



Comune di Fano (Pu)



Una città per gli anziani

FANO - Città a misura di anziano: una Guida

Sommario

1. Invecchiamento e urbanizzazione: confrontarsi con la sfida del successo dell'umanità	8
2. Invecchiamento attivo: un quadro di riferimento per le città a misura di anziano	9
3. Com'è stata sviluppata la Guida	10
3.1. Città partecipanti	10
3.2. Approccio ascendente di partecipazione	10
3.3. Argomenti di discussione	10
3.4. Identificazione delle caratteristiche di un ambiente favorevole agli anziani	11
4. Come utilizzare la Guida	12
4.1. Caratteristiche essenziali di un ambiente favorevole agli anziani	12
4.2. Chi utilizzerà la Guida?	12
5. Spazi all'aria aperta ed edifici	12
5.1. Sintesi dei risultati	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.1. Ambiente piacevole e pulito	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.2. Importanza degli spazi verdi	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.3. Un posto dove riposare	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.4. Pavimentazione a misura di anziano	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.5. Attraversamento pedonale sicuro	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.6. Accessibilità	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.7. Un ambiente sicuro	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.8. Passaggi pedonali e piste ciclabili	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.9. Edifici a misura di anziano	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.10. Bagni pubblici adeguati	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.1.11. Clienti anziani	Errore. Il segnalibro non è definito.
5.2. Lista di controllo per gli spazi all'aria aperta e gli edifici a misura di anziano	Errore. Il segnalibro non è definito.



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
IT 90 S 08519 24308 000140101351

CF: 90039060414

- 6. Trasporti **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1. Sintesi dei risultati **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.1. Disponibilità **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.2. Sostenibilità economica **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.3. Affidabilità e frequenza **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.4. Destinazioni dei trasporti **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.5. Veicoli a misura di anziano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.6. Servizi speciali per le persone anziane **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.7. Posti a sedere riservati e cortesia dei passeggeri **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.8. Conducenti dei mezzi di trasporto **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.9. Sicurezza e comodità **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.10. Fermate e stazioni **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.11. Taxi **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.12. Trasporti della comunità **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.13. Informazioni **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.14. Condizioni di guida **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.15. Cortesia nei confronti dei conducenti più anziani **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.1.16. Parcheggio **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 6.2. Lista di controllo per il trasporto a misura di anziano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 7. Alloggi **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1. Sintesi dei risultati **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.1. Sostenibilità economica **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.2. Servizi essenziali **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.3. Design **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.4. Modifiche **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.5. Manutenzione **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.6. Accesso ai servizi **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.7. Connessioni con la comunità e la famiglia **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.8. Alternative abitative **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.1.9. Ambiente di vita **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 7.2. Lista di controllo per gli alloggi a misura di anziano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8. Partecipazione sociale **Errore. Il segnalibro non è definito.**



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
CF: 90039060414 IT 90 5 08519 24308 000140101351

- 8.1. Sintesi dei risultati **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8.1.1. Opportunità accessibili **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8.1.2. Attività sostenibili economicamente **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8.1.3. Gamma di opportunità **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8.1.4. Informazioni sulle attività e sugli eventi **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8.1.5. Incoraggiare la partecipazione e impegnarsi contro l'isolamento **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8.1.6. Generazioni, culture e comunità che si integrano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 8.2. Lista di controllo della partecipazione sociale a misura di anziano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9. Rispetto e inclusione sociale **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1. Sintesi dei risultati **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1.1. Comportamento rispettoso e irrispettoso **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1.2. Invecchiamento e ignoranza **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1.3. Interazioni intergenerazionali ed educazione pubblica **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1.4. Posto nella comunità **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1.5. Supporto della comunità **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1.6. Posto in famiglia **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.1.7. Esclusione economica **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 9.2. Lista di controllo per il rispetto e l'inclusione sociale a favore degli anziani **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10. Partecipazione civica e impiego **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1. Sintesi dei risultati **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1.1. Opportunità di volontariato per le persone anziane **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1.2. Migliori opportunità di impiego e maggiori occasioni **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1.3. Flessibilità per i lavoratori e i volontari anziani **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1.4. Incoraggiare la partecipazione civica **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1.5. Addestramento **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1.6. Occasioni imprenditoriali **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.1.7. Valorizzare il contributo delle persone anziane **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 10.2. Lista di controllo relativa a partecipazione civica e impiego .. **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11. Comunicazione e informazione **Errore. Il segnalibro non è definito.**



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IT 90 5 08519 24308 000140101351

- 11.1. Sintesi dei risultati **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11.1.1. Ampia distribuzione **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11.1.2. Le giuste informazioni al momento giusto **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11.1.3. Ci sarà qualcuno che parlerà con me? **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11.1.4. Formato e grafica a misura di anziano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11.1.5. Tecnologia dell'informazione: salvezza e rovina **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11.1.6. Responsabilità personale e collettiva **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 11.2. Lista di controllo sulla comunicazione e sull'informazione a misura di anziano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 12. Sostegno della comunità e servizi sanitari **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1. Sintesi dei risultati **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.1. Assistenza accessibile **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.2. Una gamma più ampia di servizi sanitari **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.3. Servizi per invecchiare bene **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.4. Assistenza domiciliare **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.5. Strutture residenziali per le persone non autosufficienti **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.6. Una rete di servizi della comunità **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.7. Richiesta di volontari **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.1.8. Altri argomenti **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 12.2. Lista di controllo relativa alla comunità e ai servizi sanitari a misura di anziano **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 13. Sintesi e prospettive 13
 - 13.1.1. Invecchiamento attivo nelle città a misura di anziani 13
 - 13.1.2. Caratteristiche urbane integrate che si rinforzano reciprocamente **Errore. Il segnalibro non è definito.**
 - 13.1.3. Oltre la Guida e le liste di controllo per una città a misura di anziano . **Errore. Il segnalibro non è definito.**
- 14. Bibliografia **Errore. Il segnalibro non è definito.**



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
CF: 90039060414 IT 90 5 08519 24308 000140101351

Editoriale

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. Ma anche l'urbanizzazione, spesso segnata da popolazione destinate a condurre una vita degradata nelle periferie, 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 dalla nostra media borghesia – è spesso anche di dieci volte superiore al consumo di chi vive in una casa a torre).

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 il Progetto "Carta della Città per gli anziani", stesa con la partecipazione della parte interessata, gli anziani, intende fornire qualche utile risposta ed un indirizzo.



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
CF: 90039060414 IT 90 S 08519 24308 000140101351

Ringraziamenti

Questo progetto è stato concepito nel marzo 2015 in occasione della sessione NETAge di apertura del Convegno ITA tenutosi in Ancona, Marche.

L'entusiasmo che ha suscitato si è subito concretizzato in generosi contributi da parte di numerosi partner.

~~Ringraziamo il Comune di Fano, nella persona dell'Assessore alle Politiche Sociali dr.ssa Bargnesi per il sostegno dato alla prima riunione delle città collaboratrici nel maggio 2015 a Fano, Marche; il CSV Marche per il finanziamento della pubblicazione di un opuscolo promozionale; l'AUSER Filo d'Argento, 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 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: Antonio Lacetera, geriatra; Antonio Lacetera, geriatra; Antonio Lacetera, geriatra;~~

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 Carta. 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.



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
IT 90 5 08519 24308 000140101351

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 65 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 Carta, 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 3 città di tutta la provincia di Pesaro Urbino:** 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 65 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 Carta 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 esposte 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 tracciate 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.

La crescita di un movimento di comunità attenta agli anziani rappresenta il punto di partenza per una cittadinanza attiva, sensibile, e solidale.



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
IT 90 5 08519 24308 000140101351

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

Il mondo sta rapidamente invecchiando: il numero delle persone che hanno 65 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).

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

Contemporaneamente il nostro mondo si sta sempre più urbanizzando: nel 2007, oltre la metà della popolazione globale viveva nelle città (3). Alcune sono megalopoli, cioè città con 10 milioni di abitanti o più, passate da 2 a 20 durante il XX secolo, e 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 rapidamente 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).

Figura 2 Percentuale della popolazione urbana nelle principali aree

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 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.**



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IT 90 5 08519 24308 000140101351

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.

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).

Figura 3 Fattori determinanti l'invecchiamento attivo

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.

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

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 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".



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
CF: 90039060414 IT 90 5 08519 24308 000140101351

3. Com'è stata sviluppata la Guida

3.1. Città partecipanti

In totale, hanno partecipato al progetto dell'OMS che sta alla base di questa Guida "X" città da tutti i continenti; "X" di queste città hanno partecipato a ricerche in gruppi di discussione grazie alla collaborazione di funzionari comunali e di gruppi non governativi e accademici. Esse riflettono le diversità degli ambienti urbani contemporanei e comprendono "X" città con oltre 20 mila e meno di 100mila abitanti.

3.2. 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 "gennaio201X" e "gennaio201X" sono stati organizzati "X" gruppi, comprendenti "X" partecipanti. Le persone più anziane sono state la fonte principale d'informazione in tutte le "X" 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 "X" fornitori di assistenza e "X" fornitori di servizi. Questi gruppi hanno fatto osservazioni basate sulle loro interazioni con le persone anziane. A volte il personale di assistenza e 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.

3.3. 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 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.

Figura 5 Città partecipanti al progetto

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



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
IT 90 5 08519 24308 000140101351

CF: 90039060414

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 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.

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

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.

3.4. 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.



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
CF: 90039060414 IT 90 5 08519 24308 000140101351

4. Come utilizzare la Guida

4.1. 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).

4.2. 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 di città, 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 partners 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 (INRCA) 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.



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
CF: 90039060414 IT 90 S 08519 24308 000140101351

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 incoraggia 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 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.

L'invecchiamento attivo che considera la vita nella sua globalità, 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 gli ideatori del 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 ed i servizi, come anche le strutture fisiche e i materiali. I partecipanti a questo progetto 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.



FANO (Pu) - Una città per gli anziani



IBAN BCC Fano per AFMA Onlus
CF: 90039060414 IT 90 5 08519 24308 000140101351

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.

Sono benvenuti sia nuove iniziative sia nuovi collaboratori in una rete che abbracci l'intera comunità. 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.