



**“Educators of cultural competences for the people aged over 50”**

**Projekt : Edukatorzy kompetencji kulturowych dla osób powyżej 50 r. życia – analiza działań.**

## **„Analizy działań i programów z zakresu aktywizacji osób 50+ w obszarze kultury”**

### **I. Struktura demograficzna ludności Polski i jej konsekwencje**

W ostatnich latach w strukturze demograficznej ludności Polski zauważalne są dwa zjawiska: niski wskaźnik dzietności oraz wydłużająca się długość życia. Ich skutkiem jest coraz większy udział osób w wieku 60+ w całej populacji. Zgodnie z danymi GUS, pod koniec 2017 r. liczba ludności Polski wyniosła 38,4 mln, z czego ponad 9 mln stanowiły osoby w wieku 60 lat i więcej (ponad 24%). Na przestrzeni lat 1989-2017, zanotowano wzrost o 10 pkt. procentowych udziału osób w wieku co najmniej 60 lat w ogólnej populacji. Prognozy na przyszłość również wskazują jednoznacznie, że spodziewany jest dalszy wzrost liczby osób w tym wieku – do 2050 roku wzrośnie ona do 13,7 miliona i będzie stanowiła ponad 40% ogółu ludności.

Z powyższych danych wynika jednoznacznie, iż w polskim społeczeństwie liczba osób starszych systematycznie rośnie. Konsekwencje tego zjawiska to:

- wysoki odsetek osób starszych prowadzących jednoosobowe gospodarstwa domowe oraz spadek dochodów,
- osamotnienie,
- zwiększenie ryzyka wykluczenia społecznego, np. w przypadku ograniczonej samodzielności,
- feminizacja starzenia się,
- zmniejszanie się potencjału opiekuńczego rodziny,
- pogorszenie stanu zdrowia.

Wszystkie te czynniki mają wpływ na decyzję tych osób o udziale w życiu kulturalnym. Dlatego też badane są potrzeb tej grupy w w/w zakresie, jak również tworzone m.in. przez edukatorów kompetencji kulturowych oferty działań, projektów, programów będących na nie odpowiedzią.

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

### II. Dlaczego osoby 50+ biorą lub nie udział w kulturze?

Odpowiedzi na powyższe pytanie służą badaniom i analizom prowadzonym przez różne podmioty. Pytają one osoby z danej grupy wiekowej m.in. o jej potrzeby w zakresie udziału w życiu kulturalnym, o czynniki decydujące o udziale i te będące przeszkodą. Znajomość wyników badań jest cennym materiałem dla tych, którzy tworzą ofertę kulturalną dla seniorów. Dostępne badania takie jak: *Po co seniorom kultura? Badania kulturalnych aktywności osób starszych*, *Co z tą kulturą? Diagnoza inicjatyw kulturalnych angażujących osoby powyżej 50 roku życia* oraz raporty GUS wskazują:

a) powody uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych (w kolejności od najczęściej udzielanej odpowiedzi):

1. chęć przyjemnego spędzenia czasu
2. zainteresowanie daną dziedziną kultury
3. towarzystwo, spotkanie się z rodziną, ze znajomymi
4. sposób na aktywny tryb życia
5. duża ilość wolnego czasu
6. przyzwyczajenia

b) czynniki istotne przy wyborze wydarzeń kulturalnych (w kolejności od najczęściej wybieranych):

1. uprzejma pomoc i obsługa
2. znany wykonawca
3. miejsce, sceneria, klimat
4. gwarancja miejsca siedzącego
5. niska cena
6. dogodny dojazd
7. wstęp wolny
8. oferta tylko dla seniorów

c) bariery (w kolejności od najczęściej udzielanych odpowiedzi):

1. brak pieniędzy
2. zły stan zdrowia
3. brak umiejętności korzystania z nowych technologii
4. brak informacji i promocji o wydarzeniach
5. brak oferty kulturalnej tylko dla seniorów
6. niezrozumienie współczesnej kultury
7. brak chęci, potrzeb
8. brak miejsc dla seniorów (takich jak kluby seniora, UTW, itp.)
9. bariery architektoniczne
10. samotność
11. brak czasu.

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

### II.1 Z powyższego wynika, że na decyzję o udziale w kulturze mają wpływ takie elementy jak:

- sytuacja osobista/rodzinna,
- sytuacja materialna,
- stan zdrowia,
- poziom kompetencji cyfrowych,
- poziom aktywności w kontaktach społecznych,
- styl życia,
- oferta kulturalna,

czyli m.in. te wskazane wcześniej jako konsekwencje starzenia się ludności.



### III. Działania na rzecz udziału osób 50+ w kulturze w wymiarze krajowym, regionalnym, indywidualnym

Aby zminimalizować oraz zniwelować bariery w dostępności seniorów do kultury, podejmowane są działania na trzech płaszczyznach przez różnorodnych edukatorów kompetencji kulturowych:

1. ogólnospołecznej - leżące gł. po stronie administracji państwowej,

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

2.lokalnej - organizowane przez samorządy terytorialne, a także organizacje pozarządowe, instytucje kultury

3.indywidualnej - tworzone przez osoby 50+ i ich bliskich.

### Ad 1.

**1. Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej** - przyjęte przez Radę Ministrów w 2013 roku ramy działań w polityce publicznej wobec osób starszych w Polsce na lata 2014–2020 (ZDPS). Ich celem jest:

- rozwój aktywności społecznej osób starszych,
- promowanie ich udziału w społeczeństwie obywatelskim,
- umożliwienie rozwoju zdolności i talentów,
- zrzeszania się w ramach różnego rodzaju organizacji społecznych,
- zwiększanie dostępu do kultury, edukacji i sportu.

### W ramach ZDPS działają programy:

**a) ASOS** – Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych. Działa on od 2012 r., a realizuje go Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Ma na celu poprawę jakości życia osób starszych oraz lepsze wykorzystanie ich potencjału w różnych rolach społecznych. Budżet przeznaczony na jego realizację to 280 mln zł. O dotację w ramach ASOS mogą ubiegać się organizacje pozarządowe i inne podmioty uprawnione działające na rzecz osób starszych, w ramach 4 priorytetów:

I. Edukacja osób starszych

II. Aktywność społeczna promująca integrację wewnątrz- i międzypokoleniową

III. Partycypacja społeczna osób starszych

IV. Usługi społeczne dla osób starszych

W roku 2017 z projektów w ramach ASOS skorzystało łącznie prawie 390 000 beneficjentów.

**b) Senior +** - jest to program na lata 2015-2020. Ma na celu rozwój sieci placówek dziennego pobytu dla osób starszych. O uzyskanie środków mogą ubiegać się jednostki samorządu terytorialnego na: utworzenie lub wyposażenie placówki oraz na zapewnienie funkcjonowania już istniejących placówek. Udział w zajęciach organizowanych w tych placówkach daje szansę na rozwój potencjału fizycznego, psychicznego i społecznego, spotkanie z rówieśnikami oraz zachęca do pełnego uczestnictwa w życiu społecznym zgodnie z ich potrzebami, pragnieniami i możliwościami.

Z inf. zawartych w raporcie z przebiegu programu wynika, iż do końca 2018 roku powstało 226 dziennych domów i 274 klubów w ramach Senior+. W sumie w całej Polsce jest 500 placówek. Według sprawozdań wojewodów, 5010 osób korzystało z ofert placówek.

### Usługi oferowane przez te placówki to m.in:

a) popularyzacja zdrowego stylu życia (konsultacje dietetyczne, warsztaty kulinarne),

b) zajęcia z elementami rękodzieła ludowego, rysunku, malarstwa, grafiki, zdobnictwa, dekoratorstwa,

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

- c) zajęcia muzyczne (śpiew, taniec) i teatralne,
- d) edukacja regionalna – przekazywanie wartości i treści regionalnych w celu zachowania ich dla przyszłych pokoleń, tradycje, zwyczaje, obrzędy
- e) wyjścia do teatru, kina, muzeum, na koncerty, do filharmonii, opery,
- f) wyjścia do miejsc kultu religijnego,
- g) tworzenie gazetki,
- h) organizowanie spotkań okolicznościowych, obchody świąt i uroczystości,
- i) wspólne oglądanie filmów, czytanie prasy i książek, gry planszowe, słuchanie audiobooków,
- j) wspólne śpiewanie, uczestnictwo w zespole tanecznym,
- k) zajęcia teatralne – przygotowywanie spektakli, występów kabaretowych
- l) prezentacja twórczości amatorskiej, zabawy taneczne,
- ł) zajęcia z regionalizmu, polegające na poznawaniu kultury regionu.

### **2. Program Fundusz Inicjatyw Obywatelskich (FIO) na lata 2014–2020**

Ma on na celu zwiększenia zaangażowania obywateli, w tym osób 50+ i organizacji pozarządowych, w życie publiczne. Jest realizowany przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Działania w ramach FIO obejmują wszystkie wymienione w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie obszary działalności pożytku publicznego, w tym także zadania adresowane do osób starszych.

**3. Programy realizowane przez Ministerstwo Kultury:** Program Edukacja, Program Kultura Dostępna Dla Seniorów, Darmowy Listopad, Kultura Dostępna w internecie, Kultura Dostępna w Bibliotekach, Program Promocja Literatury i Czytelnictwa – Partnerstwo Publiczno-Społeczne umożliwiają realizację projektów dla grup osób 50+.

**4. Inicjatywy na rzecz seniorów w ramach programów Narodowego Centrum Kultury:** np. Dom Kultury+. Inicjatywy lokalne oraz Kultura – Interwencje.

**5. Dokument pt. "Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. Bezpieczeństwo – Uczestnictwo – Solidarność".** Przewiduje on realizację działań dla osób starszych w różnorodnych obszarach, w tym m.in. uczestnictwa w życiu społecznym oraz wspieranie wszelkich form aktywności obywatelskiej, społecznej, kulturalnej, artystycznej, sportowej i religijnej. Działania te koordynowane będą przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

**6. Narodowe Instytucje Kultury** – praktycznie wszystkie instytucje narodowe i współprowadzone - teatry, filharmonie, galerie, centra sztuki, muzea, kina i biblioteki posiadają w swoich programach oferty skierowane do grupy wiekowej 50+.

“Educators of cultural competences for the people aged over 50”



(zajęcia kulinarne dla osób 50+)

**W polityce rządowej monitorowaniem działań na rzecz seniorów w szczególny sposób zajmują się:**

**A) Departament Polityki Senioralnej**

Działa przy Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Do jego zadań należy tworzenie i rozwój kierunków działań skierowanych do osób starszych, warunków poprawy systemu wsparcia seniorów, realizacja zadań w obszarze aktywnego starzenia się i innych form współpracy wewnątrz- i międzypokoleniowej oraz monitorowanie wdrażanych rozwiązań. Współpracuje także z organizacjami i instytucjami, kierującymi swoją ofertę do seniorów, również współpracę międzynarodową w obszarze aktywnego starzenia się. Odpowiada za koordynację realizacji ASOS i „Senior+”.

**B) Rada ds. Polityki Senioralnej**

To organ opiniodawczo-doradczy Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Istnieje od 2013 r., w jej skład wchodzi przedstawiciele ministerstw, centralnych organów administracji publicznej, organizacji jednostek samorządu terytorialnego, organizacji trzeciego sektora i eksperci. Rada monitoruje, opracowuje, opiniuje i realizuje projekty i programy polityki społecznej wobec osób starszych.

**Ad 2)**

**1. Gminne / Miejskie Rady Seniorów**

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

Pełnią rolę ciała konsultacyjnego, inicjatywnego i doradczego dla władz gminy lub miasta. Celem ich działania jest pomoc i służenie seniorom przez reprezentowanie ich interesów wobec władz gminy lub miasta. W skład rad mogą wchodzić przedstawiciele osób starszych oraz lokalnych podmiotów działających na rzecz osób starszych, w tym uniwersytetów trzeciego wieku. W roku 2016 r. w Polsce działało 197 gminnych rad seniorów. Stanowi to prawie 8% liczby gmin w kraju .

### **2. Uniwersytety Trzeciego Wieku**

Wg. danych GUS w 2018 r. w Polsce działało 640 Uniwersytetów Trzeciego Wieku (UTW). Ich gł. celem jest integracja oraz aktywizacja osób starszych przez edukację w różnych dziedzinach. UTW działały na terenie wszystkich województw, najwięcej (80) na terenie województwa mazowieckiego. Ich oferta, obejmująca m.in. lektoraty językowe, zajęcia komputerowe oraz zajęcia z zakresu korzystania z nowoczesnych technologii informacyjnych stanowi istotny wkład w zwiększanie uczestnictwa osób starszych w działaniach edukacyjnych, wpisujących się ideę uczenia się przez całe życie. Spośród wszystkich UTW, aż 526 jednostek miało w ofercie regularne zajęcia artystyczne, 550 jednostek proponowało imprezy kulturalno-artystyczne, w tym wyjścia do kina, teatru, muzeum czy innych instytucji kultury (92,1% jednostek).

### **3. Kluby Seniora, Centra Seniora, Domy Dziennego Pobytu**

Działają m.in. w celu aktywizacji, integracji społecznej osób w wieku 50+ w miejscu ich zamieszkania, propagowania dobrych nawyków, kreatywnego i ciekawego spędzania wolnego czasu, rozwoju umiejętności. W zakresie kultury w ich ofercie znajdują się: lektoraty językowe, zajęcia warsztatowo - edukacyjne w zakresie grafiki, rysunku, malarstwa, rękodzieła, warsztaty taneczne, Kluby Dyskusyjne, warsztaty filmowe, muzyczne, prelekcje o literaturze, sztuce, filmie, występy zespołów, wystawy, projekcje filmowe i spektakle teatralne, spotkania autorskie.

### **4. Biblioteki**

Oprócz możliwości wypożyczenia książek czy skorzystania z Internetu, biblioteki w Polsce oferują osobom w wieku 50+ różnego rodzaju spotkania, prelekcje na różnorodne tematy, możliwość udziału w warsztatach artystycznych, kulinarnych, lektoratach językowych.

### **5. Instytucje kultury i związane z nimi grupy**

Muzea, filharmonie, kina, teatry, chóry, zespoły, grupy teatralne. Prowadzą różne działania w celu poszerzenia aktywności osób 50+ w kulturze, pomoc im w uczestnictwie w życiu kulturalnym, zwiększenie dostępności i otwartości instytucji kultury na potrzeby tej grupy. Przykłady takich działań to:

-wstęp wolny raz w tygodniu na wystawy stałe do wszystkich muzeów. Osoby w wieku 65+, emeryci, renciści, kombatanci mają ulgowe bilety wstępu (zniżka 30 – 50%) w instytucjach muzycznych, kinach, teatrach;

-cykliczne spotkania dla osób 50+ - np. warsztaty, wykłady, oprowadzania po ekspozycji (np. Muzealne wtorki – cotygodniowe spotkania w Kinie MUZ w Muzeum Narodowym w Warszawie, Poranki Muzyczne dla Seniorów w Filharmonii Pomorskiej, Chór dla (nie)opornych w Filharmonii Łódzkiej, itp.) ;

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

-wolontariat dla osób 50+ - pozwala na udział w bieżącej działalności instytucji (m.in. Teatr Polski we Wrocławiu, Muzeum Narodowe w Warszawie, Narodowe Muzeum Morskie w Gdańsku);  
- darmowy listopad w narodowych instytucjach kultury dla seniorów i uczniów (Zamek Królewski w Warszawie, Zamek Królewski na Wawelu, Muzeum Łazienki Królewskie i Muzeum Pałac w Wilanowie).

### 6. Senioralia

To imprezy gminne/miejskie/ogólnopolskie, mające na celu promowanie i zachęcanie osób 50+ do życia w aktywny sposób, rozwijania pasji, zdobywania i poszerzania wiedzy, korzystania z oferty miejsc, gdzie można się rozwijać, polepszać poziom życia. To również okazja do zaprezentowania dotychczasowej działalności seniorów w mieście/regionie. Odbývają się w wielu miastach w Polsce.

### 7. Karty Seniora

Ogólnopolska/Miejska Karta Seniora - to programy dla osób 60+. Karta pozwala na korzystanie ze zniżek, promocji, ulg, ofert przygotowanych dla tej grupy wiekowej przez instytucje, organizacje i firmy.

### 8. Mikrogranty dla seniorów

To konkurs finansowany z budżetu miast lub innych źródeł, dający bezzwrotne wsparcie finansowe dla nieformalnych grup seniorskich oraz organizacji pozarządowych. Ma on umożliwić zrealizowanie działań na rzecz aktywizacji osób 60+ oraz promowania ich twórczości w danym miejscu.

### 9. Informatory dla seniorów

Zebrane w jednym miejscu – w formie gazetki, biuletynu, w kopercie (np. "Łódzka Tytka Seniora" w Łodzi) z aktualnym harmonogramem wydarzeń, spotkań, warsztatów, wycieczek organizowanych w danym miejscu przez różne podmioty. Informatory te wydawane są cyklicznie i dystrybuowane w miejscach najczęściej uczęszczanych przez tę grupę wiekową, jak również publikowane w Internecie.

### Ad. 3)

1. **Aktywności podejmowane we własnym zakresie** - oglądanie telewizji, czytanie książek, e-booków, gazet, słuchanie radia
2. **Twórczość artystyczna** – malarstwo, śpiew, fotografia, gry na instrumencie, pisanie poezji, prozy, rysunek

### Udział osób w wieku 50+ w życiu kulturalnym

Analizując dostępne badania pod kątem zadowolenia seniorów z uczestnictwa w kulturze na w/w trzech płaszczyznach, prawie połowa z nich jest bardzo zadowolona, a ponad 1/3 - raczej zadowolona.



## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

Wspomniane badania pozwoliły także wyodrębnić formy indywidualnej aktywności kulturalnej najczęściej wybierane przez osoby 50+. Należą do nich:

1. Chóry, orkiestry, zespoły muzyczne
2. Spotkania z artystami
3. Zajęcia grup teatralnych i kabaretowych
4. Wolontariat
5. Wycieczki krajoznawcze
6. Wykłady kulturalne
7. Koła gospodyń wiejskich
8. Zespoły ludowe
9. Wyjazdy kulturalne
10. Zajęcia rękodzielnicze

Biorąc pod uwagę częstotliwość udziału seniorów w wydarzeniach kulturalnych organizowanych na poziomie ogólnospołecznym lub lokalnym, ponad połowa osób przynajmniej raz w roku bierze w nich udział.

W poszczególnych działaniach, wg. GUS i innych raportów przedstawia się to następująco:

**A) UTW** – w 2018 r. najliczniejszą grupę wśród słuchaczy UTW powyżej 59 roku życia stanowiły osoby w wieku 60-65 lat – ponad 1/3 uczestników. Wciąż jednak słuchacze 464 objętych badaniem UTW stanowią zaledwie 1% ludności w wieku 60 lat i więcej. Na UTW studiowało łącznie 113,2 tys. słuchaczy, (95,4 tys. -kobiety), gł. w wieku 61-75 lat (71,9%). Ponad 50% słuchaczy było z wykształceniem średnim (50,5%), a według statusu na rynku pracy 87,9% miało status emeryta.

**B) Domy Dziennego Pobytu** - w ciągu roku 20 tys. osób starszych korzysta z 15 tys. miejsc w tych ośrodkach. W 2016 r. działało 295 DDP.

**C) Biblioteki** – w 2017 r. 13,3% ogółu czytelników zarejestrowanych w bibliotekach publicznych, tj. takich, którzy dokonali co najmniej 1 wypożyczenia w roku sprawozdawczym stanowiły osoby w wieku 60+

### **D) Instytucje kultury i związane z nimi grupy**

W roku 2017 osoby w wieku 60+ stanowiły:

- prawie 1/5 ogólnej liczby członków grup i zespołów artystycznych działających w instytucjach kultury,
- ok. 1/10 ogólnej liczby osób wchodzących w skład zespołów wokalnych i chórów,
- 1/3 ogólnej liczby członków zespołów folklorystycznych oraz kół zainteresowań, klubów i sekcji, spotkań dyskusyjnych klubów filmowych, zajęć informatycznych, kół literackich,
- ponad 1/2 uczestników zajęć kół gospodyń.



## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

Biorąc pod uwagę działania na poziomie indywidualnym, badania wskazują, że najczęściej podejmowaną formą aktywności jest oglądanie telewizji i słuchanie radia (ponad  $\frac{3}{4}$  badanych robi to codziennie), a następnie czytanie gazet, książek i oglądanie filmów na komputerze (prawie  $\frac{3}{4}$  badanych nie robi tego nigdy).

Analizując udział osób 50+ w kulturze należy zwrócić też uwagę na kwestię kompetencji cyfrowych seniorów i związany z tym sposób pozyskiwania przez nich informacji nt. wydarzeń kulturalnych. Dostępne badanie wskazały, iż prawie połowa seniorów nie korzysta z Internetu, a niecała 1/5 korzysta przynajmniej kilka razy w tygodniu. Ma to odzwierciedlenie we wskazywanych źródłach pozyskiwania informacji. Jako 3 główne podawane są (w kolejności od najbardziej preferowanych)

1. gazety
2. plakaty, afisze, billboardy
3. inni ludzie – znajomi, rodzina
4. telewizja, radio, Internet.

Warto jednak zaznaczyć, iż podejmowane były i są działania mające na celu zwiększanie kompetencji cyfrowych osób 50+. m.in. działania szkoleniowe na rzecz rozwoju kompetencji cyfrowych, które jest częścią Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa (POPC), kursy komputerowe na UTW, w org. pozarządowych, instytucjach kultury.

Z przedstawionych powyżej danych wyłania się obraz osób 50+ jako tych, które uczestniczą w życiu kulturalnym gł. w dwóch kierunkach: grupowo (np. Kluby seniora, UTW) lub indywidualnie (wyjścia do kina, teatru, filharmonii), zadowolonych z udziału w życiu kulturalnym, mających jednak trudność z dostępem do ofert online. Jednocześnie na szczeblu ogólnopolskim i lokalnym przez edukatorów kultury podejmowany jest szereg działań będących odpowiedzią na potrzeby osób w wieku 50+ i niwelujących bariery uczestnictwa w życiu kulturalnym.

### **Zbiór metod pracy oraz kompetencji edukatorów jako przykładu najlepszych praktyk edukatorów kompetencji kulturowych dla osób powyżej 50 r. życia**

Przykłady zrealizowanych przez edukatorów kompetencji kulturowych projektów:

#### 1. “Akademia na 60 z plusem”

Finansowanie: ASOS

Realizator: Fundacja IDT i Fundacja Biosynergia

Czas trwania: 6 miesięcy

Liczba beneficjentów bezpośrednich: 40

Liczba beneficjentów pośrednich: 150

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

Cel: zwiększenie kompetencji w obszarze komponowania diety odpowiedniej dla osób w wieku 60+, zwiększenie możliwości poznawczych i decyzyjnych osób 60+, zwiększenie zaangażowania mężczyzn w obszarze aktywności społecznej i prozdrowotnej.

**Metody pracy:** coachingowe, refleksja indywidualna i w parach, praca z pytaniami, praca w parach, dyskusja na forum, praca w grupach, wykład, burza mózgów, metody plastyczne, techniki wizualizacji, gotowanie, warsztaty otwarte, prezentacje, aktywności sportowe, gry, warsztaty muzyczne

Rezultaty: Nabycie wiedzy i umiejętności w obszarze planowania optymalnej diety, motywacji, wiedzy i umiejętności w obszarze bezpiecznej aktywności fizycznej odpowiedniej dla osoby w wieku 60+, podstawowej wiedzy w obszarze zdrowego trybu życia osoby w wieku 60+.

### 2. “Kulinarnie KU Zdrowiu” i “Ku zdrowiu przez kuchnię”

Finansowanie: ASOS

Realizator: Fundacja Biosynergia

Czas trwania: 2 x 6 miesięcy

Liczba beneficjentów bezpośrednich: 40

Liczba beneficjentów pośrednich: 300

Cel: zwiększenie wiedzy i umiejętności praktycznych w obszarze przygotowywanie zdrowych posiłków, zdrowego odżywiania oraz podniesienie kompetencji w obszarze prowadzenia kulinarnych działań edukacyjnych wśród seniorów z aglomeracji łódzkiej

**Metody pracy:** coachingowe, refleksja indywidualna i w parach, praca z pytaniami, praca w parach, dyskusja na forum, praca w grupach, wykład, burza mózgów, metody plastyczne, techniki wizualizacji, gotowanie, warsztaty otwarte dla innych seniorów, prezentacje

Rezultaty: książka kulinarna z przepisami seniorów, kalendarz z przepisami seniorów, nabycie wiedzy i umiejętności praktycznych w zakresie przygotowywania zdrowych posiłków, zdrowego odżywiania, nabycie kompetencji w obszarze prowadzenia kulinarnych zajęć edukacyjnych dla innych seniorów.

### 3. “Akademia Twórczego Aktywisty na 60 z +”

Finansowanie: ASOS

Realizator: Fundacja IDT

Czas trwania: 6 miesięcy

Cel: Zwiększenie kompetencji korzystania z nowych technologii i komunikacji ze społecznością lokalną na rzecz pracy wolontarystycznej w organizacjach zajmujących się kulturą, mediami i rozwijaniem kreatywności,

Liczba beneficjentów bezpośrednich: 40

**Metody pracy:** warsztaty o mediach, kulturze, wolontariacie, rozwijające kreatywność, praktyki wolontariackie w organizacjach pozarządowych, w wybranej przez siebie

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

ścieżce tematycznej, organizacja wydarzenia zewnętrznego, gry miejskie, aktywności sportowe, praca indywidualne i grupowa , spotkania

Rezultaty: gra miejska, scenariusze zajęć, filmy, nabycie kompetencji w kontekście korzystania nowych technologii, komunikacji, rozwój kreatywności ,

### 5.Klub Seniora

Finansowanie: 1 %

Realizator: Fundacja Instytut Działań Twórczych

Czas trwania: bezterminowo

Liczba beneficjentów: 20

Cel: aktywizacja seniorów, wspólne spędzenie czasu, nabycie nowych umiejętności, kompetencji, stworzenie relacji

**Metody pracy:** warsztaty, prezentacje, gotowanie, coaching, kreatywne, plastyczne, aktywności sportowe, aktywności w przestrzeni, na powietrzu, praca grupowa i indywidualna, rękodzieło

Rezultaty: różnorodne w zależności od tematyki spotkania, nabycie umiejętności w zakresie gotowania, rękodzielnictwa, komunikacji, współpracy.

### 6.Baba Chanel – warsztaty teatralne i spektakl

Finansowanie: Granty zewnętrzne

Realizator: Towarzystwo Inicjatyw Twórczych "E"

Czas trwania: 6 miesięcy

Liczba uczestników: 20

Cel: łamanie barier i stereotypów międzypokoleniowych

**Metody pracy:** technika dramy według Augusto Boala, szereg ćwiczeń pedagogiczno- teatralnych, ćwiczenia integracyjne

Rezultaty: spektakl, nabycie umiejętności pracy techniką dramy, wychodzenie ze strefy komfortu, nabycie umiejętności komunikacji, współpracy, występów publicznych.

### **Sprawdzone metody pracy z osobami 50+ w opinii trenerów i edukatorów kompetencji kulturowych, w oparciu o zrealizowane projekty oraz grupę (80% uczestników to kobiety):**

- przekazywanie informacji o zajęciach i potwierdzanie w nich udziału - drogą ustną i telefoniczną, unikanie korzystania z mediów,
- przed rozpoczęciem zajęć - stworzenie/omówienie regulaminu, jasno pokazującego zasady uczestnictwa,
- jasna konstrukcja warsztatu - przedstawienie celu, co się będzie działo, do czego zmierza spotkanie, ewentualnie –podanie tej informacji w trakcie warsztatu,
- w przypadku dużej ilości treści do przekazania - wcześniejsze wydrukowanie ich, w większym foncie; dla seniorów ważne jest, by mieć informacje w wersji pisanej,
- traktowanie grupy jak dorosłych, nie jak dzieci – nie infantylizowanie treści i metod,

## “Educators of cultural competences for the people aged over 50”

- unikanie zbyt wielu działań na jednym warsztacie,
- wzięcie pod uwagę, że tempo pracy może być nieco niższe niż u osób młodszych, zwłaszcza, jeśli temat jest nowy,
- elastyczność prowadzącego - jeśli naprawdę grupa nie chce czegoś robić - zastanowienie się wspólnie jak można efekt osiągnąć inaczej; ważne jest dokładne zaplanowanie efektu,
- jasna struktura warsztatu i rozumienie przez grupę do czego zmierza,
- grupa włącza się w działanie, jeśli dokładnie wie, co ma do wykonania; nie można zakładać, że się domyśli, że bez wyraźnej instrukcji czegoś się podejmie – zwykle takie działanie powoduje, że się grupa wycofuje,
- bardziej partnerskie niż nauczycielskie podejście do wspólnej pracy,
- budowanie poczucia bezpieczeństwa - danie przestrzeni na swobodne i szczere wypowiedzi, zarówno te pozytywne i negatywne - należy je przyjąć, zapytać, co grupa by zmieniła, zażartować,
- danie przestrzeni, by grupa mogła się “wygadać” w danym temacie - najlepiej tak zaplanować prace, że uczestnicy wspólnie coś robią i w tym czasie rozmawiają (np. wspólne gotowanie, rękodzieło),
- unikanie korzystania w nowych technologii podczas zajęć - niewiele osób umie obsługiwać komputer czy Internet w telefonie,
- co jakiś czas – tematyczne spotkania z “ważnymi” osobami - twórcami, naukowcami,
- praca bardziej indywidualna niż w parach, grupach; jest to możliwe wtedy, kiedy liderem jest osoba prowadząca warsztat i to ona staje się liderem, nadzorując pracę seniorów,
- na koniec zajęć wręczanie certyfikatów, robienie wspólnego zdjęcia; na koniec projektu – gala podsumowująca,
- stworzenie rezultatu podsumowującego – publikacji, wydarzenia, wystawy.

### **Kompetencje edukatorów:**

- empatyczność
- zaangażowanie
- umiejętność jasnego i prostego przekazywania informacji
- społeczne
- zdolność szybkiego nawiązywania relacji z innymi
- zdolność współpracy w grupie
- umiejętność wykorzystania negatywnego/ trudnego zachowania, sytuacji zarówno dla korzyści swojej, jak i grupy
- elastyczność
- partnerskie podejście do wspólnej pracy
- traktowanie grupy jak dorosłych, nie jak dzieci
- otwartość
- uważność na grupę

**“Educators of cultural competences for the people aged over 50”**

- umiejętność zarządzania procesem grupowym

Galeria:



(zajęcia z komunikacji internetowej w Holandii, w Klubie Międzypokoleniowym dla seniorów)

**“Educators of cultural competences for the people aged over 50”**



( zajęcia klubu barek wodnych prowadzonych przez edukatora 50+ w Holandii)

**“Educators of cultural competences for the people aged over 50”**



(Edukatorzy 50+ w Klubie mniejszości z Surinamu, Holandia)

**Źródła:**

1. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/osoby-starsze/osoby-starsze/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-na-podstawie-badan-glownego-urzedu-statystycznego,1,2.html>
2. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/dochody-wydatki-i-warunki-zycia-ludnosci/jakosc-zycia-osob-starszych-w-polsce,26,1.html>





### **“Educators of cultural competences for the people aged over 50”**

3. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/edukacja/uniwersytety-trzeciego-wieku-w-polsce-w-2018-r-,10,2.html>
4. <https://www.nck.pl/badania/raporty/co-z-ta-kultura-50-diagnoza-inicjatyw-kulturalnych-angazujacych-osoby-powyzej-50->
5. <https://das.mpips.gov.pl/source/Informacja%20na%20temat%20podejmowanych%20w%20Polsce%20dzialan%20na%20rzecz%20osob%20starszych.pdf>
6. <https://das.mpips.gov.pl/source/Dlugofalowa%20Polityka%20Senioralna%20w%20Polsce%20na%20lata%202014-2020%20w%20zarysie.pdf>
7. [http://senior.gov.pl/program\\_asos/strona/6](http://senior.gov.pl/program_asos/strona/6)
8. Materiały własne Naviculam, Fundacji Biosynergia i Instytut Działań Twórczych