Co-funded by the European Union

DIGI TALIAT<>RS

Îmbrățișarea tehnologiei – Cum poate era digitală să dea putere cetățenilor în vârstă?

Într-o lume în care tehnologia și era digitală preiau controlul încet, dar sigur, este important ca toți cetățenii, indiferent de vârstă, să fie echipați cu abilitățile de bază pentru a-și desfășura activitățile zilnice. Pentru vârstnici, era digitală poate fi ceva necunoscut, deoarece generațiile mai tinere sunt cele mai expuse la ea. Ca urmare, seniorii se pot simți izolați și mai puțin implicați în progresele tehnologice, având parte mai multe eșecuri. Prin urmare, este vital ca includerea cetățenilor în vârstă în era digitală să fie o prioritate, deoarece tehnologia poate oferi mai multe beneficii pentru vârstnici.

Pentru început, dotarea cetățenilor în vârstă cu abilități tehnologice îi poate aduce mai aproape de cei dragi, punând astfel capăt izolării și marginalizării. Platformele de social media, în afară de a fi la curent cu știrile și de a urmări persoane și lucruri care ne interesează, sunt utilizate în principal în scopuri de comunicare. Prin urmare, dacă un cetățean în vârstă are membri ai familiei care locuiesc departe, iar transportul poate să nu fie o opțiune, știind cum să utilizeze funcțiile de apel video îi va aduce mai aproape de cei dragi, creând un sentiment de apartenență și conexiune, chiar și prin intermediul unui ecran.

În plus, tehnologia poate fi esențială atunci când ai nevoie de asistență medicală sau acces la platforme de îngrijire a sănătății, promovând independența. Cetăţenii în vârstă care ar putea să nu aibă alţi membri ai familiei în apropiere şi care ar putea avea nevoie de acces la asistenţă medicală, trebuie să ştie cum să-şi folosească telefoanele sau alte dispozitive electronice fie pentru a rezerva o întâlnire la medic, pentru a accesa informaţii legate de sănătate sau chiar pentru a efectua o consultaţie medical ori o programare cu furnizorul lor de asistență medicală prin apel video. Acest lucru nu numai că elimină călătoriile, dar face și asistența medicală mai accesibilă, gestionabilă și sigură.

Un alt motiv pentru care accesul la tehnologie pentru cetățenii în vârstă este important este pentru creșterea lor personală și divertisment. De fapt, șansele de decădere mentală cresc odată cu înaintarea în vârstă. Prin urmare, este important să își mențină mintea activă pentru a reduce șansele de deteriorare cognitivă și pentru a preveni afecțiuni precum demența și/sau Alzheimer. Jocuri precum cuvintele încrucișate, puzzle-urile și alte jocuri bazate pe concentrare ajută la creșterea memoriei, a atenției și a abilităților de rezolvare a problemelor. În plus, internetul este un loc minunat pentru a căuta cărți, reviste, ziare și articole, care împiedică din nou sănătatea mintală a unui individ să slăbească.

Beneficiile menționate mai sus sunt doar câteva din multitudinea de beneficii pe care abilitățile și cunoștințele tehnologice le pot avea asupra cetățenilor în vârstă. Nu trebuie să ne izolăm populația în vârstă și să ne concentrăm exclusiv pe următoarea generație. Cetăţenii în vârstă merită să fie incluşi, amintiţi şi îngrijiţi, pentru că nu numai că au oferit în comunităţile lor de-a lungul vieţii, ci sunt şi un aspect vital al unei populaţii egale şi diverse. Scăderea izolării și marginalizării va contribui la promovarea incluziunii, independenței și sănătății populației în vârstă.

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.