

**„Szövetség V. – Humán szolgáltatások fejlesztése az Ős-Dráva Program területén,
Felsőszenmárton központtal” (EFOP-1.5.3-16-2017-00052)**

A lelki egészség helyi, kisközösségi programjainak tervezése, szervezése és megvalósítása:

**1.) a.) az idősek közösségben tartását, szellemi és fizikai aktivitásuk megőrzését, fejlesztését célzó
programok tervezése, szervezése és megvalósítása**

Tematika

az idősek társadalmi szerepének megerősítése a helyi közösségekben

Csányosró, 2019. 12. 16.

II. Tevékeny időskor

A tevékenység célja

A lelki egészség helyi, kisközösségi programjai rendkívül jelentős szerepet játszanak a projekt hatásterületén élő, halmozottan hátrányos helyzetű célcsoportok mentális és fizikai egészségének, önségítő - az életeseményekkel összefüggő krízis-állapotok megelőzéséhez és leküzdéséhez szükséges potenciáljának fokozásában.

Az idősek társadalmunk dinamikus, tapasztalt és kulcsfontosságú tagjai. Tudást, készségeket és tapasztalatokat adnak át a következő generációknak. Egyenként és közösen is gazdagítják gazdaságunkat, lakóhelyeinket, és elősegítik, hogy emlékezzünk történelmünkre. Az idősek családtagként felelősek a társadalmon belüli nagyobb kohézió és a szolidaritás ösztönzéséért. Magyarország kedvezőtlen demográfiai trendjei komoly kihívás elé állítják a gazdaságot, az ellátórendszereket, de a társadalom mezo- és mikro színtereit egyaránt. Az időskorú népesség populáción belüli növekedése dinamikus, a születéskor várható élettartam kitolódása pedig további nehézségeket hordoz magában. A helyi kisközösségeknek fel kell ismerniük az időskorú lakosságban rejlő potenciált és erőforrásként tekinteni rájuk, teher helyett. Az aktív idősödés (active ageing) olyan társadalmi és egyéni gyakorlatot jelent, amellyel az időskori életminőség javítható. Az egyén szintjén olyan időskor megélését fejezi ki, amely - gazdasági aktivitást, - a munkaerőpiacon maradáshat, - a társadalmi, kulturális és civil életben való aktív részvételt, - a társadalmi reintegrálódást jelent.

A tevékenység alapvető célja, hogy felhívja a helyi társadalom figyelmét az időskorúak közösségben tartásának, szellemi és fizikai aktivitásuk megőrzésének támogatásának fontosságára, valamint katalizátorként elősegítsen olyan helyi kezdeményezéseket (klubok, programok, stb), melyek célja a célcsoport társadalmi kapcsolatainak erősítése és integrációja.

Témák

- Tevékeny időskor / active ageing: időskorúak foglalkoztatása és foglalkoztathatósága;
 - o életem át tartó tanulás;
 - o digitális társadalmi befogadás;
 - o részvétel a döntéshozatalban;
 - o önkéntesség időskorban;
 - o a részvétel korlátai;

- Időskor és munka a hétköznapi nyelvhasználatban;
- Az időskor fogalmáról;
- Idősödés mint változás: megváltozott lehetőségek a teljesítőképességben;
- Az idősödés jelentése;
- Intézkedések a munkaképesség megtartásához és támogatásához;
- A legfontosabb cselekvési területek a vállalatokban;
- Az időskor értékrendszere.

A műhelymunka során a résztvevők közösen beazonosítják az időskorúak társadalmi integrációjának csatornáit, annak fejlesztési lehetőségeit és korlátait (helyi szinten is), valamint jogyakorlatok ismertetése révén képet kaphatnak a hasonló demográfiai jellemzőkkel bíró országok aktív idősödést elősegítő akcióiról, programjairól.

Módszertan

Félig strukturált workshop: előadás és tematizált beszélgetés 10 óra időtartamban egy fő szakértő vezetésével.

Az előadás során kérdések segítségével folyamatos párbeszéd kialakítása a cél, mely elősegíti a problémák közös definiálását és feldolgozását.