

MAGYAR GERONTOLÓGIA

14. ÉVFOLYAM KONFERENCIA KÜLÖNSZÁM

2022. 14. évf. Konferencia Különszám

On-line verzió: ISSN 2062-3690

[www.https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia](https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia)

Természetjárás és időskor: nagyváradi idősokkal foglalkozó szervezetek jó gyakorlatai

Belényi Emese Hajnalka¹, Kondor Erzsébet²

¹Partiumi Keresztény Egyetem

²CE Szövetség Nagyvárad Granny program

Kulcsszavak: aktív időskor, életminőség, természetjárás, idősokkal foglalkozó szervezetek, jó gyakorlatok

Az időskorúakkal foglalkozó szervezeteknek nemcsak a megfogalmazott igények szerint, hanem a rendelkezésükre álló erőforrásaik tükrében is dönteniük kell arról, hogy milyen tevékenységek, foglalkozások megvalósítására nyílik leginkább lehetőségük. Mindazonáltal fontolgatniuk kell azt is, hogy mi az, ami igazán hatékony. A bemutatásra kerülő kutatásba olyan nagyváradi, idősokkal foglalkozó szervezeteket válogattunk be, amelyek különös hangsúlyt fektetnek arra, hogy az általuk ellátott időskorúak minél többet lehessenek kirándulóhelyeken, erdőkben, természeti környezetben. A vizsgálat célja az ilyen típusú programok hatásának feltárása.

Módszerek

A kutatás körébe két nagyváradi idősellátó intézmény (CE Szövetség Granny Programja és Szent Erzsébet Idősek Otthona) által megvalósított természetjáró programot vontuk be, amelyben összesen 45 idős személy vett részt. A kezdeményezés 2018-ban indult, 3 napos pilot táborral (13 személlyel), ezt követte a 2019-ben megszervezett egy hetes teszt-tábor (16 személlyel), majd a 2021-ben és 2022-ben 37 személy részvételével zajló egy hetes táborok. A

kutatás során az intézményvezetőkkel készített 2 strukturált interjú során gyűjtöttünk információkat a programról, továbbá 10 félig strukturált interjút készítettünk a természetjáró programokban részt vett időskorúakkal. Az adatok kiértékelése egy általunk kidolgozott szempontrendszer alapján történt.

Eredmények

Eredményeink rávilágítottak a természetjáró tevékenységek magasabb szintű életminőséget eredményező, az idősödés folyamatának derűsebb elfogadását elősegítő pozitív hatásaira. Az intézményvezetők a kezdeményezés innovatív jellegét emelték ki, a kezdet bizonytalanságára, az útkeresés gondjaira reflektáltak, jövőbe tekintő tanulságként pedig a speciális szakemberek bevonásának szerepét, az időskorúak körében megvalósuló közösségépítési folyamatok fontosságát hangsúlyozták.

A megkérdezett időskorúak tapasztalatai alapján a természetjáró program hozzáadott értéke életükhöz három fő irányban körvonalazódott: kitörési pontot jelent magányosságuk létállapotából, megerősíti társadalmi hasznosságérzetüket, és az aktívvá válás révén megkönnyíti önfogadásukat.

A természetjárás tehát sokoldalú szerepet hivatott betölteni az idős emberek életében, ezért az idős személyeket ellátó, velük foglalkozó intézményeknek következetesen be kellene építeniük szolgáltatásaikba a természetközelségben megvalósított, a biokörnyezet felfedezésével járó, szakmai tudatossággal megtervezett programokat.