

Κείμενο 1

Ηλικιωμένοι: Το πρόγραμμα που τους βοηθά να κάνουν φιλίες

Το κείμενο της Μαίρης Μπιμπί είναι απόσπασμα δημοσιευμένου άρθρου στον ιστότοπο ygeiastou.gr στις 27.8.2020 (πρόσβαση στις 5.4.2021) με θέμα την φιλία στην Τρίτη Ηλικία. (διασκευή)

Την περίοδο που διανύουμε η ανάγκη για ανθρώπινη επαφή και επικοινωνία στην Τρίτη Ηλικία είναι περισσότερο επιτακτική από ποτέ. Το πρόγραμμα «Φιλία σε κάθε Ηλικία» του Ινστιτούτου Prolepsis φιλοδοξεί να καλύψει αυτή την ανάγκη. Άλλωστε, η Ελλάδα είναι μία από τις χώρες με τα υψηλότερα ποσοστά ατόμων άνω των 65 ετών, ενώ το 24% περίπου των ηλικιωμένων (552.000 περίπου άτομα) ζουν μόνοι τους. Εκτός από την υποβάθμιση της ποιότητας ζωής, η κοινωνική απομόνωση και η μοναξιά έχουν δυσμενείς επιπτώσεις για την υγεία τους.

«Το Ινστιτούτο Prolepsis, από τα πρώτα χρόνια λειτουργίας του μέχρι σήμερα, έχει ιδιαίτερη ευαισθησία ως προς την Τρίτη Ηλικία κι έχει υλοποιήσει πληθώρα προγραμμάτων που προάγουν την υγεία των ηλικιωμένων. Η εμπειρία από αυτές τις δράσεις, οι προσωπικές μας παραστάσεις και η εικόνα μιας κοινωνίας που απομονώνεται και γερνάει παράλληλα δεν θα μπορούσε να μη μας παρακινήσει ως άτομα, αλλά και ως φορέα δημόσιας υγείας. Η έντονη και συχνά σκληρή μοναξιά που βιώνουν χιλιάδες ηλικιωμένοι συνάνθρωποί μας αποτελεί μία συνθήκη που πρέπει και έχουμε τη δυνατότητα να αλλάξουμε», εξηγεί η κυρία Λινού, Καθηγήτρια της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ) και Πρόεδρος του Ινστιτούτου Prolepsis. «Πιστεύουμε ότι η φυσιολογική διαδικασία της γήρανσης πρέπει να αποτελεί μια θετική εμπειρία για το άτομο και να συνοδεύεται από τη δυνατότητα ενεργούς συμμετοχής στην κοινωνική, οικονομική, πολιτιστική και πνευματική ζωή της κοινωνίας. Η κοινωνικοποίηση, η ανθρώπινη επαφή και η «Φιλία σε κάθε Ηλικία» μπορεί να παίξει καθοριστικό ρόλο στη βελτίωση της ποιότητας ζωής και της υγείας των ηλικιωμένων. Άλλωστε, η διασύνδεση μεταξύ των ανθρώπων και η επικοινωνία είναι απαραίτητα στη ζωή μας», λέει η καθηγήτρια Ιατρικής του ΕΚΠΑ.

Το πρόγραμμα «Φιλία σε κάθε Ηλικία» λειτουργεί υποστηρικτικά για την ιδιαίτερα ευάλωτη κοινωνική ομάδα των ηλικιωμένων, με στόχο να καταπολεμήσει τη μοναξιά και την κοινωνική απομόνωση μέσα από την ανθρώπινη επαφή και τη δημιουργία δεσμών φιλίας. «Με αυτόν τον τρόπο ενισχύουμε τον κοινωνικό ρόλο και την αυτοπεποίθηση των ηλικιωμένων. Παράλληλα, το πρόγραμμα στοχεύει στην ανάδειξη των αναγκών και των προβλημάτων της Τρίτης Ηλικίας. Σε αυτό το σημείο, θα πρέπει να αναφέρουμε τη συμβολή του προγράμματος στην ενίσχυση του εθελοντισμού. Το «Φιλία σε κάθε Ηλικία» στηρίζεται και προάγει τον εθελοντισμό και τα διαφορετικά είδη του (π.χ. μαθητικός εθελοντισμός, εταιρικός εθελοντισμός). Ο εθελοντισμός «για την και στην Τρίτη Ηλικία» μπορεί να μειώσει την κοινωνική απομόνωση, να ενισχύσει τον κοινωνικό ρόλο των ηλικιωμένων, και παράλληλα να συμβάλλει στην κοινωνική συνοχή», σημειώνει η Πρόεδρος του Ινστιτούτου.

Κείμενο 2

Αχ, η καρδιά μου...

Το παρακάτω ποίημα έχει γράψει η Μαρία Πολυδούρη και ανήκει στην ποιητική της συλλογή: Οι τρίλλιες που σβήνουν (1928)

Αχ, η καρδιά μου...
Αχ, η καρδιά μου νοσταλγεί,
τώρα που φεύγει η μέρα,
το ροδινό ξημέρωμα,
τον ήλιο, τον αιθέρα.

Τα παιδικά χαμόγελα,
Το κύμα που απαντούσε
στο φλοίσβημα της πρόσχαρης
φωνούλας μας που αγούσε.

Τη βάρκα που λικνίζονταν
στη μέθη μας του ονείρου,
το αβρό τραγούδι που έσμιγε
τη σιγαλιά του απείρου.

Τη χαραυγή που ρόδιζε
τα σεντεφένια πλάτια,
την πεθυμιά την άχραντη
στ' αγγελικά μας μάτια.

Αχ, η καρδιά μου νοσταλγεί,
τώρα που η μέρα σβήνει,
της ομορφιάς το πέρασμα,
τη νιότη που με αφήνει.

ΘΕΜΑΤΑ

ΘΕΜΑ 1 (μονάδες 35)

1^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Σε 50-60 λέξεις να περιγράψεις το πρόγραμμα για το οποίο γίνεται λόγος στο Κείμενο 1, την αναγκαιότητα και τους στόχους του.

Μονάδες 10

2^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Να εντοπίσεις στην πρώτη παράγραφο του Κειμένου 1 δύο γλωσσικές επιλογές που χρησιμεύουν στη συνοχή του λόγου ανάμεσα στις περιόδους λόγου και στα νοήματά τους.

Μονάδες 10

3^ο υποερώτημα (μονάδες 15)

Να βρεις στη δεύτερη παράγραφο του Κειμένου 1 πέντε επίθετα με τα οποία επιτυγχάνεται η πρόθεση ευαισθητοποίησης του δέκτη για τη σημασία του Προγράμματος και για τα προβλήματα των ηλικιωμένων. (μονάδες 5) Να εξηγήσεις με συντομία πώς κάθε επίθετο πετυχαίνει τον παραπάνω στόχο. (μονάδες 10)

Μονάδες 15

ΘΕΜΑ 2 (μονάδες 30)

Στο blog του ειδικού ψυχικής υγείας Ευστράτιου Παπάνη διαβάζουμε: «Σύμφωνα με τη θεωρία της απόσυρσης οι ηλικιωμένοι αποστερούνται μεγάλου μέρους των κοινωνικών τους ρόλων, αλλά και η ίδια η κοινωνία τους περιθωριοποιεί (κυρίως για λόγους που σχετίζονται με την παραγωγή και την οικονομία). Κοινωνικά αίτια αναγκάζουν τους ηλικιωμένους να αποδεχτούν ρόλους εξάρτησης (από την οικογένεια, την κρατική μέριμνα, το σύστημα πρόνοιας και περίθαλψης), που πολλές φορές είναι γενεσιουργοί παράγοντες κατάθλιψης.» (http://epapanis.blogspot.com/2007/09/blog-post_7466.html) Σε ένα άρθρο για το σχολικό blog να παρουσιάσετε τους τρόπους με τους οποίους η οικογένεια και η πολιτεία μπορούν να βοηθήσουν τα άτομα της Τρίτης ηλικίας να μην αποσύρονται, αλλά να παραμένουν στην ενεργό δράση.

Μονάδες 30

ΘΕΜΑ 3 (μονάδες 20)

Να σχολιάσετε τον τίτλο του ποιήματος.

Μονάδες 20

ΘΕΜΑ 4 (μονάδες 15)

Ποιο είναι το κυρίαρχο συναίσθημα που νιώθει το ποιητικό υποκείμενο στο Κείμενο 2 και πού αποδίδεται; (μονάδες 10) Πιστεύεις ότι είναι δικαιολογημένο; (μονάδες 5) Να αναπτύξεις την ερμηνεία σου σε 100 - 150 λέξεις.

Μονάδες 15

(Επισημαίνεται ότι οι απαντήσεις που προτείνονται για τα θέματα είναι ενδεικτικές. Κάθε άλλη απάντηση, κατάλληλα τεκμηριωμένη, θεωρείται αποδεκτή.)

ΘΕΜΑ 1 (μονάδες 35)

1ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Στο κείμενο γίνεται λόγος για τη «Φιλία σε κάθε ηλικία», ένα πρόγραμμα που δημιουργήθηκε για να καλύψει την ανάγκη για ανθρώπινη επαφή στην Τρίτη ηλικία λόγω των σύγχρονων συνθηκών ζωής στην Ελλάδα. Το πρόγραμμα στοχεύει στην καταπολέμηση της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης των ηλικιωμένων, τη δημιουργία φιλικών δεσμών και την ανάδειξη των αναγκών και των προβλημάτων της Τρίτης ηλικίας.

2ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Ενδεικτικά, οι μαθητές/τριες μπορούν να αναφερθούν σε δύο από τις ακόλουθες γλωσσικές επιλογές: αυτή την ανάγκη: Με την επανάληψη της λέξης «ανάγκη» και τη δεικτική αντωνυμία «αυτή» επιχειρείται η συνοχή ανάμεσα στην πρώτη και στη δεύτερη περίοδο λόγου της παραγράφου 1.

Άλλωστε: Η διαρθρωτική λέξη δηλώνει αντίθεση, παράθεση εναλλακτικής πρότασης (συνδέει τη δεύτερη περίοδο λόγου της παραγράφου με την τρίτη.)

Εκτός από: Η διαρθρωτική φράση δηλώνει προσθήκη, συμπλήρωση των επιπτώσεων που δημιουργεί η μοναξιά των ηλικιωμένων, για την οποία γίνεται λόγος στην προηγούμενη περίοδο λόγου της παραγράφου με την αναφορά σε στοιχεία έρευνας.

3ο υποερώτημα (μονάδες 15)

έντονη: διεγείρει το συναίσθημα του δέκτη, προκειμένου να αναδειχθεί το μέγεθος της μοναξιάς που βιώνουν οι ηλικιωμένοι.

σκληρή: η χρήση της συνυποδήλωσης προσδίδει έντονη συγκινησιακή απόχρωση και στοχεύει στην ευαισθητοποίηση του δέκτη για το πόσο ανυπόφορη είναι η μοναξιά για τους ηλικιωμένους.

θετική: η χρήση της συνυποδήλωσης επιδιώκει να ευαισθητοποιήσει τον δέκτη, ώστε να αντιληφθεί την αξία μιας τέτοιας εμπειρίας.

ενεργούς: επιδίωξη του πομπού είναι να δημιουργήσει ευνοϊκό κλίμα, προκειμένου να κινητοποιήσει το άτομο για συμμετοχή σε δράσεις που θα ενισχύσουν την κοινωνική του ταυτότητα.

ανθρώπινη: τονίζεται η αξία της επαφής με τα άτομα της τρίτης ηλικίας, καθώς προβάλλεται το αίσθημα της ανθρωπιάς.

ΘΕΜΑ 2 (μονάδες 30)

ΤΙΤΛΟΣ	Τρίτη ηλικία εν δράσει...	
ΠΡΟΛΟΓΟΣ	Σύμφωνα με τη θεωρία της απόσυρσης, όπως παρουσιάζεται από τον ειδικό ψυχικής υγείας Ευστράτιο Παπάνη, οι ηλικιωμένοι συχνά αποστερούνται των κοινωνικών τους ρόλων και περιθωριοποιούνται από την κοινωνία, κυρίως λόγω οικονομικών και παραγωγικών παραγόντων. Αυτό τους οδηγεί σε ρόλους εξάρτησης από την οικογένεια και το κράτος, δημιουργώντας συχνά συνθήκες που ευνοούν την εμφάνιση κατάθλιψης. Ωστόσο, υπάρχουν τρόποι με τους οποίους η οικογένεια και η πολιτεία μπορούν να δράσουν προληπτικά, ώστε να ενισχύσουν την ενεργή συμμετοχή των ηλικιωμένων στην κοινωνία και να αποτρέψουν την κοινωνική απομόνωση.	
ΚΥΡΙΟ ΘΕΜΑ	ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ	Ενίσχυση κοινωνικών δεσμών: Η οικογένεια μπορεί να στηρίξει τους ηλικιωμένους δημιουργώντας ένα υποστηρικτικό περιβάλλον. Συχνές επισκέψεις, συζητήσεις και συμμετοχή σε οικογενειακές δραστηριότητες κρατούν τα άτομα συνδεδεμένα με τον κοινωνικό τους κύκλο. Υποστήριξη αυτονομίας: Ενθαρρύνοντας τους ηλικιωμένους να παραμένουν αυτόνομοι, οι οικογένειες μπορούν να βοηθήσουν στη διατήρηση της ανεξαρτησίας τους. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει υποστήριξη στην τεχνολογία, όπως χρήση του διαδικτύου και

		συμμετοχή σε online κοινότητες. Διατήρηση φυσικής δραστηριότητας: Οι οικογένειες μπορούν να ενθαρρύνουν τους ηλικιωμένους να συμμετέχουν σε φυσικές δραστηριότητες, όπως περίπατοι ή ασκήσεις. Η φυσική άσκηση συμβάλλει στην ψυχική και σωματική υγεία.
	ΠΟΛΙΤΕΙΑ	Εκπαιδευτικά προγράμματα και δια βίου μάθηση: Η πολιτεία μπορεί να προσφέρει προγράμματα εκπαίδευσης και κατάρτισης που απευθύνονται σε ηλικιωμένους, δίνοντάς τους την ευκαιρία να μάθουν νέες δεξιότητες και να παραμένουν ενεργοί στην κοινωνία. Προγράμματα εθελοντισμού: Δημιουργία προγραμμάτων που επιτρέπουν στους ηλικιωμένους να συνεισφέρουν στην κοινωνία μέσω εθελοντισμού, ώστε να αισθάνονται ότι είναι χρήσιμοι και απαραίτητοι. Υποστήριξη στην απασχόληση: Η πολιτεία μπορεί να προωθήσει πολιτικές που ενθαρρύνουν τους ηλικιωμένους να παραμείνουν στην εργασία, είτε με μερική απασχόληση είτε με τη μορφή συμβουλευτικών υπηρεσιών.
ΕΠΙΛΟΓΟΣ	Από όλα τα παραπάνω προκύπτει ότι με τη σωστή στήριξη από την οικογένεια και την πολιτεία, τα άτομα της τρίτης ηλικίας μπορούν να συνεχίσουν να συμβάλλουν ενεργά στην κοινωνία. Η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και η προώθηση της κοινωνικής τους ένταξης αποτελούν βασικά στοιχεία για μια υγιή και δημιουργική γήρανση.	

ΘΕΜΑ 3 (μονάδες 20)

Ως τίτλος του ποιήματος χρησιμοποιείται ο πρώτος στίχος «Αχ, η καρδιά μου...», ο οποίος επαναλαμβάνεται με μια μικρή διαφοροποίηση στον 2^ο στίχο της πρώτης στροφής και στον 1^ο στίχο της πέμπτης και τελευταίας στροφής προκειμένου να δοθεί έμφαση. Αποτελείται από το επιφώνημα «Αχ» που αναδεικνύει τη συναισθηματική φόρτιση του ποιητικού υποκειμένου, η οποία εντείνεται και από τα αποσιωπητικά. Η λέξη «καρδιά» χρησιμοποιείται για να δηλωθεί ο κατεξοχήν χώρος που εδράζονται τα συναισθήματα του ανθρώπου, ενώ η αντωνυμία «φανερώνει» ότι τα συναισθήματα που εκφράζονται ανήκουν στο ποιητικό υποκείμενο.

ΘΕΜΑ 4 (μονάδες 15)

Το κυρίαρχο συναίσθημα είναι η νοσταλγία που νιώθει το ποιητικό υποκείμενο για τη νιότη που φεύγει. Το επιφώνημα «αχ» και η επανάληψη του στίχου «αχ καρδιά μου» αποτυπώνει τη θλίψη και τη στενοχώρια που βιώνει, καθώς αναπολεί περασμένες στιγμές. Η ρομαντική ψυχή του είναι πλημμυρισμένη από εικόνες που στη θύμησή τους μελαγχολεί, αφού ένιωθε παρηγοριά και ασφάλεια σε μια ζωή που φάνταζε να έχει νόημα, γεμάτη από «τον ήλιο», «τα παιδικά χαμόγελα», «τα αγγελικά μάτια».

Ο/Η μαθητής/τρια μπορεί να θεωρήσει ότι είναι ανθρώπινο να προκαλεί μελαγχολία και νοσταλγία η θύμηση της νεότητας που περνά και η αναπόληση όλων αυτών των στιγμών που συνδέονται με την ξενοιασιά και τη χαρά της.

Ο/Η μαθητής/τρια μπορεί να εκφράσει τη διαφωνία του/της με τον έντονο συναισθηματισμό του ποιήματος και να υποστηρίξει πως υπάρχουν και άλλες ηλικιακές φάσεις στη ζωή των ανθρώπων που δημιουργούν ανάλογα συναισθήματα.

«Το/τα θέμα/τα προέρχεται και αντλήθηκε/αν από την πλατφόρμα της Τράπεζας Θεμάτων Διαβαθμισμένης Δυσκολίας που αναπτύχθηκε (MIS5070818-Τράπεζα θεμάτων Διαβαθμισμένης Δυσκολίας για τη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση, Γενικό Λύκειο-ΕΠΑΛ) και είναι διαδικτυακά στο δικτυακό τόπο του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής (Ι.Ε.Π.) στη διεύθυνση (<http://iep.edu.gr/el/trapeza-thematon-arxiki-selida>)».