

## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI



# Introducere

Acest ghid de bune practici oferă idei viabile și noi posibilități pentru orice Consiliu local sau grup comunitar care aspiră să planifice și să dezvolte inițiative prietenoase vârstei, menite să sporească durabilitatea comunităților și să le facă locuri mai bune în care oamenii să îmbătrânească.

Ghidul se bazează pe experiențele și lecțiile învățate, acumulate pe parcursul implementării conceptului de „Comunitate prietenoasă vârstei” în 15 localități din Republica Moldova, pilotat în cadrul proiectului „Îmbătrânire și Sănătate”, cu suportul Crucii Roșii din Elveția.

Acest ghid este o resursă importantă pentru a încuraja desfășurarea inițiativelor prietenoase vârstei într-o comunitate și oferă modele de resurse, inclusiv exemple de bune practici și recomandări.

Fiecare comunitate are diferite necesități, resurse disponibile pentru a realiza activități prietenoase vârstei și poate adapta pașii și recomandările propuse pentru a-și satisface cel mai bine nevoile locale.

Mai jos vedeți pașii necesari de întreprins ca comunitatea dumneavoastră să devină prietenoasă vârstei.

## 8 pași necesari de întreprins pentru a deveni o Comunitate prietenoasă vârstei



Asumarea angajamentului de către autorități pentru implementarea conceptului de „Comunitate prietenoasă vârstei” și crearea unui Comitet Coordonator care va ghida implementarea conceptului.



Desfășurarea campaniei de informare a cetățenilor și actorilor cheie privind conceptul de „Comunitate prietenoasă vârstei”.



Evaluarea problemelor/nevoilor vârstnicilor din comunitate.



Organizarea consultărilor publice pentru prioritizarea problemelor/ nevoilor identificate.

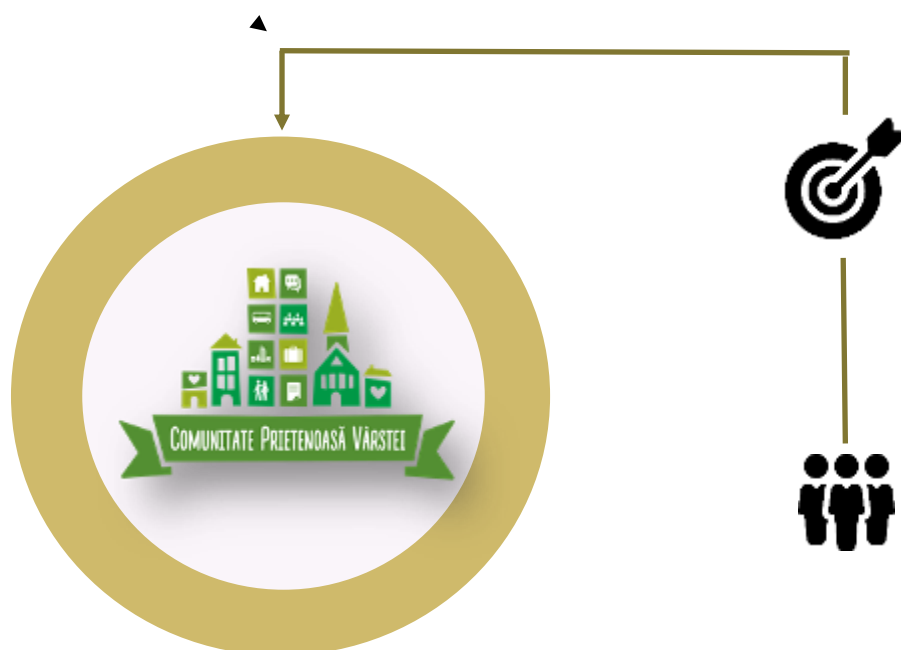


### SCOPUL IMPLEMENTĂRII CONCEPTULUI

Crearea comunităților prietenoase vârstei este o strategie eficientă de promovare a îmbătrânirii sănătoase și active și contribuie la dezvoltarea unor comunități durabile și sănătoase de care beneficiază toți cetățenii.

### PARTENERI DE IMPLEMENTARE

Administrația Publică Locală, instituțiile publice din localitate, ONG-uri, grupuri de inițiativă, grupuri de cetățeni activi, mass-media, etc.





## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, CONCEPT

Rata de îmbătrânire a populației crește în întreaga lume și Republica Moldova nu este o excepție. Se estimează că până în 2050 numărul persoanelor în etate se va dubla. Astfel, 1 din 5 persoane va avea vârsta 60+.

Acest fenomen implică schimbări importante în toate sferile sociale, provocând necesitatea adoptării unor măsuri menite să răspundă la nevoile legate de îmbătrânire și să facă mai ușoară viața persoanelor în etate.

Organizația Mondială a Sănătății (OMS), pe parcursul a mai mult de un deceniu, a ghidat integrarea în planurile de dezvoltare a celor mai mari orașe și comunități din întreaga lume a intervențiilor prietenoase vârstei.

Urmare a discuțiilor și consultărilor cu persoane vârstnice din 33 de orașe din întreaga lume, OMS a dezvoltat conceptul de Comunitate prietenoasă vârstei, ce cuprinde **8 aspecte** importante:



Mediul fizic și social adaptat nevoilor specifice vârstei sunt factorii determinanți pentru a permite cetățenilor să rămână sănătoși, independenți și autonomi odată cu avansarea în vârstă.

Autoritatea publică locală are un rol esențial în dezvoltarea și consolidarea comunităților în care oamenii de toate vârstele, indiferent de capacitate sau etapa vieții, pot duce o viață de calitate.

Începând cu anul 2006, mai multe țări ca Australia, Canada, Germania, Marea Britanie, SUA, Irlanda, Federația Rusă, Japonia, dezvoltă conceptul de „Comunitate prietenoasă vârstei”.

Implicarea persoanelor în etate în procesul de planificare a unei comunități prietenoase vârstei este un factor-cheie în dezvoltarea unei abordări prietenoase vârstei.

### **Comunitatea prietenoasă vârstei**

este comunitatea în care sunt create condiții pentru ca persoanele în etate să trăiască în siguranță, să se bucure de o sănătate bună și să participe activ la evenimentele din comunitate.

### **Beneficiile unei Comunități prietenoase vârstei**

\*O comunitate prietenoasă vârstei permite oamenilor de toate vârstele să participe activ în viața comunității fără bariere legate de vârstă, care împiedică participarea și implicarea.

\*Comunitățile prietenoase vârstei sunt mai durabile.

\*Comunitățile prietenoase vârstei contribuie la asigurarea accesului persoanelor în etate la toate aspectele vieții cotidiene.

\*Vârstnicii își cunosc drepturile.

\*Vârstnicii se implică în procesul de luare a deciziilor.

\*Vârstnicii sunt respectați și își împărtășesc experiența de viață tinerei generații.

\*Vârstnicii se simt utili și importanți.

\*Vârstnicii au oportunități de angajare în câmpul muncii.

\*Vârstnicii au acces la servicii comunitare și de sănătate calitative.

\*Vârstnicii sunt informați, comunică cu semenii și au oportunități de învățare pe tot parcursul vieții.

\*Vârstnicii au acces la diferite programe și cluburi pe interese.

\* Vârstnicii dispun de comodități și siguranță în propriile locuințe.

\*Infrastructura, transportul sunt adaptate necesităților vârstnicilor.

\*Sunt stimulate conexiunile între generații și transferul de cunoștințe.



## ASPECTE CHEIE ale unei COMUNITĂȚI PRIETENOASE VÂRSTEI

Pentru ca o comunitate să poată răspunde nevoilor legate de îmbătrânire și să asigure condiții pentru a ușura viața persoanelor în etate, este important ca aceasta să lucreze asupra a 8 aspecte importante, specifice unei Comunități prietenoase vârstei.

### Spații publice și clădiri

Oamenii au nevoie de locuri unde să se adune împreună în aer liber sau în spații închise.

Parcuri, alei, străzi sigure și iluminate, trotuare reparate, toalete publice curate, scaune în aer liber și clădiri accesibile – toate acestea contribuie la o interacțiune mai activă și mai pozitivă între localnici.

Deopotrivă cu vârstnicii, persoanele cu dizabilități sau mămicile cu cărucioare – toți vor aprecia existența unei rampe de acces, a balustradelor sau chiar și a unui ascensor, instalate în incinta unei clădiri publice.

### Comunicare și informare

Comunitățile prietenoase vârstei accentuează nevoia de a utiliza mijloace variate de comunicare adaptate specificului persoanelor în etate, în așa fel ca informația despre evenimentele din comunitate să fie accesibilă și să ajungă la timp la vârstnici.

Panouri cu informație simplă și ușor de citit, buletine informative locale, radio local, adunări generale cu locuitorii sau pe sectoare – acestea sunt doar câteva din instrumentele de comunicare ce pot fi utilizate într-o Comunitate prietenoasă vârstei.

### Servicii incluzive

Orice comunitate prietenoasă vârstei oferă un spectru larg de servicii destinate promovării, menținerii și restabilirii sănătății.

Aici trebuie să se regăsească servicii medicale, servicii de îngrijiri la domiciliu, servicii care să asigure posibilități de practicare a sportului și alte activități menite să ajute membrii comunității să se bucure de o sănătate bună.

În orice comunitate, rurală sau urbană, este esențial accesul locuitorilor la servicii oferite de farmacii, frizerii, ateliere de croitorie, spălătorii, servicii de aprovizionare cu apă și canalizare, etc.

### Transport

Condițiile îmbunătățite de transport stimulează mobilitatea persoanelor de toate vârstele – către locul de muncă, studii sau pentru a accesa anumite servicii comunitare.

Într-o comunitate prietenoasă vârstei transportul public poate fi accesat din toate regiunile localității, iar stațiile de așteptare sunt amenajate cu bănci și sunt situate la distanțe rezonabile.

Vehiculele circulă regulat, sunt în stare tehnică bună, costurile biletelor sunt accesibile pentru călători.

Pentru persoanele în etate în transportul public sunt rezervate locuri speciale, iar șoferii sunt politicoși și dispuși să ajute pasagerii în caz de necesitate.

Drumurile și trotuarele din localitate sunt reparate, sunt instalate semne de circulație necesare, trecerile de pietoni sunt marcate corespunzător. Toate acestea ajută ca localnicii să se poată deplasa în siguranță.

Podeturile și podurile din comunitate sunt trainice și sigure pentru traversare și sunt asigurate cu balustrade.

### Locuință

Cei mai mulți oameni doresc să își trăiască bătrânețea în propria casă.

Pentru ca această etapă a vieții să fie mai ușoară, următoarele aspecte de bază trebuie asigurate: existența unui robinet cu apă potabilă și a sistemului de canalizare, sobă reparată și funcțională, podea trainică, geamuri menținute și sigure, detectoare de fum instalate.

Nu mai puțin importante sunt instalarea balustradelor, a rampelor de acces și treptele construite de o înălțime medie, pentru ca accesul în locuință să fie sigur, să prevină căderi sau alte situații cu risc pentru viața cetățenilor.



## ASPECTE CHEIE ale unei COMUNITĂȚI PRIETENOASE VÂRSTEI

### Participarea socială



Nu este același lucru ca o persoană să locuiască singură și să trăiască în singurătate. Indiferent de vârsta care o are un om, singurătatea afectează negativ sănătatea și sentimentul de bunăstare a sa.

Prin urmare, izolarea poate fi combătută prin organizarea de activități sociale plăcute, accesibile pentru toate vârstele, în care să fie implicați toți membrii comunității, inclusiv vârstnicii.

Spațiile destinate pentru evenimentele sociale într-o comunitate prietenoasă vârstei, sunt localizate convenabil, bine luminate și ușor de accesat cu transportul public.

### Respect și incluziune socială



Într-o comunitate prietenoasă vârstei sunt dezvoltate servicii comunitare respectuoase și incluzive, fiind promovată o imagine pozitivă a îmbătrânirii și a persoanelor în etate.

Vârstnicii sunt consultați de către prestatorii de servicii publice și private despre nevoile lor și despre cum să fie deserviți mai bine. Personalul care oferă servicii este politicos și dispus să ajute.

De asemenea, activitățile comune între generații sunt o modalitate minunată pentru tineri și vârstnici să învețe unul de la celălalt, să aprecieze ceea ce pot oferi, dar și să petreacă timpul plăcut și util.

### Participarea civică și angajare



Nu există un termen de valabilitate pentru implicare, iar vârstnicii pot, deopotrivă cu alți membri ai comunității, să contribuie la dezvoltarea acesteia.

Într-o comunitate prietenoasă vârstei, persoanele în etate, chiar și după pensionare, beneficiază de diferite posibilități pentru a munci, a face voluntariat și a rămâne implicate în viața socială și civică.

Calificările și experiența vârstnicilor sunt recunoscute și apreciate, iar aceștia la rândul său, se simt utili și apreciați.

### *De ce este importantă implicarea persoanelor în vârstă?*

Vârsta este o oportunitate și nu ceva ce ar trebui negat sau care poate fi prevenit.

Pe măsură ce îmbătrânim, există multe lucruri pe care le putem învăța, aprecia și împărtăși despre viața și experiențele noastre de viață.

Fiecare are drepturi. Și aceste drepturi nu se diminuează pe măsură ce oamenii îmbătrânesc.

Acestea includ dreptul de participare, la opinie și apreciere, dreptul de a lua decizii și de a avea un cuvânt de spus la luarea deciziilor.

Persoanele în vârstă sunt experți în ceea ce este important pentru ei. Implicarea persoanelor în vârstă poate ajuta la eliminarea miturilor și stereotipurilor asociate cu îmbătrânirea.

Bunăstarea și participarea socială a vârstnicilor au o influență reciprocă: participarea și integrarea socială favorizează bunăstarea psihică și fizică a persoanelor în vârstă și bunăstarea persoanelor în vârstă crește probabilitatea de a stimula participarea socială la o vârstă înaintată.



Fig.1. Președintele Comitetului Coordonator din or. Sîngerei

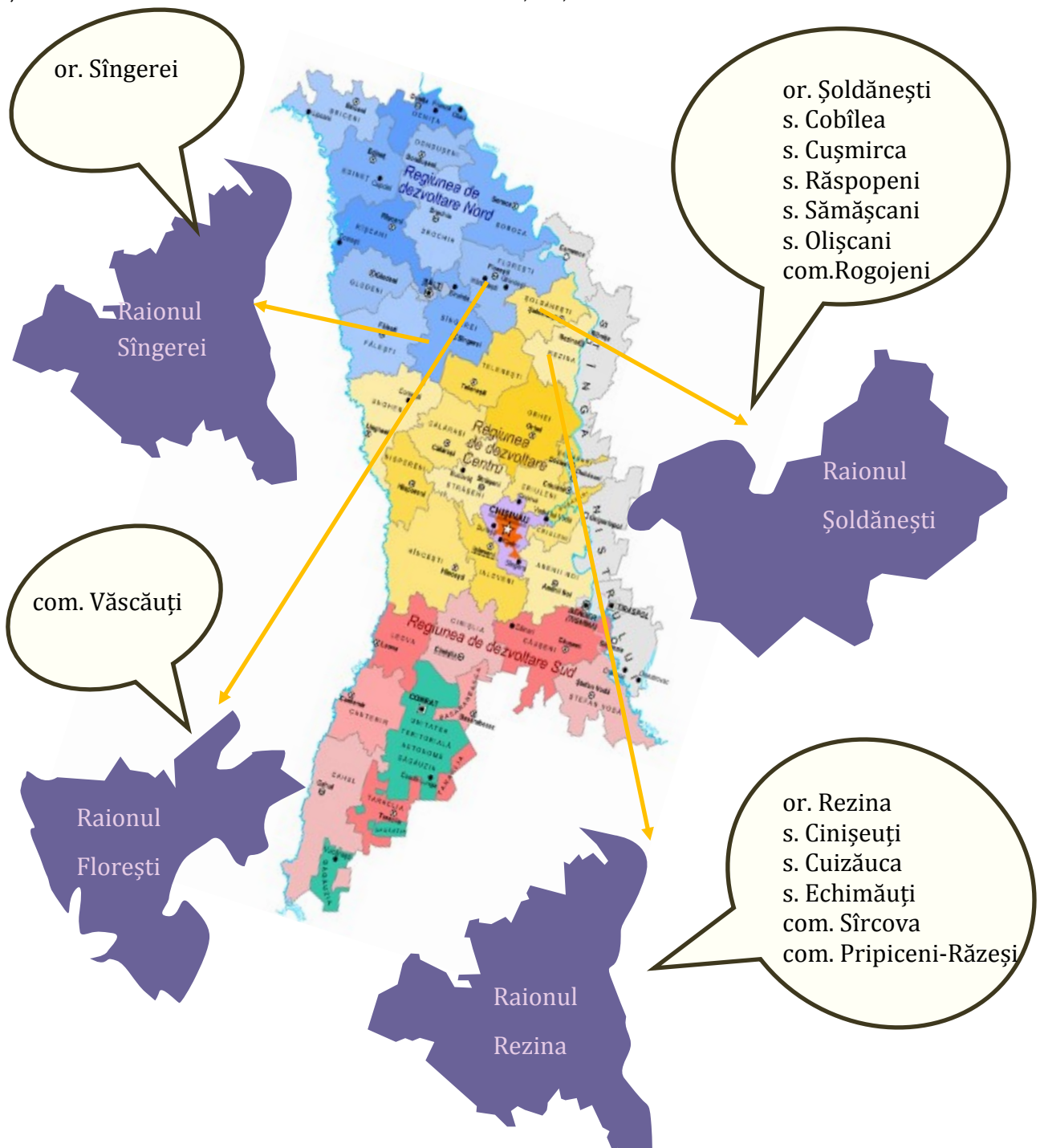


## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI în Republica Moldova

Începând cu anul 2017, conceptul de „Comunitate prietenoasă vârstei” a fost implementat în 15 localități din raioanele Rezina, Soldănești, Sângerei și Florești, beneficiare în cadrul proiectului „Îmbătrânire și sănătate”, realizat de către AO „CASMED” în parteneriat cu HelpAge Internațional cu suportul financiar al Crucii Roșii din Elveția.

Proiectul a demonstrat că comunitățile locale pot deveni locuri mai bune pentru a îmbătrâni, când consiliul local, instituțiile publice și comunitatea au o mai bună înțelegere a problemelor, așteptărilor și aspirațiilor persoanelor în vârstă.

Dovezile din proiect indică faptul că intervențiile au avut un impact asupra planificării pe termen lung și a proceselor de luare a deciziilor în comunitățile țintă.





## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI PAS CU PAS

### Asumarea angajamentului de către autorități pentru implementarea conceptului de „Comunitate prietenoasă vârstei” și crearea Comitetului Coordonator



Primul pas spre o Comunitate prietenoasă vârstei îl reprezintă asumarea angajamentului de către autorități pentru implementarea conceptului, acesta fiind un indiciu clar că sprijinul comunității este garantat.

Ulterior este necesar de creat un Comitet Coordonator, care are rolul unei structuri de reprezentare, consultare și de împuternicire a cetățenilor, cu precădere a persoanelor în etate. Activitatea Comitetului este orientată spre mobilizarea comunității pentru ca aceasta să fie mai flexibilă și mai receptivă la nevoile populației de vârstă a treia, prin asigurarea participării acestora la dezvoltarea comunitară, inclusiv în procesul decizional.

Componența Comitetului este aprobată prin dispoziția autorității publice locale, cu scopul de a asigura prezența Comitetului în funcție pentru o perioadă mai lungă de timp, ceea ce ulterior va ajuta administrația locală să implementeze pașii necesari ca localitatea să devină mai prietenoasă vârstei.

Comitetul va fi format din 5 până la 9 membri cu drept de vot, care își vor exercita funcțiile pe bază voluntară. Pentru a reflecta diversitatea intereselor comunității, la selectarea membrilor se va lua în considerare următoarea componență:

- Un reprezentant al Consiliului local;
- Un reprezentant al Comisiei consultative pe probleme sociale;
- Un secretar (fără drept de vot);
- Până la 7 membri din comunitate care pot reprezenta următoarele domenii: sănătate, social, educație, sectorul asociativ, inclusiv grupuri civice/de inițiativă, vârstnici, persoane cu nevoi speciale, culte religioase și agenți economici, care își desfășoară activitatea pe teritoriul comunității.

Conform regulamentului <http://casmed.md/publicatii/>, Comitetul are următoarele atribuții:

- Evaluarea nevoilor persoanelor în etate prin prisma celor 8 aspecte ale unei Comunități prietenoase vârstei, cu aplicarea diferitor metode (focus grupuri, sondaje, discuții, etc.);
- Analiza nevoilor persoanelor în etate și prioritizarea problemelor identificate;
- Elaborarea planului de acțiune privind componenta „Comunitate prietenoasă vârstei”, monitorizarea și evaluarea lui;
- Informarea consilierilor locali despre implementarea Planului de acțiune privind componenta „Comunitate prietenoasă vârstei”.

### Desfășurarea campaniei de informare a cetățenilor și actorilor cheie privind conceptul de „Comunitate prietenoasă vârstei”



Informarea cetățenilor cu privire la conceptul de „Comunitate prietenoasă vârstei” este un pas foarte important, care are ca rol creșterea nivelului de conștientizare în comunitate cu privire la nevoile persoanelor în vârstă și la schimbările necesare pentru a sprijini independența vârstnicilor și îmbătrânirea activă și sănătoasă.

Este necesar ca Comitetul Coordonator să elaboreze un plan bine gândit, care să includă activitățile ce vor fi întreprinse pentru promovarea conceptului, perioada desfășurării acestora, resursele necesare, persoanele sau instituțiile responsabile, precum și rezultatele așteptate.

Prezentarea conceptului se va desfășura în toate instituțiile publice de învățământ, sociale și medicale, prin sesiuni de informare și distribuirea „Mini-ghidului despre Comunitate prietenoasă vârstei” în rândul cetățenilor. Un model de ghid găsiți aici <https://bit.ly/2SdPuHS>.





## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI PAS CU PAS

### Evaluarea problemelor/nevoilor vârstnicilor din



Una din responsabilitățile membrilor Comitetului Coordonator este identificarea nevoilor persoanelor vârstnice din comunitate.

În acest scop se recomandă utilizarea a două metode de bază— sondajul sau focus-grupul.

Fie că metodele sunt aplicate independent sau combinate, este important ca evaluarea să fie incluzivă și să asigure prezența și vocea diferitor persoane: persoane în vârstă, îngrijitori, persoane cu dizabilități, furnizori de servicii de educație și sănătate, sectorul asociativ, inclusiv grupuri civice/ de inițiativă, culte religioase și agenți economici, care își desfășoară activitatea pe teritoriul comunității.

La organizarea unui focus-grup se recomandă ca:

- ◆ data, ora, locația activității să fie stabilite din timp și agreeate cu participanții;
- ◆ grupul să includă de la 8 la 15 participanți mximum;
- ◆ un focus-grup să dureze 1.5—2 ore.

Moderatorul și asistentul (membri ai Comitetului coordonator) pregătesc din timp sala, materialele necesare, lista de întrebări după care se vor ghida în timpul activității și transmit invitații participanților.

Pe parcursul focus-grupului moderatorul va adresa participanților întrebări axate pe fiecare din cele 8 aspecte caracteristice unei Comunități prietenoase vârstei, cu scopul de a identifica problemele întâlnite de vârstnici, modalități de soluționare a acestora și căi prin care inclusiv și vârstnicii s-ar putea implica în rezolvarea problemelor enunțate. Toată informația se notează de către asistentul moderatorului pe hârtie de flipchart pentru a fi ulterior analizată și introdusă într-un centralizator.

Atunci când efectuați evaluarea, rețineți că este la fel de important să colectați informații cu privire la ceea ce oamenii consideră a fi bunurile comunității, precum și barierele existente în calea dezvoltării unei comunități prietenoase vârstei. Aceasta vă va ajuta să identificați ceea ce comunitatea Dvs. face deja bine și să determinați prioritățile pentru schimbare.

După finalizarea evaluării, comunitatea Dvs. va înțelege în mod clar resursele existente, barierele și modalitățile de intervenție pentru a deveni mai prietenoasă vârstei.

### Consultări publice



Comitetul coordonator în parteneriat cu administrația publică locală vor organiza consultări publice în localitate. Acestea vor servi pentru informarea cetățenilor despre rezultatele obținute în urma sondajelor și focus-grupurilor, dar și pentru a prioritiza problemele identificate.

Informația colectată va fi utilizată ulterior la elaborarea planului de acțiune pentru componenta „Comunitate prietenoasă vârstei”.

Consultările publice vor crește gradul de conștientizare a oamenilor cu privire la provocările cu care se confruntă persoanele în vârstă din comunitatea și vor facilita de asemenea apariția unor inițiative civice și parteneriate noi.

O evaluare adecvată poate furniza un inventar al serviciilor, programelor și inițiativelor care există deja în comunitate, precum și o bază pentru măsurarea progresului și stabilirea priorităților de acțiune. De asemenea, prezintă o oportunitate de analiză a modului în care resursele existente pot fi extinse sau modificate.



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI PAS CU PAS

### Elaborarea planului de acțiune și implementarea lui



Consultările publice conduc la identificarea priorităților și a rezultatelor cheie, care ulterior sunt abordate și incluse într-un Plan de acțiune. Planul va conține viziunea localității, scopul, obiectivele și intervențiile planificate conform fiecărui aspect caracteristic unei Comunități prietenoase vârstei.

Clarificați cine va fi implicat și ce este necesar pentru a finaliza fiecare acțiune, sursele potențiale de finanțare și calendarul. Implicați părțile interesate și evidențiați rolurile pe care le vor juca fiecare. Obțineți aprobarea oficială a planului de către consiliul local sau consiliul raional și asumarea angajamentului din partea tuturor organizațiilor care vor fi responsabile pentru acțiuni, apoi publicați planul pentru a informa cetățenii și a încuraja discuțiile.

Asigurați-vă că includeți persoanele în etate în acest proces.

Implementarea va varia în fiecare comunitate și va depinde de resursele financiare și umane disponibile și de nivelul de contribuție al părților interesate. Unele intervenții pot fi implementate cu succes prin mici activități întreprinse de membrii comunității, în timp ce mai multe inițiative majore pot necesita colaborarea dintre mai multe grupuri de inițiativă, organizații și instituții.

### Monitorizarea participativă



Monitorizarea implementării Planului de acțiuni este un pas crucial și este efectuată de către membrii Comitetului Coordonator. Scopul ei este de a urmări progresul și de a identifica lacunele sau devierile.

Datele se colectează și se analizează periodic de către membrii comitetului responsabili de monitorizarea activității, făcându-se anumite concluzii care sunt anunțate și discutate împreună cu reprezentanții autorității publice sau reprezentanții instituției responsabile de realizarea activității.

Monitorizarea va ajuta la reevaluarea planului și la ajustarea priorităților și țintelor.

Membrii Comitetului Coordonator pot acorda suport și susținere logistică la orice etapă de realizare a activității, dacă au depistat în cadrul monitorizării abateri de la cele planificate, sau utilizarea nerațională a resurselor preconizate pentru desfășurarea activității.

Monitorizarea eficientă și intervenirea la timp cu sfaturi utile din partea membrilor comitetului vor contribui la redresarea unor situații neplăcute apărute pe parcursul desfășurării activităților și vor asigura realizarea cu succes a activităților preconizate în planul de acțiune privind componenta „Comunitate prietenoasă vârstei”.



Fig.2-3. Monitorizarea lucrărilor de reparație a căminului cultural din com. Văscăuți, rn. Florești, efectuată de către membrii Comitetului Coordonator



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI PAS CU PAS

**Desfășurarea campaniei de informare a cetățenilor privind rezultatele realizate, celebrarea succesului și împărtășirea bunelor practici**



După ce ați implementat primele activități din plan în comunitatea Dvs., Comitetul va posta un rezumat al acestora fie pe pagina web a primăriei, fie pe pagina de Facebook „Comunitate prietenoasă vârstei”, creată cu scopul de a asigura promovarea și vizibilitatea implemetării conceptului.

Documentați rezultatele frumoase. Cheia documentării succesului nu constă în concentrarea asupra întrebărilor despre „Ce am făcut?”, ci mai degrabă asupra celor de tipul "Ce s-a schimbat în viața noastră?" și "Ce am realizat?"

Totodată informați constant cetățenii despre rezultatele obținute în urma implementării planului de acțiune, despre realizările și succesele obținute, plasând informație pe panourile informative, inclusiv prin intermediul buletinelor informative, articolelor publicate în ziarele locale și regionale, emisiunilor radio și TV.

Periodic organizați sărbători în comunitate, cu implicarea tuturor cetățenilor indiferent de vârstă.

Niciodată nu subestimați "puterea" celebrării succesului!



Fig.4. Lansarea foisorului, or. Rezina



Fig.5. Informarea cetățenilor în or. Singerei

## Evaluarea planului de acțiune



Planul de acțiune privind componenta de „Comunitate prietenoasă vârstei” este elaborat pe o perioadă de trei ani. La finele acestei perioade, se compară rezultatele obținute cu rezultatele prevăzute, se analizează nivelul de realizare a obiectivelor și eficacitatea utilizării resurselor. Se va stabili care acțiuni au avut cel mai puțin sau mai mult succes și de ce.

Se vor colecta opiniile persoanelor vârstnice cu privire la calitatea rezolvării problemelor anterior identificate, lecțiile învățate și reflecțiile persoanelor implicate privitor la modul de realizare a planului.

Membrii comitetului vor asigura prezentarea rezultatelor evaluării în cadrul unei reuniuni publice, pentru părțile interesate. După care, se va relua procesul de evaluare a problemelor/nevoilor vârstnicilor din comunitate.



Fig.6. Evaluarea Planului de acțiune, com. Rogojeni, rn. Șoldănești



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, INIȚIATIVE REALIZATE

Inițiativele prietenoase vârstei pot avea un caracter divers, de la asigurarea unor servicii de îngrijiri integrate la domiciliu, până la adaptarea infrastructurii conform nevoilor persoanelor în etate.

### Transport



Evaluarea problemelor din comunitate la aspectul de transport a scos în evidență următoarele provocări:

- unități de transport învechite, neadaptate pentru vârstnici și supraaglomerate;
- lipsa stațiilor de așteptare;
- drumuri și trotuare în stare deplorabilă;
- transport public care nu corespunde normelor de siguranță în trafic.

Astfel, conform planurilor de acțiune, s-au realizat diferite intervenții menite să îmbunătățească acest aspect: s-au reparat drumuri centrale și drumurile adiacente, s-au construit trotuare, au fost construite și / sau reparate stații de așteptare a transportului public, a fost postat orarul de circulație a transportului public la stațiile de așteptare, aproape toate localitățile au demarat lucrări pentru iluminarea străzilor centrale.

În una din localități au fost colectate semnături și înaintată o petiție către administrația raională, prin care s-a solicitat modificarea traseului microbuzelor și orarului de circulație a acestora, pentru a asigura accesul la transport pentru toată comunitatea, inclusiv vârstnici.

### Spații publice și clădiri



În cadrul acestui aspect vârstnicii au menționat că:

- multe clădiri publice nu sunt adaptate necesităților persoanelor în etate (lipsesc balustrade, rampe de acces, etc);
- gresia pe pragurile instituțiilor publice este lunecoasă mai ales pe timp de iarnă;
- clădirile publice nu sunt dotate cu scaune suficiente în interior sau exterior;
- nu sunt WC-uri publice;
- în localități nu sunt amenajate zone de agrement sau spații de joacă;
- băncile pe stradă sunt insuficiente, nu există parcuri sau parcurile existente nu sunt amenajate.



Fig.7. Trotuare construite în s. Cușmirca, rn. Șoldănești



Fig.8. Reparația străzii și iluminarea acesteia în or. Șoldănești



Fig.9. Zonă de odihnă pentru copii și vârstnici din s. Olișcani, rn. Șoldănești



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, INIȚIATIVE REALIZATE

### Spații publice și clădiri

Pentru îmbunătățirea acestui aspect au fost planificate o serie de acțiuni ce s-au soldat cu rezultate frumoase în multe localități.

Au fost instalate scaune afară și în interiorul oficiilor poștale, a Centrelor medicilor de familie, în parcuri, de-a lungul străzilor centrale. S-a reușit reparația WC-ilor publice și a terenurilor de sport.

Totodată parcuri au fost dotate cu echipament sportiv și terenuri de joacă pentru copii, au fost instalate bănci și urne, au fost reparate monumente la intrările în unele localități și au fost amenajate două piețe locale.

*„Cu o mare satisfacție le recomand pacienților mei în etate să nu se geneze, dar să practice exerciții la aparatele de sport instalate în zona de odihnă, care sunt o sursă foarte bună de întărire a sănătății”.*

*Liuba Grăjdianu, medic de familie  
s. Olișcani, rn. Șoldănești*

### Participarea socială

Cea mai mare provocare menționată de persoanele în etate este singurătatea. Nu este același lucru ca un vârstnic să locuiască singur și să trăiască în singurătate. Consecințele singurătății sunt foarte grave, de la înrăutățirea stării de sănătate până la depresii grave.

Pentru rezolvarea acestei probleme în localități au fost organizate diferite sărbători și evenimente în aer liber: starturi vesele, excursii la mănăstiri, competiții la șah și dame, cercuri de broderii și tricotare, etc.

Au fost create cercuri pe interese unde persoanele în etate au posibilitatea să comunice cu semenii lor, să confecționeze diferite obiecte hand—made. Au fost create ansambluri folclorice în care activează vârstnici și unde ei cu plăcere fredonează cântecele tinereții lor.

Se organizează activități cu elevii de la școală, unde vârstnicii învață copiii a tricota, a broda, iar bunicuțele sunt învățate cum să mânuiască șoricelul calculatorului și să navigheze pe internet pentru a discuta cu rudele plecate peste hotare.

Șezătoarele în cadrul cărora vârstnicii le povestesc nepoților de timpurile și obiceiurile când aceștia erau tineri sunt de nelipsit. Aici bunicii învață generația tânără diferite jocuri pe care le practicau ei în copilărie, colinde vechi care se cântă la sărbătorile de Crăciun și Paște, le vorbesc despre obiceiuri și tradiții ce trebuie respectate și transmise din generație în generație.



Fig.10. O șezătoare organizată

în s. Sămășcani, rn. Șoldănești



Fig.11. O șezătoare organizată

în s. Cușmirca, rn. Șoldănești



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, INIȚIATIVE REALIZATE

### Locuință



Printre multitudinea de probleme enumerate de către vârstnici în cadrul focus grupurilor au fost și cele legate de starea locuințelor și condițiilor de trai.

În localități au fost elaborate baze de date a vârstnicilor cu locuințe în stare deplorabilă a locuințelor, au fost reparate sobe și instalate detectoare de fum în casele vârstnicilor. În unele localități au fost reînaltate geamuri și uși.

### Respect și incluziune socială



Persoanele vârstnice au menționat că nu li se respectă drepturile, că deseori sunt discriminate sau marginalizate din cauza vârstei sau nevoilor speciale.

Ținând cont de aceste provocări, au fost prevăzute activități menite să reunească generațiile, să promoveze experiența și meritele vârstnicilor. În majoritatea localităților se organizează sărbători profesionale (ziua profesorului, medicului, contabilului, lucrătorilor culturii, etc) la care sunt neapărat invitați pensionari—foștii colaboratori ai acestor instituții, pentru a fi felicitați și a se împărtăși cu amintirile și succesele obținute.

În multe localități la Ziua satului s-au felicitat cuplurile ce au împlinit 50 de ani de la căsătorie, fiind prezentate drept exemplu pentru tinerele familii. În școli și biblioteci se organizează activități cu participarea persoanelor de diferite vârste, cu scopul de a consolida dialogul dintre generații, înțelegerea și respectul față de vârstnici.

### Comunicare și informare



Persoanele în etate din localitățile rurale au menționat că există puține surse de informare despre activitățile ce se desfășoară în comunitate.

Atfel, în localități au fost instalate panouri pe care se plasează regulat informația. În două localități a fost editat un ziar local, în care se regăsește informația despre proiectele, activitățile comunitare. Au fost create pagini de Facebook, care se actualizează periodic cu poze și informații utile.

Planurile de acțiune elaborate au fost reflectate în format grafic pe banere pentru a informa cetățenii despre acțiunile care se preconizează a fi realizate în fiecare comunitate.

Fig.12. Planul de acțiune pentru orașul Rezina



### Servicii incluzive



Persoanele vârstnice au menționat că au acces limitat la servicii sociale și de sănătate, precum și la servicii publice: farmacii, spălătorii, frizerii, ateliere de reparații, etc.

Ținând cont de aceste provocări, au fost dezvoltate servicii socio-mediceale de îngrijiri la domiciliu, au fost desfășurate lecții de sănătate.



Fig.13. Acordarea serviciului de îngrijire socială la domiciliu



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, INIȚIATIVE REALIZATE

De asemenea s-a reușit crearea serviciilor de colectare a deșeurilor solide, mărirea numărului cetățenilor ce au fost conectați la rețelele de apă și canalizare. În unele localități au fost amenajate piețe locale, două săli au fost reparate și dotate cu echipament sportiv.

### Participarea civică și angajare



### În câmpul muncii

Implicarea fiecărui cetățean, indiferent de vârstă, în viața civică a comunității, influențează politicile ce vor fi elaborate și aprobate de către aleșii locali.

Dat fiind faptul că conceptul de Comunitate prietenoasă vârstei încurajează solidaritatea și sprijinul celor mai vulnerabili, creând spațiu de interacțiune și învățare, au fost create grupuri civice de Ambasadorii comunitari, care au fost pilotate în patru din cele 15 localități ale proiectului.

Ambasadorii comunitari au mobilizat consătenii să se implice la reparația drumurilor adiacente, curățirea și amenajarea izvoarelor și fântânilor, au construit stații de așteptare a transportului public, fapt ce i-a ajutat să se cunoască mai bine și să nu rămână indiferenți.

### Cine sunt Ambasadorii comunitari?

Ambasadorii comunitari sunt grupuri de voluntari, alcătuite din localnici pasionați, care fac eforturi ca localitatea să devină un loc mai bun pentru persoanele în vârstă. Scopul programului dat este de a dezvolta persoanele în vârstă ca lideri comunitari în localitățile lor și de a optimiza implicarea vârstnicilor în activitățile la nivel local.

Ambasadorii sunt niște conectori și catalizatori, care colectează informații cu privire la nevoile vârstnicilor, discută cu aceștia despre riscurile la care pot fi supuși și cum pot fi ele prevenite, oferă locuitorilor în vârstă o voce în ceea ce privește problemele comunității, și mobilizează alți locuitori pentru a schimba lucrurile spre bine în comunitate.

Ambasadorii comunitari sunt recrutați de către membrii Comitetului Coordonator și sunt instruiți privind implementarea și promovarea conceptului de „Comunitate prietenoasă vârstei”.

Echipa de Ambasadori participă la sesiuni de instruire pentru a învăța cum să identifice nevoile comunității, chestionează persoanele în etate, se consultă cu cetățenii și dezvoltă parteneriate în comunitate (grupuri de susținători).



Fig.14. Mobilizarea cetățenilor din s. Echimăuți, r-ul Rezina



Fig.15. Ambasadorii Comunitari din com. Văscăuți, rn. Florești implicați în activități de salubritate a pădurii

„ Odată cu implementarea conceptului „Văscăuți – Comunitate prietenoasă vârstei”, instituirii Comitetului coordonator și a creării grupului de Ambasadori comunitari, s-au produs mari schimbări la nivel de comunitate. Comuna și-a schimbat aspectul la exterior, iar oamenii au devenit mai prietenoși, mai interesați de problemele comunității, vin cu soluții la problemele identificate, se implică activ în rezolvarea lor, a sporit interesul băștinașilor față de comunitate și activitățile desfășurate .”

Oleg Podborschi,

Primar, com.Văscăuți, rn. Florești



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, STUDIU DE CAZ

Cobîlea este un sat mic din nordul Republicii Moldova, cu doar 2.400 de locuitori, care sunt foarte motivați să îmbunătățească calitatea vieții persoanelor în vârstă din comunitatea lor. Din cauza migrației, populația satului îmbătrânește rapid. Rata locuitorilor de peste 60 de ani reprezintă 43% din numărul total de locuitori, prin urmare rezolvarea problemelor cu care se confruntă vârstnicii este o prioritate pentru comunitate.

Autoritatea publică locală, preocupată de îmbunătățirea calității vieții persoanelor în vârstă care trăiesc în Cobîlea, și-a asumat angajamentul pentru implementarea conceptului de „Comunitate prietenoasă vârstei” începând cu anul 2017.

Pentru început au fost evaluate problemele/ nevoile vârstnicilor din comunitate, prin prisma celor opt aspecte (locuință, transport, spații în aer liber și clădiri publice, respect și incluziune socială, participare civică și angajare, servicii de sănătate, participare socială și comunicare și informare). Apoi acestea au fost consultate și prioritizate împreună cu cetățenii, ulterior fiind incluse ca parte a Strategiei „Cobîlea—Comunitate prietenoasă vârstei”.

Inițial exista o mare doză de neîncredere și rezervare, referitor la realizarea Strategiei în proporție de 100%, având în vedere că nu exista o colaborare puternică între autoritatea publică și instituțiile publice, iar implicarea oamenilor era foarte scăzută.

Comitetul Coordonator creat și-a asumat un rol important - conectarea actorilor-cheie din comunitate cu autoritatea locală pentru a obține cele mai bune rezultate.

Respectiv, de-a lungul anilor, lucrurile s-au schimbat enorm, iar autoritatea publică locală, susținută de Comitetul Coordonator, instituții publice din localitate, ONG-ul local și grupuri de inițiativă, au reușit să realizeze cu succes toți indicatorii din Strategie. S-a primit un tandem drăguț, unde Primăria a venit cu resurse financiare, și oameni cu activitate voluntară.

Mai mult de atât, Cobîlea a pilotat o metodă inovativă de mobilizare comunitară, recrutând 10 persoane din comunitate pentru a deveni Ambasadori comunitari. Malenchii Angela, Ambasador comunitar a menționat: „Am decis să devin ambasador pentru a schimba atitudinea tinerilor față de vârstnici.

Ambasadorii au fost abilitați să discute cu vecinii despre beneficiile conceptului de Comunitate prietenoasă vârstei, să organizeze campanii de informare și mobilizare a cetățenilor.



Fig. 16. Întâlnirea Ambasadorului Comunitar cu locuitorii din mahala, s .Cobîlea, rn. Șoldănești

Respectiv, Ambasadorii comunitari fiind ghidați de către Comitetul Coordonator, inițial au promovat în mahala conceptul de „Comunitate prietenoasă vârstei”. Ulterior, au identificat problemele vârstnicilor din mahala și au stabilit cum se pot implica în rezolvarea lor prin mobilizarea locuitorilor.

*„Oamenii din mahalaua noastră doresc să se implice în rezolvarea problemelor și să contribuie cu ce pot, cu un sfat sau cu muncă voluntară, fiindcă nu sunt indiferenți față de ceea ce se întâmplă în jurul lor și vor ca s.Cobîlea să devină o „Comunitate prietenoasă vârstei.”*

**Cemîrtan Eugenia**, Ambasador comunitar, s. Cobîlea, rn. Șoldănești



Fig.17. Campanie de informare despre conceptul „Comunitate prietenoasă vârstei” desfășurată de către Ambasadorii Comunitari din s. Cobîlea, rn. Șoldănești





## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, STUDIU DE CAZ

După care, Ambasadorii au venit cu ideea de a implementa o serie de inițiative mici, cu sprijinul suținătorilor, numărul cărora între timp crescuse pînă la 56 de persoane.

Prin urmare, au reușit să pună în practică peste 30 de acțiuni precum renovarea puțurilor și a izvoarelor, activități de curățare și salubritate, mici evenimente culturale, sprijin pentru persoanele în vârstă (repararea scării la intrarea în casă, curățarea curțiilor, tăierea lemnului, etc.).

O altă inițiativă a Ambasadorilor a fost salubritatea unei toloace, pe care mai apoi să o transforme într-o zonă de odihnă în mahala, unde atât adulții cât și tinerii să aibă posibilitatea să-și petreacă timpul liber.

Ambasadorul comunitar Angela Malenchii a remarcat drept o reușită a echipei sale faptul, că după ce au muncit împreună la diferite inițiative, oamenii din mahala au devenit mai uniți, mai prietenoși, și mai săritori la nevoie.

Succese frumoase au fost obținute și în mahalaua „Valea Cristinei”. Ambasadorul comunitar Raisa Jora a reușit să mobilizeze locuitorii din mahala pentru a rezolva problema reparației podului de peste râulețul ce desparte localitate în două părți și construcția treptelor pe panta spre piața locală.

Ambasadorul comunitar Raisa Jora a relatat următoarele „*Această pantă era foarte greu de parcurs pentru persoanele vârstnice mai ales pe timp ploios. S-au colectat resurse financiare de la cetățenii din mahala pentru procurarea vergelilor metalice din care s-au confecționat balustrade și s-a reparat podul. Primăria a oferit nisip și ciment.*”

În mahalaua „Dealul magaziei”, Ambasadorii comunitari Zinaida Doruc și Antonina Iațico, în rezultatul discuției cu cetățenii din mahala au identificat necesitatea construcției unei stații de așteptare a transportului public lângă magazin, unde locuitorii a două mahalale așteptau transportul public sub cerul liber pe timp de ploaie, vânt, ninsori.

Respectiv, au fost procurate materiale de construcție de către primărie, iar oamenii din mahala au venit cu munca voluntară pentru lucrări.

Zinaida Doruc, satisfăcută de rezultatele obținute, a

Ababii Angela, primarul satului Cobîlea, a declarat: „*Am demonstrat că prin eforturi comune, cu implicarea cetățenilor, este posibil să rezolvăm o mulțime de probleme la nivel de comunitate. Capitalul social poate fi greu de măsurat, dar s-au înregistrat câștiguri substanțiale prin relațiile create în procesul de implicare. Există atât de multe lucruri care ar putea fi făcute fără a cheltui mulți bani. Ne simțim mândri de realizările noastre și credem că satul Cobîlea a devenit o comunitate cu adevărat prietenoasă vârstelor.*”



Fig. 18. Echipa Ambasadorului Angela Malenchii la curățirea toloacei din mahala.



Fig. 19. Construcția treptelor pe panta spre piața locală



Fig.20. Amenajarea fântânii de la intrarea în sat de către Ambasadorii comunitari din s. Cobîlea, rn. Șoldănești



## COMUNITATE PRIETENOASĂ VÂRSTEI, LECȚII ÎNVĂȚATE

◆ Crearea unei Comunități prietenoase vârstei nu se întâmplă peste noapte, este nevoie de timp și **angajament din partea autorităților** pentru a iniția o schimbare reală.

◆ Abordarea trebuie să fie individuală pentru fiecare localitate, având în vedere contextul local, cultura, tradițiile existente, situația socială și financiară.

Problemele existente nu dispar fără intervenție directă, iar autoritățile publice nu au resurse suficiente pentru a-și permite excluderea persoanelor în vârstă din procesul de schimbare.

Oamenii înșiși trebuie să se implice, pentru că pasivitatea lor nu generează soluții.

◆ O modalitate de a începe procesul de construire a unei Comunități prietenoase vârstei este **implicarea mai multor părți interesate**, atât publice, cât și private, inclusiv reprezentanți ai administrației locale și raionale, bine pregătiți să încurajeze activitatea de colaborare în acest domeniu.

Înainte de a începe procesul de implementare al conceptului de Comunitate prietenoasă vârstei pas cu pas, ar fi util să luați în considerare factorii care au contribuit la atingerea succesului în comunitățile proiectului:

- Angajamentul din partea autorității publice locale și sprijinul financiar al acesteia pentru implementarea Conceptului de Comunitate Prietenoasă Vârstei;
- Comitet Coordonator responsabil și loial conceptului de Comunitate prietenoasă vârstei;
- Ascultarea vocii comunității, în special a persoanelor în etate;
- Existența unor lideri puternici în cadrul comunității;
- Promovarea conceptului de Comunitate prietenoasă vârstei și conștientizarea lui de către cetățeni.

Au fost obținute rezultate frumoase acolo unde autoritatea publică locală:

- a fost deschisă spre colaborare și a acceptat necesitate efectuării unei schimbări;
- a înțeles că problemele vârstnicilor la nivel local nu au fost evaluate și este o necesitate ca acest fapt să aibă loc;

- a participat la focus grupuri, a ascultat și luat în calcul sugestiile și propunerile parvenite de la vârstnici;
- s-a implicat în elaborarea și implementarea planului de acțiune pentru componenta "Comunitate prietenoasă vârstei", asigurând resursele necesare;
- a luat în calcul sugestiile membrilor Comitetului Coordonator apărute în procesul monitorizării.

◆ Crearea **Comitetului coordonator cât mai divers**, contribuie la stimularea colaborării între actorii comunității, la crearea de sinergii și la utilizarea mai eficientă a resurselor.

Organizațiile care deservește vârstnicii și mai ales persoanele în etate sunt membri valoroși pentru un Comitet Coordonator autentic, deoarece ei pot veni cu sugestii despre ce funcționează și nu funcționează pentru ei, mai mult, pot oferi idei și soluții inovatoare din perspectiva lor unică.

Desigur, persoanele în vârstă nu sunt un grup omogen și trebuie să aveți grijă să includeți vârstnici de vârste diferite, sex, culturi și abilități - acest lucru va asigura o perspectivă largă și incluzivă a nevoilor, opiniilor și sugestiilor lor.

Pentru ca membrii Comitetului coordonator să-și facă bine treaba, ei trebuie să aibă o descriere clară a responsabilităților și să aibă suficiente

◆ competențe.

Pentru a îmbunătăți participarea oamenilor în procesul de implementare a conceptului, este nevoie de activități de **instruire constantă** a grupurilor implicate și chiar a autorităților locale vizavi de modalitățile de colaborare cu cetățenii, cu precădere cu grupurile de inițiativă, iar vizitele de schimb de experiență în localitățile care au

◆ succese pot încuraja inițiativa.

E necesar de asigurat un **feedback constant** din partea membrilor comunității privitor la inițiativele și rezultatele obținute, iar cele mai bune practici și inițiative civice ar trebui să fie apreciate de către autorități.

Planificarea în detalii a etapei de implementare, cu obiective clare pentru evaluarea și gestionarea progreselor, formarea unui Comitet Coordonator responsabil și loial conceptului, implicarea actorilor cheie din comunitate și sprijinul continuu din partea consiliului local, sunt elemente extrem de importante pentru asigurarea sustenabilității.