

# ΠΑΡΑΔΟΤΕΟ 4.1: ΟΔΗΓΟΣ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

## Πίνακας περιεχομένων

<b>Εισαγωγή</b>	<b>2</b>
<b>Digitalis με μια ματιά</b>	<b>4</b>
PR1- Η τελευταία λέξη της τεχνολογίας	4
Αξιολόγηση των αναγκών των FIC (D.1.4)	5
Καταγραφή των σχετικών με τους άτυπους φροντιστές ψηφιακών υπηρεσιών και τεχνολογιών υγειονομικής περίθαλψης που χρησιμοποιούνται στις πιλοτικές περιοχές (D.1.3)	6
Η προστιθέμενη αξία του PR1.	7
<b>Μεθοδολογία κατάρτισης &amp; πλατφόρμα</b>	<b>9</b>
Διαδικασία συνδημιουργίας.	10
PR3: Ρύθμιση της εκπαίδευσης	12
Αξιολόγηση εκπαιδεύσεων	12
Το μάθημα κατάρτισης Digitalis	12
Σχέδιο κεφαλαιοποίησης: πώς να αναπαραχθεί η Digitalis	14
Αξιολογήστε τις ανάγκες των τοπικών φροντιστών.	15
Συμμετοχή των FIC στην προσαρμογή του περιεχομένου της κατάρτισης.	16
Εξατομικεύστε τις εκπαιδευτικές ενότητες και ανεβάστε τις στην πλατφόρμα Moodle	17
Διδάγματα, συστάσεις πέραν της Digitalis.	19
Ψηφιοποίηση και καινοτομία για τον τομέα της περίθαλψης	21
Κατάσταση των φροντιστών στην Ουγγαρία, την Ελλάδα και την Ιταλία	22
Κοινές προκλήσεις	23
Συστάσεις	24
Σημεία κλειδιά και συμβουλές από το πεδίο δράσης του Digitalis	24
3 συμβουλές	25
....και 5 συστάσεις	26
4. Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και προστασία της απασχόλησης	27
Digitalis: Συμβολή στη συζήτηση	27
Ilenia Malavasi	28
Annalisa Righi	28
<b>Συμπεράσματα</b>	<b>29</b>
<b>Ευρωπαϊκό Επίπεδο</b>	<b>29</b>
<b>Εθνικό Επίπεδο</b>	<b>30</b>
<b>Τοπικό Επίπεδο</b>	<b>30</b>
Επίλογος	30

## Εισαγωγή

Σκοπός του οδηγού αναπαραγωγής είναι να συνοψίσει τα κύρια ευρήματα του έργου DIGITALIS και να περιγράψει στρατηγικές για την αξιοποίηση των αποτελεσμάτων του. Ο οδηγός αποσκοπεί στην επίτευξη των ακόλουθων στόχων:

- Ανάπτυξη ενός σχεδίου για την κεφαλαιοποίηση των δραστηριοτήτων που αναλήφθηκαν σε προηγούμενες φάσεις του έργου.
- Προσδιορισμός των δυνατοτήτων αναπαραγωγής των αποτελεσμάτων του έργου.
- Παροχή υποστήριξης για τη μελλοντική επέκταση της προσέγγισης DIGITALIS σε ευρωπαϊκό επίπεδο.

Για την επίτευξη αυτών των στόχων, το έγγραφο δομείται γύρω από τρεις κύριους πυλώνες:

**1.Επισκόπηση του DIGITALIS:** Η ενότητα αυτή παρέχει μια συνοπτική περίληψη του λογικού πλαισίου του έργου και των αποτελεσμάτων που επιτεύχθηκαν. Η επισκόπηση περιλαμβάνει τους στόχους, τις μεθοδολογίες και τις βασικές δραστηριότητες του έργου. Επισημαίνει επίσης τις επιτυχίες και τις προκλήσεις που αντιμετωπίστηκαν κατά τη φάση υλοποίησης. Προσφέροντας μια σαφή και λεπτομερή περιγραφή του έργου DIGITALIS, η ενότητα αυτή διασφαλίζει ότι οι ενδιαφερόμενοι κατανοούν τα θεμέλια πάνω στα οποία βασίζονται οι στρατηγικές αναπαραγωγής.

**2.Σχέδιο κεφαλαιοποίησης:** Αυτή η ενότητα περιγράφει τα βήματα που απαιτούνται για την ενσωμάτωση της κατάρτισης DIGITALIS σε ένα νέο κοινωνικό πλαίσιο. Παρέχει έναν οδικό χάρτη για οργανισμούς και ιδρύματα που επιθυμούν να υιοθετήσουν την προσέγγιση DIGITALIS. Το σχέδιο περιλαμβάνει λεπτομερή ανάλυση των βασικών στοιχείων του έργου, όπως οι ενότητες κατάρτισης, οι πόροι και τα εργαλεία. Παρουσιάζει επίσης στρατηγικές για την προσαρμογή αυτών των συστατικών σε διαφορετικά πολιτιστικά, κοινωνικά και οικονομικά περιβάλλοντα. Ακολουθώντας αυτό το σχέδιο κεφαλαιοποίησης, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να μεταφέρουν αποτελεσματικά τις γνώσεις και τις πρακτικές που αναπτύχθηκαν κατά τη διάρκεια του έργου DIGITALIS σε νέα περιβάλλοντα, εξασφαλίζοντας βιώσιμα και αποτελεσματικά αποτελέσματα.

**3.Συμπέρασμα και συστάσεις:** Η παρούσα ενότητα προσφέρει καθοδήγηση και προτάσεις για την προώθηση ενός περιβάλλοντος φιλικού προς τους φροντιστές στην ΕΕ. Τονίζει τη σημασία της δημιουργίας υποστηρικτικών πολιτικών και πλαισίων που διευκολύνουν την ενσωμάτωση της κατάρτισης DIGITALIS σε διάφορους τομείς. Οι συστάσεις βασίζονται στις γνώσεις που αποκτήθηκαν από το έργο και στοχεύουν στην αντιμετώπιση των ειδικών αναγκών και προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι φροντιστές. Με την εφαρμογή αυτών των συστάσεων, οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής και οι επαγγελματίες μπορούν να προωθήσουν

ένα πιο περιεκτικό και υποστηρικτικό περιβάλλον για τους φροντιστές σε ολόκληρη την Ευρώπη.

Εκτός από αυτούς τους τρεις βασικούς πυλώνες, ο οδηγός αναπαραγωγής περιλαμβάνει επίσης πρακτικά εργαλεία και πόρους για να βοηθήσει τους ενδιαφερόμενους φορείς στη διαδικασία αναπαραγωγής. Τα εργαλεία αυτά περιλαμβάνουν υποδείγματα, καταλόγους ελέγχου και μελέτες περιπτώσεων που παρέχουν συγκεκριμένα παραδείγματα και βέλτιστες πρακτικές. Επιπλέον, ο οδηγός υπογραμμίζει τη σημασία της συνεργασίας και της δικτύωσης μεταξύ των ενδιαφερομένων μερών για την ενίσχυση της διάδοσης και της υιοθέτησης της προσέγγισης DIGITALIS.

Προσφέροντας ένα ολοκληρωμένο και πρακτικό πλαίσιο, ο οδηγός αναπαραγωγής διασφαλίζει ότι τα πολύτιμα αποτελέσματα του έργου DIGITALIS μπορούν να αξιοποιηθούν αποτελεσματικά και να επεκταθούν σε ολόκληρη την Ευρώπη. Χρησιμεύει ως ζωτικής σημασίας πηγή για τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής, τους επαγγελματίες και τους οργανισμούς που έχουν δεσμευτεί να προωθήσουν την καινοτομία και να βελτιώσουν την ποιότητα της περίθαλψης στην ΕΕ.

## Digitalis με μια ματιά

### PR1- Η τελευταία λέξη της τεχνολογίας

Η ανάλυση της τελευταίας τεχνολογίας επικεντρώθηκε σε δύο πρωταρχικούς τομείς: κατανόηση των αναγκών των άτυπων οικογενειακών φροντιστών (FICs) και σύνταξη καταλόγου των βασικών ψηφιακών υπηρεσιών και τεχνολογιών υγειονομικής περίθαλψης που χρησιμοποιούνται στις πιλοτικές περιοχές. Ο πρωταρχικός στόχος ήταν να αποτυπωθούν και να δημιουργηθούν συνδέσεις μεταξύ των βασικών αναγκών και δυνατοτήτων των FICs και των βασικών εργαλείων που είναι απαραίτητα για τη διαχείριση της καθημερινής ζωής και της υγείας των ατόμων που φροντίζουν.

Για την επίτευξη αυτού του στόχου, επιδιώχθηκαν τρεις κύριοι στόχοι:

- Απόκτηση εικόνας σχετικά με το τρέχον επίπεδο βασικών ψηφιακών δεξιοτήτων μεταξύ των FICs στις χώρες-στόχους.
- Προσδιορισμός και επικύρωση ενός καταλόγου ψηφιακών εργαλείων που χρησιμοποιούνται συνήθως από τους FICs στις πιλοτικές χώρες (Ελλάδα, Ουγγαρία και Ιταλία) για τη φροντίδα των ηλικιωμένων ενηλίκων υπό την ευθύνη τους.
- Αξιολόγηση της ευαισθητοποίησης των FICs σχετικά με τις δυνατότητες των αναδυόμενων ψηφιακών τεχνολογιών.

Για τη διεξαγωγή της προκαταρκτικής ανάλυσης (PR1-D.1.1,2,3 και 4), χορηγήθηκε ερωτηματολόγιο (**D.1.1 - Digitalis Inclusion Assessment Scheme**) σε ομάδα 34 εθελοντών άτυπων φροντιστών στην Ουγγαρία και 22 στην Ελλάδα. Το ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε για την αξιολόγηση των βασικών ψηφιακών δεξιοτήτων και αναγκών των συμμετεχόντων και τα δεδομένα που συλλέχθηκαν αναλύθηκαν στη συνέχεια και αναφέρθηκαν στο D.1.2.

### Περιγραφή του πίνακα δειγμάτων (D.1.2)

#### ΠΙΛΟΤΙΚΟ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Και οι 22 άτυποι οικογενειακοί φροντιστές του δείγματος προέρχονται από την Ελλάδα, με το 22,7% να είναι άνδρες και το 77,3% γυναίκες. Περίπου το 45,5% εμπίπτει στο ηλικιακό εύρος 46-60 ετών. Διαμένουν όλοι σε αστικές περιοχές ή προάστια. Η πλειονότητα (54,5%) ανέφερε ότι παρέχει τακτική φροντίδα στους γονείς τους. Από τους Έλληνες φροντιστές, το 59,1% είναι πλήρως απασχολούμενοι ενώ φροντίζουν τους αγαπημένους τους και το 63,6% είναι κάτοχοι πτυχίου τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι το 31,8% έχει λάβει κάποια μορφή εκπαίδευσης για τη φροντίδα στο παρελθόν, ενώ το 68,2% δεν είχε τέτοια εμπειρία.

#### ΠΙΛΟΤΙΚΟ ΣΤΗΝ ΟΥΓΓΑΡΙΑ

Στην Ουγγαρία, 28 γυναίκες συμμετείχαν στο ερωτηματολόγιο, με 26 γυναίκες ηλικίας άνω των 61 ετών και 2 γυναίκες ηλικίας 18-30 ετών. Ένα σημαντικό ποσοστό (73,5%) των φροντιστών ανέφερε ότι παρείχε φροντίδα σε αγνώστους, ενώ πάνω από το 10% παρείχε

φροντίδα σε γείτονες ή γνωστούς. Η πλειονότητα (73,5%) ισχυρίστηκε ότι είναι συνταξιούχοι, ενώ μόνο το 11,8% ήταν πλήρως απασχολούμενοι. Σχεδόν όλοι οι φροντιστές (94,1%) κατοικούν σε αστικές περιοχές της Ουγγαρίας και το 88,2% είναι κάτοχοι πτυχίου τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Παρά την εκπαίδευσή τους, το 73,5% των ερωτηθέντων δεν έχει λάβει ποτέ επίσημη εκπαίδευση για τη φροντίδα. Είναι ενδιαφέρον ότι οι περισσότεροι φροντιστές είναι ικανοί στη χρήση ψηφιακών συσκευών, με 28 να διατηρούν προσωπική επαφή με τους λήπτες και μόνο 3 να χρησιμοποιούν εφαρμογές επικοινωνίας για επικοινωνία.

#### Αξιολόγηση των αναγκών των FIC (D.1.4)

Η πλειονότητα των άτυπων οικογενειακών φροντιστών που συμμετείχαν στη μελέτη θεωρούν ότι διαθέτουν επαρκή επίπεδα δεξιοτήτων σε διάφορες ψηφιακές ικανότητες:

- Αξιοποίηση ψηφιακών εργαλείων και online υπηρεσιών.
- Διατύπωση των πληροφοριακών αναγκών, δημιουργία και επικαιροποίηση προσωπικών στρατηγικών αναζήτησης.
- Επάρκεια με τους υπολογιστές, το διαδίκτυο και τις τεχνολογίες πληροφορικής.
- Κοινή χρήση πληροφοριών σε ιστότοπους ή ιστολόγια και κατανόηση των κανόνων πνευματικών δικαιωμάτων.
- Δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου και πρόσβαση σε ελεύθερο περιεχόμενο.
- Ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων.

Συγκεκριμένα, σύμφωνα με το πλαίσιο DigComp 2.2, οι περισσότεροι FIC είναι ανεξάρτητοι ή σε προχωρημένο επίπεδο, ικανοί να επιλύουν μη συνήθη προβλήματα, να αξιολογούν τις ανάγκες πληροφόρησης, να προσαρμόζουν στρατηγικές αναζήτησης, να έχουν πρόσβαση σε δεδομένα και να μοιράζονται πληροφορίες με διάφορες μεθόδους.

Είναι ενδιαφέρον ότι, ενώ οι φροντιστές χρησιμοποιούν κυρίως smartphones, οι περισσότεροι δεν χρησιμοποιούν την τεχνολογία για να παραμείνουν σε επαφή με το άτομο που φροντίζουν. Αντ' αυτού, προτιμούν τις προσωπικές επισκέψεις, παρά το γεγονός ότι πολλοί φροντιστές δεν ζουν με τον αποδέκτη της φροντίδας.

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν επίσης ότι υπάρχει έλλειψη ενδιάμεσων επιπέδων δεξιοτήτων: το 40,9% των συμμετεχόντων αξιολόγησαν τις ψηφιακές τους δεξιότητες ως προχωρημένες, ενώ το 4,6% ανέφερε ότι δεν έχει καθόλου δεξιότητες.

Μια σημαντική ανησυχία που επισημάνθηκε από την έρευνα είναι η προστασία των προσωπικών δεδομένων: μόνο το 7% των ερωτηθέντων φροντιστών αισθάνεται ικανό να προστατεύσει τα προσωπικά του δεδομένα, γεγονός που υποδηλώνει έλλειψη επάρκειας στη χρήση ειδικών μέτρων ασφαλείας, παρά την τακτική χρήση επιτραπέζιων υπολογιστών, φορητών υπολογιστών και smartphones.

Η πιο δύσκολη πτυχή του ρόλου τους για τους άτυπους οικογενειακούς φροντιστές (ΑΦΠ) είναι συχνά συνυφασμένη με την προσωπική τους ζωή. Για το 50% περίπου των FICs που συμμετείχαν στην έρευνα, η εξεύρεση ισορροπίας μεταξύ της καθημερινής τους εργασίας, των οικογενειακών τους υποχρεώσεων και των καθηκόντων φροντίδας αποδεικνύεται η πιο δύσκολη πτυχή της άτυπης φροντίδας τους. Το να ζυγίζουν αυτούς τους πολλαπλούς ρόλους αποτελεί σημαντική πρόκληση, απαιτώντας από τους φροντιστές να διαχειρίζονται αποτελεσματικά το χρόνο και τους πόρους τους, ενώ παράλληλα να ανταποκρίνονται στις ανάγκες των αγαπημένων τους προσώπων. Ο αγώνας αυτός αναδεικνύει την πολύπλοκη και απαιτητική φύση της άτυπης φροντίδας, όπου οι φροντιστές πρέπει να ανταπεξέλθουν σε διάφορες ευθύνες και υποχρεώσεις για να παρέχουν φροντίδα και υποστήριξη στα μέλη της οικογένειάς τους ή στους αγαπημένους τους που έχουν ανάγκη.

Καταγραφή των σχετικών με τους άτυπους φροντιστές ψηφιακών υπηρεσιών και τεχνολογιών υγειονομικής περίθαλψης που χρησιμοποιούνται στις πιλοτικές περιοχές (D.1.3)

Προκειμένου να ευθυγραμμιστεί με τα επικρατούντα εργαλεία ΤΠΕ που χρησιμοποιούνται σε διαφορετικά τοπικά πλαίσια κατά την εφαρμογή της κατάρτισης, επιμελήθηκε και επικυρώθηκε ένας ολοκληρωμένος κατάλογος ψηφιακών εργαλείων που χρησιμοποιούνται συνήθως από τους άτυπους οικογενειακούς φροντιστές στις πιλοτικές χώρες. Ο πρωταρχικός στόχος αυτού του παραδοτέου είναι η οριοθέτηση των υπηρεσιών ηλεκτρονικής υγείας, διευκολύνοντας έτσι τη δημιουργία μιας προσαρμοσμένης χαρτογράφησης και καταγραφής των υπηρεσιών ηλεκτρονικής υγείας και των σχετικών τεχνολογιών. Η προσπάθεια αυτή αποσκοπεί στο να εφοδιάσει τους άτυπους φροντιστές με τους απαραίτητους πόρους για τον εξορθολογισμό των καθηκόντων τους και τη βελτίωση των αποτελεσμάτων για τους ασθενείς τους σε όλες τις πιλοτικές χώρες, συμπεριλαμβανομένης της Ελλάδας, της Ουγγαρίας και της Ιταλίας. Μέσω του εντοπισμού και της επικύρωσης αυτών των ψηφιακών εργαλείων, οι φροντιστές μπορούν να αξιοποιήσουν τις τεχνολογικές εξελίξεις για να ενισχύσουν τις προσπάθειες φροντίδας τους και να βελτιστοποιήσουν την παροχή φροντίδας σε όσους την έχουν ανάγκη. Το παραδοτέο 1.3 είναι δομημένο ως εξής:

- **Επικοινωνία, ειδοποίηση έκτακτης ανάγκης:** συμπεριλαμβανομένων όλων των γενικών εργαλείων επικοινωνίας και δικτύωσης (π.χ. whatsapp, viber, .), των ειδικών εργαλείων επικοινωνίας που είναι πιο εξειδικευμένα για τους λήπτες κατ' οίκον φροντίδας ή των δικτύων επικοινωνίας που έχουν αναπτυχθεί για τους φροντιστές και όλων των συσκευών ειδοποίησης έκτακτης ανάγκης για τους λήπτες κατ' οίκον φροντίδας.

- **Ασφάλεια και παρακολούθηση στο σπίτι** : συμπεριλαμβανομένων όλων των ανιχνευτών, αισθητήρων, οικιακής θεραπείας που συνδέονται με εφαρμογές και είναι σε θέση να παρακολουθούν διάφορες φυσιολογικές παραμέτρους, καρδιακά προβλήματα, παρακολούθηση ύπνου.
- **Ψυχική υγεία**: που είναι παιχνίδια ή εφαρμογές εκμάθησης και διαδικτυακοί ιστότοποι κοινοτήτων για τη διατήρηση της ψυχικής υγείας και την υποστήριξη τόσο του ασθενούς όσο και των γυναικών άτυπων φροντιστών.
- **Εθνικά συστήματα ηλεκτρονικής υγείας**: σε αυτή την περίπτωση αποφασίσαμε να συμπεριλάβουμε όλους τους ηλεκτρονικούς φακέλους/συστήματα/υπηρεσίες υγείας που είναι χρήσιμα για όλους τους πολίτες στην Ιταλία, την Ουγγαρία και την Ελλάδα για να κλείνουν τα ραντεβού τους, να λαμβάνουν τα φάρμακά τους ή τις συνταγές εξετάσεων και να συμβουλευόμαστε όλο το ιστορικό της ζωής τους στον τομέα της υγείας.

Η προστιθέμενη αξία του PR1.

Η συνολική αξία των αποτελεσμάτων του έργου μπορεί να εξεταστεί από δύο οπτικές γωνίες, κάθε μία από τις οποίες ρίχνει φως σε διαφορετικές πτυχές του αντίκτυπου του έργου:

1. **Το αποτέλεσμα της ανάλυσης που εφαρμόστηκε**: Τα δεδομένα που συλλέχθηκαν από τις αξιολογήσεις της αυτοαντίληψης των εθελοντών φροντιστών παρέχουν ανεκτίμητες πληροφορίες για έναν πληθυσμό που μέχρι στιγμής έχει παραβλεφθεί και υποξεταστεί σε σχέση με τον ψηφιακό αποκλεισμό. Τα ευρήματα δίνουν μια ζωντανή εικόνα μιας κοινότητας φροντιστών που παλεύει με τις προκλήσεις του ψηφιακού αλφαριθμητισμού και παλεύει με τις δικές τους αντιλήψεις για την τεχνολογική επάρκεια. Αυτή η διαφοροποιημένη κατανόηση των ψηφιακών εμπειριών των φροντιστών χρησιμεύει ως κρίσιμη βάση για την εκπόνηση στοχευόμενων παρεμβάσεων και μηχανισμών υποστήριξης με στόχο τη γεφύρωση του ψηφιακού χάσματος και την προώθηση της ψηφιακής ένταξης αυτής της δημογραφικής ομάδας.
2. **Η μεθοδολογία (το σχήμα αξιολόγησης της ψηφιακής ένταξης)**: Η καινοτόμος μεθοδολογία που αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του έργου - το σχήμα αξιολόγησης της ψηφιακής ένταξης - διαθέτει τεράστιες δυνατότητες για ευρύτερη εφαρμογή πέραν των ορίων των πιλοτικών περιοχών. Λειτουργώντας ως πρότυπο για την αξιολόγηση της ψηφιακής ένταξης, αυτό το σχολαστικά επεξεργασμένο πλαίσιο προσφέρει μια συστηματική και ολοκληρωμένη προσέγγιση για την αξιολόγηση των επιπέδων και των αντιλήψεων του ψηφιακού αλφαριθμητισμού των ατόμων. Με την τυποποίηση της διαδικασίας αξιολόγησης, οι ενδιαφερόμενοι σε διαφορετικά πλαίσια μπορούν να αποκτήσουν ανεκτίμητες γνώσεις σχετικά με το ψηφιακό τοπίο και να προσαρμόσουν τις παρεμβάσεις ώστε να αντιμετωπίσουν συγκεκριμένες ανάγκες και προκλήσεις. Αυτή η επεκτασιμότητα και η προσαρμοστικότητα καθιστούν το σύστημα αξιολόγησης της ψηφιακής ένταξης ένα πολύτιμο εργαλείο για την προώθηση των

προσπαθειών ψηφιακής ένταξης σε παγκόσμια κλίμακα, δίνοντας τελικά τη δυνατότητα σε άτομα και κοινότητες να συμμετέχουν πλήρως στην ψηφιακή εποχή.

## PR2: καθορισμός του περιεχομένου

### Προγράμματα σπουδών Digitalis

Τα αποτελέσματα του έργου 2 ήταν αφιερωμένα στη σχολαστική επεξεργασία του περιεχομένου για τις πέντε ενότητες του προγράμματος σπουδών κατάρτισης, χρησιμοποιώντας μια συνεργατική προσέγγιση με τη συμμετοχή των άτυπων οικογενειακών φροντιστών (FICs) στη διαδικασία συν-δημιουργίας. Αντλώντας στοιχεία από την ανάλυση αναγκών που πραγματοποιήθηκε σε προηγούμενες δραστηριότητες του έργου, η κοινοπραξία διαμόρφωσε τις ακόλουθες ενότητες:

- ΕΝΟΤΗΤΑ 1: Βασικές ψηφιακές δεξιότητες και ικανότητες για τη φροντίδα ηλικιωμένων (ευθυγραμμισμένες με το πλαίσιο DigComp)
- ΕΝΟΤΗΤΑ 2: Υποστηρικτικές τεχνολογίες και υπηρεσίες πληροφόρησης σχετικά με την υγεία
- ΕΝΟΤΗΤΑ 3: Αυτοέλεγχος και διαχείριση ασθενειών με τη χρήση ΤΠΕ
- ΕΝΟΤΗΤΑ 4: Ψηφιακές τεχνολογίες συμμόρφωσης (π.χ. εργαλεία που βασίζονται σε smartphone, ψηφιακά κουτιά χαπιών)
- ΕΝΟΤΗΤΑ 5: Κοινωνικά δίκτυα και διαδικτυακές κοινότητες για ενεργό και υγιή γήρανση

Δεδομένης της καινοτόμου προσέγγισης του έργου στην ηλεκτρονική εκπαίδευση ενηλίκων, η κοινοπραξία συνεργάστηκε στενά με γυναίκες άτυπους φροντιστές για την ανάπτυξη συνεργατικών σχεδίων μαθήματος για κάθε ενότητα. Μέσω εστιασμένων συζητήσεων και βελτιώσεων σε ειδικές ομάδες εστίασης σε όλες τις πιλοτικές χώρες, η κοινοπραξία όχι μόνο τελειοποίησε το περιεχόμενο των εννοιών, αλλά και διαμόρφωσε το αρχικό σχέδιο του συνολικού προγράμματος κατάρτισης.

Το πρόγραμμα σπουδών περιλαμβάνει διάφορα στοιχεία, συμπεριλαμβανομένων των μαθησιακών στόχων, των κινήτρων των συμμετεχόντων, των μεθοδολογιών διδασκαλίας, των στρατηγικών αξιολόγησης, της διάρκειας, των εκτιμήσεων του φόρτου εργασίας, των απαιτήσεων προηγούμενης γνώσης και των οδηγών μάθησης. Η περιγραφή κάθε ενότητας περιγράφει συγκεκριμένα μαθησιακά αποτελέσματα, δεξιότητες, ικανότητες (ευθυγραμμισμένες με το Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Προσόντων και το DigComp), θέματα και εργασίες.

Το πρόγραμμα σπουδών χρησιμεύει ως ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο για την καθοδήγηση της τοπικής εφαρμογής της κατάρτισης, παρέχοντας έναν οδικό χάρτη τόσο για τους εκπαιδευτές όσο και για τους φροντιστές. Μέσω εργαστηρίων συνδιαμόρφωσης, οι ενδιαφερόμενοι συνεργάστηκαν για να βελτιώσουν την προσέγγιση και το περιεχόμενο της κατάρτισης, διασφαλίζοντας την ευθυγράμμιση με τις ανάγκες της τοπικής κοινότητας.



Το αποκορύφωμα αυτών των προσπαθειών είχε ως αποτέλεσμα την οριστικοποίηση των προγραμμάτων σπουδών DIGITALIS, μοναδικά προσαρμοσμένων για την αντιμετώπιση των συγκεκριμένων προκλήσεων και ευκαιριών που υπάρχουν σε κάθε τοπική κοινότητα.

Αυτή η επαναληπτική διαδικασία υπογραμμίζει τη δέσμευση του έργου να ενδυναμώσει τους άτυπους φροντιστές με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απαιτούνται για την πλοήγηση στο ψηφιακό τοπίο και τη βελτίωση της ποιότητας της φροντίδας που παρέχεται στους ηλικιωμένους.

## Μεθοδολογία κατάρτισης & πλατφόρμα

Στο PR 2, η κοινοπραξία, με την πρωτοβουλία της Prompt και με τη σύμφωνη γνώμη του Ινστιτούτου Prolepsis, επέλεξε μια προσέγγιση μικτής μάθησης για το εκπαιδευτικό πρόγραμμα που αναπτύχθηκε. Η μικτή μάθηση, που ονομάζεται επίσης υβριδική μάθηση, ενσωματώνει απρόσκοπτα την παραδοσιακή διδασκαλία πρόσωπο με πρόσωπο με τις διαδικτυακές μαθησιακές εμπειρίες, όπως περιγράφεται από τους Garrison και Kanuka (2004). Η μέθοδος αυτή προσφέρει πολλά πλεονεκτήματα, όπως ευελιξία, αποτελεσματικότητα, εξατομίκευση, ευρύτερη προσβασιμότητα και οικονομική αποδοτικότητα. Το μάθημα θα χρησιμοποιήσει μια πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης για τις διαδικτυακές ενότητες, η οποία θα συμπληρώνεται από δια ζώσης πρακτικές συνεδρίες. Η απόφαση αυτή λήφθηκε από τα χαρακτηριστικά του κοινού-στόχου, των άτυπων φροντιστών, οι οποίοι είναι κυρίως ενήλικες γυναίκες που συνδυάζουν την εργασία και τις ευθύνες φροντίδας. Η διαδικτυακή παράδοση τους επιτρέπει να μαθαίνουν με τον δικό τους ρυθμό, προσαρμόζοντας το πολυάσχολο πρόγραμμά τους. Επιπλέον, η προτίμηση της πρακτικής μάθησης έναντι της θεωρητικής διδασκαλίας, που αποκαλύφθηκε στην έρευνα PR1, θα αντιμετωπιστεί μέσω πρακτικών εργαστηρίων παράλληλα με το διαδικτυακό μέρος.

Μετά από διεξοδική διαβούλευση, η κοινοπραξία επέλεξε το Moodle ως το καταλληλότερο Εικονικό Περιβάλλον Μάθησης (VLE) για την παροχή του μαθήματος σε Έλληνες και Ούγγρους άτυπους φροντιστές.

Το Moodle ξεχωρίζει για διάφορους λόγους:

- Είναι ελεύθερα διαθέσιμο ως υπηρεσία cloud ή για λήψη.
  - Είναι εκτενώς δοκιμασμένο και χρησιμοποιείται ευρέως, συμπεριλαμβανομένης της υιοθέτησής του από ιδρύματα όπως το Ανοικτό Πανεπιστήμιο του Ηνωμένου Βασιλείου.
  - Ενσωματώνει απρόσκοπτα κοινές υπηρεσίες αυθεντικοποίησης όπως το LDAP και το Active Directory.
  - Συντηρείται καλά με τακτικές ενημερώσεις ασφαλείας και μακροπρόθεσμα σημεία έκδοσης.
  - Διαθέτει μια πλούσια σειρά χαρακτηριστικών και επιλογών προσαρμογής. Το Moodle επωφελείται από μια μεγάλη κοινότητα χρηστών και προγραμματιστών, εξασφαλίζοντας συνεχή βελτίωση και υποστήριξη.

Προσφέρει εκτεταμένες επιλογές προσαρμογής, επιτρέποντας την ενσωμάτωση ποικίλων τύπων εξωτερικού περιεχομένου, όπως βίντεο, ηχητικά και φωτογραφίες, για την ενίσχυση της εμπλοκής και της παρακίνησης των μαθητών. Η λειτουργία του φόρουμ διευκολύνει τη συνεχή συζήτηση μεταξύ των συμμετεχόντων, των μεντόρων και των συναδέλφων, υποστηρίζοντας τη συνεργατική μάθηση και την ομαδική εργασία. Επιπλέον, η τεχνογνωσία της Prompt στην ανάπτυξη πολύγλωσσων μαθημάτων Moodle και οι εκτεταμένες δοκιμές της με ενήλικες εκπαιδευόμενους υπογραμμίζουν περαιτέρω την καταλληλότητα του Moodle για το έργο.

### Διαδικασία συνδημιουργίας.

Στο πλαίσιο του έργου «DIGITALIS», πραγματοποιήθηκαν συνεδρίες συν-δημιουργίας στην Ελλάδα και την Ουγγαρία για την ανάπτυξη ενοτήτων κατάρτισης για την προώθηση του ψηφιακού αλφαριθμητισμού των γυναικών φροντιστών υγείας. Οι εν λόγω συνεδρίες, διάρκειας 1-4 ωρών η καθεμία, περιελάμβαναν τη συμμετοχή των συμμετεχόντων μέσω ομαδικής αλληλεπίδρασης. Οι συμμετέχοντες, που προσλήφθηκαν μέσω του δικτύου των εταίρων του έργου, περιλάμβαναν γυναίκες άτυπους φροντιστές που εμπλέκονται στην παροχή υγειονομικής περίθαλψης.

Συνολικά πραγματοποιήθηκαν 10 συνεδρίες, μία για κάθε εκπαιδευτική ενότητα, σε κάθε χώρα εταίρο.

Αναπτύχθηκαν οδηγοί συζήτησης για να επικεντρωθούν στις απόψεις των συμμετεχόντων σχετικά με το περιεχόμενο της ενότητας, τη μετάδοση πληροφοριών και τις συνολικές απόψεις. Οι συμμετέχοντες μοιράστηκαν ελεύθερα προσωπικές εμπειρίες και απόψεις κατά τη διάρκεια των συνεδριών. Οι συντονιστές απέφυγαν να κατευθύνουν ή να αντιδράσουν στις απαντήσεις.

Μετά τις συνεδρίες, τα κείμενα απομαγνητοφωνήθηκαν αυτολεξεί στις τοπικές γλώσσες, με αφαίρεση των αναγνωριστικών στοιχείων για λόγους ανωνυμίας .

Η θεματική ανάλυση διεξήχθη ανεξάρτητα από δύο ερευνητές σε κάθε χώρα. Συμμετείχαν εννέα γυναίκες άτυποι φροντιστές, με μέση ηλικία  $61 \pm 8$  έτη. Το μορφωτικό επίπεδο ποικίλλει, με τις συμμετέχουσες να κατέχουν ανώτερη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, τριτοβάθμια εκπαίδευση, μεταπτυχιακά και διδακτορικά διπλώματα. Η κατάσταση απασχόλησης ποικίλλει, με ορισμένες συμμετέχουσες να εργάζονται με πλήρη ή μερική απασχόληση και άλλες να έχουν ευθύνες στο νοικοκυριό ή να είναι συνταξιούχοι. Οι περισσότεροι συμμετέχοντες συμμετείχαν σε τακτικές δραστηριότητες φροντίδας, συμπεριλαμβανομένης της φροντίδας γονέων, συντρόφων, γειτόνων ή γνωστών.

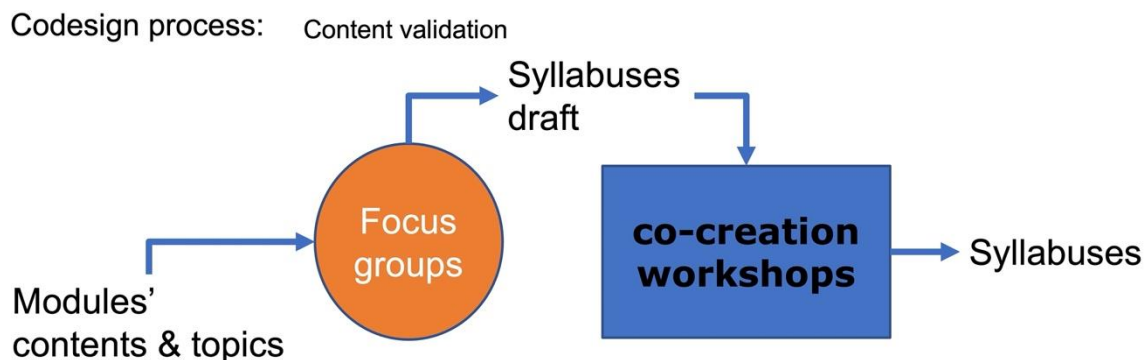
Οι συνεδρίες συν-δημιουργίας παρείχαν πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τις προοπτικές των συμμετεχόντων για τον ψηφιακό γραμματισμό στον τομέα της υγείας. Τα θέματα που προέκυψαν περιλάμβαναν την ανάγκη για προσβάσιμα και φιλικά προς το χρήστη ψηφιακά εργαλεία, τη σημασία της προσαρμογής του περιεχομένου στις ατομικές ανάγκες και την

επιθυμία για πρακτικές, πρακτικές εμπειρίες μάθησης. Οι συμμετέχοντες εξέφρασαν το ενδιαφέρον τους να μάθουν για ψηφιακούς πόρους υγείας, όπως η τηλεϊατρική και οι εφαρμογές υγείας, για να υποστηρίξουν καλύτερα τον ρόλο τους ως φροντιστές.

Οι εταίροι του έργου αναγνώρισαν τη σημασία της ενσωμάτωσης αυτών των γνώσεων στην ανάπτυξη των ενοτήτων κατάρτισης. Η ανατροφοδότηση από τις συνεδρίες συν-δημιουργίας ενημέρωσε το περιεχόμενο και τις μεθόδους παράδοσης των ενοτήτων, διασφαλίζοντας ότι ήταν σχετικές, ελκυστικές και προσιτές στο κοινό-στόχο.

Με την ενεργό συμμετοχή των συμμετεχόντων στη διαδικασία ανάπτυξης, το έργο αποσκοπούσε στη δημιουργία εκπαιδευτικού υλικού που θα ανταποκρινόταν αποτελεσματικά στις ανάγκες των γυναικών άτυπων φροντιστών και θα τους έδινε τη δυνατότητα να περιηγηθούν στο ψηφιακό τοπίο της υγείας με αυτοπεποίθηση.

Συνολικά, οι συνεδρίες συν-δημιουργίας αποτέλεσαν μια πολύτιμη ευκαιρία για την άμεση συνεργασία με το κοινό-στόχο και τη βαθύτερη κατανόηση των προοπτικών, των προτιμήσεων και των αναγκών του. Οι γνώσεις που αποκτήθηκαν από τις εν λόγω συνεδρίες έπαιξαν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση της ανάπτυξης των ενοτήτων κατάρτισης και στη διασφάλιση της συνάφειας και της αποτελεσματικότητάς τους για την αντιμετώπιση των αναγκών ψηφιακού αλφαριθμητισμού στον τομέα της υγείας των γυναικών άτυπων φροντιστών στην Ελλάδα και την Ουγγαρία.



**Focus group:** composed by experts, will provide the modules contents

**Co-creation workshop:** composed by stakeholders, will validate the provided contents and draft the modules syllabi.

### PR3: Ρύθμιση της εκπαίδευσης

#### Αξιολόγηση εκπαιδεύσεων

Η μεθοδολογία αξιολόγησης του προγράμματος κατάρτισης περιλαμβάνει τρεις κύριους στόχους:

- 1.Αξιολόγηση της ευαισθητοποίησης των εκπαιδευομένων:** Απλές ερωτήσεις σε διαδραστικά βίντεο αξιολογούν τις ικανότητες των FICs και αναδεικνύουν τη σημασία του περιεχομένου της εκπαιδευτικής ενότητας, καθορίζοντας το επίπεδο των εισαγωγικών δεξιοτήτων τους.
- 2.Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της κατάρτισης:** Στο τέλος κάθε ενότητας, οι ικανότητες των εκπαιδευομένων αξιολογούνται με βάση την κατανόηση του περιεχομένου της ενότητας.
- 3.Μέτρηση της ικανοποίησης των πελατών:** Οι ερωτήσεις ανατροφοδότησης αξιολογούν την αποτελεσματικότητα, την ευκολία χρήσης και τη χρησιμότητα της κατάρτισης για τους χρήστες.

Τα εργαλεία αξιολόγησης περιλαμβάνουν διαδικτυακά ερωτηματολόγια ή κουίζ για άμεση, αυτοματοποιημένη ανάλυση των απαντήσεων. Αυτά τα εργαλεία μοιράζονται με τους εκπαιδευόμενους μέσω προσαρμοσμένων βίντεο και των πλατφορμών ηλεκτρονικής μάθησης Moodle. Οι τύποι των ερωτήσεων ποικίλλουν, συμπεριλαμβανομένων των ερωτήσεων ναι/όχι, πολλαπλών επιλογών και σύντομων απαντήσεων ελεύθερου κειμένου.

Η αυτοαξιολόγηση ενσωματώνεται στα εξατομικευμένα βίντεο της ενότητας, προτρέποντας τους εκπαιδευόμενους να προβληματιστούν σχετικά με τις υπάρχουσες γνώσεις και την εμπειρία τους που σχετίζονται με τα θέματα της ενότητας. Οι ενότητες 1 και 5, που είναι προαιρετικές, δεν διαθέτουν βίντεο με κίνητρα και προκαταρκτικές ερωτήσεις αυτοαξιολόγησης, επιτρέποντας στους εκπαιδευόμενους να επιλέξουν την παράδοσή τους ανεξάρτητα.

#### Το μάθημα κατάρτισης Digitalis

Το διαδικτυακό μάθημα «Digitalis» σηματοδοτεί ένα σημαντικό άλμα προς τα εμπρός στην αποστολή του έργου να ενδυναμώσει τους άτυπους φροντιστές με τις απαραίτητες ψηφιακές δεξιότητες και γνώσεις. Για πρώτη φορά, οι εταίροι του έργου συνεργάστηκαν για την ανάπτυξη του περιεχομένου του μαθήματος στα αγγλικά και δομημένου στο πλαίσιο ενός σαφώς καθορισμένου προτύπου ενότητας. Αναγνωρίζοντας την προτίμηση των φροντιστών για συνοπτικό και οπτικά ελκυστικό περιεχόμενο, το μάθημα επιμελήθηκε σχολαστικά ώστε να παρέχει συνοπτικό αλλά περιεκτικό εκπαιδευτικό υλικό.

Λαμβάνοντας υπόψη την ανατροφοδότηση που ελήφθη από τους φροντιστές κατά τη διαδικασία συν-δημιουργίας, το περιεχόμενο του μαθήματος εμπλουτίστηκε με μια σειρά από στοιχεία πολυμέσων, συμπεριλαμβανομένων συνδέσμων προς συμπληρωματικούς πόρους, ενσωματωμένων εκπαιδευτικών βίντεο, συναρπαστικών εικόνων και ενημερωτικών παρουσιάσεων.

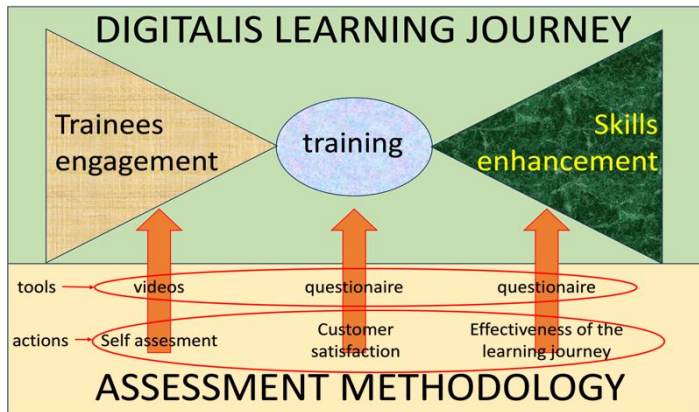
Αυτή η προσέγγιση όχι μόνο βελτιώνει την εμπειρία μάθησης αλλά και ανταποκρίνεται στις διαφορετικές μαθησιακές προτιμήσεις, διασφαλίζοντας ότι οι φροντιστές μπορούν να ασχοληθούν με το υλικό με τρόπο που να ταιριάζει στις ατομικές τους ανάγκες.

Το μάθημα φιλοξενείται στην πλατφόρμα Moodle της PROMPT και είναι εύκολα προσβάσιμο στους εγγεγραμμένους χρήστες, επιτρέποντας στους φροντιστές να έχουν πρόσβαση στο υλικό όποτε τους βολεύει.

Επιπλέον, το μάθημα είναι διαθέσιμο σε τρεις γλώσσες -αγγλικά, ελληνικά και ουγγρικά- αντανακλώντας τη δέσμευση του έργου για συμμετοχικότητα και προσβασιμότητα σε διαφορετικές γλωσσικές κοινότητες.

Ανταποκρινόμενο στο εξελισσόμενο ψηφιακό τοπίο, το μάθημα σχεδιάστηκε σχολαστικά ώστε να ανταποκρίνεται και να είναι φιλικό προς τα κινητά, εξασφαλίζοντας απρόσκοπτη πρόσβαση σε διάφορες συσκευές, συμπεριλαμβανομένων των υπολογιστών, των φορητών υπολογιστών και των smartphones. Αυτή η προσαρμοστικότητα υπογραμμίζει την αφοσίωση του έργου στην προσέγγιση των φροντιστών όπου κι αν βρίσκονται, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να αποκτήσουν βασικές ψηφιακές δεξιότητες ανεξάρτητα από την τεχνολογική τους επάρκεια ή την προτίμηση της συσκευής τους.

Όπως απεικονίζεται στη συνοδευτική εικόνα, η εφαρμογή του μαθήματος είναι προσεκτικά βελτιστοποιημένη για κινητές συσκευές, παρέχοντας στους φροντιστές ένα διαισθητικό και φιλικό προς το χρήστη περιβάλλον μάθησης. Μέσω του διαδικτυακού μαθήματος «Digitalis», οι φροντιστές αποκτούν ανεκτίμητες γνώσεις και πρακτικές γνώσεις για να βελτιώσουν τις πρακτικές φροντίδας τους, βελτιώνοντας τελικά τα αποτελέσματα για τους ηλικιωμένους ενήλικες που φροντίζουν και προωθώντας μια πιο περιεκτική και υποστηρικτική κοινότητα φροντίδας.



### Σχέδιο κεφαλαιοποίησης: πώς να αναπαραχθεί η Digitalis

Η αναπαραγωγή της κατάρτισης Digitalis σε μια νέα τοπική κοινωνία απαιτεί μια μελετημένη και συστηματική προσέγγιση για να διασφαλιστεί η αποτελεσματικότητα και η καταλληλότητά της. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω μιας ολοκληρωμένης διαδικασίας τριών βημάτων που αντιμετωπίζει τις μοναδικές ανάγκες και συνθήκες των φροντιστών στην κοινότητα-στόχο:

1. Αξιολόγηση των αναγκών των τοπικών φροντιστών
2. Εμπλοκή των φροντιστών στην προσαρμογή του περιεχομένου της κατάρτισης
3. Εξατομικεύστε τις ενότητες κατάρτισης και ανεβάστε αυτές στην πλατφόρμα Moodle

Με την τήρηση αυτών των τριών κρίσιμων βημάτων, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αναπαράγουν επιδέξια την εκπαίδευση Digitalis σε ένα νέο τοπικό πλαίσιο, εξοπλίζοντας έτσι τους φροντιστές με τις βασικές γνώσεις και δεξιότητες που απαιτούνται για να προσφέρουν επαρκή φροντίδα στην ψηφιακή εποχή. Μέσω της ενεργού συμμετοχής, της προσαρμογής και της αξιοποίησης της δύναμης της τεχνολογίας, η εκπαίδευση Digitalis είναι έτοιμη να προσφέρει βαθύ αντίκτυπο στους φροντιστές και στους ηλικιωμένους ενήλικες που υποστηρίζουν στις κοινότητες σε όλο τον κόσμο.

Η ενεργός εμπλοκή αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο αυτής της προσέγγισης, προωθώντας ένα συνεργατικό περιβάλλον όπου οι φροντιστές συμμετέχουν ενεργά στη διαμόρφωση της κατάρτισης ώστε να ανταποκρίνεται στις μοναδικές ανάγκες και περιστάσεις τους. Με τη συμμετοχή των φροντιστών στην ανάπτυξη και την τελειοποίηση του εκπαιδευτικού υλικού, οι ενδιαφερόμενοι διασφαλίζουν ότι το περιεχόμενο έχει βαθιά απήχηση στις εμπειρίες και τις προκλήσεις τους, ενισχύοντας έτσι τη συνάφεια και την αποτελεσματικότητά του.

Η προσαρμογή είναι εξίσου ζωτικής σημασίας για την προσαρμογή της κατάρτισης Digitalis στις ειδικές απαιτήσεις της τοπικής κοινότητας. Μέσω μιας ολοκληρωμένης ανάλυσης αναγκών και μιας μεθοδολογίας συν-δημιουργίας, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να εντοπίσουν και να αντιμετωπίσουν τις ξεχωριστές ανάγκες, προτιμήσεις και πολιτισμικές αποχρώσεις των

φροντιστών στην περιοχή-στόχο. Αυτή η εξατομικευμένη προσέγγιση διασφαλίζει ότι η κατάρτιση ευθυγραμμίζεται στενά με την πραγματικότητα των φροντιστών, μεγιστοποιώντας έτσι τον αντίκτυπό της και ενδυναμώνοντάς τους να παρέχουν φροντίδα υψηλής ποιότητας.

Η αξιοποίηση της τεχνολογίας ενισχύει περαιτέρω την εμβέλεια και την αποτελεσματικότητα της κατάρτισης Digitalis. Με τη χρήση φιλικών προς το χρήστη πλατφορμών όπως το Moodle και την ενσωμάτωση διαδραστικών στοιχείων, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να προσφέρουν ελκυστικές και προσιτές εμπειρίες κατάρτισης στους φροντιστές. Αυτή η απρόσκοπτη ενσωμάτωση της τεχνολογίας διευκολύνει τη μάθηση και τη μεταφορά γνώσεων, επιτρέποντας στους φροντιστές να αποκτήσουν βασικές ψηφιακές δεξιότητες και να παραμείνουν ενήμεροι για τις εξελίξεις στις πρακτικές φροντίδας.

Τελικά, ακολουθώντας αυτά τα στρατηγικά βήματα, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να ξεκλειδώσουν το πλήρες δυναμικό της κατάρτισης Digitalis, ενδυναμώνοντας τους φροντιστές να περιηγηθούν στις πολυπλοκότητες της φροντίδας στην ψηφιακή εποχή με αυτοπεποίθηση και επάρκεια. Αυτή η συντονισμένη προσπάθεια υπόσχεται να προωθήσει θετικά αποτελέσματα για τους φροντιστές και τους ηλικιωμένους που εξυπηρετούν, βελτιώνοντας την ποιότητα της φροντίδας και της υποστήριξης σε κοινότητες σε όλο τον κόσμο.

Αξιολογήστε τις ανάγκες των τοπικών φροντιστών.

Για την αποτελεσματική προσαρμογή της κατάρτισης Digitalis στις συγκεκριμένες ανάγκες της τοπικής κοινότητας, είναι απαραίτητη η διενέργεια ενδελεχούς ανάλυσης αναγκών. Αυτό περιλαμβάνει την άμεση συνεργασία με τους άτυπους οικογενειακούς φροντιστές (FIC) για να αποκτήσουν πληροφορίες σχετικά με τις προκλήσεις, τις προτιμήσεις και τις προτεραιότητές τους. Οι έρευνες, οι συνεντεύξεις και οι ομάδες εστίασης είναι πολύτιμα εργαλεία για τη συλλογή αυτών των πληροφοριών και την κατανόηση των επιπέδων ψηφιακού αλφαριθμητισμού των φροντιστών, των ευθυνών φροντίδας και των τομέων όπου απαιτείται πρόσθετη υποστήριξη. Πραγματοποιώντας μια ολοκληρωμένη ανάλυση αναγκών, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να διασφαλίσουν ότι η κατάρτιση αντιμετωπίζει τις πιο μεγάλες ανησυχίες και βρίσκει ανταπόκριση στους φροντιστές σε προσωπικό επίπεδο.

Για να διευκολυνθεί αυτή η διαδικασία, μπορεί να εφαρμοστεί η μεθοδολογία ανάλυσης αναγκών και το σχήμα ερωτηματολογίου Digitalis (**D.1.1 - Digital Inclusion Assessment Scheme**). Αυτή η δομημένη προσέγγιση παρέχει ένα πλαίσιο για την αξιολόγηση των ψηφιακών δεξιοτήτων των φροντιστών, την κατανόηση του ρόλου τους ως φροντιστές και τον εντοπισμό συγκεκριμένων τομέων στους οποίους ενδέχεται να χρειάζονται βοήθεια. Με τη χρήση αυτής της μεθοδολογίας, οι ενδιαφερόμενοι φορείς μπορούν να συγκεντρώσουν αξιόπιστα δεδομένα που θα παρέχουν πληροφορίες για την ανάπτυξη στοχευμένων προγραμμάτων κατάρτισης και πόρων προσαρμοσμένων στις ανάγκες της τοπικής κοινότητας.

Με την εφαρμογή της μεθοδολογίας ανάλυσης αναγκών Digitalis και του σχήματος ερωτηματολογίου, οι ενδιαφερόμενοι φορείς μπορούν να αποκτήσουν μια ολοκληρωμένη

κατανόηση των αναγκών και των προτιμήσεων των φροντιστών, διασφαλίζοντας ότι η κατάρτιση Digitalis αντιμετωπίζει αποτελεσματικά τις μοναδικές προκλήσεις τους και τους ενδυναμώνει με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απαιτούνται για την παροχή υψηλής ποιότητας φροντίδας στην ψηφιακή εποχή.

Συμμετοχή των FIC στην προσαρμογή του περιεχομένου της κατάρτισης.

Η επιτυχία της κατάρτισης Digitalis εξαρτάται από την ενεργό συμμετοχή και τη συμβολή των άτυπων οικογενειακών φροντιστών (FIC) στην κοινότητα-στόχο. Για να επιτευχθεί αυτό, μπορεί να χρησιμοποιηθεί μια μεθοδολογία συν-δημιουργίας, η οποία διευκολύνει τη συμμετοχή των φροντιστών στην προσαρμογή του περιεχομένου της κατάρτισης ώστε να ταιριάζει στα τοπικά δεδομένα. Αυτή η συνεργατική προσέγγιση διασφαλίζει ότι η κατάρτιση αντικατοπτρίζει τις μοναδικές ανάγκες και τις πολιτισμικές αποχρώσεις της κοινότητας, ενισχύοντας τη συνάφεια και την αποτελεσματικότητά της.

Αξιοποιώντας τη μεθοδολογία συν-δημιουργίας και δέσμευσης των ενδιαφερόμενων μερών που περιγράφεται στην εργαλειοθήκη (**D.2.3 - Co-creation Content Development Frame**), οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να υποστηρίξουν μια ομαλή και αποτελεσματική διαδικασία δέσμευσης με των φροντιστών. Αυτή η μεθοδολογία παρέχει ένα δομημένο πλαίσιο για τη συμμετοχή των φροντιστών στην ανάπτυξη και τη βελτίωση του εκπαιδευτικού υλικού, διασφαλίζοντας ότι οι φωνές τους ακούγονται και οι προοπτικές τους ενσωματώνονται στο περιεχόμενο.

Μέσω αυτής της συνεργατικής διαδικασίας, οι φροντιστές έχουν την ευκαιρία να συνεισφέρουν ανατροφοδότηση, ιδέες και σκέψεις με βάση τα βιώματα τους ως φροντιστές. Οι ενότητες μπορούν να προσαρμοστούν ώστε να ενσωματώνουν σχετικά παραδείγματα, μελέτες περιπτώσεων και πρακτικές συμβουλές που ανταποκρίνονται στην πραγματικότητα της φροντίδας στην τοπική κοινότητα. Με την ενεργό συμμετοχή των άτυπων φροντιστών στη διαδικασία συνδιαμόρφωσης, η κατάρτιση όχι μόνο γίνεται πιο σχετική και αποτελεσματική, αλλά προάγει επίσης την αίσθηση της ιδιοκτησίας και της ενδυνάμωσης μεταξύ των συμμετεχόντων.

Τελικά, η εφαρμογή της μεθοδολογίας συν-δημιουργίας και δέσμευσης των ενδιαφερομένων μερών (**D.2.3 - CO-CREATION CONTENT DEVELOPMENT FRAME**) δίνει τη δυνατότητα στους ενδιαφερόμενους να εμπλέξουν αποτελεσματικά τα FICs στη διαμόρφωση της κατάρτισης Digitalis ώστε να ανταποκρίνεται στις ανάγκες τους, διασφαλίζοντας ότι ανταποκρίνεται στις τοπικές συνθήκες και αντανakλά τις εμπειρίες και τις προτιμήσεις των φροντιστών.



Εξατομικεύστε τις εκπαιδευτικές ενότητες και ανεβάστε τις στην πλατφόρμα Moodle

Η φιλική προς το χρήστη πλατφόρμα Moodle ξεχωρίζει ως ιδανικό εργαλείο για τη φιλοξενία της κατάρτισης Digitalis, προσφέροντας μια απρόσκοπτη εμπειρία τόσο για τους εκπαιδευτές όσο και για τους συμμετέχοντες. Με τη εύκολη χρήση και τα ισχυρά χαρακτηριστικά του, το Moodle είναι καλά εξοπλισμένο για να φιλοξενήσει το προσαρμοσμένο περιεχόμενο που αναπτύχθηκε μέσω της διαδικασίας συν-δημιουργίας.

Το Moodle χρησιμεύει ως πολύτιμο εργαλείο για την παροχή της κατάρτισης Digitalis στους φροντιστές της κοινότητας-στόχου. Για τη μεγιστοποίηση της αποτελεσματικότητάς του, είναι ζωτικής σημασίας η παροχή καθοδήγησης σχετικά με την πλοήγηση στην πλατφόρμα και την πρόσβαση στο εκπαιδευτικό υλικό. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την προσφορά εκπαιδευτικών συνεδριών ή πόρων για την εξοικείωση των τοπικών εκπαιδευτών και φροντιστών με τα χαρακτηριστικά και τις λειτουργίες της πλατφόρμας. Η έμφαση στη φιλική προς τον χρήστη πλοήγηση, τα διαδραστικά στοιχεία και τη συνεχή υποστήριξη είναι ουσιώδους σημασίας για τη διασφάλιση μιας απρόσκοπτης μαθησιακής εμπειρίας για τους συμμετέχοντες.

Η ευελιξία και η προσαρμογή είναι υψίστης σημασίας κατά την αναπαραγωγή της κατάρτισης Digitalis σε μια νέα τοπική κοινωνία. Ενώ οι ενότητες κατάρτισης παρέχουν μια θεμελιώδη κατευθυντήρια γραμμή, θα πρέπει να προσαρμοστούν ώστε να αντικατοπτρίζουν τις συγκεκριμένες ανάγκες και προτιμήσεις των φροντιστών στην κοινότητα-στόχο. Αυτό περιλαμβάνει διάφορα βασικά βήματα:

**Μετάφραση:** Η μετάφραση του περιεχομένου στην τοπική γλώσσα εξασφαλίζει την προσβασιμότητα όλων των συμμετεχόντων. Παρέχοντας υλικό σε μια οικεία γλώσσα, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να βελτιώσουν την κατανόηση και τη συμμετοχή.

**Πολιτισμική συνάφεια:** Η ενσωμάτωση πολιτισμικά σχετικών παραδειγμάτων και σεναρίων βοηθά την κατάρτιση να συντονιστεί με τις εμπειρίες των συμμετεχόντων. Η αξιοποίηση οικείων πολιτισμικών πλαισίων διευκολύνει τις βαθύτερες συνδέσεις και την κατανόηση.

**Ρυθμός και δομή:** Η προσαρμογή του ρυθμού και της δομής της κατάρτισης προσαρμόζεται σε διαφορετικά μαθησιακά στυλ και προτιμήσεις. Η προσφορά ευελιξίας στην παρουσίαση του περιεχομένου επιτρέπει στους συμμετέχοντες να ασχοληθούν με το δικό τους ρυθμό, ενισχύοντας τη διατήρηση και την κατανόηση.

Με την εξατομίκευση των ενότητων κατάρτισης με αυτούς τους τρόπους, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά τις ανάγκες και τις προτιμήσεις των φροντιστών στην κοινότητα-στόχο. Αυτό ενισχύει τη συνάφεια και την αποτελεσματικότητα της κατάρτισης, προωθώντας ένα υποστηρικτικό και χωρίς αποκλεισμούς μαθησιακό περιβάλλον, όπου όλοι οι συμμετέχοντες αισθάνονται ότι εκτιμώνται και ενδυναμώνονται. Μέσω της φιλικής προς το χρήστη πλατφόρμας Moodle, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να παρέχουν απρόσκοπτα εξατομικευμένες ενότητες κατάρτισης, ενδυναμώνοντας τους φροντιστές με τις

γνώσεις και τις δεξιότητες που απαιτούνται για την παροχή αποτελεσματικής φροντίδας στο τοπικό τους πλαίσιο.

Διδάγματα, συστάσεις πέραν της Digitalis.

## Ευρωπαϊκή στρατηγική για τη περίθαλψη

### Φροντιστές

Το έγγραφο εργασίας των υπηρεσιών της Επιτροπής που συνοδεύει την ανακοίνωση της Επιτροπής σχετικά με την ευρωπαϊκή στρατηγική για τη φροντίδα του 2022, παρέχει λεπτομερή επισκόπηση της ανάπτυξης της ευρωπαϊκής στρατηγικής για τη φροντίδα, η οποία αποσκοπεί στην ολοκληρωμένη αντιμετώπιση των αναγκών των φροντιστών και των ληπτών φροντίδας σε ολόκληρη την Ευρωπαϊκή Ένωση. Η στρατηγική αυτή αποτελεί σημαντικό βήμα προς την κατεύθυνση της θέσπισης μεταρρυθμίσεων πολιτικής που είναι απαραίτητες για τη διασφάλιση βιώσιμης μακροχρόνιας φροντίδας, τη βελτίωση της πρόσβασης σε υπηρεσίες υψηλής ποιότητας, τη μείωση των ανισοτήτων στην απασχόληση μεταξύ των φύλων και τη βελτίωση των συνθηκών εργασίας στον τομέα της φροντίδας. Συνθέτοντας τις γνώσεις που συγκεντρώθηκαν από εκτεταμένες διαβουλεύσεις με τα ενδιαφερόμενα μέρη, συμπεριλαμβανομένων διαφόρων δημόσιων διαβουλεύσεων για κρίσιμες πτυχές όπως το σχέδιο δράσης του ευρωπαϊκού πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων, το Green Paper για τη γήρανση και η στρατηγική για την ισότητα των φύλων, η ευρωπαϊκή στρατηγική για τη φροντίδα αποσκοπεί στην αντιμετώπιση των πολύπλευρων προκλήσεων που ενυπάρχουν στο τοπίο της φροντίδας. Τα ενδιαφερόμενα μέρη έχουν τονίσει την κρίσιμη ανάγκη για ολιστική δράση της ΕΕ για τη μακροχρόνια φροντίδα, υποστηρίζοντας τη θέσπιση ελάχιστων προτύπων, κατευθυντήριων γραμμών ποιότητας και ισχυρών μηχανισμών παρακολούθησης. Επιπλέον, υπήρξαν εκκλήσεις για την προώθηση της ενισχυμένης αμοιβαίας μάθησης, τη διευκόλυνση της ανταλλαγής βέλτιστων πρακτικών και την εφαρμογή μιας ολοκληρωμένης δέσμης μέτρων για τη φροντίδα. Αυτό το πακέτο φροντίδας θα περιλαμβάνει την αναθεώρηση των στόχων της Βαρκελώνης, οι οποίοι διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στη διασφάλιση της παροχής προσβάσιμων και οικονομικά προσιτών ποιοτικών υπηρεσιών μακροχρόνιας φροντίδας και παιδικής μέριμνας. Επιπλέον, οι ενδιαφερόμενοι φορείς υπογράμμισαν τη σημασία της υιοθέτησης μιας ολοκληρωμένης προσέγγισης της μακροχρόνιας φροντίδας, η οποία δίνει προτεραιότητα στις ατομικές ανάγκες των δικαιούχων φροντίδας και υποστηρίζει το δικαίωμά τους να ζουν με αξιοπρέπεια.

Ως απάντηση στα σχόλια, οι ενδιαφερόμενοι φορείς προσδιόρισαν διάφορες βασικές προτεραιότητες, μεταξύ των οποίων η παροχή παιδικής φροντίδας και φροντίδας εξαρτώμενων ατόμων πιο εύκολα διαθέσιμη, προσβάσιμη και οικονομικά προσιτή. Η στήριξη των άτυπων φροντιστών για την ενίσχυση της συμμετοχής των γυναικών στο εργατικό δυναμικό αναδείχθηκε ως κρίσιμος τομέας εστίασης, παράλληλα με τις προσπάθειες για την προώθηση της ισότιμης κατανομής των ευθυνών φροντίδας μεταξύ των γονέων και τη βελτίωση των συνθηκών για μερική απασχόληση και οικογενειακές άδειες.

Επιπλέον, δίνεται μεγάλη έμφαση στη βελτίωση της παροχής παιδικής μέριμνας για τις υποβαθμισμένες ομάδες, ώστε να διασφαλιστεί η συμμετοχικότητα και η ισότητα. Το έγγραφο υπογραμμίζει επίσης κοινές προκλήσεις και διαρθρωτικές αδυναμίες που επικρατούν στα συστήματα φροντίδας σε ολόκληρη την ΕΕ, όπως ζητήματα που σχετίζονται με τη διαθεσιμότητα, την πρόσβαση, την οικονομική πρόσβαση και τις ελλείψεις εργατικού δυναμικού. Οι ενδιαφερόμενοι υποστηρίζουν μια προσέγγιση της φροντίδας που βασίζεται στα δικαιώματα, δίνοντας έμφαση στις αρχές των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, της αξιοπρέπειας, της συμμετοχικότητας και της αλληλεγγύης. Τονίζουν τη σημασία της προώθησης ενός ανθεκτικού οικοσυστήματος για τις υπηρεσίες φροντίδας και της απελευθέρωσης του δυναμικού δημιουργίας θέσεων εργασίας στον τομέα της φροντίδας. Οι μετασχηματιστικές πολιτικές για τη φροντίδα θεωρούνται απαραίτητες για την εξασφάλιση αξιοπρεπούς εργασίας για τους εργαζόμενους στον τομέα της φροντίδας και την παροχή ποιοτικής φροντίδας για τους αποδέκτες.

Συνολικά, η ευρωπαϊκή στρατηγική για τη φροντίδα που περιγράφεται στο έγγραφο εργασίας των υπηρεσιών της Επιτροπής αποτελεί ένα ολοκληρωμένο και περιεκτικό πλαίσιο που αποσκοπεί στην αντιμετώπιση των πολύπλοκων και εξελισσόμενων αναγκών των φροντιστών και των αποδεκτών της φροντίδας σε ολόκληρη την Ευρωπαϊκή Ένωση. Με την ενσωμάτωση της ανατροφοδότησης των ενδιαφερομένων μερών και την ιεράρχηση των βασικών τομέων δράσης, η στρατηγική επιδιώκει να ανοίξει το δρόμο για ένα πιο δίκαιο, προσβάσιμο και βιώσιμο τοπίο φροντίδας στην Ευρώπη.

Όσον αφορά την κοινωνική αξία της εργασίας των άτυπων φροντιστών συχνά παραβλέπεται, αλλά η ευρωπαϊκή στρατηγική για τη φροντίδα έχει τη δυνατότητα να αντιμετωπίσει αυτό το ζήτημα.

Ακολουθούν ορισμένα βασικά σημεία σχετικά με τον τρόπο αναγνώρισης και υποστήριξης των άτυπων φροντιστών:

**1. Πρόσβαση σε πληροφορίες και υπηρεσίες:** Οι άτυποι φροντιστές θα πρέπει να έχουν πρόσβαση σε πληροφορίες, κατάρτιση, συμβουλευτική και συμπληρωματικές υπηρεσίες φροντίδας για την υποστήριξη τους στο ρόλο τους ως φροντιστές. Η παροχή αυτών των πόρων μπορεί να βελτιώσει την ποιότητα, την ασφάλεια και τη βιωσιμότητα της φροντίδας.

**2. Νομική αναγνώριση και δικαιώματα:** Είναι σημαντικό να καθοριστεί ένα νομικό καθεστώς για τους άτυπους φροντιστές και να διευκολυνθεί η πρόσβασή τους σε δικαιώματα όπως τα εργασιακά δικαιώματα, η κοινωνική προστασία, η φροντίδα ανάπαυλας, η οικονομική στήριξη, οι συνταξιοδοτικές πιστώσεις και οι ευέλικτες ρυθμίσεις εργασίας. Η αναγνώριση του καθεστώτος τους και η βελτίωση της κατάστασής τους είναι ζωτικής σημασίας για την ευημερία τους.

**3. Μέτρα στήριξης:** Θα πρέπει να δοθεί προτεραιότητα στην ανακούφιση των άτυπων φροντιστών, συμπεριλαμβανομένων στοχευμένων υπηρεσιών ανακούφισης, όπως η ανακουφιστική φροντίδα και η φροντίδα διακοπών, καθώς και η επέκταση των υφιστάμενων υπηρεσιών, όπως τα κέντρα ημέρας με μεγαλύτερο ωράριο λειτουργίας και οι κινητές υπηρεσίες. Η ευελιξία στην άσκηση των δικαιωμάτων των φροντιστών σε διασυνοριακές καταστάσεις και η ειδική στήριξη για τους άτυπους φροντιστές μεταναστευτικής καταγωγής είναι επίσης σημαντικές.

**4. Ισορροπία εργασίας-ζωής:** Οι άτυποι φροντιστές θα πρέπει να μπορούν να απολαμβάνουν μια σωστή ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και να έχουν την ευελιξία να περνούν ποιοτικό χρόνο με τα παιδιά τους. Η αύξηση του ορίου μη φορολογητέου εισοδήματος για τους φροντιστές, η εισαγωγή πιστώσεων φροντίδας και η παροχή στοχευμένων μέτρων ένταξης στην αγορά εργασίας μπορούν να συμβάλουν στη στήριξη της οικονομικής τους σταθερότητας.

**5. Αναγνώριση και επικύρωση:** Οι δεξιότητες που αποκτώνται κατά την παροχή μη αμειβόμενης εργασίας οικογενειακής φροντίδας θα πρέπει να αναγνωρίζονται και να επικυρώνονται. Η ενσωμάτωση στοχευμένων μέτρων πρόληψης της υγείας, όπως η υποστήριξη της ψυχικής υγείας και οι καλύτεροι δίαυλοι επικοινωνίας με τους επίσημους φροντιστές, είναι επίσης ουσιαστικής σημασίας για την ευημερία τους.

Η καλύτερη αναγνώριση και υποστήριξη των άτυπων φροντιστών είναι απαραίτητη για τη διασφάλιση της βιωσιμότητας της παροχής φροντίδας και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τόσο των φροντιστών όσο και των ληπτών της φροντίδας.

## Ψηφιοποίηση και καινοτομία για τον τομέα της περίθαλψης

Η ψηφιοποίηση ενέχει τεράστιες δυνατότητες για τον μετασχηματισμό της παροχής μακροχρόνιας φροντίδας, προς όφελος τόσο των ληπτών φροντίδας όσο και των φροντιστών.

Ακολουθεί μια σύνοψη των βασικών σημείων:

- **Βελτιωμένα συστήματα πληροφοριών:** Η επένδυση σε αποτελεσματικά πληροφοριακά συστήματα μπορεί να απλοποιήσει τις διοικητικές διαδικασίες και να βελτιώσει την επικοινωνία μεταξύ των παρόχων υπηρεσιών και των ληπτών, οδηγώντας σε αποτελεσματικότερη παροχή φροντίδας.

- **Εξελίξεις στην τηλεϊατρική:** Η τηλεϊατρική γίνεται όλο και περισσότερο το πρότυπο περίθαλψης για ορισμένες επισκέψεις, ελέγχους και διαβουλεύσεις, ιδίως για χρόνιες παθήσεις και μακροχρόνιες ασθένειες. Αυτό μπορεί να βελτιώσει την πρόσβαση στις υπηρεσίες περίθαλψης, ιδίως σε απομακρυσμένες και αγροτικές περιοχές.

- **Ενισχυμένη προσβασιμότητα:** Η ψηφιοποίηση μπορεί να βελτιώσει την προσβασιμότητα των υπηρεσιών φροντίδας, ωφελώντας ενδεχομένως την κατ' οίκον φροντίδα ως επιλογή μακροχρόνιας φροντίδας. Ωστόσο, είναι σημαντικό να διατηρηθεί μια ισορροπία μεταξύ της ψηφιακής και της φυσικής παροχής φροντίδας.

- **Βελτιωμένες συνθήκες εργασίας για τους φροντιστές:** Η ψηφιοποίηση μπορεί να βελτιώσει τις συνθήκες εργασίας για τους φροντιστές με τη χρήση υποστηρικτικής τεχνολογίας και εφαρμογών που αυξάνουν την ανεξαρτησία του αποδέκτη της φροντίδας και μειώνουν την ένταση ή το χρόνο της απαιτούμενης φροντίδας. Μπορεί επίσης να καταστήσει τις θέσεις εργασίας φροντίδας πιο ευέλικτες, επιτρέποντας την εξ αποστάσεως εργασία.

- **Αντιμετώπιση των ψηφιακών ανισοτήτων:** Θα πρέπει να καταβληθούν προσπάθειες για την αντιμετώπιση των ψηφιακών ανισοτήτων και του ψηφιακού χάσματος, ώστε να διασφαλιστεί ότι όλα τα άτομα, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που χρειάζονται φροντίδα, μπορούν να έχουν πρόσβαση και να επωφελούνται από τα ψηφιακά εργαλεία.

- **Αξιοποίηση των έργων που χρηματοδοτούνται από την ΕΕ:** Οι λύσεις μπορούν να βασιστούν σε χρηματοδοτούμενα από την ΕΕ έργα κοινωνικής καινοτομίας στον τομέα της μακροχρόνιας φροντίδας και σε κατευθυντήριες γραμμές για την ολοκληρωμένη φροντίδα από οργανισμούς όπως ο ΠΟΥ. Ωστόσο, η ισχύουσα νομοθεσία και οι κανονισμοί ενδέχεται να εμποδίζουν την ανάπτυξη καινοτόμων εννοιών φροντίδας.

- **Προώθηση της καινοτομίας:** Η καινοτομία στη φροντίδα πρέπει να προωθηθεί μέσω στοχευμένων προσκλήσεων στο πλαίσιο προγραμμάτων της ΕΕ όπως το Horizon Europe και τα Ευρωπαϊκά Κέντρα Ικανότητας για την Κοινωνική Καινοτομία. Θα πρέπει να αξιοποιηθούν χρηματοδοτικά μέσα και επενδύσεις για την τόνωση των επενδύσεων στον κοινωνικό τομέα.

Συνολικά, η ψηφιοποίηση προσφέρει σημαντικές ευκαιρίες για τη βελτίωση της παροχής μακροχρόνιας φροντίδας, αλλά απαιτούνται προσπάθειες για την αντιμετώπιση των ψηφιακών ανισοτήτων, των κανονιστικών προκλήσεων και την προώθηση της καινοτομίας στον τομέα.

Κατάσταση των φροντιστών στην Ουγγαρία, την Ελλάδα και την Ιταλία

## Ουγγαρία

- **Διαθεσιμότητα και προσβασιμότητα:** Στην Ουγγαρία, οι υπηρεσίες φροντίδας είναι συχνά ανεπαρκείς και δυσπρόσιτες. Οι μεγάλες λίστες αναμονής και τα διοικητικά εμπόδια επιδεινώνουν το πρόβλημα.
- **Οικονομική προσβασιμότητα:** Το υψηλό κόστος των υπηρεσιών φροντίδας τις καθιστά απρόσιτες για πολλά νοικοκυριά. Περίπου το ένα τρίτο των νοικοκυριών με ανάγκες μακροχρόνιας φροντίδας δεν χρησιμοποιούν υπηρεσίες κατ' οίκον φροντίδας λόγω οικονομικών περιορισμών.
- **Επιπτώσεις στις γυναίκες:** Η ανεπάρκεια των υπηρεσιών φροντίδας πλήττει δυσανάλογα τις γυναίκες, οι οποίες συχνά επωμίζονται το κύριο βάρος των άτυπων

ευθυνών φροντίδας. Αυτό επηρεάζει τη συμμετοχή τους στην αγορά εργασίας και την επαγγελματική τους ανέλιξη.

## Ελλάδα

- **Διαθεσιμότητα και προσβασιμότητα:** Η Ελλάδα αντιμετωπίζει παρόμοιες προκλήσεις με τις υπηρεσίες περίθαλψης να μην είναι διαθέσιμες ή να μην είναι ευθυγραμμισμένες με τις ανάγκες του πληθυσμού. Οι αγροτικές περιοχές πλήττονται ιδιαίτερα λόγω των μεγάλων αποστάσεων και των περιορισμένων επιλογών δημόσιας συγκοινωνίας.
- **Οικονομική προσβασιμότητα:** Πολλά νοικοκυριά στην Ελλάδα παλεύουν επίσης με το υψηλό κόστος των υπηρεσιών φροντίδας, οδηγώντας σε σημαντικές δαπάνες από την τσέπη τους και οικονομικές δυσκολίες.
- **Επιπτώσεις στις γυναίκες:** Οι γυναίκες στην Ελλάδα επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό από την ανεπάρκεια των υπηρεσιών φροντίδας, με αποτέλεσμα τη μειωμένη συμμετοχή στην εργασία και την επαγγελματική εξέλιξη. Η μεγάλη επικράτηση της άτυπης φροντίδας που παρέχεται από τις γυναίκες έχει ως αποτέλεσμα οικονομικές και προσωπικές επιβαρύνσεις.

## Ιταλία

- **Διαθεσιμότητα και προσβασιμότητα:** Στην Ιταλία, υπάρχει αξιοσημείωτη έλλειψη τόσο σε υπηρεσίες προσχολικής αγωγής όσο και σε υπηρεσίες μακροχρόνιας φροντίδας. Η διαθεσιμότητα επιλογών φροντίδας είναι ιδιαίτερα περιορισμένη στις αγροτικές και απομακρυσμένες περιοχές.
- **Οικονομική προσβασιμότητα:** Το υψηλό κόστος των υπηρεσιών φροντίδας στην Ιταλία αποτελεί σημαντικό εμπόδιο για την πρόσβαση. Πολλές οικογένειες αντιμετωπίζουν υψηλό κόστος από την τσέπη τους, καθιστώντας τη φροντίδα απρόσιτη και οδηγώντας σε εισοδηματική φτώχεια.
- **Επιπτώσεις στις γυναίκες:** Οι ευθύνες φροντίδας πέφτουν κυρίως στις γυναίκες, επηρεάζοντας τη συμμετοχή τους στην αγορά εργασίας και συμβάλλοντας στις ανισότητες μεταξύ των φύλων όσον αφορά τις αμοιβές και τις συντάξεις. Οι γυναίκες συχνά απουσιάζουν για μεγάλο χρονικό διάστημα από την εργασία τους ή αποσύρονται από την αγορά εργασίας για την παροχή φροντίδας.

## Κοινές προκλήσεις

- **Υψηλό κόστος:** Σε όλες τις τρεις χώρες, το υψηλό κόστος των υπηρεσιών φροντίδας αποτελεί σημαντικό εμπόδιο, οδηγώντας σε οικονομική επιβάρυνση πολλές οικογένειες.
- **Ανισότητα μεταξύ των φύλων:** Το βάρος της φροντίδας πλήττει δυσανάλογα τις γυναίκες, περιορίζοντας τις ευκαιρίες σταδιοδρομίας τους και διαιωνίζοντας τις ανισότητες μεταξύ των φύλων.

- **Αγροτικές ανισότητες:** Οι αγροτικές περιοχές στις χώρες αυτές αντιμετωπίζουν μεγαλύτερες προκλήσεις στην πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας λόγω γεωγραφικών και υλικοτεχνικών εμποδίων

## Συστάσεις

- **Αύξηση των επενδύσεων:** Επένδυση στις υπηρεσίες περίθαλψης για τη βελτίωση της διαθεσιμότητας, της οικονομικής προσβασιμότητας και της ποιότητας.
- **Υποστήριξη των φροντιστών:** Ενίσχυση των συστημάτων υποστήριξης για τους άτυπους φροντιστές, κυρίως γυναίκες, ώστε να εξισορροπούν τις ευθύνες φροντίδας και την εργασία τους.
- **Μεταρρυθμίσεις πολιτικής:** Εφαρμογή πολιτικών για την εξασφάλιση ισότιμης πρόσβασης στις υπηρεσίες φροντίδας και τη βελτίωση των συνθηκών εργασίας για τους εργαζόμενους στη φροντίδα.

Τα μέτρα αυτά είναι απαραίτητα για την αντιμετώπιση των αναγκών φροντίδας στην Ουγγαρία, την Ελλάδα και την Ιταλία, την προώθηση της ισότητας των φύλων και τη βελτίωση της συνολικής κοινωνικής ευημερίας.

## Σημεία κλειδιά και συμβουλές από το πεδίο δράσης του Digitalis

Η ανάλυση των αναγκών που πραγματοποιήθηκε στην Ελλάδα και την Ουγγαρία, η έντονη διαδικασία συν-δημιουργίας και επικύρωσης προσφέρουν πολύτιμες πληροφορίες για το σύνθετο τοπίο της άτυπης φροντίδας στις χώρες αυτές. Στην Ελλάδα, όπου η πλειονότητα των φροντιστών είναι γυναίκες, οι οποίες συχνά φροντίζουν τους γονείς τους, υπάρχει αξιοσημείωτη απουσία επίσημων προγραμμάτων κατάρτισης στη φροντίδα. Παρά αυτή την έλλειψη επίσημης εκπαίδευσης, οι φροντιστές παρουσιάζουν ένα αξιοσημείωτο επίπεδο επάρκειας στις ψηφιακές δεξιότητες, γεγονός που υποδηλώνει τη δυνατότητα αξιοποίησης της τεχνολογίας για την υποστήριξη των καθηκόντων τους στη φροντίδα. Αξίζει να σημειωθεί ότι ενώ οι φροντιστές χρησιμοποιούν συχνά smartphones και άλλες ψηφιακές συσκευές στην καθημερινή τους ζωή, βασίζονται περισσότερο στις προσωπικές αλληλεπιδράσεις παρά στην τεχνολογία για να διατηρήσουν επαφή με τους αποδέκτες της φροντίδας. Αυτή η προτίμηση στην επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο υπογραμμίζει τη βαθιά προσωπική και οικεία φύση των σχέσεων φροντίδας.

Εν τω μεταξύ, στην Ουγγαρία, οι άτυποι φροντιστές είναι κατά κύριο λόγο γυναίκες μεγαλύτερης ηλικίας με ανώτερη εκπαίδευση που έχουν μεταβεί στη συνταξιοδότηση. Πολλοί από αυτούς τους φροντιστές παρέχουν φροντίδα σε άτομα με τα οποία δεν έχουν στενό συγγενικό δεσμό, γεγονός που αντανακλά την ευρύτερη κοινωνική ανάγκη για άτυπη υποστήριξη της φροντίδας. Παρά την προχωρημένη ηλικία τους, οι φροντιστές στην



Ουγγαρία επιδεικνύουν διαφορετικό βαθμό ψηφιακού αλφαριθμητισμού, με ορισμένους να αισθάνονται σίγουροι για τις δεξιότητές τους, ενώ άλλοι δυσκολεύονται με ορισμένες πτυχές της ψηφιακής τεχνολογίας. Είναι ενδιαφέρον ότι, ενώ χρησιμοποιούν τακτικά ψηφιακές συσκευές, τα πρότυπα χρήσης τους δείχνουν απροθυμία να ενσωματώσουν την τεχνολογία στις ρουτίνες της φροντίδας τους. Αυτή η ασυμφωνία αναδεικνύει την ανάγκη για στοχευμένες παρεμβάσεις για τη γεφύρωση του χάσματος μεταξύ του ψηφιακού αλφαριθμητισμού και της πρακτικής εφαρμογής του σε περιβάλλοντα φροντίδας.

Και στις δύο πιλοτικές περιοχές, υπάρχει **μια κοινή επιθυμία μεταξύ των φροντιστών να συνδεθούν με ομότιμους και να μοιραστούν εμπειρίες**. Αυτή η επιθυμία για κοινωνική σύνδεση υπογραμμίζει τη σημασία της προώθησης της αίσθησης της κοινότητας και της υποστήριξης μεταξύ των φροντιστών, οι οποίοι συχνά αντιμετωπίζουν προκλήσεις και άγχος κατά τη φροντίδα τους.

Αξιοποιώντας τη δύναμη της ψηφιακής τεχνολογίας, υπάρχει η ευκαιρία να δημιουργηθούν διαδικτυακές πλατφόρμες και δίκτυα υποστήριξης προσαρμοσμένα στις μοναδικές ανάγκες των άτυπων φροντιστών. Αυτές οι πλατφόρμες θα μπορούσαν να διευκολύνουν την ανταλλαγή γνώσεων, να παρέχουν συναισθηματική υποστήριξη και να προσφέρουν πρακτικούς πόρους στους φροντιστές, ενισχύοντας τελικά την ευημερία και την αποτελεσματικότητά τους στις προσπάθειες φροντίδας.

Συμπερασματικά, τα πιλοτικά έργα στην Ελλάδα και την Ουγγαρία ρίχνουν φως στις διαφορετικές ανάγκες και εμπειρίες των άτυπων φροντιστών σε διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια. Αναγνωρίζοντας τα δυνατά σημεία και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι φροντιστές και αξιοποιώντας την ψηφιακή τεχνολογία για την ενίσχυση των δικτύων υποστήριξής τους, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να εργαστούν προς την κατεύθυνση της δημιουργίας ενός πιο περιεκτικού και βιώσιμου οικοσυστήματος φροντίδας. Μέσω συνεργατικών προσπαθειών και καινοτόμων λύσεων, μπορούμε να δώσουμε στους φροντιστές τη δυνατότητα να εκπληρώνουν τον ζωτικό τους ρόλο με αυτοπεποίθηση και συμπόνια.

### 3 συμβουλές

#### Για **να ενισχύσετε την καθημερινή ρουτίνα των FICs**

##### 1. Αξιοποιήστε τον ψηφιακό αλφαριθμητισμό

Οι φροντιστές επιδεικνύουν ένα αξιοσημείωτο επίπεδο ψηφιακών δεξιοτήτων, γεγονός που υποδηλώνει την ευκαιρία να αξιοποιήσουν την τεχνολογία για να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τα καθήκοντα φροντίδας τους.

##### 2. Προώθηση της υποστήριξης από ομότιμους

Υπάρχει μια κοινή επιθυμία μεταξύ των φροντιστών να συνδεθούν με συνομηλίκους και να μοιραστούν εμπειρίες. Η δημιουργία διαδικτυακών πλατφορμών και

*Αξιοποίηση του  
ψηφιακού  
αλφαριθμητισμού*

**Υποστήριξη  
από ομότιμους**

δικτύων υποστήριξης προσαρμοσμένων στις ανάγκες των φροντιστών μπορεί να προσφέρει πολύτιμη συναισθηματική και πρακτική υποστήριξη.

### 3. Γεφυρώστε το χάσμα

*Γεφυρώστε το  
χάσμα*

Παρά την ψηφιακή τους παιδεία, οι φροντιστές δείχνουν απροθυμία να ενσωματώσουν την τεχνολογία στη ρουτίνα της φροντίδας τους. Χρειάζονται στοχευμένες παρεμβάσεις για να γεφυρωθεί αυτό το χάσμα και να βοηθηθούν οι φροντιστές να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητες των ψηφιακών εργαλείων στον ρόλο τους ως φροντιστές

...και 5 συστάσεις

Για τη στήριξη των άτυπων οικογενειακών φροντιστών στην Ευρώπη και την προώθηση της ομαλής και αποτελεσματικής εφαρμογής των πολιτικών, παρατίθενται τέσσερις βασικές συστάσεις:

#### 1. Οικονομική στήριξη και κίνητρα

- **Επιδόματα φροντιστών:** Παροχή άμεσης οικονομικής στήριξης στους άτυπους φροντιστές μέσω επιδομάτων ή υποτροφιών. Αυτό μπορεί να συμβάλει στην ανακούφιση του οικονομικού βάρους και να αναγνωρίσει την αξία της μη αμειβόμενης εργασίας φροντίδας.
- **Φορολογικές παροχές:** Προσφέρετε φορολογικές εκπτώσεις ή πιστώσεις στους φροντιστές για δαπάνες που σχετίζονται με τη φροντίδα, μειώνοντας την οικονομική τους επιβάρυνση και δίνοντας κίνητρα για τον ρόλο της φροντίδας.

#### 2. Πρόσβαση σε υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας και ευέλικτες υπηρεσίες

- **Υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας:** Αναπτύξτε και επεκτείνετε την πρόσβαση σε υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας, επιτρέποντας στους φροντιστές να κάνουν διαλείμματα και να μειώσουν το άγχος. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει προσωρινή οικιακή φροντίδα ή υποστήριξη στο σπίτι.
- **Ευέλικτες επιλογές φροντίδας:** Παροχή ευέλικτων και προσαρμόσιμων υπηρεσιών φροντίδας, όπως φροντίδα μερικής απασχόλησης ή κατά παραγγελία, για την καλύτερη κάλυψη των διαφορετικών αναγκών των φροντιστών και των οικογενειών τους.

#### 3. Εκπαίδευση και ψυχολογική υποστήριξη

- **Προγράμματα κατάρτισης φροντιστών:** Εφαρμόστε προγράμματα κατάρτισης για να εξοπλίσετε τους φροντιστές με τις απαραίτητες δεξιότητες και γνώσεις για την παροχή

φροντίδας υψηλής ποιότητας. Αυτό περιλαμβάνει ιατρικές, συναισθηματικές και πρακτικές πτυχές της φροντίδας.

- **Ψυχολογική και συναισθηματική υποστήριξη:** Προσφέρετε συμβουλευτικές υπηρεσίες, ομάδες υποστήριξης και τηλεφωνικές γραμμές βοήθειας για την αντιμετώπιση της ψυχικής υγείας και της συναισθηματικής ευημερίας των φροντιστών, μειώνοντας το αίσθημα απομόνωσης και εξουθένωσης.

#### 4. Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και προστασία της απασχόλησης

- **-Ευέλικτες ρυθμίσεις εργασίας:** Προώθηση πολιτικών που επιτρέπουν ευέλικτα ωράρια εργασίας, απομακρυσμένη εργασία και επιλογές μερικής απασχόλησης για τους εργαζόμενους φροντιστές. Αυτό βοηθά στην εξισορρόπηση των ευθυνών τους για τη φροντίδα με τις επαγγελματικές τους υποχρεώσεις.
- **-Προστασία της απασχόλησης:** Εξασφαλίστε την εργασιακή ασφάλεια των φροντιστών μέσω νομοθεσίας που προστατεύει τα εργασιακά τους δικαιώματα, όπως το δικαίωμα επιστροφής στην εργασία μετά από περίοδο φροντίδας, νόμους κατά των διακρίσεων και δικαιώματα άδειας ειδικά για τη φροντίδα.

#### 5. Εφαρμογή και ενσωμάτωση πολιτικών

- **-Ενσωμάτωση πολιτικών:** Ενσωμάτωση αυτών των συστάσεων στις εθνικές πολιτικές και στις πολιτικές σε επίπεδο ΕΕ για να εξασφαλιστεί συνεπής και ολοκληρωμένη υποστήριξη σε ολόκληρη την Ευρώπη.
- **-Παρακολούθηση και αξιολόγηση:** Καθιέρωση μηχανισμών για την παρακολούθηση της αποτελεσματικότητας αυτών των μέτρων στήριξης και πραγματοποίηση των αναγκαίων προσαρμογών με βάση την ανατροφοδότηση από τους φροντιστές και τους ενδιαφερόμενους φορείς.

Με την εφαρμογή αυτών των συστάσεων, η Ευρώπη μπορεί να στηρίξει καλύτερα τους οικογενειακούς άτυπους φροντιστές, ενισχύοντας την ευημερία τους και δίνοντάς τους τη δυνατότητα να παρέχουν φροντίδα χωρίς να θυσιάζουν τη δική τους οικονομική, σωματική ή συναισθηματική υγεία.

#### Digitalis: Συμβολή στη συζήτηση

Στις 29 Νοεμβρίου 2024, η Μόντενα φιλοξένησε την πολλαπλασιαστική εκδήλωση του έργου Digitalis, όπου παρουσιάστηκαν και συζητήθηκαν οι πέντε βασικές συστάσεις για τη στήριξη των άτυπων οικογενειακών φροντιστών. Στην εκδήλωση, η οποία είχε τη μορφή στρογγυλής τράπεζας, συμμετείχαν οι Elisabetta Gualmini, η Penia Malavasi και η Annalisa Righi, εκπροσωπώντας το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, το ιταλικό κοινοβούλιο και την τοπική αυτοδιοίκηση, αντίστοιχα. Πρωταρχικός στόχος της συνάντησης ήταν να δημιουργηθεί διάλογος σε τρία θεσμικά επίπεδα - ευρωπαϊκό, εθνικό και τοπικό - για να προβληματιστούν

σχετικά με τον κρίσιμο ρόλο των άτυπων φροντιστών και τις πολιτικές που απαιτούνται για την υποστήριξή τους με συγκεκριμένο και αποτελεσματικό τρόπο.

Οι ομιλήτριες

### Elisabetta Gualmini

Η Elisabetta Gualmini γεννήθηκε στη Μόντενα, πολιτικός και πολιτειολόγος και είναι τακτική καθηγήτρια Πολιτικών Επιστημών στο Πανεπιστήμιο της Μπολόνια. Με μεγάλη εμπειρία στις πολιτικές πρόνοιας, διετέλεσε αντιπρόεδρος και περιφερειακή σύμβουλος για την πρόνοια στην Εμίλια-Ρομάνια από το 2014 έως το 2019. Το 2019 εξελέγη στο Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, όπου είναι μέλος της Επιτροπής Βιομηχανίας, Έρευνας και Ενέργειας. Η εμπειρογνωμοσύνη της στην κοινωνική πολιτική και η δέσμευσή της στις ευρωπαϊκές πρωτοβουλίες συνέβαλαν σημαντικά στη συζήτηση.

### Ilenia Malavasi

Μέλος του ιταλικού Κοινοβουλίου, η Ilenia Malavasi είναι μια εξέχουσα προσωπικότητα στο πολιτικό τοπίο της πρόνοιας και της υγειονομικής περίθαλψης. Κατέχει πτυχίο κλασικής φιλολογίας με ειδίκευση στην αρχαιολογία και ξεκίνησε την πολιτική της σταδιοδρομία σε τοπικό επίπεδο στο Correggio, όπου διετέλεσε δήμαρχος για δύο συνεχόμενες θητείες. Το 2022 εξελέγη στη Βουλή των Αντιπροσώπων και υπήρξε κορυφαία υπέρμαχος της επίσημης αναγνώρισης των οικογενειακών φροντιστών, αποτελώντας τον πρώτο υπογράφο της προτεινόμενης νομοθεσίας για το θέμα αυτό.

### Annalisa Righi

Ως επικεφαλής του Τμήματος Κοινωνικών Υπηρεσιών, Υπηρεσιών Υγείας και Ένταξης του Δήμου της Μόντενα, η Annalisa Righi ανέλαβε καθήκοντα το 2022. Με σημαντική εμπειρία στη διαχείριση τόσο άμεσων όσο και έμμεσων κοινωνικών υπηρεσιών, το έργο της επικεντρώνεται στην ενσωμάτωση των τοπικών υπηρεσιών και τη στήριξη των ευάλωτων πληθυσμών. Η συμβολή της στη συζήτηση τόνισε την ανάγκη για ολοκληρωμένες εδαφικές πολιτικές για τη στήριξη των άτυπων φροντιστών.

### Πως προχωράμε

**Σε ευρωπαϊκό επίπεδο**, η στρατηγική πρέπει να αντιμετωπίσει δύο μεγάλες προκλήσεις: τις εδαφικές ανισότητες και την ανισότητα των φύλων. Οι εδαφικές ανισότητες αναδεικνύουν πώς η πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας και η ποιότητα αυτών διαφέρουν σημαντικά μεταξύ

**Εδαφικές  
ανισότητες**

αστικών και αγροτικών περιοχών. Στις μεγάλες πόλεις, οι φροντιστές επωφελούνται από ένα ευρύτερο και πιο δομημένο δίκτυο υπηρεσιών, ενώ οι αγροτικές ή περιφερειακές περιοχές αντιμετωπίζουν σοβαρή έλλειψη υποδομών, μεταφορών και κοινωνικών συνδέσεων, γεγονός που καθιστά

δύσκολη την υποστήριξη των φροντιστών και των χρόνιων ασθενών. Αυτές οι ανισότητες πρέπει να αντιμετωπιστούν μέσω στοχευμένων ευρωπαϊκών στρατηγικών, όπως η ενίσχυση

των εδαφικών δικτύων στις περιθωριοποιημένες περιοχές. **Η ανισότητα των φύλων**, από την άλλη πλευρά, υπογραμμίζει ότι οι ευθύνες φροντίδας πέφτουν δυσανάλογα στις γυναίκες, οι οποίες αντιπροσωπεύουν πάνω από το 70% των άτυπων φροντιστών. Αυτή η ανισορροπία όχι μόνο διαιωνίζει την ανισότητα των φύλων αλλά και περιορίζει τις ευκαιρίες απασχόλησης και προσωπικής ανάπτυξης των γυναικών, δημιουργώντας έναν φαύλο κύκλο οικονομικού και κοινωνικού αποκλεισμού. Οι ευρωπαϊκές στρατηγικές πρέπει να περιλαμβάνουν πολιτικές που προωθούν μια δικαιότερη κατανομή των ευθυνών φροντίδας, όπως κίνητρα για τη συμμετοχή των ανδρών και μέτρα που βοηθούν τις γυναίκες να συνδυάσουν την επαγγελματική και την ιδιωτική ζωή.

**Σε εθνικό επίπεδο**, είναι απαραίτητο να ξεπεραστεί το οικογενειακό μοντέλο που αναθέτει την ευθύνη για τη διαχείριση των χρόνιων ασθενών αποκλειστικά στις οικογένειες. Αυτή η ξεπερασμένη προσέγγιση παραβλέπει τον κρίσιμο ρόλο του δημόσιου συστήματος υγειονομικής περίθαλψης στη διαχείριση των χρόνιων ασθενειών. Αντίθετα, οι φροντιστές θα πρέπει να αναγνωριστούν ως το τελικό σημείο στην αλυσίδα των εδαφικών υπηρεσιών, ενταγμένοι σε ένα σύστημα υγειονομικής περίθαλψης που αναλαμβάνει την πρωταρχική ευθύνη για τη διαχείριση των χρόνιων ασθενών. Σε αυτό το όραμα, οι φροντιστές δεν μένουν πλέον μόνοι τους, αλλά γίνονται μέρος ενός δομημένου δικτύου υποστήριξης με πρόσβαση σε πόρους, κατάρτιση και οικονομική βοήθεια.

**Ανισότητα  
φύλων**

Η εφαρμογή των πέντε συστάσεων είναι επομένως ζωτικής σημασίας:

- Οικονομικά κίνητρα για την ελάφρυνση των οικονομικών βαρών των φροντιστών.
- Πρόσβαση σε ευέλικτες υπηρεσίες και υπηρεσίες ανάπαυλας για την πραγματοποίηση διαλειμμάτων αποκατάστασης.
- Προγράμματα κατάρτισης για τον εφοδιασμό των φροντιστών με τις κατάλληλες δεξιότητες.
- Πολιτικές προώθησης της ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.
- Ενσωμάτωση των εθνικών πολιτικών σε ένα ενιαίο ευρωπαϊκό όραμα.

**Σε τοπικό επίπεδο**, οι διοικήσεις διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο στη δημιουργία ενός ολοκληρωμένου δικτύου που θα αντικατοπτρίζει τις ιδιαίτερες ανάγκες της περιοχής. Μόνο μια συμμετοχική προσέγγιση, με την άμεση συμμετοχή των φροντιστών στο σχεδιασμό των υπηρεσιών, μπορεί να εξασφαλίσει επαρκείς και στοχευμένες λύσεις. Οι διοικήσεις πρέπει να προωθήσουν το διάλογο με τους φροντιστές για να κατανοήσουν τις πραγματικές τους ανάγκες και να διευκολύνουν την πρόσβαση σε πόρους και υποστήριξη.

## Συμπεράσματα

Η εκδήλωση της Modena τόνισε τη σημασία αντιμετώπισης των προκλήσεων της ανεπίσημης φροντίδας μέσα από μια πολυεπίπεδη, ολοκληρωμένη προσέγγιση.

## Ευρωπαϊκό Επίπεδο

- **Εδαφικές Διαφορές:** Αντιμετώπιση των διαφορών μεταξύ αστικών και αγροτικών περιοχών στην πρόσβαση και την ποιότητα των υπηρεσιών. Οι αστικές περιοχές διαθέτουν καλύτερα οργανωμένα δίκτυα, ενώ οι αγροτικές περιοχές αντιμετωπίζουν κενά στις υποδομές. Η λύση βρίσκεται σε στοχευμένες στρατηγικές για την ενίσχυση των τοπικών δικτύων στις υποεξυπηρετούμενες περιοχές.
- **Φυλετική Ανισότητα:** Οι γυναίκες συχνά επωμίζονται το βάρος της φροντίδας, επηρεάζοντας τις καριέρες και την προσωπική τους ανάπτυξη. Οι πολιτικές πρέπει να ενθαρρύνουν τη συμμετοχή των ανδρών στη φροντίδα και να υποστηρίζουν τις γυναίκες στην εξισορρόπηση εργασίας και οικιακών υποχρεώσεων.

### Εθνικό Επίπεδο

- **Απομάκρυνση από τον Οικογενειακό Προσανατολισμό:** Απομάκρυνση από την αποκλειστική εξάρτηση από τις οικογένειες για τη φροντίδα χρόνιων ασθενών. Αντί αυτού, αναγνώριση των φροντιστών ως αναπόσπαστα μέρη του συστήματος υγείας. Αυτό περιλαμβάνει την παροχή πόρων, εκπαίδευσης και οικονομικής βοήθειας για την εξασφάλιση της αποτελεσματικής ενσωμάτωσής τους στο δίκτυο φροντίδας.

### Τοπικό Επίπεδο

- **Υποστηρικτικά Δίκτυα Βασισμένα στην Κοινότητα:** Δημιουργία ισχυρών υποστηρικτικών δικτύων που ανταποκρίνονται στις μοναδικές ανάγκες των κοινοτήτων. Η άμεση εμπλοκή των φροντιστών στο σχεδιασμό των υπηρεσιών είναι κρίσιμη για την εξασφάλιση πρακτικών και αποτελεσματικών λύσεων.

### Επίλογος

Το έργο Digitalis χρησιμεύει ως οδικός χάρτης για τη σύγχρονη φροντίδα, δίνοντας έμφαση στα εξής:

- **Γέφυρα Εδαφικών και Φυλετικών Κενών:** Δημιουργία ενός περιεκτικού συστήματος που παρέχει ίση υποστήριξη ανεξαρτήτως τοποθεσίας ή φύλου.
- **Ενσωμάτωση Φροντιστών ως Κύριων Συμμετεχόντων στην Υγεία:** Αναγνώριση του κρίσιμου ρόλου των φροντιστών στο σύστημα υγείας.
- **Υπέρβαση του Οικογενειακού Προσανατολισμού:** Προώθηση μιας πιο δίκαιης κατανομής των ευθυνών φροντίδας.

Μέσα από συντονισμένες προσπάθειες σε όλα τα επίπεδα, μπορούμε να βελτιώσουμε την ποιότητα ζωής των φροντιστών και αυτών που φροντίζουν, προωθώντας ένα πιο περιεκτικό, δίκαιο και βιώσιμο σύστημα φροντίδας.