
**DOBRE PRAKTYKI I NAJLEPSZE
ROZWIĄZANIA W ZAKRESIE
PRZECIWDZIAŁANIA BARIEROM
I PROBLEMOM MIĘDZYPOKOLENIOWYM
W POLSCE**

ANALIZA DESK RESEARCH

Agata Dziubińska-Gawlik

Beata Romejko

Europejski Dom Spotkań-Fundacja Nowy Staw

Lublin, czerwiec 2024



SPIS TREŚCI

WSTĘP	2
1. Przykłady dobrych praktyk w Polsce	7
1.1. Projekt „Senior Caritas est”	7
1.2. Projekt „Aktywni Społecznie”	11
1.3. Centrum Aktywności Międzypokoleniowej „Nowolipie”	15
1.4. Od Radia do IPoda	18
1.5. Dancing międzypokoleniowy	21
1.6. Szkoła Superbabci i Superdziadka	23
1.7. Latające babcie	26
1.8. Międzypokoleniowe motywacje	28
2. Sukcesy związane z działaniami międzypokoleniowymi	31
3. Wyzwania związane z działaniami międzypokoleniowymi	33
4. Wpływ społeczny działań międzypokoleniowych	35
5. Trendy i rozwój w dziedzinie integracji międzypokoleniowej	37
ZAKOŃCZENIE	40

Niniejsza analiza została opracowana w ramach projektu „Aktywni społecznie!”, współfinansowanego ze środków Funduszu Współpracy Dwustronnej Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego 2014-2021 i Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2014-2021. Projekt realizowany jest przez Europejski Dom Spotkań-Fundację Nowy Staw, a partnerem projektu jest Stiftelsen Mangfold i Arbeidslivet (Norwegia, Oslo).

Celem projektu jest integracja i współpraca międzypokoleniowa, a także wymiana wiedzy i doświadczeń pomiędzy przedstawicielami Młodzieżowej Rady Powiatu Biłgorajskiego a seniorami należącymi do Klubu Seniora w Biłgoraju poprzez udział w pilotażowych warsztatach międzypokoleniowych.

W ramach projektu powstaną dwie analizy desk research dotyczące dobrych praktyk współpracy międzypokoleniowej. Niniejsza analiza dotyczy rozwiązań polskich, natomiast w drugiej analizie zaprezentowane zostaną rozwiązania norweskie. Przeprowadzone zostaną również badania zarówno seniorów jak i młodych osób działających w Młodzieżowych Radach, mające na celu poznanie problemów, wyzwań i propozycji rozwiązań służących wzmocnieniu integracji międzypokoleniowej.

W kolejnym etapie projektu rozpoczną się bezpośrednie działania skierowane do uczestników projektu: seniorów działających w Klubie Seniora oraz młodzieży działającej w Młodzieżowej Radzie Miasta/Powiatu.

W niniejszej analizie zaprezentowano dobre praktyki projektów służących integracji międzypokoleniowej, sukcesy i wyzwania związane z tego rodzaju działaniami, ich wpływ społeczny oraz trendy i rozwój w dziedzinie integracji międzypokoleniowej jaki ma miejsce w Polsce.

W Polsce istnieje wiele inicjatyw i projektów promujących integrację międzypokoleniową, które angażują osoby z różnych grup wiekowych we wspólne działania. Oto kilka **przykładów dobrych praktyk w Polsce** w tym zakresie:



Uniwersytety Trzeciego Wieku (UTW) dedykowane seniorom, które oferują kursy, wykłady i warsztaty. W niektórych miastach UTW współpracują z lokalnymi szkołami i uczelniami, angażując młodzież w prowadzenie zajęć dla seniorów, co sprzyja wymianie wiedzy i doświadczeń. Przykładem jest UTW w Krakowie, który współpracuje z Uniwersytetem Jagiellońskim, organizując wspólne projekty badawcze i edukacyjne.



Programy „Aktywni 50+” organizowane przez samorzady lokalne, np. w Warszawie i Poznaniu, oferują szeroki zakres zajęć sportowych, kulturalnych i edukacyjnych dla seniorów. W ramach tych programów często organizowane są międzypokoleniowe wydarzenia i warsztaty. Przykładem jest Warszawski program "Aktywni 50+", który organizuje wspólne warsztaty technologiczne, gdzie młodzi ludzie uczą seniorów obsługi nowoczesnych urządzeń.



Projekty „Generations Together” realizowane są przez różne organizacje pozarządowe, takie jak Stowarzyszenie "Mali Bracia Ubogich". Projekty te angażują wolontariuszy we wspólne działania na rzecz osób starszych, takie jak organizacja spotkań, wycieczek i wydarzeń kulturalnych. Przykładem jest "Generations Together" w Warszawie, gdzie młodzi wolontariusze regularnie odwiedzają seniorów, organizując dla nich wspólne warsztaty rękodzielnicze i technologiczne.



Międzypokoleniowe Kluby Seniora organizują międzypokoleniowe spotkania, które promują aktywność fizyczną i społeczną. Wspólne zajęcia, takie jak taniec, śpiew, gotowanie czy gry planszowe, sprzyjają budowaniu więzi między różnymi pokoleniami. Przykładem jest Klub Seniora w Gdańsku, który współpracuje z lokalnymi szkołami, organizując wspólne warsztaty kulinarno-artystyczne.



Centra Aktywności Międzypokoleniowej (CAM) to miejsca, które łączą osoby w różnym wieku poprzez wspólne działania i projekty. Oferują przestrzeń do spotkań, organizują warsztaty, szkolenia i wydarzenia kulturalne, które angażują zarówno młodzież, jak i seniorów. Przykładem jest Centrum Aktywności Międzypokoleniowej "Nowolipie" w Warszawie, które oferuje szeroką gamę zajęć, takich jak kursy komputerowe, zajęcia sportowe, warsztaty artystyczne i koncerty.



Program „Seniorzy w akcji” jest prowadzony przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych "ę", który wspiera projekty angażujące seniorów w działania społeczne i kulturalne. Często projekty te mają charakter międzypokoleniowy, promując współpracę i wspólne działania młodych i starszych. Przykładem jest projekt "Opowiem Ci o mojej Warszawie", w którym seniorzy opowiadają młodzieży historie z przeszłości miasta, a młodzi uczestnicy tworzą z tego materiały multimedialne.



Międzypokoleniowe Ogrody Społeczne to przestrzeń, gdzie mieszkańcy różnych pokoleń mogą wspólnie uprawiać rośliny, wymieniać się doświadczeniami i organizować wydarzenia na świeżym powietrzu. Przykładem jest Ogród Społeczny w Poznaniu, gdzie seniorzy i młodzież współpracują przy uprawie warzyw, owoców i kwiatów, a także organizują wspólne pikniki i warsztaty ekologiczne.

W Polsce istnieje wiele dobrych praktyk w zakresie integracji międzypokoleniowej, które przyczyniają się do budowania silniejszych, bardziej zintegrowanych społeczności. Programy edukacyjne, wspólne przestrzenie, projekty artystyczne, inicjatywy wolontariackie, centra aktywności i ogrody społeczne są skutecznymi narzędziami w promowaniu współpracy i wzajemnego zrozumienia między pokoleniami. Jednak należy rozwijać ideę współpracy międzypokoleniowej przez rozwój metod i narzędzi a także ich upowszechnianie w społecznościach lokalnych.

Dla porównania przedstawiamy przykładowe **dobre praktyki na rzecz integracji międzypokoleniowej realizowane na całym świecie**. Z przykładów tych można czerpać inspiracje i wdrażać je w polskich realiach.



Programy edukacyjne i mentoringowe:

► „Generations Working Together” (Szkocja): ta organizacja promuje międzypokoleniowe projekty w szkołach, gdzie uczniowie współpracują z seniorami przy różnych projektach edukacyjnych i społecznych,

► „iMentor” (USA): program, w którym dorośli mentorzy wspierają uczniów szkół średnich, pomagając im w przygotowaniu się do college'u i kariery zawodowej.



Wspólne przestrzenie międzypokoleniowe:

➤ **„Intergenerational Learning Centers” (USA):** przykładem jest Centrum Providence Mount St. Vincent w Seattle, które łączy przedszkole z domem opieki, umożliwiając codzienne interakcje między dziećmi a seniorami,

➤ **„Generations United” (Niemcy):** wiele niemieckich miast tworzy wspólne przestrzenie, takie jak parki i centra aktywności, które są przyjazne dla osób w każdym wieku i sprzyjają międzypokoleniowym spotkaniom.



Projekty artystyczne i kulturalne:

➤ **„The Music Memory Project” (USA):** program, w którym młodzi wolontariusze współpracują z osobami starszymi cierpiącymi na demencję, używając muzyki jako narzędzia do budowania wspomnień i poprawy jakości życia,

➤ **„Międzypokoleniowe Teatry” (Wielka Brytania):** teatry, które angażują zarówno młodych, jak i starszych aktorów w tworzenie i prezentowanie wspólnych spektakli



Programy zdrowotne i rekreacyjne:

➤ **„The Fit For Life Program” (Australia):** inicjatywa, która łączy młodzież i seniorów we wspólnych aktywnościach fizycznych, takich jak joga, tai chi czy spacer, promując zdrowy styl życia,

➤ **„Intergenerational Playgrounds” (Holandia):** specjalnie zaprojektowane place zabaw, które są dostosowane zarówno dla dzieci, jak i seniorów, umożliwiając im wspólne spędzanie czasu na świeżym powietrzu.



Wolontariat i projekty społeczne:

➤ **„Experience Corps” (USA):** program, w którym seniorzy wolontariusze wspierają dzieci w szkołach podstawowych, pomagając im w nauce czytania i pisania,

➤ **„Intergenerational Solidarity in Action” (Hiszpania):** projekty wolontariackie, w których młodzi ludzie pomagają seniorom w codziennych czynnościach, takich jak zakupy czy spacer, a seniorzy dzielą się swoimi umiejętnościami i doświadczeniami.



Inicjatywy technologiczne:

➤ **„Cyber-Seniors” (Kanada):** program, w którym młodzież uczy seniorów korzystania z technologii, takich jak komputery, smartfony i media społecznościowe,

➤ **„GrandPads” (USA):** tablet zaprojektowany specjalnie dla seniorów, który umożliwia łatwe korzystanie z Internetu, komunikację z rodziną oraz udział w międzypokoleniowych programach online.



Przedsiębiorczość międzypokoleniowa:

➤ **„The Age of No Retirement” (Wielka Brytania):** organizacja, która promuje międzypokoleniowe współpracy w biznesie, tworząc platformy, na których osoby w różnym wieku mogą wymieniać się pomysłami i doświadczeniami,

➤ **„Eldertide” (USA):** firma, która łączy młodych przedsiębiorców z doświadczonymi mentorami, pomagając im w rozwijaniu innowacyjnych pomysłów biznesowych.



Programy mieszkaniowe:

➤ **„Humanitas Retirement Home” (Holandia):** dom opieki, który oferuje darmowe mieszkania studentom w zamian za ich wsparcie i towarzystwo dla seniorów, promując codzienne interakcje międzypokoleniowe,

➤ **„Nyumburu Cultural Center” (USA):** programy mieszkaniowe na kampusach uniwersyteckich, które łączą studentów z seniorami, tworząc wspólnoty żyjące w symbiozie.

Dobre praktyki w zakresie integracji międzypokoleniowej realizowane na całym świecie pokazują, że istnieje wiele skutecznych sposobów na budowanie mostów między pokoleniami. Wykorzystanie technologii, tworzenie wspólnych przestrzeni, realizacja projektów artystycznych, zdrowotnych i edukacyjnych, a także programy wolontariackie i mieszkaniowe mogą przynieść znaczące korzyści zarówno dla jednostek, jak i społeczności jako całości. Zaimplementowanie w warunkach polskich poszczególnych metod integracji międzypokoleniowej stosowanych w innych krajach może przynieść wymierne efekty dla społeczności lokalnych.

1. Przykłady dobrych praktyk w Polsce

W niniejszym rozdziale przedstawione zostaną wybrane projekty i programy, które stanowią przykłady dobrych praktyk w zakresie działań międzypokoleniowych. Projekty te pokazują, jak poprzez wspólne działania, seniorzy i młodzież mogą czerpać korzyści z wzajemnych kontaktów, rozwijając jednocześnie umiejętności społeczne, techniczne i kulturalne. Opisane inicjatywy, takie jak „Senior Caritas est”, „Aktywni społecznie”, czy działalność Centrum Aktywności Międzypokoleniowej „Nowolipie”, nie tylko poprawiają jakość życia uczestników, ale również przyczyniają się do budowania bardziej zintegrowanych i wspierających się społeczności. Działania te pokazują, że współpraca międzypokoleniowa może być odpowiedzią na wiele współczesnych problemów społecznych, takich jak samotność, wykluczenie cyfrowe czy brak wzajemnego zrozumienia między różnymi grupami wiekowymi. W rozdziale przedstawione zostaną cele, metody, rezultaty oraz trudności napotymane przez realizatorów projektów, co pozwoli na lepsze zrozumienie mechanizmów i warunków skutecznego wdrażania działań międzypokoleniowych. Opisane projekty stanowią inspirację dla innych organizacji i instytucji, które pragną włączyć się w tworzenie bardziej zrównoważonego i spójnego społeczeństwa poprzez aktywne łączenie pokoleń.

1.1. Projekt “Senior Caritas est”

Cele działań międzypokoleniowych

Celem programu Senior Caritas jest poprawa jakości życia seniorów i pomagających im wolontariuszy poprzez aktywizację i wsparcie indywidualne seniorów, tworzenie więzi przyjaźni (pokoleniowych i międzypokoleniowych), wspieranie i aktywizowanie sieci pomocy i samopomocy w społecznościach lokalnych i tym samym minimalizowanie procesów osamotnienia i wykluczenia społecznego seniorów.



Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

„Senior Caritas est” to jeden z kilkudziesięciu mini projektów realizowanych w ramach programu konkursowego „Senior Caritas”. Projekt jest realizowany w Warszawie przez Caritas Polska przy wsparciu Fundacji Biedronki od 2019 roku. Wszystkie działania online z seniorami, prowadzenie bloga senioralnego, konsultacje i korepetycje cyfrowe są prowadzone bezkosztowo przez młodych i senioralnych wolontariuszy.

Stosowane metody i narzędzia

W pierwszych fazach warszawskiego projektu „Senior Caritas est” (od wiosny 2019 roku) brało udział około 100 seniorów (60+, 70+, 80+) i około 10 młodszych wolontariuszy współorganizujących działania aktywnościowe i integracyjne (spotkania, wycieczki, warsztaty, zajęcia kulturalne).

W drugiej fazie realizacji projektu od marca 2020 roku (czyli od początku pandemii) cele projektu pozostały takie same, ale zmieniły się formy realizacji: większe znaczenie miały kontakty telefoniczne i internetowe uczestników projektu. Ważną rolę zaczęli odgrywać młodzi wolontariusze wprowadzający seniorów w świat mediów cyfrowych. Izolacja seniorów w ich domach, lęk o zdrowie swoje oraz ich rodzin, trudności z wychodzeniem z domu, trudności w kontaktach bardzo negatywnie wpływały na psychiczne i fizyczne samopoczucie seniorów – uczestników projektu.

W związku z pandemią od marca 2020 roku podjęto kilka rodzajów działań wspierających seniorów:






- 1** Młodzi wolontariusze zaczęli systematycznie (3x w tygodniu) rozwozić zupy i posiłki do zamkniętych w domach najbardziej potrzebujących seniorów.
- 2** Przygotowanie okazjonalnych paczek z żywnością, produktami chemicznymi i kosmetycznymi i kilkakrotnie rozwożenie ich do domów seniorów, dołączając do nich życzenia, dobre słowo.
- 3** Młodzi i starsi wolontariusze telefonicznie kontynuowali ”korepetycje” dla seniorów związane z podnoszeniem ich cyfrowych umiejętności.

4 Od kwietnia 2020 roku prowadzenie senioralnej kroniki projektowej – blog <https://senior-caritas-est.blogspot.com/> zamieniono w „codziennik” pod tytułem „Senior sam w domu” z propozycjami filmowymi, koncertowymi, teatralnymi, przyrodniczymi, modlitewnymi. Te codzienne wpisy podtrzymywano przez 134 dni do końca lipca 2020. Następnie wrócono do formy cotygodniowych wpisów. Blog do kwietnia 2021 r. miał ponad 11.300 odstępów. Blog aktualnie (czerwiec 2024) istnieje i posiada bardzo dużo regularnie zamieszczanych wpisów.


5 W kwietniu 2020 roku zaproponowano seniorom cotygodniowe spotkania online. 30% seniorów - uczestników projektu ma możliwości wzięcia udziału w tych spotkaniach i korzystania z zasobów Internetu. Zapraszani są ciekawi goście. W spotkaniach uczestniczy średnio około 20 seniorów i 1-2 młodszych wolontariuszy.

Rezultaty

Krótkookresowe rezultaty działań podjętych w projekcie:

-  wymierna, systematyczna pomoc żywnościowa ponad 100 seniorom (kilogramy darów, litry zupy, kilometry przejechane po Warszawie, by dotrzeć do domów seniorów, wizyty w domach/progach seniorów),
-  systematyczny kontakt telefoniczny z około 60 seniorami; godziny rozmów, wsparcie psychiczne i duchowe,
-  systematyczne, cotygodniowe spotkania online około 30 seniorów i wolontariuszy,
-  systematyczne wpisy/opisy/propozycje na blogu senioralnym (ponad 11.300 odstępów),
-  zdjęcia i filmy z działań, audycje radiowe i telewizyjne, teksty prasowe.

Rezultaty długookresowe to:

-  podtrzymanie osobistych relacji pomiędzy uczestnikami projektu – seniorami i wolontariuszami pomimo okresu izolacji spowodowanej pandemią Coronawirusa i minimalizowanie poczucia osamotnienia seniorów,

➤ zachowanie możliwie dobrej kondycji psychicznej, duchowej, fizycznej u większości seniorów – uczestników projektu, aktywizacja seniorów i wolontariuszy,

➤ podniesienie umiejętności cyfrowych u 30% seniorów – uczestników projektu,

➤ upowszechnienie wiedzy i doświadczenia związanego z pomocą seniorom wśród młodych wolontariuszy oraz podniesienie poziomu świadomości społecznej na temat integracji międzypokoleniowej poprzez przekazy w mediach.

Trudności

Największą trudność stanowi cyfrowa marginalizacja seniorów. Na 100 seniorów – uczestników projektu (od wiosny 2019) około 30 osób miało adresy mailowe i było zainteresowanych rozwojem swoich cyfrowych umiejętności. W tej grupie są także seniorzy 80+. Jednak większość seniorów z uwagi na sprzętowe, fizyczne, kompetencyjne ograniczenia nie może brać udziału w spotkaniach online czy internetowych poszukiwaniach. Pomimo podejmowanych prób w niewielkim stopniu udaje się włączać kolejnych seniorów w wirtualny świat. W kontaktach z nimi trzeba korzystać z takich form kontaktu jak: telefon, indywidualne spotkania na świeżym powietrzu, rozmowy „przez próg”.

Głównym problemem w momencie rozpoczynania projektu było wyposażenie w sprzęt i kompetencje cyfrowe seniorów. Wielu seniorów chciałoby bardzo brać udział w spotkaniach online z innymi, a także korzystać z możliwości, jakie daje Internet. Nie posiadają jednak ani odpowiedniego sprzętu (komputera czy telefonu), ani umiejętności.

Źródło informacji

Adres bloga projektu: https://senior-caritas-est.blogspot.com/file:///C:/Users/operator/Downloads/1-2021_Biuletyn_RdsPS_31052021.pdf

1.2. Projekt „Aktywni Społecznie”

Cele działań międzypokoleniowych

Najważniejszym celem projektu międzypokoleniowego „Aktywni Społecznie” jest tworzenie i utrzymywanie relacji międzypokoleniowych, wypracowywanie mechanizmów komunikacji międzypokoleniowej opartej na wzajemnym szacunku, budowanie pozytywnego wizerunku osób starszych w społeczeństwie oraz wzbudzanie pozytywnych emocji wśród uczniów i uczestników dziennego domu pomocy wynikających ze wspólnego przebywania w grupie zróżnicowanej wiekowo. Aby osiągnąć tak założone cele, za najlepszą formę pracy z seniorami i uczniami przyjęto systematyczne działania warsztatowe, w małych grupach i/lub zajęcia indywidualne w parach zróżnicowanych wiekowo.

Cele szczegółowe projektu to:

▶ podjęcie próby wychowawczego wpływu na młodzież nie poprzez system nakazów i zakazów, ale poprzez praktyczne działania prospołeczne,

▶ umożliwienie młodzieży szkolnej realizacji potrzeby bycia osobą pożyteczną społecznie przed rozpoczęciem kariery zawodowej oraz stworzenie przestrzeni do zawiązania się międzypokoleniowych relacji opartych na szacunku i wzajemności,

▶ realizowanie się jako wolontariusz (1) ma potencjał terapeutycznego oddziaływania na młodzież, która coraz częściej zmagają się z problemami emocjonalnymi, oraz (2) uwrażliwiania jej reagowanie na potrzeby osób starszych,

▶ kompensacja braku relacji wielopokoleniowych w środowisku domowym uczniów,

▶ nawiązanie przez seniorów osobistych kontaktów i znajomości z młodzieżą, stworzenie możliwości budowania kontaktu emocjonalnego pomiędzy seniorem a młodszym pokoleniem,

▶ poznanie przez młodzież specyfiki przebiegu procesu starzenia się oraz wszelkich uwarunkowań życia osób w wieku podeszłym oraz ich znaczenia we współczesnym społeczeństwie,

▶ budowanie u młodzieży szacunku do osób starszych i niepełnosprawnych, uwrażliwianie młodzieży na potrzeby osób samotnych, niepełnosprawnych i starszych,

➤ dzielenie się przez seniorów doświadczeniem życiowym z młodym pokoleniem, w tym przekazywanie tradycji wzorców i odpowiedzialności,

➤ zachowanie przez seniorów (i podtrzymanie) dostępu do kontaktów społecznych z młodszym pokoleniem,

➤ aktywizacja osób 70+.

Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

Projekt realizowany jest we współpracy dwóch podmiotów: Gdańska Fundacja „I Ty Możesz Wszystko” (gfitmw.pl, fanpage) oraz Gdańskie Liceum Autonomiczne (gla.gfo.pl, fanpage).

DZIENNY DOM POMOCY GDAŃSK UL. WAJDELOTY 28A, placówka dziennej opieki świadcząca usługi opiekuńcze dla osób starszych i niepełnosprawnych.

Stosowane metody i narzędzia

Przez lata trwania projektu uczestniczyła w nim młodzież w wieku od 12 do 19 lat oraz seniorzy w wieku 70+ i więcej (średnia wieku osób w DDP wynosi 85 lat).

Impulsem do rozpoczęcia projektu była chęć stworzenia "żywego" Szkolnego Systemu Wychowawczego, jak i chęć umożliwienia osobom starszym zachowanie stałego kontaktu z młodszym pokoleniem, a w efekcie i „odczarowywanie” stereotypów poprzez wzajemne przebywanie ze sobą przedstawicieli pokolenia „seniorów” i „juniorów”.

Przez 7 lat trwania projektu młodzież szkolna (Gdańskiego Autonomicznego Gimnazjum i Gdańskiego Liceum Autonomicznego) prawie stukrotnie odwiedziła seniorów Dziennego Domu Opieki. W ramach odwiedzin realizowane były następujące aktywności:

➤ wspólne gry planszowe. W ramach tych zajęć młodzież uczyła seniorów różnego rodzaju gier planszowych oraz spędzała z nimi czas na wspólnym graniu,

➤ quizy i kalambury. Młodzież przygotowywała zestawy pytań/zadań o różnej tematyce. Seniorzy w podgrupach rywalizowali o to, która grupa udzieli najwięcej prawidłowych odpowiedzi,

zajęcia ruchowe. Grupa dziewcząt prowadziła dla seniorów zajęcia ruchowe przy muzyce,

wywiady. Uczniowie spotykali się dwu lub trzykrotnie z wybranym seniorem, by przeprowadzić wywiady na tematy takie jak dzieciństwo, technologie, dawne gry i zabawy, wartości,

zajęcia artystyczne, w ramach których tworzone np. ozdoby świąteczne, dekorowano pierniczki itp.,

wspólne śpiewanie kolęd,

nauka robienia na drutach, szydełku dla dziewcząt,

pomoc przy różnego rodzaju okazjach (np. przy organizacji dzielnicowego festynu, pomoc w rozwożeniu paczek świątecznych lub upominków z okazji Dnia Babci i Dziadka),

gry w szachy, warcaby i inne gry edukacyjne,

nauka seniorów umiejętności teleinformatycznych (obsługa telefonu, tabletu, dostępu do sieci internetowej, korzystanie z komunikatorów).

Projekt jest praktycznie bezkosztowy. Jedyne wydatki dotyczą dojazdu uczniów i nauczyciela ze szkoły do Domu Diennej Opieki komunikacją miejską. Projekt wymaga dość dużej pracy organizacyjnej polegającej głównie na pogodzeniu możliwych terminów odwiedzin oferowanych przez Dzienny Dom Pomocy z planem pracy nauczyciela odwiedzającego seniorów wraz z młodzieżą oraz planem lekcji młodzieży tak, by nie opuszczali oni wielu lekcji. Dodatkowo wyjścia wymagają konsultowania z dyrekcją szkoły oraz w przypadku niektórych uczniów z nauczycielami przedmiotowymi.

Projekt wymaga też sporo pracy koncepcyjnej polegającej na opracowaniu tematów spotkań i zajęć młodzieży z seniorami tak by były one korzystne i ciekawe dla obu stron. Wymaga dużego zaangażowania (determinacji) ze strony koordynatora projektu i po stronie DDP i szkoły.



Każde spotkanie wymaga wcześniejszego przygotowania uczestników – zarówno uczniów, jak i seniorów. Chodzi o przełamywanie barier komunikacyjnych i obaw psychologicznych do „otworzenia się na drugą osobę”, występujących po obu stronach (uczniowie i seniorzy). W przygotowanie spotkań włączani są psychologowie i pedagodzy.

Rezultaty

Krótkookresowymi i długookresowymi rezultatami projektu są:

- stworzenie atrakcyjnej i zróżnicowanej oferty zajęć aktywizujących seniorów,
- bliższe zrozumienie potrzeb i trudności osób w podeszłym wieku przez młodzież,
- oddziaływanie na podświadomość: sporo przyjemnych wspomnień dla uczniów i seniorów,
- zaprzyjaźnienie dwóch instytucji owocujące wzajemnym wsparciem, wymianą doświadczeń.

Trudności

W pierwszych kilku latach był to projekt gimnazjalny. Następnie, w związku z likwidacją gimnazjów, projekt przeniósł się do liceum. Sytuacja pandemiczna utrudniała kontynuację projektu. Po pandemii dużym sukcesem byłoby zainteresowanie projektem podobnej liczby młodych osób jak było to w gimnazjum.

W najlepszych latach uczestniczyło w projekcie około 70 uczniów, po pandemii około 10 uczniów. Uczniowie szkoły licealnej mają inne priorytety/zobowiązania – przygotowania do matury, część z nich podejmuje pracę.

Drugą kwestią jest próba zwiększenia siły oddziaływania projektu na ucznia. Przeciętny uczeń biorący udział w projekcie odwiedza seniorów 2-4 razy w roku na półtorej godziny, bardzo rzadko częściej. Dodatkowo jego zaangażowanie w przygotowanie się do spotkania i w samo spotkanie jest bardzo różne - od dużego po znikome (co wynika z wielu czynników, choćby związanych z wartościami

wyniesionymi ze środowiska rodzinnego i/lub niezależnych od ucznia). W ramach większego angażowania młodzieży należałoby popracować nad większym jej udziałem w pracy koncepcyjnej nad celami i formami realizacji projektu „Aktywni Społecznie”, niż miało to miejsce w gimnazjum, tak by były bardziej odpowiednie dla starszej grupy wiekowej.

Źródło informacji

<https://gfitmw.pl/>

<http://www.gla.gfo.pl/>

https://www.facebook.com/gfitmw?ref=embed_page

<https://www.facebook.com/gfitmw>

file:///C:/Users/operator/Downloads/1-2021_Biuletyn_RdsPS_31052021.pdf

1.3. Centrum Aktywności Międzypokoleniowej “Nowolipie”

Cele działań międzypokoleniowych

1 Aktywizacja i integracja senierek i seniorów

✓ Profilaktyka osamotnienia:
Zapobieganie poczuciu izolacji społecznej.

✓ Zapobieganie wykluczeniu:
Tworzenie możliwości społecznego zaangażowania.

✓ Poprawa zdrowia fizycznego i psychicznego:
Organizacja zajęć i warsztatów sprzyjających zdrowiu.

2 Integracja międzypokoleniowa

✓ Poprawa zrozumienia potrzeb osób starszych przez młodsze pokolenia:
Promowanie wzajemnego szacunku i empatii.

✓ Wspieranie dialogu międzypokoleniowego:
Organizowanie spotkań i wydarzeń, które umożliwiają wymianę doświadczeń i poglądów między różnymi grupami wiekowymi.

Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

1 Centrum Aktywności Międzypokoleniowej „Nowolipie”:

Organizacja oferująca szeroką gamę działań dla seniorów oraz młodszych pokoleń.

2 Organizacja LEVEL UP

NGO wspierająca młodzież w podejmowaniu aktywności na rzecz społeczności lokalnej.

3 Wydział Pedagogiczny Uniwersytetu Warszawskiego:

Instytucja akademicka wspierająca projekty międzypokoleniowe.

4 The Bartenders i Alibabki

Zespoły muzyczne angażujące się w projekty łączące pokolenia poprzez muzykę.

5 Redakcja magazynu #POKOLENIA

Zespół tworzący miesięcznik dla seniorów, angażujący ich w proces twórczy i redakcyjny.

Stosowane metody i narzędzia

1 Warsztaty rozwoju osobistego

Projekt „Pokoleniowe skrzydła” realizowany przez LEVEL UP i CAM, obejmujący warsztaty dla różnych grup wiekowych.

Cele warsztatów:

rozwijanie kompetencji uczestników, określanie celów życiowych, wzmacnianie poczucia własnej wartości.

2 Międzypokoleniowe Spotkania Muzyczne:

Koncerty z udziałem zespołów The Bartenders i Alibabki, które przyciągają różne pokolenia i promują historię muzyki ska w Polsce.

3 Dyskusyjny klub książki

Spotkania literackie, takie jak „Babka z książką”, gdzie uczestnicy omawiają tematy związane z literaturą, feminizmem i międzypokoleniowością.

4 Magazyn #POKOLENIA

Miesięcznik tworzony przez seniorów, poruszający tematy istotne dla dojrzałych mieszkańców Warszawy, oferujący wartościowe treści i atrakcyjną szatę graficzną.

Rezultaty

1 Wzrost aktywności seniorów

Zwiększenie uczestnictwa seniorów w życiu społecznym i kulturalnym.
Poprawa ich dobrostanu psychicznego i fizycznego.

2 Zwiększenie dialogu międzypokoleniowego

Lepsze zrozumienie i współpraca między różnymi grupami wiekowymi.
Budowanie więzi i wzajemnego szacunku.

3 Promocja integracji społecznej

Tworzenie przyjaznych warunków dla współdziałania osób w każdym wieku.
Promowanie pozytywnego wizerunku seniorów i młodszych pokoleń.

Trudności

1 Wykluczenie cyfrowe:

Brak umiejętności korzystania z nowych technologii przez część seniorów, co ogranicza ich udział w niektórych działaniach.

2 Bariery komunikacyjne:

Różnice w postrzeganiu i doświadczeniach między pokoleniami mogą prowadzić do nieporozumień i trudności w komunikacji.

3 Ograniczone zasoby finansowe

Trudności w pozyskiwaniu funduszy na realizację projektów, co może ograniczać zakres działań.

Źródła informacji

1. Oficjalne strony internetowe organizacji:

<https://cam.waw.pl/centrum-aktywnosci-miedzypokoleniowej>

2. Materiały informacyjne

Broszury i ulotki dostępne w Centrum Aktywności Międzypokoleniowej „Nowolipie”.

3. Magazyn #POKOLENIA**:

Miesięcznik dostępny w wersji drukowanej i w wybranych placówkach w Warszawie.

1.4. Od Radia do IPoda

Cele działań międzypokoleniowych

1 Aktywizacja i integracja społeczna:

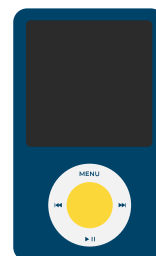
Wzmocnienie więzi między mieszkańcami Dobczyc, od najmłodszych do najstarszych, poprzez wspólne projekty.

2 Rozwój technicznych i inżynierskich umiejętności:

Zachęcenie dzieci i młodzieży do zainteresowania się techniką i fizyką poprzez praktyczne warsztaty.

3 Kreowanie przestrzeni do interakcji międzypokoleniowej:

Tworzenie okazji do spotkań i współpracy osób z różnych pokoleń, co sprzyja budowaniu relacji i wzajemnemu zrozumieniu.



Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

✓ Lokalna biblioteka w Dobczycach:

Główne miejsce realizacji projektu, organizator warsztatów i wystaw.

✓ Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę”:

Wspierało projekt finansowo i merytorycznie.

✓ Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności:

Udzielała dotacji w ramach konkursu „Seniorzy w akcji”.

Stosowane metody i narzędzia

1 Warsztaty techniczne:

Regularne spotkania, podczas których uczestnicy budowali radioodbiorniki. Prace obejmowały lutowanie, łączenie kondensatorów, oporników oraz konstruowanie obudów.

2 Prelekcje i wystawy:

Prezentacje kolekcji radioodbiorników Ryszarda Dulskiego, które były połączone z prelekcjami na temat historii i techniki radiowej.

3 Międzypokoleniowa współpraca:

Dzieci i młodzież pracowali razem z seniorami, ucząc się od siebie nawzajem i dzieląc się wiedzą na temat nowych technologii.

Rezultaty

1 Zwiększone zainteresowanie techniką wśród dzieci i młodzieży:

Uczestnicy nauczyli się podstaw elektroniki i majsterkowania, co mogło stać się początkiem ich przyszłej kariery inżynierskiej.

2 Wzmocnione więzi międzypokoleniowe:

Projekt przyczynił się do lepszego zrozumienia i współpracy między różnymi pokoleniami.

3 Rozwój społeczności lokalnej:

Powstanie nieformalnej grupy pasjonatów techniki, która kontynuuje działania międzypokoleniowe.

4 Publikacje i filmy:

Stworzenie albumu dokumentującego projekt oraz film na YouTube, które promują osiągnięcia i inspirują do dalszych działań.

Trudności

1 Różnice w poziomie umiejętności:

Uczestnicy mieli różny poziom zaawansowania technicznego, co wymagało indywidualnego podejścia i wsparcia.

2 Emocjonalne wyzwania:

Niektórzy uczestnicy, zwłaszcza młodszy, mogli czuć się przytłoczeni lub zniechęceni trudnościami technicznymi, co wymagało dodatkowej motywacji i wsparcia.

3 Kwestie bezpieczeństwa:

Praca z narzędziami i maszynami wymagała szczególnej uwagi i przestrzegania zasad bezpieczeństwa.

Źródła informacji

1. <http://www.biblioteka.dobczyce.pl/>

2. Film dokumentujący projekt: Dostępny na YouTube: [Film z projektu] (<https://www.youtube.com/watch?v=K2HqkfsqZa8>)

3. Publikacja „Seniorzy w akcji. Świat zmieniają ludzie z pasją”: Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę”, 2017.

4. Materiały informacyjne i albumy:

Dostępne w lokalnej bibliotece w Dobczycach oraz w bibliotece wojewódzkiej w Krakowie.

1.5. Dancing międzypokoleniowy

Cele działań międzypokoleniowych

1 Przełamywanie stereotypów:

Zmiana postrzegania starości i walka z wykluczeniem społecznym osób starszych.

2 Łączenie pokoleń:

Tworzenie wspólnej przestrzeni do zabawy i integracji młodych oraz starszych osób.

3 Tworzenie miejsc pracy dla seniorów:

Poprawa jakości życia osób starszych poprzez angażowanie ich w różnorodne działania.

4 Inspiracja do rozwijania pasji:

Zachęcanie do aktywności i rozwijania zainteresowań niezależnie od wieku.

5 Nauka tolerancji i odwagi życiowej:

Promowanie wzajemnego szacunku i zrozumienia między pokoleniami.

Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

1.DJ Wika: Seniorka DJ, twarz i rezydentka Dancingu Międzypokoleniowego.

2.Senior DJs Academy: Organizacja warsztatów dla seniorów DJ-ów.

3.Senior Casting Agency: Agencja promująca zatrudnianie seniorów w produkcjach filmowych.

Stosowane metody i narzędzia

1 Dancingi Międzypokoleniowe:

✓ Regularne imprezy taneczne w klubach, gdzie spotykają się seniorzy i młodzi ludzie.

✓ Organizowane domówki - kameralne spotkania taneczno-muzyczne w mieszkaniach seniorów.

2 Warsztaty DJ-ów:

Senior DJs Academy prowadzi warsztaty dla seniorów, ucząc ich miksowania muzyki i obsługi programów DJ-skich.

3 Media i promocja:

- ✓ Wykorzystanie mediów społecznościowych do promowania wydarzeń i angażowania nowych uczestników.
- ✓ Współpraca z lokalnymi mediami i pocztą pantoflową.

4 Współpraca międzypokoleniowa:

- ✓ Łączenie młodych i starszych DJ-ów we wspólnych projektach muzycznych.
- ✓ Organizowanie spotkań, gdzie seniorzy mogą przekazywać młodszym wiedzę i doświadczenia oraz odwrotnie.

Rezultaty

➡ Przetłumaczenie barier międzypokoleniowych:

Zmniejszenie dystansu między młodymi a starszymi uczestnikami.

➡ Wzrost aktywności seniorów:

Zwiększenie zaangażowania seniorów w życie kulturalne i społeczne.

➡ Tworzenie społeczności:

Budowanie relacji i wzajemnej pomocy wśród uczestników Dancingu.

➡ Nowe umiejętności:

Seniorzy zdobywają nowe umiejętności techniczne i muzyczne.

➡ Promocja aktywnego starzenia się:

Seniorzy stają się wzorami aktywnego i pełnego życia, inspirując innych.

Trudności

 Brak stałego finansowania:

W chwili obecnej projekt nie otrzymuje grantów, co może ograniczać rozwój i kontynuację działań.

 Przełamywanie stereotypów:

Potrzeba stałej pracy nad zmianą postrzegania starości i zachęcania młodszych pokoleń do współpracy z seniorami.

 Techniczne wyzwania:

Nauka nowych technologii i programów DJ-skich przez seniorów może być wyzwaniem.

Źródła informacji

<https://www.instagram.com/dancingmiedzypokoleniowy/>

<https://www.facebook.com/dancingmiedzypokoleniowy/>

1.6. Szkoła Superbabci i Superdziadka

Cele działań międzypokoleniowych



Wspieranie babć i dziadków:

→ Towarzystwo wnukom w poznawaniu świata i rozwijaniu umiejętności.

→ Wspieranie wnuków w obowiązkach szkolnych.



Samorozwój seniorów:

→ Zachęcanie starszych osób do dbania o swoje zdrowie i aktywność.

→ Wspieranie seniorów w rozwijaniu nowych umiejętności.



Budowanie więzi rodzinnych:

→ Wzmocnienie pozycji babć i dziadków w rodzinie.

→ Poprawa relacji i komunikacji między pokoleniami.

Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

1 Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej, oddział w Lublinie:

Organizator projektu i prowadzący szkołę dla babć i dziadków.

2 Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę”:

Wspiera projekt finansowo i merytorycznie.

3 Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności:

Finansowanie w ramach konkursu dotacyjnego „Seniorzy w akcji”.

4 Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej:

Wsparcie finansowe projektu.

Stosowane metody i narzędzia

Warsztaty:

Tematy obejmują nowe formy komunikacji, zdrową dietę, ciekawe zabawy, bezpieczne korzystanie z technologii i wsparcie w pierwszych latach szkolnych.

Spotkania rodzinne:

Organizacja rodzinnych zabaw i wycieczek, które angażują wnuków.
Gry miejskie i wycieczki dla starszych wnuków.

Zajęcia teatralne:

Klub SuperBabci organizuje spektakle teatralne dla dzieci w przedszkolach i szpitalach dziecięcych.

Praca z psychologami:

Warsztaty z psychologami dotyczące komunikacji z dziećmi i rodzicami.

Rezultaty

Poprawa relacji rodzinnych:

- ✓ Zwiększenie zaangażowania babć i dziadków w życie rodzinne.
- ✓ Poprawa komunikacji i relacji z wnukami.

Rozwój osobisty seniorów:

- ✓ Nabycie nowych umiejętności i rozwijanie zainteresowań.
- ✓ Wzrost pewności siebie i nawiązanie nowych koleżeńskich relacji.

Kreatywność i aktywność:

- ✓ Seniorzy odkrywają zdolności artystyczne i angażują się w działania teatralne.
- ✓ Zakładanie kont mailowych i korzystanie z nowych technologii.

Trudności

1 Stereotypy:

Przełamywanie przekonania, że babcie i dziadkowie nie potrzebują się uczyć nowych rzeczy, bo wiedzą najlepiej.

2 Rekrutacja uczestników:

Pomimo widoczności projektu w mediach, rekrutacja może być trudna ze względu na istniejące stereotypy.

3 Finansowanie:

Stałe pozyskiwanie funduszy na kontynuację i rozwijanie projektu.

Źródła informacji

1. <http://www.superbabcia.org.pl>

2. <http://superbabciaisuperdziadek.pl>

1.7. Latające babcie

Cele działań międzypokoleniowych

- ▶ Promowanie kreatywności i pasji seniorów:
 - ✓ Zachęcanie seniorów do realizowania swoich pasji, takich jak pisanie bajek i występy teatralne.
 - ✓ Umożliwienie seniorom realizacji marzeń i rozwijania swoich talentów.
- ▶ Wsparcie dzieci:
 - ✓ Budowanie pozytywnych relacji między dziećmi a starszymi osobami.
- ▶ Łączenie pokoleń:
 - ✓ Tworzenie okazji do interakcji międzypokoleniowej, gdzie dzieci i seniorzy mogą wspólnie uczestniczyć w przedstawieniach i warsztatach.

Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

1 Stowarzyszenie kobiety.lodz.pl:

Organizacja, w ramach której działają „Latające Babcie”.

2 Narodowe Centrum Kultury:

Wspiera projekt finansowo w ramach programu „Promocja języka polskiego”.

3 Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e”:

Organizacja, która wspiera projekt poprzez konkursy dotacyjne.

Stosowane metody i narzędzia

1 Pisanie i wystawianie bajek:

Seniorki piszą bajki i wiersze, które następnie przedstawiają w formie miniprzedstawień dla dzieci.

2 Warsztaty i szkolenia:

Warsztaty literackie, aktorskie i dotyczące komunikacji z dziećmi.

Praca z konsultantami literackimi i aktorskimi nad tekstami i prezentacją.

3 Występy w różnych miejscach:

Prezentowanie bajek i przedstawień w przedszkolach, świetlicach, domach dziecka i szpitalach.

Organizowanie spotkań rodzinnych i uczestnictwo w lokalnych wydarzeniach.

Rezultaty

✓ Rozwój osobisty seniorów:

→ Seniorki rozwijają swoje umiejętności literackie i aktorskie, zyskując pewność siebie.

→ Zwiększenie aktywności społecznej seniorów i wzmocnienie ich poczucia własnej wartości.

✓ Wsparcie i dla dzieci:

→ Dzieci czerpią radość z interakcji z seniorkami, uczą się od nich i budują pozytywne relacje.

→ Dzieci w trudnych sytuacjach (np. w domach dziecka) otrzymują wsparcie emocjonalne.

✓ Budowanie więzi międzypokoleniowych:

→ Przekształcenie stereotypowego obrazu starości, pokazując, że seniorzy mogą być aktywni i twórczy.

→ Tworzenie wspólnoty międzypokoleniowej, w której dzieci i seniorzy wzajemnie sobie pomagają.

Trudności

1 Emocjonalne wyzwania:

Występowanie przed dziećmi z domów dziecka i szpitali może być emocjonalnie trudne dla senierek.

2 Stereotypy:

Przełamywanie stereotypów dotyczących roli seniorów w społeczeństwie.

3 Finansowanie:

Stałe pozyskiwanie funduszy na kontynuację i rozwijanie projektu.

Źródła informacji

1. Strony internetowe projektu:

<https://seniorzywakcji.pl/projekty/latajace-babcie/>

<https://nck.pl/projekty-kulturalne/projekty/ojczysty-dodaj-do-ulubionych/aktualnosci/gala-latajacych-babc>

2. Artykuły i wywiady:

Artykuły opisujące działania Latających Babć w lokalnych mediach, takie jak MjakMama24 i Wyborcza.pl.

3. Filmy i multimedia:

Filmy dokumentujące działania Latających Babć

1.8. Międzypokoleniowe motywacje

Cele działań międzypokoleniowych

 Promowanie międzypokoleniowości:

 Zwiększenie świadomości społecznej na temat wartości relacji międzypokoleniowych.

 Wspieranie współpracy i dialogu między seniorami a młodzieżą.

 Zaangażowanie obywatelskie:

 Zachęcenie seniorów i młodzieży do realizacji wspólnych projektów na rzecz społeczności lokalnej.

 Rozwój umiejętności społecznych i obywatelskich uczestników.

 Integracja społeczna:

 Łączenie różnych pokoleń poprzez wspólne działania i projekty.

 Przetłumaczenie stereotypów dotyczących wieku i budowanie wzajemnego zrozumienia.

Organizacje i instytucje zaangażowane we współpracę międzypokoleniową

- 1** Stowarzyszenie MOCnaMOC:
Główny organizator i realizator projektu.
- 2** Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego:
Grantodawca finansujący projekt ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich na lata 2014-2020.
- 3** Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e”:
Organizacja wspierająca projekt poprzez innowacyjne modele społeczne.

Stosowane metody i narzędzia

- 1** Warsztaty i Akademie:
 - ✓ Akademia Senioralna i Akademia Młodzieżowa:
Warsztaty motywacyjne przygotowujące uczestników do współpracy międzypokoleniowej.
 - ✓ Tworzenie Wewnątrzpokoleniowych Sieci Współpracy.
- 2** Międzypokoleniowe spotkania i mentoring:
 - ✓ Spotkania zapoznawcze i warsztaty mentoringowe, gdzie seniorzy i młodzież tworzą wspólne projekty (MotywAkcje).
- 3** Konkurs i Gala:
 - ✓ Konkurs na najlepsze projekty międzypokoleniowe, których autorzy otrzymują wsparcie mentorskie i granty.
 - ✓ Uroczysta gala prezentująca efekty współpracy podczas Sosnowieckiego Dnia Międzypokoleniowości.

MOTIVATION

Rezultaty

1 Realizacja projektów międzypokoleniowych:

10 wspólnych projektów (MotywAkcje) realizowanych przez seniorów i młodzież.

- 1) MIĘDZYPOKOLENIOWA PODRÓŻ DO PRZYSZŁOŚCI
- 2) MIĘDZYPOKOLENIOWY TALERZ WIGILIJNY
- 3) MIĘDZYPOKOLENIOWE ZADUSZKI LITERACKIE
- 4) MUZYKA ŁĄCZY POKOLENIA
- 5) STARSZY NIE ZNACZY SAMOTNY
- 6) SPEED BALL ŁĄCZY POKOLENIA
- 7) MIĘDZY NAMI POKOLENIAMI
- 8) TACY SAMI - PRAWDA CZY FAŁSZ
- 9) II REGIONALNY ZŁOT PATRIOTYCZNY
- 10) DEBATA MIĘDZYPOKOLENIOWA

2 Poszerzenie wiedzy i umiejętności:

Uczestnicy poszerzyli swoje kompetencje społeczne i obywatelskie.

3 Zmiana postaw i integracja:

Projekty przyczyniły się do zmiany postaw wobec drugiego pokolenia oraz do zacieśnienia więzi międzypokoleniowych.

Trudności.

Przełamywanie stereotypów:

Praca nad zmniejszeniem uprzedzeń i stereotypów związanych z wiekiem uczestników.

Logistyka i organizacja:

Koordinacja działań wielu grup i zapewnienie odpowiednich zasobów do realizacji projektów.

Finansowanie i wsparcie:

Stałe pozyskiwanie funduszy na kontynuację i rozwijanie projektu.

Źródła informacji

<https://mocnamoc.pl/motywakcje/projekcie>

2. Sukcesy związane z działaniami międzypokoleniowymi

Na podstawie przeglądu dobrych praktyk stosowanych w Polsce w zakresie współpracy międzypokoleniowej można wymienić następujące sukcesy jakie wynikają z działań międzypokoleniowych:

✓ Wzmacnianie więzi społecznych

- **Integracja społeczna:** Projekty międzypokoleniowe pomagają łączyć ludzi w różnym wieku, co prowadzi do silniejszych więzi społecznych,
- **Zrozumienie i empatia:** Spotkania międzypokoleniowe zwiększają wzajemne zrozumienie i empatię między pokoleniami.

✓ Transfer wiedzy i umiejętności

- **Dzielenie się doświadczeniem:** Starsze pokolenia przekazują swoją wiedzę i doświadczenia młodszemu, co jest cennym źródłem nauki,
- **Nauka nowych technologii:** Młodsze pokolenia pomagają starszym w nauce obsługi nowych technologii, co zwiększa ich samodzielność i komfort życia.

✓ Rozwój osobisty i zawodowy

- **Mentoring:** Programy międzypokoleniowe często zawierają elementy mentoringu, które mogą wspierać rozwój osobisty i zawodowy obu stron,
- **Wzrost samooceny:** Uczestnictwo w takich programach zwiększa samoocenę i poczucie własnej wartości uczestników.

✓ Zmniejszenie izolacji społecznej

- **Aktywizacja społeczna:** Starsze osoby mogą uniknąć izolacji społecznej poprzez udział w aktywnościach międzypokoleniowych,
- **Wsparcie emocjonalne:** Młodsze osoby korzystają ze wsparcia emocjonalnego i mądrości życiowej starszych osób.



Podsumowanie

Działania międzypokoleniowe mogą przynieść wiele korzyści, w tym wzmocnienie więzi społecznych, transfer wiedzy i umiejętności oraz zmniejszenie izolacji społecznej. Ważne jest zaangażowanie obu grup interesariuszy tej współpracy.

Dla organizatorów działań międzypokoleniowych kluczowe są odpowiednie przemyślane działania motywacyjne.

3. Wyzwania związane z działaniami międzypokoleniowymi

Na podstawie przeglądu dobrych praktyk stosowanych w Polsce w zakresie współpracy międzypokoleniowej można wymienić następujące wyzwania jakie pojawiają się w związku z prowadzonymi działaniami międzypokoleniowymi:

➔ Różnice kulturowe i pokoleniowe

- ✓ **Stereotypy i uprzedzenia:** Różnice kulturowe i pokoleniowe mogą prowadzić do nieporozumień i uprzedzeń,
- ✓ **Zderzenie wartości:** Różnice w wartościach i normach mogą być wyzwaniem w budowaniu wspólnej płaszczyzny porozumienia.

➔ Komunikacja

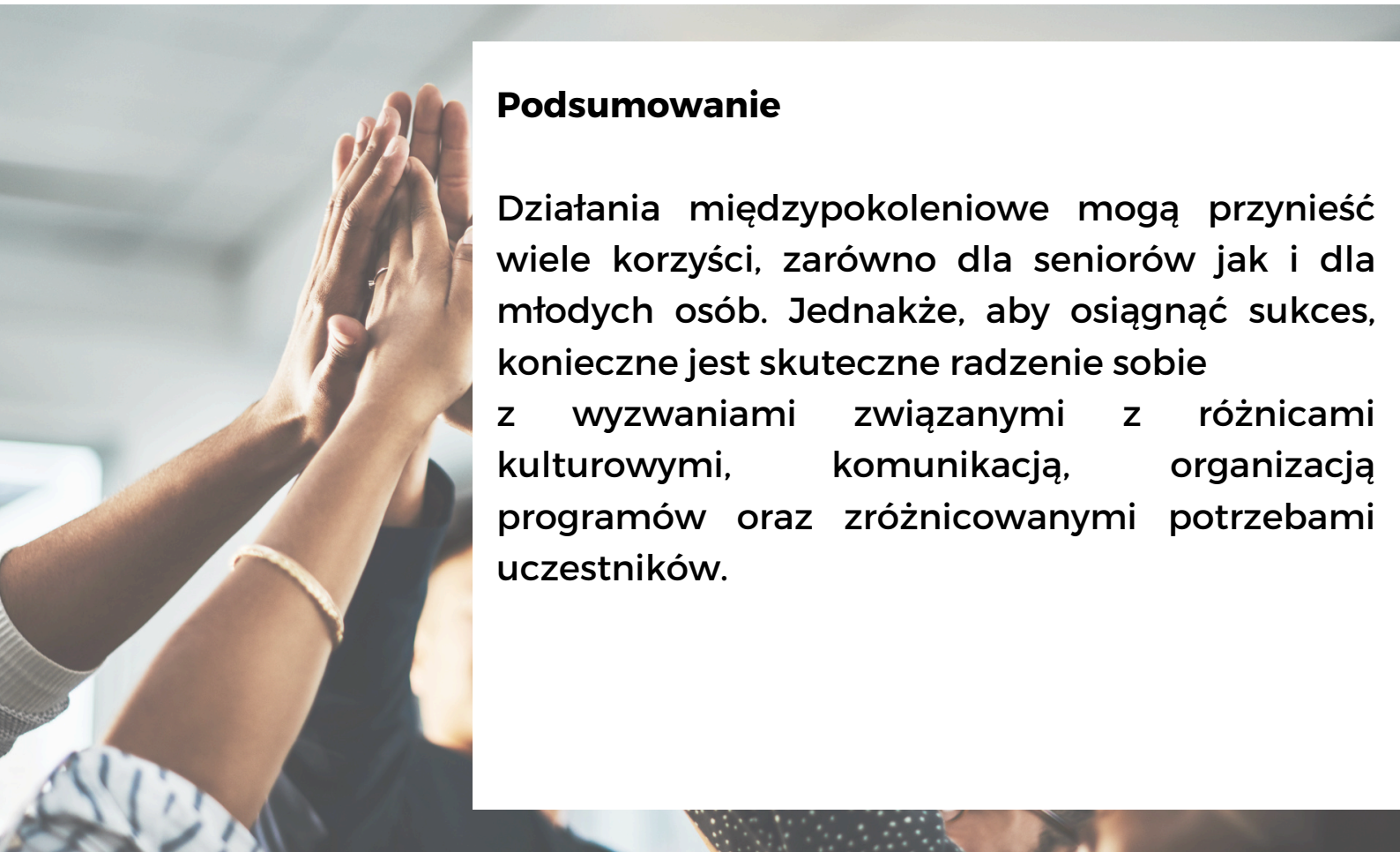
- ✓ **Bariery językowe:** Starsze i młodsze pokolenia mogą używać innego języka (np. slangu młodzieżowego), co może utrudniać komunikację,
- ✓ **Technologia:** Starsze osoby mogą mieć trudności w korzystaniu z nowoczesnych narzędzi komunikacji, co może ograniczać ich uczestnictwo w programach.

➔ Organizacja i zarządzanie programami

- ✓ **Logistyka:** Organizowanie spotkań międzypokoleniowych może być logistycznie skomplikowane, szczególnie jeśli uczestnicy mają różne harmonogramy i potrzeby,
- ✓ **Zasoby:** Brak odpowiednich zasobów finansowych i ludzkich może utrudniać realizację programów międzypokoleniowych.

➔ Zróżnicowane potrzeby uczestników

- ✓ **Różne poziomy energii:** Starsze i młodsze osoby mogą mieć różne poziomy energii i zdrowia, co może wpływać na charakter i intensywność działań,
- ✓ **Indywidualne oczekiwania:** Uczestnicy mogą mieć różne oczekiwania co do korzyści z programu, co może prowadzić do frustracji, jeśli te oczekiwania nie zostaną spełnione.



Podsumowanie

Działania międzypokoleniowe mogą przynieść wiele korzyści, zarówno dla seniorów jak i dla młodych osób. Jednakże, aby osiągnąć sukces, konieczne jest skuteczne radzenie sobie z wyzwaniami związanymi z różnicami kulturowymi, komunikacją, organizacją programów oraz zróżnicowanymi potrzebami uczestników.

4. Wpływ społeczny działań międzypokoleniowych

Działania międzypokoleniowe mają bardzo duży wpływ społeczny, przyczyniając się do poprawy jakości życia poszczególnych osób starszych i młodych, jak i całych społeczności lokalnych. Przejawy tego wpływu są następujące:

Wzmocnienie więzi społecznych

→ **Integracja społeczna:** Działania międzypokoleniowe pomagają łączyć starsze i młodsze pokolenia, co powoduje tworzenie silniej zintegrowanych społeczności. Dzięki wspólnym aktywnościom, ludzie lepiej się poznają i lepiej rozumieją,

→ **Budowanie empatii:** Regularne działania międzypokoleniowe przyczyniają się do rozwoju empatii i wzajemnego zrozumienia między pokoleniami. Osoby starsze i młode uczą się rozumieć perspektywę i doświadczenia innego pokolenia.

Przekazywanie wiedzy i umiejętności

→ **Dzielenie się doświadczeniem:** Starsze pokolenia przekazują swoje życiowe doświadczenia i wiedzę młodszym pokoleniom, co jest być cennym źródłem nauki i inspiracji,

→ **Nauka nowych technologii:** Młode osoby wspierają starszych w nauce nowych technologii, co przyczynia się do zwiększenia samodzielności i poczucie wartości starszych osób.

Poprawa zdrowia psychicznego i fizycznego

→ **Zmniejszenie izolacji jednostek:** Działania międzypokoleniowe pomagają w zmniejszeniu izolacji społecznej, głównie wśród osób starszych. Regularne interakcje społeczne są bardzo ważne dla zdrowia psychicznego i fizycznego,

→ **Wsparcie emocjonalne:** Obie grupy społeczne korzystają z emocjonalnego wsparcia i przyjaźni, co prowadzi do poprawy samopoczucia i jakości życia.

Promowanie aktywnego starzenia się

→ **Zaangażowanie seniorów:** Starsze osoby aktywnie uczestniczą w życiu społecznym, co wpływa na ich poczucie przynależności i wartości. Aktywne starzenie się jest bardzo ważne dla utrzymania zdrowia i dobrostanu,

→ **Rola mentorów:** Starsze pokolenia pełnią rolę mentorów i liderów w społeczności, co podnosi ich poczucie wartości i poczucie wpływu na społeczeństwo.

Wspieranie edukacji i rozwoju młodych

→ **Mentoring:** Programy międzypokoleniowe zawierające elementy mentoringu wspierają rozwój osobisty i zawodowy młodych osób,

→ **Inspiracja:** Młodzi ludzie czerpią inspirację i motywację z historii i doświadczeń starszych osób, co wpływa na ich aspiracje i cele życiowe.

Wzrost tolerancji i zrozumienia

→ **Przełamywanie stereotypów:** Regularne interakcje międzypokoleniowe przyczyniają się do przełamywania stereotypów i uprzedzeń, promują większą tolerancję i zrozumienie między pokoleniami.

Zwiększenie spójności społecznej

→ **Wspólne cele:** Działania międzypokoleniowe, których cele są wspólne dla społeczności lokalnej powodują wzrost poczucia wspólnoty i spójności społecznej.

Podsumowanie

Działania międzypokoleniowe mają pozytywny wpływ społeczny, polegający na wzmacnianiu więzi społecznych, przekazywaniu wiedzy, poprawie zdrowia psychicznego i fizycznego, promowaniu aktywnego starzenia się, wspieraniu edukacji młodych, wzroście tolerancji i zrozumienia oraz zwiększeniu spójności społecznej. Realizacja takich działań przynosi długofalowe korzyści dla całego społeczeństwa, tworząc bardziej zintegrowane, empatyczne i zrównoważone społeczności.

5. Trendy i rozwój w dziedzinie integracji międzypokoleniowej

Działania zmierzające do integracji międzypokoleniowej stają się coraz bardziej popularne jako sposób na budowanie bardziej zintegrowanych i wspierających się społeczności. Najważniejsze trendy i kierunki rozwoju w tej dziedzinie są następujące:

Technologia jako narzędzie integracji

- ✓ **Platformy cyfrowe:** Coraz więcej inicjatyw wykorzystuje technologie cyfrowe do łączenia pokoleń, takie jak aplikacje i platformy społecznościowe, które umożliwiają starszym i młodszym użytkownikom komunikację, naukę i współpracę,
- ✓ **Szkolenia technologiczne:** Programy edukacyjne, które uczą starsze osoby korzystania z nowych technologii, jednocześnie angażując młodszych jako mentorów.

Międzypokoleniowe miejsca spotkań

- ✓ **Wspólne przestrzenie:** Tworzenie wspólnych przestrzeni publicznych, takich jak parki, centra społecznościowe i biblioteki, które są zaprojektowane z myślą o osobach w różnym wieku, aby sprzyjać naturalnym interakcjom międzypokoleniowym.
- ✓ **Wielofunkcyjne budynki:** Projekty architektoniczne, które integrują mieszkania, przedszkola, domy opieki i centra aktywności, promując codzienne spotkania i współpracę.

Programy edukacyjne i mentoringowe

- ✓ **Mentoring:** Programy, w których starsze osoby pełnią rolę mentorów dla młodszych, dzieląc się swoją wiedzą i doświadczeniem zawodowym oraz życiowym,
- ✓ **Edukacja formalna:** Szkoły i uczelnie coraz częściej wprowadzają programy międzypokoleniowe, które angażują studentów i seniorów we wspólne projekty edukacyjne.

Inicjatywy społeczne i wolontariat

✓ **Wolontariat:** Wzrost liczby programów wolontariatu międzypokoleniowego, gdzie ludzie w różnym wieku współpracują przy projektach społecznych, ekologicznych i kulturalnych,

✓ **Projekty społeczne:** Inicjatywy, które angażują mieszkańców różnych grup wiekowych w projekty mające na celu poprawę lokalnych społeczności.

Programy zdrowotne i rekreacyjne

✓ **Aktywność fizyczna:** Organizowanie wspólnych zajęć sportowych i rekreacyjnych, takich jak joga, tańce czy spacer, które są dostosowane do różnych grup wiekowych,

✓ **Zdrowie i dobrostan:** Programy promujące zdrowy styl życia, które angażują zarówno młodszych, jak i starszych uczestników w edukację zdrowotną i wspólne aktywności.

Kultura i sztuka

✓ **Projekty artystyczne:** Wspólne projekty artystyczne, takie jak warsztaty malarskie, teatralne czy muzyczne, które angażują osoby w różnym wieku i promują wymianę doświadczeń oraz kreatywność,

✓ **Festiwale i wydarzenia:** Organizowanie festiwali i wydarzeń kulturalnych, które mają na celu integrację międzypokoleniową poprzez wspólne świętowanie i uczestnictwo w różnorodnych aktywnościach.

Przedsiębiorczość międzypokoleniowa

✓ **Start-upy międzypokoleniowe:** Tworzenie firm i start-upów, które angażują osoby z różnych grup wiekowych, łącząc młodzieńczą innowacyjność z doświadczeniem starszych,

✓ **Inkubatory biznesowe:** Programy inkubacyjne, które wspierają międzypokoleniowe zespoły w rozwijaniu nowych pomysłów biznesowych.

Badania i polityka społeczna

- ✓ **Badania naukowe:** Coraz więcej badań koncentruje się na korzyściach płynących z integracji międzypokoleniowej, co pomaga w kształtowaniu polityki społecznej i programów wsparcia,
- ✓ **Polityki publiczne:** Rządy i organizacje pozarządowe wprowadzają polityki i programy, które promują integrację międzypokoleniową jako sposób na budowanie zrównoważonych społeczności.



Podsumowanie

Działania międzypokoleniowe rozwijają się w sposób dynamiczny, przynoszą korzyści zarówno jednostkom, jak i społeczeństwu jako całości. Nowe trendy w tym aspekcie związane są z nowymi technologiami, programami edukacyjnymi, wolontariatem, zdrowiem, kulturą, przedsiębiorczością i to właśnie one mają kluczowy wpływ na kształt i rozwój integracji międzypokoleniowej.

Działania międzypokoleniowe odgrywają kluczową rolę w budowaniu silniejszych i bardziej zintegrowanych społeczności w Polsce. Analiza dobrych praktyk wskazuje, że wspólne projekty i inicjatywy mogą przynieść liczne korzyści zarówno dla seniorów, jak i młodszych pokoleń. Dzięki takim działaniom możliwe jest wzmacnianie więzi społecznych, transfer wiedzy i umiejętności oraz zmniejszenie izolacji społecznej.

Warto podkreślić, że międzypokoleniowa współpraca sprzyja budowaniu wzajemnego zrozumienia i empatii. Osoby starsze, dzieląc się swoimi życiowymi doświadczeniami, wzbogacają młodsze pokolenia, które z kolei wspierają seniorów w nauce nowych technologii i adaptacji do szybko zmieniającego się świata. Tego rodzaju wymiana jest bezcenna i przynosi długofalowe korzyści dla całego społeczeństwa.

Jednakże, realizacja działań międzypokoleniowych wiąże się również z wyzwaniami, takimi jak różnice kulturowe i pokoleniowe, bariery komunikacyjne oraz ograniczone zasoby finansowe i ludzkie. Skuteczne pokonywanie tych trudności wymaga odpowiedniego planowania, zaangażowania oraz dostosowania działań do potrzeb uczestników.

Nowe trendy w dziedzinie integracji międzypokoleniowej, takie jak wykorzystanie technologii, tworzenie wspólnych przestrzeni oraz programy edukacyjne i zdrowotne, pokazują, że istnieje wiele innowacyjnych sposobów na łączenie pokoleń. Implementacja tych metod może znacząco przyczynić się do rozwijania międzypokoleniowej współpracy i wzmacniania społeczności lokalnych.

Podsumowując, działania międzypokoleniowe mają ogromny potencjał do poprawy jakości życia zarówno jednostek, jak i całych społeczności. Kluczowe jest kontynuowanie i rozwijanie tych inicjatyw, aby tworzyć bardziej zintegrowane, empatyczne i zrównoważone społeczeństwa, w których każda osoba, niezależnie od wieku, czuje się wartościowym i aktywnym członkiem wspólnoty.