

## ГЕРОНТООСВІТА ЯК СТАЛИЙ НАПРЯМ ПРОТИДІЇ ЕЙДЖИЗМУ

**Суровцева Ірина Юріївна**, доцент кафедри соціології та соціальної роботи, ДВНЗ «Приазовський державний технічний університет» (м. Дніпро)

**ORCID:** 0000-0002-7909-0103

**Ніколенко Наталія Євгеніївна**, здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти, ДВНЗ «Приазовський державний технічний університет» (м. Дніпро)

*Стаття присвячена висвітленню феномену освіти осіб похилого віку в Україні та закордоном. Здорові та освічені літні люди є ресурсом для своїх сімей, громад та економіки. Констатується, що навчання протягом життя – корисна навичка для успішної адаптації в нових умовах невизначеності та вимушеного переселення. Розглянуті етапи та концептуальні засади освіти людей третього віку. Починаючи з 70-х рр. ХХ ст. учбові заклади для осіб похилого віку набули класифікації за різними критеріями, концепціями навчання, змістом освіти, функціями, ступенем інституалізації. Розвивається освіта за моделлю «рівний-рівному», геронтологічний туризм, міжпоколінське наставництво. Акцентована увага на психологічних аспектах геронтологічної освіти, оскільки зниження інтелектуальної активності можна попередити завдяки цілеспрямованому навчанню. Позитивні результати геронтоосвіти розвінчують стереотипи щодо віку, упереджені негативні судження про усіх старших людей. Виявлена недосконала система підготовки геронтологічних педагогів в Україні. Для реалізації завдань геронтоосвіти в умовах освітнього простору Інтернет, людям пізнього віку потрібна допомога фахівців-герагогів, готувати яких доречно в сучасних педагогічних освітніх закладах. Зроблено висновок, що освіта дорослих – перспективний міждисциплінарний напрям соціальних та поведінкових досліджень у глобальному старіючому світі. Протидія освітній інерції осіб похилого віку можлива завдяки популяризації сучасних освітніх технологій в Університетах третього віку, через волонтерські проекти.*

**Ключові слова:** геронтологічна освіта, особи похилого віку, навчання протягом життя, університети третього віку, ейджизм, герагогіка.

**Surovtseva I., Nikolenko N. Educational gerontology as a sustainable direction of against ageism.**

*The article is devoted to highlighting the phenomenon of elderly education in Ukraine and abroad. Healthy and educated older people are a resource for their families, communities, and economies. It is stated that lifelong learning is a useful skill for successful adaptation in the new conditions of uncertainty and forced displacement. The stages and conceptual foundations of the education of people of the third age are considered. Since the 70s of the twentieth century, educational institutions for the elderly have been classified according to various criteria, concepts of education, content of education, functions, and degree of institutionalization. Peer-to-peer education, gerontological tourism, and intergenerational mentoring are developing. Attention is focused on the psychological aspects of gerontological education, as the decline in intellectual activity can be prevented through targeted training. The positive results of gerontological education debunk stereotypes about age and preconceived negative judgments about all older people. The article reveals an imperfect system of training gerontological teachers in Ukraine. In order to realize the tasks of gerontological education in the conditions of the educational space of the Internet, older people need the help of gerontological specialists, who should be trained in*

*modern pedagogical educational institutions. It is concluded that adult education is a promising interdisciplinary area of social and behavioral research in the global aging world. Counteracting the educational inertia of the elderly is possible through the popularization of modern educational technologies in the universities of the third age, through volunteer projects.*

**Keywords:** gerontological education, older people, lifelong learning, third age universities, ageism, geragogy.

**Постановка проблеми.** Старіння населення – глобальна соціально-демографічна проблема, яка поряд з урбанізацією стала кульмінацією та головними викликами успішного розвитку людини протягом минулого століття. У 2050 р. частка осіб похилого віку в міських громадах країн глобального Півдня збільшиться до 908 мільйонів. На той час люди похилого віку становитимуть четверту частину всього міського населення. Таке пролонговане життя – це результат критичного досягнення в галузі охорони здоров'я та соціальної політики. Як зазначається в багатьох міжнародних документах, здорові та освічені літні люди є ресурсом для своїх сімей, громад та економіки.

В українських реаліях не створено належних передумов для ефективної участі старших поколінь у суспільному житті, використанні їх потенціалу. З-поміж причин такого явища слід назвати недостатню освітньо-професійну мобільність («освітню інерцію») старших громадян, низький рівень зацікавленості соціальних інституцій, недостатність традицій самоосвітньої діяльності. Як слушно зауважує Л.Лук'янова, усе це поєднується з консервативною структурою зайнятості та негнучкістю ринку праці, існуванням у суспільній свідомості стереотипних уявлень про старіння населення як виключно негативного процесу [1]. Зокрема існує стереотип невинуватої негативної установки щодо віку, упереджені негативні судження про усіх старших людей.

Питання антиейджизму та безбар'єрності з початком повномасштабного вторгнення Росії в Україну звучить все голосніше і продовжує набувати ваги. Адже здатність навчатися протягом життя – корисна навичка для успішної адаптації в нових умовах невизначеності та вимушеного переселення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Коло проблем, пов'язаних зі старінням населення є предметом вивчення безлічі фахівців як у нашій країні, так і за кордоном. Ця область сучасного наукового знання є достатньо дослідженою в медицині, демографії, соціології, психології. Однак проблеми сучасної освіти та геррагогії все ще знаходяться в активній розробці. У роботах М. Бідного, М. Долішнього, Е. Лібанової, а інших фахівців розглядаються певні зрізи означеної проблеми, зокрема демографічне старіння. У роботах Н. Шахматової, М. Олександрової, розглядаються психологічні аспекти проблеми

геронтопсихології. Питання геррагоіки як частини андрагоіки (галузі науково-гуманітарної сфери знань, що охоплює теоретичні і практичні проблеми освіти, навчання і виховання дорослих) розглянуті в роботах В. Зелінської, Л. Лук'янової, Н. Чаграк. Науковці Польщі та України проявляють велику зацікавленість темою міжпоколінської взаємодії у старіючому суспільстві [2], [3]. Видається науковий журнал Educational Gerontology [4].

**Мета дослідження** – виявити потенціал освітньої політики щодо осіб третього віку для подолання проявів ейджизму у сучасному суспільстві.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У науковому дискурсі геронтоосвіта розглядається як соціальний феномен та форма соціокультурної самореалізації особистості людей третього віку, як складова неперервної освіти, освіти впродовж життя [5]. Закордонний досвід свідчить, що в 1980-х рр. ХХ ст. було проведено різницю між «освітньою геронтологією» (educational gerontology), яка зосереджується на процесах освіти літніх людей, і «геронтологічною освітою» (gerontological education) як підготовкою студентів і професіоналів для спеціалізованої кар'єри в дослідженнях старіння. Намагаючись підготуватися до вимог зростаючої кількості людей похилого віку, закордонні науковці вказують на важливість геронтологічної просвіти в середовищі навіть школярів для розуміння впливу процесу старіння на їх життя, їхні сім'ї та суспільство в цілому. Таке раннє розповсюдження геронтологічних знань має потенціал для перелому негативних стереотипів і підвищення інтересу до геронтології.

Н. Чаграк констатує, що основними концептуальними засадами формування феномена освіти людей третього віку можна вважати, по-перше, положення психологічних теорій старіння, по-друге, положення соціальної теорії активності [6].

Мета геронтоосвіти – педагогічно-виховний вплив на особистість при підготовці її до старіння, виявлення життєстійкості для розвитку та саморозвитку, ресоціалізації, інтеграції до суспільного життя для активної, продуктивної компетентної старості в інтересах особистості, суспільства, держави [7]. Освіта осіб похилого віку висуває ще одне питання, що наближається до ейджистських стереотипів: збереження інтелектуальних можливостей індивіда в період пізнього віку. Психологи доводять, що на всіх етапах геронтогенезу, включаючи пізній, зберігається високий рівень пізнавального компонента психологічної готовності до навчання. На жаль, в Україні основною проблемою є не стільки обмеження, пов'язані з процесами старіння, скільки відсутність реальних можливостей соціальної реалізації свого інтелектуального потенціалу особами похилого віку [8].

Освіта літніх людей як самостійна система починає активно формуватися в 70-і роки ХХ століття в Європі та США. Учбові заклади для осіб похилого віку з часом набули

класифікації за різними критеріями та концепціями навчання, змістом освіти, функціями, ступенем інституалізації. Найбільш відомими та популярним освітніми програмами для осіб третього віку в США є Інститути навчання на пенсії (Learning in Retirement Institutes, LRI), Інститути освіти упродовж життя (Lifelong Learning Institute, LLI), Інститути освіти упродовж життя фундації Бернарда Ошера (Osher Lifelong Learning Institute, OLLI), Центри для літніх студентів при коледжах, Коледжі для людей похилого віку, Академії для людей похилого віку, Центри Шеферда та ін. Більшість Інститутів навчання на пенсії є членами мережі Road Scholar / Elderhostel, що спеціалізується в організації освітніх туристичних програм (презентуються як «навчальні пригоди»). Road Scholar як некомерційна організація виникла в 1975 р., пропонуючи людям похилого віку некредитні класи та житло в гуртожитках (кампусах) у Новій Англії (подібно до «літніх шкіл для пенсіонерів»). Згодом організація навіть стала надавати стипендії завдяки донаторам [9].

Цікавий проект реалізує Гарвардський інститут навчання пенсіонерів на базі концепції «рівний рівному»: професіонали на пенсії (експерти в галузі права, медицини, соціальної роботи, економіки тощо) навчають саме таку вікову категорію громадян, сприяючи просуванню моделі навчання протягом життя, яка стимулює активну інтелектуальну участь та волонтерські зусилля [10].

У європейських країнах найбільш поширеними закладами для освіти літніх людей є університети третього віку (University of Third Age / U3A), в т. ч. й вечірні народні університети. Фахівці виділяють певні моделі університетів третього віку: «французьку»,

«британську» і «китайську», в залежності від організації навчального процесу та джерел фінансування [11].

Практичний інтерес становить експериментальний проект словенського університету третього віку, який передбачає об'єднання різновікових учасників із різноманітних навчальних закладів для дорослих, спільне навчання представників декількох поколінь, у т. ч. і старших дорослих [12].

В Україні за підрахунками Міністерства соціальної політики функціонує біля 200 Університетів третього віку. Їх діяльність розгортається при відділеннях денного перебування або відділеннях соціально-побутової адаптації ТЦСО.

Досі нерозробленим в Україні є концепція управління віком на робочому місці (складовою якої є навчання/перекваліфікація на робочому місці). Протягом 2017–2022 рр. країни ЄЕК підходили до вирішення проблеми тривалості трудового життя з двох боків. Значна увага приділялась заходам щодо зниження безробіття серед літніх людей, розвитку

їхніх професійних навичок/перенавчання, а також заохочення управління віком на робочому місці й створення сприятливих умов праці. У багатьох країнах літні шукачі роботи були виокремлені в самостійну цільову групу в рамках політики зайнятості та перекваліфікації в посттрудоий період [13]. Основними практиками управління віком на робочому місці є зміцнення здоров'я; вихід із роботи та перехід на пенсію; передача знань, навчання новим технологіям; розвиток кар'єри; практика гнучкого робочого часу; управління охороною праці [14]. Вважається, що робоча сила з балансом молодості та зрілості (а також різноманітністю інших характеристик, таких як стать та етнічна приналежність) найкраще реагує на обставини, що швидко змінюються і пов'язані з глобалізацією [15].

Отже, в Україні освіта людей третього віку набуває нині дедалі більшої уваги, проте її інституалізації й розвитку заважає сукупність певних чинників, одним з яких є відсутність системи підготовки менеджерів, андрагогів, герагогів та інших фахівців для геронтоосвіти.

Одним з напрямків геронтоосвіти є підготовка та навчання геронтологічних кадрів для потреб геронтологічних центрів і будинків-інтернатів, хоспісів, денних відділень центрів соціального обслуговування, геронтологічних відділень в стаціонарних лікарнях тощо. Багатьом учасникам освітніх програм необхідна допомога і орієнтація в освітніх пропозиціях, які надаються організаціями та установами, з урахуванням особливостей літніх людей. І тут на допомогу приходять герагог, фахівець, що працює в сфері освіти представників старших віків. Герагогами можуть бути як молоді, так і самі літні, які

здобули освіту за різними спеціальностями (соціальний працівник, геріатр, педагог тощо) та пройшли додаткову підготовку.

Сферою діяльності герагогів можуть стати: освітні заходи для різних груп літніх людей, в тому числі з підготовки до виходу на пенсію; робота в геріатричних, геронтопсихіатричних закладах, геронтологічних реабілітаційних центрах, санаторіях, будинках ветеранів; організація соціального обслуговування та дозвілля літніх осіб; оздоровчі, спортивні установи, бібліотеки, музеї; спеціалізовані біржі для працевлаштування, центри підвищення кваліфікації; добровольча діяльність в громадських організаціях, що працюють з літніми людьми і в інтересах літніх людей; ЗМІ, рекламні агентства і служби, Інтернет-центри, що забезпечують і поширюють інформацію і відомості для літніх людей; підтримка близьких родичів; розробка геронтополітики місцевого, регіонального, національного рівнів.

Педагоги, які цікавляться та мають досвід геронтології та геріатрії, мають важливе значення для розробки та підтримки навчальних програм, необхідних для підготовки кадрів

геріатричної допомоги. На жаль, професійна підготовка андрагогів, геррагогів в Україні не здійснюється, не розроблено відповідної кваліфікаційної характеристики і як професійну назву робіт не внесено до Класифікатора професій.

Отже, для реалізації завдань геронтоосвіти в умовах освітнього простору Інтернет, людям пізнього віку потрібна допомога фахівців-геррагогів, готувати яких доречно в сучасних педагогічних освітніх закладах (що тягне пристосування системи освіти до змін економічних, соціальних та демографічних умов).

Важливо зазначити, що поширенню геронтоосвіти зазвичай сприяють громади (групи самоорганізації літніх осіб, допомоги та взаємодопомоги, громадські та релігійні організації, волонтерські об'єднання). Так, наприклад, благодійний фонд «Життєлюб» (м. Київ) виступив організатором «Тижня дорослого стажера» - тижневого стажування, яке надає компанія-партнер, для набуття практичного досвіду та освоєння нової професії [16].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Демографічні виклики поч. ХХІ ст. актуалізують важливість геронтоосвіти - надання можливості людям похилого віку розширити спектр своїх знань і навичок. Зниження інтелектуальної активності можна попередити завдяки цілеспрямованому навчанню і праці. Зворотність зниження рівня когнітивних здібностей і наявність значного інтелектуального потенціалу людини в період геронтогенезу розвіює багато ейджистських упереджень. Але розвиток індивідуальних здібностей і креативного потенціалу старіючої людини може бути вирішено в тому випадку, коли ці здібності та потенціал будуть активно затребувані соціумом. Тоді геронтоосвіта як ефективний компонент non-stop освіти упродовж усього життя людини стане перспективним напрямом антиейджистської політики. Перспективу подальших досліджень автори бачать в активізації соціологічних досліджень щодо задоволення освітніх потреб різних вікових груп населення, популяризації закордонних здобутків в освіті студентів третього та четвертого віку.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Лук'янова Л. Концепція діяльності Університетів третього віку. Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. Київ: Вид-во ТОВ «Юрка Любченка», 2021. 70 с. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/730357/1/koncepciy%D0%B0\\_%D0%B5-%D0%B2%D1%96%D1%80%D1%81%D1%96%D1%8F.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/730357/1/koncepciy%D0%B0_%D0%B5-%D0%B2%D1%96%D1%80%D1%81%D1%96%D1%8F.pdf)
2. Fornalczyk A., Stompór-Świdorska J., Ślęzyk-Sobol M. Age Management within Organizations – Employees' Perceptions of the Phenomenon – Research Report.

[https://www.researchgate.net/publication/292677663\\_Age\\_Management\\_within\\_Organizations\\_-\\_Employees%27\\_Perceptions\\_of\\_the\\_Phenomenon\\_-\\_Research\\_Report](https://www.researchgate.net/publication/292677663_Age_Management_within_Organizations_-_Employees%27_Perceptions_of_the_Phenomenon_-_Research_Report)

3. Horbovyu A., Khaletska A. The road ahead for age-friendly community in Ukraine. *Geopolitical, Social Security and Freedom Journal, Volume 2 Issue 1, 2019*. URL: <https://sciendo.com/article/10.2478/gssfj-2019-0005>

4. Educational Gerontology. URL: <https://www.tandfonline.com/journals/uedg20>

5. Лук'янова Л.Б., Аніщенко О.В. Освіта дорослих: короткий термінологічний словник / Авт.-упор. Лук'янова Л.Б., Аніщенко О.В. К.; Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2014. 108 с. URL:

[http://ipood.com.ua/data/NDR/nonNDR\\_publications/2014\\_Anishch.Luk\\_slovyk.pdf](http://ipood.com.ua/data/NDR/nonNDR_publications/2014_Anishch.Luk_slovyk.pdf)

6. Чаграк Н. Концептуальні підходи до формування феномену освіти людей третього віку. *Zeszyt Naukowy Prac Ukrainoznawczych*. С.135-155. URL: <http://publisherspanel.com>

7. Зелінська Г.О. Геронтоосвіта як пріоритет у вирішенні проблем вільного часу людей постпенсійного віку. URL: <http://global-national.in.ua/archive/2-2014/171.pdf>

8. Коваленко-Кобилянська І. Психологічний аспект геронтоосвіти. URL: [https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2018/Kovalenko-Kobylanska\\_Irina\\_2018.pdf](https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2018/Kovalenko-Kobylanska_Irina_2018.pdf)

9. Road Schollar: official site. URL: <https://www.roadscholar.org/about/>

10. Harvard Institute for Learning in Retirement. URL: <https://hilr.dce.harvard.edu/>

11. Аніщенко О.В. Освіта людей третього віку як відповідь на виклики XXI століття. URL: [https://library.zu.edu.ua/doc/andragogic\\_visnyk/Andragogichniy\\_visnyk\\_4.pdf#page=33](https://library.zu.edu.ua/doc/andragogic_visnyk/Andragogichniy_visnyk_4.pdf#page=33)

12. Освіта дорослих: світові тенденції, українські реалії та перспективи : монографія / За заг. ред. акад. Н.Г. Нічкало, акад. І.Ф. Прокопенка. Київ, Харків : Інститут освіти дорослих імені І. Зязюна НАПН України, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, 2020. 544 с. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/0e6fbd91-2c1b-4a4c-86d0-cf84df36e7b1/content>

13. Міжнародні підходи до політики щодо громадян поважного віку. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/mizhnarodni-pidkhody-do-polityky-shchodo-hromadyan-povazhnoho-viku>

14. Age management practices toward workers aged 45 years or older: an integrative literature review. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7732046/>

15. A guide to good practice in age management. URL: <http://www.ageingatwork.eu/resources/a-guide-to-good-practice-in-age-management.pdf>

16. Благодійний фонд «Життєлюб»: офіційний сайт. URL: <https://happyold.com.ua/>

## REFERENCES

1. Lukianova, L. (2021). Kontsepsiia diialnosti Universytetiv tretoho viku [The concept of activities of Universities of the third age]. In-t pedahohichnoi osvity i osvity doroslykh imeni Ivana Ziaziuna NAPN Ukrainy. Kyiv: Vyd-vo TOV «Yurka Liubchenka». Retrieved from [https://lib.iitta.gov.ua/730357/1/koncepciy%D0%B0\\_%D0%B5-%D0%B2%D1%96%D1%80%D1%81%D1%96%D1%8F.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/730357/1/koncepciy%D0%B0_%D0%B5-%D0%B2%D1%96%D1%80%D1%81%D1%96%D1%8F.pdf) [in Ukrainian].

2. Fornalczyk, A., Stompór-Świdarska, J., & Ślęzyk-Sobol, M. Age Management within Organizations – Employees’ Perceptions of the Phenomenon – Research Report. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/292677663\\_Age\\_Management\\_within\\_Organizations\\_-\\_Employees%27\\_Perceptions\\_of\\_the\\_Phenomenon\\_-\\_Research\\_Report](https://www.researchgate.net/publication/292677663_Age_Management_within_Organizations_-_Employees%27_Perceptions_of_the_Phenomenon_-_Research_Report)

3. Horbovyi A., & Khaletska A. The road ahead for age-friendly community in Ukraine. *Geopolitical, Social Security and Freedom Journal, Volume 2 Issue 1, 2019*. Retrieved from: <https://sciendo.com/article/10.2478/gssfj-2019-0005>

4. *Educational Gerontology*. URL: <https://www.tandfonline.com/journals/uedg20>

5. Lukianova, L.B., & Anishchenko O.V. (2014). Osvita doroslykh: korotkyi terminolohichnyi slovnyk [Adult education: a short glossary] / Avt.-upor. Lukianova L.B., Anishchenko O.V. K.; Nizhyn: Vydavets PP Lysenko M.M. Retrieved from: [http://ipood.com.ua/data/NDR/nonNDR\\_publications/2014\\_Anishch.Luk\\_slovnyk.pdf](http://ipood.com.ua/data/NDR/nonNDR_publications/2014_Anishch.Luk_slovnyk.pdf) [in Ukrainian].

6. Chahrak N. Kontseptualni pidkhody do formuvannia fenomenu osvity liudei tretoho viku [Conceptual approaches to the formation of the phenomenon of education of people of the third age]. Retrieved from <http://publisherspanel.com> [in Ukrainian]

7. Zelinska H.O. (2014). Herontoosvita yak priorytet u vyrishenni problem vilnoho chasu liudei postpensiinoho viku. [Gerontology as a priority in solving problems of free time of people of post-retirement age]. Retrieved from <http://global-national.in.ua/archive/2-2014/171.pdf> [in Ukrainian]/

8. Kovalenko-Kobylanska I. (2018). Psykholohichnyi aspekt herontoosvity. [Psychological aspect of gerontology education]. Retrieved from



[https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2018/Kovalenko-Kobylanska\\_Irina\\_2018.pdf](https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2018/Kovalenko-Kobylanska_Irina_2018.pdf)

[in Ukrainian].

9. Road Scholar: official site. URL: <https://www.road scholar.org/about/>

10. Harvard Institute for Learning in Retirement. URL: <https://hilr.dce.harvard.edu/>

11. Anishchenko O.V. (2021). Osvita liudei tretoho viku yak vidpovid na vyklyky XXI stolittia [Education of people of the third age as a response to the challenges of the 21st century].

Retrieved from:

[https://library.zu.edu.ua/doc/andragogic\\_visnyk/Andragogichniy\\_visnyk\\_4.pdf#page=33](https://library.zu.edu.ua/doc/andragogic_visnyk/Andragogichniy_visnyk_4.pdf#page=33) [in

Ukrainian].

12. Osvita doroslykh: svitovi tendentsii, ukraïnski realii ta perspektyvy : monohrafiia (2020) [Adult education: world trends, Ukrainian realities and prospects: monograph]. Retrieved from: [https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/0e6fbd91-](https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/0e6fbd91-2c1b-4a4c-86d0-cf84df36e7b1/content)

[2c1b-4a4c-86d0-cf84df36e7b1/content](https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/0e6fbd91-2c1b-4a4c-86d0-cf84df36e7b1/content) [in Ukrainian].

13. Mizhnarodni pidkhody do polityky shchodo hromadian povazhnoho viku (2022) [International approaches to policy regarding senior citizens]. Retrieved from:

<https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/mizhnarodni-pidkhody-do-polityky-shchodo-hromadyan-povazhnoho-viku> [in Ukrainian].

14. Age management practices toward workers aged 45 years or older: an integrative literature review. Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7732046/>

15. A guide to good practice in age management. Retrieved from: <http://www.ageingatwork.eu/resources/a-guide-to-good-practice-in-age-management.pdf>

16. Blahodiinyi fond «Zhyttieliub»: ofitsiinyi sait [Charity Foundation «Zhyttelyub»: official website]. Retrieved from <https://happyold.com.ua/> [in Ukrainian].