘The Curtain Up Players’

PROFILI DEI PARTECIPANTI AL TRAINING PER AFE ACTIVISTS

Nella fase pilota, sono stati formati 75 AFE Activists in totale in 5 paesi.

Ad Hanau, in Germania, la maggioranza dei partecipanti al training per AFE Activists erano volontari esperti nell'area del sociale e/o a livello politico, compreso un membro del consiglio comunale della città, e cinque membri del Consiglio per i cittadini senior. Una persona ha formato gli anziani su tematiche della mobilità, come la prevenzione delle cadute. Due partecipanti sono Mobility Scouts impegnati nella sicurezza stradale, due partecipanti sono nuovi della città e interessati al lavoro di lobby sulle tematiche della terza età.

All'Aia, nei Paesi Bassi, il corso è stato indirizzato ad anziani di origine olandese e indostana che vivono nel quartiere di Transvaal, e che fruiscono delle attività del centro diurno Mandelaplein. Il corso pilota ha sostenuto le iniziative del Consiglio dei cittadini senior dell'Aia, con l'obiettivo di avviare un dialogo con i residenti dei diversi quartieri.

A Kaunas, in Lituania, i partecipanti sono membri del Seniors Initiatives Centre, del centro anziani locale, uno è membro del Consiglio per i cittadini senior, uno è andato da poco in pensione ed è alla ricerca di iniziative significative in tarda età.

I partecipanti del corso pilota di Roma fanno parte dei centri anziani del II municipio, o sono volontari anziani che si occupano delle attività nei centri sociali, oltre a dipendenti del II municipio.

I partecipanti di Vienna hanno diverse esperienze professionali e alcuni sono volontari già esperti. Fanno parte del gruppo anche alcuni membri dei consigli circoscrizionali, alcuni sono ancora occupati professionalmente e considerano il training uno stimolo prezioso nel loro campo di attività (ad es. al servizio visitatori nei centri per persone anziane). Altri erano interessati e motivati a frequentare il seminario per via della loro esperienza con le barriere architettoniche e/o per la volontà di sfruttare il loro tempo in esperienze utili.

“Noi anziani dobbiamo rimanere attivi e impegnati. Perché se non lo facciamo, nessuno lo farà per noi”

Un partecipante di Hanau

“Gli anziani hanno bisogno di voci, perché sono spesso fraintesi”

Un partecipante di Hanau

IL TRAINING AFE ACTIVISTS

Il training AFE Activists può essere sviluppato in molti modi e per gruppi diversi, come i membri del Consiglio dei cittadini senior, dipendenti pubblici, piccole comunità, volontari, migranti, leader di gruppi senior, Mobility Scouts e singoli motivati.

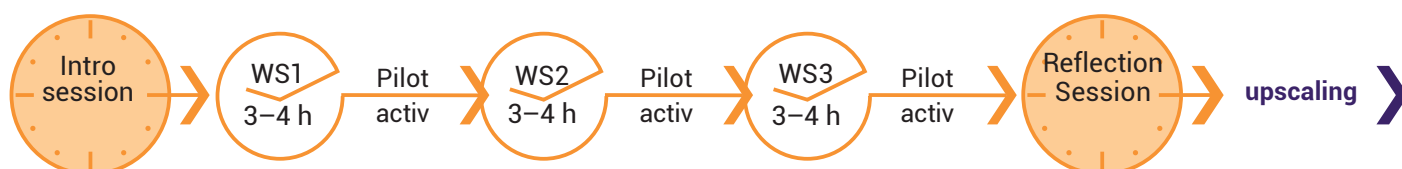
Il corso pilota di formazione testato nel progetto AFE Activists project comprende una sessione introduttiva, tre seminari tematici e una discussione conclusiva, per un totale di 15-20 ore. Come accade per l'apprendimento esperienziale e progettuale, tra i workshop sono stati inseriti la ricerca sul campo e la programmazione di attività pilota. I workshop a tema comprendevano la trasmissione delle informazioni e delle sessioni pratiche, in cui i formatori aiutavano i partecipanti a individuare i loro ruoli AFE Activists individuali e di gruppo, ruoli in

cui i partecipanti mettono in pratica un'attività pilota. I partecipanti sono coadiuvati nello sviluppo e nella valutazione dei ruoli di advocacy con metodi comunicativi adeguati, attraverso la mediazione e/o la raccolta dati: ad es. nella partecipazione a eventi e intervenendo nelle tematiche AFE, scrivendo lettere ai giornali, organizzando incontri/tavole rotonde/interventi pubblici o incontri privati con altre persone e discussioni su tematiche AFE, o istituendo uno sportello per le persone anziane.

Il training termina con una sessione conclusiva, in cui i partecipanti esprimono una valutazione sul corso e sui suoi risultati.

Le attività pilota programmate o iniziate dai partecipanti vengono sviluppate in seguito dopo la conclusione del corso.

Di seguito una rappresentazione schematica delle fasi della formazione:



Obiettivi del training

- Promuovere la sensibilizzazione del concetto di ambiente per tutte le età, tra i gruppi di persone anziane, dipendenti pubblici, autorità politiche in ambito locale, stakeholders locali e nazionali;
- Sviluppare le competenze per interagire con stakeholders influenti;
- Acquisire le abilità per l'elaborazione e l'attuazione di iniziative per *ambienti per tutte le età*;
- Informare le persone più anziane sui loro diritti, su come possano essere salvaguardati e sfruttati;
- Insegnare come applicare l'advocacy per i livelli politici decisionali e a livello più basso attraverso l'analisi di esempi di buone pratiche.

Risultati attesi

- Alla fine del corso i partecipanti avranno:
- compreso l'essenza e le caratteristiche principali del concetto di ambiente per tutte le età;
 - imparato ad usare gli strumenti per identificare i bisogni delle persone più anziane in relazione al loro contesto di residenza;
 - acquisito le competenze per comunicare i bisogni individuati e trasferire le conoscenze a stakeholders e a politici influenti;
 - ottenuto le conoscenze e la competenza, oltre alle abilità necessarie per esercitare un'influenza su strutture formali e non formali;
 - elaborato iniziative pilota per rendere più age-friendly l'ambiente nel quartiere o nella città.

Esempio di struttura per il training

Seminario introduttivo: il concetto di ambienti per tutte le età (3-4 ore)

Lo scopo del seminario introduttivo è quello di dare un quadro generale del concetto di 'ambienti per tutte le età' (Age-friendly Environments - AFE) e dimostrare come si possa venire incontro ai bisogni presenti e futuri delle persone più anziane solo migliorando l'ambiente in cui vivono.

Questi gli argomenti del seminario:

- il concetto di ambiente per tutte le età e i suoi ambiti (*attività 1 del Toolbox*);
- bisogni presenti e futuri delle persone più anziane nei loro contesti residenziali (*attività 2, 3, 4 del Toolbox*);
- governo e politiche locali: i poteri statutari e gli obblighi delle autorità locali e delle agenzie municipali, ruoli e responsabilità degli agenti di cambiamento, imprenditorialità locale.

Alla fine del seminario i partecipanti saranno in grado di:

- identificare gli ambiti AFE più significativi nel proprio quartiere;
- dare una valutazione al proprio quartiere secondo i parametri di 'quartiere per tutte le età';
- identificare i bisogni delle persone più anziane;
- identificare eventuali stakeholders per future collaborazioni.

Il workshop termina con una sessione conclusiva di valutazione, e fornendo al formatore spunti utili per la pianificazione dei successivi seminari.

3 workshops focalizzati su questioni di advocacy (3-4 ore)

Workshop 1

Sessione tematica

Come attivarsi nell'ambito degli 'ambienti per tutte le età'?

- Ageismo e stereotipi associati all'invecchiamento (*attività 6, 7, e 8 del Toolbox*).
- Introduzione all'advocacy e all'attivismo (*attività 5 del Toolbox*).
- Coinvolgimento e impegno personale (*Attività X del Toolbox* ('lenti di partecipazione civica')).

Sessione pratica

- Esercizi rompighiaccio.
 - Brainstorming sulle iniziative locali pilota oppure
 - presentazione di un'idea da parte dei trainers
 - progetti di gruppi di ricerca
 - Idee per progetti e possibili ruoli di advocacy: Mi piacerebbe attivarmi: come far sentire la mia voce sulle tematiche AFE?
- I partecipanti possono esprimere le loro idee per l'attività pilota o potrà essere il trainer a suggerire idee e contesto.
- Si propongono, da analizzare, alcuni esempi di buone pratiche dal Compendio del progetto.

Alla fine del workshop i partecipanti avranno:

- compreso i ruoli di Activists e Advocates;
- acquisito le competenze su come si crea consenso intorno a una tematica;
- sviluppato una forte motivazione per un impegno civile.

Ricerca sul campo e attività pilota fra un workshop e l'altro (Attività 11 nel Toolbox)

Workshop 2

Sessione tematica

Come raccogliere i diversi bisogni delle persone anziane?

- Rassegna dei diversi metodi d'indagine
- Analisi approfondita di un metodo
- Presentazione di esempi pratici

Sessione pratica

- Rispondere a questionari (Attività 12 nel Toolbox).
- Identificare gli stakeholders (Attività 13 del Toolbox).
- Preparare un piano d'azione (tematica, format, gruppo di riferimento/pubblico, tempistica) (Attività 14 del Toolbox).

Alla fine del workshop i partecipanti avranno:

- imparato i diversi tipi di strumenti per l'indagine;
- compreso il valore della documentazione raccolta durante le indagini;
- imparato a identificare e classificare gli stakeholders;
- imparato come preparare un action plan.

Ricerca sul campo e attività pilota (Attività 15 nel Toolbox)

Workshop 3

Sessione tematica

Come trasferire le informazioni dalle persone anziane agli stakeholders?

- Rassegna dei format di comunicazione e degli ostacoli alla comunicazione.
- Analisi approfondita di un format.
- Presentazione di esempi pratici.

Sessione pratica

Come sensibilizzare l'opinione pubblica?

- Rassegna dei diversi mezzi di comunicazione, e il loro utilizzo (Attività 16 del Toolbox).
- Come raggiungere il gruppo target (on-line, off-line, etc.).
- Implementazione finale dell'attività (per es. pubbliche relazioni, promozione).

Alla fine del workshop i partecipanti avranno:

- appreso i mezzi di comunicazione più comuni;
- compreso quali sono gli ostacoli alla comunicazione e adottato un proprio stile comunicativo;
- imparato come scegliere i mezzi e i metodi comunicativi più appropriati per trasmettere il proprio messaggio.

Ricerca sul campo e attività pilota

Sessione conclusiva e valutazione (3-4 ore)

Lo scopo del workshop conclusivo è di riflettere sull'intero corso, riassumere gli obiettivi e gli esiti dell'apprendimento e approvarne i risultati. Il riscontro dei partecipanti in merito al corso e all'autovalutazione delle competenze ottenute o migliorate viene raccolto mediante schede di valutazione, o interviste semi-strutturate. Il training per AFE Activists è indirizzato a discenti dai 65 anni in su, quindi non viene fornita alcuna certificazione delle competenze acquisite. I partecipanti, comunque, possono giudicare i risultati e identificare eventuali carenze conoscitive o la necessità di ulteriore training attraverso le schede di valutazione.

Alla fine del workshop i partecipanti saranno in grado di:

- riflettere sulla propria esperienza di apprendimento;
- identificare le proprie competenze e risultati;
- identificare le proprie lacune conoscitive/ulteriori bisogni di apprendimento.



Approccio e metodi utilizzati per il training

Il training progettato e testato all'interno del progetto AFE Activists è basato sull'apprendimento esperienziale e progettuale. La motivazione che porta gli adulti più anziani ad apprendere viene principalmente dall'uso pratico e dall'impatto che avrà l'apprendimento. Le connessioni personali sono essenziali per la loro motivazione e per il loro coinvolgimento nell'educazione permanente. Il contesto di apprendimento consentirà una varietà di input, che vanno dall'apprendimento tra pari alle discussioni tra trainer e partecipanti.

“Dovreste ascoltare attentamente quando gli anziani raccontano le loro storie di vita, perché hanno così tanto da dire”

Un partecipante di Hanau

Di seguito sono riportati i metodi utilizzati per conseguire gli obiettivi specifici del training per AFE Activists:

- Esercizi rompighiaccio per allentare la tensione e promuovere la comunicazione;
- Relazioni interattive per apportare informazioni nuove o aggiornate. Queste relazioni devono essere divise in sezioni per verificarne la comprensione, rispondere alle domande o fare riferimento alle esperienze dei partecipanti. Le relazioni devono essere corredate da esempi pratici;
- Casi di studio seguiti da discussioni stimolate da domande e produzione di idee per attività pilota;
- Attività a coppie o in gruppo per incoraggiare il coinvolgimento attivo e la condivisione delle responsabilità;
- Lavori di gruppo e discussioni plenarie per fare il punto sui risultati ottenuti;
- Mini progetti per attivare la collaborazione, la rete e la capacità decisionale;
- Riflessioni per sollecitare i riscontri da parte dei partecipanti e valutare i risultati.



I formatori

Il formatore avrà il compito di agevolare e sostenere i discenti anziani facendo riferimento alla loro esperienza personale e stimolarli a conseguire l'apprendimento nelle situazioni e nei contesti della vita reale. Man mano che il corso procede, i discenti iniziano ad apportare i loro contributi e diventano in questo modo co-autori del corso. Il trainer deve avere la competenza nella gestione delle dinamiche di gruppo. Preferibilmente, il corso sarà condotto da due trainer - uno, più esperto delle tematiche trattate, e l'altro, più qualificato nella gestione di gruppi. Saranno invitati dei relatori esterni con esperienza in alcuni settori AFE, ad es. dipendenti pubblici, esperti di accessibilità, manager di comunità, attivisti di lunga data, per illustrare le questioni, i processi e i metodi più significativi.

ESPERIENZE LOCALI

Lothar Hain, un dipendente pubblico dell'Ufficio per lo sviluppo urbanistico di Hanau, ha presentato una relazione sul lavoro di lobby e le relazioni pubbliche relative alle tematiche sugli anziani, specificando che per questa materia viene richiesta una conoscenza approfondita e la competenza specifica in merito ai casi presi in considerazione.

Viktoria Parisot and Vera Gallistl, ricercatrici in gerontologia sociale dell'Università di Vienna, hanno presentato un progetto di ricerca che si è focalizzato sulle barriere che incontrano gli anziani quando partecipano ad eventi culturali (teatro, concerti), sottolineando le differenze tra le varie categorie di anziani di Vienna.

In Lituania, le tematiche degli 'ambienti per tutte le età', come la progettazione intergenerazionale, l'invecchiamento in salute e i servizi di cura per gli anziani sono stati trattati dall'architetto Linas Tuleikis, dal capo del Club nazionale per la salute, Kristina Visagurskiene e Danutė Čibirauskaitė, esperta di tematiche sociali del lavoro.

A Roma, sono stati affrontati anche argomenti quali la cura dei malati di Alzheimer, da Marco Zummo, Presidente delle Strutture sanitarie 'Karol'; invecchiare in salute, da Salvatore Grammatico della Caritas; l'economia articolare, dalla terapeuta Giulia Vettori, proveniente dall'Università La Sapienza di Roma; lo sport per gli anziani, da Francesca Brienza, della UISP Sport per tutti; i servizi alla persona e i diritti inespressi, da Gabriella Venezia, dello SPI CGIL, sindacato dei pensionati; come difendersi dall'usura, da Luigi Ciatti, del Laboratorio nazionale Antiusura; la sicurezza nell'IT e il diritto alla privacy da Marcello Pistilli, della Fondazione Mondo Digitale, e come proteggere il proprio patrimonio, da parte del notaio Antonella Caridi.

Sede dei corsi

La sala usata per il corso di formazione deve essere abbastanza spaziosa da contenere gruppi di lavoro ad una distanza adeguata. Dovrà essere disponibile una lavagna a fogli mobili per il lavoro di gruppo, e pareti per appendere gli elaborati prodotti. Per alcuni esercizi è previsto movimento e partecipazione, così dovrà esserci spazio sufficiente. Per l'intervallo, è preferibile offrire frutta fresca e secca, e verdure, anziché i soliti biscotti, che possono avere un impatto negativo sull'attenzione.

La sala potrà variare per i successivi workshop o essere sempre la stessa, il che ha sicuramente dei vantaggi, in quanto le persone più anziane preferiscono i luoghi familiari, che sono più facili da ritrovare: conoscono la strada e quanto tempo ci metteranno per raggiungerla, possono usare la stessa sedia, sanno dove trovare le bibite.

Tenere un seminario in un luogo specifico in relazione al tema, può, d'altro canto, immergere da subito le persone nella materia e suscitare idee per le attività pilota.

ESPERIENZE LOCALI

I workshop dell'Aia, Roma, Kaunas e Vienna si sono tenuti tutti nella stessa sede: rispettivamente, la sala centrale della comunità Mandelaplein, la sala moderna dell'Università lituana dello sport, la sala municipale del II Municipio, e la sala riunioni del centro di ricerca culturale e sociale di queraum. A Kaunas i partecipanti hanno apprezzato particolarmente l'incontro con gli studenti prima della sessione.

La sessione introduttiva del training di Hanau si è tenuta nella sala comunale, per attirare più pubblico, mentre le sessioni tematiche si sono svolte nelle sale riunioni dei centri sociali del quartiere.

A Vienna, all'inizio della serie di workshop, è stata prevista una visita comune a un museo dell'Austria meridionale, dove era allestita una mostra sulla storia della mobilità e dello sviluppo urbano. Questo ha fornito l'occasione per conoscersi meglio e avviare i primi scambi di socializzazione.

A Kaunas, la sessione sull'attivismo si è tenuta nella Galleria d'arte 'Čiurlionis', nello spazio dedicato alle mostre sulle comunità.

Tempistica del corso

Lo schema presentato in questo manuale è stato usato nel corso pilota con adeguamenti specifici in base ai profili dei partecipanti e ai settori AFE più rispondenti al luogo in cui il corso si è svolto. Quindi è possibile apportare delle varianti rispetto alla metodologia descritta, a seconda delle tematiche affrontate, la conoscenza previa dell'argomento da parte dei partecipanti, il contesto locale e le iniziative pilota programmate dagli AFE Activists.

ESPERIENZE LOCALI

Il seminario introduttivo di Hanau si è tenuto in forma di evento informativo, e questo ha attirato un gran pubblico. A questo hanno fatto seguito tre workshop tematici di 4 ore ciascuno.

Il training che si è svolto all'Aia si è attestato sulla struttura originale progettata prima del corso pilota. In seguito sono stati svolti tre workshop di tre ore ciascuno, a cui hanno partecipato i membri del centro sociale Mandelaplein.

In Lituania, la sessione introduttiva è stata divisa in quattro incontri di un'ora su argomenti specifici relativi agli ambienti per tutte le età, introdotti da esperti del settore. A questi incontri hanno fatto seguito tre workshop tematici di tre ore ciascuno, con pausa caffè, che si sono tenuti ogni secondo lunedì del mese, nelle ore pomeridiane.

I sei incontri con i cinque AFE Activists volontari che si sono tenuti a Roma, - due amministrativi del II municipio e tre provenienti da due centri sociali anziani - hanno aiutato nell'orientamento dell'intero processo di training, che si è poi concretizzato nei tre workshop successivi.

I partecipanti al training di Vienna erano già a conoscenza del concetto di 'ambienti per tutte le età, il che ha permesso loro di condurre cinque seminari tematici ogni 5-6 settimane, la mattina, della durata di tre ore, con pausa caffè.

ESPERIENZE DI APPRENDIMENTO: VISITE DI STUDIO NELLE 'CITTÀ PER TUTTE LE ETÀ'

Il training formale del progetto AFE Activists è stato affiancato da visite di studio alle città age-friendly L'Aia e Udine, come eventi di apprendimento transnazionali con l'obiettivo di osservare e analizzare esempi di buone pratiche AFE.

Due partecipanti da ogni gruppo nazionale (tre dalla Germania), sono stati selezionati per ogni visita di studio. I criteri di selezione erano la conoscenza dell'inglese, le competenze comunicative, l'abilità nel discutere le tematiche relative a quanto presentato con i partner ospitanti e il gruppo internazionale, e la possibilità di assentarsi dal proprio paese per cinque giorni.

I compiti che dovevano affrontare erano la presentazione delle loro attività nelle comunità locali e le tematiche AFE, l'osservazione delle buone pratiche durante le visite delle istituzioni ospitanti, la riflessione su quanto appreso ogni giorno e la preparazione di una relazione di gruppo come sintesi dell'esperienza di apprendimento. Tale esperienza avrebbe dovuto poi essere trasferita a discenti coetanei negli incontri organizzati nel proprio paese.

Le visite di studio hanno risultati positivi sia per i partecipanti che per gli organizzatori.

I partecipanti hanno:

- rafforzato le abilità comunicative e di lavoro di gruppo;
- migliorato le loro competenze interculturali;
- acquisito l'abilità di immedesimarsi negli altri e comprendere prospettive diverse
- potenziato le proprie aspirazioni e le motivazioni;
- allargato le loro conoscenze in merito alle società dell'Unione Europea.

I benefici per gli organizzatori sono stati:

- l'opportunità di costruire network;
- incentivare la motivazione del proprio gruppo;
- una maggiore prospettiva internazionale;
- accrescere il proprio profilo all'interno della comunità locale;
- evidenziare i risultati ottenuti.

A causa dell'emergenza causata dal Covid 19, la prevista visita di studio a Udine, programmata per il 2-6 marzo 2020 è stata cancellata una settimana prima della partenza. Ciononostante, il programma era già pianificato nel dettaglio, e le iniziative 'per tutte le età' già selezionate per essere presentate ai partner. Gli esempi relativi a un 'ambiente per tutte le età' compresi nel programma della visita di studio e le conclusioni dell'apprendimento esperienziale sono descritti nel Manuale dell'esperienza AFE scaricabile dal sito web del progetto.

Il progetto AFE ha usato la dimensione internazionale per visite di studio nelle città age-friendly, ma gli utenti del corso possono invece individuare e visitare iniziative nazionali, locali e di quartiere, che evidenzino altrettanto bene delle pratiche age-friendly di alto livello.

"I risultati e le esperienze del nostro viaggio di studio mi hanno colpito profondamente. Vorrei continuare su questa strada anche nel mio ambiente."

Una partecipante di Hanau

"Ho trovato interessante la varietà degli incontri. Abbiamo raccolto diverse idee per il nostro lavoro."

Una partecipante di Hanau



ATTIVITÀ PILOTA PROGRAMMATE E REALIZZATE

Ambiti AFE e tematiche affrontate

Le attività pilota programmate e/o implementate dai partecipanti al progetto hanno presentato una vasta gamma di tematiche, livelli diversi di sensibilizzazione in merito al concetto di 'ambiente per tutte le età' e gradi diversi di maturità civica tra i partecipanti. Le attività pilota rientravano nei seguenti ambiti di 'ambiente per tutte le età' e affrontavano le relative problematiche:

Ambiti AFE	Problematiche affrontate
<ul style="list-style-type: none">● Impegno civico● Spazi esterni● Inclusione sociale e non-discriminazione● Partecipazione sociale● Comunicazione e informazione	<ul style="list-style-type: none">● Insufficienti aree per sedersi all'esterno● Carenza di spazi per eventi all'interno della comunità● Barriere architettoniche per l'accesso degli eventi culturali● Poca consapevolezza dei limiti fisici dei clienti anziani da parte dei commercianti● Scarso impegno civico degli anziani● Scarso attenzione ai bisogni degli anziani

Le attività pilota relative agli ambiti degli 'ambienti per tutte le età' sono descritte qui sotto iniziando dai bisogni di base, come le aree per sedersi nei luoghi pubblici, fino a questioni più complesse, come l'impegno civico e i diritti delle persone più anziane.

La questione della scarsità di aree per sedersi negli ambienti esterni è stata sollevata all'Aia, a Kaunas e Vienna. I membri del centro sociale Mandelaplein hanno espresso l'esigenza di avere più panchine per la strada e in prossimità del loro condominio mentre sono in attesa del pulmino, e hanno discusso come poterle ottenere. Alla fine il gruppo ha deciso che uno dei partecipanti avrebbe contattato i negozi limitrofi, per chiedere di poter usare le loro sedie, e un altro avrebbe chiesto all'impresa edile di installare delle panchine nell'androne dell'edificio centrale.

I partecipanti di Kaunas hanno espresso la loro delusione in seguito alla ristrutturazione dei parchi della loro città. Nessuno dei tre parchi recentemente rinnovati nei quartieri più densamente popolati della città, dove vive la maggioranza degli anziani, ha panchine all'aperto in cui possano sedersi. Ci sono molti eventi sociali in cui si esibiscono gruppi amatoriali, e quindi c'è scarsità di posti a sedere per poterli seguire. Sfortunatamente, le comunità locali non sono state coinvolte nella pianificazione della ristrutturazione dei parchi urbani e quindi il problema dei posti a sedere è rimasto irrisolto. I partecipanti

hanno solo espresso la loro preoccupazione durante la discussione, senza arrivare ad alcuna decisione; si sono comunque impegnati a trasferire l'informazione ottenuta durante il training alla loro comunità locale e hanno iniziato una discussione allargata sulla necessità di strutture esterne in previsione dei progetti di ristrutturazione di altri parchi.

Un altro progetto AFE Activist, chiamato 'Nimm Platz' (simile all'iniziativa 'Take a Seat' di Nottingham, in Gran Bretagna), ha l'obiettivo di sensibilizzare sulla tematica delle panchine: per ottenerne di più, il gruppo è entrato in contatto con una grande catena di supermercati austriaci e con il servizio trasporti, suggerendo l'aggiunta di panchine in alcune stazioni della metro. È stato organizzato un incontro tra il gruppo di attivisti AFE e un rappresentante della SPAR di Vienna, ma si è dovuto cancellare a causa dell'emergenza Coronavirus. I partecipanti hanno individuato i responsabili, hanno inviato lettere con descrizioni accurate (con l'aggiunta di foto), e hanno organizzato degli incontri individuali.

"Io pensavo che le limitazioni fisiche dovute all'età fossero solo un mio problema. Ora vedo che il problema sta piuttosto in un ambiente non consono."

Una partecipante di Kaunas



Limitazioni fisiche dei consumatori più anziani

Un'altra iniziativa, che ha visto la collaborazione con la SPAR di Vienna, ha trattato delle limitazioni fisiche dei consumatori più anziani. Non solo l'acquisto di prodotti e servizi da parte dei cittadini anziani, ma anche l'indotto connesso alle loro esigenze più generali di consumatori contribuisce all'economia nel suo complesso. Ciononostante, i clienti di età più avanzata hanno varie limitazioni fisiche che impediscono loro di muoversi facilmente. Per sensibilizzare maggiormente sulle difficoltà che devono affrontare nei supermercati, tre attivisti AFE hanno stretto una collaborazione tra la SPAR Academy, dove si addestrano i futuri addetti della catena, e privati che forniscono la tuta Gert - una tuta di simulazione della vecchiaia. L'uso della tuta Gert sarà previsto nei programmi futuri della SPAR Academy.

Gli attivisti AFE hanno contattato le due aziende per organizzare degli incontri. Un primo incontro è stato svolto tra i responsabili, compresi alcuni dipendenti SPAR, e le ditte fornitrici della tuta Gert. Il prossimo passo sarà l'effettivo uso della tuta Gert nel programma della SPAR Academy.

Le barriere per l'accesso agli eventi culturali

Una partecipante al training AFE Activists lavora a Vienna come volontaria nel Museo Belvedere. Durante il progetto ha riflettuto su come sensibilizzare sull'accessibilità al museo per migliorare le visite da parte degli adulti più anziani e persone con difficoltà di deambulazione. Ha quindi individuato i responsabili del museo, ha parlato con il personale e sta orga-

nizzando un incontro e un workshop sulla tematica dei 'musei accessibili' per un evento all'ICOM (Consiglio internazionale dei Musei di Vienna) che si terrà nella primavera del 2020.

Un altro progetto nella città di Vienna ruota attorno a una piattaforma di volontariato per l'aiuto di adulti anziani con difficoltà di deambulazione che vogliono recarsi a eventi culturali (musei, concerti, teatro dell'Opera). Il progetto sarà organizzato in collaborazione con „Hilfswerk Wien“, che ha una lunga esperienza nel settore. Una prima bozza è già pronta e sono state contattate alcune istituzioni culturali. Inoltre, si è discusso come trovare delle opportunità di finanziamenti, ad esempio con il Ministero federale degli affari sociali.

Verifica della pedonabilità

Due partecipanti del training AFE Activists di Kaunas hanno elaborato un programma per usufruire delle attività di Nordic walking come prove di pedonabilità. Un gruppo di signore anziane della comunità di Petrasaiunai facevano attività fisica nel centro sociale da 15 anni. Poi il centro è stato chiuso come risultato del programma di riorganizzazione da parte delle autorità locali. Le signore hanno quindi deciso di fare Nordic walking all'aperto, invece che ginnastica al chiuso: hanno contattato un'istruttrice di Nordic walking di un altro quartiere per un workshop, hanno progettato dei percorsi in ambedue i quartieri, da sfruttare a turno ogni due settimane, oltre a un programma di visite culturali e alla possibilità di verifica della pedonabilità durante il percorso. Il programma comprende anche altre attività sociali tra i due gruppi.

Sicurezza a casa, per la strada, nei negozi

Durante il training per AFE Activists, i partecipanti hanno più volte espresso la preoccupazione per quanto riguarda la sicurezza, sia a casa, che per le strade e nei negozi del quartiere. Le problematiche sulla sicurezza sono svariate: truffe a danno degli anziani in casa, rischio di cadute nella propria abitazione, borseggi per strada. Nella valutazione del corso con la direttrice del centro sociale Mandelaplein, Marjie Talstra, il gruppo ha affrontato anche la tematica della sicurezza. La direttrice ha raccolto la richiesta e ha promesso un incontro a marzo 2020. L'incontro con la Croce Rossa e un esperto sulle truffe è stato fissato per il 18 marzo, ma a causa del Covid 19 è stato posticipato all'autunno 2020.

Osservazione e rapporto sulla qualità dei servizi municipali

I partecipanti dell'Aia hanno identificato come ulteriore tematica la cattiva qualità del servizio di taxi locale per le persone con disabilità. Il servizio lavora su richiesta: prenotandolo almeno 1 o 2 ore prima, il taxi porta le persone ad appuntamenti con medici e ospedali, dà la possibilità di visitare gli amici e i parenti e di andare a eventi culturali. Il comune garantisce una licenza di 5 anni alle compagnie di taxi che rispondano ad un bando di gara. Il servizio è attivo da un anno, ma già molti utenti hanno avuto modo di lamentarsi per le attese di più di un'ora, per i ritardi agli appuntamenti medici o agli eventi culturali, e infine, per la maleducazione degli autisti. Si possono fare reclami online, e chiunque non abbia internet può usare i moduli appositi disponibili in comune.

Il gruppo di partecipanti ha deciso di inviare i moduli con le loro lamentele, dopo averli raccolti nei primi mesi del 2020.



Aumentare l'impegno civico dei più anziani

I cittadini più anziani di Hanau dovrebbero diventare più attivi nel loro impegno per 'ambienti per tutte le età'. A questo proposito, uno studio progettato da cittadini attivi, si propone di fornire informazioni sulle tematiche e sulle condizioni generali che dovrebbero agevolare la partecipazione attiva dei più anziani.

Lo studio è stato condotto a livello di comunità. 150 cittadini anziani vi hanno preso parte, e i risultati sono stati analizzati e presentati a stakeholder influenti a livello politico e amministrativo durante l'evento pubbli-

co conclusivo del progetto AFE Activists. Un istituto di ricerca sociale ha collaborato nell'elaborazione dello studio, che è stato condotto per 6 mesi da 12 volontari senior con l'aiuto di due dipendenti pubblici.

"Per me è importante che il nostro studio venga analizzato e i suoi risultati riferiti ai comitati."

Una partecipante di Hanau

I diritti inespressi dei cittadini anziani

UI diritti inespressi sono i diritti ugualmente salvaguardati di cui i cittadini non sono necessariamente consapevoli.

I cittadini più anziani, specialmente quelli particolarmente svantaggiati, non si avvalgono dei loro diritti alla pensione o a speciali benefici perché non ne sono pienamente consapevoli.

Durante uno dei workshop che si sono tenuti a Roma, la proposta di aprire uno sportello per informazione sui diritti inespressi delle persone anziane ha suscitato grande interesse ed è stato programmato dopo l'estate 2020 da parte del II Municipio con le seguenti caratteristiche:



Mitwirkung älterer Menschen in Hanau

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Im Rahmen des EU-Projekts „Age-friendly Environments Activists“ können sich alle Hanauer Bürgerinnen und Bürger 60+ an der Online-Umfrage zu ihrer Teilhabe und Interessenvertretung in Hanau beteiligen. So können Sie direkt bei der Gestaltung einer altersgerechten Lebensumwelt in Hanau mitwirken.

Zur Online-Umfrage gelangen Sie über www.hanau.de

Sie haben kein Internet?
Wir helfen Ihnen im Seniorenbüro:
08. und 22. November
13. Dezember 2017
10. und 24. Januar 2018
von 13.00-15.30 Uhr
(PC-Raum 106) - ohne Anmeldung.

Seniorenbüro Hanau
Karin Dunkel, Tel. 06181 66820-50
E-Mail: karin.dunkel@hanau.de

Freiwilligenagentur Hanau
Iris Fuchs, Tel. 06181 66820-53
E-Mail: iris.fuchs@hanau.de

Wenn das nicht klappt,
rufen Sie uns bitte an.

Informationen zum EU-Projekt
ISIS Sozialforschung, 60486 Frankfurt
Dr. Karin Stiehr, Tel. 069 2648650



A. Orario: Due volte a settimana, per la durata di due ore, verrà aperto uno sportello per informare le persone anziane sui loro diritti inespressi, in modo specifico sulle modalità e aggiornamenti della propria pensione, per aiutarli a farne richiesta e sapersi muovere nei meandri burocratici.

B. Risorse umane: lo sportello sarà condotto da 3 collaboratori di SPI - CGIL, il maggiore sindacato dei pensionati italiani, e ospitato da un centro anziani del II Municipio.

C. Risorse finanziarie: I costi del personale SPI - CGIL, le spese burocratiche e i costi suppletivi saranno a carico del sindacato e del centro sociale.

“Ho sentito parlare di ‘diritti inespressi’ per la prima volta: adesso andrò a fare un controllo anche sulla mia pensione.”

Un partecipante di Roma

Una bozza di linee-guida per rafforzare la partecipazione delle persone anziane nelle politiche sociali del II Municipio

A seguito del training di AFE Activists a Roma, l'Assesora alle Politiche Sociali ha annunciato di voler avviare gli *Stati generali* del II Municipio, per iniziare la stesura delle linee-guida sulle priorità nelle politiche sociali assieme con i cittadini più anziani.

L'idea è quella di raccogliere i loro suggerimenti e priorità e scrivere le linee-guida insieme, cercando di considerare il più possibile i bisogni e le proposte delle persone anziane, e rendere così il II Municipio Roma alla portata di tutte le età.

Gli *Stati generali* sono previsti in due sessioni, ognuna della durata di due ore, con un intervallo, con la partecipazione di partecipanti selezionati provenienti dai centri sociali anziani del Municipio, rappresentanti del terzo settore e dei sindacati dei pensionati.

Durante la prima sessione, dopo i saluti da parte delle autorità del Municipio, e un primo scambio di interventi, verranno distribuite delle schede per mappare la situazione attuale e raccogliere proposte.

Nella seconda sessione i rappresentanti del Municipio presenteranno le linee-guida, che saranno successivamente discusse, corrette e alla fine approvate con l'approvazione del Presidente del Municipio.

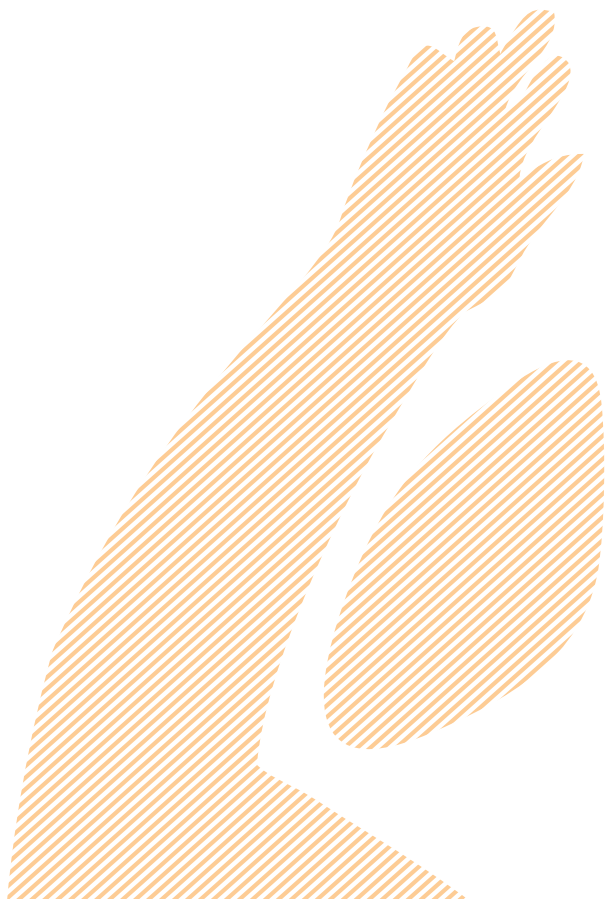
“Durante gli Stati Generali proporrò di creare più piste ciclabili, e parcheggi per bici: andare in bici fa bene alla salute e a non avere inquinamento in città.”

Una partecipante di Roma

Coinvolgimento degli stakeholders

Le attività pilota pianificate e implementate hanno coinvolto un alto numero di persone, organizzazioni e istituzioni, il che dimostra le migliorate competenze dei partecipanti nell'identificazione degli stakeholders e stabilire dei contatti con loro. Tra gli altri, sono stati coinvolti i seguenti stakeholders:

- Consiglio dei cittadini senior, Ufficio per la terza età, Agenzia per il volontariato e Dipartimento demografico municipale;
- Supermercati SPAR, Wiener Linien (Azienda per il trasporto pubblico di Vienna)
- Museo Belvedere, ICOM
- Hilfswerk Wien, musei, teatri, Teatro dell'Opera;
- Assessorato alle Politiche sociali del II Municipio di Roma;
- Caritas e UISP Sport per tutti;
- SPI-CGIL, sindacato dei pensionati; Ambulatorio Antiusura; Fondazione Mondo Digitale;
- Croce Rossa;
- Negozi e cooperative edilizie;
- Dipartimento dello sviluppo urbanistico di Hanau;
- Ufficio per la terza età di Hanau;
- Agenzia per il volontariato di Hanau.



CONCLUSIONI E RACCOMANDAZIONI

Diventare una 'città per tutte le età' è un processo strutturato e formale che l'amministrazione della città intraprende con un approccio top-down. La buona notizia è che molti dei servizi e delle risorse di cui ha bisogno una 'città per tutte le età' già si trovano in loco, devono soltanto essere integrati e connessi nel modo migliore.

Il programma del training che presentiamo dimostra che i cittadini anziani possono essere formati attraverso l'approccio bottom-up.

La creazione di 'città e comunità per tutte le età' è un lavoro di squadra, che normalmente si concretizza con un approccio top-down da parte di funzionari e politici eletti, in base alla metodologia e le linee-guida dell'OMS.

Il progetto AFE Activists propone invece un approccio bottom-up, e si concentra sulla sensibilizzazione, sulla partecipazione attiva delle persone anziane e sull'advocacy.

Il training descritto in questo manuale è passato attraverso un test pilota con persone anziane più o meno attive, ma può essere adattato e utilizzato da diversi tipi di organizzazioni con interessi specifici - il Consiglio per i cittadini anziani, l'associazione proprietari di immobili, comunità. Le tematiche del programma presentate nel corso pilota sono state selezionate appositamente per discenti anziani e possono essere sostituite, ampliate o ridotte in risposta a mutate esigenze organizzative.

Se qualcuno rientra in termini di età, questo non vuol dire che rifletta le caratteristiche 'tipiche' di un gruppo: ci possono essere differenze nel bagaglio culturale, negli interessi e nelle esperienze. I gruppi di partecipanti saranno costituiti in base al livello di istruzione, alla volontà di impegnarsi in un ambito AFE, e il corso quindi verrà modulato in base a queste premesse.

Il primo requisito è essere sensibili al concetto di 'ambiente per tutte le età' e comprendere la differenza tra un ambiente AFE e un altro non-AFE; solo dopo si possono introdurre azioni di advocacy e di attivismo.

La durata ottimale dei workshop pilota è stata di tre ore, con pausa caffè.

La trasmissione di informazioni e conoscenze dovrebbe essere corredata da numerosi esempi tratti dal Compendio di Buone Pratiche e dal Manuale di Sperimentazione AFE, se i gruppi non hanno ben chiaro il concetto di 'ambiente per tutte le età'.

La poca dimestichezza con l'informatica può essere un limite, perché i partecipanti possono non conoscere la varietà di soluzioni e metodi adottabili nell'ambito dei loro interessi o per affrontare le tematiche (social media).

Per gruppi con limitata esperienza di advocacy possono essere utili visite a comitati di quartiere o organizzazioni attive in un settore.

Alcune tematiche del corso possono essere trasferite ai programmi di studio di operatori sociali, architetti, urbanisti o nei programmi di sviluppo professionale degli operatori sociali.



TOOLBOX

Workshop iniziale

Introduzione al concetto di 'ambiente per tutte le età' e ambiti correlati

Attività 1	Tipologia delle 'città per tutte le età': Quanto è 'age-friendly' la tua città?
Obiettivi	L'elenco delle 'Caratteristiche essenziali di un ambiente favorevole agli anziani' elaborato dall'OMS introduce gli ambiti chiave utili per valutare l'ambiente. L'elenco stimolerà le riflessioni dei partecipanti su quanto la propria città sia 'per tutte le età' e li aiuterà a identificare le problematiche che necessitano di una soluzione.
Materiali richiesti	<ul style="list-style-type: none">• Copie dell'elenco OMS• Fogli mobili (v. figura sotto), pennarelli
Procedimento	<ol style="list-style-type: none">1. Distribuire copie dell'elenco OMS. I partecipanti dovranno sottolineare le tematiche principali di ogni ambito.2. Scegliere due persone per ambito e chiedere loro quali tematiche abbiano selezionato, scriverle sul foglio e chiedere al gruppo di commentare la situazione nella loro città.
Durata	30 Minuti (10 minuti per la scelta delle tematiche, 20 minuti per la discussione)
Tips & Tricks for Trainers	L'elenco OMS si può scaricare da: http://www.who.int/ageing/publications/Age_friendly_cities_checklist.pdf

Riflessione sulle esigenze delle persone anziane nel luogo di residenza dei partecipanti

21

Attività 2	Controlla il tuo quartiere!
Obiettivi	The aim of this exercise is to get aware of the different aspects of an age-friendly public space, to reflect on barriers and potentials and to see good/bad practices in their own living environment.
Materiali richiesti	Lo scopo dell'esercizio è sensibilizzare sui diversi aspetti di spazio pubblico age-friendly, riflettere sulle barriere che presenta e sulle sue potenzialità, e vedere le buone/cattive pratiche nel loro contesto.
Procedimento	<p>I partecipanti ricevono le linee-guida "Unterwegs im Leben. Denkanstöße für eine altersgerechte Gestaltung des öffentlichen Raums", che contengono un elenco di criteri per creare un 'ambiente per tutte le età', specificando le 6 dimensioni di spazio pubblico age-friendly: camminare, muoversi in bici/macchina/trasporti urbani, sapersi orientare, fare una pausa, sentirsi sicuri e partecipare. Inoltre, le linee-guida presentano un elenco per ogni dimensione che analizza aspetti e considerazioni diverse.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Viene chiesto ai partecipanti di valutare il loro quartiere sulla base di questi elenchi: poi a coppie discuteranno una di queste dimensioni (ad es. camminare). Ogni persona dà una valutazione del proprio elenco su una scala da 1 a 10.2. Alla fine, ogni dimensione verrà valutata da due persone. Nella sessione plenaria ogni coppia presenterà e discuterà le proprie valutazioni, a cui seguiranno i commenti degli altri.
Durata	Riflessione in coppia: 20 minuti. Discussione plenaria: 40 minuti
Suggerimenti per i formatori	Le linee-guida si possono scaricare qui (disponibili solo in tedesco): http://www.queraum.org/node/157

Attività 3	Gioco di dadi AFE
Obiettivi	Riflettere sull'ambiente in cui viviamo.
Materiali richiesti	Dadi, cartoncini per le domande.
Procedimento	<p>Definire 6 domande, numerarle e iniziare a giocare. Ogni volta che un partecipante tira i dadi, è invitato a rispondere alla domanda che corrisponde al numero che esce. Le domande potrebbero essere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qual è la cosa più bella del tuo quartiere? • Che cosa ti rende fiero della tua casa? • Che cosa potrebbe essere migliorato nel tuo quartiere? • Che cosa potrebbe essere migliorato, nella tua casa?
Durata	Flessibile, in base all'evoluzione del gioco.

Workshop 1

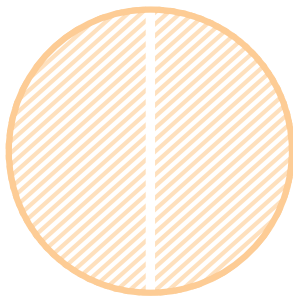
Riflessione sull'invecchiamento, la discriminazione basata sull'età (ageism) e gli stereotipi

Attività 4	Immagini della vecchiaia
Obiettivi	<p>I bisogni delle persone anziane sono diversi e molteplici. Per questo motivo è importante avere un'ampia prospettiva del significato di 'invecchiamento' e 'persona anziana', per:</p> <ul style="list-style-type: none"> • riflettere sugli stereotipi che provocano aspettative su tipicità e comportamenti legati alla vecchiaia. • acquisire un'idea diversa di chi è vecchio, di che cosa significhi essere vecchio. • riconoscere i bisogni diversi delle persone anziane.
Materiali richiesti	<ul style="list-style-type: none"> • Immagini/ pubblicità/video su stereotipi sulle persone anziane • Immagini/ pubblicità/video alternativi delle persone anziane <p>Filmati che possono essere d'ispirazione:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Giovani dentro“: su un coro formato da persone anziane https://www.youtube.com/watch?v=CjnfoFg7i7g&t=6s • "Und a jedes Leben is anders": film austriaco • "Blessing of Ageing" https://www.itsnicethat.com/articles/jenny-schweitzer-the-blessings-of-ageing-film-170119
Procedimento	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mostrare degli stereotipi tipici della vecchiaia e aprire una discussione con le seguenti domande: <ul style="list-style-type: none"> • Quali stereotipi degli anziani vengono utilizzati nei media (stampa, pubblicità)? Quali caratteristiche e modelli di comportamento mostrano o provocano? • Quali effetti hanno tali stereotipi sul modo di pensare e sui comportamenti rispetto alle persone anziane? • Quali effetti hanno tali stereotipi sulle persone anziane stesse? 2. Mostrare altri materiali con immagini diverse di persone anziane 3. Continuare la discussione e riflettere sulle seguenti domande: <ul style="list-style-type: none"> • A che età le persone sono considerate vecchie oggi? • Percezione di sé: che cosa significa essere vecchio?
Durata	60 minuti

Attività 5	Prime impressioni
Obiettivi	<ul style="list-style-type: none"> ● Mettere a confronto le impressioni diverse che hanno le persone sugli altri. ● Esplorare come le passate esperienze incidano sulle nostre prime impressioni. ● Far riflettere come le nostre impressioni influenzino il nostro comportamento verso gli altri.
Materiali richiesti	<ul style="list-style-type: none"> ● Immagini, prese da riviste, di persone che abbiano dei visi interessanti, diversi, particolari. ● Incollarle in alto a fogli di carta, lasciando molto spazio sotto di loro. Preparare una scheda per ciascun partecipante. ● Penne / matite, una per ciascun partecipante.
Procedimento	<p>Disporre i partecipanti in circolo e distribuire le schede con le immagini e chiedere di guardare la foto e di scrivere IN FONDO ALLA PAGINA la loro prima impressione sulla persona.</p> <p>Ora chiedere di piegare il fondo della pagina per nascondere quello che hanno scritto e di passare il foglio alla persona successiva. Chiedere di osservare la seconda immagine e scrivere la loro prima impressione in fondo alla pagina, immediatamente sotto alla piegatura precedente, piegare di nuovo la pagina e passare il foglio alla persona successiva.</p> <p>Ripetere le operazioni finché non si esaurisce il giro e ogni persona ha osservato tutte le immagini. Aprire i fogli e mettere a confronto le prime impressioni. Discutere su quanto è accaduto e su cosa si è imparato:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● come gruppo ● ci sono state delle sorprese? ● su che cosa si sono basate le prime impressioni? <p>Condividere degli esempi di situazioni in cui avete avuto una prima impressione decisamente sbagliata di qualcuno. Quali conseguenze ha avuto questo? Che cosa ci rivela questa esperienza su di noi?</p>
Durata	30 minuti
Suggerimenti per i formatori	<p>Prima di iniziare assicurarsi che tutti abbiano compreso le istruzioni. Potrebbe essere utile far vedere dove le persone devono scrivere e come piegare la pagina.</p> <p>Far girare i fogli velocemente, non far pensare troppo a lungo: è la prima impressione che conta.</p> <p>Evitare di scegliere immagini di gente famosa.</p> <p>Riferimenti utilizzabili: il pacchetto educativo della campagna del Consiglio d'Europa e della Commissione europea "Tutti diversi- Tutti uguali".</p>
	

Attività 6	Conversazione sull'invecchiamento
Obiettivi	Avviare una discussione sull'invecchiamento tra i partecipanti per scoprire quali ambiti AFE siano più importanti per loro, e quali siano i bisogni e le aspettative correlati. L'attività può anche essere condotta durante le interviste a giovani sulle tematiche dell'invecchiamento.
Materiali richiesti	<ul style="list-style-type: none"> ● Origami Chatterbox/gioco dell'indovino precedentemente preparato, uno ogni due partecipanti ● Post-it ● Un foglio grande e una lavagna per attaccare i post-it, pennarelli
Procedimento	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dividere i partecipanti in coppie. 2. Distribuire un chatterbox per coppia. 3. Un partecipante lavora con il chatterbox, mentre il suo compagno sceglie il colore. Il formatore mischia le carte nel chatterbox e legge le domande, a cui rispondono gli altri partecipanti. Chi ascolta annoterà sui post-it le parole chiave tratte dalle risposte. 4. Si scambiano i ruoli. 5. I post-it vengono ora inseriti in uno degli 8 ambiti AFE sulla lavagna. 6. L'attività termina con una discussione di gruppo.
Durata	30 minuti (10 minuti per giocare con il chatterbox, 20 minuti per la discussione)
Suggerimenti per i formatori	<p>La sagoma del chatterbox può essere scaricata qui: https://www.communities.qld.gov.au/seniors/queensland-age-friendly-community/age-friendly-toolkit/tools-resources/chatterbox-tool</p> <p>oppure a pag. 45 della pubblicazione https://www.communities.qld.gov.au/resources/dcdss/seniors/age-friendly-community/qld-age-friendly-toolkit.pdf</p> <p>Il formatore può formulare le domande in base ai bisogni del gruppo.</p>

Attività 7	Riflessioni sui possibili ruoli e attività dei partecipanti nell'advocacy
Obiettivi	Riflettere sui diversi ruoli dell'advocacy. Discutere le preferenze dei partecipanti in merito a ruoli e campi di attività nell'ambito dell'advocacy.
Materiali richiesti	Immagini di situazioni di advocacy (su un foglio mobile), fogli mobili, pennarelli.
Procedimento	<p>Vengono scelte quattro immagini, ad es.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● qualcuno parla per conto di un altro, ad es. dicendo che è arrivato prima di te nella fila aspettando di essere servito ● avvocati che difendono il loro cliente ● attivisti durante una dimostrazione ● qualcuno che distribuisce volantini <p>Le immagini vengono sistemate in ognuno degli quattro angoli della sala. Ogni partecipante sceglie un'immagine, si avvicina e spiega che cosa gli piace/non gli piace nel ruolo di quel difensore, cosa c'è di speciale e se ricorda di essersi trovato in una situazione simile. In un foglio accanto all'immagine, la persona scriverà le sue considerazioni.</p>
Durata	40 minuti

Attività 8	Focus sulla partecipazione attiva
Obiettivi	Riflettere sulle modalità di impegno e partecipazione attiva. Identificare gli ambiti più idonei di attività.
Materiali richiesti	Immagini che illustrano forme diverse di impegno e partecipazione attiva (stampati su foto digitali, o ritagli di giornali), fogli mobili, pennarelli
Procedimento	<p>1. Dare ai partecipanti alcune definizioni di impegno e partecipazione attiva: La partecipazione attiva comprende una vasta gamma di attività formali e informali, vale a dire il coinvolgimento attivo per il bene comune. Gli esempi includono il votare, il volontariato, la partecipazione in attività di gruppo. Alcune sono attività individuali che vanno a beneficio della società (come le votazioni), o attività di gruppo a beneficio dei membri del gruppo (ad es. il giardinaggio nella comunità), oppure della società (ad es. le organizzazioni di volontariato). Illustrare degli esempi di partecipazione attiva mediante foto, video, esempi di infografica.</p> <p>2. Fare una lista di domande in merito alla partecipazione attiva, ad es. relative a un sondaggio sulla partecipazione attiva o sugli indici di empowerment (ad es. http://www.civitas.it/en/research/civic-empowerment-index/):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Fare volontariato. ● Lavorare su un progetto per la comunità. ● Fare una donazione a un gruppo o a una causa sociale. ● Frequentare gruppi di quartiere. ● Lavorare per conto di un gruppo o per una causa sociale. ● Fare opera di sensibilizzazione per una tematica comune di tuo interesse. ● Partecipare a eventi culturali o sportivi locali. ● Partecipare a incontri in comune o a udienze pubbliche. ● Far circolare petizioni in supporto di una causa o di un candidato. ● Contattare un funzionario pubblico o un partito politico. ● Votare in caso di elezioni politiche. ● Scrivere una lettera ai giornali su una tematica locale. <p>3. Chiedere ai partecipanti di disegnare un cerchio con una croce all'interno e scrivere in ogni spicchio un esempio di partecipazione personale.</p> <p>4. Chiedere di riflettere su quanto la comunità o la persona stessa possano trarre giovamento dalla partecipazione.</p> <div style="text-align: center;">  </div>
Durata	40–60 minutes
Suggerimenti per i formatori	Survey questions used for making civic participation, civic empowerment indexes may be used (e.g., http://www.civitas.it/en/research/civic-empowerment-index/) ²¹ :

<p>Attività 9</p>	<p>Come si possono influenzare le decisioni politiche?</p>
<p>Obiettivi</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendere le diverse modalità per promuovere un ambiente per tutte le età. • Essere incoraggiati a mettere in pratica nuovi modi di influenzare le decisioni politiche. • Comprendere il proprio livello di impegno.
<p>Materiali richiesti</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Risultati di un sondaggio sulla partecipazione politica. • Fogli mobili per appendere i risultati. • Adesivi in numero sufficiente per ciascun partecipante.
<p>Procedimento</p>	<p>Esporre i risultati di un sondaggio rappresentativo sulla partecipazione politica in Germania: https://www.bertelsmannstiftung.de/fileadmin/files/user_upload/Politik_beleben__Buerger_beteiligen.pdf. Selezionare i punti di interesse, come la partecipazione alle elezioni, un referendum, un gruppo politico, una lobby, un comitato di azione cittadino, una ricerca online o una petizione, una manifestazione, un gruppo di consulenza per i decisori politici locali. Tutti questi punti vengono trascritti su un poster. I partecipanti, se vogliono, vengono invitati ad attaccare gli adesivi sul lato destro del poster, se hanno esperienza di una di queste pratiche. In caso contrario, attaccheranno gli adesivi sul lato sinistro. Si raccomanda di sistemare la lavagna in un punto appartato, e fare l'esercizio durante la pausa caffè, in modo che sia lasciata a ognuno la libertà di esprimersi. Alla fine del sondaggio, vengono tratte le conclusioni e confrontate con i risultati rappresentativi. Dato che gli AFE Activists probabilmente sono più coinvolti nelle tematiche del welfare, il loro livello di impegno può essere maggiore di quello del pubblico in generale. Un'ora, con intervalli per l'attuazione del sondaggio e 15 minuti per la condivisione in plenaria.</p>
<p>Illustration</p>	 <p>The illustration is a hand-drawn chart on a white background. At the top, it is titled 'Welche Formen von politischer Beteiligung werden praktiziert oder kommen für mich in Frage? Welche kommen nicht in Frage?'. Below the title, there are three columns: 'Habe ich schon einmal gemacht oder käme für mich in Frage' (I have already done it or it would be for me), 'Formen der Beteiligung' (Forms of participation), and 'Kommt für mich nicht in Frage' (Does not come for me). The chart lists 14 forms of participation, each with a row of blue dots indicating the frequency of use or interest. The forms listed are: Teilnahme an Wahlen, Volksentscheid - Bürgerbegehren, Abstimmung über Infrastrukturprojekte, Teilnahme an einer Bürgerversammlung, Mitgliedschaft in einem Interessenverband, Beschwerde/Eingabe bei Abgeordneten, Online-Umfrage im Internet, Beratungen über kommunalen Bürgerhaushalt, Teilnahme an Demonstration, Elektronische Petition, Teilnahme an einem Bürgerforum/Zukunftswerkstatt, Mitgliedschaft in einer Bürgerinitiative, Mitwirken in einer Partei ohne Mitgliedschaft, Mitgliedschaft in einer Partei, and Einsätze als Sachkundiger Bürger im Rat.</p>
<p>Durata</p>	<p>Break time (recommended for survey) 15 minutes for report on results</p>

Attività 10	Analisi SWOT, Strengths, Weaknesses, Opportunities, and Threats (Punti di forza, punti di debolezza, opportunità e rischi)																		
Obiettivi	<p>I partecipanti, di cui alcuni possono già essere esperti, valuteranno assieme le iniziative intraprese in precedenza dagli altri, per individuarne i punti di forza e i punti deboli dal punto di vista intrinseco, e le opportunità e i rischi (estrinseco). In questo modo tutti i partecipanti possono trarre beneficio dall'esperienza e cogliere suggerimenti per le successive attività.</p>																		
Materiali richiesti	<p>Una parete su cui appuntare le iniziative da valutare. Cartoncini di quattro colori, penne.</p>																		
Procedimento	<p>Le persone che già hanno attuato delle iniziative le presentano, delineandone gli obiettivi, monitoraggio e risultati. Gli altri partecipanti valutano sui cartoncini i seguenti aspetti:</p> <div data-bbox="448 801 1375 981" style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td>Positivi</td> <td>Negativi</td> </tr> <tr> <td>Interni</td> <td>Punti di forza</td> <td>Punti di debolezza</td> </tr> <tr> <td>Esterni</td> <td>Opportunità</td> <td>Rischi</td> </tr> </table> </div> <p>Posizionare i cartoncini nel settore specifico e illustrarli, se necessario. I risultati esprimeranno la valutazione generale di ogni attività e aiuteranno a capire se le misure adottate siano state adeguate per l'individuazione dei punti di forza e le opportunità, limitando i punti di debolezza e i rischi.</p> <div data-bbox="448 1272 1375 1861" style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td>Opportunità</td> <td>Rischi</td> </tr> <tr> <td>Punti di forza</td> <td> Strategie adottate per valutare punti di forza e opportunità: Quali punti di forza si potevano usare per ottimizzare le opportunità dell'iniziativa? </td> <td> Strategie adottate per valutare punti di forza e rischi: Come si potevano usare i punti di forza per ridurre i rischi a cui l'iniziativa era esposta? </td> </tr> <tr> <td>Punti di debolezza:</td> <td> Strategie adottate per valutare punti deboli e opportunità: Che cosa si poteva fare per limitare i punti deboli usando le opportunità dell'iniziativa? </td> <td> Strategie adottate per valutare punti deboli e rischi: Come si potevano limitare i punti deboli per evitare i rischi a cui l'iniziativa era esposta? </td> </tr> </table> </div>		Positivi	Negativi	Interni	Punti di forza	Punti di debolezza	Esterni	Opportunità	Rischi		Opportunità	Rischi	Punti di forza	Strategie adottate per valutare punti di forza e opportunità: Quali punti di forza si potevano usare per ottimizzare le opportunità dell'iniziativa?	Strategie adottate per valutare punti di forza e rischi: Come si potevano usare i punti di forza per ridurre i rischi a cui l'iniziativa era esposta?	Punti di debolezza:	Strategie adottate per valutare punti deboli e opportunità: Che cosa si poteva fare per limitare i punti deboli usando le opportunità dell'iniziativa?	Strategie adottate per valutare punti deboli e rischi: Come si potevano limitare i punti deboli per evitare i rischi a cui l'iniziativa era esposta?
	Positivi	Negativi																	
Interni	Punti di forza	Punti di debolezza																	
Esterni	Opportunità	Rischi																	
	Opportunità	Rischi																	
Punti di forza	Strategie adottate per valutare punti di forza e opportunità: Quali punti di forza si potevano usare per ottimizzare le opportunità dell'iniziativa?	Strategie adottate per valutare punti di forza e rischi: Come si potevano usare i punti di forza per ridurre i rischi a cui l'iniziativa era esposta?																	
Punti di debolezza:	Strategie adottate per valutare punti deboli e opportunità: Che cosa si poteva fare per limitare i punti deboli usando le opportunità dell'iniziativa?	Strategie adottate per valutare punti deboli e rischi: Come si potevano limitare i punti deboli per evitare i rischi a cui l'iniziativa era esposta?																	
Durata	<p>10 minuti per le istruzioni. 10 minuti per la presentazione di ogni iniziativa. 20 minuti per la valutazione e per la stesura di strategie per ogni iniziativa.</p>																		

Possibile "compito a casa" dopo il Workshop 1

Attività 11	Esercizio di team-building e di lavoro individuale
Obiettivi	A. Fornire ai partecipanti l'opportunità di formare piccoli gruppi e lavorare a stretto contatto insieme in un'attività divertente e stimolante. B. Pratica mediante strumenti tecnologici.
Materiali richiesti	<ul style="list-style-type: none">● Smart phones.● Computer portatile, proiettore e schermo.
Procedimento	<p>Ai partecipanti viene assegnato un compito a casa: creare un'immagine che verrà usata come prima pagina per un giornale, una rivista, una brochure di un progetto, etc. L'immagine riguarderà un ambito AFE, che sarà scelto da ogni gruppo o assegnato dal formatore a ogni gruppo.</p> <p>Il compito dei partecipanti sarà quello di creare una fotografia che raffiguri tutti i membri della squadra, in modo che l'ambito scelto sia espresso al meglio, con un tocco il più professionale possibile.</p> <p>Le due uniche regole saranno che ognuno dovrà essere presente nella foto e che tutti saranno coinvolti nel compito.</p> <p>I gruppi presenteranno poi le foto nel successivo workshop.</p>
Durata	10 minuti per la preparazione e la revisione di ogni foto. 10 minuti per la riflessione e lo scambio di opinioni all'interno di ciascun gruppo.
Suggerimenti per i formatori	<p>Il formatore può dare un contributo per la riflessione, mediante le seguenti domande:</p> <ul style="list-style-type: none">● Come avete comunicato tra voi?● C'è stato un leader a guidare l'attività?● Tutti hanno avuto la possibilità di partecipare?● Sono state ascoltate le opinioni di tutti?● Quali difficoltà si sono presentate?● Qualcuno ha espresso frustrazione?● Qual era lo stato d'animo durante l'attività?● Che cosa ha funzionato meglio?● Che cosa non ha funzionato?● Siete soddisfatti della foto finale?● Procedereste diversamente una prossima volta?



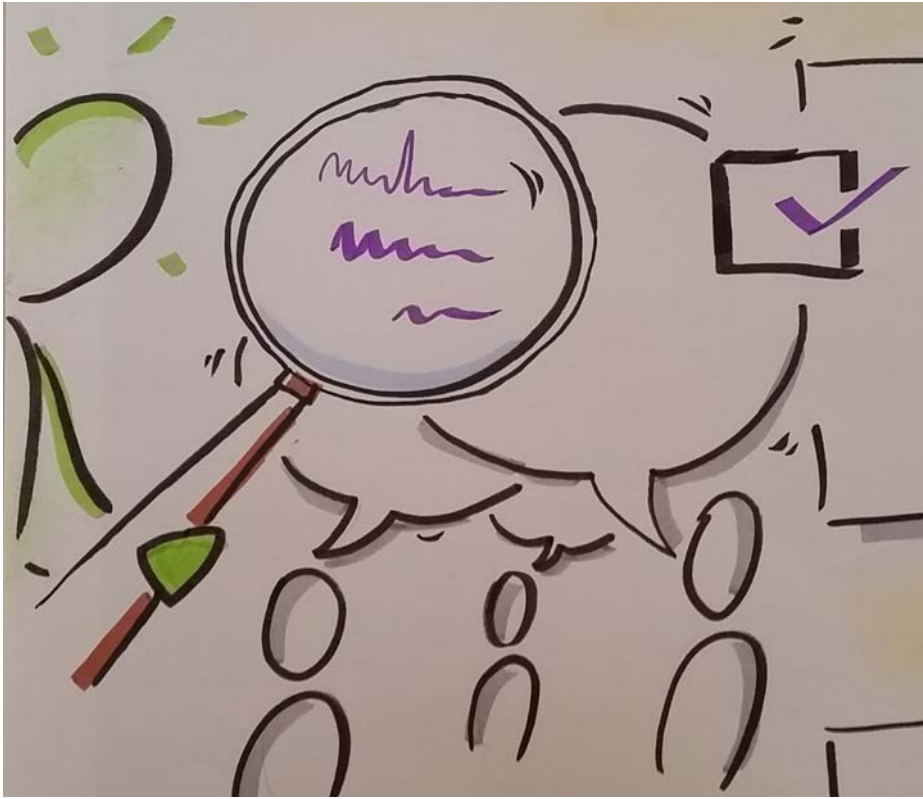
Workshop 2

Identificare gli stakeholders

Attività 12	Analisi degli stakeholders
Obiettivi	<p>Attraverso questa attività i partecipanti sono in grado di individuare agli stakeholders che possano:</p> <ul style="list-style-type: none">● contribuire, positivamente o negativamente, al successo di un'attività, di un progetto, di un programma.● essere coinvolti, in un'attività, in un progetto, in un programma. <p>In generale gli stakeholders vengono coinvolti in attività che richiedono il loro contributo senza essere pagati. Ecco perché dobbiamo prenderli sul serio e valorizzare la loro esperienza!</p>
Materiali richiesti	Computer e video proiettore per la presentazione, post-it colorati, fogli mobili, penne e pennarelli
Procedimento	<ol style="list-style-type: none">1. Fare un power point con 5 slide, che contengano la definizione di 'stakeholders' (con esempi di stakeholders potenziali noti al pubblico), il processo gestionale di uno stakeholder, (Identificazione – Analisi – Pianificazione – Coinvolgimento) e una breve spiegazione di ogni fase. (10 minuti = 5 minuti per la presentazione + 5 minuti per rispondere alle domande).2. Disegnare il diagramma delle categorie degli stakeholders su un foglio mobile o fare una fotocopia di grandi dimensioni, e chiedere ai partecipanti di individuare dei soggetti specifici (nome dell'organizzazione o nome della persona) in ognuna delle categorie sopra descritte, (specifiche per le tematiche AFE) o altre categorie che possono venire in mente ai partecipanti. I soggetti identificati saranno scritti su post-it e attaccati alla categoria relativa sul diagramma. (25 minuti = 5 minuti per illustrare il diagramma, 10 minuti per elencare i soggetti, 10 minuti per la discussione in merito ai soggetti identificati)3. Chiedere ai partecipanti di ordinare gli stakeholders in base al loro interesse nella materia e al loro grado di influenza, e raggruppare i post-it all'interno del diagramma degli stakeholders. (Fig. 2) (25 minuti = 5 minuti per le spiegazioni + 10 minuti per la riflessione su interessi e influenza degli stakeholders + 10 minuti per raggruppare i post-it)4. Riflessione sui gruppi di stakeholders e selezione del gruppo di riferimento per l'implementazione del mini progetto. (10 minuti)
Durata	60 minuti per le attività + 10 minuti per la riflessione
Suggerimenti per i formatori	<p>Insistere sul brainstorming perché vengano individuati più soggetti, in modo che sia possibile restringere il campo agli stakeholders più adatti. Chiedere ai partecipanti di cercare, da casa, le organizzazioni o istituzioni citate, perché forniscano i nomi di persone reali che possano essere contattate per il successivo coinvolgimento dello stakeholder.</p>



Attività 13	I diritti inespressi - salvaguardati per legge, ma di cui i cittadini non sono pienamente consapevoli.
Obiettivi	Informare i cittadini più anziani sui loro diritti, in modo particolare sugli specifici benefici, di cui, specialmente quelli in condizione di svantaggio, non godono o non sono consapevoli.
Materiali richiesti	Fornire supporto legale gratuito per i passi burocratici necessari perché i loro diritti inespressi vengano riconosciuti e rispettati. Sportello aperto dal Municipio di appartenenza. Collaborazione con centri sociali anziani. Supporto da parte di ONG o sindacati dei pensionati. Materiali cartacei e tecnologici.
Procedimento	Informare i potenziali stakeholders e i beneficiari. Identificare tre persone provenienti dagli uffici del Municipio, delle ONG o del sindacato. Chiarire i costi dell'attività, burocratici e operativi, che saranno coperti dal Municipio, le ONG partecipanti, dal sindacato e dai centri anziani, come parte della loro mission.
Durata	Il tempo necessario per le informazioni sui diritti di benefici non goduti, ad esempio rispetto alla pensione. 2 ore, due volte la settimana.
	



Workshop 3

Gli strumenti per un'advocacy di successo: come apprenderli e come discuterne

Obiettivi 14	Gli strumenti per un'advocacy di successo
Obiettivi	Identificare, spiegare e discutere degli strumenti di advocacy, in modo che i risultati che ci si è prefissi possano essere raggiunti.
Ausili e materiali richiesti	Attrezzatura per una presentazione in power point / una parete / una lavagna a fogli mobili su cui appuntare le valutazioni su ciascuna iniziativa. Cartoncini di colore diverso, penne.
Procedimento	Vengono presentati alcuni strumenti per l'advocacy (sulla lavagna a fogli mobili, la parete o mediante power point), ad esempio: <ul style="list-style-type: none">• stampa• petizione ad amministratori o politici• manifestazione di protesta• lavoro di rete• partecipare a consigli comunali e fare uso del proprio diritto di parola• dimostrare ai politici e ai loro consulenti come ci si muove con deambulatori o carrozzelle• dimostrare ai politici e ai loro consulenti come si muovono i non udenti o i non vedenti• organizzare un referendum• utilizzare volantini e poster per far sentire la propria voce• chiedere ai partecipanti di organizzare un sit-in / di costituire un comitato che coordini tutte le azioni dell'advocacy. Discussione con i partecipanti la domanda: quali strumenti sono i più adeguati in ognuna delle due situazioni?
Durata	30-45 minuti



Riflessione e valutazione: modello di questionario di valutazione

Ci interessa sapere se avete apprezzato il nostro workshop. Vi preghiamo di dedicare 10 minuti ad aiutarci a migliorare la qualità dei nostri incontri futuri. Grazie!

1. Organizzazione del corso	Sì	Abbas- tanza	Non so	Poco	Per niente
1. L'informazione prima del corso è stata utile	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Il gruppo dei partecipanti era ben assortito	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.3. La durata e la scansione sono stati appropriati.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.4. La sala e l'attrezzatura erano idonei (posti a sedere, illuminazione, etc.).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Contenuti e metodi	Sì	Abbas- tanza	Non so	Poco	Per niente
1. I workshop erano strutturati in modo chiaro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Le tematiche erano ben scelte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Le metodologie dei workshop sono state d'aiuto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Le presentazioni e gli spunti di discussione erano facilmente comprensibili	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. I contenuti dei workshop erano interessanti e stimolanti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ci è stato offerto adeguato sostegno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Risultati e coinvolgimento personale	Sì	Abbas- tanza	Non so	Poco	Per niente
1.1. La mia conoscenza di 'ambienti per tutte le età' è notevolmente cresciuta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.2. Dagli esempi degli altri paesi ho tratto suggerimenti per le mie attività	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.3. Ho imparato nuove forme e opportunità per partecipare attivamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.4. Ho imparato molto sull'importanza delle lobby e delle pubbliche relazioni a favore degli anziani	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.5. Sono più motivato a incoraggiare altri anziani a impegnarsi per il loro interesse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. I workshop mi hanno incoraggiato a lavorare per il bene comune	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Quali sono state le tue esperienze più significative?

Area di risposta con sfondo a linee diagonali.

5. Quali argomenti vorresti trattare in futuro?

Area di risposta con sfondo a linee diagonali.

6. Quale sostegno vorresti avere in futuro?

Area di risposta con sfondo a linee diagonali.

7. Altri commenti

Area di risposta con sfondo a linee diagonali.

8. Dati personali

Età e sesso:

sotto i 60 anni 60 – 69 anni 70 – 79 anni 80+ anni
 donna uomo

Sono impegnato (è ammessa più di una risposta):

individualmente in una associazione di anziani in un altro tipo di associazione

Negli ultimi tre anni ho partecipato a corsi per l'educazione degli adulti (a parte AFE Activists):

un paio di volte una volta mai

Ultima occupazione:

Linea di risposta.

Ulteriori spunti di riflessione

1. Quale è stata la lezione più importante che hai imparato?
2. Che cosa ti è piaciuto di più di questa esperienza, e perché?
3. Cosa faresti per educare gli adulti o sensibilizzarli a questa causa?
4. C'è stato un momento in cui ti sei sentito sfidato o provocato?
5. Che cosa vorresti sperimentare dopo questo workshop/corso di formazione e chi vorrebbe coinvolgere?
6. C'è stato qualcosa che ti ha sorpreso? Se sì, che cosa?
7. Hai mai sentito il bisogno di rispondere o di reagire a quanto hai imparato? Come?
8. E' mai accaduto qualcosa che ti ha fatto sentire a disagio? Se sì, che cosa pensi che l'abbia provocato?
9. In che modo quello che hai appreso potrebbe influire sulla tua vita?
10. Che cosa potresti insegnare ai tuoi coetanei su questo argomento? Come potresti coinvolgere i tuoi coetanei?
11. Se dovessi fare un intervento su questo tema, lo tratteresti in modo diverso?
12. In base a ciò che hai appreso, quale piccolo passo potresti intraprendere per creare un cambiamento positivo?
13. Hai delle domande ulteriori? Che cosa altro vorresti conoscere su questa tematica?



Bibliografia

- ¹ WORLD HEALTH ORGANIZATION REGIONAL OFFICE FOR EUROPE (2017). *Age-friendly environments in Europe. A handbook of domains for policy action*. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe. Available from: <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/age-friendly-environments-in-europe.-a-handbook-of-domains-for-policy-action-2017> [Accessed: 2nd May 2020].
- ² WORLD HEALTH ORGANIZATION REGIONAL OFFICE FOR EUROPE (2018). *Age-friendly environments in Europe: Indicators, monitoring and assessments*. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe. Available from: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/healthy-ageing/publications/2018/age-friendly-environments-in-europe-indicators,-monitoring-and-assessments-2018> [Accessed: 2nd May 2020].
- ³ WORLD HEALTH ORGANIZATION (2007). *Global Age-friendly Cities: A Guide*. Geneva: World Health Organization. Available from: https://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁴ EUROSTAT (2019). *Ageing Europe. Looking at the Lives of Older People in the EU. 2019 Edition*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. Available from: [Ageing Europe](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁵ EUROSTAT (2019). *Ageing Europe. Looking at the Lives of Older People in the EU. 2019 Edition*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. Available from: [Ageing Europe](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁶ PANDE, R., VAN DER WEIDE, T. (2018): *Handbook of Research on Multicultural Perspectives on Gender and Aging*. Hershey, PA, USA: IGI Global.
- ⁷ WORLD HEALTH ORGANIZATION (2014): *Ageing and life-course – Age-friendly environments*. [Online] Available from: <https://www.who.int/ageing/projects/age-friendly-environments/en/> [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁸ VAUCLAIR, C., ABRAMS, D. & BRATT, C. (2010): *Measuring attitudes to age in Britain: Reliability and validity of the indicators*. London: Department for Work and Pensions. Available from: <https://www.gov.uk/government/publications/measuring-attitudes-to-age-in-britain-wp90> [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁹ AGE UK (2018): *Ageism and Age Equality (Great Britain)* [Online]. London: AGE UK. Available from: <https://www.ageuk.org.uk/globalassets/age-uk/documents/policy-positions/cross-cutting-issues/ageism-and-age-equality-pp-great-britain-august-2018.pdf> [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹⁰ WORLD HEALTH ORGANIZATION REGIONAL OFFICE FOR EUROPE (2018): *Dementia* [Online] Available from: [WHO Europe: Mental Health](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹¹ TURNER, N. & MORKEN, L. (2016): *Better Together: A Comparative Analysis of Age-Friendly and Dementia Friendly Communities. Summary Report*. Washington DC: AARP International Affairs. Available from: [Natalie Turner and Lydia Morken, Better together: A Comparative Analysis of Age-Friendly and Dementia Friendly Communities](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹² WORLD HEALTH ORGANIZATION & ALZHEIMER'S DISEASE INTERNATIONAL (2012): *Dementia. A Public Health Priority*. Geneva: World Health Organization. Available from: https://www.who.int/mental_health/publications/dementia_report_2012/en/ [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹³ VAN DEN BERG, O., VAN ALPHEN, D., VAN ESSEN, J. (2017): Stichting i.o. Age Friendly Wonen Amsterdam. [Online] Available from: <https://www.stadsdorpzuid.nl/stichting-i-o-age-friendly-wonen-amsterdam/> [Accessed: 6th July 2020].
- ¹⁴ HOPE NOT HATE (2018): Austrian Grandmothers against the extreme right. [Online] Available from: <https://www.hopenothate.org.uk/2018/07/18/austrian-grandmothers-extreme-right/> [Accessed: 6th July 2020].
- ¹⁵ WIENER, R. (2018): Drama, the library and senior citizens. [Online] Available from: <https://dcmslibraries.blog.gov.uk/2018/11/19/drama-the-library-and-senior-citizens/> [Accessed: 6th July 2020].
- ¹⁶ WORLD HEALTH ORGANIZATION (2007): *Checklist of Essential Features of Age-friendly Cities*. Geneva: World Health Organization. Available from: http://www.who.int/ageing/publications/Age_friendly_cities_checklist.pdf [Accessed: 2nd May 2020].

¹⁷ GIEDENBACHER, Y., RAPPAUER A. & STADLER-VIDA, M. (2015). *Unterwegs im Leben. Denkanstöße für eine alter(n)sgerechte Gestaltung des öffentlichen Raums. Ein Leitfaden*. Wien: Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz. Available from: <http://www.queraum.org/node/157> [Accessed: 2nd May 2020].

¹⁸ URBAGING (2009). *Urbaging. Age-friendly public space. Manifesto*. Available from: https://www.urbaging.ch/files/manifesto_EN.pdf [Accessed: 2nd May 2020].

¹⁹ BRANDER, P., GOMES, R., TAYLOR, M. (2016) Education Pack All Different All Equal. France: Council of Europe. Available from: <https://rm.coe.int/1680700aac> [Accessed: 2nd May 2020].

²⁰ The Ageing Revolution for Queensland Government, Department of Communities, Disability Services and Seniors (2019). Available from: <https://www.communities.qld.gov.au/seniors/queensland-age-friendly-community/age-friendly-toolkit/tools-resources/chatterbox-tool> [Accessed: 2nd May 2020].

²¹ CIVIL SOCIETY INSTITUTE (2008). *About the Research: Civic Empowerment Index*. [Online] Available from: <http://www.civitas.lt/en/research/civic-empowerment-index/> [Accessed: 2nd May 2020].

²² CAMPAIGN ACCELERATOR TOOLKIT. The Mobilisation Lab. Available from: <https://mobilisationlab.org/wp-content/uploads/2019/03/CA-define-final.pdf> [Accessed: 2nd May 2020].



