

Anno 30, marzo 2008

quaderni di sanità pubblica

Rivista trimestrale

Città a misura di anziano: una Guida



Organizzazione Mondiale della Sanità

CIS
EDITORE

quaderni di sanità pubblica

Città a misura di anziano:
una Guida



Organizzazione Mondiale della Sanità

C I S
EDITORE

Quaderni di sanità pubblica

Publicato in inglese dall'Organizzazione Mondiale della Sanità nel 2007 sotto il titolo "Global age-friendly cities: a guide".

© World Health Organization 2007

Il Direttore Generale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità ha gentilmente concesso a CIS Editore srl i diritti di tradurre e pubblicare in italiano questo testo. L'editore italiano è il solo responsabile dell'accuratezza della traduzione.

Published in English by the World Health Organization in 2007 under the title "Global age-friendly cities: a guide".

© World Health Organization 2007

The Director General of the World Health Organization has granted the translation rights for an edition in Italian to the CIS Editore srl, which is solely responsible for the accuracy of the Italian edition.

Traduzione

Santi Amoroso

I "Quaderni di sanità pubblica" sono pubblicati da CIS Editore S.r.l. - Via San Siro, 1 - 20149 Milano (tel. 02 / 4694542 - 4691675, fax 02 / 48193584; e-mail: ciseditore@ciseditore.it). **Direttore Responsabile:** Antonio Brenna. Stampa: Arti Grafiche Colombo, Gessate (MI). Registrazione Tribunale di Milano n. 153 del 30 marzo 1978 - ISSN 0393-9529. Abbonamento annuo (4 numeri) € 39,50. Si possono richiedere anche singoli numeri arretrati (numero singolo € 10,00, doppio € 15,00). Pagamento tramite assegno, vaglia postale o c/c postale n. 13694203 intestato a "CIS Editore" - Via San Siro, 1 - 20149 Milano.

SOMMARIO

Editoriale	7
Ringraziamenti	9
Introduzione alla Guida	11
1. Invecchiamento e urbanizzazione: confrontarsi con la sfida del successo dell'umanità	13
2. Invecchiamento attivo: un quadro di riferimento per le città a misura di anziano	16
3. Com'è stata sviluppata la Guida	19
Città partecipanti	19
Approccio ascendente di partecipazione	19
Argomenti di discussione	20
Identificazione delle caratteristiche di un ambiente favorevole agli anziani	22
4. Come utilizzare la Guida	23
Caratteristiche essenziali di un ambiente favorevole agli anziani	23
Chi utilizzerà la Guida?	23
5. Spazi all'aria aperta ed edifici	24
Sintesi dei risultati	24
1. Ambiente piacevole e pulito	24
2. Importanza degli spazi verdi	24
3. Un posto dove riposare	25
4. Pavimentazione a misura di anziano	25
5. Attraversamento pedonale sicuro	26
6. Accessibilità	27
7. Un ambiente sicuro	27
8. Passaggi pedonali e piste ciclabili	28
9. Edifici a misura di anziano	28
10. Bagni pubblici adeguati	29
11. Clienti anziani	29

6. Trasporti	32
Sintesi dei risultati	32
1. Disponibilità	32
2. Sostenibilità economica	32
3. Affidabilità e frequenza	33
4. Destinazioni dei trasporti	33
5. Veicoli a misura di anziano	33
6. Servizi speciali per le persone anziane	34
7. Posti a sedere riservati e cortesia dei passeggeri	34
8. Conducenti dei mezzi di trasporto	34
9. Sicurezza e comodità	35
10. Fermate e stazioni	36
11. Taxi	36
12. Trasporti della comunità	37
13. Informazioni	37
14. Condizioni di guida	37
15. Cortesia nei confronti dei conducenti più anziani	38
16. Parcheggio	38
7. Alloggi	41
Sintesi dei risultati	41
1. Sostenibilità economica	41
2. Servizi essenziali	41
3. Design	42
4. Modifiche	43
5. Manutenzione	43
6. Accesso ai servizi	44
7. Connessioni con la comunità e la famiglia	44
8. Alternative abitative	45
9. Ambiente di vita	45
8. Partecipazione sociale	49
Sintesi dei risultati	49
1. Opportunità accessibili	49
2. Attività sostenibili economicamente	50
3. Gamma di opportunità	50
4. Informazioni sulle attività e sugli eventi	51
5. Incoraggiare la partecipazione e impegnarsi contro l'isolamento	51
6. Generazioni, culture e comunità che si integrano	52
9. Rispetto e inclusione sociale	56
Sintesi dei risultati	56
1. Comportamento rispettoso e irrispettoso	56

2. Invecchiamento e ignoranza	57
3. Interazioni intergenerazionali ed educazione pubblica	58
4. Posto nella comunità	58
5. Supporto della comunità	59
6. Posto in famiglia	60
7. Esclusione economica	60
10. Partecipazione civica e impiego	62
Sintesi dei risultati	62
1. Opportunità di volontariato per le persone anziane	62
2. Migliori opportunità di impiego e maggiori occasioni	63
3. Flessibilità per i lavoratori e i volontari anziani	65
4. Incoraggiare la partecipazione civica	65
5. Addestramento	66
6. Occasioni imprenditoriali	66
7. Valorizzare il contributo delle persone anziane	67
11. Comunicazione e informazione	70
Sintesi dei risultati	70
1. Ampia distribuzione	70
2. Le giuste informazioni al momento giusto	71
3. Ci sarà qualcuno che parlerà con me?	72
4. Formato e grafica a misura di anziano	73
5. Tecnologia dell'informazione: salvezza e rovina	73
6. Responsabilità personale e collettiva	74
12. Sostegno della comunità e servizi sanitari	76
Sintesi dei risultati	76
1. Assistenza accessibile	77
2. Una gamma più ampia di servizi sanitari	78
3. Servizi per invecchiare bene	78
4. Assistenza domiciliare	78
5. Strutture residenziali per le persone non autosufficienti	79
6. Una rete di servizi della comunità	79
7. Richiesta di volontari	80
8. Altri argomenti	80
13. Sintesi e prospettive	82
Invecchiamento attivo nelle città a misura di anziano	82
Caratteristiche urbane integrate che si rinforzano reciprocamente	83
Oltre la Guida e le liste di controllo per una città a misura di anziano	84
Bibliografia	86

Urbanizzazione e invecchiamento della popolazione procedono parallelamente e rappresentano uno dei tratti più caratteristici dell'evoluzione urbanistica che tocca la generalità dei paesi sia ricchi che poveri. Di per sé queste due tendenze non sono un male. Al contrario esse rappresentano una delle manifestazioni positive del progresso scientifico, tecnologico, economico e sociale che ha caratterizzato il secolo scorso. Questa affermazione è comprensibilmente vera se riferita alla seconda tendenza. Vivere più a lungo è considerato generalmente un bene, anche se ciò di norma comporta degli effetti negativi sulla qualità della vita, fenomeno questo su cui si torna più avanti. Ma anche l'urbanizzazione, spesso segnata da masse di popolazione destinate a condurre una vita subumana nelle periferie degradate delle megalopoli, presenta degli aspetti, se non palesemente positivi, quanto meno necessari. In un mondo sempre più affollato e caratterizzato da un crescente aumento dei consumi l'aggregazione urbana diventa per l'appunto una necessità (tanto per fare un esempio, il consumo di energia di una famiglia che vive in una casa isolata – le tanto amate ville o villette della nostra media borghesia – è spesso anche di dieci volte superiore al consumo di chi vive in un grattacielo).

Quel che qui conta mettere in luce, tuttavia, è come ogni cambiamento, positivo o negativo, frutto di progresso o segno di involuzione, sia destinato a scontrarsi con problemi nuovi. In estrema sintesi, i problemi posti dall'insieme delle due tendenze sono innanzitutto di ordine culturale. Ancora oggi la vecchiaia è considerata un male (non a caso il termine "vecchio" ha lasciato il posto al suo sinonimo di "anziano", seguendo un costume di falso pudore che è andato generalizzandosi, per cui il cieco è diventato "non vedente", il sordo "non udente" e così via, come se il vecchio fosse un ammalato). Invecchiare non significa necessariamente ammalarsi. La frazione di popolazione appartenente alla "terza età" non autosufficiente, e quindi bisognosa di assistenza e cure continuative, nell'Unione Europea è inferiore al 20%. Ciò, ovviamente, costituisce un grosso problema economico e sociale nel mondo d'oggi. Accanto al trend fortemente crescente dei costi assistenziali e sanitari, bisogna considerare la costante diminuzione di famiglie in grado di sostenere al proprio interno l'onere della non autosufficienza. Resta comunque un buon 80% di anziani autosufficienti, che costituiscono una risorsa di notevole valore. Il vero problema consiste nel porre in essere tutte quelle misure di ordine economico e sociale che permettano di conservare questa risorsa e di metterne a profitto le potenzialità.

Ma accanto all'aumento della popolazione anziana bisogna considerare anche la crescita della frazione di tale popolazione che vive in città. Non occorrono tante parole per sottolineare come la posizione dell'anziano urbanizzato sia molto più problematica di quella del suo avo incardinato in una "famiglia patriarcale". Il vero problema consiste allora nel

domandarsi quali siano le caratteristiche che il contesto urbano deve assumere perché l'anziano autosufficiente possa conservare la libertà economica, l'autorità e il rispetto di chi lo circonda, l'autonomia, la dignità e le connessioni sociali necessari, da un lato per il suo benessere e dall'altro per la sua capacità di concorrere alla creazione di ricchezza e benessere individuale e collettivo.

È a questo quesito fondamentale che la Guida dell'OMS, dal titolo molto significativo Città a misura di anziano, stesa con la partecipazione della parte interessata, gli anziani, intende fornire qualche utile risposta.

Antonio Brenna

Ringraziamenti

Questo progetto è stato concepito nel giugno 2006 nella sessione di apertura del XVIII Congresso Mondiale di Gerontologia e Geriatria dell'IAGG a Rio de Janeiro, Brasile. L'entusiasmo che ha suscitato si è subito concretizzato in generosi contributi da parte di numerosi partner. Ringraziamo sentitamente l'Agenzia di Sanità Pubblica del Canada per il sostegno finanziario e materiale che ci ha fornito, che è risultato cruciale per l'attuazione della ricerca, la partecipazione di numerose città e la pubblicazione di questa Guida.

Ringraziamo il Ministro della Salute della Columbia Britannica per il sostegno dato alla prima riunione delle città collaboratrici nel maggio 2006 a Vancouver, Canada; 2010 Legacies Now per il finanziamento della pubblicazione di un opuscolo promozionale; Help the Aged per aver permesso la partecipazione di due città e per aver sostenuto la seconda riunione delle città collaboratrici nel marzo 2007 a Londra, Regno Unito; e la città di Ottawa, Canada, per avere effettuato un test pilota del protocollo della ricerca. L'attuazione del progetto di ricerca e la partecipazione alle riunioni dedicate al progetto sono state rese possibili dai finanziamenti locali e governativi nella maggior parte delle città collaboratrici.

In tutte le sue fasi il progetto si è avvalso della guida di un gruppo consultivo, i cui membri sono da noi caldamente ringraziati: Margaret Gillis, Agenzia della Sanità Pubblica del Canada; James Godwin, Help the Aged, Regno Unito; Tessa Graham, Ministro della Salute della Columbia Britannica, Canada; Gloria Gutman, Università Simon Fraser, Canada; Jim Hamilton, Segreteria di Healthy Ageing di Manitoba, Canada; Nabil Kronful, Associazione libanese per il Management dell'Assistenza Sanitaria, Libano; Laura Machado, Inter-Age Consulting in Gerontologia, Brasile; ed Elena Subirats-Simon, Acción para la Salud, Messico.

Il progetto Città a misura di anziano è stato sviluppato da Alexandre Kalache e Louise Plouffe, Quartier Generale dell'OMS, Ginevra, Svizzera, e il rapporto è stato stilato sotto la loro piena direzione. Contributi sostanziali nell'analisi dei dati e nella preparazione del rapporto sono stati fatti da Louise Plouffe; Karen Purdy, Office for Seniors Interests and Volunteering, Governo dell'Australia Occidentale; Julie Netherland, Ana Krieger e Ruth Finkelstein, Accademia di Medicina di New York; Donelda Eve, Winnie Yu e Jennifer MacKay, Ministero della Salute della Columbia Britannica; e Charle Petitot, Quartier Generale dell'OMS.

Il protocollo della ricerca è stato implementato nelle seguenti 33 città, grazie agli sforzi di governi, organizzazioni non governative e gruppi accademici:

Amman, Giordania	La Plata, Argentina	Ruhr, regione metropolitana, Germania
Cancún, Messico	Londra, Regno Unito	Saanich, Canada
Città del Messico, Messico	Mayaguez, Portorico	San José, Costa Rica
Dundalk, Irlanda	Melbourne, Australia	Shanghai, Cina
Ginevra, Svizzera	Melville, Australia	Sherbrooke, Canada
Halifax, Canada	Mosca, Federazione Russa	Tokyo, Giappone
Himeji, Giappone	Nairobi, Kenya	Tripoli, Libano
Islamabad, Pakistan	Nuova Delhi, India	Tuymazy, Federazione Russa
Istanbul, Turchia	Ponce, Portorico	Udaipur, India
Kingston e Montego Bay (in associazione), Giamaica	Portage la Prairie, Canada	Udine, Italia
	Portland, Oregon, USA	
	Rio de Janeiro, Brasile	

Un particolare ringraziamento, infine, viene espresso a tutte le persone anziane in tutte le sedi della ricerca, come pure al personale di assistenza e ai fornitori dei servizi che sono stati consultati in molte sedi di ricerca. Nei gruppi di discussione, tali persone hanno strutturato il modello di città a misura di anziano in base alla loro esperienza, elemento centrale di questa Guida. Queste persone anziane e coloro che interagiscono con esse in maniera significativa continueranno a svolgere un ruolo critico come sostenitori delle comunità e responsabili delle azioni volte a rendere le loro città ancor più solidali con gli anziani.

Introduzione alla Guida

L'invecchiamento e l'urbanizzazione della popolazione sono due tendenze globali che, nel loro insieme, caratterizzano fortemente il XXI secolo. Allo stesso tempo, mentre le città crescono, aumenta la loro percentuale di residenti che hanno raggiunto o superato i 60 anni d'età. Le persone anziane che vivono in un ambiente solidale e favorevole rappresentano una risorsa per le loro famiglie, per la comunità e per l'economia. L'OMS guarda all'invecchiamento attivo come a un processo duraturo influenzato da numerosi fattori, i quali, isolatamente o congiuntamente, favoriscono la salute, la partecipazione e la sicurezza della vita degli adulti più anziani. Lo scopo di questa Guida, ispirato dall'approccio dell'OMS verso l'invecchiamento attivo, consiste nell'impegnare le città a divenire più a misura di anziano, in modo da utilizzare il potenziale che tali individui rappresentano per l'umanità.

Una città a misura di anziano incoraggia l'invecchiamento attivo ottimizzando le opportunità a favore della salute, della partecipazione e della sicurezza, allo scopo di rafforzare la qualità della vita mentre la gente invecchia.

Dal punto di vista pratico, una città a misura di anziano adegua le sue strutture e i suoi servizi in modo da renderli accessibili e usufruibili dalle persone più anziane con bisogni e capacità diverse.

Per comprendere le caratteristiche di una città a misura di anziano è essenziale andare alla fonte – agli stessi anziani. È stata effettuata un'inchiesta in 33 città di tutte le regioni dell'OMS: alle persone più anziane, inserite in gruppi di discussione, è stato chiesto di descrivere i vantaggi e le difficoltà che sperimentano in otto settori della vita cittadina. Nella maggior parte delle città i rapporti delle persone anziane sono stati completati con i dati forniti da gruppi di discussione formati da personale di assistenza e da fornitori di servizi del settore pubblico, del volontariato e del settore privato. I risultati ottenuti da tali gruppi hanno portato allo sviluppo di una serie di liste di controllo relative alle città a misura di anziano.

- Il capitolo 1 descrive le tendenze convergenti della rapida crescita della popolazione di età superiore ai 60 anni e dell'urbanizzazione, e traccia le sfide che le città devono affrontare.
- Il capitolo 2 presenta il concetto di "invecchiamento attivo" come modello per guidare lo sviluppo delle città a misura di anziano.
- Il capitolo 3 riassume il processo di ricerca che ha portato a identificare le caratteristiche fondamentali di una città a misura di anziano.
- Il capitolo 4 descrive come deve essere usata la Guida da parte degli individui e dei gruppi in modo da stimolare l'azione nella loro città.
- I capitoli 5-12 mettono in risalto gli argomenti e le preoccupazioni espresse dalle persone anziane e da coloro che le assistono in ciascuno degli otto settori della vita cittadina: spazi all'aria aperta ed edifici, trasporti, alloggi, partecipazione sociale, rispetto e inclusione sociale, partecipazione civica e impiego, comunicazione e informazione, sostegno della comunità e servizi sanitari. In ciascun capitolo la descrizione dei risultati si conclude con un elenco di caratteristiche fondamentali delle città a misura di anziano, caratteristiche ottenute mediante l'analisi dei rapporti stilati da ognuna delle città.
- Il capitolo 13 integra i risultati all'interno delle prospettive dell'invecchiamento attivo trac-

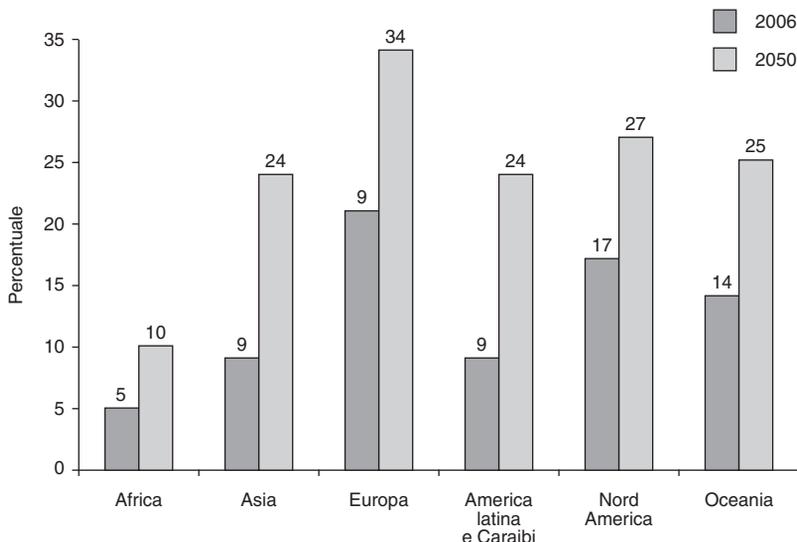
ciate dall'OMS e mette in luce le solide connessioni tra gli argomenti relativi alle città a misura di anziano. Si rivelano così le caratteristiche principali di questa città "ideale" e viene mostrato come il modificare un aspetto della città possa avere effetti positivi sulla vita delle persone anziane in altri ambiti. Attratti dalla promessa di comunità più accoglienti per gli anziani, i collaboratori dell'OMS stanno ora prendendo iniziative per tradurre le ricerche in un'azione locale, superando l'ambito strettamente cittadino, e diffonderle in più comunità. Sta crescendo un movimento di comunità solidali con gli anziani e questa Guida rappresenta il punto di partenza.

1. Invecchiamento e urbanizzazione: confrontarsi con la sfida del successo dell'umanità

Il mondo sta rapidamente invecchiando: il numero delle persone che hanno 60 anni d'età e oltre passerà dall'11% della popolazione globale nel 2006 al 22% nel 2050 (Fig. 1). Per questa data, nella popolazione vi saranno più persone anziane che bambini (di età da 0 a 14 anni) per la prima volta nella storia dell'umanità (1). I paesi in via di sviluppo stanno invecchiando a una velocità più rapida rispetto ai paesi sviluppati: entro cinque decenni, poco oltre l'80% della popolazione anziana del mondo vivrà nei paesi in via di sviluppo rispetto al 60% del 2005 (2).

Contemporaneamente il nostro mondo si sta sempre più urbanizzando: nel 2007, oltre la metà della popolazione globale vive nelle città (3). Alcune sono megalopoli, cioè città con 10 milioni di abitanti o più, passate da 2 a 20 durante il XX secolo, che rappresentavano il 9% della popolazione urbana mondiale nel 2005 (4). Il numero e la percentuale degli abitanti delle città continueranno a crescere nei decenni futuri, specialmente nelle città con meno di cinque milioni di abitanti (5). Anche in questo caso, la crescita si sta verificando molto più rapida-

Figura 1 **Distribuzione percentuale della popolazione mondiale di 60 anni di età o oltre, per regione, 2006 e 2050**



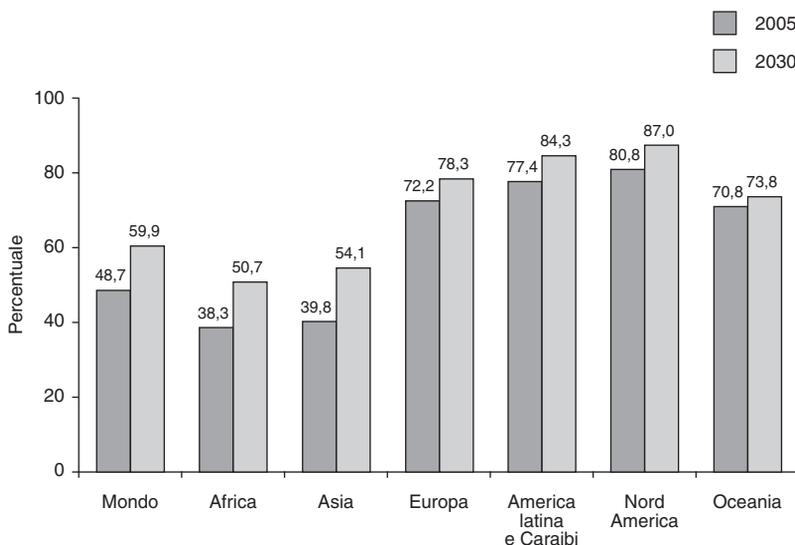
Fonte: Dipartimento di Economia e Affari Sociali delle Nazioni Unite (1).

mente nelle regioni in via di sviluppo. Nel mondo, nel 2030, circa tre persone su cinque vivranno in città e il numero degli abitanti urbani nelle regioni meno sviluppate sarà quasi quattro volte maggiore di quello delle regioni più sviluppate (Fig. 2) (6).

Nelle città vivranno sempre più individui anziani. La proporzione di anziani che nei paesi sviluppati risiede in città corrisponde circa all'80%, come quella dei gruppi di età più giovani, e aumenterà con lo stesso ritmo. Nei paesi in via di sviluppo, tuttavia, la quota delle persone anziane nelle comunità urbane si moltiplicherà di 16 volte, da circa 56 milioni nel 1998 a oltre 908 milioni nel 2050. Per questa data, la popolazione anziana costituirà un quarto della popolazione urbana totale nei paesi meno sviluppati (7).

L'invecchiamento della popolazione e l'urbanizzazione testimoniano il successo dello sviluppo umano durante il secolo passato e costituiscono anche le sfide primarie per questo secolo. L'allungamento della vita è il frutto di progressi determinanti nella sanità pubblica e negli standard della vita. Come sostenuto dall'OMS nel 1996 nella Dichiarazione di Brasilia sull'invecchiamento (8), "le persone anziane sane sono una risorsa per le loro famiglie, per le loro comunità e per l'economia". La crescita urbana è accompagnata da uno sviluppo tecnologico ed economico del paese. Le città dinamiche portano vantaggi a tutta la popolazione – sia urbana che rurale – di una nazione. Poiché le città sono il centro dell'attività culturale, sociale e politica, esse sono un "vivaio" di nuove idee, di prodotti e di servizi che influenzano le altre comunità, e quindi il mondo. Per essere sostenibili, però, le città devono fornire le strutture e i servizi per favorire il benessere e la produttività dei loro residenti. Le persone anziane, in

Figura 2 **Percentuale della popolazione urbana nelle principali aree**



Fonte: Dipartimento di Economia e Affari Sociali delle Nazioni Unite, Divisione per la Popolazione (6).

special modo, richiedono ambienti favorevoli e di sostegno in modo da compensare i cambiamenti fisici e sociali che accompagnano l'invecchiamento. Questa necessità è stata riconosciuta come una delle tre direttive prioritarie del Piano internazionale d'azione sull'invecchiamento stilato a Madrid e approvato dalle Nazioni Unite nel 2002 (9). Per promuovere il benessere e il contributo dei residenti più anziani e per mantenere le città dinamiche è necessario rendere le città più accoglienti per gli anziani. Infine, il processo di "invecchiamento attivo" si iscrive in una prospettiva globale della vita, una città a misura di anziano è una città a misura d'uomo.

2. Invecchiamento attivo: un quadro di riferimento per le città a misura di anziano

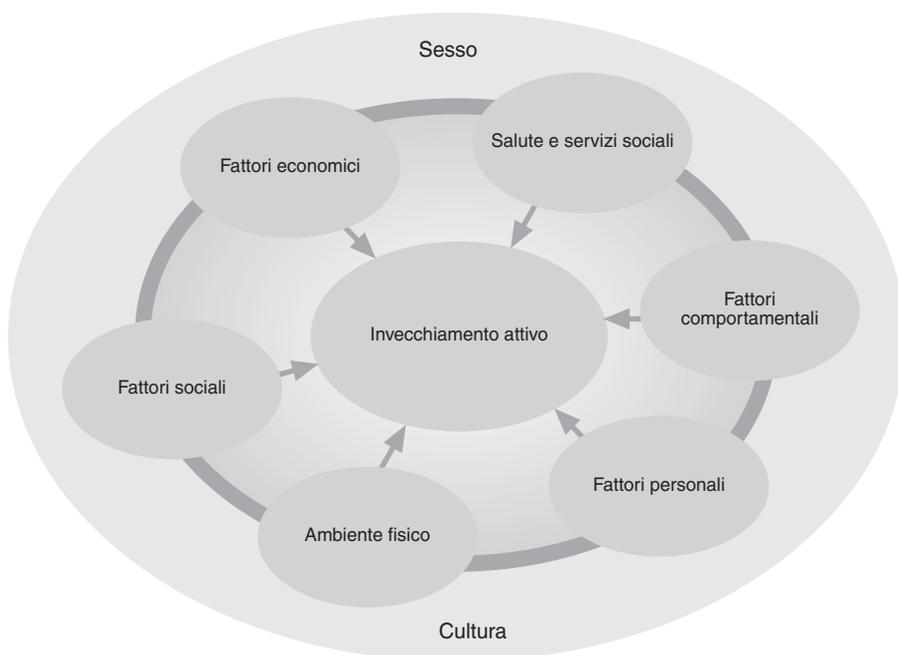
L'idea di una città a misura di anziano presentata in questa Guida prende spunto dal quadro di riferimento dell'invecchiamento attivo dell'OMS (10).

L'invecchiamento attivo è il processo volto a ottimizzare le opportunità per la salute, la partecipazione e la sicurezza allo scopo di migliorare la qualità della vita durante l'invecchiamento.

In una città a misura di anziano, le politiche, i servizi, l'ambiente e le strutture sostengono e permettono che le persone invecchino attivamente con le seguenti modalità:

- riconoscere la vasta gamma di capacità e di risorse delle persone anziane;
- anticipare e rispondere in modo flessibile alle necessità e alle preferenze connesse con l'invecchiamento;
- rispettare le decisioni e le scelte relative allo stile di vita degli anziani;
- proteggere coloro che sono più vulnerabili; e
- promuovere il loro inserimento in tutte le aree della vita della comunità, nonché il loro contributo.

Figura 3 **Fattori determinanti l'invecchiamento attivo**

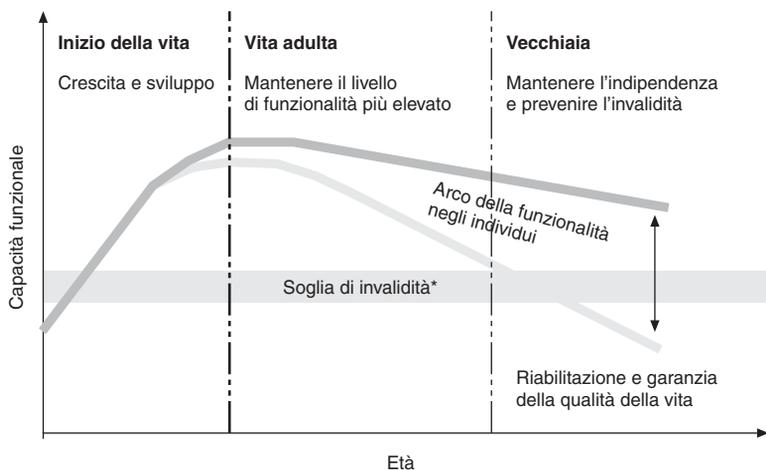


L'invecchiamento attivo dipende da numerose influenze o fattori determinanti che circondano gli individui, le famiglie e le nazioni. Tali fattori comprendono condizioni materiali e anche elementi sociali che influenzano in maniera individuale i comportamenti e i sentimenti (11). Tutti questi fattori, nonché le interazioni tra di essi, svolgono un ruolo importante nell'influenzare notevolmente il modo in cui una persona invecchia. Molti aspetti dell'ambiente urbano e dei servizi riflettono questi fattori determinanti e sono compresi nelle caratteristiche specifiche di una città a misura di anziano (Fig. 3).

Questi fattori determinanti devono essere compresi in una prospettiva globale della vita che riconosce il fatto che le persone più anziane non costituiscono un gruppo omogeneo e che le differenze individuali aumentano con l'età. Ciò è illustrato nella Figura 4, che indica come le capacità funzionali (quali la forza muscolare e la gittata cardiaca) aumentino nell'infanzia, raggiungano il massimo all'inizio della vita adulta, per poi diminuire. La velocità del declino è in gran parte determinata da fattori connessi con lo stile di vita e anche da fattori esterni sociali, ambientali ed economici. Da una prospettiva individuale e sociale, è importante ricordare che la rapidità del declino può venire influenzata, e può essere reversibile a ogni età, mediante decisioni di sanità pubblica individuali, come la promozione di un ambiente di vita favorevole agli anziani.

Poiché l'invecchiamento attivo è un processo che dura tutta la vita, una città a misura di anziano non favorisce solo gli individui più anziani. Edifici e strade senza barriere accrescono la mobilità e l'indipendenza degli individui con invalidità, sia giovani che vecchi. Quartieri sicuri permettono ai bambini, alle giovani donne e alle persone più anziane di avventurarsi senza paura fuori di casa per partecipare ad attività fisiche nel tempo libero e ad attività sociali. Le famiglie subiscono meno stress quando i loro membri più anziani godono del sostegno della

Figura 4 **Mantenere una buona capacità funzionale lungo tutto il corso della vita**



Fonte: Kalache e Kickbusch (12).

comunità e dei servizi sanitari di cui hanno bisogno. L'intera comunità si avvantaggia della partecipazione delle persone anziane ai lavori, remunerati o di volontariato. L'economia locale, infine, trae profitto dal sostegno dei clienti più anziani. La parola d'ordine nell'ambiente urbano sociale e fisico a misura di anziano è "facilitazione".

3. Com'è stata sviluppata la Guida

Città partecipanti

In totale, hanno partecipato al progetto dell'OMS che sta alla base di questa Guida 35 città da tutti i continenti; 33 di queste città hanno partecipato a ricerche in gruppi di discussione grazie alla collaborazione di funzionari governativi e di gruppi non governativi e accademici*. Queste città rappresentano una vasta gamma di paesi sviluppati e di paesi in via di sviluppo (Fig. 5). Esse riflettono le diversità degli ambienti urbani contemporanei e comprendono sei megalopoli con oltre 10 milioni di abitanti (Città del Messico, Mosca, Nuova Delhi, Rio de Janeiro, Shanghai e Tokyo), alcune "quasi megalopoli", come Istanbul, Londra, New York, e alcune capitali di nazioni, centri regionali e piccole città.

Approccio ascendente di partecipazione

L'approccio ascendente di partecipazione (13) coinvolge le persone anziane che analizzano e illustrano la loro situazione, al fine di ispirare le politiche governative. Esso è raccomandato dalle Nazioni Unite per permettere alle persone più anziane di contribuire alla società e di partecipare ai processi decisionali. Poiché le persone anziane sono gli esperti fondamentali nei confronti delle proprie vite, l'OMS e i suoi partner in ogni città hanno coinvolto queste persone come partecipanti a pieno titolo al progetto. I responsabili del progetto hanno interpellato direttamente gli anziani. Quali sono le caratteristiche favorevoli agli anziani della città in cui essi vivono? Quali problemi li assillano? Cosa manca alla città per far sì che essa possa migliorare la loro salute, la loro partecipazione e la loro sicurezza?

Sono stati creati gruppi di discussione con persone anziane di età superiore ai 60 anni, appartenenti ad aree di reddito basso o medio. Tra il settembre 2006 e l'aprile 2007 sono stati organizzati 158 gruppi, comprendenti 1485 partecipanti. Le persone più anziane sono state la fonte principale d'informazione in tutte e 33 le città nelle quali si sono costituiti questi gruppi. Per ottenere le opinioni delle persone che non avrebbero potuto frequentare i gruppi a causa dei loro malanni fisici o mentali, la maggior parte delle città ha anche organizzato un gruppo di discussione formato dal personale di assistenza; tale gruppo conduceva la ricerca in base all'esperienza delle persone anziane che venivano assistite.

Per integrare le informazioni ottenute tramite le persone anziane e il personale di assistenza, la maggior parte delle città ha anche formato gruppi di discussione con i fornitori dei servizi per i settori pubblico, commerciale e di volontariato. In totale sono stati inclusi nelle consultazioni 250 fornitori di assistenza e 515 fornitori di servizi. Questi gruppi hanno fatto osservazioni basate sulle loro interazioni con le persone anziane. A volte il personale di assistenza e

* Edimburgo ha fornito informazioni sulle misure adottate dalla città a favore degli anziani, basate su una vasta rassegna e su colloqui individuali effettuati alcuni mesi prima del progetto ideato dall'OMS. Queste informazioni, ottenute impiegando una metodologia differente ma complementare, hanno fornito un'ulteriore conferma dei risultati ottenuti nei gruppi di discussione. La città di New York è stata strettamente coinvolta nell'analisi dei dati e nello sviluppo delle fasi successive del progetto.

i fornitori di servizi hanno procurato informazioni che le persone anziane non avevano riferito, ma le informazioni da entrambi i gruppi sono state sempre conformi con le opinioni espresse dalle persone anziane.

Argomenti di discussione

Nei gruppi di discussione sono stati esplorati otto argomenti al fine di dare un quadro minuzioso delle misure a favore degli anziani. Gli argomenti prendono in esame le caratteristiche delle strutture, dell'ambiente, dei servizi e delle politiche che costituiscono i fattori determinanti dell'invecchiamento attivo. Gli argomenti erano stati stabiliti in precedenti ricerche condotte su persone anziane e riguardanti le caratteristiche delle comunità favorevoli agli

Figura 5 Città partecipanti al progetto



Americhe

Argentina, La Plata
 Brasile, Rio de Janeiro
 Canada, Halifax
 Canada, Portage la Prairie
 Canada, Saanich
 Canada, Sherbrooke
 Costa Rica, San Jose
 Giamaica, Kingston
 Giamaica, Montego Bay
 Messico, Cancún
 Messico, Città del Messico
 Portorico, Mayaguez
 Portorico, Ponce
 Stati Uniti, New York
 Stati Uniti, Portland

Africa

Kenya, Nairobi

Mediterraneo orientale

Giordania, Amman
 Libano, Tripoli
 Pakistan, Islamabad

Europa

Germania, Ruhr
 Irlanda, Dundalk
 Italia, Udine
 Regno Unito, Edimburgo
 Regno Unito, Londra
 Russia, Mosca
 Russia, Tuymazy

Svizzera, Ginevra
 Turchia, Istanbul

Asia sud-orientale

India, Nuova Delhi
 India, Udaipur

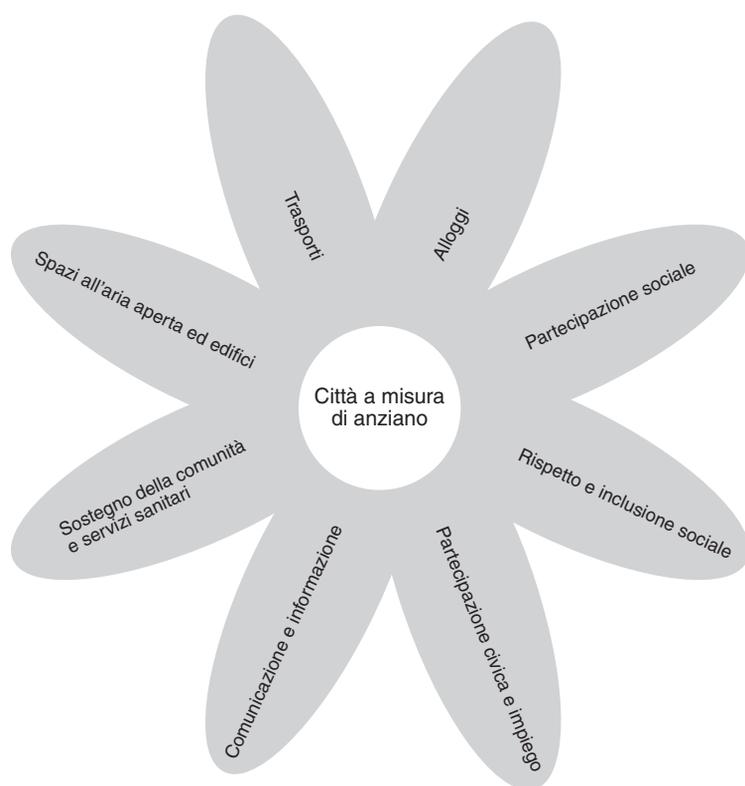
Pacifico occidentale

Australia, Melbourne
 Australia, Melville
 Cina, Shanghai
 Giappone, Himeji
 Giappone, Tokyo

anziani (14, 15). Nei gruppi di discussione di tutte le città sono state poste le stesse domande di base per ogni area oggetto di ricerca.

I primi tre argomenti sono stati gli spazi all'aria aperta e gli edifici, il trasporto e gli alloggi. Questi argomenti, in quanto caratteristiche chiave dell'ambiente fisico di una città, hanno una notevole influenza sulla mobilità degli individui, sulla loro sicurezza contro i traumatismi e i crimini, sul comportamento nei confronti della salute e sulla partecipazione sociale. I tre argomenti successivi riflettono gli aspetti diversi dell'ambiente sociale e della cultura che influenzano la partecipazione e il benessere mentale. Il rispetto e l'inclusione sociale trattano degli atteggiamenti, del comportamento e dei messaggi degli altri individui e della comunità nel suo insieme nei confronti della popolazione più anziana. La partecipazione sociale si riferisce all'impegno delle persone anziane nello svago, nella socializzazione e nelle attività culturali, educative e spirituali. La partecipazione civica e l'impiego affrontano le opportunità per la cittadinanza di lavoro non remunerato o remunerato; sono connessi con l'ambiente sociale e con i fattori economici determinanti dell'invecchiamento attivo. I due ultimi argomenti, cioè

Figura 6 **Argomenti presi in considerazione per le città a misura di anziano**



la comunicazione e l'informazione, e il sostegno della comunità e i servizi sanitari, interessano sia gli ambienti sociali sia i fattori determinanti dei servizi sanitari e sociali. I fattori trasversali dell'invecchiamento attivo relativi alla cultura e al sesso sono stati inclusi in questo progetto solo in via indiretta, perché la loro influenza sull'invecchiamento attivo si estende molto al di là del vivere in città. Data la loro influenza di primaria importanza, questi fattori determinanti meritano iniziative particolarmente mirate.

Analogamente ai fattori determinanti dell'invecchiamento attivo, questi otto aspetti della vita cittadina si sovrappongono e interagiscono tra di loro. Il rispetto e l'inclusione sociale sono riflessi nell'accessibilità degli edifici e degli spazi, nonché nella gamma delle opportunità che la città offre alle persone anziane riguardo la partecipazione sociale, lo svago e il lavoro. A sua volta la partecipazione sociale influenza l'inclusione sociale, nonché l'accesso all'informazione. L'edilizia abitativa influenza le necessità dei servizi di sostegno della comunità, mentre la partecipazione sociale, civica ed economica dipende in parte dall'accessibilità e dalla sicurezza degli spazi all'aria aperta e degli edifici pubblici. Il trasporto, le comunicazioni e in particolare l'informazione interagiscono con altre aree: senza mezzi di trasporto o senza mezzi adeguati per ottenere informazioni che permettano alla gente di incontrarsi e di stabilire relazioni, risultano praticamente inaccessibili le altre facilitazioni e gli altri servizi urbani che potrebbero supportare l'invecchiamento attivo. La Fig. 6 mostra gli argomenti presi in considerazione.

Identificazione delle caratteristiche di un ambiente favorevole agli anziani

Per ciascun argomento, sono stati trascritti e raggruppati per area tematica i rapporti sugli aspetti favorevoli agli anziani riguardanti la città, le barriere, le lacune e i suggerimenti di miglioramento enunciati dai partecipanti nei gruppi di discussione delle varie città. Le tematiche che sono state menzionate in ciascuna città sono state registrate per creare un quadro di ciò che era maggiormente importante sia nel suo complesso che nelle diverse regioni e città. Sulla base delle tematiche, è stata stesa una lista di controllo che elenca le caratteristiche di una città a misura di anziano per ogni area della vita cittadina. La lista di controllo rappresenta una fedele sintesi delle opinioni espresse dai partecipanti nei gruppi di discussione in tutto il mondo.

4. Come utilizzare la Guida

Caratteristiche essenziali di un ambiente favorevole agli anziani

Lo scopo di questa Guida è di aiutare le città a guardare se stesse dalla prospettiva delle persone anziane, in modo da identificare dove e come possano divenire più a misura di anziano. I successivi capitoli della Guida descrivono, per ogni area della vita cittadina, i vantaggi e le barriere che le persone anziane sperimentano nelle città in differenti stadi di sviluppo. La lista di controllo delle caratteristiche essenziali di un ambiente favorevole agli anziani, che chiude ciascun capitolo, si può applicare sia alle città meno sviluppate che a quelle maggiormente sviluppate; ha lo scopo di fornire lo standard ideale della città a misura di anziano.

La lista di controllo non è un sistema per classificare la solidarietà di una città rispetto a un'altra; è, piuttosto, un mezzo per un'autovalutazione da parte della città stessa ed è anche una mappa per la valutazione dei progressi. È possibile andare oltre l'elenco e, in verità, alcune città già presentano caratteristiche che hanno superato quelle definite essenziali, fornendo idee che possono essere adattate e anche adottate da altre città. Ciononostante, nessuna città ha uno standard di eccellenza in tutte le aree.

Le liste di controllo delle caratteristiche urbane favorevoli agli anziani non sono né una linea guida tecnica né delle specifiche dettagliate di un modello. Sono disponibili documenti tecnici per facilitare l'attuazione delle modifiche che possono essere necessarie in ogni città (16, 17).

Chi utilizzerà la Guida?

La Guida è stata progettata per essere utilizzata da individui e gruppi interessati a rendere le loro città a misura di anziano, quali i governi, le organizzazioni di volontariato, il settore privato e i gruppi di cittadini. Lo stesso principio seguito nella creazione della Guida si applica al suo utilizzo, e cioè: coinvolgere le persone anziane come partner a tutti gli effetti in qualsiasi stadio. Le persone anziane, nel valutare le potenzialità e le lacune della città, dovranno indicare quelle caratteristiche della lista che sono confrontabili con le proprie esperienze. Forniranno suggerimenti per eventuali modifiche e potranno partecipare a implementare progetti di miglioramento. La situazione delle persone anziane articolata attraverso questo approccio ascendente fornisce informazioni essenziali, che saranno raccolte e analizzate da esperti in gerontologia e dai responsabili delle decisioni allo scopo di sviluppare o adattare gli interventi e le politiche. È indispensabile che, nella fase di controllo a distanza dell'azione locale, le persone anziane continuino a essere coinvolte nel monitorare il progresso della città e nel fungere da difensori e consiglieri per una città a misura di anziano.

5. Spazi all'aria aperta ed edifici

Sintesi dei risultati

L'ambiente esterno e gli edifici pubblici causano un notevole impatto su mobilità, indipendenza e qualità della vita delle persone anziane e influenzano la loro capacità di “invecchiare a casa propria”. Nelle consultazioni del progetto dell'OMS, le persone anziane e coloro che interagiscono in modo significativo con esse descrivono una vasta gamma di caratteristiche del paesaggio urbano e dell'ambiente costruito che contribuisce alla solidarietà verso gli anziani. I temi ricorrenti nelle città di tutto il mondo sono la qualità della vita, l'accesso e la sicurezza. I miglioramenti che sono stati fatti o che sono in corso di attuazione nelle città, a tutti gli stadi di sviluppo, risultano graditi a coloro che sono stati consultati, i quali indicano anche le altre modifiche che dovrebbero essere effettuate.

1. Ambiente piacevole e pulito

La bellezza della natura nei dintorni della città viene descritta dalla gente spontaneamente in molte città come una caratteristica della città a misura di anziano. Per esempio, a Rio de Janeiro e Cancún, vivere vicino all'oceano è ritenuto un netto vantaggio, come lo è vivere in vicinanza del fiume a Melville e a Londra. A Himeji, le persone anziane apprezzano la quiete e la pace del loro ambiente. Allo stesso tempo, le persone anziane esprimono delle lamentele nei confronti della pulizia delle loro città, del livello fastidioso di rumore e degli odori.

Ti alzi alle quattro del mattino anziché alle sei perché c'è troppo rumore fuori.

Una persona anziana, Istanbul

A Tripoli, l'odore del fumo del narghilè (pipa orientale ad acqua) è definito “soffocante”, specialmente nelle ore serali e durante il Ramadan. In Giamaica, viene espressa preoccupazione per la musica troppo alta, aggravata dal linguaggio esplicito usato nelle canzoni. In numerose città, la sporcizia della città peggiora la qualità della vita dei residenti più anziani. La popolazione di Città del Messico, per affrontare questi problemi, suggerisce di organizzare una campagna a favore delle “strade pulite”, mentre in Giamaica vengono raccomandate regole contro il livello del rumore.

In alcune città le dimensioni urbane vengono ritenute un problema. Il crescente numero di persone a Tokyo è ritenuto connesso con una riduzione della coesione della comunità. Nairobi è considerata superaffollata e piena di difficoltà per la circolazione delle persone anziane.

2. Importanza degli spazi verdi

La presenza di spazi verdi è una delle caratteristiche più frequentemente menzionate. Tuttavia, in molte città vi sono barriere che non permettono alle persone anziane di utilizzare gli spazi verdi. A Nuova Delhi, per esempio, si dice che alcuni spazi verdi sono soggetti a scarsa manutenzione e sono divenuti “discariche”; a Himeji alcuni parchi sono ritenuti insicuri. A Melville viene espressa preoccupazione sull'inadeguatezza dei gabinetti e la mancanza di panchine. Viene riferito che a Mosca non esistono protezioni contro le intemperie, mentre a Udaipur

sono messe in luce difficoltà di accesso ai parchi. Un altro argomento di preoccupazione è il pericolo derivante dall'uso condiviso dei parchi.

Può costituire un fattore limitante per una persona anziana andare in un parco che può essere un'area condivisa di attività con biciclette sfreccianti, o skateboard o roller-blade, oppure con grossi animali a quattro zampe che balzano addosso.

Un fornitore di servizi, Melbourne

Per risolvere questi problemi vengono forniti suggerimenti diversi. Il personale di assistenza di Halifax esprime la necessità di spazi verdi piccoli, più tranquilli, delimitati, posti nelle aree marginali della città anziché nei grandi parchi frequentati dai bambini e dai pattinatori. Le persone anziane di Amman raccomandano giardini speciali per il loro gruppo di età, mentre le persone anziane di Nuova Delhi suggeriscono di delimitare nei parchi le aree per le persone anziane. In numerose sedi viene auspicata una migliore manutenzione dei parchi.

3. Un posto dove riposare

La disponibilità di aree per sedersi è generalmente considerata come una caratteristica urbana necessaria per le persone anziane: risulta difficile per molte persone anziane camminare nel loro quartiere senza alcun posto dove riposarsi.

Vi sono troppe poche aree dove sedersi... ti stanchi e hai bisogno di sederti.

Una persona anziana, Melville

Le persone anziane e il personale di assistenza di Shanghai apprezzano le aree di riposo nella loro città. A Melbourne, è considerato positivamente il nuovo sviluppo di aree all'aperto dove potersi sedere. Vi è, però, qualche preoccupazione in merito all'invasione nelle aree pubbliche di riposo da parte di individui o gruppi minacciosi o che mostrano un comportamento antisociale. A Tuymazy, per esempio, è stato richiesto che le panchine pubbliche venissero tolte proprio per questo motivo.

4. Pavimentazione a misura di anziano

La condizione della pavimentazione ha un ovvio impatto sulla possibilità di camminare e passeggiare nel quartiere. I lastricati stretti, irregolari, frammentati, che hanno alti marciapiedi, che sono congestionati di gente o che hanno ostacoli, rappresentano pericoli potenziali e influiscono sulla capacità delle persone anziane di camminare.

Sono caduto a causa della pavimentazione. E mi sono rotto una spalla.

Una persona anziana, Dundalk

Lastricati inadeguati sono descritti come un problema quasi universale. In molte città, come Città del Messico, Rio de Janeiro e le città della Giamaica, i pedoni sono obbligati a condividere i marciapiedi con i venditori ambulanti. In altre città, come La Plata, Mosca, Ponce e la regione metropolitana della Ruhr, le automobili parcheggiate sui marciapiedi obbligano i pedoni a camminare sulla strada. Il clima può aggravare le difficoltà delle persone anziane che usano i marciapiedi. A Sherbrooke, per esempio, la gente si lamenta perché la neve non viene

spalata via dai marciapiedi, e a Portage la Prairie il rischio di cadute è ritenuto maggiore dopo una nevicata.

Viene espressa approvazione per i miglioramenti che alcune città stanno effettuando nei confronti del modello e della manutenzione dei marciapiedi. Vengono spesso indicate le seguenti caratteristiche al fine di rendere la pavimentazione a misura di anziano:

- una superficie regolare, pianeggiante, non scivolosa;
- ampiezza sufficiente per far passare le sedie a rotelle;
- marciapiedi abbassati che si riducono gradualmente fino al livello della strada;
- assenza di ostacoli, come venditori ambulanti, automobili parcheggiate e alberi; e
- priorità di accesso ai pedoni.

Non vivo nel centro della città, vivo a La Loma, ma abbiamo gli stessi problemi con i marciapiedi e roba del genere. Per me camminare è difficoltoso, adopero un bastone e guardo sempre verso il basso, come soleva dire un mio amico. Adesso, quando cammino per il centro della città e chiedo aiuto per attraversare la 7a strada, cerco sempre di trovare una persona più o meno giovane, e la gente mi viene incontro, non mi posso quindi lamentare di ciò, cioè dell'aiuto della gente.

Una persona anziana, La Plata

5. Attraversamento pedonale sicuro

La capacità di attraversare in sicurezza la strada è una preoccupazione spesso menzionata; è riportato che parecchie città hanno effettuato miglioramenti delle condizioni di attraversamento della strada da parte dei pedoni: semafori a Cancún, isole pedonali a La Plata, attraversamenti pedonali a Mayaguez e strisce antiscivolo agli attraversamenti pedonali a Portland. Amman ha costruito cavalcavia e sottopassaggi per facilitare l'attraversamento delle strade da parte dei pedoni.

Viene riportato che in parecchie città le luci dei semafori agli attraversamenti pedonali cambiano troppo rapidamente. A Melville si suggerisce che le luci dei semafori abbiano un "contatore" visivo in modo che i pedoni si possano rendere conto di quanto tempo hanno a disposizione per attraversare la strada. I segnali acustici agli attraversamenti pedonali sono molto graditi a Istanbul, mentre a Portland e a Udine vengono raccomandati segnali sia acustici che visivi agli incroci.

I semafori agli incroci sono fatti per i corridori olimpionici.

Una persona anziana, Halifax

Un'altra preoccupazione comune è che gli automobilisti non rispettano i segnali del traffico e non danno la precedenza ai pedoni.

...ci sono pedoni che attraversano, ma gli automobilisti non hanno alcun rispetto per i pedoni. Ti vedono sulla strada e ti vengono addosso. Se il tuo cuore non è forte, potrebbe cedere.

Una persona anziana, Giamaica

Nella maggior parte delle città il volume e la velocità del traffico stradale sono considerati delle barriere per le persone anziane, sia che siano pedoni sia che guidino l'automobile. A Udaipur il traffico è descritto come caotico e le persone più anziane temono di uscire a causa del notevole traffico; alcune non vogliono uscire a meno che non siano accompagnate. (Le difficoltà sperimentate dagli automobilisti anziani sono discusse nel Capitolo 7.)

6. Accessibilità

Sia nelle città sviluppate che in quelle in via di sviluppo la gente ritiene che la loro città non sia stata progettata per le persone anziane.

Mi reco in città solo quando ho qualcosa di particolare da fare. Ci vado, faccio quello che devo fare e ritorno immediatamente a casa. Perché dovrei voler camminare per la città? Non sono più giovane.

Una persona anziana, Nairobi

In molte città si fa riferimento alle barriere architettoniche, che possono scoraggiare le persone anziane dall'uscire di casa. A Rio de Janeiro viene messo in evidenza che le scale di cemento per accedere alle favelas (baraccopoli) creano difficoltà alle persone anziane. La mancanza di balaustre in alcune aree è un problema rilevato a Sherbrooke. La raccomandazione comune per trattare questi inconvenienti è la formazione, in particolar modo dei progettisti e degli architetti urbani, sulle necessità delle persone anziane.

7. Un ambiente sicuro

Sentirsi sicuro nell'ambiente in cui si vive influenza fortemente la disponibilità degli individui a muoversi nel quartiere e influisce a sua volta sulla loro indipendenza, sulla salute fisica, sull'integrazione sociale e sul benessere emotivo. Molte città sono ritenute generalmente sicure dalle violenze, mentre alcune città evidentemente non lo sono. Indipendentemente dal livello attuale di pericolo, quasi tutti i partecipanti hanno espresso preoccupazioni sulla sicurezza, chiamando in causa l'illuminazione stradale, la violenza, il crimine, le droghe e i senzatetto nei luoghi pubblici. Numerose persone anziane ritengono sia particolarmente pericoloso uscire di notte.

Non andiamo fuori alla sera. Non vado da nessuna parte... potrebbero ucciderti.

Una persona anziana, Tuymazy

Si riconosce che in alcune città sono state prese misure per migliorare la sicurezza; per esempio, a Ginevra e Sherbrooke sono state installate telecamere di sorveglianza.

Per migliorare la sicurezza si deve coinvolgere la comunità, mediante la creazione di gruppi auto-organizzati di persone anziane per una maggiore sicurezza all'aria aperta, e l'aumento delle forze di polizia. A Dundalk è stata proposta l'istituzione di una sovvenzione pubblica alle persone anziane per migliorare la loro sicurezza.

In Turchia si verificano frequentemente terremoti, e le persone anziane a Istanbul ritengono che la loro città non sia progettata per minimizzare il rischio di lesioni provocate dai terremoti.

Dovremmo avere uno spazio all'aperto dove sentirci sicuri in caso di terremoto, ma non ce lo creano, ci dicono di usare le strade.

Una persona anziana, Istanbul

8. Passaggi pedonali e piste ciclabili

Passaggi pedonali e piste ciclabili sono considerati come parte di un ambiente che promuove la salute e che è favorevole agli anziani, eppure comportano anche dei pericoli. A Ginevra, i

ciclisti sono ritenuti una minaccia per le persone anziane. A Udine si è proposto di prevedere due percorsi – uno per i ciclisti e un altro per i pedoni. Le persone anziane a Cancún, Portland e Saanich apprezzano i percorsi pedonali delle loro città. Il personale di assistenza di Halifax chiede che i passaggi pedonali abbiano una superficie regolare; dalle persone anziane e dal personale di assistenza di Portage la Prairie è menzionata la necessità di garantire che tali percorsi abbiano un accesso facile e punti di accesso idonei per le sedie a rotelle. Le persone anziane di Udine consigliano di sviluppare un sistema di percorsi pedonali per muoversi in città, mentre ad Halifax si richiedono passaggi pedonali nei parcheggi delle auto onde assicurare la sicurezza dei pedoni. Un'altra idea prospettata a Saanich consiste nel sistemare gabinetti pubblici nelle vicinanze dei passaggi pedonali.

9. Edifici a misura di anziano

In molte città, fra cui Himeji, Mayaguez, Melbourne e Nuova Delhi, si fa riferimento all'accessibilità degli edifici nuovi e ai miglioramenti effettuati per renderli più accessibili. In linea generale, le seguenti caratteristiche sono ritenute necessarie affinché gli edifici siano a misura di anziano:

- ascensori
- scale mobili
- rampe di accesso
- entrate e passaggi ampi
- scale adatte (non troppo alte o ripide) con ringhiere
- pavimento non scivoloso
- aree di riposo con comodi sedili
- segnaletica adeguata
- bagni pubblici con accesso ai portatori di handicap.

In due città, tuttavia, vengono menzionati degli ostacoli all'utilizzo degli ascensori da parte delle persone anziane. A Nairobi le persone anziane hanno timore di usare gli ascensori e hanno bisogno di essere accompagnate, mentre a Tripoli sono riluttanti a usare gli ascensori perché si verificano frequenti guasti elettrici e hanno, perciò, timore di rimanere bloccate.

Mentre è generalmente riconosciuta l'importanza dell'accessibilità agli edifici, si riconosce altrettanto ampiamente che molti edifici, particolarmente quelli antichi, non sono accessibili. Non è possibile, in alcuni casi, rendere i vecchi edifici più accessibili. La maggior parte delle città sente la necessità di migliorare l'accessibilità degli edifici, soprattutto per facilitare l'accesso alle sedie a rotelle.

Vengono menzionati anche gli aspetti positivi e negativi dei grandi centri commerciali. A Dundalk e Melville alcuni centri commerciali forniscono sedie a rotelle ai loro clienti e sono attrezzati per il loro accesso. A Melbourne, le lunghe distanze da percorrere sono percepite come una barriera all'utilizzo dei grandi centri commerciali. A Istanbul i centri commerciali hanno le scale mobili, ma le persone anziane le trovano difficili da usare.

Si ritiene che gli edifici, compresi i negozi, dovrebbero essere situati vicino ai luoghi nei quali le persone anziane vivono, in modo da permettere loro un facile accesso a tali servizi e strutture. Le persone anziane a Tuymazy sono contente di vivere in vicinanza dei negozi e dei mercati. Il raggruppamento delle attività commerciali a Sherbrooke permette alle persone anziane di effettuare i loro acquisti entro una breve distanza dalle loro abitazioni.

10. Bagni pubblici adeguati

La disponibilità di bagni puliti, convenientemente situati, ben segnalati, accessibili ai portatori di handicap è generalmente considerata come un'importante caratteristica di un ambiente urbano favorevole agli anziani. A Islamabad viene espresso apprezzamento per i bagni pubblici che sono stati recentemente aperti e che stanno aumentando di numero.

Sono stati segnalati numerosi ostacoli in riferimento ai bagni pubblici. Ad Halifax le porte dei gabinetti sono troppo pesanti e difficili da aprire. A Himeji i bagni pubblici sono piccoli e non tutti sono del tipo con sedile. A La Plata il personale di assistenza mette in evidenza l'assenza di gabinetti accessibili alle persone disabili.

11. Clienti anziani

Un buon servizio clienti attento alle necessità delle persone anziane è ritenuto una caratteristica favorevole agli anziani. Un trattamento preferenziale è concesso alle persone anziane a Cancún, mentre in Giamaica alcune ditte forniscono sedie a rotelle ai clienti più anziani. A Città del Messico vengono forniti per legge servizi prioritari alle persone anziane. A Portland un gruppo di volontariato ha sviluppato una guida commerciale favorevole agli anziani e ha messo a punto un sistema di verifica.

Una delle barriere identificate in numerose città è costituita dalle lunghe code o dai lunghi tempi di attesa che le persone anziane devono affrontare per essere servite. Si propone l'adozione di speciali accordi di servizio per le persone anziane, come file separate o casse di servizio. Le persone anziane a Istanbul raccomandano che nelle file venga data la precedenza alle donne anziane. A Sherbrooke si propone di sistemare delle sedie nei luoghi commerciali, come le banche, dove le persone anziane devono attendere.

Un'altra barriera identificata in alcune città, fra cui Londra e Tokyo, è la scomparsa dei negozi locali e dei piccoli supermercati. Con la loro chiusura le persone anziane perdono una fonte potenziale di contatti sociali e devono andare più lontano per fare la spesa.

Lista di controllo per gli spazi all'aria aperta e gli edifici a misura di anziano

Ambiente

- La città è pulita, con regole esecutive che limitano i livelli del rumore e gli odori molesti o dannosi nei luoghi pubblici.

Spazi verdi e passaggi pedonali

- Esistono spazi verdi ben mantenuti e sicuri, con adeguate zone riparate, servizi con gabinetti e panchine facilmente accessibili.
- I percorsi favorevoli ai pedoni sono liberi da ostacoli, hanno superficie regolare, sono attrezzati con bagni pubblici e sono facilmente accessibili.

Sedili all'aria aperta

- Sono disponibili sedili e panchine all'aria aperta, specialmente nei parchi, alle fermate dei trasporti pubblici e negli spazi pubblici, sistemati a intervalli regolari; i posti a sedere sono ben mantenuti e controllati per assicurare l'accesso in sicurezza a tutti.

Pavimentazione

- I lastricati sono ben mantenuti, lisci, pianeggianti, non scivolosi e ampi abbastanza da far passare sedie a rotelle, con marciapiedi abbassati che gradualmente si assottigliano verso la strada.
- I marciapiedi sono liberi da ogni ostacolo (ad es. venditori ambulanti, automobili parcheggiate, alberi, escrementi di cani, neve) e i pedoni hanno la priorità di utilizzo.

Strade

- Le strade posseggono attraversamenti pedonali adeguati, non scivolosi, regolarmente distanziati che garantiscano il sicuro attraversamento della strada.
- Le strade sono dotate di strutture fisiche ben progettate e sistemate in modo appropriato, come isole pedonali, cavalcavia e sottopassaggi, onde facilitare ai pedoni l'attraversamento delle strade trafficate.
- Le luci dei semafori per i pedoni devono permettere un tempo sufficiente di attraversamento stradale per le persone anziane e devono avere segnali sia visivi che acustici.

Traffico

- Le norme e i regolamenti relativi al traffico vengono applicati rigorosamente, e gli automobilisti danno la precedenza ai pedoni.

Piste ciclabili

- Esistono piste ciclabili separate per i ciclisti.

Sicurezza

- La sicurezza pubblica in tutti gli spazi all'aria aperta e negli edifici rappresenta una priorità ed è favorita, per esempio, da misure atte a ridurre il rischio di disastri naturali, da una buona illuminazione stradale, dalla presenza di pattuglie della polizia, dal rispetto della legge e dal sostegno alle iniziative a favore della sicurezza della comunità e degli individui.

Servizi

- I servizi sono raggruppati e situati in prossimità dei luoghi di domicilio delle persone anziane; e sono facilmente accessibili (ad es. al pianterreno degli edifici).
- Esistono degli speciali accordi di servizio per la clientela a favore delle persone anziane, come le file separate o le casse di servizio in loro favore.

Edifici

- Gli edifici sono accessibili e possiedono le seguenti caratteristiche:
 - ascensori
 - rampe
 - segnaletica adeguata
 - ringhiere sulle scale
 - scale che non sono troppo alte o ripide
 - pavimenti non scivolosi
 - aree di riposo con comodi sedili
 - numero sufficiente di bagni pubblici.

Bagni pubblici

- I bagni pubblici sono puliti, in buone condizioni, facilmente accessibili per le persone diversamente abili, con chiare indicazioni e situati in luoghi convenienti.

6. Trasporti

Sintesi dei risultati

I trasporti, compreso il trasporto pubblico accessibile e sostenibile, sono un fattore chiave che influenza l'invecchiamento attivo. Essi costituiscono un tema che coinvolge molte altre aree di discussione. In particolare, la capacità di muoversi nella città permette, da un punto di vista sociale e civico, di partecipare e di accedere alla comunità e ai servizi sanitari.

Le persone consultate nel progetto dell'OMS hanno, perciò, avuto molto da dire su tale argomento, che abbraccia ogni aspetto delle infrastrutture, dell'equipaggiamento e dei servizi dei mezzi di trasporto urbano.

Per molte persone anziane, la vita è regolata dal sistema di trasporto disponibile.

Un fornitore di servizi, Dundalk

1. Disponibilità

I servizi di trasporto pubblico sono disponibili in quasi tutte le città, seppure non in tutte le loro zone. L'esistenza di un sistema di trasporto pubblico ben sviluppato e soddisfacente è più frequentemente segnalata nelle città dei paesi sviluppati e di quelli con un'economia di transizione (ad es. la Federazione Russa). In molte città sono disponibili vari servizi di trasporto, compresi autobus (sia privati che pubblici), treni, tram, filobus, riscio (sia privati che pubblici), bus navetta e minibus, servizi di trasporto (su base volontaria) della comunità specifici per handicappati o per persone anziane deboli, taxi e autisti personali. Eppure nelle città, in tutti gli stadi di sviluppo, sono state riportate lacune che devono essere colmate, in modo da rendere le comunità più favorevoli verso gli anziani.

2. Sostenibilità economica

Il costo è visto come un fattore significativo che influenza l'uso dei trasporti pubblici da parte delle persone anziane. In alcune città viene fornito agli anziani il trasporto pubblico gratuito o sovvenzionato. A Ginevra coloro che accompagnano una persona anziana viaggiano gratuitamente, mentre a Dundalk alle persone di 75 anni e oltre viene concessa una tessera per l'accompagnamento. In alcune città, tuttavia, il costo del trasporto pubblico è ritenuto troppo caro. Le persone anziane a Nairobi si lamentano degli incrementi arbitrari dei prezzi a causa delle brutte condizioni del tempo, delle feste pubbliche e dei periodi di picco del traffico. Vengono anche menzionate delle difficoltà a ricevere tariffe sovvenzionate o gratuite. A Himeji l'età per ottenere una tessera per il trasporto gratuito è troppo elevata, mentre a Nuova Delhi l'iter è ritenuto troppo complicato. A Rio de Janeiro non viene fornito trasporto gratuito alle persone anziane che vivono nelle favela, dato che il trasporto pubblico non copre quelle zone. A Ginevra, viaggi a prezzi scontati possono essere ottenuti solo se le persone anziane acquistano un biglietto ferroviario stagionale. In alcune città non possono essere usate tariffe sovvenzionate per i servizi di trasporto privato; a Dundalk, però, le tessere per il trasporto gratuito sono accettate su alcuni servizi privati di autobus.

In alcune città è stato proposto che le persone anziane possano beneficiare del trasporto gratuito o sovvenzionato. A Città del Messico viene suggerito che il trasporto gratuito sia fornito alle persone anziane che devono essere presenti a specifici eventi.

3. Affidabilità e frequenza

La presenza di servizi di trasporto pubblico frequenti e affidabili viene identificata come una caratteristica favorevole agli anziani. Alcune persone anziane, particolarmente nelle città sviluppate, indicano che la frequenza dei servizi di trasporto urbano è buona.

Vi sono, nondimeno, numerosi rapporti dalle città a vari stadi di sviluppo attestanti che i servizi di trasporto pubblico non sono abbastanza frequenti o affidabili. A Istanbul le persone anziane indicano che viaggiare con i trasporti pubblici richiede un tempo molto lungo perché i mezzi non sono frequenti. A Melbourne si dice che alcune zone non hanno servizi di autobus dal sabato pomeriggio al lunedì mattina. Nell'area metropolitana della Ruhr gli anziani ritengono che il trasporto pubblico non sia abbastanza frequente verso le zone periferiche della città e durante la notte. In alcune città viene suggerito di aumentare la frequenza del trasporto pubblico, particolarmente nella notte e nei weekend.

In alcune città, come Ginevra, Londra, Mosca e Tokyo, la gente afferma che i servizi di trasporto pubblico sono affidabili, ma ciò non ha sempre riscontro in altre città di pari sviluppo. Nella città in via di sviluppo questa caratteristica favorevole alle persone anziane non è stata riportata. Ad Amman non esiste un orario stabilito per gli autobus e a Islamabad non vi è alcun orario fisso per i mezzi del servizio pubblico. A La Plata gli autobus non sono affidabili poiché i percorsi di linea vengono spesso modificati.

4. Destinazioni dei trasporti

L'utilizzo dei trasporti pubblici dipende in gran parte dalla possibilità di poter giungere dove si vuole arrivare. Le persone in diverse città affermano che i servizi di trasporto pubblico coprono in modo soddisfacente perlomeno alcune zone, permettendo loro di arrivare dove desiderano. Ma in altre città sia dei paesi sviluppati che di quelli in via di sviluppo viene espressa preoccupazione sull'adeguatezza dei percorsi del trasporto pubblico; la gente si lamenta che parecchie zone della città non sono servite, che è difficile attraversare l'intera città o che vi sono scarse connessioni tra gli autobus e gli altri mezzi di trasporto. Inoltre, non sono servite in modo soddisfacente certe importanti destinazioni per le persone anziane. Per esempio, a Dundalk gli autobus non arrivano fino a una delle case di cura, mentre a Mayaguez vi sono trasporti limitati verso i centri per le persone anziane. A Tuymazy viene considerato insufficiente l'accesso ai giardini pubblici mediante il trasporto pubblico.

Il problema con i trasporti pubblici è che vi sono molte lacune... se vuoi andare verso il centro della città va tutto a bene, ma se vuoi attraversarla è un incubo.

Una persona anziana, Portland

5. Veicoli a misura di anziano

Un altro argomento di primaria importanza che è stato menzionato è il salire e lo scendere dai mezzi di trasporto. Viene riportato che numerose città hanno veicoli di trasporto pubblico che sono stati modificati per fornire un accesso più facile agli anziani: a Shanghai vengono forniti sedili modificati; a Saanich esistono alcuni autobus accessibili e a Udaipur sarà presto in

funzione un servizio pubblico di autobus con veicoli a pianale basso. A Ginevra alcuni autobus hanno piattaforme rialzate e pianali bassi.

La gente comunemente osserva che il design dei mezzi di trasporto pubblico presenta alcune barriere per le persone anziane. A Udine, per esempio, gli anziani sostengono che è difficoltoso usare gli autobus a causa degli scalini troppo alti; a Ponce gli autobus non permettono l'accesso delle sedie a rotelle.

I residenti di un piccolo numero di città parlano anche di altre caratteristiche che scoraggiano l'utilizzo del trasporto pubblico. A Nuova Delhi le persone anziane mettono in evidenza il fatto che i numeri della linea dell'autobus non sono esposti in modo chiaro sugli autobus del servizio pubblico. A Dundalk i fornitori dei servizi mettono in dubbio l'efficienza di alcuni autobus, mentre a La Plata le persone anziane esprimono preoccupazione circa le condizioni deteriorate di qualche autobus.

6. Servizi speciali per le persone anziane

Le persone anziane che hanno difficoltà a usare il trasporto pubblico devono avere mezzi di trasporto adattati in modo specifico. Questi mezzi vengono menzionati come una caratteristica favorevole agli anziani in alcune città dei paesi sviluppati, ma in altre città queste alternative sono scarsamente disponibili. Vengono fatte raccomandazioni al fine di fornire servizi per le persone diversamente abili. Per esempio, a Rio de Janeiro gli addetti all'assistenza affermano che i taxi sono gli unici mezzi di trasporto per le persone anziane disabili, ma che le loro sedie a rotelle non possono entrare nel portabagagli del veicolo, dove è situato il serbatoio della benzina. A Città del Messico il personale di assistenza suggerisce la fornitura di autobus adattati specificamente per le persone disabili e i loro accompagnatori.

7. Posti a sedere riservati e cortesia dei passeggeri

Alcune città indicano che la presenza sui mezzi di trasporto pubblico di posti a sedere riservati alle persone anziane è una caratteristica favorevole agli anziani, e in alcune città, come Islamabad, i passeggeri in effetti rispettano i posti riservati alle persone anziane. Questa cortesia, tuttavia, non è di comune riscontro, e da parte degli anziani di Mosca, per esempio, viene raccomandata un'educazione pubblica che insegni la cortesia nei mezzi pubblici di trasporto.

8. Conducenti dei mezzi di trasporto

In alcune città la cortesia dei conducenti dei mezzi di trasporto viene descritta come un elemento di solidarietà verso gli anziani che facilita l'utilizzo del trasporto pubblico. In molte altre città, tuttavia, viene espressa preoccupazione circa la mancanza di sensibilità verso le persone anziane da parte degli autisti, con particolare riguardo a quelli degli autobus. Uno dei maggiori inconvenienti rilevati consiste nel fatto che gli autisti non aspettano che gli anziani si siano seduti prima di far partire il veicolo.

Posso salire sull'autobus, ma nel momento in cui l'autista parte l'autobus ha uno scossone, e mi ritrovo steso a terra.

Una persona anziana, Saanich

A Rio de Janeiro si mette in evidenza che numerosi anziani del ceto medio prendono un taxi o la metropolitana anziché viaggiare su un autobus, perché su quest'ultimo temono di cadere.

Un problema particolare messo in evidenza nelle città in via di sviluppo, come Amman, consiste nella riluttanza degli autisti a far salire le persone anziane. A Delhi e a Ginevra gli anziani pongono in risalto le difficoltà derivanti dal fatto che i conducenti degli autobus non si fermano abbastanza vicino al marciapiedi per permettere loro di salire o scendere all'autobus in piena sicurezza. La gente a Dundalk afferma che gli autisti degli autobus si fermano in luoghi non prestabiliti e ciò risulta spesso pericoloso, particolarmente agli angoli delle strade. A Ginevra e a Ponce si sostiene che alcuni conducenti di autobus sono scortesii.

Altre barriere riscontrate sono la guida spericolata e l'inosservanza del codice della strada. Guidano come matti... con la musica a tutto volume.

Una persona anziana, Città del Messico

Un ultimo argomento messo in evidenza in alcune città in via di sviluppo è lo sfruttamento da parte degli autisti. Per esempio, a Nuova Delhi alcuni conducenti di risciò fanno pagare eccessivamente i loro clienti, mentre a Nairobi le tariffe vengono modificate del tutto arbitrariamente.

Non sorprende quindi che in diverse città venga proposta una sensibilizzazione degli autisti nei confronti delle necessità delle persone anziane. Il programma di formazione degli autisti realizzato a Sherbrooke è considerato come vantaggioso per i passeggeri più anziani.

In un piccolo numero di città viene suggerito che l'altro personale dei mezzi di trasporto, per esempio il personale alle casse, venga sensibilizzato nei confronti delle necessità delle persone anziane e sul fatto che questo può influenzare il loro utilizzo dei servizi di trasporto.

9. Sicurezza e comodità

Il senso di sicurezza che la gente può più o meno provare nell'utilizzo del trasporto pubblico ha un effetto significativo sulla volontà di usare i servizi pubblici. In alcune città viene riferito che il trasporto pubblico è sicuro. A Cancún è stato segnalato che vi è meno criminalità sui servizi di trasporto pubblico rispetto ad altre città; a Melbourne e Mosca il trasporto pubblico è giudicato sicuro. Eppure, anche nei luoghi dove alcune persone ritengono sicuro l'uso del trasporto pubblico, per esempio a Londra, viene tuttora suggerito di effettuare ulteriori miglioramenti in merito alla sicurezza. Nelle numerose città dove vengono espresse riserve circa la sicurezza del trasporto pubblico, gli argomenti rilevati sono i furti e i comportamenti antisociali.

Il problema principale è salire e scendere dall'autobus. Quale delle tue tasche deciderai di tenere sotto controllo? Mentre stai sorvegliando la tua tasca, ti accorgi che il tuo portafoglio è sparito.

Una persona anziana, Istanbul

In molte città, il trasporto pubblico affollato, specialmente durante le ore di punta, presenta ulteriori motivi di insicurezza per gli anziani. Questo problema si riscontra più comunemente nelle città in via di sviluppo e nelle città russe. Per esempio, in Giamaica, gli urti e gli spintoni rappresentano un problema per le persone anziane alle fermate degli autobus e quando vi salgono. A Mosca, viene sottolineato che l'affollamento rende difficoltosa la respirazione nelle stazioni ferroviarie.

Anche alcune città sviluppate, come Dundalk, Portland e Saanich, riportano difficoltà connesse con l'affollamento dei mezzi di trasporto pubblico.

Non puoi respirare al suo interno (treno da Dublino). Se dovessi svenire nessuno se ne occorrerebbe – sei immobilizzato in posizione verticale!

Una persona anziana, Dundalk

A Nairobi, le persone anziane notano con soddisfazione che i problemi di sovraffollamento sono migliorati significativamente da quando sono state emanate le regole Michuki, che vietano di superare la capacità prestabilita dei posti a sedere. A Tuymazy viene suggerito di mettere a disposizione un numero maggiore di autobus durante le ore di punta, mentre a Saanich si raccomanda che le persone anziane siano incoraggiate a utilizzare i mezzi di trasporto pubblico al di fuori delle ore di punta.

10. Fermate e stazioni

Anche il design, la sede e le condizioni delle fermate e delle stazioni sono caratteristiche importanti. A Shanghai le persone anziane e gli addetti all'assistenza apprezzano le panchine, le tettoie e l'illuminazione fornite ad alcune fermate dei mezzi di trasporto. A Ponce, le fermate e i capolinea degli autobus sono mantenuti in buone condizioni. A Portland gli utenti sono soddisfatti della comodità di accesso alle fermate dei mezzi di trasporto.

La sede delle fermate dei trasporti pubblici costituisce un problema per alcune persone anziane. A Melbourne vengono riscontrati problemi quando vi sono poche fermate d'autobus e la distanza tra di esse è notevole. A Melville le persone anziane esprimono preoccupazione quando devono attraversare una via principale per recarsi alla fermata dell'autobus. A Saanich, alcune persone anziane dicono che le fermate dell'autobus sono troppo lontane dalle loro case.

In alcune città ci sono problemi di sicurezza alle fermate degli autobus. Viene riportato che a Mosca vi sono dei borsaioli nella folla alle fermate degli autobus; a Melbourne vi sono lamentele circa il vandalismo alle fermate degli autobus. A Melville si ritiene che un programma che permette ai bambini di decorare le fermate degli autobus abbia ridotto il vandalismo.

A San José la mancanza di tettoie alle fermate degli autobus viene percepita come uno svantaggio, analogamente alla mancanza di sedili alle fermate degli autobus a Shanghai. Tuttavia, a Tokyo si sottolinea che mettere delle panchine alle fermate degli autobus rende difficile alle persone disabili camminarvi intorno, dato che le strade sono molto strette.

La gente in molte città ritiene che le stazioni ferroviarie e i capolinea degli autobus dovrebbero essere facili da raggiungere e dovrebbero possedere un design a misura di anziano, con rampe, scale mobili, ascensori, bagni pubblici e indicazioni chiaramente visibili. A Tokyo le persone anziane e il personale di assistenza apprezzano l'ascensore che è stato installato nella stazione della metropolitana. Nella regione metropolitana della Ruhr le persone anziane considerano la mancanza di strutture nella stazione ferroviaria principale come una barriera al trasporto dei bagagli e delle sedie a rotelle verso la piattaforma. A Nuova Delhi le persone anziane mettono in evidenza che la stazione della metropolitana non è situata in prossimità delle abitazioni e che le indicazioni per la stazione non sono adeguate.

11. Taxi

In numerose città il servizio di taxi è visto come un'alternativa di trasporto per gli anziani. A Cancún il prezzo dei taxi è considerato sostenibile. A Dundalk le persone anziane apprezzano le tariffe scontate fornite dal servizio di taxi. A Melville gli addetti all'assistenza apprezzano lo schema di sussidio del governo per l'uso dei taxi. Ad Halifax alcuni conducenti di taxi sono di

molto aiuto alle persone anziane, e a Tripoli viene riportato che i taxi forniscono un servizio buono e conveniente.

In altre città vengono individuati ostacoli all'uso dei taxi. Un ostacolo è il costo e un altro è costituito dalla mancanza di accesso per le persone disabili. A Portage la Prairie il personale di assistenza è preoccupato per il fatto che i conducenti di taxi non accettano clienti con sedie a rotelle. Ad Halifax il design dei taxi rappresenta un problema perché non c'è spazio per trasportare gli apparecchi per deambulazione. A Tuymazy viene suggerito che i taxi dovrebbero avere larghi pianali per trasportare le sedie a rotelle.

12. Trasporti della comunità

La disponibilità dei servizi di trasporto della comunità (cioè trasporto gratuito fornito dal settore del volontariato o da quello privato) è ritenuta una caratteristica favorevole agli anziani, più spesso menzionata dalla gente delle città sviluppate rispetto a quelle in via di sviluppo. A Ponce, per esempio, esiste un servizio gratuito di trasporto che i centri anziani forniscono per chi si reca agli appuntamenti con i medici; a Portage la Prairie sono apprezzati i conducenti volontari della comunità e il servizio di navetta fornito dai negozi di alimentari. A Londra viene suggerito un servizio di trasporto della comunità con autobus completamente accessibili e conducenti esperti nel trattare con le persone anziane.

13. Informazioni

In alcune città viene menzionata l'importanza di avere informazioni sulle alternative di trasporto, su come utilizzare i servizi di trasporto e sugli orari. A Portland, per esempio, le persone anziane possono frequentare corsi sull'utilizzo dei trasporti pubblici. A Melville si suggerisce che le persone anziane, che non possono più guidare l'automobile, seguano un corso sull'utilizzo dei trasporti pubblici. A Himeji viene prospettato che l'orario degli autobus indichi se l'autobus è attrezzato per essere accessibile alle persone disabili. Le persone anziane a Tokyo sostengono la necessità che gli orari siano stampati con caratteri più grandi e siano affissi in maniera visibile.

14. Condizioni di guida

In alcuni luoghi viene discussa la guida di automezzi come un'alternativa essenziale di trasporto per le persone anziane. Per esempio, Melville viene descritta come una città progettata per le automobili e a Himeji le automobili sono considerate una necessità nei sobborghi. A Ponce, le automobili sono viste come una necessità date le limitate alternative di trasporto disponibili.

In alcune città la gente trova che sia facile guidare, una caratteristica, questa, menzionata con maggiore probabilità nei paesi sviluppati. A Portage la Prairie la circolazione è descritta come fluida e la guida facile. A Saanich le persone anziane apprezzano la segnaletica in prossimità degli incroci. A Tokyo le persone anziane riportano che i segnali e le indicazioni stradali sono facili da vedere. Le strade di Tripoli sono bene segnalate e a Shanghai la gestione del traffico è ritenuta buona.

In diverse città, in paesi a ogni stadio di sviluppo, vengono descritti ostacoli alla guida. Tali ostacoli comprendono traffico intenso, cattivo stato delle strade, inefficacia dei dispositivi di controllo del traffico, illuminazione stradale inadeguata, segnaletica carente, spesso nascosta o situata senza criterio, nonché inosservanza delle norme e del codice della strada. A Rio de Janeiro, per esempio, il traffico intenso è visto come un ostacolo. A Cancún le persone anziane si lamentano che le strade presentano delle buche e sono generalmente in cattive condizioni.

A Melville ci si preoccupa dell'inefficienza dei dispositivi di controllo del traffico, come le rotonde, che sono troppo piccole o situate in luoghi inappropriati. A Mayaguez le persone anziane riportano che le strade non sono bene illuminate. Ad Halifax le indicazioni stradali sono ritenute troppo piccole, troppo in alto e spesso nascoste. Le persone anziane di Udine riferiscono che gli automobilisti non rispettano il codice della strada. A Sherbrooke, certi conducenti sono spesso aggressivi.

15. Cortesia nei confronti dei conducenti più anziani

Oltre alle barriere esposte qui sopra, la mancanza di rispetto verso i conducenti anziani scoraggia molti di essi.

Non mi piace guidare. La gente impreca contro di te, ti fa dei segna-ci se guidi lentamente. Sono scortesie.

Una persona anziana, Tripoli

A La Plata si afferma che i conducenti anziani vengono insultati perché guidano troppo lentamente. A Cancún le persone anziane quando guidano si sentono insicure a causa dei problemi di vista e del traffico aggressivo. A Tuymazy i fornitori dei servizi commentano che le persone anziane non si sentono sicure quando sono alla guida.

In alcune città, come Portage la Prairie, dove la guida è un'alternativa essenziale del trasporto, vengono manifestate preoccupazioni circa le difficoltà che le persone anziane affrontano quando rinunciano alle loro patenti di guida. Per far sì che le persone anziane siano dei conducenti sicuri, in alcune città, come Ginevra e Portland, vengono raccomandati corsi di aggiornamento. A Himeji, le lezioni speciali tenute per le persone anziane, quando devono rinnovare la loro patente di guida, sono viste come un elemento a favore degli anziani.

16. Parcheggio

I parcheggi riservati a persone anziane e/o portatori di handicap nelle immediate vicinanze degli edifici, insieme con gli spazi per far scendere e salire i passeggeri, sono considerati una caratteristica essenziale favorevole agli anziani. Ad Amman le persone anziane apprezzano i posti riservati ai portatori di handicap forniti dai negozi. A Dundalk viene apprezzato il parcheggio gratuito. A Portage la Prairie la vasta zona di parcheggio per le automobili è ritenuta dai conducenti anziani un vantaggio.

In molte città, tuttavia, le zone di parcheggio inadeguate e costose vengono considerate un ostacolo per le persone anziane. Vengono menzionati anche altri problemi. A Mayaguez si afferma che non esistono abbastanza zone dove far scendere e salire le persone anziane con invalidità, mentre a Portage la Prairie viene messo in evidenza che i posti dei parcheggi non sono ampi abbastanza per caricare le sedie a rotelle. A Saanich la mancanza di posti riservati ai portatori di handicap viene considerata come un elemento di discussione. A Melbourne viene espressa preoccupazione circa l'incapacità di trovare un posto per parcheggiare in prossimità degli edifici. Un'altra preoccupazione dichiarata è la mancanza di rispetto nei confronti dei parcheggi riservati ai portatori di handicap.

Creano i parcheggi per i disabili, ma vengono del tutto ignorati.

Una persona anziana, Londra

Lista di controllo per il trasporto a misura di anziano

Sostenibilità economica

- Il trasporto pubblico è sostenibile economicamente da tutte le persone anziane.
- Le tariffe di trasporto sono regolari e affisse in modo visibile.

Affidabilità e frequenza

- Il trasporto pubblico è affidabile e frequente (compresi i servizi notturni e durante i fine settimana).

Destinazioni del viaggio

- Il trasporto pubblico è disponibile per le persone anziane affinché possano raggiungere destinazioni chiave, come ospedali, centri sanitari, parchi pubblici, centri commerciali, banche e centri per anziani.
- Tutte le aree usufruiscono di buoni servizi, con linee di trasporto adeguate e ben connesse all'interno della città (compresi i dintorni) e tra le città site nelle vicinanze.
- Le diverse linee di trasporto sono ben connesse tra di loro.

Veicoli a misura di anziano

- I veicoli sono accessibili, con il pianale abbassabile, con scalino basso e con sedili ampi e alti.
- I veicoli sono puliti e sono soggetti a una buona manutenzione.
- I veicoli hanno indicazioni chiare che mostrano il numero della linea e la destinazione.

Servizi specializzati

- Sono disponibili in numero sufficiente servizi di trasporto specializzati per le persone disabili.

Posti a sedere riservati

- Dei posti a sedere sono riservati alle persone anziane, e vengono rispettati dagli altri passeggeri.

Conducenti dei trasporti

- I conducenti sono cortesi, rispettano il codice della strada, si fermano alle fermate stabilite per il mezzo di trasporto, attendono che i passeggeri si mettano a sedere prima di ripartire e si arrestano vicino al marciapiede in modo che alle persone anziane risulti più facile scendere dal veicolo.

Sicurezza e comodità

- Il trasporto pubblico è sicuro da azioni criminali e non è superaffollato.

Fermate e stazioni

- Le fermate stabilite del mezzo di trasporto sono situate in stretta vicinanza con il posto ove vivono le persone anziane, sono fornite di sedili e di tettoie contro il maltempo, sono pulite, sicure e adeguatamente illuminate.
- Le stazioni sono accessibili, attrezzate con rampe, scale mobili, ascensori, piattaforme appropriate, bagni pubblici e indicazioni leggibili e opportunamente sistemate.
- Le fermate e le stazioni hanno accesso facile e sono situate convenientemente.
- Gli impiegati delle stazioni sono cortesi e pronti ad aiutare.

Informazioni

- Alle persone anziane sono fornite informazioni su come usare il trasporto pubblico e sulla gamma delle alternative di trasporto disponibili.

- Gli orari sono leggibili e di facile accesso.
- Gli orari indicano chiaramente le linee degli autobus accessibili alle persone disabili.

Trasporti della comunità

- I servizi di trasporto della comunità, compresi i conducenti volontari e i servizi di navetta, sono disponibili per condurre le persone anziane a specifici eventi e luoghi.

Taxi

- Il costo dei taxi è sostenibile, con tariffe scontate o sovvenzionate a disposizione delle persone anziane con reddito basso.
- I taxi sono comodi e accessibili, con spazio per le sedie a rotelle e/o per apparecchi per deambulazione.
- I conducenti dei taxi sono cortesi e pronti ad aiutare.

Strade

- Le strade sono ben mantenute, ampie e bene illuminate, hanno sistemi di snellimento del traffico appropriatamente progettati e sistemati, posseggono segnali stradali e semafori alle intersezioni, con incroci chiaramente segnalati, con punti di scolo delle acque coperti e hanno indicazioni chiare, ben visibili e idoneamente sistemate.
- Il flusso del traffico è regolato bene.
- Le strade sono prive di ostacoli che potrebbero disturbare la visione dei conducenti.
- Le norme stradali sono applicate rigorosamente e i conducenti sono stati educati a rispettarle.

Capacità di guida

- Vengono organizzati e promossi corsi di aggiornamento per conducenti.

Parcheggio

- Sono disponibili parcheggi a costi sostenibili.
- Parcheggi riservati alle persone anziane sono situati in vicinanza di edifici e di fermate dei mezzi di trasporto.
- Sono disponibili parcheggi riservati alle persone disabili in vicinanza di edifici e di fermate dei mezzi di trasporto; l'utilizzo di tali spazi viene monitorato.
- Sono disponibili zone per far scendere e salire persone anziane e portatori di handicap dai mezzi di trasporto in vicinanza di edifici e di fermate dei mezzi di trasporto.

7. Alloggi

Sintesi dei risultati

L'abitazione è essenziale per la sicurezza e il benessere. Non sorprende che le persone consultate dall'OMS in tutte le regioni parlino abbondantemente dei diversi aspetti delle strutture, del design, della sede e delle scelte riguardanti gli alloggi. Per l'indipendenza e la qualità della vita delle persone anziane esiste una connessione tra l'abitare in modo appropriato e l'accedere alla comunità e ai servizi sociali. È evidente che un alloggio e i servizi che permettono alle persone anziane di invecchiare comodamente e in sicurezza all'interno della comunità a cui appartengono sono preziosi.

1. Sostenibilità economica

Le città generalmente hanno pareri convergenti sul costo degli alloggi, considerandolo uno dei fattori principali che influenzano sia il luogo dove le persone anziane vivono sia la loro qualità della vita. Mentre in alcune città il costo dell'alloggio, compreso l'affitto, è ritenuto sostenibile, in altre città gli alloggi sono considerati costosi, rendendo difficile alle persone anziane spostarsi in alloggi più appropriati.

Ho la mia pensione, ma come posso vivere con così pochi soldi? Entrano a casa mia e scompaiono in pochi secondi.

Una persona anziana, Istanbul

A Ginevra, per esempio, le persone anziane vivono in case troppo grandi per loro ma, essendo pensionati, non possono affrontare un cambio di abitazione. Analogamente, a Tuymazy il costo di un trasloco è troppo elevato e impossibile per i pensionati. In alcune città, come Londra, viene considerato un vantaggio decisamente favorevole agli anziani la presenza di alloggi pubblici gratuiti o a basso costo. In altre città, come Islamabad, è ritenuta una barriera la mancanza di alloggi per le persone a basso reddito. A Portage la Prairie è messa in risalto la necessità di poter disporre di informazioni sugli alloggi sovvenzionati.

Ho una casa comunale con terrazzo, gratuita. L'adoro.

Una persona anziana, Londra

Viene raccomandato che nelle città dei paesi in tutti gli stadi di sviluppo siano disponibili per le persone anziane gli alloggi sostenibili. Le idee proposte comprendono una riduzione delle imposte sulla casa per gli anziani ad Amman e l'istituzione di una sovvenzione per gli alloggi pubblici e privati a Himeji.

2. Servizi essenziali

In un piccolo numero di città si riscontra che i servizi essenziali sono inadeguati o molto costosi. A Islamabad le case nelle zone a basso reddito non sono fornite di elettricità, gas o acqua. A Mosca i servizi di pubblica utilità sono ritenuti costosi. A Dundalk e a Istanbul le

persone anziane sono preoccupate per i costi elevati del riscaldamento e ritengono che il governo dovrebbe aiutarle con le spese di riscaldamento. In Giamaica le persone anziane a basso reddito hanno difficoltà nel pagare i costi elevati dei servizi pubblici e suggeriscono una riduzione di tali costi.

Quando mi mandano il conto per l'acqua devo pagare 1000 dollari. Non lo posso sostenere, e così non uso la doccia, e qualche volta non c'è acqua.

Una persona anziana, Giamaica

A Rio de Janeiro le persone anziane apprezzano i miglioramenti che sono stati fatti nei servizi idrici, fognari ed elettrici; a Istanbul le persone anziane sono contente per il buon approvvigionamento dell'acqua.

3. Design

Si ritiene che parecchi aspetti del design delle abitazioni influiscono sulla capacità delle persone anziane di vivere comodamente nelle loro case. In linea generale, è ritenuto importante per le persone anziane vivere in ambienti che sono stati costruiti con materiali adeguati e che sono solidi strutturalmente, con superfici pianeggianti, ascensore se è un fabbricato a diversi piani, locali appropriati per il bagno e la cucina, superficie ampia abbastanza da permettere i movimenti, spazio sufficiente per un ripostiglio, passaggi e porte abbastanza ampi da lasciar passare una sedia a rotelle, e attrezzati convenientemente secondo le condizioni climatiche circostanti.

In alcune città vengono menzionati problemi relativi alla costruzione degli alloggi. A Città del Messico si riconosce la necessità di sorvegliare i lavori di costruzione per garantire che l'alloggio sia strutturalmente solido. A Istanbul si ritiene che la povertà determini alloggi costruiti o mantenuti in cattive condizioni; a Nairobi la mancanza di materiali edili è una fonte di preoccupazione. A Islamabad alcuni alloggi non sono antisismici.

Numerose caratteristiche strutturali sono riconosciute come barriere. La pianta della casa che impedisce la mobilità costituisce un problema individuato a Dundalk. A La Plata le scale e i pavimenti irregolari sono considerati come barriere. A Mosca viene riportata la necessità di bagni e gabinetti costruiti appositamente per le persone anziane. A Nuova Delhi si ritiene che la cucina debba essere progettata in modo migliore. A Città del Messico viene menzionato il bisogno di ringhiere e di ascensori negli edifici con molti piani; a Tokyo la gente sottolinea la necessità di passaggi e porte idonei a lasciar passare le sedie a rotelle.

In un piccolo numero di città gli alloggi non sono attrezzati in modo appropriato nei confronti delle condizioni climatiche. In particolare viene riportato che l'aria condizionata è una necessità di Cancún e di alcune aree di Melville, dove il tetto delle nuove case le rende più calde all'interno.

In molte città vengono segnalate le misure già adottate per migliorare il design degli alloggi allo scopo di adattarlo alle persone anziane. A Città del Messico, per esempio, l'1% di tutte le nuove abitazioni deve essere idoneo per le persone anziane. Ad Halifax alcuni condomini sono a misura di anziano e posseggono rampe, ascensori, parcheggi, locali per ginnastica e porte ampie.

Nondimeno, la gente sostiene frequentemente che c'è molto da fare affinché gli alloggi siano appropriati per le persone anziane. A Himeji si raccomanda un maggior numero di alloggi a misura di anziano, mentre a Melbourne si suggeriscono incentivi per incoraggiare gli architetti e i promotori immobiliari a costruire alloggi a misura di anziano. A Nuova Delhi si

raccomanda che vengano per legge integrate negli edifici le caratteristiche favorevoli agli anziani. A Saanich i costruttori includono nei loro progetti alcune caratteristiche di adattamento o certe modifiche, come una sistemazione più bassa degli interruttori della luce, l'installazione di docce anziché di vasche da bagno e scale che possono essere convertite in modo da poter sistemare un montascale.

4. Modifiche

Anche la possibilità di modificare la propria casa o appartamento influenza la capacità delle persone anziane di continuare a vivere in modo confortevole nella propria casa. Il personale di assistenza di Dundalk apprezza i montascale che sono stati installati per aiutare le persone anziane. A Mayaguez gli appartamenti per le persone anziane disabili posseggono gli adattamenti richiesti. In un piccolo numero di città, come Himeji e Dundalk, viene fornita assistenza finanziaria per eseguire modifiche nelle abitazioni.

Vengono messe in evidenza numerose difficoltà in relazione alle modifiche delle case. Ad Halifax è ritenuto costoso e difficoltoso modernizzare una casa. A Himeji e a Nuova Delhi vengono menzionate limitazioni in merito alla ristrutturazione degli alloggi pubblici. A Portland gli alloggi in affitto che sono stati rimodellati devono essere restituiti nelle loro condizioni originali. A Melbourne si sottolinea che non viene impiegato equipaggiamento di assistenza perché non può entrare dentro la casa, e molti addetti all'assistenza non possono affrontare le innovazioni necessarie. A Sherbrooke viene menzionata la necessità di adattare gli alloggi a condizioni specifiche.

In molte città, oltre a riconoscere il bisogno di assicurare che le persone anziane siano a conoscenza delle alternative possibili per modificare le loro case, viene suggerito che le persone anziane debbano essere in grado di ottenere l'equipaggiamento necessario. A Tuymazy il personale di assistenza riconosce il bisogno d'informazione sia sui diversi tipi di equipaggiamento e di possibili adattamenti sia sull'equipaggiamento che è facile da ottenere. A Udaipur vengono menzionate difficoltà nell'ottenere corrimani, rampe e gabinetti.

5. Manutenzione

L'incapacità di assicurare la manutenzione della propria casa è una delle barriere più grandi per qualche persona anziana. A Cancún le persone anziane sostengono di non essere in grado di fare le riparazioni a causa dei costi elevati. A Melbourne gli anziani sono anch'essi preoccupati per i costi di manutenzione elevati e suggeriscono che il locale comune fornisca un servizio di manutenzione per la casa a un costo nominale. A Rio de Janeiro il costo elevato delle quote condominiali di manutenzione è ritenuto una barriera, sebbene si sottolinei la possibilità di subaffittare gli appartamenti per finanziare i costi di manutenzione.

A Dundalk le persone anziane apprezzano le sovvenzioni fornite per i lavori di riparazioni, ma si lamentano delle difficoltà nell'organizzare la realizzazione dei lavori.

È andato via nel bel mezzo dei lavori e non è ritornato per mesi per terminarli.

Una persona anziana, Dundalk

A Melville viene espressa preoccupazione sull'entrata in casa di stranieri per fare i lavori di manutenzione e si suggerisce che il locale comune mantenga un elenco di fornitori di servizi per la manutenzione affidabili e preparati a trattare con le persone anziane. A Portland, gli

addetti all'assistenza apprezzano il sistema impiegato che permette di selezionare imprenditori edili e gli altri servizi per le riparazioni e la manutenzione.

Vengono anche riconosciuti problemi in merito alla manutenzione fornita negli alloggi pubblici e nelle abitazioni affittate. A Londra si manifesta preoccupazione per le riparazioni non effettuate in modo tempestivo. A Tripoli le persone anziane si lamentano del fatto che i padroni di casa intenzionalmente trascurano la manutenzione per far sì che loro lascino gli appartamenti. Si riporta che a Delhi le aree comuni, come le scale, sono spesso trascurate, sporche e con scarsa illuminazione.

Nondimeno, il personale delle dimore collettive, come i custodi e gli addetti all'assistenza, svolgono a volte un ruolo importante nel garantire il benessere. A Ginevra le persone anziane hanno menzionato l'importanza della portineria nello stabilire contatti tra i residenti e nell'occuparsi delle riparazioni.

6. Accesso ai servizi

Particolarmente importante è la fornitura di servizi alle persone anziane a domicilio. A Udine le persone anziane non prendono neanche in considerazione l'idea di cambiare casa. Anche a Tuymazy i fornitori di servizi indicano che gli anziani sono molto attaccati alla loro casa e non vogliono cambiarla. A Saanich si preferisce ricevere assistenza domiciliare anziché cambiare casa.

In alcune città viene ritenuto uno svantaggio la difficoltà di ottenere servizi a domicilio, compresi i costi elevati. Nella regione metropolitana della Ruhr i servizi, quali le pulizie e il giardinaggio, sono ritenuti scarsi e costosi. Le persone anziane a Saanich riferiscono che non sono disponibili abbastanza servizi di pulizia e di giardinaggio.

Anche la vicinanza ai servizi e alle attrezzature è considerata una caratteristica favorevole alle persone anziane. Ciò viene soprattutto menzionato dalle persone nelle città dei paesi sviluppati, come Melville, Portage la Prairie e Tokyo. A San José le persone anziane sono contente di vivere in stretta vicinanza dei servizi pubblici, commerciali e religiosi. In numerose città, come Nairobi, Udaipur e Udine, è ritenuto un problema non abitare in stretta prossimità di tali servizi.

Nondimeno, viene espressa cautela circa il rimanere a casa e il non essere in grado di badare in modo adeguato a se stessi. A Città del Messico, viene sollevata la necessità di educare le persone anziane ai rischi di vivere a casa e a Saanich viene avanzata l'idea di fornire informazioni sui servizi domiciliari per gli anziani mediante la pubblicazione di un albo dei servizi domiciliari di supporto.

7. Connessioni con la comunità e la famiglia

Un ambiente familiare, dove la gente si sente parte della comunità locale, contribuisce a rendere una città accogliente nei confronti delle persone anziane. Per tale motivo, le persone anziane sono riluttanti a cambiare casa. A Udine, gli anziani asseriscono di provare una specie di "sicurezza psicologica" nel loro ambiente. A Tripoli le persone anziane mettono in risalto l'importanza dei loro vicini. A Dundalk i fornitori dei servizi riconoscono la necessità di localizzare le nuove case vicino a dove le persone anziane hanno vissuto, allo scopo di mantenere le connessioni con la famiglia e la comunità. A Himeji viene espressa preoccupazione che le persone anziane perdano i loro legami con la comunità quando si trasferiscono in un'altra struttura.

I cambiamenti della città influenzano questi sentimenti di familiarità con la comunità. A Tokyo la mancanza di contatti personali con i vicini, derivante dallo sviluppo di edifici molto elevati, è considerata come una barriera. A Sherbrooke le persone anziane esprimono preoccupazione sulla mancanza di spazi multigenerazionali favorevoli all'interazione. A Ginevra è vista come uno svantaggio la mancanza di contatti con la gioventù nei fabbricati suddivisi in appartamenti. A Udaipur il personale di assistenza è preoccupato che gli appartamenti moderni senza balconi esterni non lascino spazio all'interazione con la comunità. L'importanza del design che favorisca l'interazione con la comunità è menzionata anche a Dundalk, dove viene suggerito che le case dovrebbero spaziare con la vista sulle aree della comunità in modo da far diminuire la sensazione di isolamento.

8. Alternative abitative

Viene considerata come un'importante caratteristica favorevole agli anziani un'ampia gamma di alternative abitative all'interno del quartiere, al fine di recepire le mutevoli necessità. In alcune città esiste una varietà di tali alternative abitative. A Melville, per esempio, le persone anziane hanno l'opportunità di trasferirsi in piccole residenze, in abitazioni per anziani o in strutture di assistenza. In molte sedi, però, viene enfatizzata la necessità di alternative abitative per le persone anziane. Ad Halifax, per esempio, alcune persone anziane erano preoccupate circa la loro incapacità di trovare sistemazioni nel quartiere e non avevano una buona conoscenza delle alternative abitative nella loro zona.

In alcune città vengono fornite alternative speciali per gli anziani. A Melville, i complessi abitativi per anziani forniscono una gamma di servizi, attrattive e attività.

Hai un sacco di attività sociali, puoi essere impegnato tutto il tempo o puoi anche chiudere la tua porta e non partecipare; la scelta è tutta tua.

Una persona anziana, Melville

Gli alloggi speciali per anziani sembrano scarseggiare in molte città e i tempi d'attesa possono essere lunghi, come viene fatto presente ad Halifax e a Himeji. Per essere adatti, gli alloggi per anziani devono essere economicamente sostenibili. Le persone anziane a Saanich esprimono preoccupazione circa i costi degli alloggi per anziani. In alcune città esiste anche una preferenza chiaramente espressa affinché gli alloggi per anziani siano integrati nella comunità locale. A Melville viene suggerito che piccoli gruppi di alloggi per anziani con piccoli giardini vengano resi disponibili in tutta la città, in modo che le persone anziane non rimangano isolate dalla comunità e in special modo dai bambini. A Portland viene riconosciuta la necessità di alloggi multigenerazionali. Nella regione metropolitana della Ruhr e a Sherbrooke viene espressa la preoccupazione di creare ghetti per le persone anziane nei grossi complessi di alloggi per anziani.

9. Ambiente di vita

È importante per le persone anziane avere spazio sufficiente e privacy nella propria casa. In molte città in via di sviluppo e a Tuymazy il sovraffollamento è riconosciuto come una barriera per gli anziani. A Delhi, per esempio, poiché le dimensioni della famiglia sono, in media, cresciute, le case sono divenute sovraffollate e le persone anziane non posseggono più uno spazio sufficiente. A San José il sovraffollamento è derivato dall'alto costo degli alloggi che ha obbligato i membri delle famiglie a vivere insieme.

Un altro tema consiste nel senso di sicurezza dell'ambiente casalingo. In molte città le persone anziane si sentono insicure, e in particolare hanno paura di vivere da sole. In alcune città sono state attuate delle misure per migliorare la sicurezza nelle abitazioni degli anziani. A Dundalk, per esempio, in alcune case vengono usate telecamere di sorveglianza; a Ginevra esistono ingressi sorvegliati negli edifici; a Saanich si effettuano controlli di sicurezza gratuiti nelle case delle persone anziane; a Shanghai vi sono pattuglie locali di polizia. A Himeji alcuni appartamenti sono forniti di apparecchi di monitoraggio per chiamate d'emergenza onde assicurare la sicurezza delle persone anziane.

Nondimeno, vi è un'espressa necessità di ulteriori misure per assicurare che le persone anziane si sentano al sicuro nelle loro case. A Udaipur si raccomanda più informazione sulla sicurezza delle abitazioni e a Saanich viene suggerito di installare allarmi di emergenza.

In alcune città le case delle persone anziane non sono situate in ambienti sicuri contro le calamità naturali. A La Plata alcune abitazioni sono situate in zone soggette alle alluvioni, e a Islamabad le persone anziane sono preoccupate per gli eventuali terremoti.

Lista di controllo per gli alloggi a misura di anziano

Sostenibilità economica

- Alloggi economicamente sostenibili sono disponibili per tutte le persone anziane.

Servizi essenziali

- Sono forniti servizi essenziali sostenibili da tutti.

Design

- Gli alloggi sono costruiti con materiali appropriati e sono bene strutturati.
- Vi è spazio sufficiente per permettere i movimenti delle persone anziane.
- Gli alloggi sono giustamente equipaggiati in modo da soddisfare le condizioni ambientali (ad. es. aria condizionata e riscaldamento appropriati).
- L'alloggio è adattato per le persone anziane, con superfici piane, passaggi abbastanza ampi per le sedie a rotelle e bagni, gabinetti e cucine progettati in modo appropriato.

Modifiche

- L'alloggio è modificato secondo le necessità delle persone anziane.
- Le modifiche dell'alloggio sono sostenibili economicamente.
- Il materiale per le modifiche dell'alloggio si trova facilmente.
- Viene fornita assistenza finanziaria per le modifiche dell'alloggio.
- Esiste una soddisfacente conoscenza di come l'alloggio può essere modificato per soddisfare le necessità della persona anziana.

Manutenzione

- I servizi di manutenzione sono sostenibili economicamente dalla persona anziana.
- Esistono fornitori di servizi debitamente qualificati e affidabili per intraprendere il lavoro di manutenzione.
- Vengono mantenuti in buone condizioni gli alloggi pubblici, le abitazioni affittate e le aree in comune.

Invecchiare "a casa propria"

- L'alloggio è situato in vicinanza dei servizi e delle attrezzature.
- Sono forniti servizi sostenibili economicamente per permettere alle persone anziane di rimanere a casa, e "invecchiare a casa".
- Le persone anziane sono bene informate circa i servizi disponibili che consentono loro di invecchiare a casa propria.

Integrazione nella comunità

- Il design degli alloggi facilita l'integrazione continua delle persone anziane nella comunità.

Alternative abitative

- Nel quartiere è disponibile per le persone anziane, comprese quelle più deboli e disabili, un'ampia gamma di alternative abitative appropriate e sostenibili.
- Le persone anziane sono bene informate delle alternative disponibili.
- Nel quartiere sono forniti alloggi sufficienti e sostenibili specifici per le persone anziane.
- Esiste una gamma di servizi, attrattive e attività appropriati nelle strutture abitative delle persone anziane.
- Gli alloggi delle persone anziane sono integrati nella comunità circostante.

Ambiente di vita

- Gli alloggi non sono sovraffollati.
- Le persone anziane sono a proprio agio nel loro ambiente abitativo.
- Gli alloggi non sono situati in zone esposte a calamità naturali.
- Le persone anziane si sentono sicure nell'ambiente nel quale vivono.
- Viene fornita assistenza finanziaria per l'attuazione di misure di sicurezza negli alloggi.

8. Partecipazione sociale

Sintesi dei risultati

La partecipazione e il sostegno sociale sono strettamente connessi per l'intera esistenza alla buona salute e al benessere. Il partecipare agli svaghi, alle attività sociali, culturali e spirituali, sia nella comunità che nella famiglia, permette alle persone anziane di continuare a esercitare le loro competenze, a godere del rispetto e della stima e a mantenere o stabilire relazioni solidali e premurose. Inoltre incoraggia l'integrazione sociale ed è il modo migliore per restare informati. Eppure le persone anziane consultate dall'OMS indicano chiaramente che la capacità di partecipare alla vita sociale formale e informale non dipende solo dall'offerta di attività, ma anche dalla possibilità di avere accesso a trasporti e a strutture adeguati, e di ottenere informazioni sulle attività.

Quando vedo i miei colleghi del gruppo mi sento proprio bene.

Una persona anziana, Città del Messico

Nella maggior parte delle città le persone anziane affermano di partecipare attivamente alla loro comunità, ma hanno la sensazione che ci potrebbero essere maggiori possibilità di partecipazione. Vorrebbero avere accesso ad attività più numerose e varie nelle vicinanze di dove vivono; avrebbero piacere di fare attività che favoriscono l'integrazione sia all'interno della comunità sia con altri gruppi di età e cultura. Le maggiori preoccupazioni sono la sostenibilità economica, l'accessibilità, specialmente per le persone con disabilità, e le informazioni sulle attività e sugli eventi. Ovunque è sottolineata l'importanza di avere un supporto appropriato che permetta l'accessibilità, in particolare per le persone con problemi di mobilità; ciò è ancor più vero nei paesi in via di sviluppo e in quelli con economie in fase di transizione.

1. Opportunità accessibili

Le persone anziane possono essere a conoscenza di eventi e attività esistenti nelle loro comunità, ma, secondo l'esperienza di numerosi partecipanti al progetto, tali attività non sono accessibili. La sicurezza personale, particolarmente durante la notte, è descritta come una barriera sia nelle città sviluppate che in quelle in via di sviluppo, comprese Halifax, La Plata, Londra e Rio de Janeiro. In molte città, i luoghi delle attività sono distanti e il trasporto crea delle difficoltà. Altri problemi comuni sono l'accessibilità dei fabbricati, specialmente per le persone con problemi di mobilità, la mancanza di attrezzature adeguate, come gabinetti, sedili comodi e aria non inquinata dal fumo. Un'altra barriera menzionata consiste nell'accesso riservato: a volte occorre essere membro di qualche organizzazione.

Essi (cioè gli anziani disabili) hanno difficoltà ad adattarsi in assenza di una sistemazione adeguata, come sedili appositi, gabinetti ecc. La maggior parte preferisce parlare con gli amici o i parenti al telefono oppure durante visite occasionali.

Un addetto all'assistenza, Nuova Delhi

In parecchie città vengono riconosciuti dagli stessi anziani e da coloro che interagiscono con essi gli sforzi per rispondere ai loro bisogni. Il governo municipale a Mayaguez organizza

numerose attività in orari che sono adatti per le persone anziane, fornendo anche il trasporto. Una persona anziana a Ginevra nota che vengono forniti ausili per le persone con difficoltà uditive. La disponibilità dei trasporti della comunità è segnalata a Melville e a Melbourne, mentre a Portland si segnalano attività convenientemente situate, e a Tripoli eventi e attività convenientemente programmati nel tempo. I partecipanti a Dundalk suggeriscono che permettere alle persone anziane di portare un amico agli eventi favorirebbe la loro partecipazione.

2. Attività sostenibili economicamente

Le attività gratuite, o perlomeno sostenibili economicamente, facilitano la partecipazione degli anziani. Il costo delle attività è un problema frequentemente menzionato, particolarmente nelle città dei paesi in via di sviluppo e di quelli con l'economia in fase di transizione. In alcune zone esistono varie alternative solo per le persone con un reddito adeguato, e le attività ricreative e di svago sono appannaggio solo dei ricchi. A Islamabad, tuttavia, gli individui intervistati notano che la partecipazione alle attività è sostenibile. Rio de Janeiro offre numerose attività di svago gratuite e Città del Messico organizza eventi culturali gratuiti o a basso costo. A Dundalk, Ginevra e Londra viene menzionato che, a causa degli elevati costi assicurativi, le organizzazioni senza fini di lucro sono obbligate a richiedere pagamenti per accedere alle attività, e questo può notoriamente scoraggiare la partecipazione.

3. Gamma di opportunità

L'esistenza di un'ampia gamma di opportunità che interessano un vasto arco di persone anziane incoraggia una più estesa partecipazione. Numerose città offrono attività nei maggiori centri urbani, ma esistono scarse occasioni per la gente che vive al di fuori di tali centri. Le possibilità possono essere ancora più rare per coloro che sono deboli o disabili. A volte i programmi delle attività sono poco flessibili e le persone anziane devono scegliere tra il soddisfare le loro necessità personali, come un riposo pomeridiano regolare, e il partecipare all'attività. Le sedi ove le attività vengono svolte possono non essere di gradimento alle persone anziane a causa di alti livelli di rumore o di particolare enfasi sui programmi per i giovani. Un insieme di attività sia mirate che integrate offrono una scelta vasta e diversificata a più persone. Tali scelte possono comprendere eventi organizzati come quelli a Himeji, che sono mirati a persone che hanno superato gli 80 anni. In Giamaica, le persone anziane parlano di eventi sportivi nei quali gli anziani possono cimentarsi a vari livelli. Portage la Prairie offre pasti in comune e contatti sociali come parte dell'attrattiva. Le attività all'aria aperta, come una passeggiata in un giardino a Nairobi o un giro con il bel tempo a Mosca, sono considerate un mezzo semplice ed economico per incoraggiare la partecipazione sociale.

A Udine vengono offerti alle persone anziane dei locali per svolgere alcune attività, come teatri, club e locali dell'Università della terza età. A Tuymazy esiste un club per il gioco degli scacchi, una società di ricostruzioni storiche e un club per gli ultrasessantenni. I partecipanti di Cancún affermano di gradire notevolmente il club "dell'età d'oro", i corsi di artigianato al monastero locale, le conversazioni, la musica e la danza. Si afferma che tutte le principali città delle regioni sviluppate e la maggioranza delle città dei paesi in via di sviluppo offrono numerose attività.

Nella maggior parte delle città le attività religiose e la socializzazione all'interno dei gruppi confessionali rappresentano una forma importante di partecipazione per le persone anziane. Le

persone anziane possono essere note e stimate all'interno della comunità religiosa locale. Di solito queste comunità sono accoglienti e aperte a tutti, favorendo la partecipazione delle persone che possono essere a rischio di restare isolate. Ad Halifax viene segnalato, per esempio, che le chiese contribuiscono alla vita delle persone anziane organizzando attività come giochi di carte, pasti collettivi, trasporti motorizzati verso la chiesa e servizi per le persone isolate. A Islamabad è segnalato che andare alla moschea più di una volta al giorno contribuisce alla partecipazione sociale.

In chiesa noi siamo ascoltati perché abbiamo esperienza. La gente ci guarda con rispetto.
Una persona anziana, Giamaica

Anche le attività culturali, educative e tradizionali risultano importanti per le persone anziane in molte località. L'istruzione continua nelle Università della terza età o tramite corsi presso la comunità locale o i centri per anziani fornisce un impegno e un apprendimento continui. Recarsi a matrimoni o a funerali rappresenta un'occasione per socializzare. Le persone anziane a Islamabad riportano di essere contente di partecipare a eventi tradizionali come i matrimoni.

4. Informazioni sulle attività e sugli eventi

Parecchi partecipanti mettono in evidenza che le persone anziane devono essere informate circa le attività e le opportunità per potervi partecipare.

Credo che l'inadeguatezza stia nell'informazione – le persone devono sapere quali sono le alternative esistenti.
Un fornitore di servizi, Saanich

A Dundalk viene riportato che le organizzazioni promuovono le loro attività inviando informazioni alle persone anziane prima che queste ultime vadano in pensione. La gente che frequenta regolarmente i servizi religiosi e altre attività programmate ha la tendenza a venire a sapere di altre attività tramite il passaparola. A San José le associazioni occupazionali promuovono le loro attività. Un fornitore di servizi a Shanghai suggerisce che verrebbe coinvolto un maggior numero di anziani se venisse fatta abbastanza pubblicità da attrarre i partecipanti.

5. Incoraggiare la partecipazione e impegnarsi contro l'isolamento

Un messaggio costante dalle città di tutto il mondo afferma che la partecipazione sociale è più facile quando le occasioni sono più vicine a casa e quando sono numerose. La gente di La Plata è insoddisfatta per la mancanza di centri della comunità in ogni quartiere cittadino; a Udaipur viene suggerito che vengano creati centri della comunità entro distanze raggiungibili a piedi da parte delle persone anziane. I partecipanti a Dundalk e Shanghai consigliano di utilizzare strutture della comunità, come scuole o centri ricreativi, per tutti i membri della comunità, compresi gli anziani. Anche a Islamabad viene ripreso tale suggerimento: una maggiore varietà di attività per il tempo libero in un numero maggiore di sedi.

Sforzi concordati per incoraggiare e motivare le persone anziane a partecipare possono a volte fare la differenza tra partecipazione e isolamento. Molte persone che sono coinvolte in gruppi e in club per anziani sono notevolmente soddisfatte delle loro attività. Tuttavia alcune persone esprimono riluttanza a far parte di associazioni e club per vari motivi: possono non

conoscerne nessuno, possono pensare di dover assecondare una particolare opinione politica, oppure possono decidere che le attività di quel club non sono interessanti.

Le persone anziane sono riluttanti a fare qualsiasi cosa. A molte è stato chiesto di entrare in un club ma hanno rifiutato

Un fornitore di servizi, Himeji

Vengono forniti vari motivi per spiegare perché le persone anziane isolate trovino più difficoltà ad associarsi con altre persone. I loro contatti sociali sono stati distrutti dopo la morte del loro coniuge e poi, uno dopo l'altro, di altri membri della famiglia e di amici. La loro salute può essere in fase di declino, limitando così la loro capacità di partecipazione. In seguito ai cambiamenti nella società, molte donne lavorano e non sono quindi disponibili durante il giorno a visitare le persone anziane. La prestazione dei servizi a domicilio alle persone anziane isolate costituisce un legame sociale e un modo di incoraggiarle a partecipare alle attività. Viene riportato che a Melbourne e a Shanghai le organizzazioni prendono l'iniziativa di andare a cercare le persone anziane e di invitarle a partecipare alle attività.

Credo che esistano moltissime occasioni se la gente viene messa in contatto e ha qualcuno che l'accompagna, ma penso che possiamo avere notizie delle persone sole ed emarginate attraverso le organizzazioni, al fine di ricostruire una rete sociale o creare alcuni legami.

Un fornitore di servizi, Halifax

Gli addetti all'assistenza, in gran parte essi stessi individui anziani, sono particolarmente vulnerabili alla sensazione di isolamento perché il loro mondo è incentrato sulle persone che assistono. I partecipanti suggeriscono più programmi e più alternative attraverso cui le persone anziane disabili possano socializzare fuori casa senza aver bisogno della presenza di chi li assiste. Vengono suggeriti programmi diurni e alternative di pausa per aiutare il personale anziano addetto all'assistenza e i loro assistiti a mantenersi in contatto con la società.

Partecipano pochi uomini; non accettano la loro età e/o si sentono a disagio circondati da così tante donne.

Una persona anziana, Cancún

La mancanza di partecipazione sociale da parte degli uomini è menzionata in molte città, fra cui Cancún e Ginevra. Nondimeno, in alcune città si svolgono attività intese a destare l'interesse degli uomini: a Melville, per esempio, esiste un "Locale per uomini" che offre attività per uomini di varie età. Le persone anziane a Istanbul affermano che le moschee sono luoghi adatti per la partecipazione sociale degli uomini. I partecipanti a Città del Messico suggeriscono maggiori attività specificamente per gli uomini, come lavorare in laboratori o giocare a domino o a carte.

Alcune persone anziane scelgono di non partecipare; a Portland coloro che partecipano consigliano di rispettare la decisione di quelli che preferiscono non impegnarsi.

6. Generazioni, culture e comunità che si integrano

Diverse persone anziane vorrebbero che nelle loro comunità, attività e famiglie vi fossero occasioni per socializzare e integrarsi con altri gruppi di età e di altre culture.

Le persone anziane ritengono di poter partecipare ad attività in aree diverse e con persone di tutte le età, a seconda delle iniziative e delle preferenze personali.

La Plata, Argentina

Le attività intergenerazionali sono ritenute più attraenti di quelle circoscritte alle sole persone anziane. Queste opportunità possono essere fornite mediante la condivisione di spazi e attrezzature, come a Saanich, ove un centro per anziani è situato in una parte inutilizzata di una scuola elementare. A Ponce alcune attività coinvolgono le persone anziane nel funzionamento delle scuole. Vengono suggeriti programmi per la comunità e per i centri ricreativi al fine di incoraggiare la partecipazione delle persone di diverse età e a vari livelli di abilità.

Se le persone anziane non possono partecipare ad attività al di fuori della propria abitazione, l'unica loro fonte di svago e di legame con la società rimane la televisione. La necessità di integrare le alternative per tutte le generazioni ed età è riflessa nelle preoccupazioni delle persone anziane di alcune città circa la scarsa scelta di programmi disponibili alla televisione, dalla quale gli anziani sono ben poco attratti.

Guardare la televisione è un'alternativa, ma i programmi che vengono offerti al giorno d'oggi non sono indirizzati a un pubblico di famiglie.

Una persona anziana, Udaipur

In molte aree le persone anziane vogliono partecipare alla vita delle loro famiglie in maniera significativa. Ad Amman, per esempio, le persone anziane sostengono che non vogliono rimanere isolate dalle loro famiglie. Le famiglie, tuttavia, possono non riservare molta considerazione alle persone anziane, particolarmente se si ha la speranza che i nonni possano badare ai nipoti o se si ha poco tempo da dedicare ad attività svolte insieme con un anziano membro della famiglia o a suo favore.

Una migliore integrazione delle generazioni appare come un mezzo per contrastare l'invecchiamento nella società, che può anche rovinare l'esperienza degli anziani che vi partecipano o persino scoraggiare la loro partecipazione. Le persone anziane esprimono il desiderio di una maggiore educazione pubblica circa le loro esperienze e la realtà dell'invecchiamento e ritengono che le altre generazioni sarebbero più pazienti e rispettose se si comprendessero meglio l'una con l'altra.

Le opportunità intergenerazionali arricchiscono le esperienze a tutte le età. Le persone anziane trasmettono le pratiche tradizionali, la conoscenza e l'esperienza, mentre le persone più giovani forniscono informazioni su nuove pratiche e aiutano gli anziani a navigare in una società che cambia rapidamente. Le persone anziane a Nairobi sono impegnate in danze e mestieri tradizionali e ciò permette loro di trasmettere quelle conoscenze ad altri.

[Le persone anziane] sono una fonte di "tradizione vissuta".

Un addetto all'assistenza, Nairobi

La composizione e il design di un quartiere può incoraggiare l'integrazione di persone di varie origini, età e culture. Molti quartieri di città di tutto il mondo stanno cambiando. Le persone più giovani non vivono necessariamente nello stesso quartiere dei membri più vecchi della loro famiglia. Le persone possono non avere gli stessi vicini per tutta la loro esistenza e numerose città presentano popolazioni crescenti di immigranti, che possono non avere la stessa lingua e le stesse origini della maggior parte della popolazione.

I villaggi si svuotano. La gente è andata nelle città. Adesso gli abitanti dei villaggi invecchiano nelle città.

Una persona anziana, Istanbul

Un quartiere aperto e accogliente nella regione metropolitana della Ruhr fornisce le basi per l'integrazione dei nuovi venuti. I nuovi arrivati nelle città di tutto il mondo sono a rischio di ritrovarsi isolati, e le persone anziane che fanno parte di questo progetto riconoscono il bisogno di integrare meglio le loro attività per incoraggiare una maggiore partecipazione da parte delle persone che provengono da altri luoghi e mostrano una cultura diversa.

Mi piacerebbe che ci fosse una maniera per favorire maggiori attività multiculturali della comunità nei quartieri dove vive una popolazione varia.

Una persona anziana, Portland

La soluzione deve consistere nello sforzo da parte dei vecchi residenti di accettare la compagnia dei nuovi residenti. Inoltre, sarebbe bene che i vicini si salutassero tra loro.

Una persona anziana, Tokyo

Lista di controllo della partecipazione sociale a misura di anziano

Accessibilità degli eventi e delle attività

- La sede è conveniente per le persone anziane trovandosi nelle loro vicinanze, con trasporti sostenibili e flessibili.
- Le persone anziane possono partecipare insieme con un amico o con un addetto all'assistenza.
- Gli orari degli eventi durante il giorno sono convenienti per le persone anziane.
- L'iscrizione all'evento è libera (ad es. non è richiesta appartenenza ad associazioni) e l'ammissione, come il pagamento di un biglietto d'ingresso, è un processo rapido, in un unico posto, che non richiede alle persone anziane di fare file per un lungo tempo.

Sostenibilità economica

- Gli eventi, le attività e le attrazioni locali sono sostenibili dai partecipanti anziani, senza alcun costo nascosto o aggiuntivo (come il costo del trasporto).
- Le organizzazioni di volontariato sono supportate dai settori sia pubblico che privato per mantenere il costo delle attività sostenibile per le persone anziane.

Gamma degli eventi e delle attività

- È disponibile un'ampia varietà di attività per attrarre diverse popolazioni di persone anziane, ciascuna delle quali ha numerosi interessi potenziali.
- Le attività della comunità incoraggiano la partecipazione di persone di diverse età e origini culturali.

Attrezzature e strutture

- Le riunioni, comprendenti le persone anziane, si tengono in varie sedi della comunità, come i centri ricreativi, le scuole, le librerie, i centri della comunità nei quartieri residenziali, i parchi e i giardini.
- Le attrezzature sono accessibili ed equipaggiate in modo da permettere la partecipazione di persone disabili o di persone bisognose di assistenza.

Promozione e informazione delle attività

- Le attività e gli eventi vengono bene pubblicizzati a favore delle persone anziane, con informazioni su attività, accessibilità e alternative di trasporto.

Affrontare l'isolamento

- Vengono inviati inviti personali per promuovere le attività e incoraggiare la partecipazione.
- È facile assistere agli eventi e non sono necessarie particolari capacità (compreso l'alfabetismo).
- Un membro di un club, che non partecipa più alle attività, viene mantenuto sulle liste della corrispondenza e del telefono a meno che il membro stesso non chieda di venire cancellato.
- L'organizzazione si sforza di attrarre gli anziani isolati attraverso, per esempio, visite o chiamate telefoniche personali.

Favorire l'integrazione sociale

- Le infrastrutture locali promuovono l'uso in comune e con scopi multipli da parte di persone di età e interessi diversi e favoriscono l'interazione tra i gruppi di utenti.
- Le sedi locali delle riunioni e le attività promuovono la familiarità e gli scambi tra i residenti del quartiere.

9. Rispetto e inclusione sociale

Sintesi dei risultati

Le persone anziane dicono di aver provato la sensazione di comportamenti e atteggiamenti conflittuali nei loro confronti. Da un lato molti sentono di essere spesso rispettati, riconosciuti e accettati, mentre dall'altro lato percepiscono una mancanza di considerazione nella comunità, nei servizi e nella famiglia. Questo conflitto viene spiegato come conseguenza di una società e di norme comportamentali in evoluzione, mancanza di contatti tra generazioni e diffusa ignoranza verso l'invecchiamento e le persone anziane. Risulta chiaramente da questa consultazione che il rispetto e l'inclusione sociale delle persone anziane dipendono non solo dai cambiamenti della società ma anche da altri fattori; infatti cultura, sesso, condizioni di salute e condizioni economiche svolgono un ruolo notevole. La misura in cui le persone anziane partecipano alla vita sociale, civica ed economica della città è strettamente connessa anche con la loro esperienza relativa all'inclusione.

1. Comportamento rispettoso e irrispettoso

I partecipanti al progetto fanno soprattutto dei commenti sul comportamento della gente nei loro riguardi con manifestazioni di rispetto e cortesia, oppure in senso contrario. Nel complesso, le persone anziane sono rispettate nelle città che sono state incluse nella ricerca: la maggior parte delle persone anziane e i partecipanti dei gruppi di discussione ricordano il rispetto e la gentilezza espressi nella vita di ogni giorno verso gli anziani.

Cammini per la strada e la gente ti sorride, vai in un negozio e vieni servito, pure i ragazzi ti salutano anche se non ti conoscono.

Una persona anziana, Melbourne

In Giamaica e a Ponce, per esempio, le persone anziane sentono di ricevere servizi prioritari negli esercizi e nei posti pubblici. A Islamabad e a Mosca, sugli autobus la gente cede il posto a sedere alle persone anziane. In alcune città vengono menzionati servizi a favore degli anziani: a Portage la Prairie, le schede per votare vengono portate a casa delle persone anziane che non possono recarsi ai seggi elettorali; nelle chiese vengono fornite cuffie auricolari alle persone con disturbi uditivi. A Città del Messico esiste una banca in cui gli impiegati sono stati addestrati a trattare bene le persone anziane, e alla fine di ogni mese viene riservato del tempo per servire in via esclusiva le persone anziane. È stato segnalato che in alcuni esercizi commerciali in Giamaica le persone anziane possono sedersi e attendere di essere serviti direttamente da impiegati addetti. Anche a Tokyo le persone anziane notano che gli esercizi commerciali li trattano bene, perché la maggior parte dei clienti è anziana. Inoltre nei senior club le persone anziane si sentono particolarmente rispettate e incluse. Viene anche segnalato che quando le persone anziane sono esse stesse rispettose e simpatiche, ricevono spesso lo stesso trattamento dagli altri.

Nondimeno, in diverse città i partecipanti riportano anche un comportamento irrispettoso verso le persone anziane. Ci sono persone impazienti verso le persone anziane che sono lente nel fare le cose, e gesti villani nei confronti dei conducenti anziani. A Sherbrooke gli anziani si

lamentano di essere trattati come bambini. Anche ad Amman le persone anziane sentono di essere criticate dai giovani a causa dei loro abiti differenti e dei loro modi di parlare. Si dice che alcuni giovani non mostrano buone maniere (Tokyo e Udine), non cedono il posto a sedere sugli autobus (Portland) e sono verbalmente o fisicamente aggressivi verso le persone anziane (Halifax, Nuova Delhi e San José).

Ti guardano come se la tua “data di scadenza” fosse già trascorsa, e non vogliono servirti.

Una persona anziana, Melville

In alcune città i servizi commerciali e professionali vengono descritti come irrispettosi o senza riguardo per le necessità delle persone anziane. Un addetto all’assistenza ad Amman ha notato che il cibo nei ristoranti non è adatto per le persone anziane. A Melville si nota scarso servizio nei negozi. A La Plata e Mayaguez è segnalato che gli impiegati di banca e quelli di agenzie pubbliche non ascoltano le necessità e le lamentele delle persone anziane. A San José viene fornito l’esempio di dottori che fanno preparare le loro ricette persino prima di vedere i loro pazienti anziani. Altre preoccupazioni nei confronti degli addetti all’assistenza sono espresse, per esempio, a Nairobi, Ponce e Saanich.

Alcune persone anziane continuano ad andare da un ufficio all’altro senza ricevere le informazioni che stanno chiedendo perché nessuno dedica loro un po’ di tempo né ha la cortesia di ascoltarle.

Un fornitore di servizi, Mayaguez

Le misure proposte per promuovere servizi a misura di anziano privilegiano il tirocinio dei fornitori di servizi, affinché apprendano come rispondere meglio alle necessità delle persone anziane.

2. Invecchiamento e ignoranza

In una società che nel suo immaginario popolare esalta la gioventù e il cambiamento, il comportamento irrispettoso viene spesso attribuito alle immagini negative comuni relative all’età e all’invecchiamento. Fra i pregiudizi discriminatori contro gli anziani, viene segnalato che le persone anziane sono ritenute inutili, meno intelligenti, tirchie, come un peso. Nei paesi sviluppati vi è la percezione che esse, come gruppo, siano esigenti e facciano sprecare risorse pubbliche. Le persone anziane malate o disabili sono viste negativamente con maggiore probabilità rispetto a quelle sane.

Sei rispettato molto di più, persino da tuo figlio, se sei sano e non dipendi da nessuno.

Una persona anziana, Tripoli

In alcune città si crede che il comportamento irrispettoso e l’invecchiamento siano una conseguenza dell’ignoranza di buone maniere, del carattere impersonale delle grandi città o di quelle in espansione, della mancanza di interazione tra generazioni e della generale mancanza di conoscenza da parte del pubblico sull’invecchiamento e sugli anziani. A Melbourne e Nuova Delhi si riconosce anche che esiste un divario tra le norme contemporanee dell’individualismo e le aspettative delle persone anziane.

3. Interazioni intergenerazionali ed educazione pubblica

Esiste un grande svantaggio al giorno d'oggi... i bambini non hanno il privilegio di passare del tempo con le persone anziane... pagano un prezzo terribile.

Una persona anziana, Portland

In quasi tutte le città del progetto i partecipanti hanno sottolineato il grande bisogno di favorire e organizzare i contatti tra le generazioni, come il lavorare insieme, il partecipare a eventi intergenerazionali programmati; inoltre, le persone anziane dovrebbero partecipare all'educazione civica o all'insegnamento della storia nelle scuole, o ricevere incarichi di sorveglianza dei bambini negli spazi pubblici, mentre i giovani dovrebbero aiutare le persone anziane su base volontaria. Nella maggior parte delle città è benvenuta qualsiasi soluzione che promuova le attività intergenerazionali. A Ginevra le persone anziane sostengono che loro stesse dovrebbero effettuare i primi passi nell'incontrare le giovani generazioni.

Un'opinione comune è che la conoscenza pubblica in merito all'invecchiamento e agli argomenti a esso connessi è notevolmente carente e che l'educazione nei confronti dell'invecchiamento dovrebbe iniziare presto e interessare tutti i gruppi della società.

È l'atteggiamento verso gli anziani che si dovrebbe correggere. Io sono convinto che questo è il problema maggiore, e non so come educare i giovani a rispettare gli anziani.

Una persona anziana, Portage la Prairie

Molti esprimono l'opinione che l'educazione da parte della comunità dovrebbe iniziare nella scuola primaria, in modo che la gente impari i valori culturali e apprezzi le persone anziane. Nell'opinione dei partecipanti, l'educazione sull'invecchiamento dovrebbe comprendere l'acquisizione di una certa conoscenza delle difficoltà causate dall'invecchiamento fisico e dai disturbi a esso connessi. Come è stato affermato in Giamaica, le persone dovrebbe essere in grado di prepararsi per quel periodo della vita grazie alla suddetta educazione. Quasi tutti i gruppi di discussione insistono sull'importanza di inculcare il rispetto per gli anziani; a Udaipur viene suggerito, a questo scopo, di organizzare campeggi estivi che siano concentrati sui valori sociali. Viene anche proposto che nei media venga effettuata un'educazione sull'invecchiamento mediante una pubblicità a favore degli anziani; a Melville vengono forniti esempi, come un programma televisivo che mostra un giovane che comunica con un vecchio, oppure la pubblicazione, sui giornali, dei profili di persone anziane locali che hanno svolto ruoli significativi a favore della comunità. Sono anche menzionati manifesti pubblicitari e poster con rappresentazioni attraenti dell'invecchiamento, nonché inquadrature di persone anziane in aspetti realistici e non caricaturali.

4. Posto nella comunità

Noi non ascoltiamo le voci degli anziani nella nostra società.

Un addetto all'assistenza, Sherbrooke

Il ruolo che le persone anziane svolgono all'interno della comunità contribuisce al rispetto e all'inclusione di cui godono. In alcune città, quali Mosca e Tokyo, viene segnalato che mantengono ancora un ruolo attivo di guida locale e hanno una forte influenza sulle decisioni pubbli-

che. Più spesso, tuttavia, i partecipanti parlano di perdita di queste responsabilità di leadership e persino di riluttanza ad ascoltare i consigli delle persone anziane, come riportato a Melville. A Mayaguez, i partecipanti notano che la comunità non è più abituata a dare ascolto alle opinioni delle persone anziane e attualmente anche le decisioni riguardanti gli anziani vengono prese senza consultarli.

L'impegno sociale delle persone anziane accresce la stima di cui godono nella comunità. Sembra che le persone anziane siano coinvolte molto spesso in servizi di volontariato, nei quali possono svolgere un ruolo attivo, come ad Halifax e a Melbourne. Alcune occupazioni sono loro riservate, come nei supermercati di Cancún. A Himeji viene citato il programma "Chiedi agli anziani" come esempio di inclusione solidale degli anziani: tale programma coinvolge persone anziane in attività in cui hanno esperienza, come il giardinaggio, l'organizzazione di eventi o le conferenze nelle scuole elementari. A Saanich sono segnalati programmi che mettono le persone anziane in contatto con le scuole.

Facciamo assegnamento sugli... anziani come volontari e apprezziamo sicuramente le loro opinioni e il loro contributo.

Un fornitore di servizi, Saanich

A volte le persone anziane fanno parte di comitati e consigli di associazioni e organizzazioni, sebbene a Sherbrooke sembra che abbiano ancora bisogno di essere meglio rappresentate in queste aree. Un argomento spesso sollevato riguarda la fiducia nelle persone anziane, nelle loro capacità e nelle loro esperienze di vita, che possono essere molto utili nel momento in cui si devono prendere decisioni. Le loro risorse devono essere apprezzate dalla comunità, come suggerito a Dundalk e a Città del Messico. I fornitori dei servizi a Portland aggiungono che le persone anziane possono essere occhi e orecchie importanti di una comunità.

5. Supporto della comunità

Sai, le persone si conoscono tra loro, non è una grande città. E questo è tutto, quando ci si conosce l'un l'altro, ci si aiuta a vicenda.

Una persona anziana, Portage la Prairie

Molti commenti si riferiscono al supporto della gente della città nei confronti delle persone anziane e ai motivi per cui le comunità sono più o meno inclusive. Le comunità più piccole, dove la gente vive da molto tempo e si conosce reciprocamente, sono considerate più solidali e maggiormente inclusive: Dundalk, Portage la Prairie e il distretto Copacabana di Rio de Janeiro sono gli esempi di questo tipo.

La gente si accorgerebbe se non andassi a messa.

Una persona anziana, Dundalk

Nelle altre città, più grandi, i commenti mettono in evidenza che la città è "troppo grande" e impersonale, come si verifica a Istanbul. A Islamabad e a Città del Messico le zone vicine tra loro non favoriscono la coesione e a Londra sembra che i vicini cambino in maniera così rapida che le persone non hanno più il tempo di incontrarsi e di conoscersi l'una con l'altra. Nondimeno si possono incoraggiare comunità più inclusive. Alcuni dei gruppi di discussione

propongono di promuovere quartieri meglio organizzati, per esempio, con comitati locali di strada (San José e Tuymazy). A Istanbul viene suggerita la creazione di luoghi per le riunioni di quartiere; viene riportato quanto è già in atto a La Plata, dove una parte del municipio è adibita alle riunioni delle persone anziane.

6. Posto in famiglia

In alcune città, come Amman e Udaipur, vivere con la propria famiglia è considerato come un vantaggio per le persone anziane. Secondo la gente di Tripoli restare in famiglia significa essere assistiti, ottenere affetto e mantenere la condizione sociale. A Udaipur le persone anziane non solo vengono consultate dalle loro famiglie quando si devono prendere delle decisioni, ma le loro opinioni hanno un peso. Alcune persone anziane dichiarano di aver lasciato la loro comunità d'origine per andare a vivere con i loro figli a Cancún. Si sostiene che i membri della famiglia sono di aiuto e di supporto, ma allo stesso tempo viene notato che le relazioni familiari stanno cambiando. A Istanbul e Nuova Delhi, per esempio, si osserva che le famiglie risultano più sparpagliate perché i figli se ne allontanano, e le generazioni più giovani non hanno molto tempo da trascorrere con i membri più anziani della famiglia. A Nuova Delhi viene segnalato, di conseguenza, che le persone anziane risultano gradualmente emarginate nella loro stessa famiglia. A Islamabad le persone anziane riportano che le donne anziane non sono sempre consultate nelle faccende familiari. A Nuova Delhi sembra che i nonni siano come ridotti in stato di servitù a favore dei loro nipoti. A San José alcune famiglie richiedono persino che i nonni lavorino per guadagnare dei soldi. In alcune città i fornitori di servizi descrivono problemi di abbandono o di abuso nei confronti delle persone anziane.

7. Esclusione economica

Mi sento intimorito quando sto in un negozio perché non posso permettermi di comprare ciò di cui ho bisogno.

Una persona anziana, Tuymazy

In numerosi paesi la maggior parte delle persone anziane ha redditi piuttosto bassi e la povertà, a qualsiasi età, esclude le persone dalla società. Nella Federazione Russa molte persone anziane riportano che si sentono escluse dalla società a causa del loro basso reddito: i pensionati dipendono completamente dalle scarse somme che il governo concede loro. In Giamaica e a Città del Messico viene riportato che la gente spesso ottiene un aiuto finanziario personale molto limitato dal governo e che vi è molta burocrazia per ottenere ciò a cui si ha diritto. A Cancún le persone anziane sostengono che non si sentono incluse nei programmi governativi.

Per la prima volta qualcuno ha pensato ai bisogni di coloro che non hanno alcun reddito [a proposito della "Si vale card"].

Una persona anziana, Città del Messico

A Città del Messico la gente apprezza notevolmente il sostegno economico basato sulla condizione economica delle persone anziane. Ciò comprende una tessera identificativa che permette l'accesso a prezzi ridotti e persino a servizi gratuiti, nonché una "Si vale card" che garantisce ai più poveri un reddito di 80 dollari USA mensili.

Lista di controllo per il rispetto e l'inclusione sociale a favore degli anziani

Servizi rispettosi e per tutti

- Le persone anziane vengono consultate dai servizi pubblici, di volontariato e commerciali sui modi con i quali possono essere servite meglio.
- I servizi pubblici e commerciali forniscono servizi e prodotti adatti alle necessità e alle preferenze delle persone anziane.
- I servizi posseggono personale utile e cortese, addestrato a soddisfare le persone anziane.

Immagini pubbliche dell'invecchiamento

- I media includono le persone anziane nell'immaginario pubblico, presentandolo in modo positivo e senza stereotipi.

Interazioni intergenerazionali e familiari

- Strutture, attività ed eventi per l'intera comunità attraggono persone di tutte le età tenendo conto delle necessità e delle preferenze specifiche per le varie età.
- Le persone anziane sono incluse specificamente nelle attività della comunità a favore delle "famiglie".
- Vengono regolarmente svolte attività che riuniscono generazioni diverse per reciproco piacere e arricchimento.

Educazione pubblica

- I programmi delle scuole primarie e secondarie comprendono corsi sull'invecchiamento e sugli anziani.
- Le persone anziane sono coinvolte attivamente e regolarmente nelle attività scolastiche locali insieme con gli studenti e gli insegnanti.
- Alle persone anziane vengono fornite occasioni per condividere la loro conoscenza, storia e competenza con le altre generazioni.

Inclusione nella comunità

- Le persone anziane vengono incluse come partner a pieno titolo nelle delibere decisionali della comunità che sono di interesse per gli anziani.
- Le persone anziane sono riconosciute dalla comunità per il loro contributo, sia passato che presente.
- L'azione della comunità rivolta a rafforzare i legami e il sostegno tra vicini comprende l'inclusione dei residenti più anziani in qualità di confidenti, consiglieri, esecutori e beneficiari.

Inclusione economica

- Le persone anziane svantaggiate dal punto di vista economico hanno accesso ai servizi e agli eventi pubblici, sia di volontariato che privati.

10. Partecipazione civica e impiego

Sintesi dei risultati

Le persone anziane quando vanno in pensione non smettono di contribuire alla loro comunità. Molti anziani continuano a lavorare volontariamente non ricompensati a favore delle loro famiglie e delle comunità. In alcune zone la situazione economica obbliga le persone anziane a fare lavori remunerati dopo essere andate in pensione. Una comunità a misura di anziano offre loro la possibilità di continuare a contribuire alla comunità mediante impieghi remunerati, o mediante lavori volontari qualora essi li preferiscano, e di essere impegnati nella vita politica.

Molte persone anziane vorrebbero continuare a lavorare, e alcune infatti lo fanno. Inoltre, le persone anziane che hanno partecipato al progetto dell'OMS hanno espresso il desiderio e la volontà di lavorare come volontari nella loro comunità. In gran parte delle città le persone anziane hanno accesso a impieghi e a opportunità di lavoro volontario e si sentono, in linea generale, rispettate per il loro contributo. Alle persone anziane piacerebbe avere maggiori occasioni di impiego, e vorrebbero che gli impieghi e le opportunità di volontariato fossero modellati meglio sulle loro necessità e sui loro interessi. Gli anziani vorrebbero anche vedere maggiori sforzi diretti a incoraggiare la partecipazione civica; hanno la sensazione che esistano barriere, compresi ostacoli fisici e isolamento culturale, nei confronti della partecipazione delle persone anziane.

1. Opportunità di volontariato per le persone anziane

È stato scientificamente provato che partecipare ad attività di volontariato può aiutarti a rimanere sano e a vivere più a lungo.

Una persona anziana, Halifax

In molte città partecipanti le persone anziane sono attivamente coinvolte in attività di volontariato, godendo di numerosi vantaggi, come sentirsi rispettato e attivo e mantenere la propria salute e i propri legami sociali. In alcune città i partecipanti riportano che esistono infrastrutture di volontariato ben sviluppate, quali centri di assistenza volontari e solide organizzazioni. Nella maggior parte delle città i partecipanti affermano che esistono molte occasioni per fare volontariato.

A Ponce le persone anziane sono contente di sentirsi utili attraverso il volontariato e a Udine viene segnalato che il lavoro di volontariato è gratificante e previene l'isolamento. A Ginevra le persone anziane fanno lavori di volontariato nei club e nelle associazioni.

Malgrado l'importanza del volontariato, i partecipanti notano molte barriere per gli anziani, come la difficoltà di venire a conoscenza delle occasioni per lavori di volontariato, particolarmente quelli che sarebbero più adatti per loro. I partecipanti chiedono più opportunità e una gamma più ampia di alternative. A questo proposito viene suggerito di creare dei registri centrali. A Melbourne esiste un progetto in via di attuazione sull'uso di Internet per abbinare volontari e opportunità; a Portland esiste un sito che elenca le occasioni di volontariato. Gli anziani residenti a Melville e a Udaipur suggeriscono di creare un database o un registro centra-

lizzato dei volontari; i partecipanti di Nuova Delhi suggeriscono che tale compito potrebbe essere svolto da un'organizzazione quale "HelpAge India".

Le persone anziane, inoltre, devono affrontare dei problemi nell'andare e tornare dai lavori di volontariato, e alcune riportano limitazioni fisiche nel completare i compiti a loro assegnati. Nelle città più sviluppate alcuni anziani e alcuni fornitori di servizi segnalano che la loro capacità o volontà di fare del volontariato è ostacolata dal mancato ricevimento dei rimborsi spesa (come per la benzina) o da problemi di responsabilità (da parte delle organizzazioni di volontariato).

Parecchi partecipanti fanno presente che vi è un generale declino o cambiamento nel settore del volontariato che interessa i volontari anziani. Ciò comprende la sensazione che l'etica del volontariato stia diminuendo e che i giovani non stiano rimpiazzando gli anziani. Ad Halifax una persona anziana ritiene che il lavoro burocratico e i costi delle assicurazioni in aumento contribuiscano al declino del corpo dei volontari. A Dundalk viene suggerito che i costi dell'assicurazione vengano annullati per i volontari anziani.

I suggerimenti per migliorare il volontariato prendono in considerazione, in generale, il consolidamento delle organizzazioni di volontariato, la creazione di corpi di volontari anziani e il rimborso ai volontari delle spese connesse con il loro lavoro. A Islamabad i partecipanti richiedono di creare un corpo di volontari composto da persone anziane incaricate di lavorare con gli emarginati. A Mayaguez vengono suggeriti incentivi per i volontari anziani, e un fornitore di servizi a Città del Messico raccomanda che i volontari ricevano rimborsi per le loro spese. A Himeji viene suggerito un sostegno finanziario per le organizzazioni di volontariato. A Shanghai si manifesta la sensazione che un'atmosfera sociale gratificante e di supporto potrebbe incoraggiare un numero maggiore di persone verso il volontariato. A Tokyo, per incoraggiare le persone anziane a divenire volontari, si suggerisce di rivolgere loro un invito esplicito.

2. Migliori opportunità di impiego e maggiori occasioni

Mia madre parla spesso di lavorare, ma io so che non lo può fare. È solo perché agli anziani piace guadagnare qualcosa in più.

Un addetto all'assistenza, Giamaica

Dobbiamo aiutare le persone anziane a conservare un lavoro. Il lavoro è un dono della salute e della vita.

Un fornitore di servizi, Tripoli

In molte città i partecipanti riportano di essere entusiasti di lavorare, e che hanno l'esperienza e le qualifiche necessarie. Le persone anziane, tuttavia, incontrano numerosi ostacoli nel trovare un lavoro o nel conservarlo. I partecipanti ai gruppi di discussione bocchiano le politiche che rendono obbligatorio l'abbandono del lavoro a un'età arbitraria, che varia a seconda dei paesi. Alcune nazioni hanno politiche in base alle quali qualsiasi somma di denaro guadagnata dopo l'età del "pensionamento" viene dedotta dai programmi o dalle pensioni governativi di supporto del reddito, creando così un'ulteriore barriera per le persone anziane che vogliono continuare a lavorare.

In vari luoghi le persone anziane riportano di essere semplicemente troppo fragili per lavorare, di trovare difficoltà nell'andare al lavoro e nel ritornare a casa, o di non sentirsi sicure

durante il viaggio verso il lavoro e durante il lavoro stesso. In parecchie città le sole occasioni lavorative disponibili per gli anziani sono spesso di tipo servile, con bassa paga o generalmente non appetibili. In alcune zone le persone anziane aiutano le proprie famiglie curando i nipoti; a Città del Messico si ha la sensazione che svolgere questo tipo di lavoro impedisca alle persone anziane di ottenere un impiego appropriato.

Nei luoghi a basso reddito e con supporto governativo limitato, alcuni anziani sentono di avere la necessità di lavorare indipendentemente dal fatto che lo vogliano o meno. In alcune città (ad es. a Mosca, Nairobi e Ponce) i partecipanti ai gruppi di discussione commentano che il livello generale di disoccupazione e competizione per un lavoro influenza la loro capacità di trovare un lavoro.

Non posso pensare di lavorare. Perché? Visto il livello di disoccupazione, persino tra i giovani, come posso voler lavorare?

Una persona anziana, Istanbul

Malgrado queste barriere, le persone anziane stanno ancora lavorando in numerose città. Gli anziani a Tripoli evidenziano i molti vantaggi del continuare a lavorare: avere un guadagno, non dipendere dagli altri e mantenere relazioni sociali. Molti anziani a Himeji vorrebbero lavorare e a loro piacerebbe che vi fossero più occasioni di impiego. Le persone anziane ad Amman suggeriscono che il tempo e l'esperienza degli anziani dovrebbero essere sfruttati fino a quando saranno in grado di lavorare, e che si dovrebbero fornire incentivi per incoraggiare la loro partecipazione.

Certi luoghi, soprattutto nei paesi sviluppati, hanno politiche al riguardo e alcuni di essi fanno riferimento ad aziende specializzate che favoriscono e apprezzano i lavoratori anziani. A Mayaguez i fornitori dei servizi notano che c'è poco assenteismo tra i lavoratori anziani, che mostrano anche la tendenza a essere puntuali. A Melville sembra che i luoghi di lavoro stiano cambiando e che vi sia un atteggiamento più positivo verso la permanenza al lavoro dei lavoratori anziani.

I partecipanti propongono numerosi suggerimenti su come migliorare e creare nuove opportunità di impiego per le persone anziane. Tali opportunità comprendono l'offerta di incentivi per i datori di lavoro che assumono gli anziani, l'attuazione di programmi di lavoro sponsorizzati dai governi, la creazione di partnership pubbliche/private e l'assunzione di persone anziane per svolgere lavori nel settore pubblico.

Viene suggerita l'eliminazione del pensionamento obbligatorio, o delle restrizioni all'impiego basate sull'età, nei luoghi ove esiste tale legislazione. A Dundalk si suggerisce che si dovrebbe permettere alle persone di lavorare oltre l'età del pensionamento e a Islamabad viene proposto di eliminare le restrizioni legali all'impiego basate sull'età. A Sherbrooke i fornitori di servizi ritengono che ci dovrebbe essere una maggiore flessibilità nella legislazione, nonché una politica che permetta ai pensionati di ritornare a lavorare. A Istanbul una persona anziana suggerisce di proibire il pensionamento anticipato.

Sono stati proposti numerosi suggerimenti per migliorare il tipo o le condizioni di lavoro. In alcuni luoghi gli intervistati hanno la sensazione che il problema consista nel non avere le informazioni e i mezzi per combinare le competenze e le necessità dei lavoratori anziani con quelle dei datori di lavoro. I suggerimenti per superare la situazione comprendono una migliore pubblicità dei posti vacanti, la creazione di un database per abbinare i lavoratori anziani con i lavori disponibili e lo sviluppo di un registro che elenchi le competenze delle

persone anziane e che sia consultabile dai potenziali datori di lavoro. A Istanbul si ritiene che vi dovrebbe essere più supporto alle donne che lavorano a casa, mentre a Nuova Delhi viene suggerito che i datori di lavoro vengano sensibilizzati sulle necessità delle persone anziane.

3. Flessibilità per i lavoratori e i volontari anziani

Non voglio qualcosa che mi obblighi a essere lì ogni settimana alle 9:00; ne ho avuto abbastanza quando lavoravo.

Una persona anziana, Portland

La flessibilità nelle occasioni di lavoro, sia remunerato che volontario, per le persone anziane è citata come una maniera per meglio adattare tali opportunità alle persone anziane.

Vengono segnalati orari rigidi, e la sensazione che i lavori volontari abbiano acquisito un carattere troppo professionale. I partecipanti propongono che le occasioni per lavori remunerati e volontari dovrebbero essere organizzate in modo da adattarsi ai lavoratori anziani. Il volontariato dovrebbe essere più flessibile e maggiormente adatto ai bisogni delle persone anziane. In parecchi luoghi viene segnalata maggiore flessibilità da parte dei datori di lavoro in rapporto alle ore lavorative e all'impiego stagionale o temporaneo, e adattamenti in base alle esigenze fisiche del lavoro.

Le persone anziane a Ginevra ritengono che le occasioni di lavoro volontario dovrebbero essere flessibili e dovrebbero conformarsi alle capacità dei volontari, tenendo conto delle necessità degli anziani, che possono stancarsi più rapidamente. I fornitori di servizi a Himeji pensano che le corporazioni dovrebbero sviluppare un ambiente in cui le persone anziane possano lavorare senza difficoltà; per numerose corporazioni ciò rappresenta un obiettivo per il futuro.

Ad Halifax vengono suggeriti carichi di lavoro più leggeri e permessi di malattia più flessibili per gli impiegati più anziani. I partecipanti a Londra suggeriscono piccoli progetti che siano interessanti per le persone anziane e che facciano uso delle loro competenze. A Nairobi, Ponce e Tuymazy i partecipanti richiedono occasioni part-time. A Tokyo esiste un servizio di risorse umane per lavori temporanei che può andare incontro alle necessità delle persone anziane. Le persone anziane a Tuymazy ritengono che un lavoro di consulenza sarebbe particolarmente adatto per gli anziani.

4. Incoraggiare la partecipazione civica

I rapporti sul livello dell'impegno civico sono variabili. In generale le persone anziane sono interessate e hanno la volontà di partecipare alle funzioni civiche. In alcuni luoghi gli anziani esercitano già un compito attivo attraverso comitati locali o associazioni di anziani. Alcune culture apprezzano l'esperienza e la competenza degli anziani e li collocano in posizioni di autorità, sebbene alcuni abbiano avuto la sensazione che tali incarichi fossero notevolmente simbolici. Vi sono a Melville gruppi con speciali interessi nei quali partecipano le persone anziane e a Mayaguez esiste un'elevata proporzione di anziani impegnata nel potere legislativo della città. I partecipanti a Tripoli riportano che le persone anziane siedono nei consigli di amministrazione e ad Halifax gli anziani sono coinvolti nello svolgimento delle elezioni.

Malgrado questi rapporti di impegno civico, una percentuale significativa di città riporta che le occasioni per le persone anziane di impegnarsi in affari civici sono limitate. Alcune città

parlano di barriere logistiche, come mancanza di trasporti, l'assenza di comodità, e i problemi di sicurezza in occasione delle grandi manifestazioni civiche.

I suggerimenti per migliorare gli impegni civici comprendono: mantenere posti riservati per le persone anziane, favorire l'accessibilità agli eventi civici (ad es. accessibilità fisica e fornitura di apparecchi per chi ha difficoltà uditive) e sviluppare o ricostituire i comitati locali o altri organi partecipativi. A Dundalk i partecipanti ritengono che una migliore informazione sulle attività civiche potrebbe portare a una maggiore partecipazione. A Portland viene suggerito che le persone anziane siano coinvolte invitandole a comunicare le loro preoccupazioni ai funzionari governativi. Gli anziani a La Plata richiedono più occasioni di partecipazione politica da parte delle persone anziane e un ruolo per queste ultime nella soluzione delle problematiche della comunità. A Tokyo viene suggerito che alle persone anziane venga assegnato il ruolo civico specifico di occuparsi dei problemi degli altri anziani e a Saanich si suggerisce che siano le persone anziane a fare programmi per gli anziani.

5. Addestramento

Adesso partecipare al volontariato è divenuto un impegno professionale. Per essere volontario devi sottoposti a un addestramento.

Un fornitore di servizi, Londra

L'addestramento è visto come un modo per permettere alle persone anziane di connettersi con la forza lavoro e di parteciparvi come volontari. Alcune città riportano che gli anziani hanno la sensazione di non possedere le competenze lavorative necessarie (soprattutto nei confronti dell'uso della tecnologia) per una competizione sui luoghi di lavoro. In qualche città si segnala che alle persone anziane piacerebbe avere delle possibilità di formazione, o di riprendere l'addestramento (sebbene sia un suggerimento espresso più comunemente dai fornitori di servizi anziché dagli anziani). A Nuova Delhi vengono prospettati corsi di addestramento o di aggiornamento prima del pensionamento. Ad Amman viene richiesto un addestramento delle persone anziane sui lavori leggeri che possano fornire un po' di guadagno. A Tuymazy si ritiene che l'addestramento per le persone anziane dovrebbe focalizzarsi su un impiego autonomo e su piccole opportunità d'affari.

6. Occasioni imprenditoriali

Alcuni partecipanti suggeriscono di creare delle occasioni imprenditoriali per le persone anziane, come mezzo di guadagno e di partecipazione alla forza lavoro. Il finanziamento oppure il sostegno alle occasioni di impiego autonomo sono proposti come supporto alle persone anziane; soprattutto nelle città che riportano anche una generale disoccupazione o un supporto economico modesto per le persone anziane (ad es. Cancún, Città del Messico, Nuova Delhi, Ponce, Tripoli, Tuymazy e Udine).

In numerose città le persone anziane sono coinvolte attivamente in varie attività d'impiego autonome, come artigianato e giardinaggio. A San José le persone anziane trovano occasioni come mercanti ambulanti. A Cancún vi sono opportunità nel campo della vendita di oggetti d'arte fatti a mano, sebbene le persone anziane suggeriscano che sarebbe loro di aiuto avere un posto in un mercato. A Tripoli viene suggerito che certe organizzazioni non governative potrebbero aiutare le persone anziane a organizzare piccole attività commerciali, anche domi-

ciliari, e che il lavoro agricolo potrebbe essere incoraggiato come alternativa per gli anziani, mentre a Tuymazy vengono proposti i mercati agricoli come fonte di reddito per le persone anziane.

7. Valorizzare il contributo delle persone anziane

Nel mondo del lavoro vengono segnalati numerosi casi di discriminazione nei confronti degli anziani; si manifestano in varie maniere, che vanno da una sensazione di mancanza di rispetto da parte degli altri lavoratori a un netto rifiuto dei datori di lavoro di assumere i lavoratori anziani. In alcune città, dal punto di vista culturale è apparentemente inaccettabile che le persone anziane lavorino dopo l'età del pensionamento. Alcuni di questi pregiudizi derivano dalle stesse persone anziane; alcune riferiscono semplicemente che non vogliono lavorare dopo aver lavorato per tutta la loro esistenza.

Ci sono casi di persone anziane che vengono trattate in modo irrispettoso. Altri anziani sostengono che è difficile lavorare per gente più giovane, accettare posti che sono considerati di livello inferiore, lavorare in ambienti ove si sentono trattati con condiscendenza.

È variabile anche il grado in cui i volontari anziani sentono che il loro contributo viene apprezzato e riconosciuto. A Ginevra vengono rilasciati certificati di apprezzamento. A Nairobi i fornitori di servizi ritengono che le persone anziane sono viste come leader per la loro esperienza e affidabilità.

A Udine si ritiene che ci dovrebbe essere più apprezzamento per l'esperienza degli anziani. Alcuni suggeriscono un tirocinio di sensibilizzazione dei datori di lavoro nei confronti delle necessità e delle qualifiche dei lavoratori anziani. A Città del Messico si ritiene che ci dovrebbe essere più riconoscimento da parte della società per il valore della competenza e della presenza delle persone anziane nel mondo del lavoro. In Giamaica le persone anziane suggeriscono di affidare agli anziani la sensibilizzazione dei giovani sui temi dell'invecchiamento, trattando sia la partecipazione sia i pregiudizi.

Lista di controllo relativa a partecipazione civica e impiego

Opportunità di volontariato

- Esiste una gamma di attività a cui i volontari anziani possono partecipare.
- Le organizzazioni di volontariato sono ben sviluppate, con infrastrutture, programmi di addestramento e forza lavoro volontaria.
- Le competenze e gli interessi dei volontari vengono confrontati con i posti disponibili (ad es. registri o database).
- I volontari sono supportati nel loro lavoro, per esempio tramite il trasporto gratuito oppure il rimborso dei costi di parcheggio.

Opportunità di impiego

- Esiste una vasta gamma di opportunità di lavoro per le persone anziane.
- La politica e la legislazione prevengono la discriminazione in base all'età.
- Il pensionamento è una scelta, non un obbligo.
- Esistono occasioni flessibili, con alternative di part-time o di impiego stagionale per le persone anziane.
- Esistono programmi e agenzie per l'impiego delle persone anziane.
- Le organizzazioni dei lavoratori (ad es. sindacati) sostengono le alternative flessibili, come il lavoro part-time o di volontariato, per permettere una maggiore partecipazione da parte dei lavoratori anziani.
- I datori di lavoro sono incoraggiati ad assumere e a trattenerne i lavoratori anziani.

Addestramento

- Ai lavoratori anziani viene fornito l'addestramento sulle opportunità post-pensionamento.
- Per i lavoratori anziani sono disponibili occasioni di ulteriore addestramento, come il tirocinio nelle nuove tecnologie.
- Le organizzazioni di volontariato forniscono l'addestramento per accedere ai loro posti.

Accessibilità

- Le opportunità per lavori volontari o remunerati sono pubblicizzate e promosse.
- Viene reso disponibile il trasporto al posto di lavoro.
- I luoghi di lavoro sono adattati in modo da conformarsi alle necessità delle persone disabili.
- Non vi sono spese per il lavoratore che partecipa a un lavoro remunerato o volontario.
- Vi è supporto in favore delle organizzazioni (ad es. finanziamenti o costi assicurativi ridotti) riguardo al reclutamento, addestramento e proroga occupazionale dei volontari anziani.

Partecipazione civica

- Le persone anziane fanno parte delle assemblee consultive, dei comitati direttivi delle organizzazioni eccetera.
- Le persone anziane che vogliono partecipare alle riunioni e agli eventi civici possono beneficiare di un supporto, come posti a sedere riservati, aiuto per le persone disabili, apparecchi per coloro che hanno difficoltà d'udito e trasporti.
- Le politiche, i programmi e i piani per le persone anziane sono elaborati anche con i contributi degli stessi anziani.
- Viene incoraggiata la partecipazione delle persone anziane.

Valorizzazione del contributo

- Le persone anziane sono rispettate e i loro contributi apprezzati.
- I datori di lavoro e le organizzazioni sono sensibili alle necessità dei lavoratori anziani.
- Fra i datori di lavoro vengono pubblicizzati i vantaggi dell'assunzione di lavoratori anziani.

Imprenditorialità

- Vi è supporto per gli imprenditori anziani e per le opportunità di lavoro autonomo (ad es. mercati per la vendita di prodotti agricoli e oggetti artigianali, addestramento per piccoli esercizi commerciali e microfinanziamenti per i lavoratori anziani).
- Le informazioni per il supporto degli esercizi di piccole dimensioni e su base casalinga sono presentate in formato adatto ai lavoratori anziani.

Introiti

- I lavoratori anziani vengono remunerati equamente per il loro lavoro.
- I volontari ricevono il rimborso delle spese sostenute nel loro lavoro.
- I guadagni dei lavoratori anziani non vengono dedotti dalle pensioni e dalle altre forme di sostegno economico a cui essi hanno diritto.

11. Comunicazione e informazione

Sintesi dei risultati

I partecipanti ai gruppi di discussione concordano che è essenziale per l'invecchiamento attivo rimanere connessi con gli eventi e le persone nonché ricevere informazioni tempestive e pratiche al fine di riuscire a vivere e affrontare le necessità personali. I partecipanti, nella maggior parte delle città del mondo sviluppato, sostengono che per le persone anziane esistono vari tipi di informazioni provenienti da numerosi media diversi, sia generali che specializzati, mentre nelle città dei paesi in via di sviluppo le persone dei gruppi di discussione danno rilievo ad alcuni media ampiamente diffusi nella comunità, soprattutto la televisione, la radio e i giornali. Eppure quasi ovunque viene evocato a viva voce il timore di non avere informazioni e di essere esclusi dal corso principale degli eventi. Le tecnologie dell'informazione e della comunicazione, in rapida evoluzione, sono sia benvenute, in quanto mezzi utili, sia criticate, in quanto strumenti di esclusione sociale. Indipendentemente dalla varietà delle scelte della comunicazione e del volume di informazioni disponibile, la preoccupazione principale espressa dai gruppi di discussione consiste nell'aver informazioni attinenti e prontamente accessibili alle persone anziane che presentano capacità e risorse variabili.

Diventa proprio peggio quando invecchi... quando le tue facoltà incominciano ad affievolirsi, e questo genere di cose sembra causare ancora più stress.

Una persona anziana, Halifax

1. Ampia distribuzione

In tutte le città i media locali dell'intera comunità sono scelti come fornitori di informazioni utili. Nei paesi in via di sviluppo e nella Federazione Russa i mezzi di comunicazione familiari alle persone anziane tendono a limitarsi alla radio, alla televisione e ai giornali. Nei paesi sviluppati viene descritta una presenza abbondante di informazioni, sia generali sia specifiche, che interessano le persone anziane e che derivano da varie fonti, compresa Internet. Ovunque viene apprezzata l'informazione che arriva alle persone anziane durante la loro vita e le attività quotidiane, attraverso la consegna personale diretta, il telefono e la distribuzione in luoghi chiave: centri della comunità, bacheche, servizi pubblici, librerie, negozi, ambulatori medici e case di cura. Le persone anziane a Istanbul riportano che il telefono è la modalità più universale e affidabile per comunicare con loro. Si ritiene che spetti ai governi e alle organizzazioni di volontariato il ruolo principale nell'assicurare che le informazioni siano ampiamente disponibili: i servizi pubblici di distribuzione, sistematici ed efficaci, sono apprezzati come una caratteristica favorevole agli anziani. A Himeji viene segnalato che esiste una distribuzione bene articolata di informazioni municipali alle associazioni dei residenti; le informazioni vengono poi trasferite ai leader del distretto e questi a loro volta le fanno pervenire a ogni unità familiare. Nelle città dove il settore privato deve ancora accorgersi di questo mercato grigio in crescita, come a Tripoli, anche il commercio è menzionato come un potenziale finanziatore della diffusione di informazioni in favore delle persone anziane. La distribuzione di una guida di servizi "a misura di anziano", suggerita dalle persone anziane di Saanich, potrebbe interessare, per esempio, alla camera di commercio.

È essenziale che l'accesso ai canali di comunicazione e all'informazione sia economicamente accessibile. La radio è il principale mezzo di comunicazione per le persone anziane a Nairobi perché costa poco; a Udaipur sono importanti i comitati locali di informazione che raggiungono le persone dei gruppi socioeconomici ai livelli più bassi. A Tuymazy, per assicurare l'accesso all'informazione, i vecchi datori di lavoro forniscono ai pensionati abbonamenti gratuiti ai giornali. A Dundalk il costo di una linea telefonica domiciliare è sovvenzionato pubblicamente alle persone che hanno superato i 70 anni d'età. In altre città caratteristiche favorevoli agli anziani sono le pubblicazioni gratuite e l'accesso pubblico ai giornali, ai computer e a Internet nei centri della comunità e nelle librerie, senza alcun costo o a costi minimi.

2. Le giuste informazioni al momento giusto

Sono disponibili molte informazioni, ma trovare quella di cui si ha bisogno è complicato.

Un addetto all'assistenza, Mosca

Indipendentemente dal numero e dalla varietà delle fonti d'informazione, la preoccupazione di ottenere informazioni pertinenti e tempestive è condivisa nelle città in stadi variabili di sviluppo. In alcune città sviluppate, come Ginevra, è difficile gestire il carico di informazioni e si possono perdere informazioni importanti. Un ostacolo frequente è la mancanza di consapevolezza circa le informazioni o i servizi disponibili, o l'ignoranza di come poter trovare le informazioni necessarie. Il risultato è una possibile mancata ricezione da parte delle persone anziane dei benefici o dei servizi a loro dovuti, oppure vengono a sapere tardivamente che potevano farne richiesta. Un'altra preoccupazione, messa in risalto solo in alcune città sviluppate, è quella di sapere come comportarsi con la pubblicità televisiva invadente, così da identificare frodi e imbrogli. I residenti anziani delle città dei paesi in via di sviluppo devono spesso affrontare il problema della mancanza di informazioni aggiornate in merito a importanti argomenti, come la salute, i diritti legali, le concessioni di benefici, i servizi e gli eventi della comunità. Viene segnalato che a La Plata i media generali della comunità non forniscono abbastanza dettagli sulle materie importanti per le persone anziane.

Un suggerimento frequente al fine di rendere la comunicazione più a misura di anziano consiste nel fornire maggiori informazioni mirate alle persone anziane attraverso giornali specializzati o colonne apposite nella stampa generale, e anche attraverso programmi alla radio e alla televisione. Viene proposto anche che i canali di comunicazione estendano i loro programmi e la copertura degli argomenti includendo le materie d'interesse per un'audience di anziani. Le persone anziane in alcune città si lamentano che la televisione, in particolare, sembri escludere i loro interessi e i loro gusti.

Le persone richiedono che l'informazione sia coordinata in un unico servizio, di facile accesso e ampiamente noto all'intera comunità. A Portland la contea locale mantiene un servizio di informazione telefonica attivo 24 ore. Le persone anziane consultate a Nuova Delhi suggeriscono che un'organizzazione di volontariato centrale e rispettata, come la HelpAge India, raccolga e organizzi un database di informazioni pertinenti alle persone anziane, rendendola fruibile per via telefonica. A Islamabad viene raccomandata la creazione di una sala informativa, con giornali e televisione, a disposizione della popolazione locale.

3. Ci sarà qualcuno che parlerà con me?

Le persone anziane intervengono nei programmi radio a tutte le ore.

Un fornitore di servizi, Mayaguez

Indipendentemente da quanto sia sviluppata la città, il passaparola è il mezzo principale e preferenziale di comunicazione delle persone anziane, sia attraverso contatti informali con la famiglia e con gli amici sia attraverso club, associazioni, riunioni pubbliche, centri della comunità e luoghi di preghiera. In molte città la radio è una fonte d'informazione molto popolare, con trasmissioni in linguaggi dialettali o con programmi aperti nei quali coloro che chiamano fanno domande agli esperti o partecipano alle discussioni in diretta. Le dimensioni interpersonali della comunicazione sono molto importanti e viene continuamente ripetuto che rimanere attivo e partecipare alla vita della comunità è la maniera migliore per essere sempre informato. Viene espresso il rammarico di perdere le occasioni per interagire con gli altri in seguito alla comparsa di cambiamenti, come la costruzione di nuovi fabbricati nelle vicinanze, la chiusura degli uffici postali della comunità e lo sviluppo di attività bancarie automatiche e di altri servizi. Per le persone anziane con disturbi visivi e per coloro che non sono istruiti risulta particolarmente importante la comunicazione orale. Nei paesi in via di sviluppo le percentuali di analfabetismo sono molto elevate nella popolazione adulta anziana, mentre nei paesi sviluppati gli anziani, in media, hanno un più basso livello culturale rispetto ai giovani. Anche le "dicerie" funzionano perché la gente si fida della persona che fornisce l'informazione, e perché può fare domande finché non ottiene le risposte che vuole sentire. In tutto il mondo le persone anziane apprezzano notevolmente la possibilità di ricevere le attenzioni di una persona che sia realmente d'aiuto, sia sincera e non abbia alcuna fretta.

Ogni distretto ha una moschea. In arabo la parola moschea è sinonimo di un posto che raccoglie insieme la gente.

Una persona anziana, Tripoli

In ogni luogo la comunicazione a misura di anziano riconosce e usa questi canali informali per raggiungere le persone anziane. Una delle modalità consiste nel fornire regolarmente informazioni pertinenti nei luoghi ove la gente anziana di solito si riunisce; un'altra modalità cerca di creare occasioni sociali per offrire informazioni che siano d'interesse alle persone anziane. A Rio de Janeiro, per esempio, viene proposto di usare l'auditorio del centro di assistenza sanitaria per tenere conferenze educative. Una terza strategia è quella di informare, uno alla volta, gli individui che poi trasferiranno le informazioni ad altri. Questi "informati chiave" possono essere volontari, come viene suggerito in Giamaica, fornitori di servizi sociali e sanitari o persone addette ai servizi – agenti immobiliari, parrucchieri, addetti postali o portinai dei fabbricati con appartamenti a Rio de Janeiro, che conoscono ogni residente e rappresentano una fonte riconosciuta di informazioni e di supporto informali.

Il problema di raggiungere coloro che sono isolati – persone anziane che non sono in contatto con il mondo perché vivono sole con malanni significativi e ricevono un supporto minimo dalla famiglia – si riscontra sia nelle città più ricche che in quelle più povere. Una soluzione che viene citata, sia pure raramente, è la e-mail e Internet. Il contatto individuale da parte di persone affidabili è l'approccio preferenziale, tramite volontari che visitano o telefonano, oppure tramite gli addetti ai servizi sociali. Viene anche suggerito di prevedere i luoghi

dove possono essere trovate le persone anziane a rischio di isolamento sociale: a San José viene suggerito l'uso delle case di cura distrettuali come punti d'informazione sui servizi per le persone anziane con problemi di salute.

4. Formato e grafica a misura di anziano

Ieri ho ricevuto una lettera. Sembra che stiano verificando quali benefici stai ricevendo... Devi leggerla circa quattro volte per capirla davvero.

Una persona anziana, Londra

L'ostacolo principale, ovunque, alla comunicazione con le persone anziane è la presentazione visiva e uditiva delle informazioni. Le dimensioni dei caratteri, soprattutto per i documenti stampati, ma anche in televisione, sono troppo piccole. Le etichette e le istruzioni dei prodotti, particolarmente dei farmaci, sono difficili da decifrare. L'impaginazione è spesso causa di confusione, con molte informazioni in un piccolo spazio. Le informazioni orali sono enunciate troppo rapidamente e gli annunci commerciali alla radio e alla televisione fanno perdere alle persone anziane il corso dei loro pensieri. Il linguaggio usato è spesso troppo complicato, con numerosi termini non familiari. Sono particolarmente difficili da comprendere i moduli ufficiali – che sono essenziali per ottenere servizi e benefici.

Scrivete in modo semplice e breve, con caratteri grandi.

Un fornitore di servizi, Città del Messico

L'automazione dei servizi aggiunge un'ulteriore complessità alle transazioni giornaliere. I quadranti visivi e i tasti sui telefoni cellulari e sul materiale elettronico sono troppo piccoli, mentre i servizi bancari automatizzati, quelli postali, per il parcheggio e per altri scopi sono tutti diversi, scarsamente illuminati e mostrano istruzioni non chiare. Per le persone sulle sedie a rotelle il pannello per i comandi è troppo alto da raggiungere. Ad Amman, al fine di rendere i telefoni accessibili alle persone anziane analfabete, in modo da permettere loro di chiamare la famiglia o gli addetti ai servizi, viene suggerito di codificare in base ai colori i tasti e i numeri del telefono.

Una fonte generale di lamentele è data dai servizi automatizzati di risposta: vengono fornite troppe informazioni troppo velocemente, le scelte causano confusione e spesso non vi è alcuna opportunità di parlare con una persona reale.

5. Tecnologia dell'informazione: salvezza e rovina

La tecnologia dell'informazione, con particolare riguardo ai computer e a Internet, è apprezzata da alcune persone anziane per la sua portata e la sua convenienza. A Tripoli le persone anziane dicono che Internet è un buon mezzo che permette loro di stare in contatto con i figli che vivono distanti, persino in altri paesi.

Nondimeno, molte altre persone anziane provano una sensazione di esclusione perché non usano computer o Internet. Il passaggio dei servizi e della documentazione alla tecnologia computerizzata aumenta la sensazione di esclusione. Nelle nazioni in via di sviluppo e nella Federazione Russa i computer risultano molto costosi per molti anziani, oppure non sono ampiamente disponibili nella comunità. In altri luoghi è possibile l'accesso fisico ai computer,

ma le persone anziane mancano del tutto di familiarità con la tecnologia e hanno paura di non poterla imparare. La presenza di un accesso pubblico sostenibile ai computer per gli anziani nei centri della comunità, nei club per gli anziani, nei servizi pubblici e nelle librerie è una caratteristica importante favorevole agli anziani. Una formazione informatica, preferibilmente adattata alle necessità e al ritmo di apprendimento individuale, ed effettuata da una persona affidabile, è fortemente consigliata. Ad Halifax, per esempio, le persone anziane citano un insegnante informatico che sia disponibile in modo permanente ad aiutare le persone anziane individualmente, visitandole a domicilio, qualora gli venga fatta la richiesta.

6. Responsabilità personale e collettiva

Analogamente agli altri cittadini, gli anziani hanno il compito di tenersi aggiornati sulle nuove informazioni partecipando alle attività della comunità, e di fare uno sforzo per adattarsi ai cambiamenti e di correre i rischi che si incontrano nell'apprendere. Dovrebbe essere compito dei governi, delle organizzazioni di volontariato e del settore privato l'eliminazione delle barriere comunicative che progressivamente isolano gli anziani, con particolare riguardo alle barriere connesse con la povertà, lo scarso alfabetismo e la ridotta funzionalità.

Lista di controllo sulla comunicazione e sull'informazione a misura di anziano

Offerta di informazioni

- Un sistema elementare, universale di comunicazione basato sui media stampati e trasmessi e sul telefono raggiunge ogni residente.
- Una distribuzione regolare e affidabile di informazioni è assicurata dal governo o dalle organizzazioni di volontariato.
- L'informazione viene diffusa capillarmente onde raggiungere le persone anziane nelle loro case e nei luoghi dove esse svolgono le solite attività della vita di ogni giorno.
- La diffusione dell'informazione è coordinata da un servizio accessibile della comunità che sia bene pubblicizzato – un centro “unificato” per l'informazione.
- Informazioni regolari e programmi di trasmissioni d'interesse per le persone anziane sono offerti nei media sia generali che specializzati.

Comunicazione orale

- Gli anziani preferiscono la comunicazione orale accessibile, per esempio attraverso riunioni pubbliche, centri della comunità, club e media radiotelevisivi, nonché attraverso persone responsabili che diffondono le notizie individualmente.
- Le persone a rischio di isolamento sociale ottengono informazioni tramite individui affidabili con i quali possono interagire, come i volontari a cui si rivolgono o che fanno visite, gli addetti al sostegno domiciliare, i parrucchieri, i portinai e gli addetti all'assistenza.
- Gli addetti agli uffici pubblici e al commercio forniscono, su richiesta, servizi in via amichevole, da persona a persona.

Informazioni stampate

- Le informazioni stampate – compresi i moduli ufficiali, i sottotitoli televisivi e i testi su schermi visivi – sono scritte a grandi lettere e le idee principali vengono evidenziate con titoli chiari e in grassetto.

Linguaggio semplice

- Le comunicazioni sia scritte che orali utilizzano parole semplici, familiari e frasi chiare.

Comunicazione e dispositivi automatizzati

- I servizi di risposta telefonica forniscono istruzioni lentamente e chiaramente e informano chi chiama come riascoltare il messaggio in ogni momento.
- Gli utenti possono scegliere se parlare con una persona reale oppure lasciare un messaggio a un incaricato che li richiamerà in seguito.
- I dispositivi elettronici, come i telefoni cellulari, le radio, le televisioni e i distributori delle banche e per i biglietti, possiedono tasti e caratteri di grandi dimensioni.
- Il quadro di comando degli apparecchi delle banche, delle poste e di altri servizi è bene illuminato e può essere raggiunto da persone di differenti stature.

Computer e Internet

- Vi sono numerosi accessi pubblici ai computer e a Internet, gratuiti o a costo minimo, nei luoghi pubblici, come gli uffici governativi, i centri della comunità e le librerie.
- Sono facilmente disponibili apposite istruzioni e assistenza individuale per gli utenti.

12. Sostegno della comunità e servizi sanitari

Sintesi dei risultati

I servizi sanitari e di sostegno sono vitali per il mantenimento della salute e dell'indipendenza dei membri della comunità. Molte delle preoccupazioni manifestate dalle persone anziane, dagli addetti all'assistenza e dai fornitori di servizi nei gruppi di discussione si riferiscono alla disponibilità di un'assistenza appropriata e accessibile, di qualità sufficientemente buona. I partecipanti alla consultazione dell'OMS riportano le loro esperienze che provengono da contesti di sistemi molto diversi, con aspettative altrettanto diverse; ciononostante, ovunque le persone anziane manifestano chiaramente il desiderio di beneficiare di un sostegno per la salute e per il reddito. I costi dell'assistenza sanitaria sono considerati ovunque troppo elevati; viene costantemente espresso il desiderio di un'assistenza sostenibile.

Ho incontrato così tante persone anziane che rinunciano ad andare dal medico, e la loro salute continua a peggiorare, perché non hanno il denaro necessario.

Una persona anziana, Portland

In molte città dei paesi in via di sviluppo si osserva una fondamentale carenza di servizi e di materiali necessari, e in altre i servizi vengono scarsamente distribuiti. Alcuni dei paesi sviluppati presentano il più grande volume e la più ampia gamma di servizi di supporto della salute e della comunità e allo stesso tempo il più elevato numero di lamentele. Mentre ciò riflette indubbiamente l'insoddisfazione per i servizi esistenti, mostra anche che le persone anziane di queste città godono di un livello di accesso ai servizi che manca in altre parti del mondo.

Nella maggior parte delle città che hanno collaborato, le forniture, l'organizzazione e il finanziamento di molti servizi sanitari e sociali sono decisi dallo stato o dal governo della nazione anziché dalla città. Inoltre, gli incarichi e l'addestramento professionale degli addetti sanitari e sociali sono al di fuori del controllo della città. Nondimeno, i servizi sanitari e sociali sono distribuiti da gente del posto in strutture locali, e i gruppi, sia quelli volontari sia quelli miranti al profitto, che sono basati sulla comunità, svolgono un ruolo importante nell'offrire supporto e assistenza. I poteri pubblici decisionali e i settori sia privato che volontario a livello cittadino hanno di certo un'influenza sul numero, sul tipo e sulla sede dei servizi, nonché sugli altri aspetti dell'accessibilità alle attrezzature e ai servizi, nel loro territorio. Le autorità locali dei servizi forniscono anche l'addestramento del personale e stabiliscono gli standard della performance dei servizi. La società civile svolge un ruolo nel fornire supporto finanziario e lavoro volontario. Nel riferire i risultati e nel creare una lista di controllo delle caratteristiche dei servizi della comunità e dei servizi sanitari di una città a misura di anziano, la Guida si focalizza su quegli aspetti del sostegno della comunità e dei servizi sanitari che sono compresi nella sfera d'influenza di una città a misura di anziano.

Nella maggior parte delle città nei gruppi di discussione prevalgono gli argomenti sui servizi sanitari, riflettendo così la loro importanza per l'invecchiamento attivo. I temi di maggiore importanza sono l'accesso all'assistenza sanitaria e l'accesso a una gamma di servizi sanitari che non sono di natura medica in senso stretto. Sebbene una minore attenzione sia generalmente

rivolta al supporto della comunità e ai servizi sociali, gli attributi chiave di una città a misura di anziano possono essere identificati in base alle osservazioni dei partecipanti.

1. Assistenza accessibile

In ogni città che ha collaborato è risultata di fondamentale importanza per le persone anziane la presenza di servizi sanitari situati in luoghi appropriati, facilmente accessibili. Le persone anziane in città come Amman, Rio de Janeiro, Sherbrooke e Tokyo apprezzano la vicinanza dei servizi sanitari; a Ginevra e Shanghai le persone anziane apprezzano i mezzi di trasporto verso le attrezzature sanitarie. I servizi che sono molto lontani o difficili da raggiungere sono spesso considerati come barriere. In alcuni luoghi il trasporto pubblico è ritenuto inadeguato, mentre in altri posti, come Delhi e Città del Messico, il trasporto per le persone disabili è ritenuto un problema particolare. Una preoccupazione frequente è l'accesso all'assistenza sanitaria in situazioni d'emergenza. Oltre alle lamentele specifiche, come la mancanza di assistenza d'urgenza in alcune città, coloro che sono stati consultati riportano che anche i servizi di ambulanza sono insufficienti (Ponce) o troppo lenti a causa del traffico caotico (Mosca). Un modo per ridurre le barriere geografiche consiste nel localizzare i servizi in più posti o nel decentralizzarli, così da averli a disposizione in tutti i quartieri. Altre idee consistono nell'offrire il trasporto mediante volontari e nel fornire servizi sanitari telefonici d'emergenza, come a Himeji, a favore delle persone anziane che vivono da sole.

Strutture senza barriere e la mobilità all'interno delle strutture sanitarie sono elementi importanti, come anche la sicurezza degli edifici. Tra le barriere riscontrate si segnalano gli ascensori e le rampe con scarsa manutenzione in Udaipur, scarso accesso agli edifici per le persone disabili e la mancanza di sedie a rotelle o deambulatori per i pazienti a Cancún, nonché strutture sovraffollate in molte altre città. Ad Amman, La Plata e Portage la Prairie si mettono in evidenza preoccupazioni per la sicurezza o per la mancanza di spazio negli istituti per malati cronici.

Un'altra barriera all'accesso all'assistenza, che viene frequentemente menzionata, è la scarsa conoscenza dei servizi sanitari disponibili nella città. Come viene osservato a Melbourne, se i servizi non sono conosciuti non vengono utilizzati. Come soluzioni possibili si suggerisce una migliore pubblicità dei servizi sanitari locali, l'educazione delle persone anziane nei riguardi del sistema sanitario, il coordinamento dell'informazione e dei servizi sanitari telefonici d'informazione.

Sono frequentemente menzionati, infine, gli atteggiamenti dei fornitori di servizi sanitari verso le persone anziane. Tuymazy è uno dei pochi siti che riporta il comportamento educato e amichevole degli addetti alla ricezione e degli infermieri delle cliniche. Lamentele comuni sull'assistenza si riferiscono agli atteggiamenti negativi e alla scarsa comunicazione da parte degli addetti all'assistenza. I problemi denunciati riguardano l'indifferenza, la mancanza di rispetto, gli atteggiamenti scontroso e il considerare le persone anziane come un peso o uno spreco di risorse. I suggerimenti generali proposti per migliorare gli atteggiamenti e i comportamenti dei fornitori di servizi consistono nel migliorare le loro capacità di comunicazione e nell'addestrare gli addetti all'assistenza sanitaria a trattare in modo più umano le persone anziane. Ad Amman viene suggerito che le persone giovani vengano incoraggiate a svolgere lavori di volontariato prendendosi cura delle persone anziane.

Quando vengono a lavarla e a cambiarla la trattano come un pezzo di mobilia – nessuna dignità, nessun rispetto.

Una persona anziana, Londra

2. Una gamma più ampia di servizi sanitari

In tutte le città le opinioni delle persone riflettono il bisogno di un'ampia gamma di servizi sanitari per le persone anziane. La disponibilità di varie forme specifiche di assistenza in favore delle persone anziane si presenta come un bene o come una lacuna nel panorama cittadino: vengono menzionati servizi clinici geriatrici, letti d'ospedale, centri diurni per adulti, assistenza per dementi, servizi di salute mentale, servizi di alloggio e addestramento per gli addetti all'assistenza, riabilitazione e cure palliative. Insieme con i servizi viene raccomandata una maggiore fornitura di attrezzature, come sedie a rotelle, apparecchi di deambulazione, apparecchi per l'udito. Tuttavia, i servizi sanitari che ricevono la maggiore attenzione in tutto il mondo sono la prevenzione delle malattie, la promozione della salute, l'assistenza domiciliare e gli istituti per malati cronici (assistenza a lungo termine).

3. Servizi per invecchiare bene

In parecchie città le persone anziane e anche altri partecipanti riportano una mancanza di servizi o di programmi per la prevenzione delle malattie e per la promozione della salute, oppure includono tali programmi nei suggerimenti in favore di un miglioramento. Nell'elenco dei servizi importanti si trovano lo screening preventivo, l'attività fisica, l'educazione sulla prevenzione dei traumi, una guida nutrizionale e suggerimenti terapeutici per la salute mentale. Le caratteristiche solidali riportate nell'area metropolitana della Ruhr comprendono gruppi o organizzazioni autogestiti che offrono attività sportive mirate al benessere fisico e alla riabilitazione, nonché controlli sanitari regolari domiciliari. Le persone anziane a Città del Messico sono contente per la campagna mirata alla vaccinazione e per gli occhiali gratuiti. A Saanich i partecipanti suggeriscono di ampliare i centri per gli anziani in centri di benessere per la comunità; a Tuymazy si propone di concedere alle persone anziane un accesso sovvenzionato ai luoghi di cura termali. A Islamabad e a Città del Messico è ritenuta una buona idea il fornire servizi nei quartieri piuttosto che in un'unica sede centrale.

4. Assistenza domiciliare

Un tema ricorrente è il bisogno di un'ampia gamma di servizi di sostegno e di cure domiciliari – a cominciare dall'aiuto nel fare la spesa e/o dalla fornitura di pasti fino alle visite domiciliari da parte dei medici e degli altri fornitori di servizi. I partecipanti ai gruppi di discussione, con poche eccezioni, richiedono servizi che permetterebbero loro di soddisfare le necessità di assistenza sanitaria e personale a domicilio. Le barriere incontrate nell'ottenere servizi assistenziali domiciliari comprendono una generale assenza di tali servizi, una loro scarsa organizzazione, criteri restrittivi di eleggibilità, un costo elevato e un rapido turnover nel personale addetto all'assistenza domiciliare. I suggerimenti per migliorare i servizi di assistenza domiciliare dipendono notevolmente dal contesto. In parecchie città, particolarmente in quelle in via di sviluppo, il messaggio è semplice: "fornire assistenza domiciliare". In altre città i commenti sono focalizzati su come migliorare il numero o la gamma dei servizi (ad es. fisioterapia e assistenza psicologica) oppure la loro qualità (ad es. fornire assistenza subito dopo le dimissioni dall'ospedale, aumentare il numero degli incaricati ed essere in trattamento sempre con la

stessa persona). In alcuni luoghi i commenti riguardano le modalità di gestione dei costi, se attraverso coperture assicurative o attraverso l'utilizzo dei servizi di una ditta cooperativa addetta ai lavori domestici, come menzionato a Sherbrooke. A Shanghai gli addetti all'assistenza riportano che gli ultraottantenni, i vedovi, le persone a basso reddito e quelle disabili usufruiscono di un'ora al giorno di lavori domestici gratuiti.

5. Strutture residenziali per le persone non autosufficienti

Una preoccupazione comune riguarda la mancanza, nella città, di alternative adeguate e sostenibili per assistere le persone anziane che non possono più vivere nelle proprie case. Le lamentele più frequenti sono la mancanza di alloggi e gli alti costi. Gli addetti all'assistenza a Portage la Prairie osservano che nelle case di riposo vi è spazio insufficiente per gli effetti personali, mentre le persone anziane a Ginevra suggeriscono che le case di cura siano situate al centro della città o in luoghi facilmente accessibili. In alcune città viene espressa una seria preoccupazione sulla sicurezza, sull'assistenza substandard negli ospizi per le persone anziane povere, sul personale insufficiente e sulla sospetta sedazione generalizzata dei ricoverati. Vengono proposte idee per modelli alternativi: ad Amman gli addetti all'assistenza suggeriscono di creare piccoli alloggi con pochi residenti anziché "grossi" istituti; i fornitori di servizi in Giamaica e anche le persone anziane a Udine propongono che tali alloggi siano raggruppati e che forniscano i lavori domestici e un po' di assistenza sanitaria e personale.

6. Una rete di servizi della comunità

Lo scopo dei servizi sociali della comunità e le modalità con le quali vengono forniti variano notevolmente tra città e città. In alcune di esse, particolarmente nei paesi sviluppati, i servizi sociali sono erogati, o finanziati, dal governo. In altri luoghi i servizi di supporto sono forniti principalmente da famiglie, istituzioni religiose, organizzazioni caritatevoli o gruppi della comunità. Tra i servizi apprezzati offerti dalla comunità sono da menzionare i pasti a basso costo per le persone anziane nei ristoranti di Rio de Janeiro e Ginevra, gli aiuti per pensioni e altri diritti in Giamaica, un sistema che permette di verificare l'abilitazione di imprenditori edili e servizi tuttofare a Portland. I centri della comunità e i centri per le persone anziane sono ritenuti sedi ideali per i servizi sociali per la loro convenienza, familiarità e accessibilità.

Vengono rilevate parecchie barriere, con problemi più frequenti e più gravi nelle regioni meno sviluppate: i servizi sono insufficienti, troppo costosi, difficili da accedere o qualitativamente scarsi. Come per i servizi sanitari, alcuni partecipanti sostengono semplicemente di non avere informazioni su ciò che è disponibile o su come vi si possa accedere. Viene frequentemente segnalato come problema la mancanza di coordinamento tra i servizi, con conseguenti formalità e lacune nei confronti delle richieste di servizi; ciò determina, senza alcuna necessità, delle complicazioni. Esistono vari suggerimenti per migliorare i servizi sociali della comunità. Le idee proposte per le città con una rete di servizi ben sviluppata ma alquanto frammentata sono: migliorare il coordinamento tra i servizi, aumentare il numero degli incaricati e integrare i gruppi dei servizi. Nella maggioranza delle città, indipendentemente dalla regione, è citata la riduzione delle formalità amministrative o il loro snellimento. Altre raccomandazioni consistono nel raggruppare la sede dei servizi sociali e sanitari nei centri per gli anziani e nel fornire più finanziamenti per i servizi.

Si sostiene che molti servizi sociali mancano o sono da migliorare, spesso per proteggere e assistere le persone anziane con basso reddito, che in numerose città costituiscono la maggio-

ranza. Oltre ad accrescere il sostegno di base al reddito, le persone anziane ritengono che le loro città dovrebbero creare o rafforzare: la sistemazione e la protezione dei senza tetto e degli anziani poveri, nonché delle persone che hanno subito maltrattamenti; pasti e programmi alimentari; sgravi sui servizi pubblici per le persone a basso reddito; registro delle persone anziane che vivono da sole; assistenza nelle domande per le pensioni e per altri diritti; e supporto spirituale. Un buon esempio, descritto a Città del Messico, è rappresentato da una tessera per le persone anziane che consente sconti sui prezzi e accesso ad alcuni servizi gratuiti.

7. Richiesta di volontari

Un tema costante è la ricerca di volontari per riempire le lacune nei servizi sanitari e sociali. Vi è bisogno di più volontari per assistere le persone anziane nelle cliniche e negli ospedali e anche per offrire servizi sociali e assistenza domiciliare, per fornire trasporti per andare a fare la spesa o per recarsi agli appuntamenti, o semplicemente per portare a spasso gli animali di compagnia delle persone anziane che non sono più in grado di farlo da sé. Le fonti che vengono suggerite per un aiuto volontario sono le associazioni di giovani pensionati “50+”, gli studenti dei servizi sociali e sanitari, e gli alunni delle scuole. Il volontariato intergenerazionale è un’idea che viene menzionata ripetutamente in parecchie città. Solide reti di volontariato sono più facili da mettere in moto nelle comunità bene organizzate dove le persone si sentono socialmente legate: un ostacolo citato a Islamabad è che la città è relativamente nuova e le persone non si conoscono bene tra loro.

Il portinaio è veramente simpatico, si prende cura di quattro anziani nel mio fabbricato. Fa loro il bagno, fa le pulizie e aiuta le persone durante la pausa per il pranzo.

Una persona anziana, Rio de Janeiro

8. Altri argomenti

In alcune città vengono sollevate due altre preoccupazioni: l’assistenza alle persone anziane nelle situazioni di emergenza e la mancanza di spazi nei cimiteri. Sebbene tali argomenti siano menzionati di rado, essi nondimeno sono importanti nelle città in espansione. In due città, i partecipanti percepiscono un vuoto nel sostegno alle persone anziane in situazioni d’emergenza, come le calamità naturali e i conflitti. In Giamaica, dove sono frequenti gli uragani, le persone anziane commentano che le chiese svolgono un ruolo vitale nel fornire assistenza durante i disastri. I fornitori di servizi ad Amman suggeriscono che la città sviluppi piani di emergenza e anticalamità che comprendano le persone anziane. Sebbene in questo contesto non venga proposto, un suggerimento utile in caso di emergenza, prospettato a Dundalk, consiste nel mantenere un registro locale degli anziani che vivono da soli. La mancanza di spazio sufficiente nei cimiteri è menzionata brevemente a Cancún e a Melbourne; uno dei fornitori di servizi di quest’ultima città suggerisce, come soluzione, la creazione di un cimitero “verticale” o stratificato.

Lista di controllo relativa alla comunità e ai servizi sanitari a misura di anziano

Accessibilità ai servizi

- I servizi sanitari e sociali sono ben distribuiti in tutta la città, sono situati convenientemente in più siti e possono essere raggiunti con rapidità da tutti i mezzi di trasporto.
- Le strutture assistenziali residenziali, come gli ospizi e gli istituti di ricovero, sono situati in prossimità dei servizi e delle zone residenziali cosicché i residenti rimangono integrati nella comunità in senso ampio.
- Le strutture dei servizi sono costruite in modo sicuro e sono del tutto accessibili alle persone disabili.
- Informazioni chiare e accessibili sono fornite in merito ai servizi sanitari e sociali in favore delle persone anziane.
- L'erogazione dei servizi individuali è coordinata e comporta una burocrazia ridotta al minimo.
- Il personale amministrativo e quello dei servizi trattano le persone anziane con rispetto e sensibilità.
- Le barriere economiche che ostacolano l'accesso ai servizi sanitari e ai servizi di supporto della comunità sono ridotte al minimo.
- L'accesso ai siti cimiteriali è adeguato.

Offerta di servizi

- Viene offerta un'adeguata gamma di servizi sanitari e di supporto da parte della comunità al fine di promuovere, mantenere e ristabilire la salute.
- Vengono offerti servizi assistenziali domiciliari che comprendono servizi sanitari, assistenza personale e assistenza per i lavori domestici.
- I servizi sanitari e quelli sociali offerti rispondono alle necessità e alle preoccupazioni delle persone anziane.
- I fornitori incaricati dei servizi posseggono la competenza e l'addestramento appropriati per comunicare con le persone anziane e per servirle in maniera efficace.

Supporto volontario

- I volontari di ogni età sono incoraggiati e sostenuti al fine di assistere le persone anziane in una vasta gamma di situazioni pertinenti alla salute e alla comunità.

Programmazione e assistenza d'emergenza

- La programmazione dalle situazioni di emergenza comprende le persone anziane e tiene in considerazione le loro necessità e capacità sia di prepararsi in vista delle emergenze sia di rispondere a esse.

13. Sintesi e prospettive

Invecchiamento attivo nelle città a misura di anziani

Il punto di partenza di questa Guida è stata l'idea che una città a misura di anziano incoraggi l'invecchiamento attivo tramite l'ottimizzazione delle opportunità per la salute, la partecipazione e la sicurezza allo scopo di migliorare la qualità della vita mentre le persone invecchiano. Gli aspetti favorevoli e le barriere, riportati da circa 1500 persone anziane e da 750 tra addetti all'assistenza e fornitori di servizi consultati in questo progetto globale, confermano questa idea e illustrano, con diversi esempi come le caratteristiche di una città riflettano i fattori determinanti dell'invecchiamento attivo in molti modi interconnessi tra loro. Il panorama della città, i fabbricati, il sistema dei trasporti e le abitazioni contribuiscono a una mobilità sicura, a un comportamento sano, a una partecipazione sociale e all'autodeterminazione, oppure, in senso opposto, a uno spaventoso isolamento, all'inattività e all'esclusione sociale. Una vasta gamma di occasioni per una partecipazione sociale integrata a seconda dell'età, e anche mirata alle varie età, favorisce robusti legami sociali e responsabilizzazione. Il potere e il merito personale sono rafforzati da una cultura che riconosce, rispetta e comprende le persone anziane. Anche le informazioni pertinenti, presentate in un formato appropriato, contribuiscono a una maggiore responsabilizzazione e a dei comportamenti sani. I servizi sanitari accessibili e ben coordinati hanno un'evidente influenza sullo stato di salute e sul comportamento sano delle persone anziane. Sebbene le occasioni per un lavoro remunerato in ambito urbano siano connesse con i fattori economici dell'invecchiamento attivo, ancor più importanti sono le politiche che riducono le ineguaglianze economiche che possono ostacolare l'accesso a tutte le strutture, ai servizi e alle opportunità della città.

Una progettazione che tenga conto delle diversità è la caratteristica principale di una città a misura di anziano, ripresa frequentemente nei vari argomenti in discussione. All'interno della prospettiva dell'OMS sull'invecchiamento attivo descritta nel Capitolo 2, che considera la vita nella sua globalità, questo tipo di progettazione è la chiave per sostenere la capacità ottimale tra gli individui ad alto funzionamento e per permettere alle persone anziane di non divenire dipendenti. Secondo i partecipanti al progetto, dovrebbe essere normale in una città favorevole agli anziani che l'ambiente naturale e quello costruito siano preparati ad accogliere utenti con capacità diverse anziché essere concepiti per una persona (cioè per un giovane) che si trovi nella "media" immaginaria. Una città a misura di anziano pone l'enfasi sulla capacità anziché sull'handicap; accoglie persone di tutte le età e non è solo "amica dei vecchi". Dovrebbe offrire abbastanza posti a sedere e bagni pubblici; i marciapiedi con scivoli e le rampe per i fabbricati dovrebbero essere caratteristiche standard e i semafori dovrebbero avere una durata che garantisce sicurezza. Il design degli edifici e degli alloggi non dovrebbe presentare barriere. Il materiale d'informazione e le tecnologie della comunicazione dovrebbero essere adattati onde soddisfare le necessità percettive, intellettuali e culturali. In altre parole, è importante che gli spazi e le strutture siano accessibili.

Il riconoscimento e il rispetto della diversità dovrebbe caratterizzare le relazioni sociali e con i servizi, come anche le strutture fisiche e i materiali. I partecipanti a questo progetto dell'OMS

sottolineano che il rispetto e la considerazione nei confronti dell'individuo dovrebbero essere i valori essenziali ovunque, sulla strada, in casa e sui percorsi, nei servizi pubblici e commerciali, nell'impiego e nelle strutture assistenziali. In una città a misura di anziano, coloro che fruiscono degli spazi pubblici dovrebbero avere premura di condividere le attrattive, di dare la priorità nei posti a sedere del trasporto pubblico e di rispettare le aree di sosta e di parcheggio. I servizi dovrebbero impiegare personale amichevole che pazientemente fornisce assistenza alle persone. I commercianti dovrebbero servire le persone anziane con la stessa prontezza con cui servono gli altri clienti. I datori di lavoro e le agenzie dovrebbero offrire condizioni e addestramento flessibili ai lavoratori anziani e ai volontari. Le comunità dovrebbero avere riconoscenza verso le persone anziane per il loro contributo passato, non solo per quello attuale. Dato che l'educazione favorisce la conoscenza, gli alunni delle scuole dovrebbero ricevere informazioni sull'invecchiamento e sulle persone anziane, e i media dovrebbero rappresentarli in modo realistico e non stereotipato.

L'approccio ispirato al corso della vita comprende tutte le età entro il processo promozionale dell'invecchiamento attivo e abbraccia anche il valore della solidarietà intergenerazionale. Nell'opinione dei partecipanti al progetto un'altra caratteristica importante di una città favorevole agli anziani consiste nel favorire la solidarietà tra le generazioni e all'interno delle comunità. Una città a misura di anziano dovrebbe facilitare le relazioni sociali – nei servizi locali e nelle attività che fanno incontrare le persone di ogni età. Dovrebbero essere favorite le occasioni per i vicini di conoscersi tra loro; vegliando sulla sicurezza reciproca, aiutandosi e comunicando l'un l'altro. Grazie a una rete di parenti, amici, vicini e fornitori di servizi, i membri anziani della comunità dovrebbero sentirsi integrati e sicuri. Ci dovrebbe essere, inoltre, un contatto personalizzato con le persone anziane a rischio di rimanere socialmente isolate e dovrebbero essere ridotte al minimo le barriere economiche, linguistiche e culturali che vengono percepite dalle persone anziane.

Caratteristiche urbane integrate che si rinforzano reciprocamente

Le forti connessioni tra i differenti aspetti della vita cittadina stabilire dalle persone consultate nel progetto dell'OMS mostrano chiaramente che una città a misura di anziano può scaturire solo da un approccio integrato mirato sullo stile di vita degli anziani. Seguire questo approccio significa coordinare le azioni attraverso le diverse aree della politica cittadina e dei servizi in modo che si rinforzino reciprocamente. Sulla base dei rapporti delle persone anziane e degli altri partecipanti al progetto, appare particolarmente importante l'azione congiunta che rispetta le seguenti relazioni.

- Gli alloggi devono essere considerati in relazione con gli spazi all'aria aperta e con il resto dell'ambiente costruito cosicché le abitazioni delle persone anziane siano situate in zone sicure da calamità naturali e in vicinanza dei servizi, di altri gruppi d'età e di attrattive civiche che mantengano gli anziani integrati nella comunità, in movimento e in buona salute.
- I servizi di trasporto e le infrastrutture devono essere sempre connessi con le opportunità di partecipazione sociale, civica ed economica e devono permettere l'accesso ai servizi sanitari essenziali.
- L'inclusione sociale delle persone anziane deve mirare a campi e ruoli sociali che conferiscano potere e rango sociali nella società, come la possibilità di prendere decisioni nella vita civica, il lavoro remunerato e la programmazione dei media.
- Poiché la conoscenza è la chiave del potere, l'informazione su tutti gli aspetti della vita civile deve essere sempre accessibile a tutti.

Oltre la Guida e le liste di controllo per una città a misura di anziano

Questo progetto è il punto di partenza per numerose attività di sviluppo e di ricerca a livello di comunità, e anche per la creazione di una più vasta rete globale di comunità a misura di anziano. La prossima tappa per le città che collaborano e per l'OMS sarà la conferma della validità delle liste di controllo. Una città ha già effettuato delle visite per verificare le barriere segnalate dalle persone anziane negli ambienti naturali, nelle costruzioni e nei servizi. Altre città stanno nuovamente consultando i partecipanti ai gruppi di discussione per assicurarsi che le caratteristiche descritte nella Guida rappresentino accuratamente ciò che essi hanno affermato, oppure stanno organizzando gruppi di discussione con le persone anziane in altre sedi per valutare il livello di concordanza tra le loro opinioni e le liste di controllo. Un altro approccio coinvolgerà esperti nel campo dell'invecchiamento, i quali dovranno mettere a confronto le liste di controllo basate sulle opinioni delle persone anziane con i dati scaturiti dalla ricerca e dalla pratica gerontologica.

Allo stesso tempo, molte altre città vorrebbero utilizzare la Guida e le liste di controllo per promuovere lo sviluppo delle caratteristiche favorevoli agli anziani. Attualmente vengono prese in considerazione reti a livello nazionale, per esempio in Giappone e in Spagna, e anche Centri nel Medio Oriente, in Canada, in America latina e nei Caraibi. Allo scopo di facilitarne la diffusione, si stanno effettuando traduzioni in diverse lingue, fra cui cinese, francese, tedesco, giapponese, portoghese e spagnolo. Poiché l'idea delle città a misura di anziano ha molte cose in comune con il concetto delle "Città Sane", risultato efficace e di successo, si sta lavorando per stabilire un legame attivo e reciprocamente vantaggioso tra le due reti. All'interno dell'OMS il programma sull'invecchiamento continuerà a essere una sorta di "casa" istituzionale per l'iniziativa dell'OMS relativa alle città a misura di anziano.

I partecipanti ai gruppi di discussione hanno riferito numerosi esempi di pratiche favorevoli agli anziani nelle loro città. Alcuni di questi esempi sono stati molto brevemente menzionati in questa Guida. Un'altra tappa importante sarà quella di ottenere ulteriori informazioni su queste iniziative dai leader del progetto e di pubblicare una lista di queste buone pratiche. Nel giugno 2007 si è tenuta nell'area metropolitana della Ruhr una conferenza, sponsorizzata dal governo statale della Renania settentrionale-Vestfalia, sulle iniziative locali e internazionali delle città a misura di anziano, e per stabilire la scelta della città di Essen come capitale europea della cultura per il 2010. Si sta programmando un'altra riunione, sulle migliori pratiche, da tenere a Istanbul, anch'essa in connessione con la selezione di quest'ultima città come altra capitale europea della cultura per il 2010. Onde far nascere ulteriori buone pratiche dalla ricerca dell'OMS, gli esperti e i fornitori di servizi saranno invitati a identificare gli interventi corrispondenti alle caratteristiche favorevoli agli anziani nelle liste di controllo. Anche le attuali liste di controllo verranno testate per lo meno in una sede al fine di stabilire la loro utilità nel creare interventi favorevoli agli anziani.

La ricerca che ha portato alla pubblicazione di questa Guida ha prodotto risultati preziosi in tutto il mondo e anche connessioni tra i ricercatori interessati all'invecchiamento e all'ambiente. Con il supporto dell'Istituto per l'invecchiamento degli Istituti canadesi per la ricerca sanitari viene incoraggiata la collaborazione tra i ricercatori al fine di promuovere la conoscenza sull'invecchiamento nelle città. Sono programmati articoli sulla ricerca tecnica che descriveranno più accuratamente il concetto e la metodologia della ricerca condotta dall'OMS, che esamineranno più da vicino le strutture che favoriscono un invecchiamento attivo e che indicheranno i dati relativi alla convergenza tra l'invecchiamento, l'urbanizzazione e la globalizzazione – cioè le maggiori forze modellatrici del XXI secolo che rappresentano il punto centrale di questo progetto.

Come enunciato in precedenza, la presente ricerca non si è specificamente focalizzata sui fattori determinanti trasversali dell'invecchiamento attivo relativi al sesso e alla cultura, quantunque i loro effetti siano sporadicamente menzionati in questa guida. Per esempio, in molte città viene osservato che gli uomini sono meno coinvolti nelle attività sociali rispetto alle donne e che la situazione di molte donne anziane è descritta tra le barriere che gruppi economicamente svantaggiati devono affrontare in varie aree della vita cittadina. Un'ulteriore ricerca mirata, che coinvolga città in regioni differenti del mondo, verrà condotta allo scopo di investigare questi fattori determinanti specifici, partendo con un'iniziativa guidata dall'Accademia Medica di New York sul tema "invecchiare in terra straniera".

Infine, anche le comunità non urbane devono divenire più favorevoli agli anziani. In numerosi paesi le persone anziane costituiscono un'alta percentuale della popolazione nelle zone rurali e remote in seguito all'emigrazione degli individui più giovani verso le città. Il governo federale e provinciale del Canada sta conducendo un progetto per individuare le caratteristiche delle comunità che siano favorevoli agli anziani in numerose piccole città e villaggi, e i risultati verranno alla fine condivisi con il mondo intero.

Vi è già molto entusiasmo sulla diffusione e sull'adozione della Guida e delle liste di controllo. Sono benvenuti sia nuove iniziative sia nuovi collaboratori in una rete che abbracci il mondo intero. L'invecchiamento attivo nelle città che lo sostengono e lo favoriscono servirà come uno dei più efficaci approcci per il mantenimento della qualità della vita e della prosperità in un mondo sempre più vecchio e più urbanizzato.

Bibliografia

1. *Population Ageing 2006*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (<http://www.un.org/esa/population/publications/ageing/ageing2006.htm>, visitato il 10 luglio 2007).
2. Population issues: meeting development goals. *Fast facts 2005*. New York, United Nations Population Fund, 2007 (www.unfpa.org/pds/facts.htm, visitato il 26 giugno 2007).
3. *Urbanization: a majority in cities*. New York, United Nations Population Fund, 2007 (www.unfpa.org/pds/urbanization.htm, visitato il 26 giugno, 2007).
4. World urbanization prospects: the 2005 revision. Fact sheet 7. *Mega-cities*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (www.un.org/esa/population/publications/WUP2005/2005wup.htm, visitato il 26 giugno 2007).
5. *A billion voices: listening and responding to the health needs of slum dwellers and informal settlers in new urban settings*. Kobe, WHO Kobe Centre, 2005 (www.who.int/social_determinants/resources/urban_settings.pdf, visitato il 26 giugno 2007).
6. *World urbanization prospects: the 2005 revision*. New York, United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2006 (www.un.org/esa/population/publications/WUP2005/2005wup.htm, visitato il 26 giugno 2007).
7. *Living conditions of low-income older people in human settlements. A global survey in connection with the International Year of Older People 1999*. Nairobi, United Nations Human Settlements Programme, 2006 (<http://www.unhabitat.org/programmes/housingpolicy/pubvul.asp>, visitato il 26 giugno 2007).
8. Brasilia Declaration on Ageing. *World Health*, 1997, No. 4: 21.
9. *Report of the Second World Assembly on Madrid, 8–12 April 2002*. New York, United Nations, 2002.
10. *Active ageing: a policy framework*. Geneva, Health Organization, 2002 (http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf, visitato il 26 giugno 2007).
11. Marmot M. Health in an unequal world. *The Harveian Oration*. London, Royal College of Physicians of London, 2006.
12. Kalache A, Kickbusch I. A global strategy healthy ageing. *World Health*, 1997, No. 4:4–5.
13. *Guidelines for review and appraisal of International Plan of Action on Ageing. Bottomup participatory approach*. New York, United Nations, 2006 (<http://www.un.org/esa/socdev/ageing/documents/MIPAA/GuidelinesAgeingfinal13%20Dec2006.pdf>, visitato il 26 giugno 2007).
14. *Livable communities: an evaluation guide*. Washington, DC, AARP Public Policy Institute, 2005 (www.aarp.org/research/housing-mobility/inliving/d18311_communities.html, visitato il 26 giugno 2007).
15. *The AdvantAge initiative. Improving communities for an aging society*. New York, Visiting Nurse Service of New York, 2004 (<http://www.vnsny.org/advantage>, visitato il 26 giugno 2007).
16. *Improving the quality of life of the elderly disabled people in human settlements*. Nairobi, United Nations Human Settlements Programme, 1993 (www.unhabitat.org/list.asp?typeid=15&catid=298&RecsPerPage= visitato il 26 giugno 2007).
17. *Inclusive design for getting outdoors. Design guidance*. Edinburgh, IDGO Consortium, 2007 (http://www.idgo.ac.uk/design_guidance/index.htm, visitato il 26 giugno 2007).

L'invecchiamento e l'urbanizzazione della popolazione sono due tendenze globali che caratterizzano fortemente il XXI secolo. La crescita delle città è accompagnata dall'aumento della percentuale di residenti che hanno superato il sessantesimo anno di età. Gli anziani sono spesso considerati come persone bisognose di supporto che pesano sul resto della società, dimenticando che la maggior parte degli stessi, se circondata da un ambiente solido e favorevole, può rappresentare una preziosa risorsa per le famiglie di appartenenza, per la collettività ed anche – perché no? – per l'economia. È questa l'opinione dell'OMS che guarda all'invecchiamento attivo come ad un processo influenzato da numerosi fattori che favoriscono la salute, la partecipazione e la sicurezza della popolazione più avanti negli anni, promuovendone le potenzialità.

Questa *Guida*, ispirata all'approccio OMS verso l'invecchiamento, mira ad impegnare le città a divenire più "a misura di anziano" per liberare il potenziale che tali persone posseggono a favore dell'intera umanità.

quaderni di sanità pubblica

è una pubblicazione del CIS Editore S.r.l., Via San Siro 1 - 20149 Milano
Spediz. in abb. post., DL 24/12/2003 n. 353 convertito in legge 27/02/2004
n. 46, art. 1, comma 1 - DCB Milano