



Výstupy z již realizovaných mobilit projektů

Evropské příklady dobré praxe ve vzdělávání
Rodinného svazu ČR



Spolufinancováno
z programu Evropské unie
Erasmus+

Vypracovala: PhDr. Ing. Marie Oujezdská

Výstupy z již realizovaných mobilit projektu

- ▶ získání poznatků z mobilit dotýkajících se práce se seniory:
 - ▶ nové způsoby aktivizace seniorů (scénář na besedy)
 - ▶ práce s mladými lidmi v rámci přípravy na stárnutí
- ▶ práce se seniory v obcích - vytváření rad seniorů, které hájí zájmy seniorů a dalších generací s cílem využití potenciálu seniorů - vhodné na nový projekt Rodinného svazu
- ▶ zkušenosti z kurzů v Rodinkově - cesta ze situace rozpadu manželství

Co přináší nového

- ▶ Pomáhají k porozumění trendu stárnutí, který zasahuje všechny generace tím, že:
 - ▶ Motivují seniory k udržení vědomí odpovědnosti za sebe, svoji rodinu a společnost
 - ▶ Dávají významný impuls pro práci s mladými lidmi
 - ▶ Nabízí pomoc manželům, kteří zápasí s těžkými krizemi

O jaké programy se jedná

I. Pomáhají k porozumění trendu stárnutí, který zasahuje všechny generace tím, že

- ▶ Motivují seniory k udržení vědomí odpovědnosti za sebe, svoji rodinu a společnost
- ▶ Dávají významný impuls pro práci s mladými lidmi
- ✓ Kurz pro práci s fenoménem stárnutí - možno pro každou generaci nebo mezigeneračně
- ✓ kurz pro vydařený start do důchodu
- ✓ Zakládání a podpora Seniorských zastoupení

II. Nabízí pomoc manželům, kteří zápasí s těžkými krizemi

- ✓ Manželia v ťažkostiach

I. Stáří v procesu stárnutí

- ▶ **Stáří má mnoho podob** - neexistuje „starý člověk“, ale lidé v konkrétních životních situacích. Záleží na tom, jaký obraz stáří nás ovlivňuje.
- ▶ **Stáří je nový úsek života**, se kterým si často nevíme rady.
- ▶ **O stáří se hovoří často**, méně se hovoří o stárnutí: o jeho projevech a možnostech.
- ▶ **Jsou programy zacíleny na pomoc nebo na smysl života?**

Pro lepší pochopení

1. Deficitní model - stárnout= stávat se slabším Procesy stárnutí jako ztráta výkonnosti, jako postupné zhoršování fyziologického, psychického a tělesného stavu
2. Aktivizační teorie - senioři jsou šťastní, když jsou potřební, nechtějí ale být k tomu nuceni
3. Teorie vyvážení - staří lidé chtějí mít (svůj) klid, přičemž se pohybují Mezi zacílením na to, co je (ještě) v životě možné, a pocitem vyloučen
4. Kompetenční model - bohatý poklad zkušeností starších lidí: zkušenosti jsou pokladem, který je možno využít v zájmu druhých lidí - papež františek - akcent na svědectví víry

Závěr z kurzu „pro práci s fenoménem stárnutí“

Všímáme se demografických změn - mladí lidé déle studují, později zakládají rodiny, všichni jsou v určitém věku v lepší zdravotní kondici než jejich rodiče, později umírají...

A přitom se nevěnujeme dostatečně STÁRNUTÍ. Všichni jsme dostali v průměru 10 let „navíc“.

Stárnutí je celoživotní proces. Jeho zvládnutí předurčuje kvalitu života ve stáří.

Abychom byli ve schopni přijmout stáří, nemoc, utrpení a smrt jako specifický rozměr smysluplného života, potřebuje společnost výchovu a vzdělávání ke zranitelnosti, konečnosti a smrtelnosti (prof. Feeser-Lichterfeld)

Praktické provedení:

1. Aktuální pohledy na stáří v programech pro seniory - mladé lidi

Můj obraz stáří - koláž - hledání odpovědí na otázky:

- ▶ Co je stáří?
- ▶ Jak mohu stáří popsat, čím je definovat?
- ▶ Kdo je (vlastně starý)?
- ▶ Co znamená stáří pro jedince a společnost?
- ▶ Jaký vliv má na mne stáří?
- ▶ Podle čeho poznám, že stárnu?

Diskuse o programech a jejich zaměření: na pomoc sobě nebo druhým (smysl života)

2. Kurz pro vydařený start do důchodu

Cíl.

- ▶ Ukázat prostor všech možností, celou šíři vydařeného života ve stáří
- ▶ Povzbudit účastníky, aby nechávali promluvit vlastní sny a vize
- ▶ Žít svoje životní povolání novým způsobem

3. Když Vám někdo řekne: „Odcházím do důchodu.....“, ptáte se na to, co bude dělat? *Kurz pro vydařený start do důchodu*

- ▶ Připravuje na **aktivity** v novém úseku života, kterému se běžně říká „zasloužený **odpočinek**“.
- ▶ Počítá s **jedinečností** každého člověka: jeho životními zkušenostmi a schopnostmi, a přitom nabízí **vzájemnou** inspiraci a podporu.
- ▶ **Motivuje** k aktivitě, ale ponechává vše na osobním rozhodnutí.
- ▶ Nabízí prostředí pro **vyjádření** vlastních **pocitů** bez obav z nepochopení.
- ▶ Dívá se nejen **dopředu**, ale i **dozadu**.
- ▶ Nabízí **informace** pro vlastní **orientaci**.

Zakládání a podpora seniorských zastoupení

Stávající stav v ČR	Německo - tam, kde fungují seniorská zastoupení
„pro seniory“	„se seniory“
Pomoc, zůstat co nejdéle „ve svém přirozeném prostředí“	Využití celoživotních zkušeností a potenciálu seniorů
Příjemci programů (s výjimkou moderátorů)	Tvůrci programů pro starší seniory
Zájem o to, aby druzí řešili problémy seniorů	Vlastní aktivity pro řešení problémů v mezigeneračním kontextu
Sdružování na horizontální úrovni - zájmová činnost	Horizontála doplněna vertikálou - volení zástupci

Zakládání a podpora seniorských zastoupení

► Jejich činnost se dotýká:

- sociální oblasti
- kultury a vzdělávání
- urbanismu
- dopravy
- sportu, zdravotnictví a péče
- práce s občany

Zakládání a podpora seniorských zastoupení

► Co dělají:

propojují a koordinují zájmy a potřeby seniorů

propojují zájmy seniorů se zájmy obce

Nabízí poradenství

Zakládání a podpora seniorských zastoupení

► konkrétněji

- sbírají náměty
- předávají je na patřičná místa
- koordinují zájmy různých skupin
- poskytují zpětnou vazbu politikům
- informují spoluobčany a existujících možnostech
- spoluúčastní se práce na plánech obce

Příklad: setkání zástupců seniorských zastoupení na téma: mobilita v obcích

- ▶ Problém řešen z pohledu všech, kteří se potřebují dopravovat a mají nějaký specifický problém - mezigenerační hledisko se zohledněním potřeb všech
- ▶ Zástupcům přednášejí přední odborníci a odpovědní za danou oblast - mezigenerační hledisko
- ▶ Názory přítomných jsou brány vážně, je jim nasloucháno