

**BUNGEAG ,Tiberiu CLaudiu**  
**Asociatia Innovation Education Lab**



# **eBook despre cele mai bune practici intergeneraționale**

**Sprijinirea dublei tranziții a UE  
prin învățare intergenerațională,  
schimburi de cunoștințe și  
acțiuni comune**

**Brasov, 2025**

**Tiberiu Claudiu BUNGEAG**  
*Asociația Innovation Education Lab*

**eBook despre cele mai bune practici intergeneraționale**  
*Sprijinirea dublei tranziții a UE prin învățare intergenerațională, schimburi de cunoștințe și  
acțiuni commune*

**Brașov, 2025**



Această lucrare este licențiată sub o licență Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International.

# eBook despre cele mai bune practici intergeneraționale

**Autor: Dna Theognosia Petrou (Responsabil de proiect, Universitatea din Limassol)**

**Colaboratori:**

Universitatea Jaume I din Castellón (Spania)

Asociația Innovation Education Lab / Tiberiu Claudiu Bungeag (România)

InterAktion – Asociația pentru Coexistență Interculturală (Austria)

AGECARE (CIPRU) LTD (Cipru)

Eurospeak Limited (Irlanda)

DYEKO- Diktyo Ypostirixis Epixeirimatikotitas & Koinonikis Oikonomias (Grecia)  
ODISEE (Belgia)



ISBN number: 978-973-0-43280-0



# CUPRINS

Prefață

Introducere

Despre proiectul InterGenic

Metodologia acțiunii intergeneraționale ca model educațional

Acțiuni intergeneraționale locale pentru tranziția gemenilor

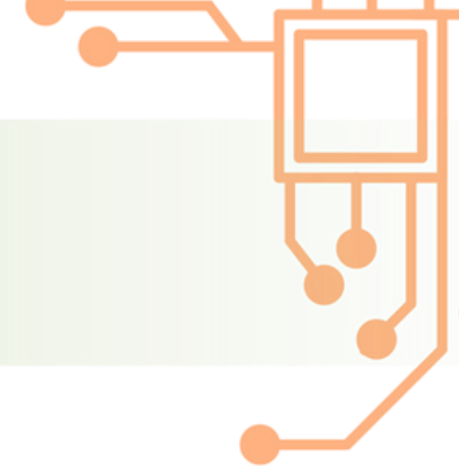
- O aplicație mobilă pentru îmbunătățirea gestionării deșeurilor și creșterea implicării cetățenilor - Cele mai bune practici coordonate de Universitatea Jaume I - UJI (Spania)
- O platformă digitală pentru comerț local, schimb de competențe și mobilitate verde - Cele mai bune practici coordonate de InterAktion (Austria)
- Hackathon intergenerațional pentru inovație incluzivă în asistența medicală - Cele mai bune practici coordonate de ODISEE (Belgia)
- Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională - Cele mai bune practici coordonate de Universitatea din Limassol și Materia Group (Cipru)
- „2 Generații - 1 Farfurie”: Un canal care promovează alimentația sănătoasă și sustenabilă prin colaborare intergenerațională - Cele mai bune practici coordonate de DYEKO (Grecia)
- „Local Bites”: O aplicație mobilă care conectează comunitățile prin intermediul alimentației sustenabile și al inovării digitale intergeneraționale - Cele mai bune practici coordonate de Eurospeak (Irlanda)
- Construirea de punți de legătură între generații prin ateliere comunitare - Cele mai bune practici coordonate de InnoEduLab (România)

Lecții învățate

Exploatarea ulterioară a celor mai bune practici

Concluzie

Referințe



## Prefață

Această carte electronică prezintă exemple concrete și îndrumări pentru organizațiile și comunitățile care doresc să implementeze acțiuni comune intergeneraționale în contextul lor local. Șapte acțiuni comune intergeneraționale sunt prezentate în acest document, care au fost dezvoltate ca parte a implementărilor proiectului UE **InterGenic**. În plus, această carte electronică încorporează cadrul metodologic urmat pentru dezvoltarea acțiunilor comune, permițând replicarea acestui model educațional în întreaga Europă.

Această resursă este rezultatul muncii de colaborare din cadrul parteneriatului proiectului **InterGenic**, care este alcătuit din opt organizații și instituții din șapte țări europene diferite:

Universitatea Jaume I din Castellón (Spania)

Universitatea din Limassol (Cipru)

Innovation Education Lab (România)

InterAktion – Asociația pentru Coexistență Interculturală (Austria)

AGECARE (CIPRU) LTD (Cipru)

Eurospeak Limited (Irlanda)

DYEKO- Diktyo Ypostirixis Epixeirimatikotitas și Koinonikis Oikonomias (Grecia)

ODISEE (Belgia)



Proiectul InterGenic este cofinanțat de Uniunea Europeană și de programul ERASMUS+ în domeniul educației adulților. Proiectul se desfășoară pe o durată de 24 de luni, din decembrie 2023 până în noiembrie 2025.

Sperăm că această carte electronică vă va inspira și vă va sprijini în implementarea unor astfel de acțiuni de colaborare și impact între diferite generații în comunitățile voastre locale.

## Introducere

### Despre proiectul InterGenic

Proiectul „InterGenic: Sprijinirea dublei tranziții a UE prin învățare intergenerațională, schimburi de cunoștințe și acțiuni comune” se concentrează pe sprijinirea dublei tranziții (digitală și verde) a Uniunii Europene prin învățare intergenerațională, schimb de cunoștințe și acțiuni comune.

Obiectivele specifice ale proiectului sunt:

Contribuiți la strategia de politică digitală a UE prin sprijinirea capacității tinerilor din întreaga Europă de a-și transfera competențele și cunoștințele digitale către alte generații.

Contribuiți la obiectivele politicii UE privind tranziția verde prin sprijinirea capacității seniorilor din întreaga Europă de a preda practici tradiționale sustenabile altor generații.

Dezvoltarea și testarea unui cadru educațional bazat pe acțiuni comune tineri-seniori, care va propune soluții locale legate de dubla tranziție a UE.

Creșterea gradului de conștientizare cu privire la provocările și oportunitățile tranziției către viitor și reducerea decalajului socio-epistemic dintre generații.

Pe parcursul implementării sale, proiectul a stabilit legături între tineri și seniori pentru schimbul reciproc de cunoștințe, facilitat de programe de mentorat. În plus, au fost dezvoltate inițiative comune, în urma unui proces de colaborare, pentru a demonstra importanța și rezultatele pozitive pe care le poate avea un schimb intergenerațional în societățile europene.

Pentru a sprijini crearea unor astfel de inițiative intergeneraționale, proiectul a implicat tineri și seniori și i-a sprijinit în dezvoltarea unui plan de soluții digitale și sustenabile pentru comunitățile lor locale. Aceste grupuri intergeneraționale și-au valorificat cunoștințele și abilitățile individuale pentru a aborda nevoile locale, în conformitate cu obiectivele duble de tranziție ale UE.

Acțiunile intergeneraționale dezvoltate în fiecare țară parteneră sunt prezentate în această carte electronică, în efortul de a promova valoarea colaborării intergeneraționale și a construirii comunității, demonstrând că beneficiile unor astfel de acțiuni pot fi extinse dincolo de participanții imediați, către comunitatea mai largă.

În plus, acțiunea intergenerațională este prezentată ca o abordare valoroasă a educației adulților și, ca atare, promovează respectul reciproc, schimbul de cunoștințe și colaborarea între generații, contribuind la creșterea personală și la consolidarea legăturilor comunitare.



## Metodologia Acțiunii Intergeneraționale ca model educațional

Acțiunea intergenerațională este un proces care reunește în mod intenționat oameni din generații diferite - seniori și tineri - pentru a interacționa, a învăța unii de la alții și a stabili relații, cu scopul de a crea o acțiune de care ambele părți să poată beneficia.

Acest proces se bazează pe teoria învățării pe tot parcursul vieții, care afirmă că indivizii se pot adapta continuu la provocările emergente, pot promova dezvoltarea personală și pot aduce contribuții semnificative societății în toate etapele vieții. Prin această perspectivă, acțiunea intergenerațională creează un mediu de învățare dinamic bazat pe experiențe, abilități, perspective și cunoștințe comune.

Dincolo de consolidarea legăturilor dintre comunitate și grupuri, acțiunea intergenerațională încurajează inovația socială prin valorificarea diverselor cunoștințe, creativitate și resurse pe care le aduce fiecare generație (Hughes și colab., 2013). Înțelegerea modului în care acțiunea intergenerațională poate fi utilizată ca metodologie structurată oferă îndrumări pentru a se asigura că atât tinerii, cât și seniorii sunt implicați în mod semnificativ, împuterniciți și capabili să contribuie la dezvoltarea comunității locale.

O metodologie intergenerațională pune accentul pe implicarea structurată și egalitatea între participanți, mai degrabă decât pe o transmitere unidirecțională a cunoștințelor de la persoanele în vârstă la cele mai tinere sau invers. Analizele sistematice ale programelor de schimb intergenerațional evidențiază faptul că, atunci când persoanele în vârstă și cele tinere colaborează ca parteneri egali, învățarea reciprocă, emanciparea și coeziunea comunității sunt realizate cel mai eficient. Dialogul susținut de facilitatori, învățarea reflexivă și co-crearea sunt elemente cheie în asigurarea faptului că astfel de inițiative depășesc interacțiunea pentru a obține un impact educațional și social real.



Ca parte a proiectului **InterGenic**, metodologia de acțiune intergenerațională adoptată a încurajat colaborarea, învățarea reciprocă și crearea în comun de soluții între participanți. Această abordare s-a aliniat cu obiectivele specifice ale dublei tranziții a UE, în special în promovarea sustenabilității și digitalizării. Metodologia a servit drept model pentru dezvoltarea viitoarelor programe intergeneraționale, asigurându-se că atât tinerii, cât și seniorii și-au îmbunătățit în mod activ abilitățile, au împărtășit cunoștințe și au contribuit la soluții inovatoare și incluzive care să abordeze provocările societale din comunitățile lor.

## Acțiuni locale intergeneraționale pentru tranziția dublă

Acțiunea intergenerațională pentru o dublă tranziție - verde și digitală - a fost implementată în fiecare țară parteneră în perioada februarie-august 2025.

Peste 140 de participanți au luat parte la această activitate la nivel transnațional. Tineri (18-30 de ani) și seniori (55+ ani) din fiecare țară parteneră au format un grup intergenerațional și au participat la o serie de sesiuni; lucrând împreună pentru a concepe, concepe și dezvolta parțial soluții locale care să abordeze dubla tranziție a UE.

Scopul grupurilor intergeneraționale din țările participante a fost de a încuraja o colaborare semnificativă între tineri și seniori prin activități structurate, incluzive și creative. Fiecare grup național și-a propus să construiască punți între generații prin încurajarea învățării reciproce, a schimbului de cunoștințe și valori și a creării în comun de soluții digitale și sustenabile pentru nevoile reale ale comunității.

Formatul de implementare a variat, numărul de întâlniri și cadrul sesiunilor fiind decise de comun acord cu participanții din fiecare țară parteneră.

În timpul sesiunilor, următoarele principii au fost adoptate în cadrul parteneriatului pentru a asigura uniformitatea și incluziunea:

- Implicați în mod egal atât tinerii, cât și seniorii în pregătirea acțiunii intergeneraționale.
- Asigurarea unei îndrumări eficiente și adecvate a tuturor participanților.
- Încurajarea creării unei legături personale între tineri și seniori.
- Mențineți un mediu de lucru interactiv și colaborativ.
- Mențineți o viziune comună în fiecare sesiune.
- Promovați vizibilitatea proiectului.

Un [Manual al facilitatorilor](#), elaborat pe baza contribuțiilor parteneriatului, care să ghideze practicienii în procesul de dezvoltare a acțiunilor intergeneraționale eficiente, în concordanță cu obiectivele UE privind tranziția verde și digitală.

Combinând un set de metodologii, precum metodologiile participative, de co-creare, vizuale și bazate pe hackathon, facilitatorii au sprijinit participanții din diferite generații (tineri și seniori) să colaboreze eficient în rezolvarea problemelor și să creeze soluții digitale sustenabile pentru comunitățile sau grupurile lor. În acest manual au fost conturați pași clari pentru a consolida rolul facilitatorilor în cultivarea comunicării și colaborării, permițând participanților proveniți din diferite generații să își aducă perspectivele, cunoștințele și abilitățile unice în procesul de dezvoltare a unor rezultate și acțiuni semnificative. Mai mult, procesul de evaluare a fost o parte integrantă a procesului de rafinare a soluțiilor și de asigurare a succesului implementărilor viitoare.

Pe lângă forma tradițională de evaluare a implementărilor și acțiunilor, în procesul de evaluare a fost integrată o întâlnire online transnațională, astfel încât reprezentanții grupului intergenerațional al fiecărei țări partenere să își prezinte ideea și să primească feedback de la ceilalți participanți pentru a-și finaliza ideile.

Acțiunile locale intergeneraționale dezvoltate și prezentate mai jos ca bune practici sunt înțelese ca o extensie a învățării atât pe tot parcursul vieții, cât și intergeneraționale, punând accent pe colaborarea activă dintre tineri și seniori și abordând provocările sociale, de mediu și comunitare comune.

# O aplicație mobilă pentru îmbunătățirea gestionării deșeurilor și creșterea implicării cetățenilor

## Cele mai bune practici coordonate de Universitat Jaume I - UJI (Spania)

### Titlu cu cele mai bune practici

O aplicație mobilă pentru îmbunătățirea gestionării deșeurilor și creșterea implicării cetățenilor

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional spaniol a identificat și clasificat problemele pe teme sociale, de mediu și economice, evidențiind provocări precum ineficiențele transportului public, barierele digitale în domeniul sănătății, aruncarea deșeurilor, utilizarea plasticului și sistemele inadecvate de reciclare. Ca răspuns la provocările tot mai mari de mediu și la nevoia unei gestionări mai eficiente a deșeurilor, îmbunătățirea participării cetățenilor și schimbarea comportamentului au fost stabilite ca priorități cheie pentru orașul Castellón de la Plana. Soluția cea mai votată de părțile interesate a fost proiectarea unei aplicații mobile pentru a îmbunătăți gestionarea deșeurilor, a promova reciclarea și a spori curățenia generală a orașului, luând în considerare elementul ușor de utilizat pentru ca seniorii să o poată utiliza eficient.

Obiectivul principal al acestei inițiative este de a încuraja implicarea activă a cetățenilor și de a crește gradul de conștientizare cu privire la practicile sustenabile prin intermediul unor instrumente digitale care combină accesibilitatea, transparența informațiilor și strategiile de motivare, cum ar fi gamificarea și feedback-ul public.

### Descrierea practicii

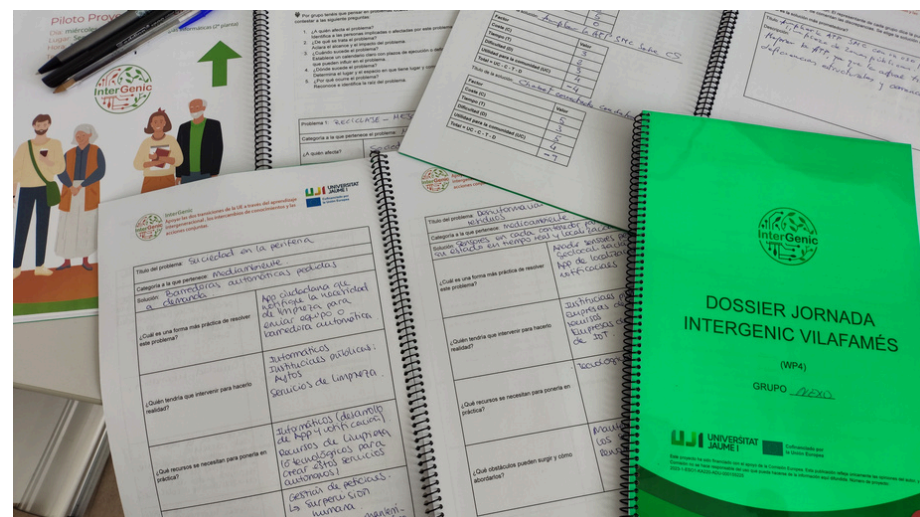
Aplicația mobilă propusă servește ca o platformă digitală inovatoare care conectează locuitorii cu serviciile locale de gestionare a deșeurilor. Este concepută să funcționeze atât ca o soluție independentă, cât și ca o componentă integrată în platformele municipale existente. Aplicația a fost proiectată digital și modificată în [Figma](#) de către seniori cu ajutorul tinerilor și al facilitatorilor proiectului. Designul s-a bazat pe schițele dezvoltate inițial pe hârtie.

Aplicația include următoarele caracteristici principale:

- Centru de informații publice: O secțiune care oferă informații detaliate despre programul parcurilor ecologice mobile, procedurile de reciclare și politicile locale de mediu.
- Instrument de raportare a incidentelor: O funcție care permite cetățenilor să raporteze direct autorităților municipale probleme legate de curățenia orașului, pubelele de gunoi sau eliminarea necorespunzătoare a deșeurilor.
- Sistem de recompense și gamificare: Un mecanism bazat pe puncte care încurajează comportamentul de reciclare. Utilizatorii acumulează puncte - care pot fi răscumpărate pentru beneficii precum reduceri de taxe - reciclând la stațiile desemnate folosind validarea codului QR.

### Metodologie

Procesul de dezvoltare a fost participativ, implicând atât tineri, cât și seniori în activități de co-proiectare și în procesul decizional. Această abordare incluzivă a asigurat că designul aplicației a îndeplinit nevoile și preferințele diverselor grupuri de utilizatori, consolidând în același timp colaborarea intergenerațională și incluziunea digitală. Pe lângă utilizarea manualului facilitatorilor ca ghid pentru sesiuni, a fost furnizat un dosar pentru a înregistra răspunsurile tuturor grupurilor de lucru. În acest fel, fiecare grup a avut un document pe care l-a folosit ca ghid și înregistrare a procesului. Un avantaj suplimentar al acestui dosar a fost că i-a ajutat ulterior pe facilitatori să analizeze răspunsurile partajate pentru fiecare etapă și să creeze un raport final foarte precis și cuprinzător.



## Rezultate și impact așteptat

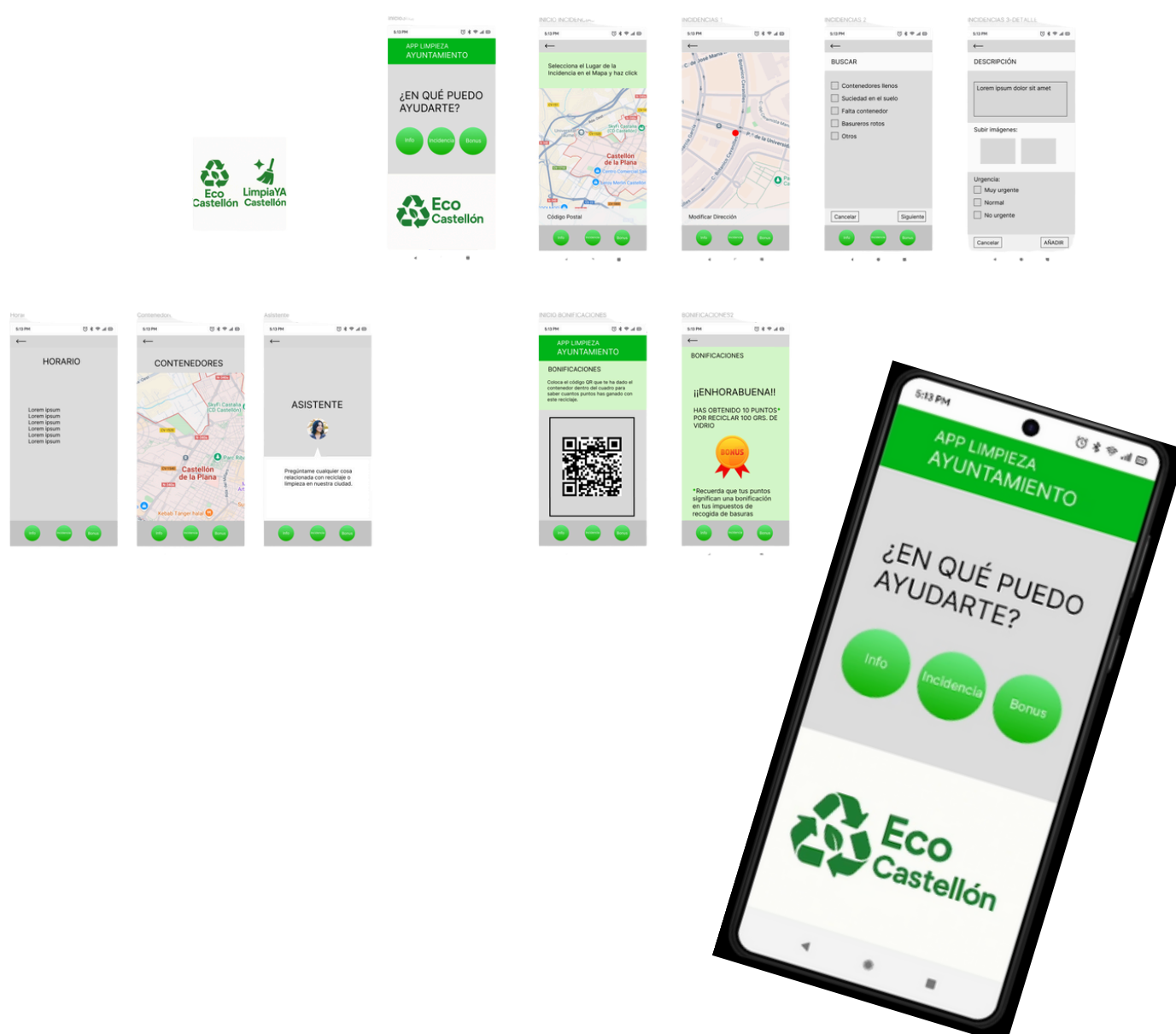
Dezvoltarea și implementarea acestei aplicații mobile este așteptată să:

- Creșterea gradului de conștientizare și cunoștințe ale cetățenilor privind practicile de gestionare a deșeurilor.
- Optimizați procesele de colectare a deșeurilor municipale prin date în timp real și feedback de la cetățeni.
- Promovați schimbări comportamentale pozitive prin stimulente și participare gamificată.
- Consolidarea colaborării dintre cetățeni și autoritățile locale, promovând un sentiment comun de responsabilitate pentru curățenia urbană.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică demonstrează modul în care soluțiile digitale pot sprijini eficient gestionarea durabilă a deșeurilor și implicarea civică. Modelul poate fi reprodus în alte municipalități, cu adaptări la infrastructurile, politicile și schemele de stimulare locale.

Sustenabilitatea pe termen lung a aplicației mobile poate fi susținută prin prezentări oficiale către autoritățile municipale pentru a încuraja integrarea în strategia orașului de gestionare a deșeurilor. Pot fi lansate campanii de conștientizare pentru a promova implicarea cetățenilor și a asigura o participare consecventă a comunității. Funcțiile ecologice ale aplicației, cum ar fi recompensele pentru reciclare, raportarea incidentelor și îndrumările clare privind practicile ecologice, sunt integrate într-o interfață digitală ușor de utilizat și accesibilă, asigurând incluziunea, ușurința în utilizare și adoptarea pe termen lung în diferite grupe de vârstă.



## O platformă digitală pentru comerț local, schimb de competențe și mobilitate verde Cele mai bune practici coordonate de InterAktion (Austria)

### Titlu cu cele mai bune practici

O platformă digitală pentru comerț local, schimb de competențe și mobilitate verde

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional austriac a identificat necesitatea de a aborda impactul alimentelor ultra-procesate asupra mediului și sănătății și lipsa accesului durabil la alimente pentru tinerii din mediul urban. Cetățenii seniori și-au exprimat interesul de a împărtăși abilitățile tradiționale și produsele cultivate local, în timp ce tinerii au căutat noi oportunități de a se implica în activități comunitare și durabile.

Pentru a răspunde acestor nevoi, echipa intergenerațională a propus o platformă digitală multifuncțională, disponibilă atât ca aplicație mobilă, cât și ca site web. Platforma își propune să încurajeze sprijinul reciproc, schimbul de competențe și comerțul local, promovând în același timp soluții logistice și de mobilitate ecologice.

### Descrierea practicii

Platforma propusă funcționează ca o piață și un centru de schimb condus de comunitate, concepută pentru a fi simplă, incluzivă și accesibilă utilizatorilor de toate vârstele.

Principalele sale caracteristici includ:

- Schimb de competențe și sprijin: Seniorii pot posta solicitări precum „ajutor necesar în grădină în schimbul hranei sau bunurilor”, creând oportunități de colaborare între generații.
- Piață de produse locale: Utilizatorii pot vinde sau oferi produse artisanale și cultivate în casă, sprijinind comerțul local la scară mică și sustenabil.
- Sistem de notificare: Membrii primesc alerte în timp util atunci când sunt postate oferte sau solicitări noi, permițând răspunsuri rapide și o coordonare eficientă.
- Aliniere cu Mobilitatea Verde: Notificările îi ajută, de asemenea, pe utilizatori să planifice opțiuni de transport sau livrare ecologice, încurajând logistica locală sustenabilă.

Pentru testarea inițială, echipa a sugerat lansarea unei versiuni pilot prin intermediul unui grup de Facebook, permițând comunității să exploreze ideea, să adune feedback și să rafineze funcționalitățile înainte de a dezvolta o aplicație și un site web complete.

### Metodologie

Acțiunea a fost concepută printr-o colaborare intergenerațională activă, reunind tineri și seniori care au definit împreună scopul și structura platformei. Această abordare a asigurat că accesibilitatea digitală, utilizabilitatea și relevanța pentru comunitate au fost abordate încă de la început. Procesul a servit, de asemenea, ca o experiență de învățare în domeniul alfabetizării digitale și al co-creării între generații.



## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa să genereze mai multe rezultate pozitive:

- Consolidarea cooperării intergeneraționale prin activități economice și sociale comune.
- Creșterea participării digitale în rândul seniorilor prin intermediul tehnologiei accesibile.
- Îmbunătățirea schimburilor economice locale, la scară mică, bazate pe beneficii reciproce și încredere.
- Reducerea nevoilor de transport și a impactului asupra mediului prin comerț localizat și coordonare.
- Consolidarea rezilienței comunității prin corelarea coeziunii sociale cu mobilitatea și producția durabile și îmbunătățirea interacțiunii economice locale și a coeziunii sociale între generații.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Conceptul este ușor de transferat în alte contexte europene, în special în orașele mici și zonele rurale, unde comerțul local și schimbul intergenerațional sunt esențiale pentru vitalitatea comunității. Utilizarea platformelor de socializare existente pentru testare face ca modelul să fie ieftin și adaptabil.

Sustenabilitatea pe termen lung ar depinde de implicarea continuă a utilizatorilor, de sprijinul autorităților locale și de integrarea cu politici mai ample de mobilitate verde.



## Hackathon intergenerațional pentru inovație incluzivă în asistența medicală Cele mai bune practici coordonate de ODISEE (Belgia)

### Titlu cu cele mai bune practici

Hackathon intergenerațional pentru inovație incluzivă în asistența medicală

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional belgian a fost format ca parte a practicii „Hackathon” a instituției ODISEE. Astfel, formatul hackathonului în sine a asigurat implicarea intergenerațională prin implicarea studenților, profesorilor, experților și profesioniștilor de diferite vârste. Diversitatea participanților a permis o colaborare naturală între generații, iar dinamica grupului a fost susținută de facilitatori pe tot parcursul procesului.

În timpul Hackathon-ului, echipele s-au concentrat pe explorarea modului în care co-crearea și inovația digitală ar putea aborda provocările cotidiene cu care se confruntă adulții în vârstă, încurajând în același timp colaborarea între generații. Îmbătrânirea populației din Belgia, combinată cu digitalizarea rapidă, a evidențiat necesitatea unor soluții care să echilibreze inovația tehnologică cu incluziunea și ușurința în utilizare.



### Descrierea practicii

Hackathon-ul a servit ca un proces structurat de inovare, combinând creativitatea, tehnologia și empatia. Participanți din diverse medii, inclusiv tineri studenți universitari, profesioniști din domeniul sănătății și seniori, au colaborat în echipe pentru a proiecta și prototipa soluții la provocările din viața reală care afectează adulții în vârstă.

Au fost generate în total 48 de idei inovatoare, demonstrând potențialul colaborării intergeneraționale în inovația digitală și socială. Printre acestea, au fost selectate două soluții câștigătoare pentru impactul lor practic puternic și valoarea intergenerațională.

Mai exact, ideile au implicat:

- Un sistem de suport comportamental orientat către om pentru rezidenții vârstnici din centrele de îngrijire. Această abordare utilizează tehnici de stimulare a mediului și instrumente simple, cum ar fi brățările RFID, pentru a crea medii de îngrijire a demenței mai respectuoase și mai suportive. Accentul se pune pe incluziune, confort și fezabilitate pentru utilizatorii vârstnici.
- Un sistem telefonic asistat tehnologic pentru adulții în vârstă. Un sistem care poate ajuta persoanele în vârstă să comunice mai ușor și mai eficient cu furnizorii de servicii medicale. Această soluție sugerează o abordare hibridă a contactului cu spitalul, combinând chatbot-urile cu monitorizarea umană, recunoscând atât potențialul, cât și limitele instrumentelor digitale pentru adulții în vârstă.

Toate ideile și rezultatele au fost documentate și împărtășite cu părțile interesate locale, încurajând oportunități pentru dezvoltare ulterioară și potențială integrare în sistemele de asistență medicală și sociale.

### Metodologie

Hackathon-ul a implicat participanți de toate vârstele într-un mediu colaborativ care a valorizat egalitatea, creativitatea și experiența trăită. Seniorii au contribuit cu perspective practice bazate pe provocările zilnice, în timp ce tinerii studenți au oferit expertiză digitală și de design. Această structură a promovat învățarea reciprocă, respectul și inovația prin diversitate. Au fost implicate și părți interesate din instituțiile de asistență medicală, partenerii tehnologici și organizațiile comunitare, asigurându-se că soluțiile propuse erau relevante, realiste și fundamentate pe nevoile societale actuale.

## Rezultate și impact așteptat

Hackathonul a demonstrat rezultate măsurabile atât în ceea ce privește inovația, cât și impactul social, cum ar fi:

- Generarea mai multor concepte de soluții documentate.
- Consolidarea colaborării dintre participanții tineri și cei mai în vârstă, sporind înțelegerea reciprocă.
- Creșterea gradului de conștientizare în rândul instituțiilor cu privire la importanța conceperii de tehnologii și practici responsabile și prietenoase cu persoanele în vârstă.
- Stabilirea unui cadru pentru viitoarele evenimente de inovare participativă.

Modelul hackathon în sine s-a dovedit a fi un instrument replicabil pentru implicare civică și co-design, eliminând decalajele dintre generații și tehnologice.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Practica Hackathon reprezintă un model transferabil de inovație intergenerațională, adaptabil la alte domenii tematice sau regiuni. Poate fi replicat de autoritățile locale, universități sau ONG-uri care doresc să promoveze procese de design incluziv.

Sustenabilitatea sa constă în flexibilitate, deoarece hackathon-urile pot fi extinse sau reduse în funcție de capacitatea locală; iar rezultatele pot fi integrate direct în strategiile de inovare municipale sau în domeniul sănătății. Documentarea continuă, mentoratul și implicarea părților interesate asigură că ideile promițătoare progresează dincolo de etapa de eveniment.



## Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională

### Cele mai bune practici coordonate de Universitatea din Limassol și Materia Group (Cipru)

#### Titlu cu cele mai bune practici

Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională

#### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional cipriot a fost format de locuitorii comunității Lympia din Nicosia, reunind tineri și seniori pentru a concepe împreună o soluție comună care să abordeze provocarea interacțiunii educaționale și a unui stil de viață sustenabil. Prin discuții de colaborare și activități comune, participanții și-au combinat experiențele, ideile și nevoile pentru a dezvolta o propunere incluzivă care să reflecte aspirațiile comunității pentru conexiuni intergeneraționale consolidate și practici zilnice mai sustenabile.

Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională a apărut ca o sinteză a cinci idei mai mici, dezvoltate în comun în timpul sesiunilor de grup participative:

1. Crearea unui centru pentru tineret pentru învățare, socializare și dezvoltare profesională.
2. Înființarea unei cafenele (kafeneion) dedicate sustenabilității care să ofere ateliere, evenimente culturale și oportunități de schimb intergenerațional.
3. Amenajarea unui spațiu verde în aer liber pentru educație ecologică și activități comunitare.
4. Implementarea unei piste pietonale și pentru biciclete sigure pentru a încuraja transportul ecologic și un stil de viață activ.
5. Un plan de sustenabilitate la nivelul întregului sat, care include compostare, centre de reciclare și programe de instruire pentru practici ecologice.

Prin integrarea acestor elemente, grupul a avut în vedere o inițiativă comunitară unică care combină responsabilitatea față de mediu, incluziunea digitală și coeziunea socială.

#### Descrierea practicii

Centrul comunitar pentru sustenabilitate propus va transforma o clădire subutilizată într-un centru comunitar multifuncțional pentru învățare și acțiune sustenabilă.

Caracteristicile cheie ale Centrului includ:

- Zone educaționale și de formare: Spații pentru ateliere, prelegeri și sesiuni de competențe digitale axate pe reciclare, eficiență energetică și consum responsabil.
- Stații de reciclare și compostare: Zone dedicate pentru promovarea practicilor de mediu și a participării comunității.
- Instrumente digitale pentru coordonare: Un calendar online pentru programarea evenimentelor și platforme de socializare pentru comunicare, informare și promovarea inițiativelor locale.

Centrul va funcționa atât ca un loc primitiv pentru întâlniri informale, discuții și schimburi intergeneraționale, cât și ca un spațiu pentru încurajarea colaborării, a învățării continue și a administrării mediului între generații.

#### Metodologie

Designul și viziunea Centrului au rezultat din munca de grup intergenerațională, colaborativă, la care au participat tineri și seniori din Lympia. Participanții au conturat împreună propunerea prin ateliere structurate și vizite pe teren care au încurajat creativitatea, responsabilitatea comună și asumarea responsabilității comunității.

Această abordare de co-design a asigurat că conceptul Centrului reflectă nevoile locale reale, oferind în același timp tuturor generațiilor posibilitatea de a contribui cu perspectivele și abilitățile lor. Procesul incluziv a consolidat, de asemenea, legăturile comunitare și a demonstrat valoarea conducerii comune în dezvoltarea durabilă.

## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională să genereze beneficii pe termen lung pentru Lympia și locuitorii săi prin:

- Consolidarea colaborării intergeneraționale și a coeziunii comunitare.
- Îmbunătățirea competențelor digitale prin instruire și participare online.
- Creșterea conștientizării față de mediu și promovarea unui stil de viață sustenabil.
- Transformarea unui spațiu local subutilizat într-un centru dinamic pentru învățare, creativitate și incluziune socială.

În cele din urmă, Centrul își propune să devină un catalizator pentru schimbare, inspirând locuitorii să adopte obiceiuri responsabile față de mediu și promovând un sentiment comun de scop și progres în comunitatea lor.



### Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este ușor de transferat către alte comunități care doresc să combine sustenabilitatea, educația și schimbul intergenerațional. Modelul demonstrează cum spațiile comunitare subutilizate pot fi reutilizate în centre multifuncționale pentru învățare și colaborare.

Sustenabilitatea inițiativei este susținută de un calendar detaliat, convenit pe parcursul acțiunii, care prezintă etapele pentru înființarea și funcționarea pe termen lung a acesteia. A fost format un comitet reprezentativ pentru a supraveghea planificarea, finanțarea și coordonarea, asigurând un management structurat și o implicare continuă a comunității. O întâlnire cu viceprimarul a avut deja loc pentru a asigura includerea Centrului în viitorul plan de acțiune al municipalității, consolidând sprijinul instituțional. Spațiile multifuncționale ale Centrului, programele educaționale și instrumentele de comunicare digitală vor asigura în continuare implicarea continuă, învățarea intergenerațională și gestionarea mediului în cadrul comunității Lympia.

Per ansamblu, sustenabilitatea practicii depinde însă de implicarea continuă a comunității, de sprijinul autorităților locale și de parteneriatele cu organizații educaționale și de mediu. Prin integrarea dimensiunilor sociale, de mediu și digitale, Centrul oferă un cadru practic și replicabil pentru sustenabilitate și incluziune locală.



## „2 Generații - 1 Farfurie”: Un canal care promovează alimentația sănătoasă și sustenabilă prin colaborarea intergenerațională Cele mai bune practici coordonate de DYEKO (Grecia)

### Titlu cu cele mai bune practici

„2 Generații-1 Farfurie” (2G1P): Un canal care promovează alimentația sănătoasă și sustenabilă prin colaborarea intergenerațională

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional grec a identificat inițial două domenii prioritare pentru crearea unui impact local semnificativ: gestionarea apei și bunăstarea medicală și nutriția. În primele etape, participanții au colaborat pentru a contura strategii practice la nivel de gospodărie pentru reducerea risipei de apă, inclusiv utilizarea mai eficientă a toaletei, consumul zilnic conștient de apă și creșterea gradului de conștientizare cu privire la apă ca resursă comunitară comună.

Pe măsură ce acțiunea a progresat, grupul a decis colectiv să se concentreze mai profund pe tema Bunăstării Medicale și Nutriției, recunoscând relevanța acestora atât pentru sănătatea fizică, cât și pentru cea mintală, precum și legătura sa puternică cu patrimoniul cultural mediteranean al Greciei. Această temă a oferit o oportunitate ideală de a combina cunoștințele tradiționale ale seniorilor cu abilitățile digitale și creative ale participanților mai tineri, rezultând în crearea în comun a unui Ghid al Dietei Mediteraneene Tradiționale Sănătoase, care va fi promovat prin intermediul unor instrumente online pentru a sprijini o implicare mai largă a comunității.

### Descrierea practicii

Prin intermediul sesiunilor și al colaborării intergeneraționale, practica a dus la crearea unui canal de YouTube intitulat „2 Generații-1 Farfurie” (2G1P), dedicat promovării obiceiurilor alimentare sănătoase și sustenabile prin prisma dietei mediteraneene tradiționale.

Dezvoltat în colaborare de tineri și seniori, canalul prezintă:

- **Rețete și povești tradiționale:** Seniorii vor împărtăși rețete mediteraneene autentice, împreună cu povești culturale legate de tradițiile familiale, obiceiurile sezoniere și moștenirea regională.
- **Sfaturi pentru o alimentație sănătoasă și sustenabilă:** Videoclipurile au scopul de a evidenția utilizarea ingredientelor locale și de sezon, crescând gradul de conștientizare cu privire la beneficiile nutriționale și de mediu ale dietei mediteraneene tradiționale.
- **Producție și comunicare digitală:** Tinerii participanți preiau conducerea în filmare, editare și promovarea conținutului prin intermediul rețelelor sociale, asigurând o prezentare profesională și o acoperire mai largă.

Canalul acționează atât ca instrument pentru conservarea culturii, cât și ca o resursă educațională modernă pentru publicul interesat de o nutriție echilibrată și sustenabilitate. Prin intermediul 2G1P, mâncarea devine un punct de legătură între generații, încurajând creativitatea, învățarea reciprocă și stilurile de viață mai sănătoase, înrădăcinate în moștenirea locală.



### Metodologie

Procesul de co-design a implicat o colaborare activă între tineri și seniori pe parcursul tuturor etapelor de dezvoltare a proiectului. Seniorii au contribuit cu experiența lor culinară, cunoștințele tradiționale și narațiunile personale, în timp ce tinerii participanți și-au aplicat expertiza digitală pentru a transforma aceste informații în conținut online captivant și de înaltă calitate.

Atelierele au încurajat învățarea și respectul reciproc, arătând cum tehnologia poate reduce decalajele dintre generații și poate da o nouă viață tradițiilor culturale. De asemenea, procesul a consolidat sentimentul de comunitate și identitatea comună a participanților printr-o muncă în echipă creativă, axată pe un scop precis.

## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa „2 Generații–1 Farfurie” să producă mai multe beneficii pe termen lung:

- Promovarea unui stil de viață sănătos, încurajarea unei nutriții echilibrate și a unei alimentații conștiente prin practici tradiționale mediteraneene.
- Conservarea culturală prin înregistrarea și împărtășirea rețetelor, poveștilor și obiceiurilor tradiționale pentru generațiile viitoare.
- Împuternicirea digitală prin îmbunătățirea abilităților tehnologice și de comunicare ale participanților, în special ale seniorilor.
- Conștientizarea sustenabilității, deoarece se concentrează pe demonstrarea modului în care alegerile alimentare influențează sustenabilitatea mediului prin consumul local și sezonier.

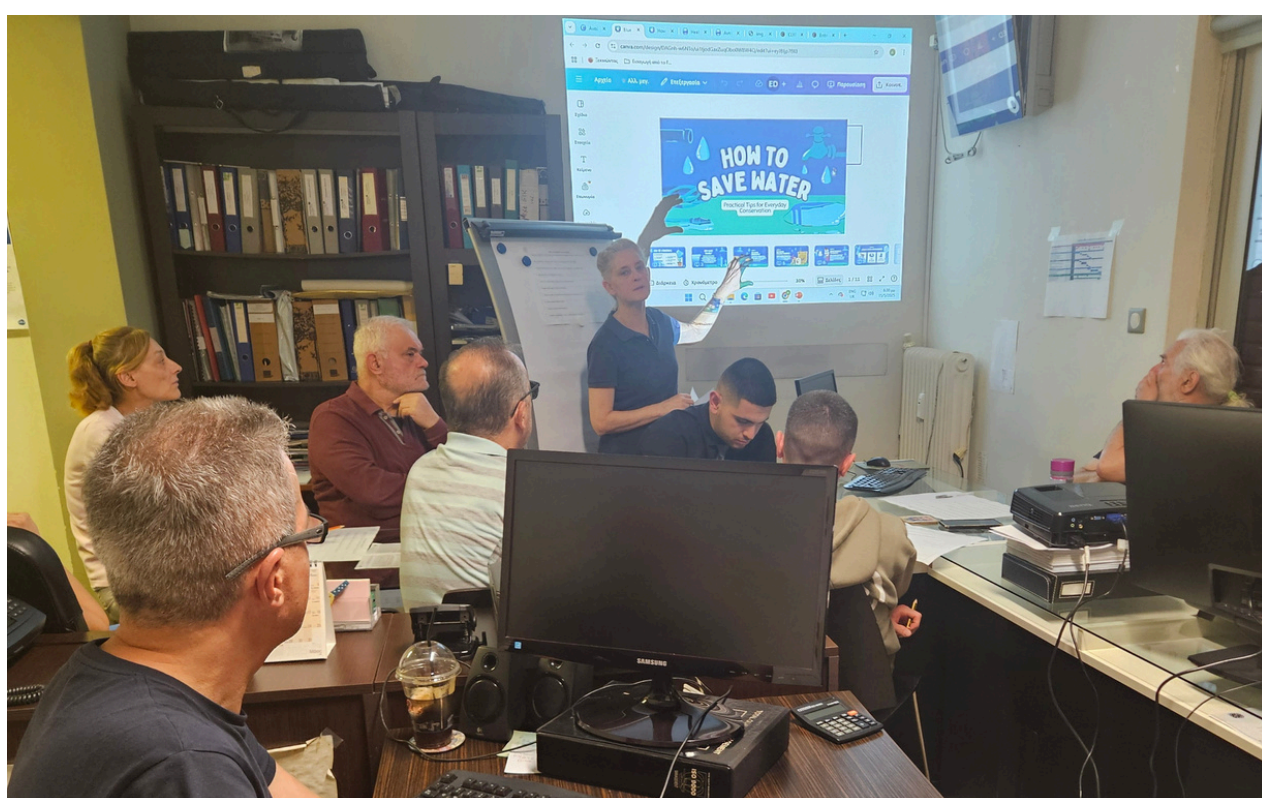
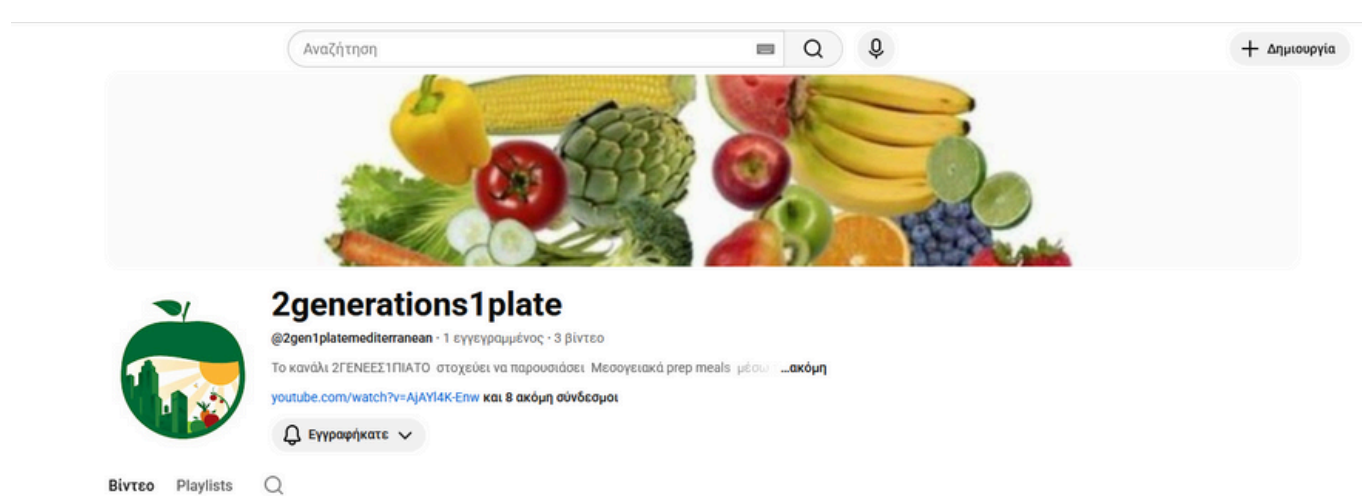
Această practică integrează eficient cultura alimentară tradițională într-un instrument modern de comunicare pentru educația în domeniul stării de bine și sustenabilității.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este extrem de transferabilă și în alte regiuni care doresc să combine patrimoniul cultural, inovația digitală și învățarea intergenerațională. Ideea unui canal online poate fi ușor adaptată la diferite domenii tematice, cum ar fi meșteșugurile tradiționale, istoria locală sau conștientizarea mediului, utilizând platforme digitale accesibile și eficiente din punct de vedere al costurilor.

În Grecia, echipa intenționează să integreze ghidul privind dieta mediteraneană și sustenabilitatea în activitățile comunității locale și să continue promovarea acestuia prin intermediul canalului de YouTube „2 Generații–1 Farfurie” (2G1P). De asemenea, este planificat un eveniment demonstrativ public pentru a atrage un public mai larg și a consolida participarea comunității. Pentru a crește și mai mult informarea și vizibilitatea, echipa are în vedere colaborarea cu influenceri locali care pot ajuta la amplificarea mesajului și la susținerea impactului continuu al canalului.

Sustenabilitatea pe termen lung a practicii se bazează pe producția continuă de conținut, implicarea activă a publicului și dezvoltarea de parteneriate cu școli, instituții culturale și organizații de wellness.



# „Local Bites”: O aplicație mobilă care conectează comunitățile prin intermediul alimentației sustenabile și al inovației digitale intergeneraționale Cele mai bune practici coordonate de Eurospeak (Irlanda)

## Titlu cu cele mai bune practici

„Local Bites”: O aplicație mobilă care conectează comunitățile prin intermediul alimentației sustenabile și al inovației digitale intergeneraționale

## Context și obiectiv

Grupul intergenerațional irlandez s-a concentrat pe consolidarea sistemelor alimentare locale sustenabile și pe îmbunătățirea incluziunii digitale, în special pentru rezidenții seniori. Mulți seniori erau interesați să acceseze produse locale, dar se confruntau cu dificultăți în navigarea pe platformele online standard.

Grupul și-a propus să creeze o soluție practică și ușor de utilizat, care să reducă decalajul dintre instrumentele digitale, nevoile comunității și consumul sustenabil. Rezultatul este un prototip de aplicație mobilă, intitulată „Local Bites”, concepută pentru a conecta producătorii locali de alimente cu consumatorii, promovând în același timp consumul sustenabil și sprijinind economiile locale. Aplicația se concentrează pe conectarea instrumentelor digitale, a nevoilor comunității și a colaborării intergeneraționale, asigurând accesibilitatea pentru toate grupele de vârstă.

## Descrierea practicii

Prototipul aplicației „Local Bites” este conceput pentru a conecta consumatorii locali cu producătorii de alimente din apropiere, promovând în același timp practici ecologice.

Caracteristicile cheie includ:

- Profiluri agricole: Informații detaliate despre producătorii locali și produsele sezoniere disponibile.
- Interfață prietenoasă cu seniorii: butoane mari, navigare simplificată și design axat pe accesibilitate.
- Opțiuni de comandă și plată: Funcționalitate de tip „call-to-order” și plăți în numerar pentru a se adapta utilizatorilor cu cunoștințe digitale limitate.

Prototipul a fost conceput folosind instrumente de design digital precum Canva și Figma, inclusiv crearea unui logo, a unui ecran de pornire exemplu și a unui șablon de program de livrare.

## Metodologie

Procesul de co-creare urmat în cadrul acestei acțiuni a implicat colaborarea intergenerațională, seniorii contribuind cu perspective asupra accesibilității, utilizabilității și preferințelor locale, în timp ce tinerii participanți au condus designul digital și dezvoltarea tehnică.

Pentru a se adapta la diferite niveluri de alfabetizare digitală, echipa a propus o strategie practică de implementare, testând inițial conceptul prin intermediul unor platforme familiare precum WhatsApp și Facebook. Această abordare pas cu pas a asigurat implicarea comunității și a permis adoptarea treptată.



## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa „Local Bites” să ofere mai multe beneficii, cum ar fi:

- Îmbunătățirea accesului la alimente locale, sprijinirea consumului durabil prin conectarea consumatorilor cu producătorii locali.
- Oferirea seniorilor a unei platforme ușor de utilizat și reducerea lacunelor tehnologice.
- Încurajarea comportamentelor de cumpărare responsabile față de mediu și sprijinirea economiilor locale.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este extrem de transferabilă în alte regiuni care doresc să consolideze sistemele alimentare locale, promovând în același timp colaborarea intergenerațională și incluziunea digitală. Aceasta oferă un model replicabil pentru comunitățile care își propun să combine tehnologia, sustenabilitatea și implicarea socială, demonstrând valoarea pilotării unor platforme familiare înainte de implementarea unor soluții complet digitale.

În Irlanda, echipa intenționează să obțină sprijin din partea consiliilor locale și a organizațiilor comunitare pentru a dezvolta în continuare aplicația lor „de la fermă la ușă”. Pașii viitori includ solicitarea de finanțare locală sau UE și stabilirea unui model de livrare cooperativă care să implice atât seniorii, cât și tinerii, asigurând o colaborare intergenerațională susținută, participarea digitală și un impact pe termen lung asupra sistemelor alimentare locale.

Sustenabilitatea inițiativei depinde de implicarea continuă a comunității, de sprijinul continuu pentru producătorii locali și de adaptabilitatea aplicației la nevoile locale și la diferite niveluri de pregătire tehnologică.



## Crearea de punți între generații prin ateliere comunitare Cele mai bune practici coordonate de InnoEduLab (România)

### Titlu cu cele mai bune practici

Crearea de punți între generații prin ateliere comunitare

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional din România a identificat o lacună în ceea ce privește conexiunea intergenerațională, alfabetizarea digitală și transferul de competențe practice în cadrul comunităților locale. Seniorii se confruntă adesea cu bariere în calea participării digitale, în timp ce tinerii nu au acces la cunoștințe și abilități practice de viață pentru vârstnici.

Pentru a aborda această problemă, echipa s-a concentrat pe crearea unor experiențe de învățare continuă, bazate pe comunitate, care să încurajeze colaborarea, încrederea și cunoștințele partajate. Aceste activități își propun să îmbunătățească abilitățile non-tehnice, cum ar fi empatia, reglarea emoțională și comunicarea, integrând în același timp practici ecologice și digitale.

### Descrierea practicii

Această acțiune s-a concentrat pe întâlniri și ateliere intergeneraționale, combinând oportunități de învățare structurată și informală.

Componentele cheie includ:

- Micro-ateliere practice: Axate pe competențe digitale, practici de sustenabilitate, meșteșuguri și comunicare, aceste sesiuni promovează dezvoltarea abilităților practice între generații.
- Întâlniri regulate: Organizate în spații comunitare familiare, aceste întâlniri încurajează participarea, reduc barierele și consolidează încrederea între tineri și seniori.
- Evenimente culturale și sociale: Activitățile comune, cum ar fi sesiunile de gătit, seri de film și plimbările prin cartier, încurajează învățarea relațională și schimbul cultural.
- Integrarea practicilor ecologice și digitale: Participanții au explorat comportamentele sustenabile din punct de vedere ecologic și alfabetizarea digitală, combinând dubla abordare a sustenabilității și tehnologiei.

Aceste activități sunt concepute pentru o implicare pe termen lung, permițând dezvoltarea relațiilor intergeneraționale dincolo de termenul limită al proiectului și promovând un impact de durată asupra comunității.

### Metodologie

Atelierele și întâlnirile au fost concepute în comun de tineri și participanți seniori, asigurând relevanța, accesibilitatea și beneficiile reciproce. Seniorii au contribuit cu experiență de viață, cunoștințe tradiționale și mentorat, în timp ce tinerii au adus competențe digitale, creativitate și sprijin organizațional.

Procesul de proiectare a priorizat:

- Locații accesibile și programare pentru maximizarea participării;
- Conținut practic și interactiv care combină învățarea cu aplicațiile din viața reală;
- Activități care integrează atât practici ecologice, cât și alfabetizare digitală.

Această abordare colaborativă a consolidat relațiile intergeneraționale, a îmbunătățit rezultatele învățării și a împuternicit participanții să contribuie activ la comunitatea lor.



## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa să aibă mai multe beneficii, cum ar fi:

- Îmbunătățirea comunicării și colaborării intergeneraționale prin dezvoltarea empatiei, inteligenței emoționale și încrederii între generații.
- Creșterea alfabetizării digitale, a abilităților practice și a cunoștințelor despre practicile sustenabile.
- Încurajarea dezvoltării și implementării experiențelor comune și a participării active la viața locală.
- Promovarea acțiunilor responsabile față de mediu și a utilizării pozitive a instrumentelor digitale.
- Demonstrând valoarea învățării pe tot parcursul vieții și a implicării pentru toate vârstele.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este ușor transferabilă în alte regiuni care vizează consolidarea învățării intergeneraționale, a coeziunii comunitare și a dezvoltării competențelor. Modelul flexibil, centrat pe comunitate, poate fi adaptat la diverse contexte culturale, sociale și tehnologice.

În România, abordarea bazată pe ateliere continuă printr-un grup de discuții digitale dedicat, menținând comunicarea, planificând sesiunile viitoare și promovând schimbul de cunoștințe axat pe un stil de viață sustenabil și incluziune socială. Per total, sustenabilitatea practicii depinde de implicarea continuă a participanților, de locații accesibile și de parteneriate locale solide, asigurându-se că atât practicile digitale, cât și cele ecologice rămân integrate în strategiile de învățare intergenerațională pe termen lung.



## Lecții învățate

Proiectul **InterGenic**, prin implementările sale și feedback-ul primit, a demonstrat că acțiunea intergenerațională este o metodologie educațională extrem de eficientă, extinzând înțelegerea participanților de la simpla interacțiune sau sprijin între grupele de vârstă la un model mai bogat de învățare reciprocă, colaborare și rezolvare comună a problemelor.

În toate țările participante, atât tinerii, cât și seniorii și-au exprimat o dorință sporită de a interacționa cu persoane din diferite grupe de vârstă în viitor. Mulți au descris experiența ca fiind îmbogățitoare și și-au exprimat interesul de a rămâne implicați în activități similare. Mai mulți au raportat chiar schimbări în atitudinile și interesele lor, cum ar fi în Grecia, unde participanții au trecut de la listarea în principal a hobby-urilor bazate pe divertisment la implicarea în activități precum reciclarea și conștientizarea resurselor, indicând o implicare mai profundă în teme comunitare și de sustenabilitate.

LEARNING  
is a  
CONTINUOUS  
LIFESTYLE

Participanții au oferit, de asemenea, sugestii valoroase cu privire la ce ar trebui să includă acțiunile intergeneraționale. Ideile comune au fost activități practice și creative precum gătitul, grădăritul, povestirile, voluntariatul, evenimentele culturale și jocurile. S-a pus un accent constant pe experiențe care permit atât tinerilor, cât și seniorilor să contribuie în mod egal și să învețe unii de la alții, asigurând respectul reciproc, emanciparea și schimbul de cunoștințe.

Deși inițial au fost observate unele provocări, cum ar fi diferențele în stilurile de comunicare și mentalitate (de exemplu, în Belgia și Cipru), participanții au raportat că aceste obstacole au fost depășite eficient în timpul implementării. De asemenea, s-a raportat o creștere a încrederii, curiozității și motivației de a continua să se implice atât în comunitățile locale, cât și în problemele societale mai largi.

Facilitatorii au remarcat că învățarea în rândul adulților a fost cea mai eficientă atunci când a fost ancorată în contexte din viața reală, permițând seniorilor să împărtășească cunoștințe tradiționale și experiențe de viață, în timp ce tinerii au contribuit cu competențe digitale și abordări inovatoare.

Aceste reflecții sunt susținute și în mărturiile participanților.



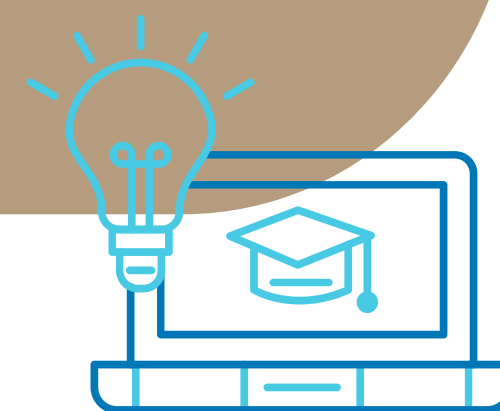
„Totul a fost perfect – am învățat mai mult decât mă așteptam, iar atmosfera a făcut ca lucrul împreună să fie cu adevărat plăcut.”

– Participant senior, Spania



„Natura deschisă a hackathonului a încurajat creativitatea și autonomia în rezolvarea problemelor.”

– Participant tânăr, Belgia



„Relația cu tinerii a fost foarte pozitivă. M-am simțit inclus și respectat pentru experiența mea și sper să continuăm întâlnirile.”

– Participant senior, Cipru



„Sesiunile au fost extrem de îmbogățitoare și instructive. Lucrul împreună cu seniorii m-a învățat răbdare, empatie și valoarea cunoștințelor împărtășite.”

– Participant tânăr, Irlanda



„M-am simțit puternică folosind tehnologia pentru a mă conecta la nivel internațional, iar acest lucru mi-a sporit încrederea. A fost foarte interesant să împărtășesc idei între diferite culturi.”

– Senior participant, Romania



„Mi-aș dori să pot participa la mai multe programe alături de tine – a fost inspirator să văd cum tinerii și seniorii pot colabora la soluții concrete.”

– Participant senior, Grecia



„Barierele lingvistice și diferențele culturale au fost abordate cu atenție și ne-am simțit cu toții incluși în procesul de învățare.”

– Facilitator, Austria



## Exploatarea în continuare a celor mai bune practici

Acțiunile intergeneraționale implementate în țările partenere oferă o bază solidă pentru învățarea continuă, implicarea comunității și dezvoltarea durabilă.

În Spania, aplicația de gestionare a deșeurilor poate fi extinsă la alte municipalități, combinând participarea cetățenilor, stimulente gamificate și campanii de conștientizare a mediului pentru a încuraja implicarea activă a comunității.

Piața digitală și platforma de schimb de competențe a Austriei, axate pe mediu, pot fi explorate în continuare prin extinderea acoperirii lor în regiuni suplimentare, prin pilotarea de noi servicii ecologice și prin consolidarea colaborării intergeneraționale în comerțul local.

În Belgia, metodologia hackathonului intergenerațional poate fi integrată în alte programe educaționale și comunitare, promovând învățarea pe tot parcursul vieții, incluziunea digitală și practicile responsabile față de mediu.

Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională din Cipru oferă un model replicabil pentru centre comunitare multifuncționale, care poate fi adaptat în alte municipalități pentru a combina educația, implicarea digitală și învățarea în domeniul mediului.

În mod similar, ghidul dietei mediteraneene din Grecia și inițiativa digitală „2 generații – 1 farfurie” pot fi extinse la alte regiuni, integrând practicile culturale locale, alimentația sănătoasă și educația privind sustenabilitatea prin canale digitale accesibile.

În Irlanda, modelul de aplicație „Local Bites” poate fi dezvoltat în continuare prin includerea mai multor producători locali, extinderea rețelelor de livrare cooperativă și aplicarea strategiei de implementare treptată în alte comunități, cu scopul de a consolida economiile alimentare locale, promovând în același timp învățarea intergenerațională.

În cele din urmă, abordarea bazată pe ateliere din România poate continua să evolueze prin intermediul instrumentelor de comunicare digitală, extinzând activități practice precum grădinăritul, gătitul și evenimentele culturale la noi comunități, asigurând implicarea continuă, transferul de competențe intergeneraționale și promovarea comportamentelor sustenabile.

Per ansamblu, aceste inițiative demonstrează potențialul de sustenabilitate și transferabilitate pe termen lung. Explorările viitoare ar trebui să se concentreze pe extinderea acoperirii geografice, aprofundarea alfabetizării digitale și ecologice și consolidarea colaborării intergeneraționale pentru a crea comunități reziliente, incluzive și conștiente de mediu.



## Concluzie

Acțiunile intergeneraționale ale proiectului **InterGenic** au demonstrat potențialul puternic al colaborării structurate dintre tineri și seniori pentru a promova învățarea reciprocă, incluziunea socială și implicarea comunitară.

În toate țările partenere, participanții nu numai că au dezvoltat o înțelegere mai profundă a acțiunii intergeneraționale ca metodologie, dar și-au aplicat abilitățile pentru a crea soluții practice, relevante la nivel local, care abordează sustenabilitatea, incluziunea digitală și schimbul cultural.

Proiectul a evidențiat faptul că combinarea cunoștințelor tradiționale cu abordări inovatoare, în special în practicile ecologice și digitale, permite rezolvarea semnificativă a problemelor, consolidând în același timp empatia, comunicarea și învățarea pe tot parcursul vieții.

Experiențele acumulate prin ateliere, hackathon-uri și acțiuni comunitare confirmă faptul că colaborarea intergenerațională poate fi o abordare educațională transformatoare, eliminând decalajele dintre generații, promovând cetățenia activă și sprijinind dezvoltarea comunitară durabilă.

Consortiul proiectului InterGenic își exprimă recunoștința pentru utilizarea acestei cărți electronice și speră că ați găsit-o utilă și că inspiră colaborări intergeneraționale semnificative.

BETTER  
TOGETHER



# eBook despre cele mai bune practici intergeneraționale

**Autor: Dna Theognosia Petrou (Responsabil de proiect, Universitatea din Limassol)**

**Colaboratori:**

Universitatea Jaume I din Castellón (Spania)

Asociația Innovation Education Lab / Tiberiu Claudiu Bungeag (România)

InterAktion – Asociația pentru Coexistență Interculturală (Austria)

AGECARE (CIPRU) LTD (Cipru)

Eurospeak Limited (Irlanda)

DYEKO- Diktyo Ypostirixis Epixeirimatikotitas & Koinonikis Oikonomias (Grecia)  
ODISEE (Belgia)



# CUPRINS

Prefață

Introducere

Despre proiectul InterGenic

Metodologia acțiunii intergeneraționale ca model educațional

Acțiuni intergeneraționale locale pentru tranziția gemenilor

- O aplicație mobilă pentru îmbunătățirea gestionării deșeurilor și creșterea implicării cetățenilor - Cele mai bune practici coordonate de Universitatea Jaume I - UJI (Spania)
- O platformă digitală pentru comerț local, schimb de competențe și mobilitate verde - Cele mai bune practici coordonate de InterAktion (Austria)
- Hackathon intergenerațional pentru inovație incluzivă în asistența medicală - Cele mai bune practici coordonate de ODISEE (Belgia)
- Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională - Cele mai bune practici coordonate de Universitatea din Limassol și Materia Group (Cipru)
- „2 Generații - 1 Farfurie”: Un canal care promovează alimentația sănătoasă și sustenabilă prin colaborare intergenerațională - Cele mai bune practici coordonate de DYEKO (Grecia)
- „Local Bites”: O aplicație mobilă care conectează comunitățile prin intermediul alimentației sustenabile și al inovării digitale intergeneraționale - Cele mai bune practici coordonate de Eurospeak (Irlanda)
- Construirea de punți de legătură între generații prin ateliere comunitare - Cele mai bune practici coordonate de InnoEduLab (România)

Lecții învățate

Exploatarea ulterioară a celor mai bune practici

Concluzie

Referințe



## Prefață

Această carte electronică prezintă exemple concrete și îndrumări pentru organizațiile și comunitățile care doresc să implementeze acțiuni comune intergeneraționale în contextul lor local. Șapte acțiuni comune intergeneraționale sunt prezentate în acest document, care au fost dezvoltate ca parte a implementărilor proiectului UE **InterGenic**. În plus, această carte electronică încorporează cadrul metodologic urmat pentru dezvoltarea acțiunilor comune, permițând replicarea acestui model educațional în întreaga Europă.

Această resursă este rezultatul muncii de colaborare din cadrul parteneriatului proiectului **InterGenic**, care este alcătuit din opt organizații și instituții din șapte țări europene diferite:

Universitatea Jaume I din Castellón (Spania)

Universitatea din Limassol (Cipru)

Innovation Education Lab (România)

InterAktion – Asociația pentru Coexistență Interculturală (Austria)

AGECARE (CIPRU) LTD (Cipru)

Eurospeak Limited (Irlanda)

DYEKO- Diktyo Ypostirixis Epixeirimatikotitas și Koinonikis Oikonomias (Grecia)

ODISEE (Belgia)



Proiectul InterGenic este cofinanțat de Uniunea Europeană și de programul ERASMUS+ în domeniul educației adulților. Proiectul se desfășoară pe o durată de 24 de luni, din decembrie 2023 până în noiembrie 2025.

Sperăm că această carte electronică vă va inspira și vă va sprijini în implementarea unor astfel de acțiuni de colaborare și impact între diferite generații în comunitățile voastre locale.

## Introducere

### Despre proiectul InterGenic

Proiectul „InterGenic: Sprijinirea dublei tranziții a UE prin învățare intergenerațională, schimburi de cunoștințe și acțiuni comune” se concentrează pe sprijinirea dublei tranziții (digitală și verde) a Uniunii Europene prin învățare intergenerațională, schimb de cunoștințe și acțiuni comune.

Obiectivele specifice ale proiectului sunt:

Contribuiți la strategia de politică digitală a UE prin sprijinirea capacității tinerilor din întreaga Europă de a-și transfera competențele și cunoștințele digitale către alte generații.

Contribuiți la obiectivele politicii UE privind tranziția verde prin sprijinirea capacității seniorilor din întreaga Europă de a preda practici tradiționale sustenabile altor generații.

Dezvoltarea și testarea unui cadru educațional bazat pe acțiuni comune tineri-seniori, care va propune soluții locale legate de dubla tranziție a UE.

Creșterea gradului de conștientizare cu privire la provocările și oportunitățile tranziției către viitor și reducerea decalajului socio-epistemic dintre generații.

Pe parcursul implementării sale, proiectul a stabilit legături între tineri și seniori pentru schimbul reciproc de cunoștințe, facilitat de programe de mentorat. În plus, au fost dezvoltate inițiative comune, în urma unui proces de colaborare, pentru a demonstra importanța și rezultatele pozitive pe care le poate avea un schimb intergenerațional în societățile europene.

Pentru a sprijini crearea unor astfel de inițiative intergeneraționale, proiectul a implicat tineri și seniori și i-a sprijinit în dezvoltarea unui plan de soluții digitale și sustenabile pentru comunitățile lor locale. Aceste grupuri intergeneraționale și-au valorificat cunoștințele și abilitățile individuale pentru a aborda nevoile locale, în conformitate cu obiectivele duble de tranziție ale UE.

Acțiunile intergeneraționale dezvoltate în fiecare țară parteneră sunt prezentate în această carte electronică, în efortul de a promova valoarea colaborării intergeneraționale și a construirii comunității, demonstrând că beneficiile unor astfel de acțiuni pot fi extinse dincolo de participanții imediați, către comunitatea mai largă.

În plus, acțiunea intergenerațională este prezentată ca o abordare valoroasă a educației adulților și, ca atare, promovează respectul reciproc, schimbul de cunoștințe și colaborarea între generații, contribuind la creșterea personală și la consolidarea legăturilor comunitare.



## Metodologia Acțiunii Intergeneraționale ca model educațional

Acțiunea intergenerațională este un proces care reunește în mod intenționat oameni din generații diferite - seniori și tineri - pentru a interacționa, a învăța unii de la alții și a stabili relații, cu scopul de a crea o acțiune de care ambele părți să poată beneficia.

Acest proces se bazează pe teoria învățării pe tot parcursul vieții, care afirmă că indivizii se pot adapta continuu la provocările emergente, pot promova dezvoltarea personală și pot aduce contribuții semnificative societății în toate etapele vieții. Prin această perspectivă, acțiunea intergenerațională creează un mediu de învățare dinamic bazat pe experiențe, abilități, perspective și cunoștințe comune.

Dincolo de consolidarea legăturilor dintre comunitate și grupuri, acțiunea intergenerațională încurajează inovația socială prin valorificarea diverselor cunoștințe, creativitate și resurse pe care le aduce fiecare generație (Hughes și colab., 2013). Înțelegerea modului în care acțiunea intergenerațională poate fi utilizată ca metodologie structurată oferă îndrumări pentru a se asigura că atât tinerii, cât și seniorii sunt implicați în mod semnificativ, împuterniciți și capabili să contribuie la dezvoltarea comunității locale.

O metodologie intergenerațională pune accentul pe implicarea structurată și egalitatea între participanți, mai degrabă decât pe o transmitere unidirecțională a cunoștințelor de la persoanele în vârstă la cele mai tinere sau invers. Analizele sistematice ale programelor de schimb intergenerațional evidențiază faptul că, atunci când persoanele în vârstă și cele tinere colaborează ca parteneri egali, învățarea reciprocă, emanciparea și coeziunea comunității sunt realizate cel mai eficient. Dialogul susținut de facilitatori, învățarea reflexivă și co-crearea sunt elemente cheie în asigurarea faptului că astfel de inițiative depășesc interacțiunea pentru a obține un impact educațional și social real.



Ca parte a proiectului **InterGenic**, metodologia de acțiune intergenerațională adoptată a încurajat colaborarea, învățarea reciprocă și crearea în comun de soluții între participanți. Această abordare s-a aliniat cu obiectivele specifice ale dublei tranziții a UE, în special în promovarea sustenabilității și digitalizării. Metodologia a servit drept model pentru dezvoltarea viitoarelor programe intergeneraționale, asigurându-se că atât tinerii, cât și seniorii și-au îmbunătățit în mod activ abilitățile, au împărtășit cunoștințe și au contribuit la soluții inovatoare și incluzive care să abordeze provocările societale din comunitățile lor.

## Acțiuni locale intergeneraționale pentru tranziția dublă

Acțiunea intergenerațională pentru o dublă tranziție - verde și digitală - a fost implementată în fiecare țară parteneră în perioada februarie-august 2025.

Peste 140 de participanți au luat parte la această activitate la nivel transnațional. Tineri (18-30 de ani) și seniori (55+ ani) din fiecare țară parteneră au format un grup intergenerațional și au participat la o serie de sesiuni; lucrând împreună pentru a concepe, concepe și dezvolta parțial soluții locale care să abordeze dubla tranziție a UE.

Scopul grupurilor intergeneraționale din țările participante a fost de a încuraja o colaborare semnificativă între tineri și seniori prin activități structurate, incluzive și creative. Fiecare grup național și-a propus să construiască punți între generații prin încurajarea învățării reciproce, a schimbului de cunoștințe și valori și a creării în comun de soluții digitale și sustenabile pentru nevoile reale ale comunității.

Formatul de implementare a variat, numărul de întâlniri și cadrul sesiunilor fiind decise de comun acord cu participanții din fiecare țară parteneră.

În timpul sesiunilor, următoarele principii au fost adoptate în cadrul parteneriatului pentru a asigura uniformitatea și incluziunea:

- Implicați în mod egal atât tinerii, cât și seniorii în pregătirea acțiunii intergeneraționale.
- Asigurarea unei îndrumări eficiente și adecvate a tuturor participanților.
- Încurajarea creării unei legături personale între tineri și seniori.
- Mențineți un mediu de lucru interactiv și colaborativ.
- Mențineți o viziune comună în fiecare sesiune.
- Promovați vizibilitatea proiectului.

Un [Manual al facilitatorilor](#), elaborat pe baza contribuțiilor parteneriatului, care să ghideze practicienii în procesul de dezvoltare a acțiunilor intergeneraționale eficiente, în concordanță cu obiectivele UE privind tranziția verde și digitală.

Combinând un set de metodologii, precum metodologiile participative, de co-creare, vizuale și bazate pe hackathon, facilitatorii au sprijinit participanții din diferite generații (tineri și seniori) să colaboreze eficient în rezolvarea problemelor și să creeze soluții digitale sustenabile pentru comunitățile sau grupurile lor. În acest manual au fost conturați pași clari pentru a consolida rolul facilitatorilor în cultivarea comunicării și colaborării, permițând participanților proveniți din diferite generații să își aducă perspectivele, cunoștințele și abilitățile unice în procesul de dezvoltare a unor rezultate și acțiuni semnificative. Mai mult, procesul de evaluare a fost o parte integrantă a procesului de rafinare a soluțiilor și de asigurare a succesului implementărilor viitoare.

Pe lângă forma tradițională de evaluare a implementărilor și acțiunilor, în procesul de evaluare a fost integrată o întâlnire online transnațională, astfel încât reprezentanții grupului intergenerațional al fiecărei țări partenere să își prezinte ideea și să primească feedback de la ceilalți participanți pentru a-și finaliza ideile.

Acțiunile locale intergeneraționale dezvoltate și prezentate mai jos ca bune practici sunt înțelese ca o extensie a învățării atât pe tot parcursul vieții, cât și intergeneraționale, punând accent pe colaborarea activă dintre tineri și seniori și abordând provocările sociale, de mediu și comunitare comune.

# O aplicație mobilă pentru îmbunătățirea gestionării deșeurilor și creșterea implicării cetățenilor

## Cele mai bune practici coordonate de Universitat Jaume I - UJI (Spania)

### Titlu cu cele mai bune practici

O aplicație mobilă pentru îmbunătățirea gestionării deșeurilor și creșterea implicării cetățenilor

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional spaniol a identificat și clasificat problemele pe teme sociale, de mediu și economice, evidențiind provocări precum ineficiențele transportului public, barierele digitale în domeniul sănătății, aruncarea deșeurilor, utilizarea plasticului și sistemele inadecvate de reciclare. Ca răspuns la provocările tot mai mari de mediu și la nevoia unei gestionări mai eficiente a deșeurilor, îmbunătățirea participării cetățenilor și schimbarea comportamentului au fost stabilite ca priorități cheie pentru orașul Castellón de la Plana. Soluția cea mai votată de părțile interesate a fost proiectarea unei aplicații mobile pentru a îmbunătăți gestionarea deșeurilor, a promova reciclarea și a spori curățenia generală a orașului, luând în considerare elementul ușor de utilizat pentru ca seniorii să o poată utiliza eficient.

Obiectivul principal al acestei inițiative este de a încuraja implicarea activă a cetățenilor și de a crește gradul de conștientizare cu privire la practicile sustenabile prin intermediul unor instrumente digitale care combină accesibilitatea, transparența informațiilor și strategiile de motivare, cum ar fi gamificarea și feedback-ul public.

### Descrierea practicii

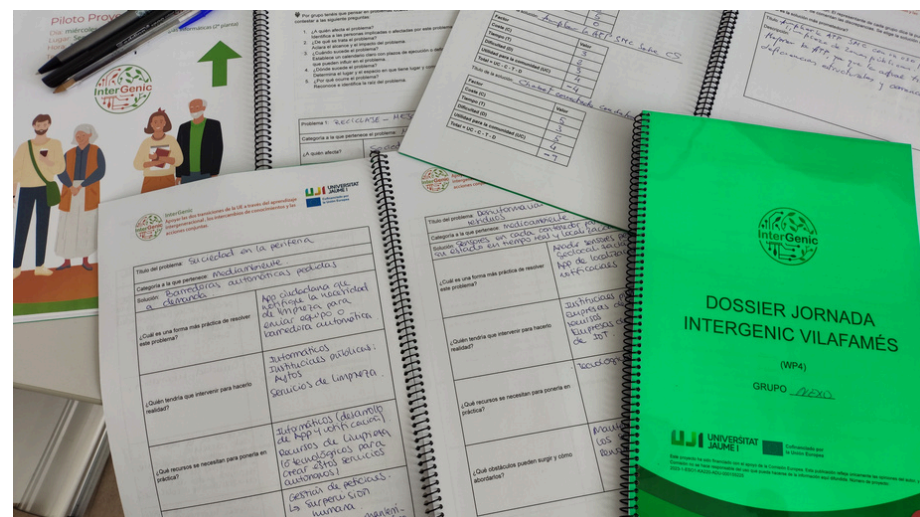
Aplicația mobilă propusă servește ca o platformă digitală inovatoare care conectează locuitorii cu serviciile locale de gestionare a deșeurilor. Este concepută să funcționeze atât ca o soluție independentă, cât și ca o componentă integrată în platformele municipale existente. Aplicația a fost proiectată digital și modificată în [Figma](#) de către seniori cu ajutorul tinerilor și al facilitatorilor proiectului. Designul s-a bazat pe schițele dezvoltate inițial pe hârtie.

Aplicația include următoarele caracteristici principale:

- Centru de informații publice: O secțiune care oferă informații detaliate despre programul parcurilor ecologice mobile, procedurile de reciclare și politicile locale de mediu.
- Instrument de raportare a incidentelor: O funcție care permite cetățenilor să raporteze direct autorităților municipale probleme legate de curățenia orașului, pubelele de gunoi sau eliminarea necorespunzătoare a deșeurilor.
- Sistem de recompense și gamificare: Un mecanism bazat pe puncte care încurajează comportamentul de reciclare. Utilizatorii acumulează puncte - care pot fi răscumpărate pentru beneficii precum reduceri de taxe - reciclând la stațiile desemnate folosind validarea codului QR.

### Metodologie

Procesul de dezvoltare a fost participativ, implicând atât tineri, cât și seniori în activități de co-proiectare și în procesul decizional. Această abordare incluzivă a asigurat că designul aplicației a îndeplinit nevoile și preferințele diverselor grupuri de utilizatori, consolidând în același timp colaborarea intergenerațională și incluziunea digitală. Pe lângă utilizarea manualului facilitatorilor ca ghid pentru sesiuni, a fost furnizat un dosar pentru a înregistra răspunsurile tuturor grupurilor de lucru. În acest fel, fiecare grup a avut un document pe care l-a folosit ca ghid și înregistrare a procesului. Un avantaj suplimentar al acestui dosar a fost că i-a ajutat ulterior pe facilitatori să analizeze răspunsurile partajate pentru fiecare etapă și să creeze un raport final foarte precis și cuprinzător.



## Rezultate și impact așteptat

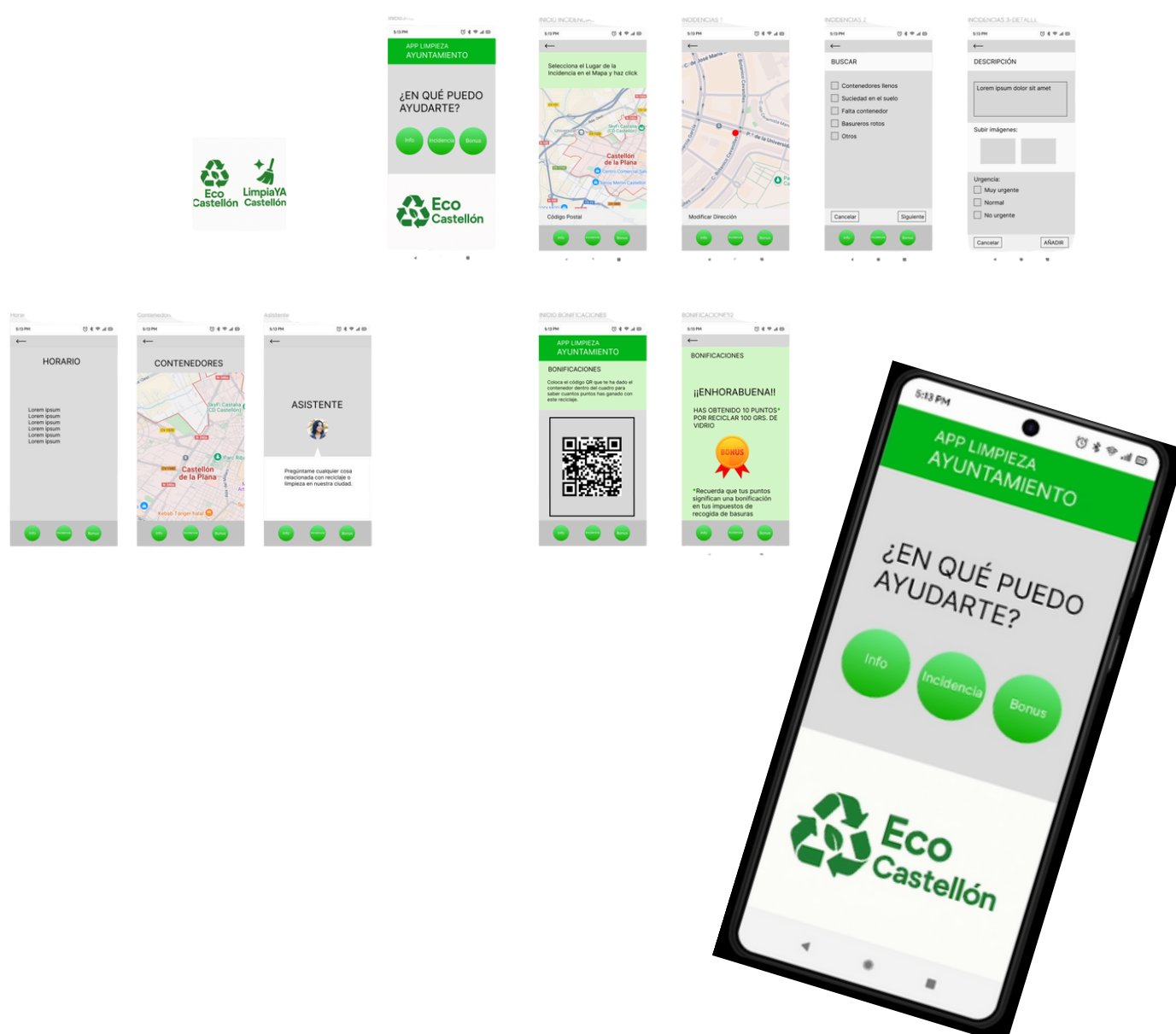
Dezvoltarea și implementarea acestei aplicații mobile este așteptată să:

- Creșterea gradului de conștientizare și cunoștințe ale cetățenilor privind practicile de gestionare a deșeurilor.
- Optimizați procesele de colectare a deșeurilor municipale prin date în timp real și feedback de la cetățeni.
- Promovați schimbări comportamentale pozitive prin stimulente și participare gamificată.
- Consolidarea colaborării dintre cetățeni și autoritățile locale, promovând un sentiment comun de responsabilitate pentru curățenia urbană.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică demonstrează modul în care soluțiile digitale pot sprijini eficient gestionarea durabilă a deșeurilor și implicarea civică. Modelul poate fi reprodus în alte municipalități, cu adaptări la infrastructurile, politicile și schemele de stimulare locale.

Sustenabilitatea pe termen lung a aplicației mobile poate fi susținută prin prezentări oficiale către autoritățile municipale pentru a încuraja integrarea în strategia orașului de gestionare a deșeurilor. Pot fi lansate campanii de conștientizare pentru a promova implicarea cetățenilor și a asigura o participare consecventă a comunității. Funcțiile ecologice ale aplicației, cum ar fi recompensele pentru reciclare, raportarea incidentelor și îndrumările clare privind practicile ecologice, sunt integrate într-o interfață digitală ușor de utilizat și accesibilă, asigurând incluziunea, ușurința în utilizare și adoptarea pe termen lung în diferite grupe de vârstă.



## O platformă digitală pentru comerț local, schimb de competențe și mobilitate verde Cele mai bune practici coordonate de InterAktion (Austria)

### Titlu cu cele mai bune practici

O platformă digitală pentru comerț local, schimb de competențe și mobilitate verde

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional austriac a identificat necesitatea de a aborda impactul alimentelor ultra-procesate asupra mediului și sănătății și lipsa accesului durabil la alimente pentru tinerii din mediul urban. Cetățenii seniori și-au exprimat interesul de a împărtăși abilitățile tradiționale și produsele cultivate local, în timp ce tinerii au căutat noi oportunități de a se implica în activități comunitare și durabile.

Pentru a răspunde acestor nevoi, echipa intergenerațională a propus o platformă digitală multifuncțională, disponibilă atât ca aplicație mobilă, cât și ca site web. Platforma își propune să încurajeze sprijinul reciproc, schimbul de competențe și comerțul local, promovând în același timp soluții logistice și de mobilitate ecologice.

### Descrierea practicii

Platforma propusă funcționează ca o piață și un centru de schimb condus de comunitate, concepută pentru a fi simplă, incluzivă și accesibilă utilizatorilor de toate vârstele.

Principalele sale caracteristici includ:

- Schimb de competențe și sprijin: Seniorii pot posta solicitări precum „ajutor necesar în grădină în schimbul hranei sau bunurilor”, creând oportunități de colaborare între generații.
- Piață de produse locale: Utilizatorii pot vinde sau oferi produse artisanale și cultivate în casă, sprijinind comerțul local la scară mică și sustenabil.
- Sistem de notificare: Membrii primesc alerte în timp util atunci când sunt postate oferte sau solicitări noi, permițând răspunsuri rapide și o coordonare eficientă.
- Aliniere cu Mobilitatea Verde: Notificările îi ajută, de asemenea, pe utilizatori să planifice opțiuni de transport sau livrare ecologice, încurajând logistica locală sustenabilă.

Pentru testarea inițială, echipa a sugerat lansarea unei versiuni pilot prin intermediul unui grup de Facebook, permițând comunității să exploreze ideea, să adune feedback și să rafineze funcționalitățile înainte de a dezvolta o aplicație și un site web complete.

### Metodologie

Acțiunea a fost concepută printr-o colaborare intergenerațională activă, reunind tineri și seniori care au definit împreună scopul și structura platformei. Această abordare a asigurat că accesibilitatea digitală, utilizabilitatea și relevanța pentru comunitate au fost abordate încă de la început. Procesul a servit, de asemenea, ca o experiență de învățare în domeniul alfabetizării digitale și al co-creării între generații.



## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa să genereze mai multe rezultate pozitive:

- Consolidarea cooperării intergeneraționale prin activități economice și sociale comune.
- Creșterea participării digitale în rândul seniorilor prin intermediul tehnologiei accesibile.
- Îmbunătățirea schimburilor economice locale, la scară mică, bazate pe beneficii reciproce și încredere.
- Reducerea nevoilor de transport și a impactului asupra mediului prin comerț localizat și coordonare.
- Consolidarea rezilienței comunității prin corelarea coeziunii sociale cu mobilitatea și producția durabile și îmbunătățirea interacțiunii economice locale și a coeziunii sociale între generații.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Conceptul este ușor de transferat în alte contexte europene, în special în orașele mici și zonele rurale, unde comerțul local și schimbul intergenerațional sunt esențiale pentru vitalitatea comunității. Utilizarea platformelor de socializare existente pentru testare face ca modelul să fie ieftin și adaptabil.

Sustenabilitatea pe termen lung ar depinde de implicarea continuă a utilizatorilor, de sprijinul autorităților locale și de integrarea cu politici mai ample de mobilitate verde.



## Hackathon intergenerațional pentru inovație incluzivă în asistența medicală Cele mai bune practici coordonate de ODISEE (Belgia)

### Titlu cu cele mai bune practici

Hackathon intergenerațional pentru inovație incluzivă în asistența medicală

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional belgian a fost format ca parte a practicii „Hackathon” a instituției ODISEE. Astfel, formatul hackathonului în sine a asigurat implicarea intergenerațională prin implicarea studenților, profesorilor, experților și profesioniștilor de diferite vârste. Diversitatea participanților a permis o colaborare naturală între generații, iar dinamica grupului a fost susținută de facilitatori pe tot parcursul procesului.

În timpul Hackathon-ului, echipele s-au concentrat pe explorarea modului în care co-crearea și inovația digitală ar putea aborda provocările cotidiene cu care se confruntă adulții în vârstă, încurajând în același timp colaborarea între generații. Îmbătrânirea populației din Belgia, combinată cu digitalizarea rapidă, a evidențiat necesitatea unor soluții care să echilibreze inovația tehnologică cu incluziunea și ușurința în utilizare.



### Descrierea practicii

Hackathon-ul a servit ca un proces structurat de inovare, combinând creativitatea, tehnologia și empatia. Participanți din diverse medii, inclusiv tineri studenți universitari, profesioniști din domeniul sănătății și seniori, au colaborat în echipe pentru a proiecta și prototipa soluții la provocările din viața reală care afectează adulții în vârstă.

Au fost generate în total 48 de idei inovatoare, demonstrând potențialul colaborării intergeneraționale în inovația digitală și socială. Printre acestea, au fost selectate două soluții câștigătoare pentru impactul lor practic puternic și valoarea intergenerațională.

Mai exact, ideile au implicat:

- Un sistem de suport comportamental orientat către om pentru rezidenții vârstnici din centrele de îngrijire. Această abordare utilizează tehnici de stimulare a mediului și instrumente simple, cum ar fi brățările RFID, pentru a crea medii de îngrijire a demenței mai respectuoase și mai suportive. Accentul se pune pe incluziune, confort și fezabilitate pentru utilizatorii vârstnici.
- Un sistem telefonic asistat tehnologic pentru adulții în vârstă. Un sistem care poate ajuta persoanele în vârstă să comunice mai ușor și mai eficient cu furnizorii de servicii medicale. Această soluție sugerează o abordare hibridă a contactului cu spitalul, combinând chatbot-urile cu monitorizarea umană, recunoscând atât potențialul, cât și limitele instrumentelor digitale pentru adulții în vârstă.

Toate ideile și rezultatele au fost documentate și împărtășite cu părțile interesate locale, încurajând oportunități pentru dezvoltare ulterioară și potențială integrare în sistemele de asistență medicală și sociale.

### Metodologie

Hackathon-ul a implicat participanți de toate vârstele într-un mediu colaborativ care a valorizat egalitatea, creativitatea și experiența trăită. Seniorii au contribuit cu perspective practice bazate pe provocările zilnice, în timp ce tinerii studenți au oferit expertiză digitală și de design. Această structură a promovat învățarea reciprocă, respectul și inovația prin diversitate. Au fost implicate și părți interesate din instituțiile de asistență medicală, partenerii tehnologici și organizațiile comunitare, asigurându-se că soluțiile propuse erau relevante, realiste și fundamentate pe nevoile societale actuale.

## Rezultate și impact așteptat

Hackathonul a demonstrat rezultate măsurabile atât în ceea ce privește inovația, cât și impactul social, cum ar fi:

- Generarea mai multor concepte de soluții documentate.
- Consolidarea colaborării dintre participanții tineri și cei mai în vârstă, sporind înțelegerea reciprocă.
- Creșterea gradului de conștientizare în rândul instituțiilor cu privire la importanța conceperii de tehnologii și practici responsabile și prietenoase cu persoanele în vârstă.
- Stabilirea unui cadru pentru viitoarele evenimente de inovare participativă.

Modelul hackathon în sine s-a dovedit a fi un instrument replicabil pentru implicare civică și co-design, eliminând decalajele dintre generații și tehnologice.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Practica Hackathon reprezintă un model transferabil de inovație intergenerațională, adaptabil la alte domenii tematice sau regiuni. Poate fi replicat de autoritățile locale, universități sau ONG-uri care doresc să promoveze procese de design incluziv.

Sustenabilitatea sa constă în flexibilitate, deoarece hackathon-urile pot fi extinse sau reduse în funcție de capacitatea locală; iar rezultatele pot fi integrate direct în strategiile de inovare municipale sau în domeniul sănătății. Documentarea continuă, mentoratul și implicarea părților interesate asigură că ideile promițătoare progresează dincolo de etapa de eveniment.



## Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională

### Cele mai bune practici coordonate de Universitatea din Limassol și Materia Group (Cipru)

#### Titlu cu cele mai bune practici

Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională

#### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional cipriot a fost format de locuitorii comunității Lympia din Nicosia, reunind tineri și seniori pentru a concepe împreună o soluție comună care să abordeze provocarea interacțiunii educaționale și a unui stil de viață sustenabil. Prin discuții de colaborare și activități comune, participanții și-au combinat experiențele, ideile și nevoile pentru a dezvolta o propunere incluzivă care să reflecte aspirațiile comunității pentru conexiuni intergeneraționale consolidate și practici zilnice mai sustenabile.

Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională a apărut ca o sinteză a cinci idei mai mici, dezvoltate în comun în timpul sesiunilor de grup participative:

1. Crearea unui centru pentru tineret pentru învățare, socializare și dezvoltare profesională.
2. Înființarea unei cafenele (kafeneion) dedicate sustenabilității care să ofere ateliere, evenimente culturale și oportunități de schimb intergenerațional.
3. Amenajarea unui spațiu verde în aer liber pentru educație ecologică și activități comunitare.
4. Implementarea unei piste pietonale și pentru biciclete sigure pentru a încuraja transportul ecologic și un stil de viață activ.
5. Un plan de sustenabilitate la nivelul întregului sat, care include compostare, centre de reciclare și programe de instruire pentru practici ecologice.

Prin integrarea acestor elemente, grupul a avut în vedere o inițiativă comunitară unică care combină responsabilitatea față de mediu, incluziunea digitală și coeziunea socială.

#### Descrierea practicii

Centrul comunitar pentru sustenabilitate propus va transforma o clădire subutilizată într-un centru comunitar multifuncțional pentru învățare și acțiune sustenabilă.

Caracteristicile cheie ale Centrului includ:

- Zone educaționale și de formare: Spații pentru ateliere, prelegeri și sesiuni de competențe digitale axate pe reciclare, eficiență energetică și consum responsabil.
- Stații de reciclare și compostare: Zone dedicate pentru promovarea practicilor de mediu și a participării comunității.
- Instrumente digitale pentru coordonare: Un calendar online pentru programarea evenimentelor și platforme de socializare pentru comunicare, informare și promovarea inițiativelor locale.

Centrul va funcționa atât ca un loc primitiv pentru întâlniri informale, discuții și schimburi intergeneraționale, cât și ca un spațiu pentru încurajarea colaborării, a învățării continue și a administrării mediului între generații.

#### Metodologie

Designul și viziunea Centrului au rezultat din munca de grup intergenerațională, colaborativă, la care au participat tineri și seniori din Lympia. Participanții au conturat împreună propunerea prin ateliere structurate și vizite pe teren care au încurajat creativitatea, responsabilitatea comună și asumarea responsabilității comunității.

Această abordare de co-design a asigurat că conceptul Centrului reflectă nevoile locale reale, oferind în același timp tuturor generațiilor posibilitatea de a contribui cu perspectivele și abilitățile lor. Procesul incluziv a consolidat, de asemenea, legăturile comunitare și a demonstrat valoarea conducerii comune în dezvoltarea durabilă.

## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională să genereze beneficii pe termen lung pentru Lympia și locuitorii săi prin:

- Consolidarea colaborării intergeneraționale și a coeziunii comunitare.
- Îmbunătățirea competențelor digitale prin instruire și participare online.
- Creșterea conștientizării față de mediu și promovarea unui stil de viață sustenabil.
- Transformarea unui spațiu local subutilizat într-un centru dinamic pentru învățare, creativitate și incluziune socială.

În cele din urmă, Centrul își propune să devină un catalizator pentru schimbare, inspirând locuitorii să adopte obiceiuri responsabile față de mediu și promovând un sentiment comun de scop și progres în comunitatea lor.



### Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este ușor de transferat către alte comunități care doresc să combine sustenabilitatea, educația și schimbul intergenerațional. Modelul demonstrează cum spațiile comunitare subutilizate pot fi reutilizate în centre multifuncționale pentru învățare și colaborare.

Sustenabilitatea inițiativei este susținută de un calendar detaliat, convenit pe parcursul acțiunii, care prezintă etapele pentru înființarea și funcționarea pe termen lung a acesteia. A fost format un comitet reprezentativ pentru a supraveghea planificarea, finanțarea și coordonarea, asigurând un management structurat și o implicare continuă a comunității. O întâlnire cu viceprimarul a avut deja loc pentru a asigura includerea Centrului în viitorul plan de acțiune al municipalității, consolidând sprijinul instituțional. Spațiile multifuncționale ale Centrului, programele educaționale și instrumentele de comunicare digitală vor asigura în continuare implicarea continuă, învățarea intergenerațională și gestionarea mediului în cadrul comunității Lympia.

Per ansamblu, sustenabilitatea practicii depinde însă de implicarea continuă a comunității, de sprijinul autorităților locale și de parteneriatele cu organizații educaționale și de mediu. Prin integrarea dimensiunilor sociale, de mediu și digitale, Centrul oferă un cadru practic și replicabil pentru sustenabilitate și incluziune locală.



## „2 Generații - 1 Farfurie”: Un canal care promovează alimentația sănătoasă și sustenabilă prin colaborarea intergenerațională Cele mai bune practici coordonate de DYEKO (Grecia)

### Titlu cu cele mai bune practici

„2 Generații-1 Farfurie” (2G1P): Un canal care promovează alimentația sănătoasă și sustenabilă prin colaborarea intergenerațională

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional grec a identificat inițial două domenii prioritare pentru crearea unui impact local semnificativ: gestionarea apei și bunăstarea medicală și nutriția. În primele etape, participanții au colaborat pentru a contura strategii practice la nivel de gospodărie pentru reducerea risipei de apă, inclusiv utilizarea mai eficientă a toaletei, consumul zilnic conștient de apă și creșterea gradului de conștientizare cu privire la apă ca resursă comunitară comună.

Pe măsură ce acțiunea a progresat, grupul a decis colectiv să se concentreze mai profund pe tema Bunăstării Medicale și Nutriției, recunoscând relevanța acestora atât pentru sănătatea fizică, cât și pentru cea mintală, precum și legătura sa puternică cu patrimoniul cultural mediteranean al Greciei. Această temă a oferit o oportunitate ideală de a combina cunoștințele tradiționale ale seniorilor cu abilitățile digitale și creative ale participanților mai tineri, rezultând în crearea în comun a unui Ghid al Dietei Mediteraneene Tradiționale Sănătoase, care va fi promovat prin intermediul unor instrumente online pentru a sprijini o implicare mai largă a comunității.

### Descrierea practicii

Prin intermediul sesiunilor și al colaborării intergeneraționale, practica a dus la crearea unui canal de YouTube intitulat „2 Generații-1 Farfurie” (2G1P), dedicat promovării obiceiurilor alimentare sănătoase și sustenabile prin prisma dietei mediteraneene tradiționale.

Dezvoltat în colaborare de tineri și seniori, canalul prezintă:

- **Rețete și povești tradiționale:** Seniorii vor împărtăși rețete mediteraneene autentice, împreună cu povești culturale legate de tradițiile familiale, obiceiurile sezoniere și moștenirea regională.
- **Sfaturi pentru o alimentație sănătoasă și sustenabilă:** Videoclipurile au scopul de a evidenția utilizarea ingredientelor locale și de sezon, crescând gradul de conștientizare cu privire la beneficiile nutriționale și de mediu ale dietei mediteraneene tradiționale.
- **Producție și comunicare digitală:** Tinerii participanți preiau conducerea în filmare, editare și promovarea conținutului prin intermediul rețelelor sociale, asigurând o prezentare profesională și o acoperire mai largă.

Canalul acționează atât ca instrument pentru conservarea culturii, cât și ca o resursă educațională modernă pentru publicul interesat de o nutriție echilibrată și sustenabilitate. Prin intermediul 2G1P, mâncarea devine un punct de legătură între generații, încurajând creativitatea, învățarea reciprocă și stilurile de viață mai sănătoase, înrădăcinate în moștenirea locală.



### Metodologie

Procesul de co-design a implicat o colaborare activă între tineri și seniori pe parcursul tuturor etapelor de dezvoltare a proiectului. Seniorii au contribuit cu experiența lor culinară, cunoștințele tradiționale și narațiunile personale, în timp ce tinerii participanți și-au aplicat expertiza digitală pentru a transforma aceste informații în conținut online captivant și de înaltă calitate.

Atelierele au încurajat învățarea și respectul reciproc, arătând cum tehnologia poate reduce decalajele dintre generații și poate da o nouă viață tradițiilor culturale. De asemenea, procesul a consolidat sentimentul de comunitate și identitatea comună a participanților printr-o muncă în echipă creativă, axată pe un scop precis.

## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa „2 Generații–1 Farfurie” să producă mai multe beneficii pe termen lung:

- Promovarea unui stil de viață sănătos, încurajarea unei nutriții echilibrate și a unei alimentații conștiente prin practici tradiționale mediteraneene.
- Conservarea culturală prin înregistrarea și împărtășirea rețetelor, poveștilor și obiceiurilor tradiționale pentru generațiile viitoare.
- Împuternicirea digitală prin îmbunătățirea abilităților tehnologice și de comunicare ale participanților, în special ale seniorilor.
- Conștientizarea sustenabilității, deoarece se concentrează pe demonstrarea modului în care alegerile alimentare influențează sustenabilitatea mediului prin consumul local și sezonier.

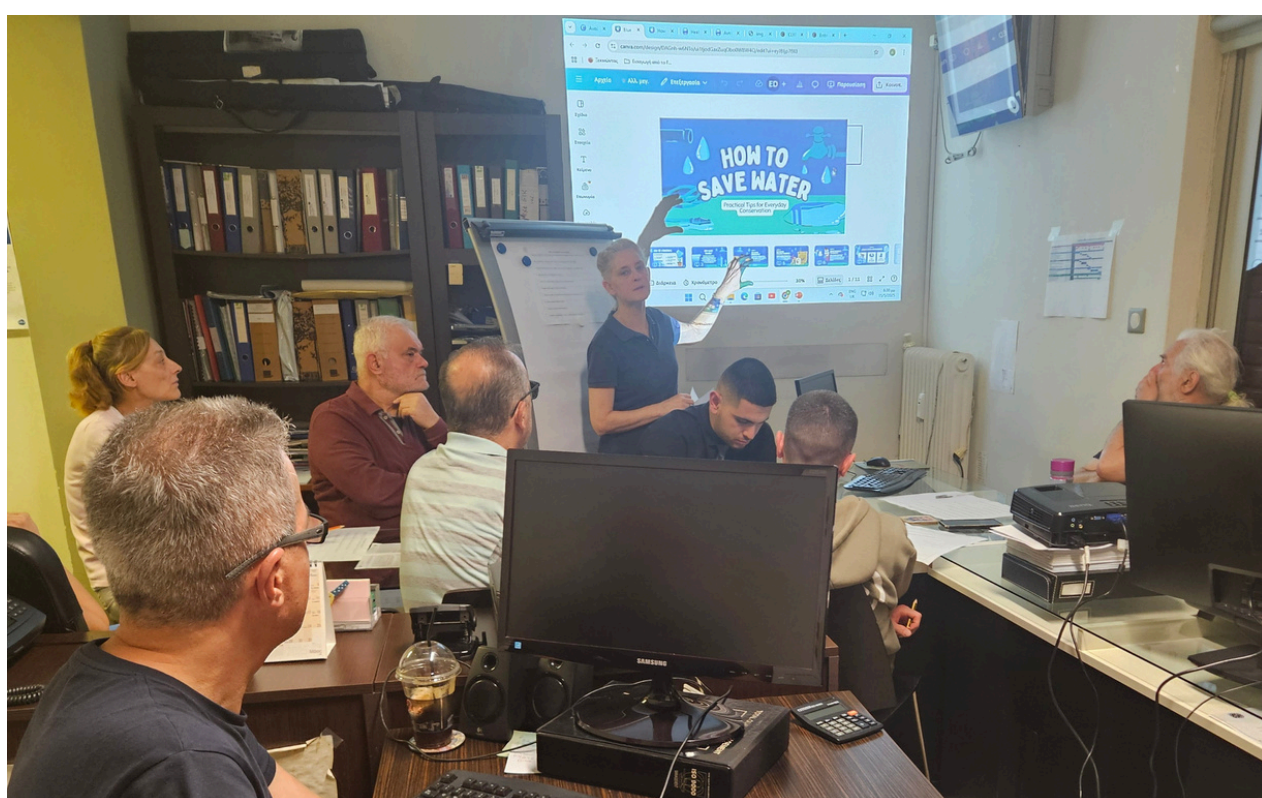
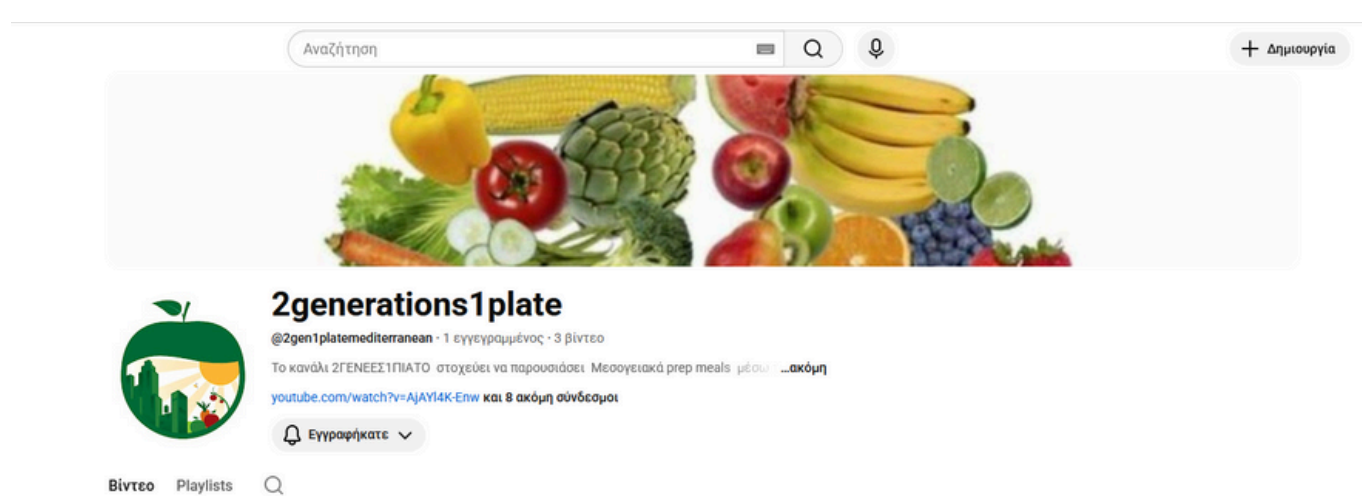
Această practică integrează eficient cultura alimentară tradițională într-un instrument modern de comunicare pentru educația în domeniul stării de bine și sustenabilității.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este extrem de transferabilă și în alte regiuni care doresc să combine patrimoniul cultural, inovația digitală și învățarea intergenerațională. Ideea unui canal online poate fi ușor adaptată la diferite domenii tematice, cum ar fi meșteșugurile tradiționale, istoria locală sau conștientizarea mediului, utilizând platforme digitale accesibile și eficiente din punct de vedere al costurilor.

În Grecia, echipa intenționează să integreze ghidul privind dieta mediteraneană și sustenabilitatea în activitățile comunității locale și să continue promovarea acestuia prin intermediul canalului de YouTube „2 Generații–1 Farfurie” (2G1P). De asemenea, este planificat un eveniment demonstrativ public pentru a atrage un public mai larg și a consolida participarea comunității. Pentru a crește și mai mult informarea și vizibilitatea, echipa are în vedere colaborarea cu influenceri locali care pot ajuta la amplificarea mesajului și la susținerea impactului continuu al canalului.

Sustenabilitatea pe termen lung a practicii se bazează pe producția continuă de conținut, implicarea activă a publicului și dezvoltarea de parteneriate cu școli, instituții culturale și organizații de wellness.



## „Local Bites”: O aplicație mobilă care conectează comunitățile prin intermediul alimentației sustenabile și al inovației digitale intergeneraționale Cele mai bune practici coordonate de Eurospeak (Irlanda)

### Titlu cu cele mai bune practici

„Local Bites”: O aplicație mobilă care conectează comunitățile prin intermediul alimentației sustenabile și al inovației digitale intergeneraționale

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional irlandez s-a concentrat pe consolidarea sistemelor alimentare locale sustenabile și pe îmbunătățirea incluziunii digitale, în special pentru rezidenții seniori. Mulți seniori erau interesați să acceseze produse locale, dar se confruntau cu dificultăți în navigarea pe platformele online standard.

Grupul și-a propus să creeze o soluție practică și ușor de utilizat, care să reducă decalajul dintre instrumentele digitale, nevoile comunității și consumul sustenabil. Rezultatul este un prototip de aplicație mobilă, intitulată „Local Bites”, concepută pentru a conecta producătorii locali de alimente cu consumatorii, promovând în același timp consumul sustenabil și sprijinind economiile locale. Aplicația se concentrează pe conectarea instrumentelor digitale, a nevoilor comunității și a colaborării intergeneraționale, asigurând accesibilitatea pentru toate grupele de vârstă.

### Descrierea practicii

Prototipul aplicației „Local Bites” este conceput pentru a conecta consumatorii locali cu producătorii de alimente din apropiere, promovând în același timp practici ecologice.

Caracteristicile cheie includ:

- Profiluri agricole: Informații detaliate despre producătorii locali și produsele sezoniere disponibile.
- Interfață prietenoasă cu seniorii: butoane mari, navigare simplificată și design axat pe accesibilitate.
- Opțiuni de comandă și plată: Funcționalitate de tip „call-to-order” și plăți în numerar pentru a se adapta utilizatorilor cu cunoștințe digitale limitate.

Prototipul a fost conceput folosind instrumente de design digital precum Canva și Figma, inclusiv crearea unui logo, a unui ecran de pornire exemplu și a unui șablon de program de livrare.

### Metodologie

Procesul de co-creare urmat în cadrul acestei acțiuni a implicat colaborarea intergenerațională, seniorii contribuind cu perspective asupra accesibilității, utilizabilității și preferințelor locale, în timp ce tinerii participanți au condus designul digital și dezvoltarea tehnică.

Pentru a se adapta la diferite niveluri de alfabetizare digitală, echipa a propus o strategie practică de implementare, testând inițial conceptul prin intermediul unor platforme familiare precum WhatsApp și Facebook. Această abordare pas cu pas a asigurat implicarea comunității și a permis adoptarea treptată.



## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa „Local Bites” să ofere mai multe beneficii, cum ar fi:

- Îmbunătățirea accesului la alimente locale, sprijinirea consumului durabil prin conectarea consumatorilor cu producătorii locali.
- Oferirea seniorilor a unei platforme ușor de utilizat și reducerea lacunelor tehnologice.
- Încurajarea comportamentelor de cumpărare responsabile față de mediu și sprijinirea economiilor locale.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este extrem de transferabilă în alte regiuni care doresc să consolideze sistemele alimentare locale, promovând în același timp colaborarea intergenerațională și incluziunea digitală. Aceasta oferă un model replicabil pentru comunitățile care își propun să combine tehnologia, sustenabilitatea și implicarea socială, demonstrând valoarea pilotării unor platforme familiare înainte de implementarea unor soluții complet digitale.

În Irlanda, echipa intenționează să obțină sprijin din partea consiliilor locale și a organizațiilor comunitare pentru a dezvolta în continuare aplicația lor „de la fermă la ușă”. Pașii viitori includ solicitarea de finanțare locală sau UE și stabilirea unui model de livrare cooperativă care să implice atât seniorii, cât și tinerii, asigurând o colaborare intergenerațională susținută, participarea digitală și un impact pe termen lung asupra sistemelor alimentare locale.

Sustenabilitatea inițiativei depinde de implicarea continuă a comunității, de sprijinul continuu pentru producătorii locali și de adaptabilitatea aplicației la nevoile locale și la diferite niveluri de pregătire tehnologică.



## Crearea de punți între generații prin ateliere comunitare Cele mai bune practici coordonate de InnoEduLab (România)

### Titlu cu cele mai bune practici

Crearea de punți între generații prin ateliere comunitare

### Context și obiectiv

Grupul intergenerațional din România a identificat o lacună în ceea ce privește conexiunea intergenerațională, alfabetizarea digitală și transferul de competențe practice în cadrul comunităților locale. Seniorii se confruntă adesea cu bariere în calea participării digitale, în timp ce tinerii nu au acces la cunoștințe și abilități practice de viață pentru vârstnici.

Pentru a aborda această problemă, echipa s-a concentrat pe crearea unor experiențe de învățare continuă, bazate pe comunitate, care să încurajeze colaborarea, încrederea și cunoștințele partajate. Aceste activități își propun să îmbunătățească abilitățile non-tehnice, cum ar fi empatia, reglarea emoțională și comunicarea, integrând în același timp practici ecologice și digitale.

### Descrierea practicii

Această acțiune s-a concentrat pe întâlniri și ateliere intergeneraționale, combinând oportunități de învățare structurată și informală.

Componentele cheie includ:

- Micro-ateliere practice: Axate pe competențe digitale, practici de sustenabilitate, meșteșuguri și comunicare, aceste sesiuni promovează dezvoltarea abilităților practice între generații.
- Întâlniri regulate: Organizate în spații comunitare familiare, aceste întâlniri încurajează participarea, reduc barierele și consolidează încrederea între tineri și seniori.
- Evenimente culturale și sociale: Activitățile comune, cum ar fi sesiunile de gătit, seri de film și plimbările prin cartier, încurajează învățarea relațională și schimbul cultural.
- Integrarea practicilor ecologice și digitale: Participanții au explorat comportamentele sustenabile din punct de vedere ecologic și alfabetizarea digitală, combinând dubla abordare a sustenabilității și tehnologiei.

Aceste activități sunt concepute pentru o implicare pe termen lung, permițând dezvoltarea relațiilor intergeneraționale dincolo de termenul limită al proiectului și promovând un impact de durată asupra comunității.

### Metodologie

Atelierele și întâlnirile au fost concepute în comun de tineri și participanți seniori, asigurând relevanța, accesibilitatea și beneficiile reciproce. Seniorii au contribuit cu experiență de viață, cunoștințe tradiționale și mentorat, în timp ce tinerii au adus competențe digitale, creativitate și sprijin organizațional.

Procesul de proiectare a priorizat:

- Locații accesibile și programare pentru maximizarea participării;
- Conținut practic și interactiv care combină învățarea cu aplicațiile din viața reală;
- Activități care integrează atât practici ecologice, cât și alfabetizare digitală.

Această abordare colaborativă a consolidat relațiile intergeneraționale, a îmbunătățit rezultatele învățării și a împuternicit participanții să contribuie activ la comunitatea lor.



## Rezultate și impact așteptat

Se așteaptă ca inițiativa să aibă mai multe beneficii, cum ar fi:

- Îmbunătățirea comunicării și colaborării intergeneraționale prin dezvoltarea empatiei, inteligenței emoționale și încrederii între generații.
- Creșterea alfabetizării digitale, a abilităților practice și a cunoștințelor despre practicile sustenabile.
- Încurajarea dezvoltării și implementării experiențelor comune și a participării active la viața locală.
- Promovarea acțiunilor responsabile față de mediu și a utilizării pozitive a instrumentelor digitale.
- Demonstrând valoarea învățării pe tot parcursul vieții și a implicării pentru toate vârstele.

## Transferabilitate și sustenabilitate

Această bună practică este ușor transferabilă în alte regiuni care vizează consolidarea învățării intergeneraționale, a coeziunii comunitare și a dezvoltării competențelor. Modelul flexibil, centrat pe comunitate, poate fi adaptat la diverse contexte culturale, sociale și tehnologice.

În România, abordarea bazată pe ateliere continuă printr-un grup de discuții digitale dedicat, menținând comunicarea, planificând sesiunile viitoare și promovând schimbul de cunoștințe axat pe un stil de viață sustenabil și incluziune socială. Per total, sustenabilitatea practicii depinde de implicarea continuă a participanților, de locații accesibile și de parteneriate locale solide, asigurându-se că atât practicile digitale, cât și cele ecologice rămân integrate în strategiile de învățare intergenerațională pe termen lung.



## Lecții învățate

Proiectul **InterGenic**, prin implementările sale și feedback-ul primit, a demonstrat că acțiunea intergenerațională este o metodologie educațională extrem de eficientă, extinzând înțelegerea participanților de la simpla interacțiune sau sprijin între grupele de vârstă la un model mai bogat de învățare reciprocă, colaborare și rezolvare comună a problemelor.

În toate țările participante, atât tinerii, cât și seniorii și-au exprimat o dorință sporită de a interacționa cu persoane din diferite grupe de vârstă în viitor. Mulți au descris experiența ca fiind îmbogățitoare și și-au exprimat interesul de a rămâne implicați în activități similare. Mai mulți au raportat chiar schimbări în atitudinile și interesele lor, cum ar fi în Grecia, unde participanții au trecut de la listarea în principal a hobby-urilor bazate pe divertisment la implicarea în activități precum reciclarea și conștientizarea resurselor, indicând o implicare mai profundă în teme comunitare și de sustenabilitate.

LEARNING  
is a  
CONTINUOUS  
LIFESTYLE

Participanții au oferit, de asemenea, sugestii valoroase cu privire la ce ar trebui să includă acțiunile intergeneraționale. Ideile comune au fost activități practice și creative precum gătitul, grădinăritul, povestirile, voluntariatul, evenimentele culturale și jocurile. S-a pus un accent constant pe experiențe care permit atât tinerilor, cât și seniorilor să contribuie în mod egal și să învețe unii de la alții, asigurând respectul reciproc, emanciparea și schimbul de cunoștințe.

Deși inițial au fost observate unele provocări, cum ar fi diferențele în stilurile de comunicare și mentalitate (de exemplu, în Belgia și Cipru), participanții au raportat că aceste obstacole au fost depășite eficient în timpul implementării. De asemenea, s-a raportat o creștere a încrederii, curiozității și motivației de a continua să se implice atât în comunitățile locale, cât și în problemele societale mai largi.

Facilitatorii au remarcat că învățarea în rândul adulților a fost cea mai eficientă atunci când a fost ancorată în contexte din viața reală, permițând seniorilor să împărtășească cunoștințe tradiționale și experiențe de viață, în timp ce tinerii au contribuit cu competențe digitale și abordări inovatoare.

Aceste reflecții sunt susținute și în mărturiile participanților.



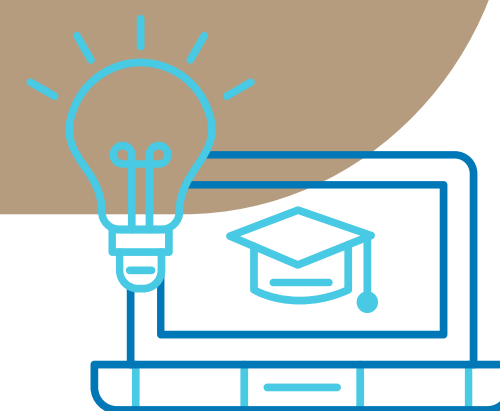
„Totul a fost perfect – am învățat mai mult decât mă așteptam, iar atmosfera a făcut ca lucrul împreună să fie cu adevărat plăcut.”

– Participant senior, Spania



„Natura deschisă a hackathonului a încurajat creativitatea și autonomia în rezolvarea problemelor.”

– Participant tânăr, Belgia



„Relația cu tinerii a fost foarte pozitivă. M-am simțit inclus și respectat pentru experiența mea și sper să continuăm întâlnirile.”

– Participant senior, Cipru



„Sesiunile au fost extrem de îmbogățitoare și instructive. Lucrul împreună cu seniorii m-a învățat răbdare, empatie și valoarea cunoștințelor împărtășite.”

– Participant tânăr, Irlanda



„M-am simțit puternică folosind tehnologia pentru a mă conecta la nivel internațional, iar acest lucru mi-a sporit încrederea. A fost foarte interesant să împărtășesc idei între diferite culturi.”

– Senior participant, Romania



„Mi-aș dori să pot participa la mai multe programe alături de tine – a fost inspirator să văd cum tinerii și seniorii pot colabora la soluții concrete.”

– Participant senior, Grecia



„Barierele lingvistice și diferențele culturale au fost abordate cu atenție și ne-am simțit cu toții incluși în procesul de învățare.”

– Facilitator, Austria



## Exploatarea în continuare a celor mai bune practici

Acțiunile intergeneraționale implementate în țările partenere oferă o bază solidă pentru învățarea continuă, implicarea comunității și dezvoltarea durabilă.

În Spania, aplicația de gestionare a deșeurilor poate fi extinsă la alte municipalități, combinând participarea cetățenilor, stimulente gamificate și campanii de conștientizare a mediului pentru a încuraja implicarea activă a comunității.

Piața digitală și platforma de schimb de competențe a Austriei, axate pe mediu, pot fi explorate în continuare prin extinderea acoperirii lor în regiuni suplimentare, prin pilotarea de noi servicii ecologice și prin consolidarea colaborării intergeneraționale în comerțul local.

În Belgia, metodologia hackathonului intergenerațional poate fi integrată în alte programe educaționale și comunitare, promovând învățarea pe tot parcursul vieții, incluziunea digitală și practicile responsabile față de mediu.

Centrul pentru Sustenabilitate Intergenerațională din Cipru oferă un model replicabil pentru centre comunitare multifuncționale, care poate fi adaptat în alte municipalități pentru a combina educația, implicarea digitală și învățarea în domeniul mediului.

În mod similar, ghidul dietei mediteraneene din Grecia și inițiativa digitală „2 generații – 1 farfurie” pot fi extinse la alte regiuni, integrând practicile culturale locale, alimentația sănătoasă și educația privind sustenabilitatea prin canale digitale accesibile.

În Irlanda, modelul de aplicație „Local Bites” poate fi dezvoltat în continuare prin includerea mai multor producători locali, extinderea rețelelor de livrare cooperativă și aplicarea strategiei de implementare treptată în alte comunități, cu scopul de a consolida economiile alimentare locale, promovând în același timp învățarea intergenerațională.

În cele din urmă, abordarea bazată pe ateliere din România poate continua să evolueze prin intermediul instrumentelor de comunicare digitală, extinzând activități practice precum grădinăritul, gătitul și evenimentele culturale la noi comunități, asigurând implicarea continuă, transferul de competențe intergeneraționale și promovarea comportamentelor sustenabile.

Per ansamblu, aceste inițiative demonstrează potențialul de sustenabilitate și transferabilitate pe termen lung. Explorările viitoare ar trebui să se concentreze pe extinderea acoperirii geografice, aprofundarea alfabetizării digitale și ecologice și consolidarea colaborării intergeneraționale pentru a crea comunități reziliente, incluzive și conștiente de mediu.



## Concluzie

Acțiunile intergeneraționale ale proiectului **InterGenic** au demonstrat potențialul puternic al colaborării structurate dintre tineri și seniori pentru a promova învățarea reciprocă, incluziunea socială și implicarea comunitară.

În toate țările partenere, participanții nu numai că au dezvoltat o înțelegere mai profundă a acțiunii intergeneraționale ca metodologie, dar și-au aplicat abilitățile pentru a crea soluții practice, relevante la nivel local, care abordează sustenabilitatea, incluziunea digitală și schimbul cultural.

Proiectul a evidențiat faptul că combinarea cunoștințelor tradiționale cu abordări inovatoare, în special în practicile ecologice și digitale, permite rezolvarea semnificativă a problemelor, consolidând în același timp empatia, comunicarea și învățarea pe tot parcursul vieții.

Experiențele acumulate prin ateliere, hackathon-uri și acțiuni comunitare confirmă faptul că colaborarea intergenerațională poate fi o abordare educațională transformatoare, eliminând decalajele dintre generații, promovând cetățenia activă și sprijinind dezvoltarea comunitară durabilă.

Consortiul proiectului InterGenic își exprimă recunoștința pentru utilizarea acestei cărți electronice și speră că ați găsit-o utilă și că inspiră colaborări intergeneraționale semnificative.

BETTER  
TOGETHER



## Referințe

- Rose, G. (2012). Metodologii vizuale: o introducere în cercetarea cu materiale vizuale (ediția a 3-a). Publicații SAGE.
- Sanders, E.B.-N. și Stappers, P.J. (2008). Co-creația și noile peisaje ale designului. *CoDesign*, 4(1), 5-18. DOI: 10.1080/15710880701875068.
- Schuller, T. și Watson, D. (2009). Învățarea prin viață: O cercetare asupra viitorului pentru învățarea pe tot parcursul vieții. Institutul Național de Educație Continuă a Adulților.
- Stringer, E. T. (2013). Cercetare-acțiune. Los Angeles: Sage Publications.
- Study.com. Cele 5 întrebări legate de scris | Cine, Ce, Când, Unde și De ce. [https://study.com/academy/lesson/what-are-the-5-qs-in-writing-uses-examples.html#:~:text=have%20been%20addressed.-,Cele 5 întrebări legate de scris, care trebuie să fie luate în considerare pentru a scoate la iveală informațiile](https://study.com/academy/lesson/what-are-the-5-qs-in-writing-uses-examples.html#:~:text=have%20been%20addressed.-,Cele%205%20intreb%20ari%20legate%20de%20scris,care%20trebuie%20s%20fie%20luate%20in%20considerare%20pentru%20a%20scoate%20la%20iveal%20a%20informa%20iile.). [Ultima accesare: 06.02.2025].
- Swanson, Lee A. și Joelena Leader. (2013). Argumente pentru utilizarea unei abordări intergeneraționale multi-metodice în cercetarea comunitară. *International Journal of Qualitative Methods* Volumul 22: 1-14. DOI: 10.1177/16094069231184823.
- Tambaum, T. (2022). Învățarea intergenerațională în acțiune. În: Evans, K., Lee, W.O., Markowitsch, J., Zukas, M. (eds) Al treilea manual internațional de învățare pe tot parcursul vieții. Springer International Handbooks of Education. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-67930-9\\_35-1](https://doi.org/10.1007/978-3-030-67930-9_35-1)
- Thompson, N. și Cross, K. (2014). Învățarea intergenerațională: oportunități și provocări pentru învățarea pe tot parcursul vieții. *Educational Gerontology*, 40(6), 430-441.
- Recomandarea UNESCO privind învățarea și educația adulților [2015]: Paragraful 1.  
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245179>
- VanGundy, A. B. (2005). 101 de activități pentru predarea creativității și rezolvarea problemelor. San Francisco: Pfeiffer.
- Vink, S. și Coeckelbergh, M. (2019). Co-creația în inovația socială: cercetare, metodologie și practică. Springer.



Stay   
Motivated



Never   
Stop  
Learning



Co-funded by  
the European Union

Finanțat de Uniunea Europeană. Părerile și opiniile exprimate aparțin exclusiv autorului/autorilor și nu reflectă neapărat opiniile Uniunii Europene. Nici Uniunea Europeană, nici autoritatea care a acordat finanțarea nu pot fi trase la răspundere pentru acestea. Număr proiect: 2023-1-ES01-KA220-ADU-000155225