



Digi-Ageing

overcoming
loneliness

Dirbkime kartu, kad
įveiktume vienišumą

DIGI-AGEING

“Vienišumas vyresniame amžiuje” yra visuomenės reiškinys, kuriam vis dar skiriama nepakankamai dėmesio. Tačiau COVID-19 pandemija akivaizdžiai parodė, kad šiai problemai turime skirti daug daugiau dėmesio. Šioje situacijoje vyresnio amžiaus žmonės buvo vis labiau izoliuoti: globos įstaigose esantys žmonės buvo izoliuoti dėl savo pačių saugumo, kiti mažai bendravo su draugais ir šeima.

Vyresnio amžiaus žmonės prižiūrintys asmenys ir slaugytojai dažnai susidurdavo su daugybe iššūkių, įskaitant ir tuos, kurie kildavo jų pačių kasdieniame gyvenime. Visuomenė turėtų geriau pasirengti tokiems atvejams.

Todėl tarptautinis "Digi-Ageing" konsorciumas nuo 2020 m. spalio mėn. iki 2023 m. liepos mėn. parengė išsamią koncepciją, skirtą šiems iššūkiams spręsti ir inicijuoti atitinkamas priemones, kuriomis būtų veiksmingai kovojama su "vienišumo vyresniame amžiuje" reiškiniu.

**"PATS BAISIAUŠIAS SKURDAS
YRA VIENATVĖ IR JAUSMAS,
KAD ESI NEMYLIMAS."**

Šv. Motina Teresė

Trumpa apžvalga:

- Vienišumas - tai neigiamas jausmas, susijęs su suvokiamu atotrūkiu tarp esamų ir norimų santykių.
- Jį reikėtų skirti nuo savęs izoliacijos.
- Vienišumo poveikis kenkia sveikatai ir didina ligų riziką.
- Tačiau šiuo metu yra nedaug įvertinimo ir prevencijos priemonių.
- Mokymai šia tema rengiami retai, o slaugantys šeimos nariai dažnai paliekami likimo valiai.

"Digi-Ageing" partnerystė sprendė šiuos iššūkius ir įgyvendino šias priemones:

- Vienišumo vyresniame amžiuje tyrimai Europoje
- Informuotumo apie problemą didinimas
- Tinklų ir konkrečių rekomendacijų kūrimas
- Skaitmeninių įvertinimo, prevencijos ir intervencijos priemonių kūrimas
- Strategijų nukentėjusiems asmenims, slaugytojams ir šeimos nariams teikimas
- Išsamios mokymo programos slaugytojams sukūrimas

"SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SRITYJE VIENIŠUMO TEMAI TURI BŪTI ŠKIRIAMA DAUGIAU DĖMESIO."

Anna (Sertifikuota sveikatos ir slaugos specialistė)

Interviu su sveikatos priežiūros specialistais

vyko pandemijos įkarštyje ir aiškiai parodė vieną dalyką: vienišumo problema staiga palietė mus visus, nors ir skirtingais būdais. Savo brošiūroje leidome slaugytojams išsakyti savo nuomonę: "Vienišumo įveikimas kartu"

Konkrečioms šalims skirtos "Digi-Ageing" tyrimų ataskaitose

Konkrečioms šalims skirtose "Digi Ageing" tyrimų ataskaitose buvo padėtas tvirtas pagrindas, kuriuo remiantis buvo kuriamos priemonės. Nuorodos į Austrijos ataskaitą ir bendrą visų šalių partnerių ataskaitą:

["Teorinio tyrimo Lietuvoje ataskaita \(LT\)"](#)

["Visų šalių ataskaitos santrauka \(LT\)"](#)

Sėkmingo bendradarbiavimo tinklai

Visose šalyse partnerėse buvo sukurti tinklai, kurie bendradarbiavo ir atsidavusiai ieškojo naujų sprendimų. Daugiau informacijos galima rasti čia [Digi-Ageing tinklapis](#).

Jei norite įsitraukti į mokslinę veiklą Austrijoje, skirtą vienišumui vyresniame amžiuje įveikti, rašykite adresu: agata.katkoniene@mruni.eu

"Digi-Ageing" mokymai

Mokymo programos mokymosi tikslai apima ir afektinę, ir kognityvinę sritis. Svarbiausias mokymo programos tikslas - didinti informuotumą apie vienišumą vyresniame amžiuje, formuoti geresnį jo supratimą ir gebėti praktiškai taikyti projekte sukurtas priemones. Mokymo programa ir mokymo turinys yra nemokamai prieinami kaip šio ES finansuojamo projekto dalis: www.digi-ageing.eu

Vykdydami projektą "Digi-Ageing", parengėme 24 "pilotinius instruktorius", kurie iš viso apmokė 223 slaugytojus. Šie apmokyti slaugytojai galėjo pritaikyti mūsų metodus ir įrankius savo organizacijose. Be to, per sklaidos renginius pasiekėme dar 200 suinteresuotų asmenų. Šiuo metu "Digi-Ageing" tinklui priklauso 92 organizacijos ir jis toliau plečiasi.

Prisijunkite prie mūsų ir padėkite pristatyti "Digi-Ageing" idėją dar daugiau susidomėjusiųjų!

Digi-Ageing tinklapis digi-ageing.eu

"Digi-Ageing" įrankiai

Sužinokite, kaip naudotis vienišumo nustatymo priemone ir kaip paskatinti vyresnio amžiaus žmones dalytis savo prisiminimais naudojant priemonę "Prisiminimai". Pradėkite nuo mūsų įvadinio [vaizdo įrašo](#).

Vertinimo įrankių sudaro:

- Greitasis vienišumo įvertinimas (GVĮ) - Pirminis vertinimas
- UCLA-Vienišumo skalė subjektyviam vienišumo ir socialinės izoliacijos jausmui matuoti
- Ecožemėlapis - socialiniams ryšiams socialinėje aplinkoje vizualizuoti ir vertinti.
- Veiksmų planas pageidaujamiems pokyčiams dokumentuoti
- Intervencijos ataskaita

Prisiminimų įrankis

skatina vyresnio amžiaus žmones dalytis teigiamais prisiminimais. Slaugytojai gali:

- Planuoti susitikimą internetu per "Digi-Ageing" tinklapį.
- Nustatyti pradines temas.
- Tegul iškyla gražūs prisiminimai, pavyzdžiui, svarbios praeities vietos, kliento jaunystės laikų muzika ar mėgstami vaikystės patiekalai. Įrankyje pateikiama keletas pavyzdžių visomis partnerių kalbomis..
- Būkite kūrybingi ir rinkite daugiau idėjų!

DIGI-AGEING

OVERCOMING LONELINESS

PROJEKTO NR
2020-1-AT01-KA202-078084

ERASMUS+ KA2 STRATEGINĖ PARTNERYSTĖ
PRADŽIA 01-10-2020
PABAIGA 31-07-2023

COORDINATOR

Hafelekar Unternehmensberatung
Schober GmbH
www.hafelekar.at

PARTNER

UMIT GmbH
www.umat-tirol.at

University of Cyprus
www.ucy.ac.cy

Agecare/MATERIA (CYPRUS) LTD
www.materia.com.cy

Consulenza Direzionale
di Paolo Zaramella
www.linkedin.com/in/paolozaramella

Asociación Caminos
www.asoccaminos.org

Mykolas Romeris Universitetas
www.mruni.eu

Participating Countries
AT / CY / IT / ES / LT

www.digi-ageing.eu

PALAIKYKIME RYŠĮ!

agata.katkoniene@mrni.eu



www.facebook.com/digiageing



www.hafelekar.at

2334
HAFELEKAR

UMIT TIROL
THE TYROLEAN PRIVATE UNIVERSITY

ZPaolo
Zaramella
Consulenza Direzionale

 University
of Cyprus


MATERIA GROUP
CARE - NURSING - REHABILITATION

 **aminos**

M R U Mykolas Romeris
University



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

Europos Komisijos parama rengiant šį leidinį viešinimui nereiškia, kad Komisija tvirtina turinį, kuris atspindi tik autorių požiūrį, ir Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokią jame esančios informacijos naudojimą.

DIGI-AGEING NUOTRAUKOS

DIGI-AGEING KONSORCIUMAS



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

Is dalies finansuojamas Europos Sąjungos. Tačiau išsakyti požiūriai ir nuomonės yra tik autorius (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ir nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti už jas atsakingos.

DIGI-AGEING

SOCIALINIŲ TINKLŲ KAMPANIJOS

DIGI-AGEING KONSORCIUMAS



2334 HĀFELEKAR



Kofinanziert durch das Programm Erasmus+ der Europäischen Union

**You can teach a bit,
you could learn a lot!**



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

**Do you want to make someone
this happy?**



Digi-Ageing
overcoming loneliness



**Learn
with us
how!**

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

KAMPANIJOS



2334 HĀFELEKAR

Kofinanziert durch das Programm Erasmus+ der Europäischen Union



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



2334 HĀFELEKAR



Kofinanziert durch das Programm Erasmus+ der Europäischen Union



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

Europos Komisijos parama rengiant šį leidinį viešinimui nereiškia, kad Komisija tvirtina turinį, kuris atspindi tik autorių požiūrį, ir Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokį jame esančios informacijos naudojimą.