



GUIDA D'UTILIZZO

Web-App educativa per le città a misura di anziano



Co-funded by
the European Union

ERASMUS+ n° 2022-1-ES01-KA220-VET-
00085664



Indice

Introduzione	3
Strumento digitale web-app	3
Destinatari	4
Contenuti	4
Modulo 1 - Ambienti smart e domotica	5
Modulo 2 - Partecipazione sociale.....	5
Modulo 3 - Inclusione sociale e cooperazione.....	5
Modulo 4 - Occupazione e impegno civico.....	6
Modulo 5 - Supporto e comunicazione con la comunità.....	6
Struttura	6
Come accedere	8
Come navigare nella web-app	8



AGE FRIENDLY TOOLKIT

Introduzione

In base ai risultati di apprendimento descritti nel [curriculum formativo](#) per la nuova figura di "Professionista di riferimento per l'invecchiamento inclusivo nelle città amiche dell'età", attraverso il progetto Age Friendly Toolkit è stata sviluppata una Risorsa Educativa Aperta¹ per fornire conoscenze e sviluppare competenze specifiche nella creazione di ambienti a misura di anziano (age-friendly) nel contesto dell'invecchiamento e dei cambiamenti demografici nei Paesi europei.

L'obiettivo principale è quello di fornire una serie di risorse educative da implementare nei programmi di formazione professionale per lo sviluppo di città a misura di anziano nei Paesi partecipanti. Le persone che partecipano a questo programma di formazione professionale saranno in grado di identificare problemi e barriere generali che ostacolano una città inclusiva, di riconoscere come essi influenzino la vita delle persone anziane e di proporre soluzioni diverse e creative per risolvere i problemi in una prospettiva inclusiva.

Tutti i contenuti sono correlati agli indicatori dell'Organizzazione Mondiale della Sanità: Spazi esterni ed edifici, trasporti, abitazioni, partecipazione sociale, rispetto e inclusione sociale, partecipazione civica e occupazione, comunicazione e informazione, sostegno alla comunità e servizi sanitari.

Strumento digitale web-app

L'app web consiste in una serie di risorse didattiche aperte fornite attraverso una piattaforma multilingue, con contenuti di formazione sia teorici che pratici, quiz e materiali multimediali. Le risorse mirano a fornire una panoramica completa dei concetti chiave relativi alla creazione di ambienti e comunità a misura di anziano. Tuttavia, l'app non pretende di essere esaustiva su ogni argomento, ma piuttosto funge da strumento di supporto su misura per una varietà di profili con bagagli e compiti diversi. Il suo scopo principale è quello di offrire approfondimenti rilevanti su aspetti significativi delle iniziative a misura di anziano, fornendo al contempo agli utenti la flessibilità di esplorare materiali supplementari per un apprendimento più approfondito. L'app include anche funzioni interattive, come autovalutazioni con brevi feedback, per incoraggiare il coinvolgimento attivo e

¹ Questo progetto tiene presente la definizione dell'Unesco di Risorse Educative Aperte (OER) come "materiali per l'insegnamento, l'apprendimento e la ricerca su qualsiasi supporto - digitale o altro - che risiedono nel pubblico dominio o che sono stati rilasciati sotto una licenza aperta che permette l'accesso, l'uso, l'adattamento e la redistribuzione senza costi da parte di altri con nessuna o limitata restrizione (Unesco, 2012)".

<https://en.unesco.org/themes/building-knowledge-societies/oer>

l'apprendimento autonomo. Progettata per la formazione sul posto di lavoro, offre contenuti pratici che aiutano gli utenti ad affrontare le sfide quotidiane nella creazione di ambienti inclusivi e a misura di anziano. Lo strumento e i suoi contenuti sono disponibili in inglese, spagnolo, italiano, olandese e danese e l'applicazione web è utilizzabile e accessibile da qualsiasi dispositivo digitale, come PC, smartphone e tablet. Lo strumento e i suoi contenuti sono disponibili in inglese, spagnolo, italiano, olandese e danese e la web-app è utilizzabile e accessibile da qualsiasi dispositivo digitale, come PC, smartphone e tablet.

Destinatari

Il programma di formazione si rivolge ai seguenti profili:

- Istituti educativi e di formazione professionale: una scuola, un istituto o un'altra organizzazione che fornisce istruzione e formazione professionale e che offre una combinazione di apprendimento scolastico e una forte componente lavorativa (tirocini);
- Operatori sanitari e servizi sociali a livello locale;
- Comuni che lavorano all'attuazione di una strategia per città a misura di anziano;
- Associazioni di anziani e organizzazioni de terzo settore che si occupano di ambienti a misura di anziano e di comunità inclusive;
- Volontari nei comuni e nelle organizzazioni sociali;
- Professioni tecniche (ad esempio urbanisti).



Contenuti

I contenuti didattici forniscono teoria e casi pratici locali e nazionali comprovati come innovativi e adeguati (in base al contesto locale/nazionale) circa l'argomento di ciascun modulo formativo. Al fine di fornire stimoli concreti per la creazione di città a misura di anziano, i materiali formativi sono il più possibile pratici e per ogni argomento offrono esempi significativi e sperimentali nel campo delle città a misura di anziano. Durante lo sviluppo, sono



AGE FRIENDLY TOOLKIT

stati selezionati diversi casi di studio tra le buone²/promettenti/migliori³ pratiche coerenti con gli obiettivi del progetto per riportare le attuali politiche e linee guida delle istituzioni competenti o le iniziative esistenti a livello locale, nazionale ed europeo. Per favorire una comprensione completa e comune dei vari termini che si incontreranno nella web-app, si chiarirà la definizione di concetti chiave attraverso temi trasversali, essenziali per la comprensione, la promozione e lo sviluppo di città e comunità age-friendly.

I contenuti didattici sono organizzati nei seguenti 5 moduli, suddivisi in 3 unità ciascuno:

Modulo 1 - Ambienti smart e domotica

Il modulo 1 affronta l'importanza di progettare e realizzare ambienti costruiti in modo ingegnoso per promuovere la qualità della vita, soprattutto per le persone anziane. Integrare gli aspetti di accessibilità, sicurezza, sostenibilità e tecnologia ci permette di costruire spazi che non solo soddisfano le esigenze fisiche, ma promuovono anche l'autonomia, l'inclusione sociale e il benessere. Con un approccio consapevole e rispettoso delle diverse esigenze, è possibile contribuire a creare comunità resilienti e accoglienti per tutte le generazioni.

Modulo 2 - Partecipazione sociale

Il modulo 2 mira a fornire una panoramica sulla partecipazione sociale, con particolare riferimento al coinvolgimento della comunità e dei suoi membri nello sviluppo e nell'attuazione di nuove politiche a misura di anziano. A tal fine, è essenziale analizzare i diversi bisogni e offrire attività e strumenti di partecipazione adatti ai destinatari. In questo senso, il coinvolgimento degli anziani nell'invecchiamento attivo e partecipativo è l'aspetto chiave di questo modulo, che tratterà anche l'apprendimento permanente e varie attività per sensibilizzare e coinvolgere i diversi soggetti interessati in questo obiettivo comune.

Modulo 3 - Inclusione sociale e cooperazione

Il modulo 3 approfondisce il tema dell'inclusione sociale riferendosi al coinvolgimento degli anziani nella vita sociale, culturale, economica e politica delle loro comunità. È essenziale per combattere l'isolamento sociale e la solitudine, che sono problemi comuni tra gli anziani, in particolare quelli con mobilità o reti sociali limitate. Permette inoltre alle persone anziane di rimanere legate alla propria comunità e di mantenere un senso di scopo e dignità anche in età avanzata.

² https://ec.europa.eu/migrant-integration/page/what-are-good-practices_en

³ <https://www.homelesshub.ca/solutions/best-promising-and-emerging-practices>



AGE FRIENDLY TOOLKIT

Modulo 4 - Occupazione e impegno civico

Il modulo 4 parla di una serie di opzioni flessibili che consentono agli anziani di continuare a contribuire alle loro comunità, attraverso un lavoro retribuito o di volontariato, se lo desiderano.

Modulo 5 - Supporto e comunicazione con la comunità

Il modulo 5 fornisce informazioni di base per aiutare a creare una comunità inclusiva e di supporto per i cittadini più anziani, compresi quelli che vivono con la demenza o altre malattie che influenzano le funzioni cognitive. Questo modulo si concentra sulla comprensione dell'invecchiamento, sulla comunicazione efficace e sulle strategie di supporto ed esplora gli elementi essenziali dei servizi di assistenza accessibili e fattibili per gli anziani.

Contenuti di ciascun modulo

I moduli sono suddivisi in unità, ciascuna delle quali affronta argomenti specifici, con tre unità principali per modulo, combinando le conoscenze teoriche con le applicazioni pratiche e aiutando gli studenti non solo a comprendere i concetti chiave, ma anche a trarre ispirazione per applicarli in situazioni di vita reale. Per ogni unità sono inclusi materiali come presentazioni PPT per presentare la teoria e casi di studio significativi sull'argomento, arricchiti da componenti specifici, come ad esempio:

- **I quiz** sono domande come vero/falso, scelta multipla e selezione multipla, con feedback fornito per ogni risposta per supportare il processo di apprendimento.
- **Le risorse multimediali**, come video o podcast, sono integrate per migliorare l'esperienza di apprendimento e condividere in modo interattivo metodi o strumenti specifici, casi di studio reali e buone pratiche.
- **I casi di studio** che presentano buone pratiche per mostrare come questi concetti vengono applicati in contesti reali, mentre risorse multimediali come video o podcast servono a coinvolgere ulteriormente gli studenti.
- **Gli esercizi pratici** sono progettati per aiutare gli studenti ad applicare le conoscenze acquisite lavorando su progetti concreti. Questi esercizi sono pensati per supportare le sessioni di formazione in presenza, offrendo contesti di vita reale e aiutando gli studenti ad applicare le loro conoscenze attraverso progetti concreti.

Struttura

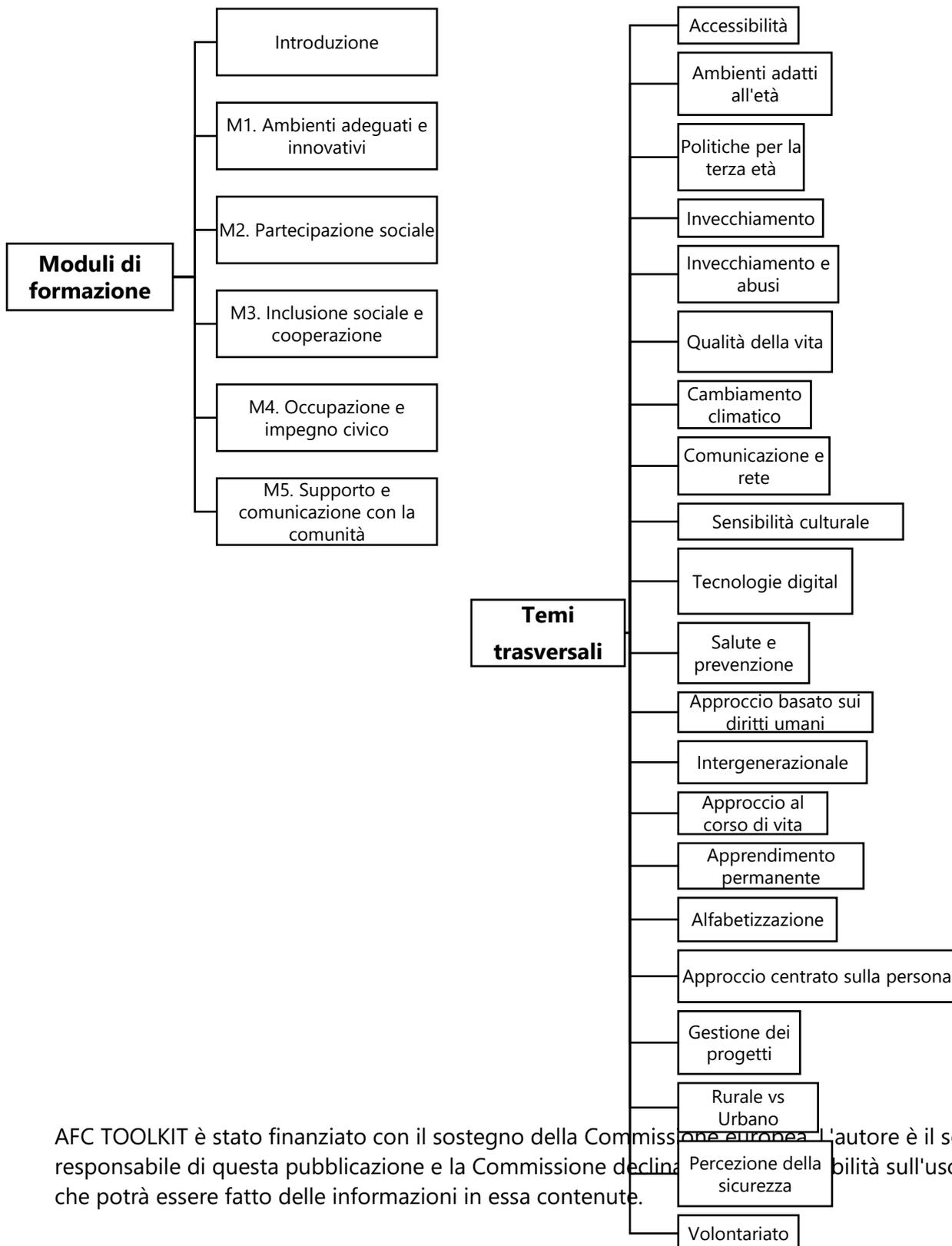
La web-app Age-Friendly City è un percorso introduttivo e informativo che mira a fornire una panoramica sullo sviluppo di comunità a misura di anziano attraverso 5 moduli formativi, 15 unità di apprendimento, diversi casi di studio e altre risorse didattiche. Tutti i materiali formativi sono accessibili online e possono essere scaricati in formato PDF attraverso il [sito di progetto](#),

AFC TOOLKIT è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.



AGE FRIENDLY TOOLKIT

con link a video e documenti rilevanti. La durata stimata del corso è di 30 ore: circa 6 ore per ogni modulo di apprendimento, compresi i casi di studio, i contenuti multimediali e il questionario di autovalutazione. Lo strumento consente inoltre agli utenti di acquisire o verificare le proprie conoscenze sugli ambienti a misura di anziano grazie ai 21 temi trasversali. Dopo una breve introduzione al progetto, al corso e al suo sviluppo, si entra nel vivo dei contenuti didattici che sono organizzati come segue:





AGE FRIENDLY TOOLKIT

Come accedere

La web-app è disponibile al seguente link <https://training.afctoolkit.eu/> e può essere utilizzata su tutti i dispositivi digitali, compresi i telefoni cellulari. La web-app è un'applicazione accessibile esclusivamente tramite un browser web, non distribuita attraverso i tradizionali app store, come Google Play o Apple App Store. Questo tipo di applicazione può essere aggiunta alla schermata iniziale del dispositivo, creando un'icona che consente un accesso rapido e diretto, simile a quello delle app native.

Gli smartphone **Android** possono creare un'icona sulla schermata iniziale tramite i seguenti passaggi:

- Avviare Chrome e aprire la pagina web o il sito che volete salvare nella schermata iniziale.
- Toccare il pulsante Menu e poi il punto in cui si dice Aggiungi alla schermata iniziale.
- L'icona può essere spostata dove si vuole e il sito scelto apparirà, come qualsiasi altra app, toccando il link.

Gli smartphone **iOS** possono creare un'icona sulla schermata iniziale tramite i seguenti passaggi:

- Aprire il sito web
- Nella parte inferiore del browser Safari, trovare e toccare l'icona di condivisione sulla barra dei menu (sembra una scatola con una freccia verso l'alto).
- Dall'elenco delle opzioni di condivisione, scegliere Aggiungi alla schermata iniziale.

Durante il funzionamento online, la web-app è progettata per offrire un'esperienza utente fluida e interattiva, sfruttando le capacità del browser e le moderne tecnologie web.

Come navigare nella web-app

Una volta aperta la pagina principale con il catalogo dei corsi è possibile tradurre la pagina con il traduttore automatico: traducendolo con lo smartphone attraverso il banner in alto o selezionando l'opzione Traduci in italiano dal Menù col tasto destro del mouse.

Scorrendo verso il basso della pagina principale è possibile vedere le varie versioni linguistiche e basta selezionare quella che interessa:

Select your language from the list of the available eCourses below

Available courses

An educational toolkit for the development of age-friendly cities



A set of open educational resources through an educational app and an eLearning course.

Recurso educativo para promover la creación de entornos amigables con las personas mayores ↗



La plataforma Web-App (Age Friendly Toolkit) está diseñada para enriquecer tus habilidades, ofreciendo a través de 5 módulos contenidos teóricos, prácticos y multimedia que están directamente relacionados con los indicadores clave de la Organización Mundial de la Salud. Estos indicadores abarcan áreas clave como son: el Espacios al Aire Libre, el Transporte, la Vivienda, la Participación Social, el Respeto y la Inclusión Social, la Participación Cívica y el Empleo, la Comunicación y la Información y, por último, los Servicios de Apoyo a la Comunidad.

Een educatieve toolkit voor de ontwikkeling van leeftijdsvriendelijke steden ↗



De Age Friendly Toolkit Web-App verrijkt jouw vaardigheden met vijf dynamische modules vol theoretische, praktische en multimediale inhoud. Deze zijn direct verbonden met de belangrijkste indicatoren van de Wereldgezondheidsorganisatie, waaronder buitenruimte, vervoer, huisvesting, sociale participatie, respect, burgerparticipatie, communicatie en gezondheidszorg.

Et uddannelsesværktøj til udvikling af aldersvenlige byer ↗



Age-Friendly Toolkit Web App er designet til at berige dine færdigheder og tilbyder 5 moduler med teoretisk, praktisk og multimedieindhold, der er direkte forbundet med Verdenssundhedsorganisationens nøgleindikatorer. Disse indikatorer dækker nøgleområder som udendørsarealer og bygninger, transport, boliger, social deltagelse, respekt og social inklusion, borgerdeltagelse og beskæftigelse, kommunikation og information og endelig sundhed og kommunale støttetjenester.

Risorse educative per promuovere la creazione di ambienti a misura di anziano ↗



La Web-App Age Friendly Toolkit è progettata per arricchire le vostre competenze, offrendo attraverso 5 moduli una serie di contenuti teorici, pratici e multimediali che sono direttamente collegati agli indicatori chiave dell'Organizzazione Mondiale della Sanità. Questi indicatori coprono aree chiave come gli spazi esterni e gli edifici, i trasporti, gli alloggi, la partecipazione sociale, il rispetto e l'inclusione sociale, la partecipazione civica e l'occupazione, la comunicazione e l'informazione e, infine, la salute e i servizi di supporto alla comunità.



AGE FRIENDLY TOOLKIT

Per creare un nuovo account, fare clic sul pulsante **CREA UN ACCOUNT** (fig. 1):

Figura 1. Creare un nuovo account

The screenshot shows the 'Nuovo account' page. At the top, there is the AFC logo and the text 'AGE FRIENDLY TOOLKIT'. Below this, there are two input fields: 'Username' and 'Password'. A 'Login' button is present. A link 'Hai dimenticato la password?' is also visible. A section titled 'È la prima volta che accedi qui?' contains the text 'Per accedere al sito devi creare un account.' and a button labeled 'Crea un account', which is highlighted with a red box and a red arrow. Below this, there is a section 'Alcuni corsi possono consentire l'accesso agli ospiti' with a 'Login come ospite' button. At the bottom, there is a language selector set to 'Italiano (it)' and a 'Informativa cookie' button.

Nuovo account

The screenshot shows the registration form. It includes the following fields: 'Username', 'Password', 'Indirizzo email', 'Indirizzo email (ripeti)', 'Nome', 'Cognome', 'Città /Località', 'Nazione', and 'Stato'. A red box highlights the 'Crea il mio nuovo account' button, with a red arrow pointing to it. A legend at the bottom indicates that red exclamation marks denote 'campi a compilazione obbligatoria'.

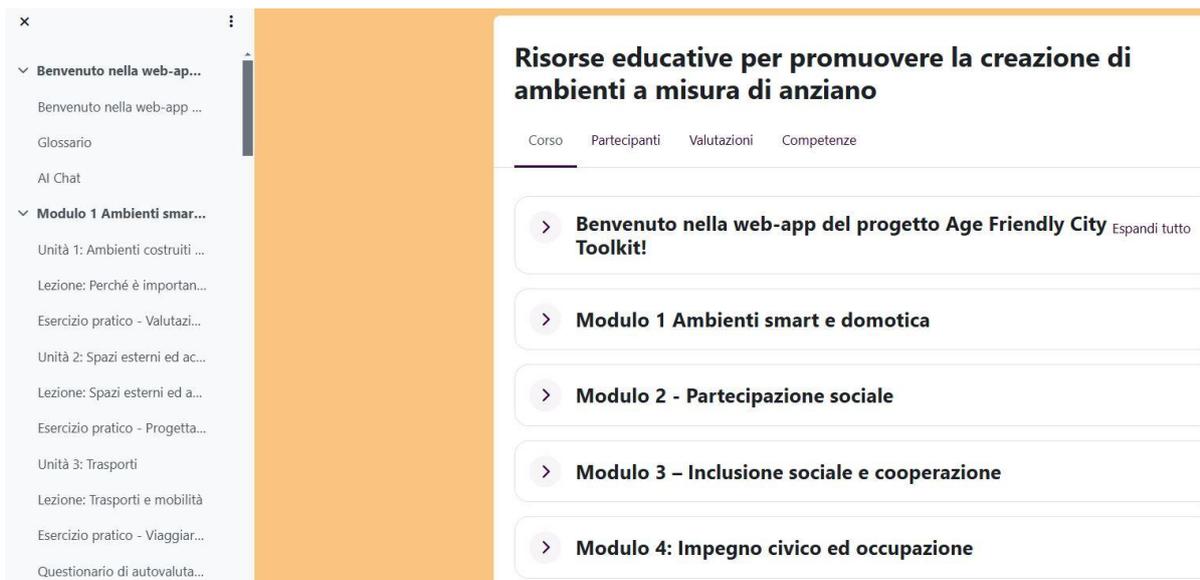
Figura 2. Creare un nuovo account

Inserire tutti i dati richiesti, facendo attenzione a compilare tutti i campi obbligatori, premete il pulsante **CREA IL MIO NUOVO ACCOUNT** (fig. 2) e attendete la mail di conferma.

Il corso è strutturato principalmente in 6 sezioni: la sezione di benvenuto contenente il glossario con i 21 argomenti trasversali e la Chat con l'Intelligenza Artificiale e i 5 moduli formativi con i relativi contenuti.

La piattaforma è dotata inoltre di una Chat con l'intelligenza artificiale con la quale è possibile interagire chiedendo per iscritto informazioni su specifici argomenti contenuti nell'app. Ad esempio è possibile scrivere "Cos'è l'ageismo?" per avere rapidamente una risposta con la definizione di Ageismo.

È possibile tenere d'occhio tutti i contenuti attraverso il menu a sinistra.



The screenshot shows a web-app interface with a sidebar on the left and a main content area on the right. The sidebar contains a navigation menu with the following items: 'Benvenuto nella web-ap...', 'Glossario', 'Al Chat', 'Modulo 1 Ambienti smar...', 'Unità 1: Ambienti costruiti ...', 'Lezione: Perché è importan...', 'Esercizio pratico - Valutazi...', 'Unità 2: Spazi esterni ed ac...', 'Lezione: Spazi esterni ed a...', 'Esercizio pratico - Progetta...', 'Unità 3: Trasporti', 'Lezione: Trasporti e mobilità', 'Esercizio pratico - Viaggiar...', and 'Questionario di autovaluta...'. The main content area is titled 'Risorse educative per promuovere la creazione di ambienti a misura di anziano' and includes tabs for 'Corso', 'Partecipanti', 'Valutazioni', and 'Competenze'. Below the tabs, there are five expandable cards: 'Benvenuto nella web-app del progetto Age Friendly City', 'Modulo 1 Ambienti smart e domotica', 'Modulo 2 - Partecipazione sociale', 'Modulo 3 - Inclusione sociale e cooperazione', and 'Modulo 4: Impegno civico ed occupazione'.

Ciascuno dei 5 moduli è composto da:

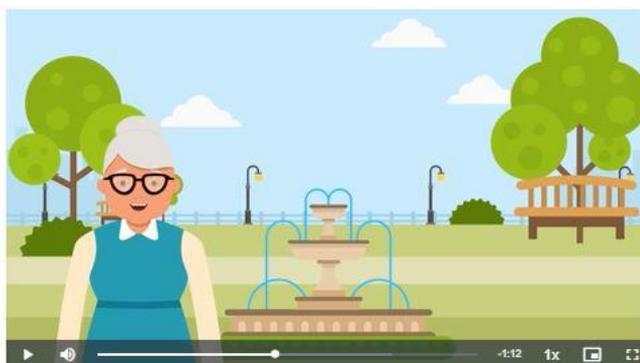
- una breve introduzione scritta, in alcuni casi accompagnata da contenuti multimediali
- elenco degli argomenti trasversali rilevanti per l'apprendimento del modulo
- 3 unità

Ogni unità dispone di:

- una parte teorica in diapositive
- esercizi pratici

Modulo 1 Ambienti smart e domotica

Questo modulo si concentra sul tema dell'edilizia abitativa, degli spazi esterni, dell'accessibilità degli edifici e dei trasporti. L'abitazione è il luogo fisico in cui un anziano vive e dovrebbe essere in grado di adattarsi alle sue esigenze che cambiano. Gli spazi esterni includono le infrastrutture (es edificio pubblici, negozi, teatri, infrastrutture socio-sanitarie), i parchi e le piazze. Il trasporto comprende ogni mezzo per spostarsi dal luogo A al luogo B: bici, auto, tram, autobus, treno, aereo o traghetto



Temi trasversali

Invecchiamento, Politiche a misura di anziano, Salute e prevenzione, Ambienti a misura di anziano, Comunicazione e networking, Tecnologie digitali, Alfabetizzazioni, Accessibilità e Cambiamento climatico.

Unità 1: Ambienti costruiti intelligenti e domotica

 Lezione: Perché è importante uno spazio abitativo intelligente, che si adatti alle esigenze degli anziani

 Esercizio pratico - Valutazione delle case a misura di anziano

Questo esercizio permette di capire come utilizzare lo strumento per la valutazione degli, in termini di accessibilità

Alla fine del modulo sono disponibili risorse aggiuntive come una bibliografia per ulteriori studi, casi di studio, buone pratiche ed esercizi di autovalutazione.

Unità 1: Ambienti costruiti intelligenti e domotica

 Lezione: Perché è importante uno spazio abitativo intelligente, che si adatti alle esigenze degli anziani

 Esercizio pratico - Valutazione delle case a misura di anziano

Questo esercizio permette di capire come utilizzare lo strumento per la valutazione degli, in termini di accessibilità

Unità 2: Spazi esterni ed accessibilità edilizia

 Lezione: Spazi esterni ed accessibilità edilizia

 Esercizio pratico - Progettare il quartiere perfetto

Esercitazione per definire quali siano le caratteristiche che dovrebbe avere un ambiente fisico a misura di anziano

Unità 3: Trasporti

 Lezione: Trasporti e mobilità

 Esercizio pratico - Viaggiare con un deambulatore

Esercizio sul viaggio con un deambulatore

Questionario di autovalutazione

 Quiz Modulo 1

Risorse

 Caso studio / Buona pratica: Thuis Technologie Venkener (Olanda - L'aita)

 Bibliografia

L'assistente virtuale AFC

La piattaforma include un assistente AI che fornisce supporto su argomenti specifici, attingendo da un glossario completo integrato nel programma di formazione. Questo glossario include concetti chiave relativi a vari temi come l'*invecchiamento*, gli *ambienti a misura di anziano*, le *tecnologie digitali* e altro ancora. L'assistente AI aiuta gli utenti a comprendere rapidamente questi concetti offrendo un facile accesso a definizioni e spiegazioni. Ad esempio, uno studente potrebbe chiedere: "Qual è l'*approccio incentrato sulla persona* per le iniziative a misura di anziano?" o "In che modo l'*ageismo* influisce sull'assistenza



AGE FRIENDLY TOOLKIT

agli anziani?" L'IA attingerà quindi dal glossario e fornirà informazioni pertinenti per chiarire questi termini, consentendo agli studenti di interagire con i contenuti in modo più efficace. Man mano che gli studenti progrediscono nei moduli, possono anche cliccare su collegamenti ipertestuali per aggiornare le definizioni di temi trasversali come *Apprendimento permanente* o *Approccio basato sui diritti umani*, garantendo una comprensione più approfondita del materiale.

Ulteriori informazioni su:

www.afctoolkit.eu/