

DOI: <https://doi.org/10.32782/2308-1988/2025-56-8>

УДК 364.65:316.346.32:314.17

Клименко Юлія Анатоліївна

кандидат економічних наук, старший науковий співробітник,
Інститут демографії та досліджень якості життя
імені Михайла Птухи Національної академії наук України
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0086-2933>

Шишкін Владислав Сергійович

кандидат економічних наук, старший науковий співробітник,
Інститут демографії та досліджень якості життя
імені Михайла Птухи Національної академії наук України
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0011-4246>

Yuliia Klymenko, Vladyslav Shyshkin

Mykhailo Ptukha Institute for Demography and Life Quality Research
of the National Academy of Sciences of Ukraine

ПІДВИЩЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ІНКЛЮЗІЇ ЛІТНІХ ОСІБ**ENHANCING SOCIAL INCLUSION OF ELDERLY PEOPLE**

Анотація. Помітне пришвидшення темпів демографічного старіння населення в сучасному світі призводить до нових викликів для суспільства, що зумовлює необхідність переосмислення упередженого ставлення до літніх осіб. В Україні за прогностичними оцінками до 2050 року частка осіб віком 60 років і старше становитиме третину населення. На даний момент в Україні фаза життя після настання пенсійного віку не є бажаним чи очікуваним періодом. Тому, в українському суспільстві варто змінити траєкторію соціокультурного контексту негативного сприйняття старості на новий наратив сприйняття пенсіонерів як активних соціальних агентів. В українських реаліях актуальним є впровадження ефективних програм підтримки пенсіонерів. В статті проаналізовано успішні кейси підвищення інклюзії літніх осіб, зокрема через підвищення доступності мережі послуг для літніх, розширення можливостей соціальної комунікації та цифровізації, популяризацію здорового способу життя, які можуть бути адаптовані в Україні. В статті окреслено пріоритетні кроки для максимізації ефективності соціальної політики, спрямованої на потреби літніх осіб, які спрямовані на формування у суспільстві нового наративу щодо старіння.

Ключові слова: особи літнього віку, ейджизм, соціальна інклюзія, соціальна підтримка, старіння.

Summary. The noticeable acceleration of demographic aging in today's world generates new societal challenges, necessitating a rethinking of biased attitudes toward older persons. In Ukraine, according to demographic projections, by 2050 people aged 60 and over will constitute one-third of the population. At present, in Ukraine, the stage of life after retirement age is neither perceived as desirable nor as a positively anticipated period. Therefore, it is essential for Ukrainian society to shift the socio-cultural trajectory from a negative perception of old age toward a new narrative that recognizes older people as active social agents. It is important to emphasize the need for a rethinking of the retirement period. As the proportion of older people in the population continues to grow, the search for ways to minimize ageism becomes increasingly relevant. What matters is not a uniform perception of later life, but an understanding of the specific needs of older individuals in the context of the "third" and "fourth" ages. For effective social policy, it is crucial to take into account the heterogeneity of aging, recognizing that retirees at the age of 60–65 differ significantly from those over 80 years old. This differentiation allows for the selection of relevant pathways of social inclusion. The optimization of the retirement period contributes to the formation of positive societal patterns of perceiving old age, whereby individuals of retirement age are regarded as active social agents rather than associated with being a burden. In the Ukrainian context, the implementation of effective support programs for pensioners is highly relevant. The article analyzes successful cases of enhancing the inclusion of older persons, particularly through improving access to service networks for the elderly, expanding opportunities for social communication and digitalization, and promoting healthy lifestyles, which could be adapted in Ukraine. The article outlines priority steps for maximizing the effectiveness of social policy targeting the needs of older people, with the overarching aim of shaping a new societal narrative on aging.

Keywords: elderly people, ageism, social inclusion, social support system, social exclusion, ageing.

Постановка проблеми. Сьогодні люди живуть довше, ніж будь-коли раніше в історії людства. Старіння населення це явище, яке світ більше не може ігнорувати у XXI столітті. Суспільство класифікується як старе, коли частка осіб літнього віку стає пропорційно більшою в загальній чисельності населення, старше покоління навіть може перевищити чисельність молоді. Так, за прогностичними оцінками, до 2030 року частка осіб старших 60 років становитиме 16,5% населення планети, а до 2050 року частка осіб старших 60 років становитиме 21,5% населення світу [1]. Фактично зараз формується нова реальність, з якою світ ще не мав справи у минулому, тому старіння населення представляє соціальні, економічні та культурні виклики [2]. У 2018 році глобальне населення віком від 60 років перевищило мільярд (для порівняння у 1950 році у світі було 205 мільйонів осіб у віці старше 60 років). Так, до 2050 року 62 суспільства будуть «гіперлітніми» (тобто понад 30% їх населення будуть старшими за 60 років) [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Створення соціального середовища без ейджизму забезпечує рівний доступ до ресурсів та можливостей для всіх. На думку Scharf T. & Keating N. специфіка соціального відторгнення осіб літнього віку полягає в тому, що вони потерпають від ейджизму протягом більш тривалої частини життєвого шляху, ніж особи інших вікових груп [4].

В Європі на основі даних Дослідження здоров'я, старіння та виходу на пенсію (Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe – SHARE) аналізують соціальні, економічні та індивідуальні компоненти відторгнення старших осіб та можливі шляхи зниження напруги між поколіннями [5].

Науковці Warburton J, Ng S., Shardlow S. наголошують, що впровадженням політики соціальної інтеграції через громадянську активність та створення дружні до віку громад мають позитивний вплив на соціальну інклюзію літніх осіб [6].

У дослідженні Sen K. & Prybutok V. [7] увага акцентується на технологічній інклюзії, адже впровадження технологічних навичок у поведінкову рутину літніх впливає на підвищення соціальної активності. В межах проекту CIVEX аналізується важливість наявності мережі соціальних зв'язків для літніх осіб [8], лозунгом проекту є «More Years, Better Lives» (Більше років, краще життя).

Мета статті. Виявлення основних напрямків соціальної політики, спрямованої на підвищення соціальної інклюзії та зниження ейджизму літніх осіб.

Виклад основного матеріалу дослідження. За оцінками ВООЗ станом на 2023 рік, кожна п'ята людина в Україні старше 65 років [9]. За довоєнними прогностичними оцінками, в Україні частка осіб віком 60 років і старше до 2050 року становитиме 31,5% [10] (рис. 1), майже третину всього населення країни. Проте враховуючи реалії війни, і зміну статеві-вікового складу населення, частка осіб старше 60 років може бути значно вищою.

Станом на липень 2025 року в Україні 10,3 млн пенсіонерів [11], 72,3% з них отримують пенсію за віком. Незважаючи на таку значну частку літніх осіб в соціально-демографічній структурі суспільства сприйняття виходу на пенсію в українському суспільстві супроводжується нейтральним або навіть негативним сприйняттям [12]. Старість як фаза життя в Україні на даний момент не є бажаним чи очікуваним періодом. Стереотипізація образу пенсіонера зводяться до сприйняття пенсійного віку як етапу втрат і занепаду, уявлення про фізіологічні зміни в процесі старіння як про такі, що не піддаються контролю, а також до переконання, що вікові обмеження є незмінними та невідворотними. Зазначені помилки сприйняття пенсіонерів призводять до стигматизації літніх людей як соціальної групи.

Важливо акцентувати увагу на переосмисленні пенсійного віку відійти від негативного сприй-

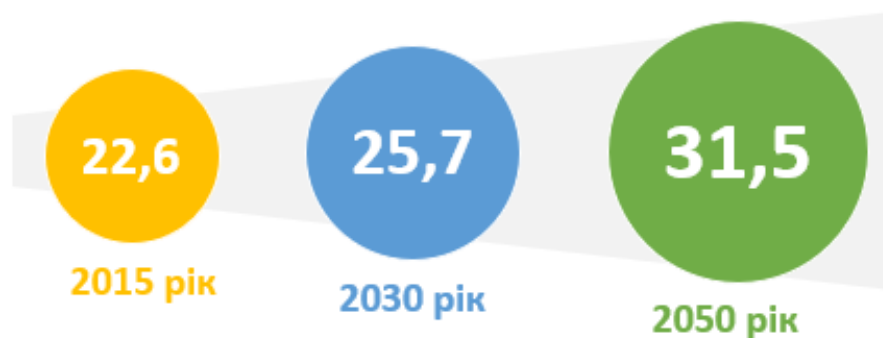


Рисунок 1 – Частка осіб, старших 60 років в Україні, % оціночні дані

Джерело: [10]

няття неминучості старіння і зосередитись на перспективах активності. В науковій літературі найвідомішою і найбільш широко застосовуваною є модель успішного старіння, де успішне старіння інтерпретувалося через уникнення хвороб та інвалідності. Пізніше модель була розширена своєю до трьох компонентів: мінімізація хвороб та інвалідності, залучення до соціальної діяльності, максимізація фізичної і когнітивної діяльності. Дана модель здійснила переворот у сприйнятті старості та запропонувала широкі можливості для фінансування соціальних програм, які розглядають пенсіонерів як активних членів суспільства. Проте незважаючи на популярність моделі успішного старіння в науковій літературі, сьогодні соціальна реальність вимагає певної модифікації моделі, а конструктивний перегляд моделі стане засобом впровадження ефективних рекомендацій сучасної соціальної політики.

Поточне десятиліття (2021–2030 рр.) в ООН було визнано Десятиліттям здорового старіння [13] – це глобальна ініціатива, узгоджена Досягненням Цілей сталого розвитку, мета якої покращення життя літніх людей, їхніх сімей та громад, де вони живуть. Щоб сприяти здоровому старінню та підвищенню якості життя літніх людей потрібні фундаментальні зрушення у сприйнятті та забезпеченні гідного старіння. Основні напрямки, на які орієнтоване Десятиліття здорового старіння:

1. *Сприятливе для віку середовище* – усунення фізичних та соціальних бар'єрів, впровадження політики, орієнтованої на здорове старіння

2. *Боротьба з ейджизмом* – усунення стереотипів, упереджень та дискримінації стосовно літніх осіб.

3. *Комплексний догляд* – забезпечення недискримінаційного доступу до якісних медичних послуг та можливості отримання безпечних, ефективних, якісних, доступних лікарських засобів без фінансових труднощів.

4. *Багаторічний догляд* – доступ до реабілітації, допоміжних технологій та інклюзивного середовища для підтримання функціональних можливостей та гідного життя.

Протидія ейджизму щодо осіб літнього віку. Ейджизм відноситься до стереотипів, упереджень та дискримінаційних дій чи поглядів, які ґрунтуються на хронологічному віці людини. Щодо людей літнього віку ейджизм асоціюється з гіршим фізичним та психічним здоров'ям, посиленням соціальної ізоляції та самотності, більшою фінансовою незахищеністю, зниженням якості життя та підвищеним ризиком передчасної смерті [14].

Основні шляхи підвищення соціальної інклюзії літніх осіб у більшості розвинених країн світу ґрунтується на тому, що старше покоління – це не гомогенна група, для якої достатньо «one-size-fits-all» політики (універсальний підхід для всіх віко-

вих категорій). Для ефективної соціальної політики важливо не стандартизувати людей літнього віку як єдину категорію, а враховувати неоднорідність старості, адже пенсіонери у 60–65 років відмінні від пенсіонерів у віці старше 80 років.

Поділ пенсіонерів на так званий третій та четвертий вік краще розкриває специфіку потреб осіб літнього віку і має велике значення для соціального залучення. Період третього віку настає одразу після трудової діяльності та піку професійного розвитку і він характеризується незалежністю та соціальною активністю. Період четвертого віку безсумнівно має унікальні проблеми, які часто загрожують здоров'ю, благополуччю та якості життя людей. Період четвертого віку характеризується зниженням активності та більше пов'язаний із потребою у догляді. Кожна група літніх людей має особливі потреби та інтереси, які повинні бути вирішені через індивідуальні програми та моделі втручання.

Оскільки населення людей літнього віку продовжує збільшуватися, пошук шляхів мінімізації ейджизму стає все більш важливим. Лонгітудні дослідження когнітивного розвитку дорослих показали, що зниження когнітивних функцій з віком переважно відбувається ближче до періоду четвертого віку [15]. Такі результати є аргументом щодо необґрунтованості ейджизму щодо осіб третього віку. Це підтверджують дані Eurostat, згідно з якими особа у віці 65 років в середньому по країнах ЄС-27 проживе ще 9,8 років здорового життя, а очікувана кількість років життя для особи, віком 65 років по країнах ЄС становить 19,3 років [16]. Більше того, існує наступна залежність: країни, в яких більша частка здорових людей серед літніх, повідомляють про нижчі показники ейджистських настроїв [17]. Тому вибір здорового способу життя в дорослому віці певним чином зменшує дискримінаційні прояви в пенсійному віці.

За оцінками ВООЗ, середня очікувана тривалість життя в Україні станом на 2021 рік становила 70,9 років. Для порівняння в країнах ЄС це в середньому 76,8 років [18]. Довші роки життя дають можливість займатися новими видами діяльності, такими як подальша освіта, освоєння нової професії або заняття улюбленим хобі. Фізичне та соціальне середовище може впливати на здоров'я літніх осіб безпосередньо або через бар'єри чи стимули, які впливають на можливості, рішення та здорову поведінку. Важливо переосмислити вихід на пенсію шляхом активізації зусиль на розкриття механізмів поведінкових патернів пластичності старіння та оптимізації пенсійного періоду. На думку дослідниці Staudinger U. старіння є результатом постійної взаємодії між біологічними, соціокультурними та поведінковими стратегіями. Авторка це називає позитивною поведінковою пластичністю [19].

Зміна поглядів людей на старіння вимагає розробки нового наративу про старіння, де люди пенсійного віку не асоціюються як тягар для суспільства, а сприймаються як активні діячі, які роблять свій внесок. Таким чином, більш тривале життя та активне залучення людей похилого віку до вирішення нагальних суспільних проблем може стати справжнім «дивідендом від довголіття» не тільки для окремих людей, але й для суспільства в цілому [20].

Успішні світові кейси для підвищення інклюзії літніх людей. Пандемія різко посилила вразливість людей літнього віку, адже саме вони виявилися найбільш схильними до медичних ризиків. Окрім того, впроваджені заходи дистанціювання призвели до поглиблення проблеми доступу до медичних і соціальних послуг та до посилення соціальної ізоляції. Особливо вразливою в цьому контексті є самотні літні жінки, адже для них істотно зростає ймовірність потрапляння у стан бідності та соціального відторгнення.

Згідно з шкалою оцінки соціальних змін (так звана шкала стресу) [21], вихід на пенсію належить до 10 найбільш стресових подій життя людини. Однією з найпоширеніших проблем з якою стикаються літні люди, є соціальна ізоляція. Опитування, проведене дослідницьким центром Pew Research Center [22], показало, що лише 19% дорослих у віці старше 75 років вірять, що їхнє життя покращиться протягом наступного року. Це говорить про певну зневіру щодо свого майбутнього серед літніх. Тому створення мереж підтримки благополуччя для літніх людей є життєво важливим аспектом для їх життя, як через організації, так і в громадах або сім'ях. Концепція ВООЗ «age-friendly cities» (міста дружні до віку) популяризує створення середовища, яке сприяє здоровому та активному старінню, коли громадський простір адаптується під старших мешканців [23].

Соціальна комунікація. Для літніх людей вкрай важливо мати мережу соціальних контактів аби була можливість регулярної комунікації з людьми.

Послуги «Face-to-face befriending». Досвід так званих «послуг дружби» успішно працює, наприклад у Великобританії. Суть послуги полягає у залученні друзів-волонтерів для забезпечення комунікації для літньої особи. Можливі декілька форматів дружби: відвідування літньої людини вдома для комунікації та формат супроводу на культурні заходи. У деяких випадках волонтер може час від часу супроводжувати літню людину на прийом до лікарні чи лікаря.

Телефонна дружба. Ще один формат комунікації для літніх людей, який успішно функціонує – це безкоштовні послуги дружби по телефону, створена з метою спілкування з кимось

не виходячи з дому. Існує два варіанти послуги: звичайна телефонна служба дружби (передбачає комунікацію з особами, яким виповнилося 60 років, для щотижневого спілкування) та формат цілодобової служби гарячої лінії (на яку літні люди можуть телефонувати для спілкування вдень або вночі). Для участі в програмі необхідно зареєструватись на сайті (є можливість зареєструвати літню людину третій особі). Далі комп'ютер автоматично з'єднає абонента із телефонним другом, тому не потрібно буде давати особистий номер телефону. Вимоги для залучення до послуг телефонної дружби: вік старше 60 років, наявність стаціонарного чи мобільного телефона, можливість слухати та бути зрозумілим по телефону, зобов'язання телефонувати у визначений час щотижня.

Мрійливе сусідство (Dreamlike Neighbourhood [24]) – локальні несімейні мережі у мікрорайонах проживання, які складаються з сусідів та друзів, створені для пенсіонерів, переважно для осіб без родичів або з родичами, які живуть далеко. Такі мережі забезпечують регулярну комунікацію і сприяють почуттю приналежності до групи, дають можливість людям літнього віку підтримувати один одного у вирішенні повсякденних викликів, у залученні до активного/пасивного дозвілля, тощо.

Дуже цікавий кейс залучення пенсіонерів до активного життя є партисипативний відео-голосовий проект [25], мета якого полягає в створенні літніми людьми партисипативних відео, які б сприяли обговоренню проблем, з якими стикаються пенсіонери. Тобто, невеликі групи людей старшого віку у своїх місцевих громадах навчаються створювати відео, в яких розповідають свої історії, озвучують проблеми, обговорюють їх з іншими і піднімають ключові важливі для них питання, пов'язані з повсякденними проблемами, мобільністю, залученістю, здоровим старінням, тощо. Цей проект спрямований на те, щоб голоси літніх людей були почуті та привертати увагу громадськості до проблем літніх людей в рамках Десятиліття здорового старіння ООН.

Цифрова інклюзія. Пенсіонери залишаються категорією населення, яка відносно повільно адаптується до нових технологій. Внаслідок цього створюється цифровий розрив між поколіннями в контексті їх доступу та використання сучасних інформаційно-комунікаційних технологій (мобільні телефони, комп'ютери/ноутбуки, планшети, інші девайси, Інтернет послуги, тощо). Хоча використання Інтернету серед літніх людей зростає, ця група все ще порівняно рідко користується Інтернетом [26]. Реалізація різноманітних проектів цифрової інклюзії (індивідуальна підтримка, послуги в класі, сеанси інформування громади, впровадження міжпоколінних проектів,

тощо) значно підвищують цифрові навички літніх осіб. Одним з варіантів цифрової інклюзії є використання пристроїв цифрової реальності, які імітують зір, слух, дотик, нюх, і які можуть виступати унікальним досвідом для літніх людей.

Цифрова інклюзія також дуже важлива у забезпеченні або спрощенні щоденних обов'язків літніх. Наприклад, можливість зробити інтернет покупки чи керувати своїми фінансами через онлайн-банкінг. Згідно з даними Eurostat у 2024 році 32.5 % населення ЄС-27 у віці 65–74 років зробили принаймні одну онлайн-покупку для приватних цілей [27] (порівняно з 72% людей у віці 16–74 років). Але, наприклад, в Данії половина пенсіонерів віком 65–74 роки за останній рік здійснили хоча б одну покупку в інтернеті. На жаль, в Україні серед людей старшого вік здійснення інтернет покупок не є поширеною практикою, особливо це стосується мешканців сільських населених пунктів.

Мобільність є важливим способом підтримувати звичний рівень соціальної активності. Для багатьох літніх людей, які не керують автомобілем, проїзд на громадському транспорті є єдиним варіантом пересування. Доступ до медичних послуг, соціальних та культурних заходів безпосередньо залежить від транспортної інфраструктури, що, у свою чергу, впливає на рівень їхнього фізичного та психосоціального благополуччя. Але для тих, хто живе в сільській місцевості або не має місцевого автобусного сполучення рівень мобільності значно знижується, адже наявність доступного транспорту є ключовим чинником підвищення якості життя літніх осіб. Можливі шляхи підвищення мобільності пенсіонерів:

- *Door-to-door transport* (транспортування літніх людей від дверей до дверей). Доступні два формати: послуги мікроавтобусів для інвалідів та схема «дружби», де друг є супутником для літньої людини. Даною послугою можна скористатися для відвідування лікаря, для походу в магазин, для відвідування партнера в лікарні або в будинку для престарілих [28].

- Організація муніципалітетами культурних заходів для літніх (наприклад обідній клуб або денний центр) із організованим транспортом туди і назад.

Пізнє волонтерство (senior volunteering). В умовах старіння суспільства, пенсіонери дедалі частіше розглядаються як потенційний, але недостатньо залучений ресурс для волонтерської діяльності. Волонтерський потенціал старших осіб є ефективним способом досягнення здорового та активного старіння. Одним із варіантів волонтерства для літніх осіб є екологічний активізм [29]. Максимізація залучення літніх людей до громадянського екологізму є новою тенденцією

останніх років. Літні люди в усьому світі найбільше схильні до ризику наслідків зміни клімату через зниження їх адаптивних можливостей до перепадів температур. Також вони мають значно вищий ризик смертності під час екстремальних погодних явищ, ймовірність яких збільшується зі зміною клімату. Люди літнього віку відчують потребу в генеративності, тобто в діяльності, яка зосереджена на покращенні світу та залишенні спадщини для майбутніх поколінь [30].

Освіта більше не обмежується єдиною, конкретною фазою життя в молодому віці. Освіта протягом усього життя дозволяє людям вести більш активне та повноцінне життя. В сучасному світі все більше літніх осіб відвідують курси освіти для дорослих або навчаються у навчальних закладах. Одним з форматів освітніх занять для літніх осіб є університети третього віку – загальнонаціональна мережа навчальних груп, спрямована на заохочення літніх людей ділитися своїми знаннями, навичками та інтересами в дружньому середовищі. Специфіка університетів полягає у максимальній доступності – заняття можуть проводитися в різних локаціях (в громадському центрі, в бібліотеці, чи у когось вдома). В Україні успішно функціонують Університети третього віку, але проблемою є локалізація даних університетів, вони переважно зосереджені в містах, а жителі навколишніх сіл мають проблеми з доступом до них.

Заняття спортом чи фізичною активністю у літньому віці має не тільки позитивний вплив на здоров'я, але виступає також як засіб соціальної комунікації та соціальної інклюзії. В середньому по країнах ЄС [31] 9.5% осіб віком 65–74 роки витрачають від 60 до 180 хв на тиждень на фізичну активність поза роботою¹. Ще одним з варіантів фізичної активності для осіб літнього віку є туризм, орієнтований на дану категорію населення. На відміну від працюючого населення, пенсіонери не обмежені з точки зору можливості взяти відпустку, вони мають гнучкість у виборі відпустки незалежно від специфіки працевлаштування чи сімейних обставин.

Участь у культурних заходах. Участь у культурних чи спортивних заходах може підвищити якість життя людини, але варто зазначити, що в міру дорослішання населення участь у культурних та/або спортивних заходах має тенденцію до зниження. Це підтверджують дані опитування EU-Silc [32], згідно з яким частка населення, які беруть участь в культурних/спортивних заходах хоча б раз на рік, знижується для осіб старших 65 років, навіть порівняно з віковою групою 50–64 роки. Така закономірність зниження рівня участі в культурних/спортивних заходах серед

¹ Стосується лише тих видів діяльності, які: викликають хоча б невелике почастішання дихання або частоти серцевих скорочень (іншими словами, хоча б помірно вимагають фізичних навантажень); виконуються не менше 10 хвилин безперервно

літніх справджувалась в усіх країнах ЄС, окрім Нідерландів. Причинами низької залученості осіб пенсійного віку до відвідування культурних заходів є наступні: слабе здоров'я, відсутність транспорту, низький рівень доходів, проживання далеко від міських центрів (де відбувається більшість подій), відсутність мережі соціальних контактів для участі разом, відсутність інтересу.

Пріоритетні кроки для максимізації ефективності соціальної політики, спрямованої на потреби літніх осіб:

1. Адаптація суспільства до перманентного старіння світу. Визнання неминучості старіння населення та необхідність адекватно підготувати всіх зацікавлених сторін (уряди, громадянське суспільство, приватний сектор, громади та сім'ї) до зміни реальності, яка проявлятиметься у зростанні кількості літніх людей.

2. Нова культура старіння, яка ґрунтується на зміні сприйняття старших людей, від пасивних реципієнтів до активних членів суспільства. Заходи, які кидають виклик ейджизму (сприяння інтеграції на ринок праці поточних поколінь літніх людей через формати гнучкої зайнятості, довічного навчання та перекваліфікації). Що стосується майбутніх поколінь літніх людей, то найкращими інвестиціями для покращення життя в старості є вплив вже зараз на зміну ціннісних орієнтацій та поведінкових стратегій (шляхом популяризації здорових звичок, забезпечення можливостей освіти, працевлаштування, доступу

до медичних послуг та підвищення охоплення соціального страхування).

3. Ефективний соціальний захист літніх осіб. Всі літні люди мають з високим рівнем доступності до медичних та соціальних послуг. Важливими є заходи щодо запобігання тотального збідніння у літньому віці і сприяння більш здоровому старінню.

Висновки. Зважаючи на те, що в Україні швидко не можна покращити економічне становище пенсіонерів, варто сконцентрувати увагу на соціальній інклюзії літніх осіб і тим самим підвищити якість їх життя. Саме тому вкрай важливо впровадження ефективних програм підтримки пенсіонерів.

Соціальна залученість дає можливість пенсіонерам залишатися активними через мережу соціальних взаємодій. Отже, основні заходи, спрямовані на підвищення соціальної інклюзії пенсіонерів :

- створення міст та громад, дружніх до пенсіонерів через доступність мережі послуг для літніх (охорона здоров'я, соціальний захист, транспорт, житло, працевлаштування);
- функціонування соціальних інститутів, які лобіюватимуть інтереси літніх осіб (адаптована адвокація щодо здорового старіння, запобігання вікової дискримінації);
- забезпечення та дотримання стандартів доступу до інформації та комунікаційних технологій та допоміжних технологій (eHealth, онлайн банкінг, сприяння дозвіллю тощо).

Список використаних джерел:

1. Ageing and health (2022) *World health organization* URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
2. Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge (2012) *UNFPA* URL: <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Ageing%20report.pdf>
3. Global AgeWatch Index 2015 Insight report *HelpAge International* URL: <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2015/09/helpage-indice-global-envejecimiento-2015.pdf>
4. Scharf T, Keating N. (2012) From exclusion to inclusion in old age: a global challenge. URL: <https://www.jstor.org/stable/j.ctt9qgnhj>
5. Börsch-Supan A., Kneip Th., Litwin H., Myck M., Weber G. (2015) Ageing in Europe – Supporting Policies for an Inclusive Society URL: <https://www.degruyterbrill.com/document/doi/10.1515/9783110444414/html>
6. Warburton J, Ng SH, Shardlow SM. (2013) Social inclusion in an ageing world: introduction to the special issue. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0144686X12000980>
7. Sen K., Prybutok V., Prybutok G. (2020) Determinants of social inclusion and their effect on the wellbeing of older adults *Innovation in Aging, Volume 4, p. 319* DOI: <https://doi.org/10.1093/geroni/igaa057.1021>
8. Nyqvist, Fr. Nygård, M., Näsman, M., Häkkinen, E. (2021) Exclusion from civic engagement of a diverse older population: features, experiences, and policy implications. URL: <https://research.abo.fi/en/projects/exclusion-from-civic-engagement-of-a-diverse-older-population-fea>
9. Life expectancy at birth – region / global. URL: <https://data.who.int/countries/804>
10. World population prospects: the 2015 revision: key findings and advance tables. URL: <https://digitallibrary.un.org/record/3921803?v=pdf>
11. Інформація щодо розподілу чисельності пенсіонерів за способами виплати пенсій. *Пенсійний фонд України*. URL: <https://www.pfu.gov.ua/2173261-informatsiya-shhodo-rozpodilu-chyselnosti-pensioneriv-za-sposobamy-vyplaty-pensij-stanom-na-1-lupnya-2025-roku/>
12. Джуган Р.І. (2020) Концептуалізація поняття «успішне старіння» у соціогуманітарних науках та соціології *Вісник Львівського університету. Серія соціологічна. № 14*. URL: <http://publications.lnu.edu.ua/bulletins/index.php/sociology/article/view/11285/11598>
13. UN Decade of Healthy Ageing 2021–2030 *World health organization*. URL: <https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing>

14. Ageism is a global challenge: UN (2021) *World health organization*. URL: <https://www.who.int/news/item/18-03-2021-ageism-is-a-global-challenge-un>
15. Diehl, M., Smyer, M. A., & Mehrotra, C. M. (2020). Optimizing aging: A call for a new narrative. *American Psychologist*, no. 75(4), pp. 577–589. DOI: <https://doi.org/10.1037/amp0000598>
16. Healthy life years by sex *Eurostat*. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/HLTH_HLYE__custom_3490724/default/table?lang=en
17. Officer A, Thiyagarajan JA, Schneiders ML, Nash P, Fuente-Núñez V. (2020) Ageism, healthy life expectancy and population ageing: how are they related?. *Public Health, Volume 17* (issue 9). DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17093159>
18. Life expectancy at birth. URL: <https://data.who.int/countries/804>
19. Staudinge U.M. The Positive Plasticity of Adult Development: Potential for the 21st Century (2020) *American Psychologist*. DOI: <https://doi.org/10.1037/amp0000612>
20. Diehl, M., Smyer, M. A., Mehrotra, C. M. (2020). Optimizing aging: A call for a new narrative. *American Psychologist*, no. 75(4), p. 577–589. DOI: <https://doi.org/10.1037/amp0000598>
21. Holmes TH, Rahe RH (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *J Psychosom Res*, no. 11 (2). pp. 213–218 DOI: [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
22. Views on End-of-Life Medical Treatments (2013) *Pew research centre*. URL: <https://www.pewresearch.org/religion/2013/11/21/views-on-end-of-life-medical-treatments/>
23. National programmes for age-friendly cities and communities: a guide (2023). URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240068698>
24. Dreamlike Neighbourhood (2020) *N Decade of Healthy Ageing*. URL: <https://www.decadeofhealthyageing.org/about/about-us/what-is-the-decade>
25. Participatory Video VOICE Project (2020) *UN Decade of Healthy Ageing*. URL: <https://www.decadeofhealthyageing.org/find-knowledge/innovation/implementation-projects/detail/participatory-video-voice-project>
26. Individuals – internet activities *Eurostat*. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ISOC_CI_AC_I__custom_3471522/default/table?lang=en
27. Internet purchases by individuals (2024) *Eurostat*. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/isoc_ec_ib20__custom_17858858/default/table
28. Elderly Door-to-Door Transport (2025). URL: <https://surl.lu/ifnscm>
29. Pillemer K. A., Nolte J., Tillema Cope M. (2022) Promoting Climate Change Activism Among Older People *Generations*. URL: <https://generations.asaging.org/promoting-climate-change-activism-older-people>
30. Chen, P. W., et al. (2022). Productive Aging by Environmental Volunteerism: A Systematic Review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, no. 98, Pages 1591–1608. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34741895/>
31. Persons performing physical activity outside working time by duration in a typical week *Eurostat*. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc_hch07/default/table?lang=en
32. Participation in any cultural or sport activities in the last 12 months by sex, age and educational attainment level *Eurostat*. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ILC_SCP01__custom_3465683/default/table?lang=en

References:

1. Ageing and health (2022) *World health organization*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
2. Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge (2012) *UNFPA*. Available at: <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Ageing%20report.pdf>
3. Global AgeWatch Index 2015 Insight report *HelpAge International*. Available at: <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2015/09/helpage-indice-global-envejecimiento-2015.pdf>
4. Scharf T, Keating N. (2012) From exclusion to inclusion in old age: a global challenge. Available at: <https://www.jstor.org/stable/j.ctt9qgnhj>
5. Börsch-Supan A., Kneip Th., Litwin H., Myck M., Weber G. (2015) Ageing in Europe – Supporting Policies for an Inclusive Society. Available at: <https://www.degruyterbrill.com/document/doi/10.1515/9783110444414/html>
6. Warburton J, Ng SH, Shardlow SM. (2013) Social inclusion in an ageing world: introduction to the special issue. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0144686X12000980>
7. Sen K., Prybutok V., Prybutok G. (2020) Determinants of social inclusion and their effect on the wellbeing of older adults *Innovation in Aging. Volume 4, P.319*, DOI: <https://doi.org/10.1093/geroni/igaa057.1021>
8. Nyqvist, Fr. Nygård, M., Näsman, M., Häkkinen, E. (2021) Exclusion from civic engagement of a diverse older population: features, experiences, and policy implications.. Available at: <https://research.abo.fi/en/projects/exclusion-from-civic-engagement-of-a-diverse-older-population-fea>
9. Life expectancy at birth – region / global. Available at: <https://data.who.int/countries/804>
10. World population prospects: the 2015 revision: key findings and advance tables. Available at: <https://digitallibrary.un.org/record/3921803?v=pdf>
11. Informatsiia shchodo rozpodilu chyselnosti pensioneriv za sposobamy vyplaty pensii. [Information on the distribution of the number of pensioners by methods of pension payment] *Pensiinyi fond Ukrainy*. Available at: <https://www.pfu.gov.ua/2173261-informatsiya-shhodo-rozpodilu-chyselnosti-pensioneriv-za-sposobamy-vyplaty-pensij-stanom-na-1-lypnya-2025-roku/> (in Ukrainian)

12. Dzhuhan R. I. (2020) Kontseptualizatsiia poniattia “uspishne starinnia” u sotsiohumanitarnykh naukakh ta sotsiologii [Conceptualization of the concept of “successful aging” in social sciences, humanities and sociology] *Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii sotsiologichna*, no. 14. Available at: <http://publications.lnu.edu.ua/bulletins/index.php/sociology/article/view/11285/11598> (in Ukrainian)
13. UN Decade of Healthy Ageing 2021–2030 *World health organization*. Available at: <https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing>
14. Ageism is a global challenge: UN (2021) *World health organization*. Available at: <https://www.who.int/news/item/18-03-2021-ageism-is-a-global-challenge-un>
15. Diehl, M., Smyer, M. A., & Mehrotra, C. M. (2020). Optimizing aging: A call for a new narrative. *American Psychologist*, no. 75(4), pp. 577–589. DOI: <https://doi.org/10.1037/amp0000598>
16. Healthy life years by sex *Eurostat*. Available at: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/HLTH_HLYE__custom_3490724/default/table?lang=en
17. Officer A, Thiagarajan JA, Schneiders ML, Nash P, de la Fuente-Núñez V. (2020) Ageism, healthy life expectancy and population ageing: how are they related?. *Public Health*, no. 17(9). DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17093159>
18. Life expectancy at birth. Available at: <https://data.who.int/countries/804>
19. Staudinge U.M. The Positive Plasticity of Adult Development: Potential for the 21st Century (2020) *American Psychologist* DOI: <https://doi.org/10.1037/amp0000612>
20. Diehl, M., Smyer, M. A., Mehrotra, C. M. (2020). Optimizing aging: A call for a new narrative. *American Psychologist*, no. 75(4), pp. 577–589. DOI: [10.1037/amp0000598](https://doi.org/10.1037/amp0000598)
21. Holmes TH, Rahe RH (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *J Psychosom Res*, no. 11 (2). pp. 213–218. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6059863/>
22. Views on End-of-Life Medical Treatments (2013) *Pew research centre*. Available at: <https://www.pewresearch.org/religion/2013/11/21/views-on-end-of-life-medical-treatments/>
23. National programmes for age-friendly cities and communities: a guide (2023). Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240068698>
24. Dreamlike Neighbourhood (2020) *N Decade of Healthy Ageing*. Available at: <https://www.decadeofhealthyageing.org/about/about-us/what-is-the-decade>
25. Participatory Video VOICE Project (2020) *UN Decade of Healthy Ageing*. Available at: <https://www.decadeofhealthyageing.org/find-knowledge/innovation/implementation-projects/detail/participatory-video-voice-project>
26. Individuals – internet activities *Eurostat*. Available at: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ISOC_CI_AC_I__custom_3471522/default/table?lang=en
27. Internet purchases by individuals (2024) *Eurostat*. Available at: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/isoc_ec_ib20__custom_17858858/default/table
28. Elderly Door-to-Door Transport (2025). Available at: <https://surl.lu/ifnscm>
29. K. A. Pillemer, J. Nolte, M. Tillema Cope (2022) Promoting Climate Change Activism Among Older People *Generations*. Available at: <https://generations.asaging.org/promoting-climate-change-activism-older-people>
30. Chen, P. W., et al. (2022). Productive Aging by Environmental Volunteerism: A Systematic Review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, no. 98, pp. 1591–1608. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.archger.2021.104563>
31. Persons performing physical activity outside working time by duration in a typical week *Eurostat*. Available at: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc_hch07/default/table?lang=en
32. Participation in any cultural or sport activities in the last 12 months by sex, age and educational attainment level *Eurostat*. Available at: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ILC_SCP01__custom_3465683/default/table?lang=en

Стаття надійшла до редакції 08.09.2025