



Co-funded by  
the European Union

# GUIDA PER GLI EDUCATORI



**BRIDGE**

Food, Care and Digitalisation

## BRINGING DIGITALISATION TO THE OLDER GENERATION

Project-N° 2022-1-HU01-KA220-ADU-000087910





Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

Questo documento può essere copiato o modificato secondo le regole descritte, Inoltre il riconoscimento degli autori del documento e le relative parti della nota di diritti d'autore devono essere chiaramente identificate.

CC-BY-NC-SA



Tutti i diritti riservati .

© Copyright 2023 BRIDGE

Coordinamento e revisione di questo documento: Ungheria - M-Around, Paesi Bassi – Blankcon, Italia - Associazione 2050, Romania - Spektrum Educational Center Foundation, Repubblica Ceca – APSSCR, Spagna – CREA360



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

Autori	Hans Blankestijn, Elke Halm, Marina Zmajche, Rita Both, revisione linguistica Sandra Rainero
Paesi	Paesi Bassi – Blankcon, Ungheria – M-Around e Italia - Associazione 2050



## GUIDA PER GLI EDUCATORI

### Contenuti

GUIDA PER GLI EDUCATORI.....	4
1. INTRODUZIONE.....	6
2. GENERE E DIVERSITÀ NELLA DIDATTICA E NELLA PRATICA EDUCATIVA.....	7
3. COME UTILIZZARE QUESTA GUIDA ALL'APPRENDIMENTO.....	9
<b>Descrizione</b> .....	11
<b>Osservazioni</b> .....	11
<b>Capitolo Guida</b> .....	11
4. RACCOMANDAZIONI METODOLOGICHE.....	13
4.1 Competenze didattiche.....	13
4.2 Linee guida per l'implementazione della didattica nell'educazione delle persone anziane..	14
4.3 Principi dell'apprendimento non formale.....	18
5. <b>COMUNICAZIONE E INTERAZIONE CON LE PERSONE ANZIANE</b> .....	20
Tabella 1. Guida per affrontare situazioni emotivamente difficili.....	24
Tabella 2. Barriere alla comunicazione efficace.....	24
TABELLA 3. FATTORI CHE OSTACOLANO LA COMUNICAZIONE E MODALITÀ DI RISOLUZIONE DEI PROBLEMI.....	25
6. LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DIGITALI IN AMBITO DI CURA DELLE PERSONE ANZIANE	26
6.1 Identificazione delle competenze digitali per lo staff e volontari.....	26
6.2 Competenze digitali per lo staff e volontari nella cure delle persone anziane.....	28
6.3 Valutazione delle competenze digitali per lo staff e volontari.....	30
6.4 Sviluppo delle competenze digitali per lo staff e volontari.....	30
7. VALUTAZIONE DEI PROCESSI DI APPRENDIMENTO.....	32
Finalità /Obiettivi.....	33
8. BUONE PRATICHE CON I PROGRAMMI DIGITALI NELL'ASSISTENZA ALLE PERSONE ANZIANE	35
9. MATERIALE DIDATTICO SULLE COMPETENZE DIGITALI PER PERSONALE E VOLONTARI.....	37
9.1 Istruzioni pratiche: Come utilizzare efficacemente il materiale didattico?.....	37



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

COMPETENZE .....	38
MATERIALE DIDATTICO .....	38
10. APPRENDIMENTO INTERGENERAZIONALE.....	59
ALLEGATI .....	69
Allegato 1: Valutazione delle competenze digitali del personale e delle persone anziane .....	69
Allegato 2: Modello di "piano di apprendimento digitale per le persone anziane" (con esempio) 73	
BIBLIOGRAFIA.....	74



## 1. INTRODUZIONE

Caro personale e volontari dell'assistenza alle persone anziane,

nella vostra vita professionale o di volontariato, avete il privilegio di lavorare con persone anziane. Sia che forniate assistenza a domicilio a singoli individui o che vi occupiate dei bisogni di più clienti in case di riposo, siete senza dubbio consapevoli dell'evoluzione della società, in particolare in termini di nuove competenze e metodi, e del profondo impatto che la digitalizzazione e la tecnologia hanno sul campo dell'assistenza agli anziani. Questa influenza si estende agli stessi anziani che, senza alcune competenze digitali e intergenerazionali di base, possono isolarsi, una preoccupazione che dobbiamo affrontare poiché la solitudine rimane una delle sfide più significative che le persone anziane devono affrontare oggi.

### Scopo della guida

Siamo lieti di presentare questa guida nell'ambito del progetto europeo "Bringing Digitalization of the Older Generation" (BRIDGE). L'obiettivo principale di questo progetto è quello di assistervi nella formazione delle persone anziane attraverso metodi di apprendimento coinvolgenti e non formali, con l'obiettivo finale di migliorare le loro competenze digitali e favorire la loro inclusione nella società. Questa guida non solo aiuterà lo sviluppo delle vostre competenze professionali, ma offre anche preziose indicazioni su come formare efficacemente le persone anziane, doteole di competenze intergenerazionali e digitali e promuovendo così la loro partecipazione attiva nella società.

La guida si concentra su tre argomenti chiave:

1. **Competenze metodologiche (didattica):** Questa parte fornisce le competenze essenziali su come formare efficacemente le persone anziane. Include esercizi pratici.
2. **Competenze digitali:** Questa sezione non riguarda solo le vostre competenze digitali, ma fornisce anche materiali didattici pratici per aiutare le persone anziane a navigare con sicurezza nel mondo digitale.
3. **Informazioni di base sull'apprendimento non formale:** Questa sezione offre approfondimenti sull'importanza dell'apprendimento non formale e su come può essere efficacemente integrato nel vostro approccio formativo.

Per saperne di più sul progetto BRIDGE, potete visitare il nostro sito web: [www.foodecare.eu](http://www.foodecare.eu).



## 2. GENERE E DIVERSITÀ NELLA DIDATTICA E NELLA PRATICA EDUCATIVA

Integrare l'ottica di genere nel proprio approccio educativo o didattico significa riconoscere che uomini e donne vivono il processo di invecchiamento in modo diverso a causa di vari fattori biologici, sociali e culturali.

Oltre alla classica divisione binaria maschio/femmina, **l'intersezione** del genere con altre identità sociali, come la provenienza, l'etnia, lo status socioeconomico, l'orientamento sessuale e la disabilità, rende diverse le esperienze di invecchiamento. Affrontare con un approccio di genere (e, con esso, di diversità) l'insegnamento delle competenze digitali alle persone anziane è un passo cruciale verso la creazione di un ambiente di apprendimento inclusivo ed equo, aiuta a valorizzare la diversità ed è incentrato sugli studenti.

**Le caratteristiche specifiche di genere** nell'invecchiamento vanno dallo status socio-economico, alla salute, alla sicurezza finanziaria, ai ruoli di genere e alle norme e consuetudini culturali. Le donne tendono ad avere un'aspettativa di vita più lunga rispetto agli uomini, ma spesso devono affrontare un carico maggiore di condizioni di salute croniche e disabilità. Le disparità di genere nelle competenze digitali e nell'accesso alla tecnologia all'inizio della vita possono avere un impatto sul modo in cui le persone anziane si impegnano con le risorse e i servizi digitali in età avanzata.

Le donne assumono tradizionalmente **ruoli di cura**, sia in famiglia che in comunità, e tendono ad avere reti sociali più ampie degli uomini e a fare maggiore affidamento sui sistemi di sostegno sociale nelle persone anziane. Le disparità di genere nella sicurezza finanziaria diventano più pronunciate nelle persone anziane: le donne, in media, tendono ad avere guadagni più bassi nel corso della vita, un accesso ridotto alle pensioni e devono affrontare sfide economiche dovute all'interruzione della carriera per le responsabilità di cura.

Se le persone anziane, in generale, possono provare sentimenti di **solitudine e isolamento**, le donne anziane possono essere più vulnerabili a queste esperienze a causa di fattori come la vedovanza, le reti sociali più piccole e gli atteggiamenti della società nei confronti delle donne anziane, dato che le aspettative e le norme sui ruoli di genere tendono a persistere in età avanzata.

Applicare un approccio di genere significa considerare le differenze di genere (e di altro tipo) nella progettazione del percorso di apprendimento. Ecco alcuni **punti di attenzione** per un approccio di genere equilibrato, che tenga conto delle specificità dell'invecchiamento femminile. Le seguenti considerazioni possono aiutarvi a rispondere ad alcune delle domande contenute nelle parti successive della guida.

- È importante capire e riconoscere che ci possono essere **disparità nell'accesso alla tecnologia** e alle risorse digitali in base al genere e ad altri fattori intersecanti come la provenienza, l'etnia, lo stato socioeconomico e la posizione geografica. Le persone anziane, soprattutto quelle provenienti da comunità emarginate, possono



incontrare ulteriori barriere nell'accesso agli strumenti digitali e alle opportunità educative. Assicuratevi che le risorse di apprendimento siano facilmente accessibili e disponibili per tutti.

- Le persone anziane potrebbero avere un **livello di fiducia inferiore** nell'uso della tecnologia a causa di esperienze passate o di norme sociali. Incoraggiate un ambiente di apprendimento favorevole e positivo, che si concentri sulla costruzione della fiducia e fornisca un incoraggiamento e un sostegno continui.
- Sfidare e sfatare **gli stereotipi e i miti comuni** legati al genere e all'alfabetizzazione digitale. Le donne anziane possono aver incontrato pregiudizi o ipotesi negative sulle loro competenze tecnologiche o sul loro interesse per la tecnologia. La creazione di un ambiente di apprendimento favorevole e non giudicante può aiutarle a superare queste barriere.
- Le donne possono essere prese di mira in modo sproporzionato da **truffe e minacce online**. Affrontare esplicitamente l'importanza della sicurezza e della privacy online, fornendo consigli pratici e indicazioni per proteggere le informazioni personali ed evitare potenziali pericoli.
- Inquadrare la formazione sulle competenze digitali in un contesto che risponda agli **interessi e alle esperienze** delle donne anziane. Evidenziate come la tecnologia possa migliorare vari aspetti della loro vita in scenari reali, come rimanere in contatto con la famiglia e gli amici, accedere alle informazioni sulla salute o dedicarsi agli hobby. Inoltre, assicuratevi che i **materiali didattici e gli esempi utilizzati siano diversificati e inclusivi**, rappresentino individui con diverse identità di genere e background. Evidenziare le storie di successo di donne anziane che hanno abbracciato le competenze digitali può servire da modello ispiratore (e ce ne sono più di quanto si pensi).
- Le donne spesso apprezzano e traggono beneficio da **ambienti di apprendimento collaborativi** in cui possono scambiare conoscenze ed esperienze con le loro pari. Ad esempio, alcune donne anziane potrebbero sentirsi più a loro agio nell'apprendimento in gruppi di sole donne o in ambienti che danno priorità alla creazione di comunità.
- Considerate che le donne anziane possono avere ancora **responsabilità di cura** o altri impegni che richiedono flessibilità negli orari. Fornite opzioni per formati di apprendimento flessibili per soddisfare le loro esigenze e vincoli specifici.



### 3. COME UTILIZZARE QUESTA GUIDA ALL'APPRENDIMENTO

#### Introduzione

In questa guida, la parola "competenza" ha un'importanza significativa e forse l'avete già incontrata nel Capitolo 1. Ma che cos'è esattamente la competenza? Ma cos'è esattamente la competenza? Vediamo di darne una definizione per maggiore chiarezza:

#### **Definizione di competenza**

La competenza è un insieme di abilità, combinate con conoscenze e capacità che consentono di svolgere efficacemente un lavoro o una situazione.

Vi invitiamo a riflettere su questa definizione e a considerare il suo rapporto con la vostra situazione.

Per diventare un membro del personale di successo nell'assistenza alle persone anziane, o un volontario, è necessario essere qualificati in una serie di competenze. Queste competenze sono diverse. Alcuni esempi sono l'esperienza professionale, le capacità pedagogiche e didattiche, le capacità di collaborazione e comunicazione efficace, la competenza organizzativa e le competenze di auto-riflessione e sviluppo personale.

Sebbene questa guida parta dal presupposto che il personale e i volontari possiedano già le loro competenze professionali e comunicative, l'attenzione principale sarà rivolta allo sviluppo delle **competenze didattiche e digitali** necessarie per la formazione delle persone anziane.

Come futuri formatori, avete già una prima impressione del contesto di questo progetto. Sapete di quali competenze avete bisogno per avere successo nella vostra formazione? Come potete prepararvi alla formazione di persone anziane per migliorare le loro competenze digitali? Possiamo aiutarvi a rispondere a queste domende.

Una formazione di successo inizia con una buona preparazione. Questa preparazione richiede tempo. Sta a voi organizzarla. Questo capitolo fornisce utili indicazioni in merito.

#### **Roadmap- Tabella di marcia**

In primo luogo, forniamo una panoramica delle possibili fasi di organizzazione delle attività di apprendimento digitale con le persone anziane: la roadmap.

#### **Tabella di marcia (roadmap):**

è una panoramica completa dei compiti, delle tappe importanti e degli obiettivi generali di un progetto. Una roadmap dovrebbe essere la base per la pianificazione strategica di qualsiasi progetto.

Questa tabella di marcia (Figura 1) delinea tutte le 12 fasi necessarie per implementare le attività di apprendimento digitale per le persone anziane.



Poiché la situazione può essere diversa nei Paesi partecipanti, è difficile fornire una tempistica concreta. Alcuni membri del personale potrebbero aver bisogno di più tempo per migliorare le proprie competenze. In alcune organizzazioni, le decisioni richiederanno più tempo. Pertanto, riconoscete che avete bisogno di tempo! La realizzazione di una roadmap completa potrebbe richiedere più di 6 mesi.

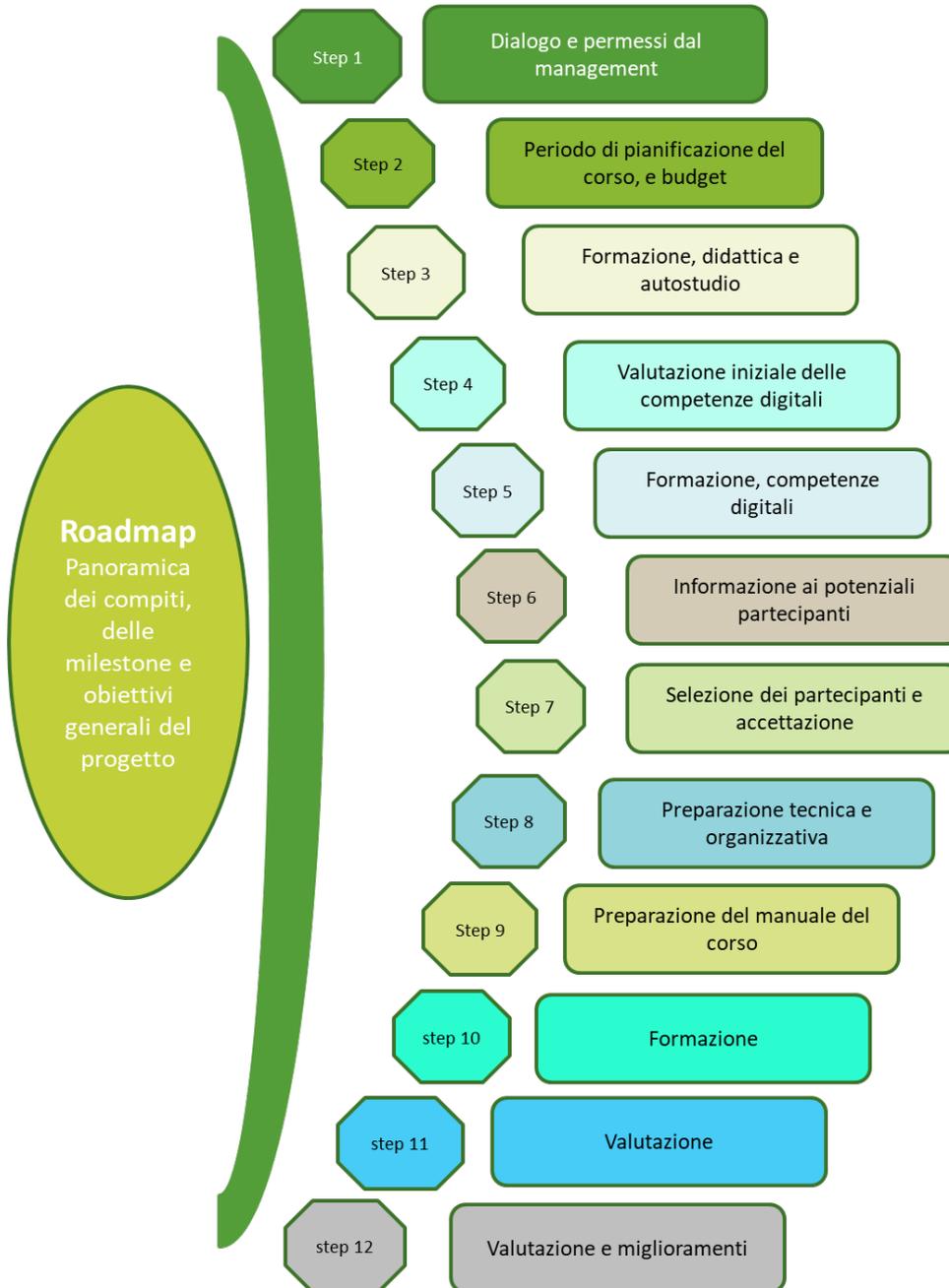


Figura 1: La Roadmap di BRIDGE

Vi suggeriamo di seguire questa tabella di marcia. Quali sono i passi necessari? Quanto tempo vi occorrerà? Potete creare una vostra tabella di marcia dettagliata? Quali passi sono importanti per voi?



Panoramica delle fasi di preparazione delle attività di apprendimento digitale con le persone anziane

Step	Descrizione	Osservazioni	Capitolo Guida
1	Discussione con la direzione, autorizzazione	Preparate e discutete il corso di apprendimento pianificato con la vostra direzione e ottenete il permesso di realizzarlo da loro.	
2	Pianificazione del tempo, del corso di apprendimento e del budget	Dopo la fase 1, è necessario pianificare il percorso di apprendimento con un Piano di sviluppo personale.	Capitolo 7
3	Formazione propria, didattica, autoapprendimento	Iniziare a studiare i capitoli Raccomandazioni metodologiche (Competenze didattiche e Principi dell'apprendimento non formale) e Attività di comunicazione e apprendimento con le persone anziane.	Capitolo 4 e 5
4	Valutazione zero (baseline) conoscenza digitale	Per prima cosa è necessario verificare le proprie conoscenze digitali. Fate la vostra personale valutazione zero.	Annex 1
5	Formazione propria, competenze digitali	Sulla base di questi risultati, dovrete iniziare a studiare da soli. Utilizzare il materiale didattico	Capitolo 9
6	Informazioni per i potenziali partecipanti	Se programmate un corso di apprendimento con le persone anziane, chiedete loro quali sono i loro interessi; rendetelo interessante per loro.	Capitolo 4.1
7	Selezione dei partecipanti, assunzione	Se sapete quante persone parteciperanno al corso, formate un gruppo non troppo numeroso; consigliamo di non superare le 10 persone.	Capitolo 4.1
8	Preparazione tecnica e organizzativa	Effettuare tutti i preparativi tecnici e organizzativi in modo che il personale e i partecipanti si sentano a proprio agio (tecnologia digitale, sala confortevole, lavagna, ecc.).	
9	Preparazione del manuale del corso	Sviluppare un "piano di apprendimento digitale per le persone anziane".	Capitolo 6 Annex 2 - Template "digital learning plan for elderly people"
10	Sessioni di formazione	Utilizzate il materiale didattico (e le note didattiche e le comunicazioni).	Capitolo 5 e 9



11	Valutazione	Eccoci qua. I partecipanti sono presenti e desiderosi di imparare. Per conoscere il loro livello di conoscenza digitale, iniziate con una valutazione. Così saprete quali contenuti della sessione sono estremamente importanti per il gruppo.	Capitolo 6 Annex 1
12	Valutazione e miglioramenti	Dopo la sessione, i partecipanti devono valutarla. Abbiamo preparato una dispensa (capitolo 6) che vi aiuterà a valutare bene la formazione e a trarre conclusioni dai commenti.	Capitolo 7
13	Preparazione del corso	Inizia con il primo step	Roadmap

### Compiti per casa

Sviluppate una vostra tabella di marcia, tenendo conto della vostra specifica situazione lavorativa.



## 4. RACCOMANDAZIONI METODOLOGICHE

### 4.1 Competenze didattiche

#### Introduzione

Ora avete una prima idea delle competenze. Forse la trovate ancora un po' astratta. Per renderlo più concreto, supponiamo che abbiate una competenza specifica e che possiate dimostrarla con un certo comportamento. Questo si chiama "prestazione". La performance è quindi la dimostrazione di una competenza specifica attraverso comportamenti osservabili.

#### Definizione di prestazione (performance)

La prestazione è un'attività volta a realizzare un determinato compito e implica un "fare". Attraverso la prestazione si può dimostrare di possedere una competenza. Essa comprende conoscenze, abilità e attitudini.

Avere una chiara comprensione di entrambe le definizioni di competenza e di prestazione è una cosa, ma non è tutto: il prossimo passo è sapere come formare le persone anziane per migliorare le loro competenze digitali. Questo richiede un altro tipo di competenze per voi come membri del personale o volontari: **le competenze didattiche**. In questo capitolo forniamo alcune linee guida pratiche per aiutarvi a implementare queste competenze. Selezionate le domande che sono rilevanti per la vostra situazione specifica. Per informazioni più specifiche sui metodi di apprendimento, fate riferimento alla sezione sull'apprendimento non formale (2.2), che può essere un buon metodo per le persone anziane.

#### Definizione di didattica

La didattica è l'arte di insegnare e imparare.

Quando si insegna alle persone anziane, è essenziale **porre le loro esigenze (individuali) al centro del processo di apprendimento**. Riconoscere che non apprendono in modo peggiore, ma in modo diverso dagli altri. Hanno bisogno di essere sostenute/i e incoraggiate/i nelle loro attività di apprendimento. Le seguenti linee guida intendono offrire suggerimenti su come organizzare attività di apprendimento pratiche che rispondano alle loro esigenze specifiche.



## 4.2 Linee guida per l'implementazione della didattica nell'educazione delle persone anziane

### 1. Nuovi metodi, nuovi pensieri e nuove prospettive

Come membri del personale o volontari, potreste non essere abituati a lavorare come insegnanti o formatori. Si sta aprendo un nuovo mondo per voi. La tabella di marcia ha già mostrato che l'insegnamento alle persone anziane richiede un'attenta pianificazione. Prendete in considerazione le seguenti domande per garantire una pianificazione accurata e un'esecuzione di successo della formazione:

- Quali sono le idee delle persone anziane sull'apprendimento?
- Quali idee ha la mia organizzazione riguardo alla formazione?
- Quali idee ho io, come personale o volontario?
- Quale obiettivo voglio raggiungere con la formazione?
- Quali sono le fasi di pianificazione necessarie per raggiungere questo obiettivo?
- Come posso prestare attenzione a prospettive culturalmente sensibili, sociali e generazionali?

### 2. Rispettare la diversità e le differenze e abbattere stereotipi e pregiudizi.

Ricordate che le persone anziane sono diverse, abbiamo menzionato l'approccio al genere e alla diversità nelle pagine precedenti. È fondamentale rispettare le differenze individuali. Per prepararsi al corso, affrontare in anticipo le seguenti domande:

- Quale gruppo target specifico ho in mente? Si tratta di persone residenti in una casa di riposo o di persone invitate a partecipare al corso?
- Quale sarà la loro età e quali sono le loro condizioni fisiche e mentali? Come selezionerò i partecipanti di conseguenza?
- Quali differenze di background, livello di istruzione, età e mobilità posso aspettarmi tra i partecipanti?
- Come affronterò e risolverò le differenze di genere nella scelta degli argomenti e nella progettazione del corso?

La vostra tabella di marcia vi aiuterà a rispondere a queste domande.

### 3. Creare un legame con l'ambiente di vita delle persone anziane

La formazione delle persone anziane non riguarda tanto le conoscenze quanto gli argomenti che sono rilevanti per loro. Il vostro corso vuole aiutarli a migliorare la loro indipendenza e la loro inclusione nel 21° secolo. Questi obiettivi non possono essere realizzati facilmente. Il corso deve quindi essere progettato a lungo termine. Inoltre, deve



essere chiaro che l'educazione delle persone anziane non è obbligatoria. Si tratta di una formazione continua dovuta a un interesse personale e dipendente da fattori quali la salute, l'accessibilità, ecc. Per stabilire un corso significativo e a lungo termine, considerare le seguenti domande:

- Come posso coinvolgere attivamente i partecipanti nel processo di apprendimento?
- Come posso rispettare e riconoscere il loro background e le loro esperienze individuali?
- Come posso identificare gli argomenti giusti e i livelli appropriati per il corso (ad esempio, attraverso una valutazione zero)?
- Quali metodi di insegnamento sono adatti alle esigenze dei partecipanti (ad esempio, seminari, serie di lezioni, lavoro pratico)?
- Come posso motivare e ispirare i partecipanti a impegnarsi nel processo di apprendimento?
- Come può il mio team supportarmi in modo significativo durante il corso?
- Come posso promuovere, sostenere e integrare metodi di apprendimento non formale per migliorare l'esperienza di apprendimento?

#### 4. Organizzazione del Corso

Per garantirne il successo e la sostenibilità, il corso deve essere organizzato a lungo termine. Questo è il modo migliore per raggiungere i vostri obiettivi, come l'aumento delle conoscenze sugli strumenti digitali, la fiducia in se stessi e una migliore integrazione o inclusione tra le persone anziane. La sostenibilità inizia già con un buon piano. Altrettanto importante della preparazione è un buon follow-up (ad esempio, feedback, incontri di follow-up).

Domande che possono aiutarvi:

- Che impatto avrà questo corso sui processi sociali dei partecipanti?
- Come posso coinvolgere i partecipanti nei processi di pianificazione e progettazione per assicurare il loro impegno e la loro partecipazione al percorso di apprendimento?
- In che modo posso mostrare apprezzamento per gli sforzi individuali e per i progressi del gruppo durante il corso?

#### 5. Leadership competente

In qualità di membro del personale o di volontario, il vostro ruolo di leader è fondamentale per realizzare attività di apprendimento su misura per le persone anziane. Una comunicazione efficace e una guida chiara sono essenziali per soddisfare le loro esigenze e aspettative.



Domande da considerare:

- Quali sono le mie aspettative e le mie richieste per il corso?
- Come posso comunicare efficacemente sia con i singoli che con il gruppo nel suo complesso?
- Come posso mostrare rispetto per le persone anziane quando interagisco con loro?
- Come posso promuovere la loro indipendenza nel processo di apprendimento?
- Come faccio a garantire che apprezzino il processo di apprendimento?

## 6. Usare i metodi con fantasia

Come già detto, la formazione è efficace quando si utilizzano metodi che rispettano:

- Obiettivi,
- Partecipanti,
- diversi tipi di persone in formazione,
- Selezione dei metodi, varietà dei metodi, utilizzo delle esperienze precedenti dei partecipanti,
- sostenibilità del progetto.

Potete utilizzare un'ampia gamma di metodi e approcci creativi che vi aiutino a raggiungere i vostri obiettivi, a trasmettere conoscenze e know-how a diversi gruppi target e partecipanti e a definire un percorso di apprendimento che abbia un impatto duraturo.

Domande che possono aiutarvi:

- Come posso sfruttare le condizioni e il design della sala, i materiali didattici stimolanti e le diverse forme sociali, la visualizzazione, l'introduzione agli argomenti, la conclusione, ecc. per migliorare l'ambiente di apprendimento?
- Quali metodi creativi posso incorporare per introdurre gli argomenti e concludere il corso?
- Quali limitazioni devo considerare, come il numero di partecipanti, i vincoli di budget e il tempo disponibile per la preparazione e la consegna?

## 7. Identificare e ridurre pregiudizi e barriere

La partecipazione attiva alle attività di apprendimento richiede condizioni sociali positive (ad esempio, sede, orari dei corsi, informazioni) e la giusta mentalità individuale dei partecipanti. Identificare e affrontare le barriere (ad esempio, esperienze di apprendimento negative, mancanza di fiducia in se stessi, mancanza di motivazione, obblighi familiari, condizioni fisiche) è essenziale per creare un ambiente di apprendimento inclusivo e favorevole.



Domande che possono aiutarvi:

- Quali barriere prevedo?
- Come posso reagire in modo proattivo?
- Quali miglioramenti possono essere apportati immediatamente, a medio e lungo termine?
- Quali sfide non possono essere cambiate e come possiamo affrontarle?

## 8. Controllare e sviluppare ulteriormente la qualità

La formazione è buona se risponde alle esigenze personali e alle idee dei clienti. La qualità rimane tale se viene controllata e sviluppata regolarmente.

Domande che possono aiutarvi:

- Quali criteri di qualità misurabili possiedo per il mio lavoro di formazione?
- Come valuto il mio lavoro e quali azioni intraprendo in base ai risultati della valutazione?
- Ci sono influenze negative sull'ulteriore sviluppo della qualità che devono essere affrontate?
- Come posso garantire la sostenibilità del mio lavoro a lungo termine?

## Compiti a casa

Per preparare il corso in modo efficace, prendetevi il tempo necessario per rispondere alle domande di cui sopra. Anche se questo può comportare uno sforzo significativo, tale preparazione è fondamentale per creare un'esperienza di apprendimento di successo e arricchente per le persone anziane partecipanti.



## 4.3 Principi dell'apprendimento non formale

### Introduzione

Tutti noi abbiamo partecipato a diversi tipi di processi di apprendimento. Dopo la scuola dell'obbligo, la maggior parte di noi ha frequentato qualche scuola superiore, la formazione professionale o l'università. E quando abbiamo completato gli studi e iniziato un lavoro, è subito diventato chiaro che l'apprendimento non si fermava lì.

Corsi, formazione, apprendimento sul lavoro. L'apprendimento continua, come parte della nostra esperienza di apprendimento permanente. È anche chiaro che il modo in cui abbiamo imparato è cambiato nel tempo. Da un tipo di apprendimento formale nell'istruzione generale, abbiamo scoperto nuovi stili di apprendimento.

Al personale o volontari che mirano a formare persone anziane sulle competenze digitali, diventa chiaro che l'apprendimento formale tradizionale potrebbe non essere l'approccio più adatto. Esploriamo i diversi tipi di apprendimento e identifichiamo quelli più vantaggiosi per la formazione delle persone anziane.

### Apprendimento formale, non formale e informale

Gli esperti di formazione del CEDEFOP distinguono tre tipi di apprendimento:

- ❖ Apprendimento formale
- ❖ Apprendimento non formale
- ❖ Apprendimento informale

Scopriamo quali sono le differenze.

#### Apprendimento formale

È definito come *"l'apprendimento che avviene in un contesto organizzato e strutturato (ad esempio, in un istituto di istruzione o formazione o sul posto di lavoro. È esplicitamente designato come apprendimento ed è strutturato in termini di obiettivi di apprendimento, tempo di apprendimento o supporto all'apprendimento. L'apprendimento formale ha uno scopo dal punto di vista del discente e generalmente porta alla certificazione"*. Di conseguenza, questa forma di apprendimento avviene nelle scuole e negli apprendistati.

#### Apprendimento informale

È definito come *"l'apprendimento che avviene nella vita quotidiana, al lavoro, in famiglia o nel tempo libero. Non è organizzato o strutturato in termini di obiettivi di apprendimento, tempi di apprendimento o supporto all'apprendimento. Nella maggior parte dei casi, l'apprendimento informale non è esplicitamente previsto dal punto di vista del discente"*. I



risultati dell'apprendimento informale, come le competenze acquisite informalmente, in genere non portano alla certificazione. In alcune circostanze, possono essere convalidati e certificati come parte del riconoscimento di conoscenze precedentemente acquisite da altre opzioni di apprendimento.

### **Apprendimento non formale**

È considerato come *"l'apprendimento che è incorporato in attività pianificate che non sono esplicitamente designate come apprendimento (in termini di obiettivi di apprendimento, tempo di apprendimento o supporto all'apprendimento), ma che contengono un elemento di apprendimento distinto"*. L'apprendimento non formale è intenzionale dal punto di vista del discente". L'apprendimento non formale viene anche definito "apprendimento semi-strutturato". I risultati possono essere convalidati e certificati. L'apprendimento non formale può essere utilizzato efficacemente nel processo di apprendimento delle persone anziane.

### **Scegliere il giusto stile di apprendimento per le persone anziane:**

Considerando questi tre tipi di apprendimento, l'apprendimento formale potrebbe non essere la scelta ideale per le persone anziane. Invece, una combinazione di apprendimento non formale e informale è più adatta, in base a fattori come il livello cognitivo e le strutture di apprendimento disponibili per le persone anziane.

### **Esempio: L'apprendimento non formale in Svezia**

Nel suo articolo, Andreas Fejes descrive un esempio di Folkbildning svedese. Queste attività sono descritte come libere e volontarie. Non essendoci un curriculum nazionale da seguire, non ci sono contenuti specifici da includere e gli insegnanti hanno maggiore libertà, rispetto al sistema educativo formale, nel creare questi corsi. L'insegnamento alle persone anziane nell'ambito dell'educazione non formale incarna altri valori e obiettivi, e molti degli scopi e dei principi citati dagli insegnanti evidenziano i valori intrinseci come cruciali. I riferimenti e la valorizzazione delle esperienze precedenti delle persone anziane, ad esempio, sono considerati un aspetto fondamentale nell'insegnamento agli adulti anziani. Inoltre, l'approccio ai valori intrinseci è una delle pietre miliari del Folkbildning svedese.

Per ulteriori informazioni, consultare la bibliografia.



## 5. COMUNICAZIONE E INTERAZIONE CON LE PERSONE ANZIANE

### Introduzione

Con il progressivo invecchiamento della popolazione europea, aumenta anche il nostro contatto con le persone anziane. Nell'interazione con loro, una comunicazione efficace non solo riduce i malintesi, i conflitti e lo stress, ma è anche importante per mantenere uno stato d'animo allegro e per promuovere buone relazioni interpersonali.

Nel comunicare con le persone anziane, bisogna cercare di essere comprensivi e abili nell'esprimersi. L'effetto della comunicazione è il risultato di un'influenza reciproca, proprio come guardarsi allo specchio. Una comunicazione efficace si basa sullo sforzo di entrambe le parti: mittente e destinatario.

Per essere efficaci e implementare con successo qualsiasi tipo di strategia e tecnica di comunicazione, dovrete fare affidamento sulla vostra empatia e centrare la comunicazione sulla persona (o sulle persone) con cui volete comunicare.

### Strategie di comunicazione incentrate sul cliente

Prima di iniziare a comunicare con le persone anziane, è necessario considerare alcuni aspetti:

- Conoscere meglio i propri clienti. Quali sono i loro desideri in materia di digitalizzazione? Ma anche: Quali sono i loro valori, le loro credenze e le loro norme culturali?
- Identificate le barriere nella comunicazione e riducetele il più possibile,
- Siate consapevoli di voi stessi, in modo da poter affrontare le barriere personali,
- Essere pronti a negoziare e a scendere a compromessi,
- Evitare ipotesi e pregiudizi sulla capacità delle persone anziane di comunicare efficacemente,
- Fare gli opportuni aggiustamenti per adattarsi a qualsiasi cambiamento fisico o cognitivo che possa influenzare l'attività di apprendimento,
- Dare priorità alla sicurezza, al comfort e al benessere delle persone anziane.

Ecco alcuni suggerimenti ed esercizi per il personale e i volontari, da utilizzare durante il lavoro con le persone anziane e in particolare durante le attività di formazione.

### Condizioni per una buona comunicazione

Per una comunicazione eccellente, è importante prestare attenzione alle condizioni fisiche, psicologiche e ambientali dei partecipanti. La riflessione e l'organizzazione del tempo sono essenziali.

Ci sono molte abilità comunicative che potete utilizzare durante la vostra formazione:



## 1. Ascoltare con attenzione

Un modo simpatico di descrivere le tre fasi dell'ascolto attento è il seguente:

1. Ascoltare pazientemente con le orecchie,
2. comprendere con il cuore,
3. Comprendere il significato nascosto con la mente.

### Consigli pratici per un ascolto attento

Pensate a qualche recente conversazione con persone anziane nel vostro lavoro. Come avete dimostrato di ascoltarli con attenzione? Elencate tre azioni che potreste intraprendere per sviluppare le vostre capacità di ascolto attivo nella pratica. Ciò può comportare la discussione con un collega o l'utilizzo di attività di gioco di ruolo per testare le vostre capacità in un ambiente sicuro.

#### *Linguaggio del corpo:*

Quando si stabilisce un contatto visivo, si dimostra che si sta prestando attenzione. Il linguaggio del corpo ha un motivo preciso: le braccia incrociate o le mascelle serrate suggeriscono rabbia, mentre le mani rilassate e il forte contatto visivo suggeriscono una conversazione rilassata e amichevole. Se qualcuno inizia ad agitarsi dopo una domanda, potrebbe essere a disagio o prepararsi a dire qualcosa di sincero.

#### *Sorridere e annuire:*

Mettete a vostro agio l'interlocutore sorridendo e annuendo, per dimostrare che state ricevendo le informazioni e capite quello che sta dicendo. Usare un tono di voce piacevole.

#### *Rispecchiamento:*

Anche se di solito si consiglia di sorridere se qualcuno sta fornendo informazioni pesanti o cattive notizie, si può mostrare empatia rispecchiando le espressioni facciali o il linguaggio del corpo. Se la persona evita il contatto visivo, non fissatela direttamente; lasciatele un po' di spazio. Potreste notare che la loro postura è molto rigida e scomoda, e fargli assumere una postura eretta li aiuterà a sentirsi più a loro agio. Questa abilità di comunicazione non verbale mostrerà la vostra intelligenza emotiva e ricorderà ai clienti che siete lì per aiutarli.

## 2. Tecniche di conversazione

Oltre ai consigli sull'ascolto attivo, è fondamentale utilizzare diverse tecniche durante le conversazioni con le persone anziane per migliorare la comunicazione e la comprensione.

*Velocità e tono di conversazione adeguati:*

Regolare la velocità e il tono del discorso in base alle esigenze delle persone anziane. Parlare lentamente e chiaramente, assicurandosi che possano seguire la conversazione in modo confortevole.

*Domande appropriate:*

Se necessario, utilizzare domande guida che orientino la conversazione verso risposte "sì" o "no". Questo può aiutare a ottenere informazioni preziose e a coinvolgere le persone anziane nella discussione.

*Dare agli altri la possibilità di parlare:*

Evitare di dominare la conversazione, incoraggiando invece le persone anziane ad assumere un ruolo attivo.

*Cambiare argomento se necessario:*

Usare gli spunti dell'ambiente circostante per riorientare la discussione se il cliente sembra disinteressato o non coinvolto. Per esempio, si possono usare gli oggetti presenti nell'ambiente per introdurre un nuovo argomento, come chiedere di un vestito speciale che qualcuno indossa.

Attività di apprendimento: Tecniche di conversazione

Come potete migliorare la comunicazione con le persone anziane nel vostro lavoro? Di che tipo di supporto hanno bisogno le persone anziane?

*Parlare chiaramente:*

Se si borbotta o si parla a bassa voce, sembra che non si sia sicuri di ciò che si sta dicendo. Parlate a un volume ragionevole e articolate le parole, ma ricordate di prendere il tempo necessario per evitare di affrettarvi o incespicare nelle parole. Parlare in modo chiaro è particolarmente importante durante le telefonate, poiché potrebbero esserci interruzioni o una cattiva connessione.

*Una buona postura:*

Una postura scorretta può far pensare a una mancanza di fiducia, e questo non è il segnale non verbale che si vuole dare. Anche se la vostra giornata non è delle migliori, state seduti dritti mentre parlate con i vostri clienti. Ricordare loro che credete in voi stessi può aiutare anche loro a credere in se stessi.

*Comunicare apertamente:*

Partecipate alla conversazione, essendo in una posizione di autorità. Mantenere una postura rilassata e aperta aiuterà a metterli a proprio agio. Usate gesti sottili per evitare di



occupare spazio e dominare la conversazione. Ascoltate con mente aperta e incoraggiate i clienti a partecipare onestamente.

*All'Inizio:*

Prima di iniziare, chiedete ai clienti come va la loro giornata. Non è solo un modo per rompere il ghiaccio, ma anche un modo fantastico per far sentire i clienti rilassati; inoltre, ricorda loro che vi preoccupate per loro.

*Siate cordiali, diretti e onesti, ma anche rispettosi*

Usate il nome della persona

Non interrompere: Prendete appunti se necessario ed evitate di interrompere la conversazione per intervenire e aspettate che il cliente abbia finito di esporre il suo punto di vista, dare al cliente il tempo di pensare.

### 3. Uso del linguaggio

Quando si legge un testo, è importante avere un buon uso della lingua.

Alcuni esempi:

Utilizzare parole semplici e concrete, ad esempio "assumere un frutto dopo ogni pasto" in sostituzione di "assumere più fibre".

Utilizzare frasi brevi e semplici, ad esempio un solo messaggio in ogni frase.

Gli autori di questa guida sperano di aver utilizzato queste regole in modo corretto, anche se non è stato sempre facile.

#### Tecniche di comunicazione non verbale

- **Atteggiamento:** essere amichevoli, gentili, sinceri e rispettosi, evitando di essere insofferenti, indifferenti o sprezzanti,
- **Contatto visivo:** mantenere il contatto visivo per dimostrare attenzione e coinvolgimento, ma non fissarlo!
- **Espressione facciale:** riflettere i diversi stati d'animo per trasmettere empatia e comprensione,
- **Postura e gesti:** Usare un linguaggio del corpo appropriato, ad esempio annuire, fare movimenti appropriati e posizionare le sedie in modo appropriato,
- **Tatto:** ad esempio, tenersi per mano, accarezzare la mano, abbracciare (attenzione: applicare l'abilità del tocco in modo appropriato, tenendo conto del sesso delle persone anziane, del vostro rapporto con loro e del loro background culturale).



#### 4. Linee guida per affrontare situazioni emotivamente difficili

La comunicazione comprende molti aspetti. È essenziale gestire con cura le situazioni emotivamente difficili. Le tabelle che seguono (Tabella 1) forniscono ulteriori spunti per la gestione di tali situazioni e si sovrappongono al testo precedente.

**Tabella 1. Guida per affrontare situazioni emotivamente difficili**

Smetti di parlare	Cercare di ascoltare attentamente ciò che la persona sta dicendo e resistere all'impulso di parlare.
Ascolta attentamente	Dare alla persona l'opportunità di parlare e incoraggiarla usando la comunicazione non verbale, come annuire e dare "piccole ricompense", come "Aha" e "Capisco".
Rifletti sul contenuto	Riflettere ad intermittenza su ciò che la persona sta dicendo per dimostrare che si sta ascoltando ciò che viene detto.
Agisci con empatia	Dimostrare all'interlocutore che si riconosce ciò che sta dicendo e come si sente
Gestisci obiezioni	Ascoltate le obiezioni e le lamentele dell'interlocutore e mostratevi disposti ad affrontarle.

**Tabella 2. Barriere alla comunicazione efficace**

Barriere ambientali	Barriere organizzative	Barriere dei caregivers
Interruzioni Mancanza di privacy Accesso fisico limitato Presenza di apparecchiature mediche Personale/volontari Illuminazione insufficiente Temperatura ambiente non confortevole Ambiente non familiare Ambiente disordinato o non igienico	Sistemi di appuntamenti poco flessibili Mancanza di formazione del personale Modalità di comunicazione, come ad esempio il telefono anziché la consultazione faccia a faccia Appuntamenti brevi Carenza di personale	Atteggiamenti agevoli Il linguaggio degli anziani Dare troppe informazioni in una volta sola Interrompere la persona anziana quando parla Mancanza di conoscenze professionali Gergo medico Uso improprio del potere Scarso contatto visivo Scarsa capacità di ascolto Parlare troppo velocemente Atteggiamenti poco amichevoli o irrispettosi
References: Yorkston et al 2010, Daly 2017)	References: Waterworth et al 2018	References: Moss 2012, Marcinowicz et al 2014



Dopo queste raccomandazioni e attività di apprendimento, la tabella seguente fornisce ulteriori suggerimenti per affrontare i problemi pratici riguardanti i fattori tipici che possono rendere più difficile la comunicazione con le persone anziane e le abilità comunicative da mettere in pratica per superare questi ostacoli.

TABELLA 3. FATTORI CHE OSTACOLANO LA COMUNICAZIONE E MODALITÀ DI RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

	Fattori influenti	Competenze comunicative
<b>1. Aspetti fisici</b>	<p><b>Udito</b> -Peggioramento dell'udito</p> <p><b>Vista</b> - Cataratta e miopia sono problemi comuni.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Parlare a voce più alta</li> <li>● Parlare con un ritmo più lento</li> <li>● Incoraggiare le persone anziane a usare un apparecchio acustico appropriato.</li> <li>● Utilizzare gesti ed espressioni facciali</li> <li>● Utilizzare diagrammi o scrivere il messaggio in modo che l'anziano possa leggerlo.</li> <li>● Presentare l'ambiente e le persone circostanti</li> </ul>
<b>2. Aspetti fisiologici</b>	<p><b>Il pensiero</b> - Differenza nel modo di pensare - Pregiudizio</p> <p><b>Stato d'animo</b> - Può influenzare la qualità della comunicazione</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Apprezzare il punto di vista e i sentimenti degli altri dalla loro angolazione</li> <li>● Feedback immediato e conferma per ridurre i malintesi</li> <li>● Scambio di opinioni per raggiungere un accordo</li> <li>● Attenzione a che la vostra opinione sia logica e basata sulla ragione</li> <li>● Non permettere che convinzioni illogiche influenzino il tuo giudizio e la tua analisi</li> <li>● Prestare attenzione allo stato d'animo dell'altro</li> <li>● Essere premurosi e calmare le emozioni</li> </ul>
<b>3. Aspetti ambientali</b>	<p><b>Disturbo</b> - Influenza la concentrazione</p> <p><b>Privacy</b> - Particolarmente importante quando si tratta di argomenti personali o riservati</p> <p><b>Adeguatezza del tempo</b> - Può facilitare la chiarezza della comunicazione</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ridurre il rumore e il disturbo nell'ambiente</li> <li>● Garantire un ambiente confortevole</li> <li>● Mantenere la privacy per dare un senso di sicurezza</li> <li>● Disporre un orario appropriato</li> </ul>



## 6. LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DIGITALI IN AMBITO DI CURA DELLE PERSONE ANZIANE

Nell'attuale panorama digitale in rapida evoluzione, l'integrazione della tecnologia è diventata sempre più importante in vari settori, tra cui l'assistenza alle persone anziane. Il personale e i volontari che operano nel settore dell'assistenza alle persone anziane devono essere consapevoli del fatto che anche loro hanno bisogno di competenze digitali ben sviluppate.

La **Mappa delle competenze digitali** è una guida completa che descrive le competenze più importanti necessarie per lavorare con le persone anziane.

La Mappa delle competenze digitali guida il personale e i volontari attraverso le abilità e le conoscenze essenziali necessarie per utilizzare efficacemente gli strumenti digitali nel loro lavoro con le persone anziane. Fornisce un quadro strutturato che si allinea al modello DigComp, descrivendo l'alfabetizzazione alle informazioni e ai dati, la comunicazione e la collaborazione, la creazione di contenuti digitali, le attività online, la sicurezza, Internet e i social media, la risoluzione dei problemi e la sicurezza digitale. Seguendo la mappa delle competenze, il personale e i volontari che si occupano di assistenza alle persone anziane possono identificare le loro conoscenze esistenti e il loro miglioramento in ambito digitale.

I contenuti

- Competenze digitali
- Prestazioni digitali
- Materiale didattico per ogni campo di competenza.

La Mappa delle competenze digitali è uno strumento prezioso per identificare, sviluppare e valutare le competenze digitali necessarie per fornire un'assistenza di alta qualità, garantire la sicurezza dei clienti e promuovere il benessere delle persone anziane in un panorama sanitario sempre più digitalizzato.

Iniziate con la vostra autovalutazione. Questo risultato dovrebbe essere la base per concentrarsi sulle competenze digitali mancanti di cui si ha bisogno per il proprio lavoro e per la formazione delle persone anziane.

### 6.1 Identificazione delle competenze digitali per lo staff e volontari

Oltre all'importanza delle competenze digitali di base delle persone anziane, è necessario che anche il personale e i volontari dell'assistenza agli anziani abbiano le loro competenze digitali. Per fornire un'assistenza moderna alle persone anziane, sono necessarie competenze digitali (comunicazione, coordinamento e continuità). Con un questionario trasversale, viene misurato il livello delle competenze digitali di questo gruppo target, compresi i fattori determinanti che hanno un'influenza su di esso, che vengono mappati.



### Definizione di competenza

La competenza è un insieme di abilità, combinate con la conoscenza e con la capacità di svolgere efficacemente un lavoro o una situazione.

Queste competenze digitali per il personale e i volontari dell'assistenza alle persone anziane sono state elaborate sulla base di una precedente ricerca a tavolino nell'ambito del progetto Bridge. Vengono formulate le competenze e le prestazioni.

### Definizione di prestazione

La performance è un'attività per realizzare un determinato compito e implica un "fare". Con la performance si può dimostrare di possedere una competenza.

La mappa delle competenze digitali del progetto BRIDGE segue le cinque aree di competenza (DigiComp). I componenti chiave della competenza digitale sono distribuiti in 5 aree, riassunte nella tabella seguente.: 1 (alfabetizzazione e informazione dei dati), 2 (comunicazione e collaborazione) e 3 (creazione di contenuti digitali) riguardano competenze incentrate su specifiche attività digitali. Le aree di competenza (Sicurezza) e 5 (Problem solving) 1 sono "trasversali" in quanto si applicano a qualsiasi tipo di attività svolta con mezzi digitali.

La ricerca svolta all'inizio del progetto BRIDGE (vedi ricerca disponibile sul sito) ha fornito alcune informazioni e input importanti. Ci ha aiutato a identificare una serie di competenze e prestazioni collegate importanti per il personale e i volontari che lavorano con gli anziani, in particolare le aree di miglioramento delle competenze digitali. È stato il punto di partenza per lo sviluppo di questo materiale didattico. Ogni materiale didattico presentato in questa guida è quindi collegato a una delle sette competenze, come di seguito.



## 6.2 Competenze digitali per lo staff e volontari nella cure delle persone anziane

Nr	Competenze	Prestazioni
1	<b>Alfabetizzazione all'informazione e ai dati</b> Conoscere le informazioni e le fonti digitali rilevanti: importanza della sicurezza dei dati e della protezione del PC/cellulare, creazione di informazioni digitali per le persone anziane.	In modo indipendente, in base alle mie esigenze e ai miei compiti: <ul style="list-style-type: none"><li>- Sono in grado di cercare e recuperare efficacemente informazioni rilevanti da fonti online, compresi database medici, articoli di ricerca e siti web affidabili.</li><li>- Sono in grado di valutare la credibilità e l'affidabilità delle informazioni online relative all'assistenza agli anziani.</li><li>- Conosco le leggi e le normative sulla privacy quando si trattano dati sensibili dei pazienti.</li><li>- Sono in grado di organizzare e gestire file e documenti digitali relativi all'assistenza agli anziani.</li></ul>
2	<b>Comunicazione e collaborazione</b> Interazione attraverso le tecnologie digitali: Interagire attraverso una varietà di tecnologie digitali e comprendere la comunicazione digitale appropriata con le persone anziane.	Sono in grado di risolvere i problemi da solo: <ul style="list-style-type: none"><li>- utilizzare vari strumenti di comunicazione come e-mail, messaggistica istantanea e piattaforme di videoconferenza per comunicare efficacemente con i colleghi, i pazienti e le loro famiglie.</li><li>- utilizzare i social media e le piattaforme online per coinvolgere la comunità, condividere informazioni e sensibilizzare l'opinione pubblica sull'assistenza alle persone anziane.</li><li>- adattare le strategie di comunicazione per soddisfare le esigenze e le preferenze specifiche delle persone anziane, ad esempio utilizzando un linguaggio semplice, ausili visivi e tecnologie assistive.</li></ul>
3	<b>Creazione di contenuti digitali</b> Conoscere i contenuti digitali: Creare e condividere contenuti digitali, utilizzare strumenti e tecnologie digitali per la progettazione e conoscere i diritti di proprietà intellettuale.	In modo indipendente, in base alle mie esigenze e ai miei compiti: <ul style="list-style-type: none"><li>- Sono in grado di creare e condividere contenuti digitali come materiali educativi, video didattici e infografiche per migliorare la comprensione dei pazienti anziani e delle loro famiglie sui temi dell'assistenza alle persone anziane.</li><li>- Sono in grado di utilizzare software di presentazione, strumenti di progettazione grafica e software di editing video per creare contenuti visivamente accattivanti e coinvolgenti.</li><li>- Conosco le norme sul copyright e sulla proprietà intellettuale quando utilizzo e condivido contenuti digitali creati da altri.</li></ul>



4	<p><b>Attività online</b></p> <p>Conoscere le possibilità online: essere online in viaggio, avere contatti online con la famiglia e gli amici, usare i motori di ricerca, usare le app di collaborazione, fare acquisti online e operazioni bancarie online.</p>	<p>Da solo e risolvendo problemi, conosco:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- le possibilità di attività online.</li></ul> <p>Sono in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- spiegare come usare le App se le persone anziane sono in viaggio,</li><li>- spiegare quali App di comunicazione esistono per avere contatti personali (famiglia, amici) e come usarle,</li><li>- spiegare quali macchine di ricerca esistono e come usarle,</li><li>- indicare App di collaborazione ben definite e spiegare come usare lo shopping e il banking online,</li></ul>
5	<p><b>Internet e social media</b></p> <p>Avere una visione d'insieme e gestire Internet e i social media in caso di utilizzo da parte di persone anziane: Organizzare, memorizzare e recuperare dati, informazioni e contenuti in ambienti digitali. Organizzarli ed elaborarli</p>	<p>In modo indipendente, in base alle mie esigenze e risolvendo i problemi, sono in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- fornire le mie conoscenze sull'uso di Internet e dei social media alle persone anziane</li><li>- organizzare informazioni, dati e contenuti in modo che possano essere facilmente archiviati e recuperati.</li><li>- organizzare le informazioni, i dati e i contenuti in un ambiente strutturato.</li></ul>
6	<p><b>La sicurezza</b></p> <p>Protezione dei dati personali e della privacy: Proteggere i dati personali e la privacy negli ambienti digitali. Capire come utilizzare e condividere le informazioni di identificazione personale, proteggendo se stessi e gli altri da eventuali danni. Comprendere che i servizi digitali utilizzano una "politica sulla privacy" per informare su come vengono utilizzati i dati personali.</p> <p><b>Sicurezza digitale</b></p> <p>Conoscere l'importanza della sicurezza digitale: Individuare le misure per la sicurezza digitale, per il salvataggio dei dati e per l'utilizzo degli ambienti digitali.</p>	<p>Da solo e risolvendo problemi, sono in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- spiegare modi ben definiti e di routine per proteggere i miei dati personali e la mia privacy negli ambienti digitali,</li><li>- spiegare modi ben definiti e di routine per utilizzare e condividere informazioni di identificazione personale proteggendo me stesso e gli altri dai danni.</li><li>- indicare dichiarazioni sulla privacy ben definite e di routine su come vengono utilizzati i dati personali nei servizi digitali.</li></ul> <p>In modo indipendente, in base alle mie esigenze, e risolvendo i problemi:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sono a conoscenza delle migliori pratiche di cybersecurity e della capacità di identificare e rispondere a potenziali minacce online, come tentativi di phishing, malware e violazioni di dati.</li><li>- Sono in grado di utilizzare piattaforme e strumenti sicuri per la gestione e la trasmissione di informazioni sensibili sui pazienti.</li><li>- Comprendo le considerazioni etiche e gli obblighi legali legati all'uso della tecnologia nell'assistenza sanitaria, compresi la riservatezza e il consenso dei pazienti.</li></ul>



7	<p><b>Risoluzione di problemi</b></p> <p>Identificare i bisogni e le risposte tecnologiche - valutare i bisogni e identificare, valutare, selezionare e utilizzare gli strumenti digitali e le possibili risposte tecnologiche e risolverli. Adattare e personalizzare gli ambienti digitali alle esigenze personali (ad esempio, l'accessibilità).</p>	<p>In modo indipendente, in base alle mie esigenze, e risolvendo i problemi:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sono in grado di risolvere i problemi tecnici comuni che possono sorgere durante l'utilizzo di strumenti e sistemi digitali.</li><li>- Sono in grado di adattare le nuove tecnologie e gli aggiornamenti software e di incorporarli efficacemente nelle routine di lavoro quotidiane.</li><li>- Sono in grado di utilizzare strumenti e risorse digitali per analizzare e risolvere problemi complessi legati all'assistenza alle persone anziane, come la gestione dei farmaci, il monitoraggio remoto dei pazienti e la pianificazione personalizzata delle cure.</li></ul>
---	---	--

### 6.3 Valutazione delle competenze digitali per lo staff e volontari

La valutazione delle competenze digitali del personale e delle persone anziane all'inizio e alla fine di un corso di apprendimento è un passo essenziale per il miglioramento continuo e per creare programmi di formazione continua più mirati, efficaci e su misura. In questo Capitolo è stata sviluppata una valutazione delle competenze digitali per il personale e le persone anziane. È anche possibile utilizzare questa valutazione per verificare le proprie competenze.

Il questionario di valutazione è riportato nell'Allegato 1.

### 6.4 Sviluppo delle competenze digitali per lo staff e volontari

Per voi, in quanto membri del personale e/o volontari che lavorano con le persone anziane, è essenziale sviluppare le vostre competenze digitali per rispondere efficacemente alle esigenze delle persone anziane che assistete. La disponibilità di materiale didattico completo e personalizzato vi consente di migliorare le vostre competenze digitali e di fornire un'assistenza di alta qualità alle persone anziane. Perché è importante?

- **Alfabetizzazione digitale ed esperienza.** Il materiale didattico funge da ponte per aiutarvi a colmare il divario digitale e vi fornisce le conoscenze e le competenze specifiche necessarie per navigare con sicurezza tra gli strumenti e le piattaforme digitali.
- **Competenze digitali** per gestire e sfruttare in modo efficiente le informazioni, gli strumenti e le risorse digitali: Il materiale didattico aiuta a comprendere le migliori pratiche per l'alfabetizzazione all'informazione e ai dati, la comunicazione, la collaborazione, la creazione di contenuti digitali, la sicurezza e la risoluzione dei problemi.



- **Uso degli strumenti digitali** da parte delle persone anziane: Il materiale didattico vi tiene aggiornati sulle tecnologie emergenti e sulle loro applicazioni nell'assistenza alle persone anziane.
- **Creazione e condivisione di contenuti educativi personalizzati:** Il materiale didattico fornisce le conoscenze e gli strumenti necessari per sviluppare contenuti digitali visivamente accattivanti e accessibili. Ciò consente alle persone anziane di partecipare attivamente alla propria assistenza sanitaria, promuovendo un senso di indipendenza e benessere.
- **Sicurezza digitale:** Il materiale didattico fornisce indicazioni sulle migliori pratiche di cybersecurity, sulla privacy dei dati dei clienti e sulle considerazioni etiche. Comprendendo questi aspetti, il personale e i volontari possono ridurre i rischi, proteggere le informazioni sensibili e garantire un ambiente digitale sicuro per se stessi e per i clienti più anziani.

Il materiale didattico che troverete nel Capitolo 8 serve come base per un continuo sviluppo professionale. Aiuta il personale e i volontari a stabilire una mentalità di apprendimento, incoraggiandoli a esplorare e a tenersi aggiornati sui progressi digitali nel campo dell'assistenza alle persone anziane. Incoraggia l'autoformazione continua per rimanere al passo con le ultime tecnologie e imparare nuove tecniche di risoluzione dei problemi. Spinge a utilizzare tutorial online, a partecipare a webinar e a collaborare con i colleghi per migliorare le capacità di risoluzione dei problemi.



## 7. VALUTAZIONE DEI PROCESSI DI APPRENDIMENTO

La valutazione dei processi di apprendimento del personale e dei volontari è altrettanto importante. Valutando sistematicamente l'acquisizione e l'applicazione delle competenze digitali, è possibile adattare gli approcci formativi alle loro esigenze specifiche e garantire uno sviluppo continuo delle loro competenze digitali. Valutazioni regolari e meccanismi di feedback incoraggiano inoltre il personale e i volontari a impegnarsi nell'apprendimento permanente, promuovendo una cultura di crescita ed eccellenza nel settore dell'assistenza alle persone anziane.

Dotando il personale e i volontari delle competenze e delle conoscenze necessarie, le organizzazioni possono migliorare la loro capacità di soddisfare le esigenze, le preferenze e le aspirazioni individuali delle persone anziane. Attraverso gli strumenti digitali, è possibile sviluppare piani di apprendimento digitali personalizzati e promuovere competenze digitali più elevate.

Di seguito sono riportati alcuni suggerimenti per la valutazione del processo di apprendimento:

### 1. Eseguire valutazioni:

- Verificate le vostre conoscenze digitali con lo strumento di valutazione. (LINK). Riflettere sulle proprie competenze, conoscenze e aree di miglioramento.
- Se volete o se è necessario, potete adattare lo strumento di valutazione. Considerate i seguenti passi pratici:
  - Adattare / completare lo strumento di valutazione che copre vari aspetti delle competenze digitali delle persone anziane, come l'uso di Internet e dei social media. Valutare le proprie conoscenze (le ultime versioni) in ogni area di competenza e fornire spiegazioni per l'autovalutazione.
  - Riflettete sulle vostre esperienze e identificate situazioni o sfide specifiche che avete incontrato. Scrivete le vostre riflessioni e il vostro piano su come avete gestito quelle situazioni e su cosa avete imparato da esse.
  - Creare un **piano di sviluppo personale** basato sui risultati dell'autovalutazione. Stabilite obiettivi specifici di miglioramento, delineate i passi per raggiungere tali obiettivi e stabilite le scadenze per il vostro percorso di apprendimento.



### Piano di sviluppo personale (esempio)

Finalità /Obiettivi <i>Cose voglio apprendere o diventare?</i>		Data Inizio	
		Data fine	
Attività <i>Cosa devo fare per raggiungere gli obiettivi?</i>		Supporto <i>Che tipo di supporto avrò?</i>	
Risorse <i>A quali risorse avrò accesso?</i>		Progressi / Valutazione <i>Come sono andata?</i>	

Maggiori

informazioni

(<https://www.skillsforcare.org.uk/resources/documents/Developing-your-workforce/Care-Certificate/Care-Certificate-Steads/Stead-2.pdf>)

#### 1. Ricevere e dare un feedback costruttivo

Gli obiettivi della formazione moderna non sono solo la padronanza di abilità tecniche elementari, ma anche competenze sociali come l'indipendenza, la responsabilità personale, la comunicazione e la certezza della propria autoefficacia. Ciò include la possibilità di dare e ricevere direttamente un feedback sul lavoro e sulla pratica.

Il feedback è un dono di attenzione, di tempo, di pensiero. Non è una valutazione o un'interpretazione, non è un giudizio, non è una provocazione e certamente non è un'accusa. È solo un'informazione su ciò che ho sentito e visto e su come ho vissuto l'esperienza. Dare un feedback durante una sessione è il modo più semplice per chiarire i sospetti malintesi e mostrare i punti ciechi alla persona che riceve.

Ulteriori informazioni: Seguite il link al "Manuale sull'uso del feedback". Qui troverete ulteriori informazioni e materiale pratico

#### 2. Valutazioni successive

Misurate il mantenimento delle conoscenze e delle competenze attraverso valutazioni di follow-up dopo un determinato periodo. Queste valutazioni possono includere quiz, dimostrazioni pratiche o simulazioni che valutano la capacità di applicare ciò che si è appreso a lungo termine. Considerate i seguenti passi pratici:

- Programmare valutazioni di follow-up alcuni mesi dopo la formazione iniziale. Partecipare a quiz, dimostrazioni pratiche o scenari simulati per verificare l'applicazione dell'apprendimento in situazioni reali.



- Ricevete una formazione di aggiornamento o completate i moduli online per rafforzare i concetti e le competenze chiave trattati nella formazione iniziale. Misurare i propri progressi attraverso le rivalutazioni.
- Partecipare a valutazioni sul posto di lavoro in cui supervisor o mentori osservano le vostre prestazioni in compiti specifici o procedure relative all'assistenza alle persone anziane. Ricevere una valutazione e un supporto mirati.

### **3. Opportunità di apprendimento continuo**

Sfruttate le opportunità di apprendimento continuo come workshop, seminari, webinar o corsi online. Partecipare a conferenze o eventi di sviluppo professionale relativi all'assistenza alle persone anziane. Rimanete aggiornati sulle ultime pratiche e sui progressi del settore.

Considerate i seguenti passi pratici: (gli esempi e i link sono utili solo per chi parla inglese)

\*Partecipare a workshop o seminari condotti da esperti nel campo dell'assistenza alle persone anziane. (<https://soundgenerations.org/gmhworkshops/>) Queste sessioni riguardano tendenze emergenti, nuove ricerche e approcci innovativi. Partecipare di persona o attraverso piattaforme virtuali.

\*Iscriversi a corsi online o a webinar offerti da organizzazioni o istituti di formazione affidabili.

(<https://www.futurelearn.com/courses/older-people>)

\*Cercare opportunità per partecipare a conferenze o eventi di sviluppo professionale relativi all'assistenza alle persone anziane. Al vostro ritorno, condividete con i colleghi le vostre preziose intuizioni e conoscenze. (<https://globalageing2023.com/>)



## 8. BUONE PRATICHE CON I PROGRAMMI DIGITALI NELL'ASSISTENZA ALLE PERSONE ANZIANE

Le mostriamo alcuni buoni esempi di programmi organizzati con l'obiettivo di sviluppare le competenze digitali delle persone anziane nei Paesi partner del nostro progetto BRIDGE. La invitiamo a darvi un'occhiata e a trarre ispirazione per le vostre attività.

### Italia

**Nonni su Internet:** basta un clic per restare insieme (2009\_Progetto nazionale): È un progetto nazionale che coinvolge molte regioni italiane con l'obiettivo di diffondere la cultura digitale al maggior numero possibile di persone. Studenti delle scuole di ogni ordine e grado di tutta Italia fanno da tutor alle persone anziane per superare il digital divide che impedisce agli over 60 di sfruttare appieno le potenzialità offerte dalle nuove tecnologie. Sono stati inoltre redatti diversi manuali e guide per anziani e tutor (tutti i manuali sono liberamente scaricabili online).

**Do It Ourselves** - Manual, Digital and Functional Literacy for Active Aging (2017-2019\_Progetto regionale Umbria, Italia) Attività principali: Corsi di alfabetizzazione digitale con focus su salute e servizi, Laboratorio di sicurezza domestica e piccole riparazioni, Laboratorio di Fashion Making per donne, Mini-Workshop di fabbricazione e progettazione digitale di ausili (bastoni, sedie, deambulatori, ecc.) in collaborazione con associazioni locali.

I **progetti Gioia e Gioia+** in Italia sono stati implementati in modo che gli operatori, che provengono dal mondo sociale, svolgano il compito di "facilitatori digitali". Oltre a spiegare e aiutare le persone a comprendere le funzioni principali di Internet, di alcune applicazioni o dei social network, gli operatori socio-digitali forniscono anche le forme più classiche di supporto e assistenza. Possono essere, ad esempio, operatori che lavorano per una cooperativa sociale e che - dopo essere stati formati - organizzano momenti di socializzazione e formazione dedicati agli strumenti digitali. Oppure volontari di associazioni che, oltre a fornire assistenza, aiutano le persone anziane a mantenere i contatti con le loro famiglie attraverso applicazioni di messaggistica online.

Il progetto **DIGITALISE ME**, cofinanziato dall'Unione Europea, mirava a creare una serie di strumenti di apprendimento per migliorare le competenze nell'uso degli strumenti digitali, adattati alle esigenze delle persone anziane, che gli educatori e i fornitori di istruzione possono implementare nei loro Paesi. Alfabetizzazione all'informazione e ai dati, comunicazione e collaborazione, creazione di contenuti digitali, sicurezza, risoluzione dei problemi, alfabetizzazione ai media: <https://www.digitaliseme.eu/ro/course>



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE

Food, Care and Digitalisation

## Repubblica Ceca

Il programma educativo **ICT4Elders** nella Repubblica Ceca ha promosso la conoscenza delle TIC per le persone anziane, aiutandole ad adattarsi al mondo moderno in continua evoluzione e a diventare membri attivi della società. tre moduli di formazione online. Ogni modulo è suddiviso in diverse lezioni, integrate da brevi compiti e da un glossario con i termini di base. <https://elearning.ict4elders.eu/>

Esperimento sociale sulla **vulnerabilità delle persone anziane alle fake news** - un progetto sviluppato nella Repubblica Ceca. L'esperimento si è concentrato sulla suscettibilità delle persone anziane alle fake news, presentando storie che coinvolgevano sia notizie da fonti credibili sia fake news. Ai partecipanti è stato chiesto di selezionare le notizie che consideravano vere e plausibili e quelle, eventualmente, che ritenevano non vere o distorte. [https://www.ict4elders.eu/wp-content/uploads/2021/10/ICT4Elders\\_IO1\\_Final-Report\\_v.02.pdf](https://www.ict4elders.eu/wp-content/uploads/2021/10/ICT4Elders_IO1_Final-Report_v.02.pdf)

## Spagna

**Conectados di Telefonica** è stata un'iniziativa di successo che ha promosso lo sviluppo delle competenze digitali e la connessione sociale tra le persone anziane in Spagna. Il programma è stato progettato per essere accessibile e inclusivo, con sessioni di formazione adattate alle esigenze e alle capacità di ciascun partecipante. Le sessioni di formazione hanno riguardato una serie di argomenti, tra cui l'utilizzo di smartphone, social media e app di messaggistica. Il programma potrebbe essere replicato in altre comunità per promuovere l'inclusione digitale e la connessione sociale tra le persone anziane. <https://mejorconectados.com/>

Il programma **ECO Digital** - ha avuto successo in Spagna nel fornire alle persone anziane le competenze e le conoscenze necessarie per utilizzare la tecnologia per migliorare la loro salute e il loro benessere. Le sessioni di formazione hanno riguardato una serie di argomenti, tra cui l'utilizzo di app per la salute, risorse online per la gestione delle patologie croniche e social media per rimanere in contatto con gli altri. I partecipanti hanno dichiarato di sentirsi più sicuri nell'uso dei dispositivi e delle piattaforme digitali per gestire la propria salute e molti hanno riferito di aver migliorato la propria salute fisica e mentale grazie al programma.



## 9. MATERIALE DIDATTICO SULLE COMPETENZE DIGITALI PER PERSONALE E VOLONTARI

**Benvenuti nel materiale didattico sulle competenze digitali** pensato per il personale e i volontari che lavorano nell'assistenza agli anziani per migliorare le loro competenze digitali.

Il materiale didattico completo è stato accuratamente compilato per fornirvi un approccio strutturato e attraente all'autoapprendimento, esercizi pratici, metodi di autovalutazione e altre risorse di apprendimento. Con l'aiuto di questo materiale, aumenterete le vostre competenze digitali in modo da poter sostenere e guidare con fiducia le persone anziane nella loro navigazione nel panorama digitale. Può essere utilizzato individualmente o in un percorso di apprendimento di gruppo.

### 9.1 Istruzioni pratiche: Come utilizzare efficacemente il materiale didattico?

1. Iniziate con una **valutazione** (vedi Allegato 1) per misurare le attuali conoscenze e competenze del personale e dei volontari. Questo aiuterà a identificare le lacune di conoscenza e vi permetterà di concentrarvi sulle aree che necessitano di miglioramenti.
2. Prima di implementare il materiale didattico, valutate le **esigenze specifiche** e i livelli di competenza del personale e dei volontari che lavorano con le persone anziane. Questo vi aiuterà a identificare le aree in cui è necessaria una formazione e un supporto aggiuntivi.
3. Fornire una **panoramica del materiale didattico**, evidenziando la rilevanza e l'importanza dello sviluppo delle competenze digitali nell'assistenza alle persone anziane. Sottolineate i benefici sia per il personale e i volontari che per le persone anziane che assistono. (vedi Mappa delle competenze digitali)
4. Sviluppare un "**Piano di apprendimento digitale**" (vedi Allegato 2 con un esempio) per l'erogazione del materiale didattico. Considerare il tema, l'obiettivo di apprendimento (risultato), il programma di apprendimento, il contenuto di apprendimento, il tempo disponibile, il numero di partecipanti e il formato di apprendimento più adatto (ad esempio, workshop, moduli online o in combinazione).
5. Utilizzare una **varietà di metodi** di erogazione per coinvolgere efficacemente i partecipanti. Questi possono includere presentazioni, discussioni di gruppo, attività pratiche, casi di studio e moduli interattivi online.
6. Includere esercizi pratici e opportunità di esercitazioni pratiche in tutto il materiale didattico. Ciò potrebbe comportare la creazione di contenuti digitali, la realizzazione di finti scenari di comunicazione o l'utilizzo di strumenti di simulazione per navigare tra le piattaforme digitali.
7. Creare opportunità per i partecipanti **di condividere le loro esperienze**, le sfide e le migliori pratiche relative alle competenze digitali nell'assistenza alle persone anziane. Facilitare discussioni aperte e fornire feedback costruttivi.
8. Condurre una **valutazione** (vedi Allegato 1) per misurare i progressi e l'efficacia dei corsi di formazione. Valutare l'impatto della formazione sulle competenze digitali dei



partecipanti e sulla loro capacità di applicare le nuove competenze acquisite nel loro lavoro.

9. Riconoscere che l'apprendimento è un **processo continuo**. Offrire un supporto continuo e opportunità di ulteriore apprendimento, come sessioni di aggiornamento, aggiornamenti sulle tecnologie emergenti e accesso a risorse aggiuntive.

Il modello di "piano di apprendimento digitale per le persone anziane" è riportato nell'Allegato 2.

COMPETENZE	MATERIALE DIDATTICO
<b>Area di competenza</b>	<b>Alfabetizzazione all'informazione e ai dati</b>
<b>Indicatore di prestazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sono in grado di cercare e recuperare efficacemente informazioni rilevanti da fonti online, compresi database medici, articoli di ricerca e siti web affidabili.</li> <li>- Sono in grado di valutare la credibilità e l'affidabilità delle informazioni online relative all'assistenza alle persone anziane.</li> <li>- Conosco le leggi e le normative sulla privacy quando si trattano dati sensibili dei clienti.</li> <li>- So organizzare e gestire file e documenti digitali relativi all'assistenza alle persone anziane.</li> </ul>
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	Conoscere le informazioni e le fonti digitali pertinenti: importanza della sicurezza dei dati e della protezione del PC/cellulare, creazione di informazioni digitali per le persone anziane.
<b>Attività 1</b>	
<b>Tipo di attività</b>	<b>studio autonomo</b>
<b>Istruzioni</b>	<p>Istruzioni: Rispondete alle seguenti domande per esplorare l'importanza dell'informazione e dell'alfabetizzazione dei dati nel fornire un'assistenza di qualità alle persone anziane.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Che cos'è l'alfabetizzazione informativa? Come ci aiuta a fornire una migliore assistenza alle persone anziane?</li> <li>2. Immaginate di dover trovare informazioni affidabili sulla gestione dei farmaci per le persone anziane. Elencate tre fonti affidabili che usereste per raccogliere queste informazioni. Fonte 1: Fonte 2: Fonte 3:</li> <li>3. Definite la data literacy in termini semplici. Perché è importante per prendere decisioni informate nell'assistenza alle persone anziane?</li> <li>4. Pensate a una decisione recente relativa all'assistenza alle persone anziane. Come avete utilizzato le informazioni o i dati per prendere quella decisione? Spiegate brevemente.</li> <li>5. Indicate tre vantaggi che derivano dall'essere informati e informati quando ci si occupa di persone anziane. Beneficio 1: Beneficio 2: Beneficio 3:</li> </ol>



<b>Metodo di auto-valutazione</b>	<p>Lista di controllo per l'autovalutazione Abilità/Competenza   Valutazione (1-5) 1 indica un livello basso di realizzazione o comprensione 3 indica un livello moderato di realizzazione o comprensione 5 indica un alto livello di realizzazione o comprensione</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ricerca e recupero di informazioni rilevanti   [1 2 3 4 5]</li> <li>2. Credibilità e affidabilità delle informazioni online   [1 2 3 4 5]</li> <li>3. Conoscenza delle leggi e dei regolamenti sulla privacy   [1 2 3 4 5]</li> <li>4. Organizzazione e gestione di file e documenti digitali   [1 2 3 4 5]</li> </ol> <p>Riflessione su un caso di studio Presentare un caso di studio relativo all'assistenza alle persone anziane che coinvolga l'alfabetizzazione all'informazione e ai dati. Esempio di modello di riflessione: Caso di studio: [Descrivere brevemente lo scenario]. Riflessione:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Passi compiuti per la ricerca di informazioni rilevanti:</li> <li>● Processo di valutazione per determinare la credibilità e l'affidabilità:</li> <li>● Conformità alle leggi e ai regolamenti sulla privacy:</li> <li>● Organizzazione e gestione di file e documenti digitali:</li> </ul> <p>-</p>
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<p>Link per trovare casi di studio: <a href="https://www.springer.com/journal/10433">https://www.springer.com/journal/10433</a></p>
<b>Attività 2</b>	
<b>Tipo di attività</b>	<b>Esercizio pratico</b>
<b>Istruzioni</b>	<p>Istruzioni: Seguite i passaggi seguenti per applicare le vostre competenze in materia di informazioni e dati nel contesto dell'assistenza alle persone anziane.</p> <p>Fase 1: scegliere un argomento specifico - Selezionate un argomento di interesse relativo all'assistenza alle persone anziane, come l'alimentazione, gli ausili per la mobilità o la salute mentale.</p> <p>Fase 2: trovare informazioni - Utilizzate internet, libri o altre risorse per raccogliere informazioni sull'argomento scelto. Prendete appunti sui punti o sulle idee chiave.</p> <p>Fase 3: valutare le fonti - Esaminate le fonti trovate. Scegliete una fonte e valutatene la credibilità rispondendo alle seguenti domande:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Chi è l'autore o l'organizzazione che sta dietro alle informazioni?</li> <li>b) Le informazioni sono aggiornate?</li> <li>c) Potete trovare informazioni simili da altre fonti affidabili?</li> </ol> <p>Fase 4: Riassumere i risultati - Scrivete un breve riassunto delle informazioni chiave che avete scoperto sull'argomento scelto. Includete le fonti utilizzate.</p> <p>Fase 5: in base alle vostre nuove competenze e conoscenze, sviluppate un piano per educare le persone anziane all'Information and Data Literacy.</p> <p>Fase 6: Riflettere sul processo - Considerate il valore dell'alfabetizzazione all'informazione e ai dati nel vostro percorso di apprendimento. Riflettete su come queste competenze possano contribuire a fornire un'assistenza efficace alle persone anziane.</p>
<b>Metodo di auto-valutazione</b>	<p>Riflettere sugli obiettivi di apprendimento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Quali erano le competenze specifiche in materia di informazioni e dati che volevate sviluppare durante le esercitazioni pratiche?</li> <li>● Quanto pensate di aver raggiunto questi obiettivi?</li> <li>● Riuscite a identificare le aree in cui vi sentite più sicuri delle vostre capacità</li> </ul>



	<p>e quelle in cui potreste aver bisogno di ulteriori miglioramenti?</p> <p>Valutare le prestazioni: Valutate le vostre prestazioni durante le esercitazioni pratiche considerando le seguenti domande:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Avete scelto efficacemente un argomento specifico relativo all'assistenza alle persone anziane?</li><li>● Siete stati in grado di trovare informazioni rilevanti da diverse fonti, come Internet, libri o articoli di ricerca?</li><li>● Quanto avete valutato la credibilità e l'affidabilità delle fonti che avete trovato?</li><li>● Siete stati in grado di riassumere le vostre scoperte in modo chiaro e conciso?</li><li>● Avete riflettuto sul valore delle competenze in materia di informazioni e dati nel fornire un'assistenza efficace alle persone anziane?</li></ul> <p>-</p>
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<p><a href="https://d3.youthmetre.eu/module-1-information-and-data-literacy/">https://d3.youthmetre.eu/module-1-information-and-data-literacy/</a> <a href="https://www.fit4internet.at/view/komp-umgang/&amp;lang=EN">https://www.fit4internet.at/view/komp-umgang/&amp;lang=EN</a> <a href="https://digital-competence.eu/dc/en/front/what-is-digital-competence/">https://digital-competence.eu/dc/en/front/what-is-digital-competence/</a> <a href="https://foodandcare.eu/">https://foodandcare.eu/</a></p>



COMPETENZE	MATERIALE DIDATTICO
<b>Area di competenza</b>	<b>Comunicazione e collaborazione</b>
<b>Indicatore di prestazione</b>	Sono in grado di: - utilizzare vari strumenti di comunicazione come e-mail, messaggistica istantanea e piattaforme di videoconferenza per comunicare efficacemente con i colleghi, i clienti e le loro famiglie. - utilizzare i social media e le piattaforme online per coinvolgere la comunità, condividere informazioni e sensibilizzare l'opinione pubblica sull'assistenza alle persone anziane. - adattare le strategie di comunicazione per soddisfare le esigenze e le preferenze specifiche delle persone anziane, ad esempio utilizzando un linguaggio semplice, aiuti visivi e tecnologie assistive.
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	Interagire attraverso le tecnologie digitali: Interagire attraverso una varietà di tecnologie digitali e comprendere la comunicazione digitale appropriata con le persone anziane.
<b>Attività 1</b>	
Tipo di attività	Studio autonomo
Istruzioni	<p>Istruzioni: Rispondete alle seguenti domande per esplorare gli strumenti e le strategie di comunicazione che possono migliorare la comunicazione nell'assistenza alle persone anziane.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perché una comunicazione efficace è importante nell'assistenza alle persone anziane? Pensate alla diversità e al genere e a come può essere diverso per loro.</li> <li>2. Elencate due vantaggi dell'uso di strumenti di comunicazione nell'assistenza alle persone anziane.</li> </ol> <p>Beneficio 1:</p> <p>Beneficio 2:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Indicare tre strumenti o tecnologie di comunicazione comunemente utilizzati nell'assistenza alle persone anziane.</li> </ol> <p>Strumento/tecnologia 1:</p> <p>Strumento/Tecnologia 2:</p> <p>Strumento/Tecnologia 3:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Come può l'ascolto attivo migliorare la comunicazione con le persone anziane?</li> </ol> <p>Descrivere una strategia per adattare la comunicazione alle esigenze specifiche delle persone anziane.</p>



<p><b>Metodi di autovalutazione</b></p>	<p><b>autovalutazione</b></p> <p><b>COMPETENZA DIGITALI/COMUNICAZIONE</b> <span style="float: right;">SÌ NO</span></p> <p>Siete in grado di interagire efficacemente con le persone anziane utilizzando una varietà di tecnologie digitali per le interazioni di routine?</p> <p>Siete in grado di selezionare le tecnologie di comunicazione digitale appropriate per le diverse situazioni in cui lavorate con le persone anziane?</p> <p>Siete in grado di adattare il vostro stile di comunicazione digitale per soddisfare le esigenze e le preferenze delle persone anziane?</p> <p><b>Modello di valutazione:</b></p> <p>Obiettivo di apprendimento: [Indicare l'obiettivo specifico relativo agli strumenti e alle strategie di comunicazione].</p> <p>Valutazione delle prestazioni:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrizione della prestazione: [Fornite una breve panoramica della vostra prestazione in relazione all'obiettivo].</li> <li>• Punti di forza: [Identificare le aree in cui avete identificato e spiegato con precisione gli strumenti di comunicazione comunemente usati].</li> <li>• Aree da migliorare: [Evidenziate le aree in cui potreste aver bisogno di ulteriore approfondimento o comprensione].</li> </ul>
<p><b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b></p>	<p><a href="https://d3.youthmetre.eu/module-3/">https://d3.youthmetre.eu/module-3/</a> <a href="https://gerontology.ku.edu/sites/gerontology.drupal.ku.edu/files/docs/GSACommunicating%20with%20Older%20Adults%20low%20Final.pdf">https://gerontology.ku.edu/sites/gerontology.drupal.ku.edu/files/docs/GSACommunicating%20with%20Older%20Adults%20low%20Final.pdf</a></p>
<p><b>Attività 2</b></p>	
<p><b>Tipo di attività</b></p>	<p><b>Esercizio pratico</b></p>
<p><b>Istruzioni</b></p>	<p>Istruzioni: Applicare strumenti e strategie di comunicazione efficace nel contesto dell'assistenza alle persone anziane. Seguite i passaggi seguenti:</p> <p>Fase 1: Selezionare uno strumento o una tecnologia di comunicazione. Selezionate uno strumento da questo elenco per l'esercizio pratico:</p> <p>Piattaforme di videochiamata (es. Zoom, Skype, FaceTime) Piattaforme di social media (ad es. Facebook, Instagram) Applicazioni di messaggistica (ad es. WhatsApp, Viber, Telegram) Software di gestione dell'assistenza (ad es. CareZone, CaregiverApp, MyMeds) Assistenti virtuali ad attivazione vocale (ad es. Amazon Echo, Google Home) Piattaforme di teleassistenza (ad es., Doctor On Demand, Amwell) Sistemi di risposta alle emergenze personali (ad esempio, Life Alert, Medical Guardian).</p> <p>Fase 2: familiarizzare con lo strumento scelto. Esploratene le caratteristiche, le funzioni e i vantaggi. Esercitarsi nell'uso dello strumento per acquisire familiarità e dimestichezza con il suo utilizzo.</p> <p>Fase 3: Pensare a uno scenario di comunicazione nell'assistenza alle persone anziane in cui lo strumento scelto può essere utile, come ad esempio gli aggiornamenti a distanza dei familiari, i promemoria degli appuntamenti o i</p>



	<p>programmi dei farmaci.</p> <p>Fase 4: utilizzare lo strumento di comunicazione scelto per affrontare lo scenario di comunicazione individuato. Esercitarsi a inviare messaggi, effettuare chiamate o utilizzare lo strumento in modo da soddisfare le esigenze specifiche delle persone anziane coinvolte.</p> <p>Fase 5: in base alle nuove competenze e conoscenze, sviluppare un piano per educare le persone anziane agli strumenti digitali di comunicazione.</p> <p>Fase 6: Riflettere sull'efficacia dello strumento di comunicazione e sull'impatto che ha sul miglioramento della comunicazione nell'assistenza alle persone anziane. Considerare i vantaggi e le potenziali sfide dell'utilizzo dello strumento in diverse situazioni.</p>
<b>Metodo di auto-valutazione</b>	<p>Lista di controllo per l'autovalutazione:   Valutazione (1-5)</p> <p>1 indica un livello basso di realizzazione o comprensione</p> <p>3 indica un livello moderato di realizzazione o comprensione</p> <p>5 indica un livello elevato di realizzazione o comprensione</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ho una buona comprensione delle caratteristiche e delle funzioni dello strumento di comunicazione selezionato. [1 2 3 4 5]</li><li>• Mi sento a mio agio e sono abile nell'usare lo strumento per scopi comunicativi. [1 2 3 4 5]</li><li>• Ho esplorato e utilizzato i vari vantaggi offerti dallo strumento scelto per l'assistenza alle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li><li>• Ho identificato con successo uno scenario di comunicazione nelle persone anziane in cui lo strumento scelto potrebbe essere utile. [1 2 3 4 5]</li><li>• Lo strumento di comunicazione scelto ha migliorato la comunicazione nello scenario selezionato per l'assistenza alle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li><li>• Ho osservato risultati o benefici positivi in seguito all'utilizzo dello strumento. [1 2 3 4 5]</li><li>• Ho incontrato e affrontato eventuali sfide o limitazioni associate all'uso dello strumento. [1 2 3 4 5]</li></ul>
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<p><a href="https://www.sahealth.sa.gov.au/wps/wcm/connect/efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365/Better+Together+-+A+Practical+Guide+to+Effective+Engagement+with+Older+People.pdf?MOD=AJPERES&amp;CACHEID=ROOTWORKSPACE-efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365-nwLmRMW">https://www.sahealth.sa.gov.au/wps/wcm/connect/efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365/Better+Together+-+A+Practical+Guide+to+Effective+Engagement+with+Older+People.pdf?MOD=AJPERES&amp;CACHEID=ROOTWORKSPACE-efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365-nwLmRMW</a></p> <p><a href="https://crimsonpublishers.com/ggs/pdf/GGS.000615.pdf">https://crimsonpublishers.com/ggs/pdf/GGS.000615.pdf</a></p> <p><a href="https://digital-competence.eu/dc/en/front/start/">https://digital-competence.eu/dc/en/front/start/</a></p> <p><a href="https://foodandcare.eu/">https://foodandcare.eu/</a></p> <p><a href="https://europa.eu/europass/digitalskills/screen/home">https://europa.eu/europass/digitalskills/screen/home</a></p> <p><a href="https://www.euromedinfo.eu/teaching-older-adults.html/">https://www.euromedinfo.eu/teaching-older-adults.html/</a></p>



COMPETENZE	MATERIALE DIDATTICO
<b>Area di competenza</b>	<b>Creazione contenuti digitali</b>
<b>Indicatore di prestazione</b>	In modo indipendente, in base alle mie esigenze e ai miei compiti: - Sono in grado di creare e condividere contenuti digitali come materiali educativi, video didattici e infografiche per migliorare la comprensione dei clienti anziani e delle loro famiglie sui temi dell'assistenza alle persone anziane. - Sono in grado di utilizzare software di presentazione, strumenti di progettazione grafica e software di editing video per creare contenuti visivamente accattivanti e coinvolgenti. - Conosco le norme sul copyright e sulla proprietà intellettuale quando utilizzo e condivido contenuti digitali creati da altri.
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	Conoscere i contenuti digitali: Creare e condividere contenuti digitali, utilizzare strumenti e tecnologie digitali per la progettazione e conoscere i diritti di proprietà intellettuale.
<b>Attività 1</b>	
<b>Tipo di attività</b>	<b>studio autonomo</b>
<b>Istruzioni</b>	Istruzioni: Rispondete alle seguenti domande per esplorare il processo e le tecniche di creazione di contenuti digitali per una comunicazione efficace nell'assistenza alle persone anziane. <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perché la creazione di contenuti digitali è importante nel contesto dell'assistenza alle persone anziane?</li> <li>2. Elencate due vantaggi dell'uso dei contenuti digitali per la comunicazione nelle persone anziane.</li> </ol> Beneficio 1: Beneficio 2: <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Indicare tre tipi di contenuti digitali che possono essere creati per una comunicazione efficace nelle persone anziane.</li> </ol> Tipo 1: Tipo 2: Tipo 3: <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Come si può usare lo storytelling come tecnica efficace nella creazione di contenuti digitali per le persone anziane?</li> <li>5. Descrivete una strategia per garantire l'accessibilità e l'usabilità dei contenuti digitali per le persone anziane.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> </ol>
<b>Metodo di auto-valutazione</b>	Lista di controllo per l'autovalutazione: 1 indica un livello basso di realizzazione o di comprensione 3 indica un livello di realizzazione o comprensione moderato 5 indica un livello elevato di realizzazione o comprensione <ul style="list-style-type: none"> <li>● Riconosco l'importanza della creazione di contenuti digitali per migliorare la comunicazione nell'assistenza alle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> <li>● Comprendo come i contenuti digitali possano sostenere e migliorare il benessere generale delle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> <li>● Sono consapevole dei benefici associati all'uso dei contenuti digitali per la comunicazione nelle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> <li>● Comprendo come i contenuti digitali possano facilitare il coinvolgimento, la condivisione di informazioni o la connessione emotiva con le persone</li> </ul>



	<p>anziane. [1 2 3 4 5]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sono in grado di identificare tre diversi tipi di contenuti digitali adatti a una comunicazione efficace nell'assistenza alle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Comprendo come lo storytelling possa essere efficacemente utilizzato nella creazione di contenuti digitali per l'assistenza alle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Sono in grado di attuare misure per rendere i contenuti digitali inclusivi e di facile utilizzo per le persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> </ul>
Risorse per ulteriori studi/pratiche	<p><a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9859096/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9859096/</a>  <a href="https://medcraveonline.com/MOJPH/narrative-gerontology-and-digital-storytelling-what-benefits-for-elders.html">https://medcraveonline.com/MOJPH/narrative-gerontology-and-digital-storytelling-what-benefits-for-elders.html</a>  <a href="https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/16094069221111118">https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/16094069221111118</a>  <a href="https://www.researchgate.net/publication/262144126_Older_Adults_as_Digital_Content_Producers">https://www.researchgate.net/publication/262144126_Older_Adults_as_Digital_Content_Producers</a></p>
<b>Attività 2</b>	
<b>Tipo di attività</b>	<b>Esercizio pratico</b>
<b>Istruzioni</b>	<p>Istruzioni: Applicare strategie e tecniche per la creazione di contenuti digitali nel contesto dell'assistenza alle persone anziane. Seguite i passaggi seguenti:</p> <p>Fase 1: Selezionare un tipo di contenuto digitale dall'elenco fornito.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rappresentazioni visive di informazioni o dati facili da comprendere e condividere.</li> <li>• Video coinvolgenti e informativi che possono dimostrare tecniche, condividere storie o fornire contenuti educativi.</li> <li>• Articoli scritti o post su una piattaforma blog che offrono approfondimenti, consigli o esperienze personali relative all'assistenza alle persone anziane.</li> <li>• Messaggi o immagini brevi e concisi condivisi sui social media per informare, coinvolgere o ispirare la comunità delle persone anziane.</li> <li>• Podcast: RegISTRAZIONI audio o interviste su argomenti specifici legati all'assistenza agli anziani, che possono essere consultate e ascoltate on-demand.</li> </ul> <p>Fase 2: identificare lo scopo e l'obiettivo della creazione di contenuti digitali. Determinare il messaggio o le informazioni che si desidera trasmettere al pubblico delle persone anziane.</p> <p>Fase 3: delineare la struttura e gli elementi chiave del contenuto digitale. Considerate l'aspetto narrativo, le immagini coinvolgenti e qualsiasi altro elemento multimediale che possa migliorare l'efficacia del contenuto.</p> <p>Fase 4: utilizzare software o strumenti appropriati per creare i contenuti digitali. Ciò può includere la creazione di grafici, la registrazione di video, la progettazione di infografiche o la stesura di articoli o post coinvolgenti per il blog.</p> <p>Fase 5: esaminare e testare i contenuti digitali per verificarne l'accessibilità e l'usabilità. Assicuratevi che siano facili da usare, facilmente navigabili e adatti alle persone anziane. Apportate le modifiche o i miglioramenti necessari, ad esempio tenendo conto delle diverse esperienze basate anche sul genere o su altri fattori intersettoriali di diversità.</p> <p>Fase 6: in base alle vostre nuove competenze e conoscenze, sviluppate un piano per educare le persone anziane alla creazione di contenuti digitali.</p> <p>Fase 7: Pubblicare o condividere i contenuti digitali attraverso canali o piattaforme adeguate. Prendete in considerazione i social media, i siti web, le newsletter via e-mail o i siti online dedicati.</p>



Metodo di autovalutazione	CREAZIONE DI CONTENUTI DIGITALI						
	So usare strumenti di grafica, come Adobe Photoshop o Canva, per creare brochure o manifesti per informare le persone anziane o promuovere eventi.	1	2	3	4	5	6
	So creare contenuti visivamente accattivanti per le persone anziane (utilizzando colori, tipografia e composizione del layout appropriati)	1	2	3	4	5	6
	So come creare un contenuto digitale accattivante	1	2	3	4	5	6
	So creare materiali educativi e video didattici su argomenti rilevanti per le persone anziane.	1	2	3	4	5	6
	So creare contenuti informativi e accessibili utilizzando supporti visivi, un linguaggio semplice e istruzioni chiare.	1	2	3	4	5	6
	So come modificare i video, aggiungere didascalie o sottotitoli e incorporare immagini e audio per creare contenuti multimediali convincenti.	1	2	3	4	5	6
	So come ottimizzare i contenuti per raggiungere un pubblico più ampio.	1	2	3	4	5	6
	Condivido sempre i contenuti digitali da me creati con i miei colleghi, supervisor per chiedere un feedback, per migliorarli e apportare modifiche, se necessario.	1	2	3	4	5	6
Risorse per ulteriori studi/pratiche	<p>Canva: Uno strumento di progettazione grafica di facile utilizzo con modelli predefiniti per la creazione di grafici, infografiche e immagini per i social media. (<a href="https://www.canva.com/">https://www.canva.com/</a>)</p> <p>Adobe Photoshop: Un potente software di editing di immagini per creare grafica personalizzata, modificare foto e progettare immagini. (<a href="https://www.adobe.com/express/feature/image/editor">https://www.adobe.com/express/feature/image/editor</a>)</p> <p>OBS Studio: Un software gratuito e open-source per la registrazione e lo streaming di video di alta qualità. (<a href="https://obsproject.com/">https://obsproject.com/</a>)</p> <p>Filmora WonderShare: Un software di editing video professionale per creare e modificare video con funzioni ed effetti avanzati. (<a href="https://filmora.wondershare.net/">https://filmora.wondershare.net/</a>)</p> <p>Visme: Una piattaforma che offre una varietà di modelli e opzioni di progettazione per creare infografiche interattive, grafici e presentazioni. (<a href="https://www.visme.co/">https://www.visme.co/</a>)</p> <p>Google Docs: Uno strumento di editing di documenti basato su cloud che consente la scrittura collaborativa e la facile condivisione di post e articoli di blog. (<a href="http://www.google.com/docs/about/">www.google.com/docs/about/</a>)</p> <p>WordPress: Un popolare sistema di gestione dei contenuti che fornisce un'interfaccia di facile utilizzo per la creazione e la pubblicazione di post e articoli di blog. (<a href="https://wordpress.com/">https://wordpress.com/</a>)</p>						



COMPETENZE	MATERIALE DIDATTICO
<b>Area di competenza</b>	<b>Attività online</b>
<b>Indicatore di prestazione</b>	Sono in grado di: - spiegare come usare le App se le persone anziane sono in viaggio, - spiegare quali App di comunicazione esistono per avere contatti personali (famiglia, amici) e come usarle, - spiegare quali macchine di ricerca esistono e come usarle, - indicare le App di collaborazione ben definite, e utilizzare come si fa shopping e banca online.
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	Conoscere le possibilità online: essere online in viaggio, avere contatti online con la famiglia e gli amici, usare i motori di ricerca, usare le app di collaborazione, fare acquisti e operazioni bancarie online.
<b>Attività 1</b>	
<b>Tipo di attività</b>	<b>Studio autonomo</b>
<b>Istruzioni</b>	<p>Istruzioni: Rispondete alle seguenti domande per esplorare l'importanza delle attività online e sviluppare la vostra competenza digitale nell'assistenza alle persone anziane.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Quali sono le possibilità delle attività online? Come possono aiutare le persone anziane a rimanere in contatto e a gestire i compiti?</li><li>2. Immaginate che una persona anziana voglia comunicare con la famiglia e gli amici online. Elencate tre applicazioni di comunicazione che possono facilitare questi contatti personali. App 1: App 2: App 3:</li><li>3. Spiegare lo scopo dei motori di ricerca e la loro importanza nelle attività online. Fornire un esempio di un noto motore di ricerca e di come può essere utilizzato in modo efficace.</li><li>4. Le app di collaborazione possono aiutare a lavorare insieme su progetti o compiti online. Indicare due applicazioni di collaborazione che possono essere utili per le persone anziane. Spiegate brevemente le loro caratteristiche. App 1: App 2:</li><li>5. Lo shopping online e l'online banking sono diventati opzioni convenienti. Discutete i vantaggi dell'uso di questi servizi per le persone anziane in termini di accessibilità, risparmio di tempo e sicurezza. 1.</li></ol>



Metodo di autovalutazione	Autovalutazione					
	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="571 421 1257 488">COMPETENZE DIGITALI/ATTIVITÀ ONLINE</th> <th data-bbox="1265 421 1329 488">SÌ</th> <th data-bbox="1337 421 1401 488">NO</th> </tr> </thead> </table>			COMPETENZE DIGITALI/ATTIVITÀ ONLINE	SÌ	NO
COMPETENZE DIGITALI/ATTIVITÀ ONLINE	SÌ	NO				
	Potete spiegare come utilizzare le app mobili per le attività online se le persone anziane sono in viaggio?					
	Siete in grado di fornire informazioni sulle varie app di comunicazione disponibili per i contatti personali (famiglia, amici) e di spiegare come utilizzarle?					
	Potete spiegare i diversi motori di ricerca disponibili e come utilizzarli efficacemente per le ricerche online?					
	Siete in grado di fornire indicazioni su come utilizzare efficacemente le piattaforme di shopping online per l'acquisto di beni e servizi?					
	Siete in grado di spiegare il processo di banking online e di guidare le persone anziane su come utilizzarlo in modo sicuro?					
	Siete in grado di dimostrare una comprensione delle possibilità e delle opportunità di impegnarsi in attività online?					
	Siete in grado di aiutare le persone anziane a navigare ed esplorare diverse piattaforme online per l'intrattenimento, l'apprendimento o la socializzazione?					
	Siete in grado di risolvere i problemi comuni che possono sorgere durante le attività online e di aiutare le persone anziane a risolverli?					
	Siete in grado di fornire raccomandazioni e suggerimenti personalizzati per le attività online in base agli interessi e alle preferenze delle persone anziane?					
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<a href="https://www.ageuk.org.uk/information-advice/work-learning/technology-internet/getting-online/">https://www.ageuk.org.uk/information-advice/work-learning/technology-internet/getting-online/</a> <a href="https://www.advocare.org.au/news/7-benefits-of-being-online-as-an-older-person/#:~:text=Maintain%20cognitive%20health.&amp;text=Online%20'brain%20games'%20like%20Tetris,Friends%2C%20Mahjong%20and%20Candy%20Crush.">https://www.advocare.org.au/news/7-benefits-of-being-online-as-an-older-person/#:~:text=Maintain%20cognitive%20health.&amp;text=Online%20'brain%20games'%20like%20Tetris,Friends%2C%20Mahjong%20and%20Candy%20Crush.</a>					
<b>Attività 2</b>						
<b>Tipo di attività</b>	<b>Esercizio pratico</b>					
<b>Istruzioni</b>	Istruzioni: Seguite i passaggi seguenti per applicare la vostra conoscenza delle attività online e assistere una persona anziana nell'utilizzo efficace degli strumenti digitali. Fase 1: assistenza con le app: Scegliete un'applicazione che possa aiutare le persone anziane mentre sono in movimento (ad esempio, un'applicazione di navigazione). Spiegare come scaricare e utilizzare l'applicazione, fornendo istruzioni passo dopo passo.					



	<p>Fase 2: Guida alle app di comunicazione: Selezionare un'app di comunicazione (ad esempio, WhatsApp) e spiegare come configurarla, aggiungere contatti e avviare conversazioni con familiari e amici. Fornite istruzioni chiare e, se possibile, schermate.</p> <p>Fase 3: esplorazione dei motori di ricerca: Guidare le persone anziane a effettuare una ricerca utilizzando un motore di ricerca di loro scelta (ad esempio, Google). Insegnare loro come inserire le parole chiave, valutare i risultati della ricerca e cliccare sui link pertinenti.</p> <p>Fase 4: Introduzione all'app di collaborazione: Introdurre un'applicazione di collaborazione (ad esempio, Google Docs) e dimostrarne le funzionalità, come la creazione e la modifica di documenti insieme ad altri. Aiutate l'individuo a capire come usarla efficacemente per i compiti di collaborazione.</p> <p>Fase 5: Acquisti e operazioni bancarie online: Spiegare il processo di acquisto e di operazioni bancarie online, sottolineando le misure di sicurezza come siti web sicuri, password forti ed evitando le truffe di phishing. Dimostrare come effettuare un acquisto o una transazione bancaria online.</p> <p>Fase 6: in base alle vostre nuove competenze e conoscenze, sviluppate un piano per educare le persone anziane alle attività online.</p> <p>Fase 7: Riflessione: Riflettere sul processo di apprendimento e considerare il valore delle attività online per le persone anziane. Discutete su come queste competenze digitali possano contribuire alla loro indipendenza e al loro benessere generale.</p>
<b>Metodo di auto-valutazione</b>	<p>Lista di controllo per l'autovalutazione:</p> <p>1 indica un livello basso di realizzazione o di comprensione 3 indica un livello di realizzazione o comprensione moderato 5 indica un livello elevato di realizzazione o comprensione</p> <p>Sono in grado di selezionare un'app adatta ad aiutare le persone anziane mentre sono in movimento. [1 2 3 4 5]</p> <p>Sono in grado di fornire chiare istruzioni passo-passo su come scaricare e utilizzare l'app scelta. [1 2 3 4 5]</p> <p>Sono in grado di scegliere un'app di comunicazione e di spiegare il processo di impostazione, di aggiunta dei contatti e di avvio delle conversazioni. [1 2 3 4 5]</p> <p>Sono in grado di guidare le persone anziane nella ricerca con un motore di ricerca, inserendo parole chiave e valutando i risultati della ricerca. [1 2 3 4 5]</p> <p>Sono in grado di introdurre un'applicazione di collaborazione e di dimostrarne le funzionalità, in particolare per la creazione e la modifica di documenti insieme ad altri. [1 2 3 4 5]</p> <p>Comprendo il processo di shopping e di banking online, comprese le misure di sicurezza come siti web sicuri, password forti ed evitare le truffe di phishing. [1 2 3 4 5]</p> <p>Sono in grado di spiegare e dimostrare efficacemente come effettuare un acquisto o una transazione bancaria online. [1 2 3 4 5]</p> <p>Comprendo come queste competenze digitali possano contribuire alla loro indipendenza e al loro benessere generale. [1 2 3 4 5]</p> <p>-</p>
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<p><a href="https://www.rescusaveslives.com/blog/the-best-personal-safety-apps-for-seniors-on-the-go/">https://www.rescusaveslives.com/blog/the-best-personal-safety-apps-for-seniors-on-the-go/</a></p> <p><a href="https://www.seniorlifestyle.com/resources/blog/top-8-mobile-apps-active-seniors/">https://www.seniorlifestyle.com/resources/blog/top-8-mobile-apps-active-seniors/</a></p> <p><a href="https://www.agespace.org/top-10-useful-apps-help-elderly">https://www.agespace.org/top-10-useful-apps-help-elderly</a></p>



COMPETENZE	MATERIALE DIDATTICO
<b>Area di competenza</b>	<b>Sicurezza e protezione digitale</b>
<b>Indicatore di prestazione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spiegare modi ben definiti e di routine per proteggere i miei dati personali e la mia privacy negli ambienti digitali,</li> <li>• spiegare modi ben definiti e di routine per utilizzare e condividere informazioni di identificazione personale proteggendo me stesso e gli altri da eventuali danni.</li> <li>• indicare dichiarazioni sulla privacy ben definite e di routine su come vengono utilizzati i dati personali nei servizi digitali.</li> <li>• Sono consapevole delle migliori pratiche di cybersecurity e della capacità di identificare e rispondere a potenziali minacce online, come tentativi di phishing, malware e violazioni di dati.</li> <li>• Sono in grado di utilizzare piattaforme e strumenti sicuri per la gestione e la trasmissione di informazioni sensibili dei clienti.</li> <li>• Comprendo le considerazioni etiche e gli obblighi legali legati all'uso della tecnologia in ambito sanitario, compresi la riservatezza e il consenso dei clienti.</li> </ul>
<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<p>Proteggere i dati personali e la privacy negli ambienti digitali. Capire come utilizzare e condividere le informazioni di identificazione personale, proteggendo se stessi e gli altri da eventuali danni. Comprendere che i servizi digitali utilizzano una "politica sulla privacy" per informare su come vengono utilizzati i dati personali.</p> <p>Conoscere l'importanza della sicurezza digitale: Individuare le misure per la sicurezza digitale, per il salvataggio dei dati e per l'utilizzo degli ambienti digitali.</p>
<b>Attività 1</b>	
<b>Tipo di attività</b>	<b>Studio autonomo</b>
<b>Istruzioni</b>	<p>Istruzioni: Rispondete alle seguenti domande per capire l'importanza della cybersecurity e della protezione dei dati nell'assistenza alle persone anziane.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perché la cybersicurezza è importante nell'assistenza alle persone anziane?</li> <li>2. Quali sono due potenziali rischi o minacce alla cybersicurezza in un ambiente di assistenza per persone anziane? Pensate alla diversità e al genere e a come può variare.</li> </ol> <p>Rischio/minaccia 1: Rischio/minaccia 2:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Indicare tre pratiche per garantire la protezione dei dati nelle persone anziane.</li> </ol> <p>Pratica 1: Pratica 2: Pratica 3:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. In che modo i caregiver possono contribuire a mantenere la cybersecurity e la protezione dei dati?</li> </ol> <p>Esempio 1: Esempio 2:</p>



<p><b>Metodo di auto valutazione</b></p>	<p><b>AUTOVALUTAZIONE</b></p> <table border="1" data-bbox="587 412 1380 1294"> <thead> <tr> <th colspan="7">SICUREZZA ONLINE E DEI DATI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>So come condividere i dati con i colleghi in modo sicuro</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So come condividere i dati in modo sicuro con i colleghi di altre organizzazioni.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So usare la protezione con password</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Sono in grado di compilare documenti digitali con precisione</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So archiviare le informazioni in modo sicuro</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So utilizzare in modo appropriato dispositivi di memorizzazione inseribili e rimovibili</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So registrare in modo sicuro i dati personali</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So aggiornare il sistema di sicurezza del mio computer quando necessario per prevenire virus e altri rischi.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So identificare i siti web sicuri cercando il lucchetto e l'https nella barra degli indirizzi.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Mi assicuro sempre di non condividere o utilizzare i dati o la proprietà intellettuale di altre persone senza il loro consenso.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> </tbody> </table>	SICUREZZA ONLINE E DEI DATI							So come condividere i dati con i colleghi in modo sicuro	1	2	3	4	5	6	So come condividere i dati in modo sicuro con i colleghi di altre organizzazioni.	1	2	3	4	5	6	So usare la protezione con password	1	2	3	4	5	6	Sono in grado di compilare documenti digitali con precisione	1	2	3	4	5	6	So archiviare le informazioni in modo sicuro	1	2	3	4	5	6	So utilizzare in modo appropriato dispositivi di memorizzazione inseribili e rimovibili	1	2	3	4	5	6	So registrare in modo sicuro i dati personali	1	2	3	4	5	6	So aggiornare il sistema di sicurezza del mio computer quando necessario per prevenire virus e altri rischi.	1	2	3	4	5	6	So identificare i siti web sicuri cercando il lucchetto e l'https nella barra degli indirizzi.	1	2	3	4	5	6	Mi assicuro sempre di non condividere o utilizzare i dati o la proprietà intellettuale di altre persone senza il loro consenso.	1	2	3	4	5	6
SICUREZZA ONLINE E DEI DATI																																																																														
So come condividere i dati con i colleghi in modo sicuro	1	2	3	4	5	6																																																																								
So come condividere i dati in modo sicuro con i colleghi di altre organizzazioni.	1	2	3	4	5	6																																																																								
So usare la protezione con password	1	2	3	4	5	6																																																																								
Sono in grado di compilare documenti digitali con precisione	1	2	3	4	5	6																																																																								
So archiviare le informazioni in modo sicuro	1	2	3	4	5	6																																																																								
So utilizzare in modo appropriato dispositivi di memorizzazione inseribili e rimovibili	1	2	3	4	5	6																																																																								
So registrare in modo sicuro i dati personali	1	2	3	4	5	6																																																																								
So aggiornare il sistema di sicurezza del mio computer quando necessario per prevenire virus e altri rischi.	1	2	3	4	5	6																																																																								
So identificare i siti web sicuri cercando il lucchetto e l'https nella barra degli indirizzi.	1	2	3	4	5	6																																																																								
Mi assicuro sempre di non condividere o utilizzare i dati o la proprietà intellettuale di altre persone senza il loro consenso.	1	2	3	4	5	6																																																																								
<p><b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b></p>	<p><a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34182769/">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34182769/</a>  <a href="https://www.morganstanley.com/articles/cybersecurity-for-seniors">https://www.morganstanley.com/articles/cybersecurity-for-seniors</a>  <a href="https://nsuworks.nova.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2046&amp;context=gscis_etd">https://nsuworks.nova.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2046&amp;context=gscis_etd</a>  <a href="https://multiculturalcaregiving.net/cybersecurity-for-the-elderly/">https://multiculturalcaregiving.net/cybersecurity-for-the-elderly/</a>  <a href="https://www.ncoa.org/article/how-older-adults-can-improve-their-personal-cyber-security">https://www.ncoa.org/article/how-older-adults-can-improve-their-personal-cyber-security</a>  <a href="https://www.preludeservices.com/blog/cybersecurity-best-practices-for-senior-living-communities/">https://www.preludeservices.com/blog/cybersecurity-best-practices-for-senior-living-communities/</a>  <a href="https://alayacare.com/blog/cybersecurity-in-homecare/">https://alayacare.com/blog/cybersecurity-in-homecare/</a></p>																																																																													
<p><b>Attività 2</b></p>																																																																														
<p><b>Tipo di attività</b></p>	<p><b>Esercizio pratico</b></p>																																																																													
<p><b>Istruzioni</b></p>	<p>Istruzioni: Applicare le pratiche di cybersecurity e protezione dei dati per garantire la sicurezza delle informazioni sensibili nel contesto dell'assistenza alle persone anziane. Seguite i passaggi seguenti:</p> <p>Fase 1: Valutare le pratiche di archiviazione, gestione e comunicazione dei dati nell'ambito dell'assistenza alle persone anziane. Identificare le potenziali vulnerabilità, come password deboli o reti non protette.</p>																																																																													



	<p>Fase 2: incoraggiare l'uso di password forti e uniche per tutti i sistemi e gli account. Fornire linee guida per la creazione di password sicure e promuovere aggiornamenti regolari delle password.</p> <p>Fase 3: impostare la crittografia per i dati sensibili e garantire connessioni di rete sicure per evitare accessi non autorizzati. Se necessario, utilizzare reti private virtuali (VPN) per un accesso remoto sicuro.</p> <p>Fase 4: Assicurarsi che tutti i software, i sistemi operativi e gli strumenti di sicurezza siano aggiornati con le patch e gli aggiornamenti più recenti. Verificare regolarmente la presenza di vulnerabilità e applicare le necessarie correzioni di sicurezza.</p> <p>Fase 5: implementare procedure regolari di backup dei dati per ridurre al minimo il rischio di perdita dei dati. Utilizzate soluzioni di backup sicure, offline o basate su cloud e testate periodicamente il processo di ripristino.</p> <p>Fase 6: in base alle vostre nuove competenze e conoscenze, sviluppate un piano per educare le persone anziane alla sicurezza digitale e alla protezione dei dati.</p>
<b>Metodo di auto-valutazione</b>	<p>Domande aperte:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Cosa avete imparato sulle pratiche di cybersecurity e di protezione dei dati durante questo esercizio?</li><li>● Quanto vi sentite sicuri della vostra capacità di identificare potenziali vulnerabilità nelle pratiche di archiviazione, gestione e comunicazione dei dati?</li><li>● Descrivete le sfide che avete incontrato durante l'implementazione delle misure di cybersecurity nell'ambito dell'assistenza alle persone anziane.</li><li>● Come pensate di applicare le conoscenze e le competenze acquisite in questo esercizio nel vostro futuro lavoro con le persone anziane?</li></ul> <p>Formato della lista di controllo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Avete valutato le pratiche di archiviazione, gestione e comunicazione dei dati nell'ambito dell'assistenza alle persone anziane?</li><li>● Avete incoraggiato l'uso di password forti e uniche per tutti i sistemi e gli account?</li><li>● Avete impostato la crittografia per i dati sensibili e garantito connessioni di rete sicure?</li><li>● Avete controllato e applicato le patch e gli aggiornamenti più recenti per software, sistemi operativi e strumenti di sicurezza?</li><li>- Avete implementato procedure regolari di backup dei dati?</li></ul>
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<p><a href="https://support.google.com/accounts/answer/32040?hl=en">https://support.google.com/accounts/answer/32040?hl=en</a></p> <p><a href="https://www.proofpoint.com/us/threat-reference/vpn">https://www.proofpoint.com/us/threat-reference/vpn</a></p> <p><a href="https://www.pcworld.com/article/407569/the-best-free-backup-software-and-services.html">https://www.pcworld.com/article/407569/the-best-free-backup-software-and-services.html</a></p>



COMPETENZE	MATERIALE DIDATTICO
Area di competenza	Internet e Social media
Indicatore di prestazione	Sono in grado di: - fornire le mie conoscenze sull'uso di Internet e dei social media alle persone anziane - organizzare informazioni, dati e contenuti in modo da poterli archiviare e recuperare facilmente. - organizzare informazioni, dati e contenuti in un ambiente strutturato
Obiettivi di apprendimento	Organizzare, archiviare e recuperare dati, informazioni e contenuti in ambienti digitali. Organizzare ed elaborare i dati
<b>Attività 1</b>	
Tipo di attività	<b>Studio autonomo</b>
Istruzioni	<p>Istruzioni: Rispondete alle seguenti domande per comprendere i benefici e le strategie di coinvolgimento della comunità attraverso i social media nel contesto dell'assistenza alle persone anziane.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Perché è importante coinvolgere la comunità attraverso i social media nell'assistenza alle persone anziane?</li><li>2. Elencate due benefici dell'uso dei social media per il coinvolgimento della comunità nelle persone anziane, pensando alla diversità e al genere e a come può variare. Beneficio 1: Beneficio 2:</li><li>3. Indicare tre piattaforme di social media popolari che possono essere utilizzate per il coinvolgimento della comunità nelle persone anziane: Piattaforma 2: Piattaforma 3:</li><li>4. Come possono i social media facilitare la comunicazione e la collaborazione tra i caregiver, gli anziani e le loro famiglie?</li></ol> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Descrivete una strategia per creare contenuti significativi e coinvolgenti sulle piattaforme di social media per la comunità delle persone anziane.</li></ol>
Metodo di auto-valutazione	Domande aperte: <ul style="list-style-type: none"><li>• Cosa avete imparato sui benefici e sulle strategie di coinvolgimento della comunità attraverso i social media nel contesto dell'assistenza alle persone anziane?</li><li>• Come pensate di applicare queste conoscenze per migliorare il coinvolgimento della comunità nel vostro lavoro?</li><li>• Riflettete sulle sfide che prevedete di affrontare</li></ul>



	<p>nell'implementazione di strategie di coinvolgimento della comunità attraverso i social media nel contesto dell'assistenza alle persone anziane, pensando alla diversità e al genere e a come può variare.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrivete come potete misurare l'efficacia dei vostri sforzi sui social media per coinvolgere la comunità delle persone anziane.</li> </ul> <p>Formato della lista di controllo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avete compreso l'importanza del coinvolgimento della comunità attraverso i social media nell'assistenza alle persone anziane?</li> <li>• Avete identificato due benefici dell'uso dei social media per il coinvolgimento della comunità nelle persone anziane?</li> <li>• Avete nominato tre piattaforme di social media popolari che possono essere utilizzate per il coinvolgimento della comunità nelle persone anziane?</li> <li>• Avete appreso come i social media possono facilitare la comunicazione e la collaborazione tra i caregiver, gli anziani e le loro famiglie?</li> <li>- Avete descritto almeno una strategia per creare contenuti significativi e coinvolgenti sulle piattaforme di social media per la comunità delle persone anziane?</li> </ul>
<p>Risorse per ulteriori studi/pratiche</p>	<p><a href="https://www.waldenu.edu/online-bachelors-programs/bs-in-health-studies/resource/why-social-networks-are-important-to-aging-adults">https://www.waldenu.edu/online-bachelors-programs/bs-in-health-studies/resource/why-social-networks-are-important-to-aging-adults</a>  <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8465959/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8465959/</a>  <a href="https://www.researchgate.net/publication/290137690">https://www.researchgate.net/publication/290137690</a> The role of social media in supporting elderly quality daily life  <a href="https://mylifehomecare.co.uk/13-reasons-why-older-people-should-use-social-media/">https://mylifehomecare.co.uk/13-reasons-why-older-people-should-use-social-media/</a>  <a href="https://www.newportcare.com/blog/positive-impact-social-media-seniors">https://www.newportcare.com/blog/positive-impact-social-media-seniors</a></p>
<p>Attività 2</p>	
<p>Tipo di attività</p>	<p><b>Esercizio pratico</b></p>
<p>Istruzioni</p>	<p>Istruzioni: Applicate le strategie per coinvolgere la comunità delle persone anziane attraverso i social media. Seguite i passaggi seguenti:</p> <p>Fase 1: Selezionare una piattaforma di social media (Facebook, Instagram, YouTube, TikTok, Twitter...).</p> <p>Fase 2: familiarizzare con la piattaforma scelta. Esplorare le sue caratteristiche, i dati demografici del pubblico e le linee guida della comunità. Capire come le persone si impegnano e comunicano sulla piattaforma.</p> <p>Fase 3: Definire il segmento specifico della comunità di persone anziane con cui si vuole interagire, come i caregiver, gli anziani o i familiari. Comprendere le loro esigenze, interessi e preferenze.</p> <p>Fase 4: sviluppare contenuti pertinenti e di valore per il pubblico target. Possono essere articoli educativi, consigli, storie ispirate o post interattivi che incoraggiano la partecipazione.</p> <p>Fase 5: partecipare attivamente alla piattaforma di social media scelta,</p>



	<p>pubblicando contenuti, rispondendo ai commenti e avviando discussioni. Interagite con persone, organizzazioni e gruppi legati all'assistenza agli anziani.</p> <p>Fase 6: in base alle vostre nuove competenze e conoscenze, sviluppate un piano per educare le persone anziane a Internet e ai social media.</p> <p>Fase 7: Riflettere sull'impatto del vostro impegno con la comunità attraverso i social media. Considerate i benefici, le sfide e le opportunità per creare connessioni, condividere conoscenze e promuovere un ambiente di supporto per le persone anziane.</p>
<b>Metodo di auto-valutazione</b>	<p>Scala: 1 (Basso) - 5 (Alto)</p> <p>Ho una chiara comprensione delle caratteristiche e delle funzionalità della piattaforma di social media selezionata. [1 2 3 4 5]</p> <p>Sono in grado di navigare e utilizzare la piattaforma in modo efficace per coinvolgere la comunità delle persone anziane. [1 2 3 4 5]</p> <p>Sono in grado di pubblicare costantemente contenuti sulla piattaforma di social media scelta per coinvolgere la comunità. [1 2 3 4 5]</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rispondo attivamente ai commenti e ai messaggi del pubblico, favorendo le conversazioni. [1 2 3 4 5]</li></ul>
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<p><a href="https://www.domestika.org/en/blog/8200-13-free-essential-tutorials-for-mastering-social-media">https://www.domestika.org/en/blog/8200-13-free-essential-tutorials-for-mastering-social-media</a></p>



COMPETENZE	MATERIALE DIDATTICO
Area di competenza	Problem-solving
Indicatore di prestazione	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sono in grado di risolvere i problemi tecnici comuni che possono sorgere durante l'utilizzo di strumenti e sistemi digitali.</li><li>• Sono in grado di adattare le nuove tecnologie e gli aggiornamenti software e di incorporarli efficacemente nelle routine di lavoro quotidiane.</li><li>• Sono in grado di utilizzare strumenti e risorse digitali per analizzare e risolvere problemi complessi legati all'assistenza alle persone anziane, come la gestione dei farmaci, il monitoraggio remoto dei clienti e la pianificazione personalizzata dell'assistenza.</li></ul>
Obiettivi di apprendimento	Identificare i bisogni e le risposte tecnologiche - valutare i bisogni e identificare, valutare, selezionare e utilizzare gli strumenti digitali e le possibili risposte tecnologiche e risolverli. Adattare e personalizzare gli ambienti digitali alle esigenze personali (ad esempio, l'accessibilità).
<b>Attività 1</b>	
Tipo di attività	<b>Studio autonomo</b>
Istruzioni	<p>Istruzioni: Rispondete alle seguenti domande per sviluppare la capacità di risolvere i problemi utilizzando strumenti e risorse digitali per affrontare le sfide di base nel lavoro quotidiano legato all'assistenza alle persone anziane.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Identificate tre sfide o problemi comuni che possono verificarsi nel lavoro quotidiano degli operatori che forniscono assistenza alle persone anziane. Sfida/problema 1: Sfida/Problema 2: Sfida/Problema 3: 2. In che modo gli strumenti e le risorse digitali possono aiutare ad affrontare queste sfide o problemi? Fornire esempi specifici. Esempio 1: Esempio 2: Esempio 3: 3. Indicare tre strumenti o risorse digitali che possono essere utili per la risoluzione dei problemi delle persone anziane. Strumento/Risorsa 1: Strumento/Risorsa 2: Strumento/Risorsa 3: 4. Come possono i caregiver sviluppare capacità di problem solving per utilizzare efficacemente strumenti e risorse digitali? Fornite due strategie o approcci. Strategia 1: Strategia 2:</li></ol>



<b>Metodo di auto-valutazione</b>	<p>Autovalutazione Scala: 1 (Basso) - 5 (Alto)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sono in grado di identificare le sfide o i problemi comuni che i caregiver affrontano nel loro lavoro quotidiano di assistenza alle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Sono consapevole di come gli strumenti e le risorse digitali possano aiutare ad affrontare le sfide o i problemi identificati. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Sono in grado di fornire esempi specifici di come gli strumenti e le risorse digitali possono essere applicati per risolvere queste sfide. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Comprendo i vantaggi e l'efficacia dell'uso di strumenti e risorse digitali nell'affrontare le sfide lavorative quotidiane. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Conosco tre strumenti o risorse digitali che possono essere utili per la risoluzione di problemi legati all'assistenza alle persone anziane. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Sono in grado di spiegare le caratteristiche e le funzionalità di ogni strumento/risorsa. [1 2 3 4 5]</li> <li>• Comprendo come ogni strumento/risorsa possa affrontare in modo specifico le sfide identificate. [1 2 3 4 5]</li> </ul>
<b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b>	<p><a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0040162523000045">https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0040162523000045</a>  <a href="https://eptanetwork.org/images/documents/minutes/EPTA_report_2019.pdf">https://eptanetwork.org/images/documents/minutes/EPTA_report_2019.pdf</a>  <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7198719/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7198719/</a></p>
<b>Attività 2</b>	
<b>Tipo di attività</b>	Esercizio pratico
<b>Istruzioni</b>	<p>Istruzioni: Applicare le capacità di risoluzione dei problemi utilizzando strumenti e risorse digitali per affrontare le sfide di base nel lavoro quotidiano legato all'assistenza alle persone anziane. Seguite i passaggi seguenti:</p> <p>Fase 1: scegliere una delle sfide o dei problemi identificati nella domanda 1 del foglio di lavoro che si desidera affrontare. (es. <a href="https://www.healthinaging.org/tools-and-tips/caregiver-guide-problems-daily-living">https://www.healthinaging.org/tools-and-tips/caregiver-guide-problems-daily-living</a>)</p> <p>Fase 2: Utilizzate piattaforme online, siti web o applicazioni mobili per trovare strumenti e risorse digitali pertinenti che possano aiutare a risolvere la sfida identificata. Concentratevi su strumenti facili da usare e che rispondano alle esigenze delle persone anziane.</p> <p>Fase 3: Incorporare lo strumento o la risorsa digitale selezionata nella propria routine di lavoro quotidiana per affrontare la sfida identificata.</p> <p>Esempio: Implementazione di un'app per il promemoria dei farmaci (<a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.medisafe.android.client&amp;hl=en_US&amp;pli=1">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.medisafe.android.client&amp;hl=en_US&amp;pli=1</a>)</p> <p>Sfida: Una sfida comune nell'assistenza alle persone anziane è la gestione degli orari dei farmaci e la loro somministrazione tempestiva.</p> <p>Strumento digitale selezionato: App per il promemoria dei farmaci</p> <p>Istruzioni:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Scaricare e installare sul proprio smartphone o tablet un'applicazione affidabile per il promemoria dei farmaci.</li> <li>2. Creare un account e configurare l'applicazione seguendo le istruzioni fornite.</li> <li>3. Inserire nell'app i dettagli dei farmaci, compresi i nomi, i dosaggi e la frequenza.</li> <li>4. Impostare i promemoria per ogni farmaco in base al programma prescritto.</li> <li>5. Attivare tutte le funzioni o le notifiche aggiuntive offerte dall'applicazione, come gli avvisi sonori o i promemoria a vibrazione.</li> <li>6. Familiarizzare con l'interfaccia e le funzionalità dell'app.</li> </ol>



	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Assicurarsi di aver capito come segnare i farmaci come assunti, snooze i promemoria se necessario, e accedere a qualsiasi informazione o risorsa aggiuntiva fornita dall'app.</li> <li>8. Integrare l'app nella routine di lavoro quotidiana, utilizzandola per gestire i programmi di medicazione delle persone anziane assistite.</li> <li>9. Seguire i promemoria e i suggerimenti dell'app per somministrare i farmaci al momento opportuno.</li> <li>10. Aggiornare regolarmente l'app con eventuali modifiche al programma o al dosaggio dei farmaci, come prescritto dal personale sanitario.</li> <li>11. Monitorare l'efficacia dell'app promemoria per i farmaci nel garantire la somministrazione tempestiva e l'aderenza ai programmi di somministrazione.</li> <li>12. Se necessario, regolare le impostazioni dell'applicazione o esplorare applicazioni alternative, in base alla propria esperienza e al feedback delle persone anziane o dei loro fornitori di assistenza sanitaria.</li> </ol> <p>Fase 4: Valutare l'efficacia dello strumento o della risorsa digitale scelta per risolvere il problema. Valutare il suo impatto sull'efficienza, sul risparmio di tempo e sulla qualità complessiva dell'assistenza fornita.</p> <p>Fase 5: Discutere la propria esperienza con altri caregiver o professionisti del settore. Condividere intuizioni, suggerimenti e raccomandazioni relative allo strumento o alla risorsa digitale selezionata per affrontare la sfida identificata.</p> <p>Fase 6: Rimanere aggiornati sugli strumenti e sulle risorse digitali emergenti che riguardano la risoluzione dei problemi delle persone anziane. Migliorate continuamente le vostre capacità di risoluzione dei problemi esplorando le nuove tecnologie e imparando dalle esperienze degli altri.</p>																																																																						
<p><b>Metodo di autovalutazione</b></p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="7">COMPETENZE DIGITALI DI BASE/SOLUZIONE DI PROBLEMI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>So gestire un profilo sui social media</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So gestire file e cartelle, organizzare e archiviare le informazioni in modo appropriato.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Sono in grado di accendere un dispositivo e di accedere a tutti gli account/profilo che possiedo.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So collegare un dispositivo a una rete wi-fi</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So trovare e utilizzare applicazioni o programmi su un dispositivo</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Sono in grado di gestire file, cartelle, organizzare e memorizzare informazioni in modo appropriato.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Sono in grado di utilizzare i segnalibri per salvare e recuperare siti web e informazioni.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>So utilizzare e aggiornare un piano di assistenza digitale</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Sono in grado di utilizzare un sistema di monitoraggio remoto dei clienti con smartphone.</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> </tbody> </table>	COMPETENZE DIGITALI DI BASE/SOLUZIONE DI PROBLEMI							So gestire un profilo sui social media	1	2	3	4	5	6	So gestire file e cartelle, organizzare e archiviare le informazioni in modo appropriato.	1	2	3	4	5	6	Sono in grado di accendere un dispositivo e di accedere a tutti gli account/profilo che possiedo.	1	2	3	4	5	6	So collegare un dispositivo a una rete wi-fi	1	2	3	4	5	6	So trovare e utilizzare applicazioni o programmi su un dispositivo	1	2	3	4	5	6	Sono in grado di gestire file, cartelle, organizzare e memorizzare informazioni in modo appropriato.	1	2	3	4	5	6	Sono in grado di utilizzare i segnalibri per salvare e recuperare siti web e informazioni.	1	2	3	4	5	6	So utilizzare e aggiornare un piano di assistenza digitale	1	2	3	4	5	6	Sono in grado di utilizzare un sistema di monitoraggio remoto dei clienti con smartphone.	1	2	3	4	5	6
COMPETENZE DIGITALI DI BASE/SOLUZIONE DI PROBLEMI																																																																							
So gestire un profilo sui social media	1	2	3	4	5	6																																																																	
So gestire file e cartelle, organizzare e archiviare le informazioni in modo appropriato.	1	2	3	4	5	6																																																																	
Sono in grado di accendere un dispositivo e di accedere a tutti gli account/profilo che possiedo.	1	2	3	4	5	6																																																																	
So collegare un dispositivo a una rete wi-fi	1	2	3	4	5	6																																																																	
So trovare e utilizzare applicazioni o programmi su un dispositivo	1	2	3	4	5	6																																																																	
Sono in grado di gestire file, cartelle, organizzare e memorizzare informazioni in modo appropriato.	1	2	3	4	5	6																																																																	
Sono in grado di utilizzare i segnalibri per salvare e recuperare siti web e informazioni.	1	2	3	4	5	6																																																																	
So utilizzare e aggiornare un piano di assistenza digitale	1	2	3	4	5	6																																																																	
Sono in grado di utilizzare un sistema di monitoraggio remoto dei clienti con smartphone.	1	2	3	4	5	6																																																																	
<p><b>Risorse per ulteriori studi/pratiche</b></p>	<p><a href="https://careers.startprofile.com/page/digital-problems">https://careers.startprofile.com/page/digital-problems</a></p> <p><a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0040162523000045">https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0040162523000045</a></p> <p><a href="https://digital-competence.eu/dc/en/front/start/">https://digital-competence.eu/dc/en/front/start/</a></p> <p><a href="https://europa.eu/europass/digitalskills/screen/home">https://europa.eu/europass/digitalskills/screen/home</a></p>																																																																						



## 10. APPRENDIMENTO INTERGENERAZIONALE



L'apprendimento intergenerazionale si riferisce allo **scambio di conoscenze, competenze ed esperienze tra individui di gruppi di età diversi**, in particolare tra persone anziane e giovani generazioni. È un concetto forte che riconosce il valore di colmare il divario generazionale e di promuovere la comprensione, il rispetto e la cooperazione reciproci.

Le persone anziane possiedono un patrimonio di conoscenze, esperienze di vita e saggezza accumulato nel corso degli anni. L'apprendimento intergenerazionale fornisce una piattaforma per condividere le loro intuizioni, storie e competenze con le generazioni più giovani. Attraverso il coinvolgimento attivo delle persone anziane, il personale e i volontari dei centri di assistenza sociale possono contribuire a preservare queste preziose conoscenze, assicurandosi che non vadano perse o dimenticate. Inoltre, le persone anziane devono spesso affrontare l'isolamento sociale e la solitudine, che possono avere effetti negativi sul loro benessere mentale e fisico. L'apprendimento intergenerazionale offre l'opportunità di creare legami significativi e di combattere questi problemi. Facilitare le interazioni tra le persone anziane e quelle più giovani, il personale e i volontari può aiutare ad alleviare i sentimenti di isolamento e a promuovere un senso di appartenenza e di scopo tra le persone anziane.

L'apprendimento intergenerazionale è un processo a doppio senso, di cui beneficiano sia le persone anziane sia le giovani generazioni. Mentre le persone anziane condividono le loro esperienze di vita e le loro competenze, i giovani portano nuove prospettive, competenze tecnologiche e nuove idee. Attraverso questi scambi, entrambe le parti possono imparare l'una dall'altra e sviluppare una comprensione più profonda di generazioni, culture e cambiamenti sociali diversi. Per le persone anziane, interagire con le generazioni più giovani può evocare un senso di gioia, scopo e realizzazione. La costruzione di relazioni intergenerazionali può risollevarlo lo spirito, rafforzare l'autostima e aumentare il benessere emotivo generale. Il personale e i volontari che lavorano con le persone anziane hanno l'opportunità unica di facilitare questi legami e di contribuire alla felicità e al benessere dei loro residenti. L'apprendimento intergenerazionale promuove la comprensione interculturale, sfida gli stereotipi e favorisce le società inclusive. Riunendo persone di diverse fasce d'età, i centri di assistenza sociale possono contribuire ad abbattere le barriere e a sfatare le idee sbagliate sull'invecchiamento. Il personale e i



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE

Food, Care and Digitalisation

volontari svolgono un ruolo cruciale nella creazione di un ambiente inclusivo che incoraggi il dialogo, il rispetto e l'apprezzamento per le diverse prospettive.

L'interazione con le persone anziane in un contesto di assistenza sociale richiede un approccio attento e centrato sulla persona. Ecco alcune linee guida per il personale e i volontari su come comunicare e interagire con le persone anziane:

#### Ascolto attivo ed empatia:

Il personale e i volontari devono ascoltare attivamente le persone anziane, mostrando un interesse genuino per le loro storie, preoccupazioni ed esperienze. Dimostrare empatia e compassione aiuta a stabilire un rapporto di fiducia e un senso di connessione.



**ACTIVE LISTENING AND**  
EMPATHY

#### Comunicazione chiara e rispettosa:



**RESPECTFUL**  
COMMUNICATION

È essenziale usare un linguaggio chiaro e semplice quando si comunica con le persone anziane, soprattutto se hanno problemi di udito o difficoltà cognitive. Parlare lentamente, usare gesti o supporti visivi e mantenere il contatto visivo può migliorare la comprensione e garantire una comunicazione efficace.

#### Incoraggiare la partecipazione e il coinvolgimento:

Il personale e i volontari devono incoraggiare la partecipazione attiva e l'impegno nelle attività. Possono offrire scelte e coinvolgere le persone anziane nei processi decisionali. Creare un'atmosfera di sostegno e di non giudizio favorisce un senso di autonomia e di responsabilizzazione.

**YOU CAN**  
**DO IT!**  
**ENCOURAGING**  
**PARTICIPATION AND**  
ENGAGEMENT



### Organizzare attività intergenerazionali:

Per promuovere l'apprendimento intergenerazionale, il personale e i volontari possono organizzare varie attività che facilitino l'interazione tra le persone anziane e le generazioni più giovani. Alcuni esempi sono:

**Sessioni di narrazione:** In cui le persone anziane possono condividere le loro esperienze di vita e i giovani possono condividere le loro storie o leggere loro dei libri.

**Sessioni di arte e artigianato:** Incoraggiare lo scambio di abilità artistiche e creatività tra le generazioni.

**Laboratori tecnologici:** Assistere le persone anziane nell'apprendimento e nella navigazione delle moderne tecnologie con l'aiuto delle generazioni più giovani.

**Giochi e puzzle:** Organizzazione di sessioni di gioco intergenerazionali che promuovono la socializzazione, la stimolazione cognitiva e il lavoro di squadra.

### Attività di apprendimento non formale e informale:



L'apprendimento intergenerazionale può avvenire attraverso attività non formali e informali che si concentrano su conoscenze pratiche, abilità sociali e crescita personale. Il personale e i volontari possono facilitarle:

**Programmi di tutoraggio intergenerazionale:** Accoppiamento di persone anziane con persone più giovani per la condivisione di competenze e la guida.

**Progetti intergenerazionali di giardinaggio o cucina:** Coinvolgere entrambe le generazioni in attività che promuovono l'apprendimento, la cooperazione e la condivisione delle conoscenze.

**Servizio comunitario intergenerazionale:** Incoraggiare le persone anziane e le generazioni più giovani a collaborare a progetti di volontariato, come il sostegno a enti di beneficenza locali o l'organizzazione di eventi comunitari.



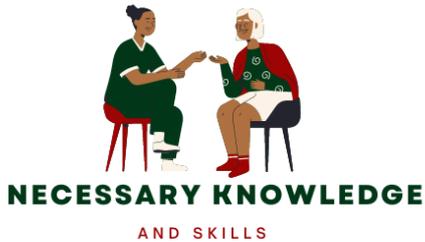
Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

### Conoscenze e competenze necessarie:

Il personale e i volontari che lavorano con le persone anziane in contesti intergenerazionali devono possedere:



Conoscenza delle problematiche legate all'invecchiamento, compresi i cambiamenti fisici e cognitivi, le condizioni di salute comuni e il benessere emotivo.

Familiarità con le tecniche di comunicazione adatte a persone con problemi di udito, demenza o altre difficoltà cognitive.

Comprensione delle dinamiche intergenerazionali, sensibilità culturale e capacità di affrontare gli stereotipi generazionali.

Competenze sociali e pedagogiche, come l'ascolto attivo, l'empatia, la facilitazione e la risoluzione dei conflitti.

Pazienza, flessibilità e un atteggiamento positivo verso la costruzione di relazioni intergenerazionali.

### Creare un ambiente favorevole:

Un ambiente di apprendimento intergenerazionale di successo richiede la creazione di un'atmosfera favorevole e inclusiva. Ciò include

Riconoscere e valorizzare i contributi e i punti di forza di ciascuna generazione.

Promuovere il rispetto reciproco, la comprensione e l'apertura mentale tra i partecipanti.

Offrire opportunità di interazioni significative, collaborazione e costruzione di relazioni.

Celebrare la diversità e promuovere un senso di appartenenza per gli individui di tutte le età.



CREATING A SUPPORTIVE  
ENVIRONMENT



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE

Food, Care and Digitalisation

Il potere dell'apprendimento intergenerazionale risiede nella sua capacità di favorire i legami, preservare la conoscenza, combattere l'isolamento sociale e promuovere l'inclusione. I volontari e il personale che lavorano con le persone anziane nei centri di assistenza sociale hanno l'opportunità unica di creare un ambiente in cui le relazioni intergenerazionali fioriscono, a vantaggio del benessere di tutti i partecipanti e dell'arricchimento delle vite di chi è coinvolto.

L'interazione tra giovani e persone anziane in varie attività è cruciale, in quanto apporta numerosi benefici a entrambe le generazioni. Lo scambio di esperienze, conoscenze e prospettive promuove la comprensione reciproca, colma il divario generazionale e favorisce un senso di connessione e di comunità. L'interazione intergenerazionale è una forza potente che unisce generazioni diverse, favorendo i legami e arricchendo la vita in innumerevoli modi. Dallo sviluppo personale ed emotivo alla stimolazione cognitiva, dallo scambio culturale alla coesione della comunità, i benefici sono di vasta portata sia per i giovani che per le persone anziane. Uno dei vantaggi principali dell'interazione intergenerazionale è lo sviluppo personale ed emotivo. Per i giovani è un'opportunità per sviluppare empatia, pazienza e rispetto per le persone anziane, acquisendo una comprensione più profonda dell'invecchiamento e delle sfide che esso comporta. Al contrario, le persone anziane sperimentano un rinnovato senso dello scopo e un migliore benessere emotivo grazie ai legami significativi con le generazioni più giovani. La solitudine e l'isolamento sociale, che possono essere prevalenti tra le persone anziane, vengono combattuti efficacemente attraverso questi legami, promuovendo un senso di appartenenza e di comunità.

Anche la stimolazione cognitiva e lo sviluppo delle competenze sono vantaggi significativi dell'interazione intergenerazionale. I giovani hanno la possibilità di imparare dalle esperienze di vita e dalle abilità pratiche delle persone anziane, acquisendo conoscenze e intuizioni preziose che spesso non si trovano nei libri di testo. Allo stesso tempo, l'impegno in attività intergenerazionali fornisce stimoli cognitivi alle persone anziane, mantenendo la loro mente attiva e promuovendo la risoluzione di problemi, il richiamo della memoria e l'apprendimento di nuove abilità. L'interazione intergenerazionale facilita anche lo scambio e l'apprezzamento culturale. I giovani possono conoscere culture, tradizioni e prospettive diverse grazie all'interazione con persone anziane provenienti da contesti diversi. A loro volta, le persone anziane hanno l'opportunità di trasmettere le loro conoscenze culturali, le loro tradizioni e i loro valori alle generazioni più giovani, preservando il loro patrimonio culturale e promuovendo un senso di orgoglio e di identità. Colmare il divario generazionale è un altro aspetto critico dell'interazione intergenerazionale. Attraverso questi legami, si approfondisce la comprensione, si abbattano gli stereotipi e si sfidano i pregiudizi legati all'età, contribuendo a una società più inclusiva. Il rispetto reciproco, l'apprezzamento e la celebrazione dei punti di forza e dei contributi unici di ciascuna generazione diventano le



fondamenta di comunità più forti. L'interazione intergenerazionale è anche una fonte vitale di sostegno sociale ed emotivo. I giovani offrono compagnia, sostegno emotivo e una nuova prospettiva alle persone anziane, promuovendo il loro benessere generale e la loro salute mentale. D'altro canto, le persone anziane offrono guida, saggezza e consigli di vita alle generazioni più giovani, fungendo da mentori e modelli. Queste relazioni intergenerazionali diventano una fonte di forza e di sostegno per entrambe le parti. L'interazione intergenerazionale facilita il trasferimento di conoscenze tra le generazioni. Lo scambio di conoscenze, competenze ed esperienze preserva le pratiche tradizionali, le abilità pratiche e le conoscenze storiche che altrimenti andrebbero perse. I giovani hanno l'opportunità di apprendere abilità pratiche, acquisire saggezza e sviluppare la resilienza grazie alle conoscenze e alle esperienze di vita accumulate dalle persone anziane, beneficiando così di un patrimonio di saggezza che va oltre quello che si può trovare nell'istruzione formale.

L'interazione intergenerazionale promuove la comunità e la coesione sociale. Favorisce un senso di comunità e di appartenenza, creando legami che vanno oltre i legami familiari e colmando i divari tra i diversi gruppi di età all'interno della società. Questi legami rafforzano le reti sociali, promuovono la solidarietà intergenerazionale e migliorano la coesione della comunità, portando a una società più armoniosa e vivace.

#### **Vantaggi dell'interazione per giovani e anziani:**

I giovani hanno l'opportunità di imparare dalle esperienze di vita, dalla saggezza e dalle abilità pratiche delle persone anziane. Questo scambio contribuisce ad ampliare la loro comprensione della storia, della cultura e delle tradizioni, favorendo al contempo l'empatia e il rispetto per le persone anziane.

Le persone anziane spesso provano sentimenti di isolamento sociale e solitudine. Attraverso le interazioni con i giovani, ricevono compagnia, sostegno emotivo e un rinnovato senso di appartenenza.

Le attività intergenerazionali mettono in discussione gli stereotipi associati all'invecchiamento e ai giovani. I giovani possono acquisire una comprensione più accurata delle persone anziane, rendendosi conto che possiedono talenti, conoscenze e prospettive uniche, al di là degli stereotipi comuni.

L'interazione tra giovani e persone anziane contribuisce a migliorare il benessere mentale ed emotivo di entrambe le parti. Aumenta i legami sociali, diminuisce il senso di solitudine e promuove un senso di gioia, appagamento e solidarietà intergenerazionale.

Esempi di attività che coinvolgono giovani e anziani:



**Cucina:** I giovani possono partecipare a sessioni di cucina o di cottura con le persone anziane, scambiandosi ricette di famiglia, condividendo tecniche culinarie e creando insieme piatti deliziosi. Questa attività promuove il legame intergenerazionale e facilita la trasmissione delle tradizioni culturali alimentari.

**Danza e movimento:** Le lezioni di danza o le sessioni di movimento offrono a entrambe le generazioni l'opportunità di fare attività fisica, promuovere il benessere e condividere l'amore per la musica e la danza. I giovani possono insegnare nuovi stili di danza, mentre le persone anziane possono insegnare danze tradizionali o condividere le loro esperienze con la musica della loro epoca.



**Racconto e scrittura di memorie:** I giovani possono organizzare sessioni di narrazione in cui ascoltano le storie di vita delle persone anziane e le documentano. Si possono anche organizzare laboratori di scrittura di memorie, per permettere alle persone anziane di lasciare un'eredità alle generazioni future. Questa attività preserva la loro storia personale e sviluppa le capacità di narrazione dei giovani.



**Laboratori digitali:** I giovani possono assistere le persone anziane nello sviluppo di competenze digitali, come l'uso di smartphone, piattaforme di social media, videochiamate o accesso a risorse online. Questi laboratori permettono alle persone anziane di rimanere in contatto con i propri cari, di accedere alle informazioni e di impegnarsi nel mondo digitale, riducendo così il loro divario digitale.



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

**Giochi e puzzle intergenerazionali:** I giochi da tavolo, i giochi di carte o i puzzle forniscono una piattaforma per la competizione amichevole, la stimolazione cognitiva e l'interazione sociale tra giovani e persone anziane. Queste attività incoraggiano il lavoro di squadra, la risoluzione dei problemi e le risate, favorendo un senso di cameratismo.



**Sessioni di arte e artigianato:** I progetti artistici collaborativi permettono ai giovani e alle persone anziane di esprimere la propria creatività, condividere le tecniche e creare insieme opere d'arte significative. Questa attività incoraggia l'autoespressione, migliora le abilità motorie e fornisce una piattaforma per lo scambio di conoscenze artistiche e di ispirazione.

**Giardinaggio:** Impegnarsi in attività di giardinaggio, come piantare fiori, curare un orto o creare un giardino comunitario, favorisce l'attività fisica, il relax e il senso di realizzazione. I giovani possono imparare le tecniche di giardinaggio, mentre le persone anziane condividono la loro saggezza e le loro esperienze di giardinaggio.



**Club del libro intergenerazionale:** Un club del libro in cui giovani e persone anziane si riuniscono per leggere e discutere di letteratura. Questa attività incoraggia il pensiero critico, promuove l'amore per la lettura e facilita le conversazioni intergenerazionali su prospettive e temi diversi.

**Sessioni di musica e canto:** Riunite giovani e persone anziane per sessioni di musica, dove possono condividere e apprezzare diversi generi musicali. Si possono cantare canzoni di epoche





Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

diverse, imparare a suonare strumenti musicali o addirittura formare un coro o una band intergenerazionale.



**Passeggiate all'aperto ed esplorazione della natura:** Passeggiate nei parchi, nelle riserve naturali o nei giardini botanici, che permettono a entrambe le generazioni di entrare in contatto con la natura, di godere dell'aria fresca e di conversare. Questa attività promuove l'esercizio fisico, il benessere e offre l'opportunità di condividere le conoscenze sulla flora e la fauna locali.

**Progetti di volontariato:** I giovani e le persone anziane possono impegnarsi insieme in attività di volontariato, come la partecipazione a progetti di servizio alla comunità, il sostegno a enti di beneficenza locali o l'organizzazione di eventi di raccolta fondi. Questa esperienza condivisa promuove un senso di responsabilità sociale e di impegno nella comunità.



**Scambi culturali:** Eventi di scambio culturale in cui giovani e persone anziane condividono le loro tradizioni culturali, le loro usanze e le loro celebrazioni. Possono includere la cottura e la degustazione di cibi tradizionali, la presentazione di abiti tradizionali o spettacoli di danza e l'esplorazione del patrimonio culturale.

**Sessioni di condivisione dei ricordi:** I giovani e le persone anziane possono condividere e documentare i loro ricordi personali. Questo può comportare la creazione di scatole dei ricordi, album di ritagli o album digitali che conservano e celebrano le loro storie di vita.





Co-funded by  
the European Union



BRIDGE

Food, Care and Digitalisation

L'interazione intergenerazionale porta numerosi benefici dal punto di vista personale, cognitivo, culturale e sociale. Arricchisce la vita dei giovani e delle persone anziane, favorendo la comprensione, il sostegno reciproco e un senso di connessione che trascende i confini generazionali. Le attività intergenerazionali fungono da catalizzatore per queste interazioni significative. Dalla cucina al giardinaggio, dalla danza alla narrazione di storie e ai laboratori di abilità digitali, un'ampia gamma di attività può essere adattata agli interessi e alle capacità di entrambe le generazioni. Queste attività creano spazi in cui si condividono conoscenze, si scambiano esperienze e si creano relazioni. Le attività intergenerazionali favoriscono la crescita e lo sviluppo personale. I giovani ottengono preziose intuizioni, abilità di vita e un maggiore apprezzamento per le diverse prospettive quando imparano dalla saggezza e dalle esperienze di vita delle persone anziane. Sviluppano empatia, pazienza e rispetto, qualità essenziali per costruire comunità forti e inclusive. Allo stesso tempo, le persone anziane sperimentano un rinnovato senso di scopo, connessione sociale e benessere emotivo quando si impegnano con le generazioni più giovani e contribuiscono alla loro crescita.

Continuando ad abbracciare e promuovere le attività intergenerazionali, creiamo una società in cui le generazioni imparano e si ispirano a vicenda, formando legami duraturi che arricchiscono le vite e costruiscono un futuro più armonioso.



## ALLEGATI

### Allegato 1: Valutazione delle competenze digitali del personale e delle persone anziane

#### Istruzioni per gli utenti

Le competenze digitali sono una delle sfide del XXI secolo per voi. Per migliorare le vostre conoscenze con una formazione specifica per la vostra crescita personale, dobbiamo conoscere le vostre conoscenze e abilità nell'uso degli strumenti digitali.

Utilizzerete questa valutazione prima e dopo i corsi di apprendimento.

#### Fase 1

Rispondete o rispondete da soli alla valutazione. Potete utilizzare la versione online o cartacea.

#### Fase 2

Avete ricevuto le risposte oneste della valutazione.

Ora è compito dello staff costruire un programma di apprendimento basato su queste risposte. Se si accede alla panoramica delle competenze, si può trovare il rispettivo programma di apprendimento. (vedi punto 5.3)

Questo è il programma di apprendimento personalizzato per ogni partecipante.

Creare gruppi con livelli di conoscenza simili. Seguite le raccomandazioni metodologiche (vedi punto 2) e le attività di comunicazione e apprendimento con le persone anziane (vedi punto 3).

La valutazione è riportata nell'allegato 1.

Vi preghiamo di compilare il seguente modulo con i vostri dati.

Fascia di età:

60-64

65-69



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

70-74

75-79

80-84

85+

Sesso:

Maschio

Donna

Paese:

Repubblica Ceca

Ungheria

Italia

Romania

Spagna

Paesi Bassi

Altro

La preghiamo di rispondere onestamente a ogni affermazione, in modo da poter creare un programma di apprendimento per lei su questa base.

COMPETENZE DIGITALI DI BASE/SOLUZIONE DI PROBLEMI	SÌ	NO
Sono in grado di accendere un dispositivo e di accedere a qualsiasi account/profilo in mio possesso.		
Sono in grado di collegare un dispositivo a una rete WIFI		
So trovare e utilizzare applicazioni o programmi su un dispositivo		
Sono in grado di utilizzare il menu delle impostazioni di un dispositivo per renderlo più personale/di facile utilizzo (per cambiare lo sfondo, per aumentare la dimensione dei caratteri per facilitare la lettura, ecc.)		



So organizzare i miei documenti/foto utilizzando file e cartelle.		
So usare i segnalibri per salvare e recuperare siti web e informazioni.		
<b>COMUNICAZIONE E COLLABORAZIONE, ATTIVITÀ ONLINE</b>	<b>SÌ</b>	<b>NO</b>
Sono in grado di comunicare con i miei familiari e amici utilizzando i canali di comunicazione digitale (e-mail, Messenger).		
Sono in grado di parlare con i miei familiari e amici attraverso strumenti video (Zoom, Skype, Messenger, FaceTime).		
Sono in grado di pubblicare contenuti e/o interagire su piattaforme di social media (foto, messaggi, video).		
Posso usare Internet per prendere appuntamenti con il medico o con altri fornitori di servizi.		
Sono in grado di utilizzare diversi software di navigazione digitale (Wazze, Google Maps) quando sono in viaggio.		
Posso usare i motori di ricerca per trovare le informazioni che mi interessano (orari di treni/autobus, orari di apertura dei negozi, ecc.)		
Posso acquistare cibo e vestiti utilizzando lo shopping online		
Posso pagare le bollette usando l'online banking		
<b>SICUREZZA ONLINE, SICUREZZA DIGITALE E DEI DATI</b>	<b>SÌ</b>	<b>NO</b>
Sono in grado di mantenere sicure le informazioni che utilizzo per accedere ai miei account online/strumenti digitali, utilizzando password diverse e sicure per gli account.		
Sono in grado di riattivare un account quando ho dimenticato la password.		
So riconoscere ed evitare i link sospetti nelle e-mail, nei siti web, nei messaggi dei social media e nei pop-up, e so che cliccare su questi link è un rischio		
So aggiornare il sistema di sicurezza del mio computer quando è necessario per prevenire virus e altri rischi.		
so riconoscere i siti web sicuri cercando il lucchetto e l'https nella barra degli indirizzi		
Mi assicuro sempre di non condividere o utilizzare i dati o la proprietà intellettuale di altre persone senza il loro consenso.		



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

Faccio attenzione a ciò che condivido/pubblico online perché so che l'attività online viene registrata in modo permanente e può essere consultata da altri.		
---	--	--



Allegato 2: Modello di "piano di apprendimento digitale per le persone anziane" (con esempio)

Tema	Obiettivo di apprendimento (risultato)	Programma di apprendimento	Contenuto dell'apprendimento	Formato di apprendimento	Tempo di apprendimento	Date e partecipanti
Internet e social media	Avere una visione d'insieme e gestire Internet e i social media Creare e utilizzare un account di posta elettronica Scrivere una e-mail Sviluppare un account dati Memorizzazione di immagini da un'e-mail a un file Organizzare, archiviare e recuperare i dati.	Vedi mappa delle competenze digitali Vedi mappa delle competenze - materiale didattico (nome del programma)	Vedere il materiale didattico	workshop, online, modulo...	6 ore	Dati previsti e numero di partecipanti



## BIBLIOGRAFIA

### Capitolo 4

Hanns Sauter (Erzdiözese Wien) und Dagmar Heidecker (Bundesinstitut für Erwachsenenbildung)

[https://www.pedocs.de/volltexte/2013/7430/pdf/Erwachsenenbildung\\_13\\_2011\\_Bruenner\\_Leitprinzipien\\_und\\_didaktische.pdf](https://www.pedocs.de/volltexte/2013/7430/pdf/Erwachsenenbildung_13_2011_Bruenner_Leitprinzipien_und_didaktische.pdf)

Foster, L., & Walker, A. (2013). Gender e active ageing in Europe. *European Journal of Ageing*, 10, 3-10.

Kolle, Franz (2005): *Bildungschancen für ältere Menschen. Ansprüche an ein gelungenes Leben.* Wien: LIT-Verlag.

Kolle, Franz/Pegah, Ahmadi (2010): *Bildung und aktives Altern. Bewegung im Ruheste.* Bielefeld: W. Bertelsmann.

Simon, Gertrud (2006/2007): *Lernen und Bildung im Interesse älterer Menschen. Untersuchung der wichtigsten Konzepte zum lebenslangen Lernen im 3. und 4. Lebensalter.* Bericht für das österr. Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz, Wien.

West, M., Kraut, R., & Ei Chew, H. (2019). I'd blush if I could: closing gender divides in digital skills through education.

Withnall, Alexera/McGivney, Veronica/Soulsby, Jim (2004): *Older People Learning – myths e realities: department for education e skills, nice promoting adult learning.* Leicester: NIACE.

Withnall, Alexera/Percy, Keith (1994): *Good Practice in the Education e Training of Older Adults.* Ashgate Publishing Ltd.

### Capitolo 4.3

[https://www.cedefop.europa.eu/files/4073\\_en.pdf](https://www.cedefop.europa.eu/files/4073_en.pdf)

<https://www.coe.int/en/web/lang-migrants/formal-non-formal-e-informal-learning#:~:text=Learning%20that%20is%20formal%20or,%2C%20however%2C%20is%20exclusively%20incidental.>

Bjursell, C. (2019). Sweden's senior university: Bildung e fellowship. In M. Formosa (Ed.), *The university of the third age e active ageing: European e Asian-Pacific perspectives* (pp. 131–142). Springer. [Crossref],

Fejes, A., Aman, R., & Nyström, S. (2021). "Breing bildung": Commodifying the uniqueness of popular education. *Adult Education Quarterly*, 71(2), 111–127. <https://doi.org/10.1177/0741713620957944> [Crossref],

Magnus Schoultz: Teachers' reflections on their practices in older adult non-formal education; School of Humanities, Education e Social Sciences, Örebro University, Örebro, Sweden; <https://www.tefonline.com/doi/full/10.1080/00313831.2023.2196543>



Co-funded by  
the European Union



BRIDGE  
Food, Care and Digitalisation

## Capitolo 5

[https://www.elderly.gov.hk/english/carers\\_corner/communication\\_skills/comm\\_skillful.html](https://www.elderly.gov.hk/english/carers_corner/communication_skills/comm_skillful.html)



Co-funded by  
the European Union



**BRIDGE**

Food, Care and Digitalisation

[www.foodandcare.eu](http://www.foodandcare.eu)

# BRINGING DIGITALISATION TO THE OLDER GENERATION

Project-N° 2022-1-HU01-KA220-ADU-000087910

