

Tabela 2. Wykluczenie mężczyzn oraz ich brak aktywności na trzecim i czwartym etapie życia

No.	Rozpoznane problemy/przeszkody/potrzeby	Zalecenia/sugestie dotyczące zmian
1	<p>STAWANIE SIĘ NIKIM: samotność, (samo)izolacja i (auto)marginalizacja wśród starszych dorosłych (zwłaszcza mężczyzn).</p> <p>ZMIANA STATUSU; ZMIANA TOŻSAMOŚCI; PRZYPIŚANA TOŻSAMOŚĆ: "Z chwilą przejścia na emeryturę natychmiast stałem się nikim" (rozmówca ze Słowenii)</p> <p>Konsekwencje samotności itp. wpływające na zdrowie (ryzyko demencji, zdrowie psychiczne itd.) i dobre samopoczucie osób starszych</p>	<p>Interesariusze zaangażowani w aktywne starzenie się, uczenie się przez całe życie oraz ogół społeczeństwa obywatelskiego, wszyscy oni będą musieli rozwinąć wrażliwość, aby rozpoznać przyczyny i procesy, które "wyparty" starszych mężczyzn z życia publicznego danej społeczności.</p> <p>Możliwości były postrzegane przede wszystkim a) w już istniejących i zróżnicowanych programach edukacyjnych i szkoleniowych; b) informowania i podnoszenie świadomości starszych mężczyzn na temat tych programów; oraz c) w rozważaniu alternatywnych działań dla starszych mężczyzn w późniejszym życiu. W tym aspekcie nacisk położono również na znaczenie podnoszenia świadomości starszych ludzi na temat korzyści płynących ze znalezienia nowych środowisk/grup społecznych już w procesie emerytalnym (patrz Gregorčič, 2017 oraz omówione już przejście na emeryturę w tabeli 1.C.2).</p> <p>Należy rozwinąć programy dotyczące starzenia się poznawczego, promocji zdrowia psychicznego itp. oraz zorganizować szersze dyskusje publiczne na temat utrzymujących się tematów tabu, które dotyczą aspektu gender w badanych krajach.</p>
2	<p>DOSTĘP do wysokiej jakości usług, odpowiedniej infrastruktury publicznej i mobilności stało się główną techniczną (a także finansową) przeszkodą dla osób starszych co wpłynęło na degradację poziomu ich życia, co ma znaczny wpływ na zdrowie i jakość życia jednostki. Wiele niezbędnych usług stało się płatnymi, a dostęp do instytucji i ogólna mobilność są często niewystarczające.</p> <p>Starsi mężczyźni zgłaszali też utratę swojej niezależności i autonomii.</p>	<p>Badania ukazały, że starsi mężczyźni wysoko cenią sobie niezależność i autonomię, które ich definiowały w trakcie życia zawodowego. Szczególne przeszkody, które uniemożliwiają osobom starszym odpowiedni dostęp i mobilność (chodniki, ścieżki rowerowe, ławki na przystankach i wzdłuż tras pieszych, parkingi w pobliżu ośrodków zdrowia, zorganizowany transport publiczny, okolice sklepu, apteki, poczty, banku, nieodpłatne przestrzenie społeczne jako alternatywa dla barów w środowisku wiejskim, kościoły i szkoły); w środowisku lokalnym (wieś, sąsiedztwo, gentryfikacja ośrodków miejskich itp.) powinny zostać zidentyfikowane, także w kontekście decentralizacji; władze krajowe, przy współpracy społeczeństwa obywatelskiego i władz lokalnych powinny zapewnić możliwości tańszych lub darmowych usług dla osób starszych</p>
3	<p>USŁUGI I KWESTIE ZDROWONE (wskazane przez wszystkich partnerów projektu): znaczące problemy zdrowotne (choroby przewlekłe, trudności ruchowe, zwiększona</p>	<p>Rząd powinien rozpocząć długoterminowe działania mające na celu poprawę systemu opieki zdrowotnej oraz zapewnienia wszystkim osobom (także osobom starszym) równego dostępu do usług. Aby usprawnić obecną, niewłaściwą, sytuację osób starszych w poszczególnych krajach/regionach, społeczeństwo obywatelskie i</p>

<p>zachorowalność); trudności w dostępie do publicznych usług zdrowotnych oraz, w przypadku niektórych specjalizacji medycznych, długich okresów oczekiwania i/lub usług niepełnopłatnych; brak odpowiedzi na pytania związane z kwestią zdrowia psychicznego (i inne)</p> <p>Za mało zasobów - ludzkich, technicznych itp. - aby poradzić sobie z sytuacją oraz wspomagać rodziny osób starszych z problemami psychicznymi ..</p>	<p>organizacje pozarządowe, zajmujące się kwestią aktywnego starzenia się, uczeniem się przez całe życie, powinni połączyć swoje siły i stać się poważną grupą nacisku na zmianę obecnej sytuacji.</p> <p>Kwestia braku adekwatnej lub niewystarczającej polityki i praktyk w zakresie działań prozdrowotnych, powinna zostać przedstawiona szerszej grupie odbiorców oraz stronom zainteresowanym (plus problem prywatyzacji, jakości, dostępności, równości). Powinny zostać przedstawione innowacyjne możliwości dla osób starszych: oprócz prostej pomocy i instytucjonalizacji, które powinny być świadczone przez państwo, należy również przedstawić innowacje typu non – profit dla osób starszych, rozwijać organizacje wspólnotowe w kierunku prac uspołeczniających.</p>
<p>4 UBÓSTWO I TRUDNOŚCI FINANSOWE</p> <p>poza słabo zarządzanymi usługami domowymi i socjalnymi (adresowanymi przez wszystkich partnerów projektu „Old Guys”), wskazano duże różnice między obszarami miejskimi i wiejskimi.</p>	<p>W budowaniu strategii krajowych oraz przy przygotowywaniu planu działania przez różne ministerstwa, władze lokalne i krajowe powinny wspierać wdrażanie prawodawstwa, które zajmie się problemami finansowymi i materialnymi osób starszych oraz osób zagrożonych ubóstwem.</p> <p>Interesujące zalecenia można znaleźć w dobrych praktykach, które wciąż istnieją na niektórych obszarach wiejskich (zidentyfikowanych w Słowenii i Estonii), gdzie dana społeczność nadal zrzesza swoich mieszkańców (zob. Gregorčič, 2017).</p>
<p>5 Problemy w ORGANIZACJI i WSPÓŁPRACY</p> <p>Brak odpowiedniej lub niewystarczającej polityki społecznej, która pozwala społeczności być centrum rozwiązywania problemów osób starszych</p>	<p>Konieczna jest lepsza współpraca między wszystkimi instytucjami, które zajmują się osobami starszymi.</p>
<p>6 ZAMIANA POZYCJI: Mężczyźni stracili pozycję, którą mieli wcześniej, dlatego często nie wiedzą, jak uczestniczyć w środowisku, w którym aktywność prowadzą kobiety.</p> <p>Zauważa się z różnych perspektyw, dyskomfort w przestrzeniach, w których mężczyźni stanowią mniejszość, takich jak Kluby Seniora i Uniwersytet Trzeciego Wieku.</p> <p>Mężczyźni rzadko podejmują (nowe) czynności bez osobistej zachęty.</p>	<p>Przejawia się to w bardzo nierównej formie uczestnictwa w dostępnych działaniach/aktywnościach. Bardziej zorganizowane, formalne działania edukacyjne, przyciągają przede wszystkim kobiety; nieformalne formy - przyciągają mężczyzn. Kluczowe wydaje się, promowanie różnorodnych działań, tak aby kobiety i mężczyźni mieli równe szansę na uczestnictwo i współdziałanie.</p> <p>Ważne jest, aby te działania adresowane były przez różne instytucje, a zwłaszcza przez organizacje pozarządowe i organizacje dotyczące starszych osób. Ważne jest także, aby te aktywności dotyczyły "działania", "robienia rzeczy": współpraca (międzypokoleniowa lub jakakolwiek inna) może być rozwijana jedynie poprzez "wspólne działanie" (Krajnc, 2018, osobiste interakcje).</p>

		Indywidualne podejście okazało się najskuteczniejsze: mężczyźni zostali zachęceni do uczestniczenia lub włączeni do działań przez swoje partnerki lub przyjaciół.
7	Potrzeba POLITYCZNEGO UCZESTNICTWA i aktywnego obywatelstwa	Społeczności lokalne powinny opracować bardziej demokratyczne i partycypacyjne praktyki angażujące starszych dorosłych w konsultacje i inne działania, które umożliwią im udział w społeczności.
8	ZALEŻNOŚĆ w odniesieniu do partnerów życiowych i zjawiska "bezcennych kobiet" (jak pokazały badania w Słowenii). Badania wykazały stosunkowo wysoką zależność badanych mężczyzn od kobiet jako towarzyszy oraz silne uzależnienie emocjonalne, społeczne i informacyjne od nich; w razie potrzeby mogą być "pierwszymi opiekunami", a często także 'jedynymi powiernikami'. W przypadkach, w których żony były młodsze i aktywne zawodowo, wykazano, że mężczyźni ci przejęli wiele dominujących ról lub obowiązków kobiet (np. Prowadzenie gospodarstwa domowego, opieka nad wnukami)	Dla starszych mężczyzn "bezcenne kobiety" i rodzina są najważniejszymi filarami, na których można oprzeć akceptację własnego procesu starzenia się: badania wskazały na bezcennność i znaczenie żony / partnera dla starszych mężczyzn na tym etapie życia (prowadzili gospodarstwo domowe, zarządzali finansami, dbali o swoich mężów, dzieci i wnuki, planowali, jak "przetrwąć" miesiąc, planowali zmiany w gospodarstwie domowym związane ze starzeniem się i wiekiem, oferowali pomoc dalszej rodzinie, ponadto kobiety mają liczniejsze kontakty w sieciach społecznych). Wykazano, że żony wpływają na strukturę aktywności mężczyzn (planowanie wakacji, uroczystości, codzienne życie itp.). Właśnie dlatego żony (lub partnerzy życiowi) mogą być prawdopodobnie najważniejszą grupą docelową do dyskusji na temat etapu przechodzenia na emeryturę oraz aktywnego starzenia się przez starszych mężczyzn; jak również, mogą zachęcić swoich partnerów do udziału w działaniach społeczności lub w nauce (patrz także zalecenie nr 6 w tej Tabeli).
9	SPRAWY EDUKACYJNE: w niektórych krajach (jak ujawniono w przypadku portugalskich badań) mężczyźni o bardzo niskim wykształceniu będąc w starszym wieku znajdują się w bardzo trudnej sytuacji w porównaniu do osób ze średnim lub wyższym wykształceniem.	Wykształcenie ma kluczowe znaczenie dla jakości życia w wieku dorosłym, a dokładniej w wieku starszym. Programy uczenia się przez całe życie świadczone przez instytucje edukacyjne i nieformalne programy nauczania powinny rozwiązywać złożone problemy nie tylko w znaczeniu edukacyjnym, ale także dotyczące działań społecznych i programów, które nie konieczne mają związek z edukacją, kładąc większy akcent na socjalizację, wzajemność i wspólnotę (z udziałem międzypokoleniowym - programy i wymiana, praca w społeczności, kreatywność).