

RAPPORTERE

Prosjektsammendrag

FRIVILLIGHET

FORENER GENERASJONER



Modell: implementering av intergenerasjonsaktiviteter



**Poznan-Oslo
2024-2025**

**NorSensus
MEDIAFORUM**

FRIVILLIGHET

FORENER GENERASJONER

VOLUNTEERING

CONNECTS GENERATIONS

WOLONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA

Et partnerskapsprosjekt gjennomført som en del av konkurransen "Initiativ for intergenerasjonelt samarbeid - BeFORme", finansiert av det bilaterale samarbeidsfondet.

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Sammen jobber vi for et grønt,
konkurransedyktig og inkluderende Europa!

**Rapport utarbeidet i 2024-2025 som en del av prosjektet
FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER implementert av:**

Stowarzyszenie Centrum Rozwoju
Edukacji Obywatelskiej CREO
ul . Kochanowskiego 8A/2
60-845 Poznań
www.centrumcreo.pl



Norsensus Mediaforum (Norge)
Rådhusgata 20
0151 Oslo
www.norsensus.no

NorSensus
MEDIAFORUM

1. Introduksjon til prosjektet – hva er opprinnelsen og motivene for gjennomføringen og målene for prosjektet

Prosjektpartnere og prosjektopprinnelse

Opprinnelsen til prosjektet stammer fra det fruktbare samarbeidet mellom partnere fra Polen og Norge i gjennomføringen av prosjekter finansiert av Norges- og EØS-fondet "Vi handler for klimaet!" (2022-2023) og "Vi slår på ZERO WASTE!" (2022-2024). Mens vi implementerte prosjekter rettet hovedsakelig mot unge mennesker, innså vi hvor store behov knyttet til å styrke relasjoner mellom generasjoner er. Ideen til prosjektet kom fra en enkel konklusjon - unge mennesker flytter stadig vekk fra besteforeldrene sine. Vi møtes sjeldnere og sjeldnere, familieforhold løsner. Den raskt skiftende verden og barrierene til moderne teknologi hjelper heller ikke. Vi så også potensialet for videre samarbeid og gjensidig læring av hverandre på linjen Polen-Norge.

**Stowarzyszenie Centrum Rozwoju
Edukacji Obywatelskiej CREO**



Land: POLEN

Hovedkvarter:

Kochanowskiego 8A/2
60-845 Poznań
www.centrumcreo.pl

Norsensus Mediaforum



Land: NORGE

Hovedkvarter:

Rådhusgata 20
0151 Oslo
www.norsensus.no

Hovedmålet med prosjektet

Hovedmålet med prosjektet var å bygge den sosiale kapitalen til lokalsamfunnene i Polen og Norge ved å øke den aktive deltakelsen fra borgere (både unge og pensjonister) i livet til lokalsamfunn i begge land og styrke integrasjon mellom generasjoner og bilateralt samarbeid mellom Polen og Norge.

Målet med det bilaterale samarbeidet var å oppnå synergi gjennom utveksling av god praksis på områder der enhetene – CREO Association og Norsensus Mediaforum – ha komplementære ressurser av kompetanse og erfaring og gjennomføre felles aktiviteter innenfor prosjektet.

Spesifikke mål for prosjektet

1. Heve kunnskaps- og ferdighetsnivået i planlegging, implementering og formidling av resultater av intergenerasjonsaktiviteter.

Dette målet ble oppnådd blant annet ved:

- Studiebesøk til Polen og Norge og utveksling av erfaringer, deling av eget materiale med partnere (inkludert oversatte scenarier, pedagogiske spill WOLKODUCHY og MAMY PLAN).
- Nettbaserte overvåkingmøter organisert gjennom hele prosjektgjennomføringsperioden, kombinert med utveksling av god praksis.
- Gjensidige besøk til Polen og Norge, også som del av intergenerasjonelle arrangementer (Mobile Intergenerational Integration Centres).
- Omfattende aktiviteter rettet mot å fremme og formidle prosjektresultatene, inkludert: informasjon på nettsider, promotering i media og sosiale medier, utarbeidelse av filmmateriell.
- Oppretting av en pakke med innholdsmateriell, for eksempel en publikasjon som beskriver modellen for implementering av intergenerasjonelle klasser basert på den innovative løsningen til MOBILE CENTER FOR INTERGENERATIONAL INTEGRASION, timeplaner for koordinatorene, timeplaner for barn og seniorer, presentasjoner, undervisningsmaterieell, filmer, oversettelse og utskrift av brettspillene WILJAAMDUCHY, intergenerasjonell utvikling av norsk og engelsk PLAN SAMMENKOPPE GENERASJONER.

2. Aktivisering av lokalsamfunn i Polen og Norge

Dette målet ble oppnådd blant annet ved:

- Innkjøp av nødvendig materiell og utstyr for gjennomføring av arrangementer (kjøp av aldersdrakter og seniorsykdomsimulatorer for organisasjoner fra Norge, innkjøp av telt og utstyr til Mobilsenteret for intergenerasjonell integrering fra Polen).
- Utarbeidelse av intergenerasjonsgruppekoordinatorer.
- Implementering av MOBILSENTER FOR INTERGENERASJONELL INTEGRASJON og gjennomføring av intergenerasjons frivillighetstiltak og sosiale kampanjer på tvers av generasjoner.

Hvordan nådde vi dette målet i praksis?

- Representanter for ulike aldersgrupper (seniorer og ungdom) fikk muligheten til å bli bedre kjent med hverandre og integrere seg (under arrangementer kalt MOBILE SENTRE FOR INTERGENERASJONELL INTEGRASJON), etablere samarbeid og gjennomføre intergenerasjonsaktiviteter for lokalsamfunnet som en del av gjennomføringen av intergenerasjonsfrivillighetstiltak.
- I tillegg fant aktiveringen av ungdomsgrupper sted takket være organiseringen av sosiale kampanjer på tvers av generasjoner som bryter aldersstereotyper og motiverer ledere til å ta på seg lokalt lederskap.

- Ved å implementere prosjektet bidro vi til å bekjempe aldersstereotypier, bygge bånd mellom generasjoner mellom spesifikke representanter for senior- og ungdomsgrupper, og oppmuntret til implementering av grasrotinitiativer i lokalsamfunn til fordel for lokalsamfunn i Polen og Norge,
- Takket være dette var prosjektet en måte å fylle hullene i intergenerasjonsinitiativer i både Polen og Norge.

La deltakerne snakke

Nedenfor er noen eksempler på inntrykk av yngre og eldre deltakere på våre polske generasjonsarrangementer som en del av prosjektet:

"Før jeg møtte seniorer, hadde jeg ingen anelse om at eldre mennesker kunne være så hyggelige"

"Klassene brakte oss nærmere hverandre. Og det var kjempegøy"

"Verksteder med en aldersdress for ungdom og klasser for seniorer med VR-briller som imiterer unge menneskers aktiviteter - tillot oss å bli bedre kjent med hverandre"

"Det vi likte mest var magikershowet, fotoboksen og det generasjonsspillet fullt av følelser og overraskende konklusjoner om hvor mye vi har til felles."

"Vi er veldig like. Mer like enn jeg trodde"

"Først ble jeg overrasket over seniorhjemmet. Jeg tenkte at seniorer bare satt i lenestoler og strikket, at de kun var innelåst i sine fire vegger. Selvfølgelig ikke! Seniorhjemmet var åpne, smilende og glade!"

"Det er flott at vi i tillegg til å ha det gøy sammen, kunne gjøre noe sammen for andre. De hånddekorerte kulene vi lagde under det generasjonelle initiativet ble gitt i julegave til mennesker i nød i byen vår."

"Vi snakket med eldre. Vi så på verden gjennom deres øyne."

"For meg var det en veldig fin opplevelse å se hva fremtiden bringer for oss unge"

"Vi snakket med ungdommene om hvordan livet var i vår generasjon og deres. Hvordan vi tilbrakte barndommen og hvordan de bruker den i dag på en helt annen måte. Vi lærte også hva de unge drømmer om."

"Med de brillene - Gud, for en vakker utsikt! Jeg nyter det! Jeg likte det!"

Prosjektmålgrupper

Målgruppene for aktivitetene inkluderer:

- **Gruppekoordinatorer mellom generasjoner**

Når det gjelder ungdomsgruppekoordinatorer, var dette vanligvis lærere som hadde tilsyn med skolens frivillighetsklubb eller lærere som passet på hybelen. Når det gjelder seniorgruppekoordinatorer, var disse: pleiere i sosialhjemmene, leder for seniorhjemmet og en senior som koordinerte virksomheten til den lokale seniorklubben.

Totalt engasjerte vi 12 personer (6 personer i Polen og 6 personer i Norge).

- **Grupper på tvers av generasjoner**

Prosjektet opprettet 6 generasjonsteam – 3 team i Polen og 3 i Norge.

Gjennomsnittlig størrelse på hvert generasjonsteam var minst 20 personer, inkludert minst 10 seniorer over 65 år og minst 10 tenåringer opp til 20 år)

- **Lokalsamfunn**

En viktig målgruppe for våre aktiviteter med sikte på å promotere prosjektet og popularisere dets resultater i sammenheng med blant annet sosiale kampanjer på tvers av generasjoner, var lokalsamfunn. I en snevrere forstand – skolesamfunn som passer for ungdomsgrupper som er involvert i prosjektet. I en bredere sammenheng – samfunnet i en gitt by, eiendom eller distrikt.



2. Prosjektomfang – hva klarte vi å få til?

Studiebesøk for å forberede prosjektgjennomføringen

Som en del av det forberedende stadiet gjennomførte vi to studiebesøk på flere dager. Den første fant sted i Oslo, Norge, tidlig i juli 2025, og den andre fant sted i Poznań, Polen, i midten av september 2025. Hovedmålet med begge besøkene er å forberede seg grundig på gjennomføringen av prosjektet, inkludert planlegging av opprettelse av scenarier og programmer for intergenerasjonsaktiviteter. Vi delte også kunnskapen vår – nordmenn introduserte polske partnere for forviklingene med online markedsføring og CREO-teamet organiserte workshops for nordmenn med aldersdress. Vi brukte mye tid på å jobbe sammen på å lage et spill mellom generasjoner – CONNECTING GENERATIONS. Besøkene hadde også et viktig integreringsaspekt og brakte teamene til begge organisasjonene nærmere hverandre.



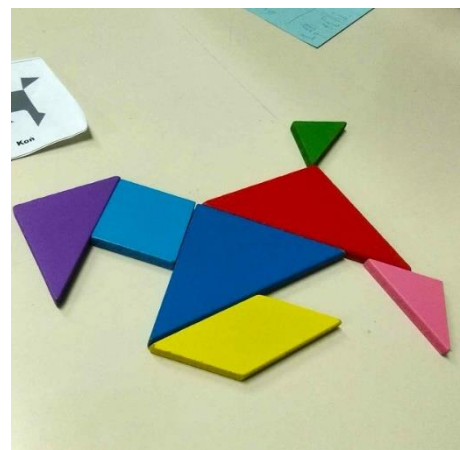
Lage undervisningsmaterieill

Omfattende utarbeidelse av undervisningsmaterieill var en av de viktigste stadiene i prosjektet. Suksessen til de planlagte feltaktivitetene og samarbeidet med generasjonsgrupper som var aktive i lokalsamfunn, skulle avhenge av utviklingen av originalt materiale, som scenarier og arrangementsprogrammer. En annen stor utfordring var å forberede fra bunnen av det generasjonsoverskridende spillet CONNECTING GENERATIONS, som var kulminasjonen av arrangementer som ble gjennomført som en del av Mobile Centers for Intergenerational Integration.

Som en del av oppgaven knyttet til å lage undervisningsmaterieill, fullførte vi:

- **Nytt intergenerasjonsspill FORBINDELSER GENERASJONER** – Målet med spillet er at spillerne skal bli kjent med hverandre, skape og styrke relasjonene sine gjennom interaksjoner og samarbeid i lag på tvers av generasjoner. Ved å snakke om egne erfaringer, dele kunnskap, verdier og fortelle andre om egne interesser (som kan vise seg å være både felles og annerledes for deltakerne), lærer spillerne at mangfold er styrke, og at samtale og samarbeid fører til bedre gjensidig forståelse. For å nå målet med spillet, får deltakerne en oppgave de skal utføre - kombinert i team på tvers av generasjoner, må de gjenskape et valgt tangrammønster ved å bruke totalt 7 blokker av dette enkle puslespillet. Oppgaven vinnes av laget som samler alle blokkene og er det første som ordner det angitte mønsteret. Spillet går inn i den endelige effekten når det siste laget ordner puslespillet sitt. Spillet avsluttes med en samtale som oppsummerer hva deltakerne har lært om seg selv. Spillet kombinerer integrering og pedagogiske elementer, lærer logisk tenkning, aktiv lytting og teamarbeid. Å ta del i spillet lar deltakere fra ulike generasjoner bli bedre kjent med hverandre og bygge et forhold basert på gjensidig respekt og forståelse som overskrider aldersgrenser og stereotyper.

Et viktig element i spillets utvikling var teamstudiemøter og testing av spillet på en intergenerasjonell fokusgruppe:





- **Utvikling av scenarier:**

- **Scenario workshops for koordinatører av generasjonsgrupper** – som inneholder informasjon for å forberede koordinatører for senior- og ungdomsfrivillige grupper til å gjennomføre aktiviteter i frivillighetsgrupper på tvers av generasjoner.
- **Scenario workshops for seniorer med VR-briller** - workshop-programmet er basert på muligheten for seniorer til å delta i klasser ved bruk av VR-briller, inkludert å se på VR-materiale laget som en del av prosjektet og la seniorer bevege seg inn i ungdommens verden og dermed oppleve ulike aktiviteter utført av unge mennesker (f.eks. taupark, sykkel, motorseilfly).
- **Scenario verksteder for ungdom med aldersdress** – inneholder viktig informasjon som bringer ungdom nærmere alderstiden og lar dem føle rollen som eldre. Scenarioet inkluderer en introduksjon til den praktiske delen, der deltakerne setter på en spesiell alderssimulator som lar unge mennesker føle seg som seniorer, for å gjøre det lettere for dem å innse hva eldre sliter med hver dag.
- **Program Spesifisering av mobilsenter for intergenerasjonell integrasjon** mål, antall deltakere, metoder, materialer og verktøy som brukes, forberedelse til arrangementet og mulige former/varianter for arrangementet, inneholdende et detaljert arrangementsprogram og organisatoriske anbefalinger, gyldig på ulike arrangementssteder.



- **Innspilling og redigering av filmmateriale ved hjelp av VIRTUAL REALITY (VR) teknologi** , dvs. filmer tatt opp i 360-graders format – materialet var da et sentralt element i de planlagte workshopene for seniorer med VR-briller.



VR-filmen "ROPE PARK"

Lengde på materiale: ca. 7 min.

Beskrivelse materiale:

Gå langs en sti i en vanskelig taupark, med klatring og skli på tau og husker underveis.



VR-filmen "DIGITAL WALK"

Lengde på materiale: ca. 9 min.

Beskrivelse filmmateriell: En vandring som viser de digitale mulighetene for å kjøpe billetter til kollektivtransport, betale via telefon i butikk (inkludert kontaktløst).



VR-filmen «PARAGLIDING»

Lengde på materiale: ca. 7 min.

Beskrivelse filmmateriale: En drevet paragliding fra take-off gjennom Warta-elvebassenget, over jorder og skoger, med en siste landing i en eng.



VR-filmen «COMPUTER GAME»

Lengde på materiale: ca. 5 min.

Beskrivelse opptak: spiller på TV-konsollen i selskap med barn og venner ved å bruke den trådløse Playstation PAD .



VR-filmen "SYKKEL"

Lengde på materiale: ca. 11 min.

Beskrivelse opptak: En terrengsykkeltur i utkanten av byen og langs innsjøen. Underveis passerer amatørlopere og folk som går.

Hovedmålet med å lage VR-filmer var å introdusere seniorer til ungdomsverdenen ved hjelp av moderne teknologi. Å vise seniorer at ungdommens samtidsverden er interessant og spennende, men også annerledes enn deres barndomsminner. Takket være fordypningsfenomenet som tilbys av VR-briller (nedsenking av sansene), er denne opplevelsen veldig ekte, noe som ble bekreftet av ordene fra seniorer som deltok i arrangementene våre! Disse nye erfaringene tillot seniorer å se på yngre mennesker annerledes og forstå deres ungdomsverden, noe som gjorde det lettere å etablere relasjoner og motivere til felles handling.

Det ble også utarbeidet undervisningsmaterieell med profesjonell støtte fra en grafikkspesialist. I tillegg til å forberede et helt nytt spill i prosjektet, bestemte vi oss for å oversette til norsk og engelsk og tilgjengeliggjøre spillene MAMY PLAN og WIELKODUCHY, tidligere utviklet av CREO Association-teamet.

Rekruttering/forberedelser av intergenerasjonsgrupper

Som en del av prosjektet fikk hver partner i oppgave å rekruttere tre par generasjonsteam til prosjektet, som deretter deltok i påfølgende prosjektaktiviteter. Gjennomsnittlig størrelse på hvert generasjonsteam skulle være minst 20 personer, inkludert minst 10 seniorer over 65 år og minst 10 personer under 20 år. I praksis varierte størrelsene på generasjonsgrupper litt på grunn av praktiske forhold.

Som en del av prosjektet, i tråd med forutsetningene, var over 120 mottakere involvert, inkludert over 60 seniorer (65+) og over 60 ungdommer.

I Polen ble det gjennomført rekrutteringsaktiviteter i september 2024. Fra begynnelsen forutsatte vi gjennomføringen av prosjektet i ulike sosiale grupper, både i byer og i rurale og urbane-rurrale områder (forstadsområder).

Generasjonsgrupper i Polen ble etablert på følgende steder:

- **Luboń** - involverte grupper:
 - Seniorer fra Dagligshjem "Senior-Vigor" i Luboń.
 - Ungdom fra barneskole nr. 6 i Luboń oppkalt etter far F. Blachnicki.
- **Poznań** - involverte grupper:
 - Seniorer fra sosialhjemmet (DPS) Poznań Strzeszyn.
 - Ungdom fra internatet ved Naturvitenskapsskolekomplekset i Poznań (videregående skole).
- **Racot** (Koscian Commune) - involverte grupper:
 - Seniorer fra Seniorklubben "Golden Autumn" i Racot.
 - Ungdom fra barneskolen i Racot (Koszyan kommuneskolekompleks, barnehage og grunnskole i Racot).



På sin side ble alle de tre generasjonsgruppene i Norge etablert i **Volda by**, en liten kommune som ligger i Mørere regionen og Romsdal og mer enn 500 km fra Oslo. Ungdomsgruppa var stort sett 14-15 år gamle elever frå Volda Ungdomsskole (Volda ungdomsskole). Tre seniorgrupper ble etablert takket være samarbeid med Volda Omsorgssenter (Omsorgssenteret i Volda).



Et viktig element i forberedelsen av gruppekoordinatorer på tvers av generasjoner var workshops for koordinatorene der trenere ga informasjon som forbereder koordinatorene for senior- og ungdomsfrivillige grupper til å gjennomføre aktiviteter i frivillige grupper på tvers av generasjoner.

Workshops for koordinatorene av generasjonsgrupper vil finne sted i Polen 6. november 2024, og i Norge i desember 2024.



Under workshopene ble det gitt informasjon for å forberede frivillige gruppekoordinatorer til å gjennomføre aktiviteter i frivillighetsgrupper på tvers av generasjoner, dvs. rekruttering, hvordan styre og organisere frivillig arbeid, planlegging av aktiviteter, motivering av frivillige, formelle spørsmål, forsikring, finansiering av fremtidige frivillige aktiviteter, og aktiviteter knyttet til promotering og PR. Fremfor alt introduserte vi imidlertid koordinatorene våre for aktivitetsprogrammet på tvers av generasjoner innenfor prosjektet FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER, vi snakket om arrangementet og integrasjonsspillet mellom generasjoner CONNECTING GENERATIONS, samt om frivillige tiltak og sosiale kampanjer i skolene.

Mobile Intergenerational Integration Centers (intergenerational events)

Nøkkelelementet i prosjektet var implementeringen av MOBILSENTER FOR INTERGENERASJONELL INTEGRASJON – en-dagers, 6-timers arrangementer delt inn i pedagogiske verkstedmoduler og integreringsaktiviteter ledet av animatører (spill, felles måltider, etc.). Totalt ble det arrangert 6 slike arrangementer – 3 i Polen og 3 i Norge.

Ideen til Mobile Center for Intergenerational Integration var å lage en ny, interessant formel for felles integreringsmøter for mennesker i ulike aldre med en pedagogisk modul som utvikler gjensidig respekt, empati og forståelse for mangfold.

Arrangementet lar deg:


- bli bedre kjent med deltakerne (skikker, interesser, stil og livsstil, begrensninger, drømmer, erfaringer),
- intergenerasjonell integrering og integrering innenfor egen aldersgruppe,
- foreløpig definisjon av mulig omfang av ytterligere planlagte intergenerasjonsinitiativer slik at de tilpasses evnene og interessene til medlemmene i den generasjonsoverskridende gruppen.

HENDELSESPROGRAM – MOBILSENTRUM FOR INTEGRASJONELL INTEGRERING	
15 minutter	INTRODUKSJON
120 minutter	VERKSTEDER for eldre ungdom i aldersdress (telt eller rom nr. 1)
120 minutter	VR-VERKSTEDER for seniorer (telt eller rom nr. 2)
15 minutter	BREAK (i pausen, kombinere telt til ett fellesrom eller kombinere grupper i ett rom i bygningen)
120 minutter	INTEGRERING av begge gruppene ved å bruke CONNECTING GENERATIONS-spillet
30 minutter	ET FELLESMÅLTID
60 minutter	Introduksjon til temaet INTERGENERASJONALE FRIVILLIGHETSKAMPANJER (som planlegges implementert av intergenerasjonsgrupper i prosjektet – umiddelbart etter arrangementet) og SAMMENDRAG AV ARRANGEMENTET

Gjennomsnittlig størrelse på et intergenerasjonelt team under arrangementer kan være minst 20 personer, inkludert minst 10 seniorer over 65 år og minst 10 personer under 20 år. Under arrangementer innenfor prosjektet kan antall deltakere nå det dobbelte av dette antallet samtidig som muligheten for jevn drift opprettholdes og å nå målene for arrangementet.

Arrangementet kan foregå i to former: **UTENDØRS** med telt og **INNENDØRS** i lokalene til et utvalgt bruksbygg. Under gjennomføringen av **VOLUNTEERING CONNECTS GENERATIONS**-prosjektet i Polen ble arrangementer gjennomført på en hybrid måte (delvis ved bruk av telt

og delvis innendørs), mens i Norge, på grunn av vanskeligere værforhold, var formen fullt INNENDØRS.

De detaljerte betingelsene for gjennomføring av arrangementer som en del av Mobile Center for Intergenerational Integration er spesifisert i følgende dokumenter utarbeidet som en del av prosjektet: et scenario med workshops for seniorer med VR-briller, et scenario med workshops for unge mennesker med aldersdress og Programmet til Mobile Center for Intergenerational Integration 

EVENT LUBON 15.11.2024

Luboń viste seg å være et veldig gjestfritt sted for prosjektet vårt ! Det første arrangementet av denne typen var et intergenerasjonsarrangement, som fant sted med stor fanfare 15. november 2024 på Wigor Senior Home i Luboń. Vi var ikke alene den dagen – vi ble ledsaget av representanter for vår norske samarbeidspartner – NORSENSUS MEDIAFORUM. De kom til Polen for et nytt studiebesøk for å oppleve gjennomføringen av det første arrangementet. I samsvar med forutsetningene startet arrangementet med to aktiviteter som ble arrangert parallelt. En gruppe ungdommer deltok på en workshop om alderdom med aldersdress. Det var en mulighet til å føle empati med en person over 65 år og lære om hverdagens utfordringer. Samtidig deltok en gruppe seniorer på workshops med VR-briller. Brillene hjalp dem å reise tilbake til ungdommen og forstå hvordan dagens ungdom bruker fritiden. Så det var en mulighet til å gå rundt i tauparken, sykle eller til og med sveve opp i himmelen på en paraglider. Etter workshopene var det tid for integrering. En felles kaffe og kake og etter en stund startet vi spillet som en del av generasjonsspillet. Deltakere i team på flere generasjoner utvekslet barndomserfaringer, lærte om skikker, drømmedestinasjoner eller favoritt hobbyer. Det viste seg at til tross for noen forskjeller – har vi også mye til felles! Når vi ble kjent med hverandre ble det tid til et gruppebilde og en morsom videoopptak i en fotoboks. Men en spesiell en – tilpasset seniorennes behov.



En del av aktivitetene våre, til tross for høstværet, foregikk utendørs og i telt. Hele arrangementet, som vi kalte MOBILSENTER FOR INTERGENERASJONELL INTEGRASJON, ble avsluttet med en felles pizza og deling av ideer til fremtidige felles aktiviteter.



EVENT POZNAN 27.11.2024

Det andre stedet for intergenerasjonelle aktiviteter som en del av FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER-prosjektet var Social Welfare Home som ligger i det pittoreske Poznań-distriktet Strzeszyn. Under arrangementet organisert i et av de mest moderne fasilitetene av denne typen i landet, dukket smilende og åpne ungdommer fra det nærliggende Poznań Natural Sciences School Complex opp på døren. Etter workshops for ungdom med aldersdress og rullestol og timer med VR-briller for seniorer, var det tid for integrering. Så, i den hyggelige atmosfæren ved et langt bankettbord, var det tid for kaffe og deilige Poznań St. Martins croissanter. Et øyeblikk senere startet vi hovedpoenget med vårt intergenerasjonelle integreringscenter - et spill som integrerer unge mennesker og seniorer. Vi kalte det CONNECTING GENERATIONS fordi det er det viktigste målet.



I løpet av spillet blir lag over generasjoner kjent med hverandre, ser etter forskjeller og fremfor alt felles poeng. En faktor som øker gamifiseringen er tangram-elementer som hvert lag må samle ved å fullføre oppgaver og til slutt sette sammen til en bestemt figur som

symboliserer for eksempel en seilbåt eller et dyr. Til syvende og sist er imidlertid alle vinnere. Hovedpoenget er å bryte isen og bli bedre kjent med hverandre. Etter kampen tok vi suvenirbilder i lag på flere generasjoner. Arrangementet ble avsluttet med deilig pizza og å finne felt for felles frivillige aktiviteter.



EVENT RACOT 12.12.2024



Arrangementene som arrangeres i byen Racot i Stor-Polen, som ligger i nærheten av Kościan, er neste trinn i foretaket organisert av CREO Association som en del av den polske versjonen av prosjektet FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER . I den varme førferieperioden var ungdom og eldre intensivt aktive ved barneskolen i Racot . Ungdommene fra skolen møtte her seniorer fra Seniorklubben «Gullhøsten». Først var det workshops for unge med aldersdressen og workshops for seniorer ved bruk av innovativ teknologi i form av VR Googles. Deretter spilte deltakerne allerede intergenerasjonelt integrasjonsspillet CONNECTING GENERATIONS.





Etter kampen var det tid til et felles måltid og en morsom fotoøkt med 360-graders fotoporten. Det var også på tide å snakke om fremtidige fellesaktiviteter som en del av den kommende frivillighetskampanjen mellom generasjoner.



ARRANGEMENTER NORGE 20.-28.01.2025



Arrangementene innenfor Mobilsenteret for intergenerasjonell integrering i Norge ble arrangert av partneren – Norsensus Mediaforum . Arrangementene ble gjennomført takket være samarbeidet mellom Direktoratet for Volda anlegg Ungdomsskole og Volda Omsorgsenter (Volda omsorgssenter) . Begivenhetene ble en uforglemmelig tid med intergenerasjonell læring og binding. Erfaring og empati: Unge deltakere tok på seg rollen som seniorer, ved å bruke seniordraktssimulatorene, utføre oppgaver som ga dem et nytt perspektiv på aldring. I mellomtiden utforsket seniorer den digitale verden gjennom VR, besøkte barndomshjemmene deres, deltok på konserter med favorittsangere, syklet, paragliding eller bare slappet av på en virtuell strand. Spill og samtaler: Deltakere fra ulike

generasjoner deltok i teambuilding-spill, og fremmet meningsfylte samtaler om livet, erfaringer og felles verdier.



Frivillighetstiltak på tvers av generasjoner

Det neste elementet i intergenerasjonsgruppens aktivitet, etter å ha deltatt i arrangementet, var å ta grep. Generasjonsovergrepene grupper i Polen og Norge forpliktet seg derfor til i fellesskap å gjennomføre frivillige aktiviteter.

INTERGENERASJONALT FRIVILLIGHETSINITIATIV LUBOŃ 28.11.2024



Samme sted møttes våre deltakere i alle aldre igjen til INTERGENERATIONAL INITIATIVE. Det var ett mål: felles klargjøring av hånddekorerte kuler. Snart vil de bli levert som julegaver til mennesker i nød fra byen Luboń. Men ikke bare felles frivillig arbeid i generasjonsbedrift var viktig denne dagen. Et øyeblikk med varm samtale over søtsaker eller en historie om

høytider fra år tilbake - dette er ikke mindre viktige øyeblikk. Vi avsluttet tiltaket med et smell – en tryllekunstnerforestilling. Forestillingen var også en annen mulighet for integrering takket være deltakernes aktive involvering som en del av illusjonsshowet eller kortnummer.



INTERGENERASJONALT FRIVILLIGHETSINITIATIV POZNAŃ 03.12.2024



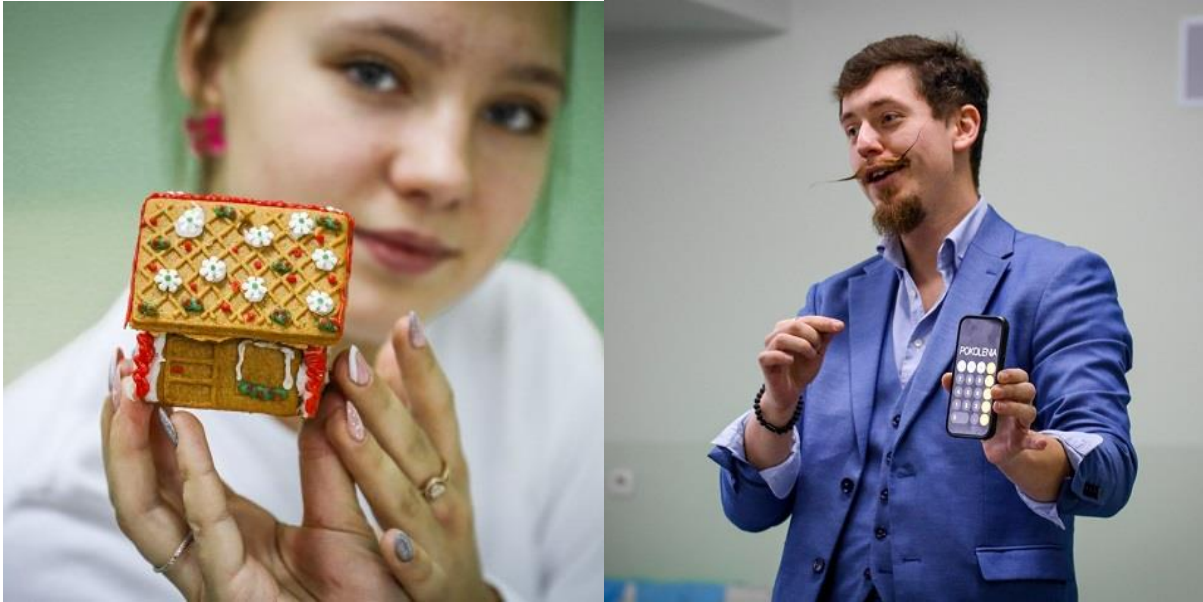
Den neste begivenheten i prosjektet vårt ved Strzeszyn sosial velferdshjem i Poznań var INTERGENERATIONAL INITIATIVE, eller felles generasjonsfrivillighet. Tiltaket fant sted i begynnelsen av desember og som seg hør og bør i denne perioden startet vi med å pynte juletreeet sammen. Deretter, et tverrgenerasjonsverksted for håndverk og hånddekorering av lys. Effekten av de frivilliges arbeid gikk til et veldedig formål, nemlig Sammenslutningen av de fattiges småbrødre. Under arrangementet var det ingen mangel på flere attraksjoner - det var et illusjonsshow som involverte både unge og pensjonister.



INTERGENERATIONAL FRIVILLIG INITIATIV RACOT 16.12.2024



Bare noen dager etter arrangementet, den 16. desember, møttes en gruppe deltakere i ulike aldre igjen for å dekorere pepperkaker, som så ble gitt til de fattige fra lokalsamfunnet. Møtet var også anledning til å snakke og fortelle om gamle juler. Og en spesiell attraksjon var et tryllekunstnershow, hvor vi også klarte å ta noen skritt mot integrering mellom generasjoner.



INTERGENERASJONALE FRIVILLIGHETSINITIATIV I NORGE JANUAR-FEBRUAR 2025



For å forenkle prosessen og oppmuntre til ansvar, gjennomførte Norsesus- representanter Mediaforum en miniundersøkelse blant senior- og ungdomsdeltakere for å identifisere lokale prosjektideer. To hovedinitiativ dukket opp:

- **Felleshageprosjekt:** Deltakerne samarbeidet for å planlegge og utvikle en felleshage hvor intergenerasjonsaktiviteter og læring kunne finne sted. Dette prosjektet ble omgjort til en formell søknad om finansiering som ble sendt inn til kommunen. Så langt er to representanter fra gruppen invitert til å fremme et forslag i mars.
- **Demensaktivitet Friends Initiative:** I erkjennelse av behovet for flere frivillige i samfunnet for å støtte eldre mennesker med demens, utviklet deltakerne en strategi og laget reklamemateriell for å rekruttere frivillige. Initiativet oppmuntret lokale innbyggere til å tilbringe tid med en eldre person - gå, snakke (minst en gang i måneden) .

Sosial kampanje mellom generasjoner

Et viktig element i prosjektet var en sosial kampanje som fremmet integrering mellom generasjoner og frivillighet mellom generasjoner. Det første elementet i kampanjen var å lage en film som viste aktivitetene som ble utført som en del av prosjektet, og spesielt arrangementene ved Mobile Intergenerational Integration Center og intergenerasjons

frivillige aktiviteter. Filmen i forskjellige tidsversjoner ble et sentralt element i den senere reklamekampanjen.



SOSIAL UNGDOMSKAMPANJER I POLEN



Det andre elementet i den sosiale kampanjen ble implementert i utdanningsinstitusjonene til ungdomsgruppene som ble med i prosjektet, dvs.

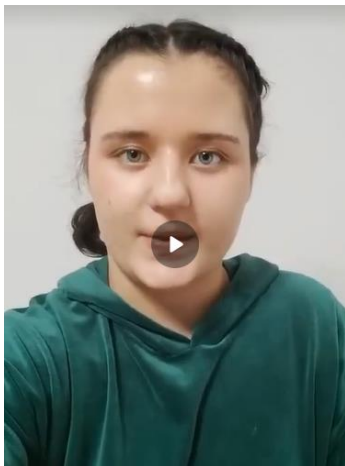
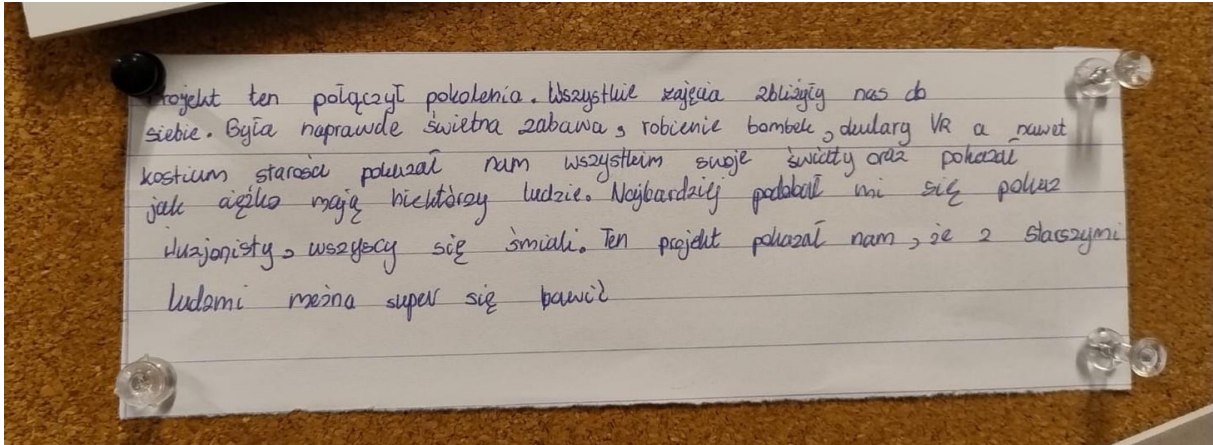
- Grunnskole nr. 6 i Luboń,
- Sovesal til komplekset av naturvitenskapelige skoler i Poznań,
- Barneskole i Racot.

av Volda var med på aksjonen Ungdomsskole og Volda Omsorgssenter og den norske samarbeidspartneren Norsensus Media forum .

Hver gruppe unge frivillige fikk i oppgave å implementere en sosial skolekampanje for å øke bevisstheten om alderdom, fremme aksept, respekt og empati overfor seniorer, fremheve deres erfaring og oppmuntre til aktiviteter på tvers av generasjoner. Gruppene fikk i oppgave å planlegge, forberede og gjennomføre kampanjen i skolene og lokalsamfunnene deres.



Ulike former for aktiviteter har dukket opp, for eksempel en utstilling med bilder fra begivenheter på tvers av generasjoner, en veggavis med skriftlige beretninger og erfaringer fra unge mennesker, en flashmob, innspilling av korte tematiske videoer. Takket være gjennomføringen av skolekampanjer var prosjektmottakerne ikke bare gruppen elever som deltok i prosjektet, men hele skoler og lokalsamfunn. I tillegg kan ungdom som deltar i prosjektet i praksis bruke kunnskapen de tidligere har tilegnet seg under workshops. I gjennomføringen av aktivitetene ble skolene støttet av erfarne animatører.





SOSIALE UNGDOMSKAMPANJER I NORGE



Unge frivillige fikk i oppgave å organisere skolekampanjer for å øke bevisstheten om aldring, fremme respekt og empati overfor seniorer og oppmuntre til aktiviteter på tvers av generasjoner. På grunn av utfordringene knyttet til organisering av fritidsaktiviteter vil Norsensus Mediaforum integrerte denne kampanjen med frivillige initiativer. De unge deltakerne forberedte informasjonskampanjer og rekrutteringsaktiviteter for programmet «Aktivitetsvenn for demenspasienter». I tillegg fikk de unge deltakerne opplæring i mobilfilming og animasjon under oppsyn av Norsensus -teamet. De laget også grafikk ved hjelp av verktøy som Canva , og sørget for en profesjonell og engasjerende meldingskampanje.

Markedsføring, prosjektoppsummering og formidling av resultater

En viktig rolle i å fremme resultatene av FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER -prosjektet ble spilt av sponsede artikler som informerte om foretaket, som dukket opp i Polen på 36 portaler, inkludert agglomerasjonsportalen www.epoznan.pl og lokale portaler i Wielkopolska www.twoje-miasto.pl, f.eks:

https://epoznan.pl/news-news-160255-wolontariat_laczy_pokolenia_w_wielkopolsce_i_w_norwegii

<https://poznan.twoje-miasto.pl/art-spoleczne/wolontariat-laczy-pokolenia-w-wielkopolsce-i644053>

Sosiale medier ble brukt som en del av salgsfremmende aktiviteter, inkludert profiler til partnerorganisasjoner: CREO Association og Norsensus Media forum.

epoznan.pl WIADOMOŚCI POGODA SPORT KULTURA I ROZRYWKA KORKI FORUM KONTAKT

Wolontariat łączy pokolenia w Wielkopolsce i w Norwegii

Dodano: środa, 19.02.2025 r., godz. 10:00

REKLAMA

ZGŁOŚ BŁĄD

WYŚLIJ ZDJĘCIE



POZNAŃ W wiadomości zaloguj się

TWOJE-MIASTO.pl ROZKŁADY NOCLEGI

kategoria: Społeczne Stowarzyszenie CREO / Wielkopolskie Centrum Wolontariatu artykuł sponsorowany 19 luty 2025

Wolontariat łączy pokolenia w Wielkopolsce i w Norwegii



POGODA W POZNANIU

5.7°C

kolejne dni wschód słońca: 06:49 zachód słońca: 17:22

Norsensus Mediaforum jest w miejscowości Volda, Møre og Romsdal, Norwegia. 7 godz. · 🌐

Few weeks ago and today we organized a bit out of unusual line of activities in Volda, at Volda Ungdomsskole and Volda Omsorgssenter, as part of the Volunteering Connects Generations project, carried out by Norsensus Mediaforum in cooperation with our Polish partner @stowarzyszenie.creo

Even if we cannot show all scenes and photos due to GDPR rules, young people and seniors actively participated in activities at Volda Ungdomsskole and Volda Omsorgssenter.

🌱 Bridging Generations in Volda! 🍌

From February 24 to 28, we brought young and senior participants together for an unforgettable week of intergenerational learning and connection!

- 🌟 Experience & Empathy: Young participants stepped into the shoes of seniors by using elderly suit simulators, completing tasks that gave them a new perspective on aging. Meanwhile, seniors explored the digital world through VR, revisiting their childhood homes, attending concerts of their favorite singers, or simply relaxing on a virtual beach.
- 🎮 Games & Conversations: Across generations, participants engaged in integration games, fostering meaningful conversations about life, experiences, and shared values.
- 🌱 Giving Back to the Community: At the start of this week, our intergenerational team took action for the local community, helping to prepare for our upcoming year-long community garden project in Volda! A true example of how volunteering can bring people together for a shared cause.

A huge thank you to the amazing teachers at Volda Ungdomsskole, the dedicated coordinators from Volda Omsorgssenter, and of course, all the seniors, students, and volunteers who made this event such a success! 🍌



CREO

★ Ulubione · 4 grudnia 2024 · 🌐

Luboń okazał się bardzo gościnnym miejscem dla naszego projektu WOLONTARIAT ŁĄCZY POKOLENIA (ang. Volunteering Connects Generations)! Pierwszym wydarzeniem był międzypokoleniowy event, który odbył się z pompą 15 listopada w Domu Senior Wigor w Luboniu. Nie byliśmy tego dnia sami – towarzyszyli nam przedstawiciele naszego norweskiego partnera – NORSENSUS MEDIAFORUM. Zgodnie z założeniami wydarzenie rozpoczęło się od dwóch równoległe organizowanych aktywności. Grupa młodzieży u... Wyświetl więcej



👤 Rysiek Michalski, Karolina Anna Kasprzak i 10 innych użytkowników



WOLONTARIAT
ŁĄCZY POKOLENIA

Aktiviteter som tar sikte på å formidle resultatene fra FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER-prosjektet inkluderer også utvikling av langsiktige utviklingsplaner for generasjonsgrupper og utarbeidelse av denne publikasjonen som inneholder en modell for gjennomføring av aktiviteter på tvers av generasjoner.

26. februar 2024 ble det holdt en konferanse for å oppsummere gjennomføringen av prosjektet.

ONLINE KONFERANSEPROGRAM 26.02.2025

- 14:30 – 14:50 **Introduksjon** – om prosjektet FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER
- 14:50 - 15:10 **Samarbeid og noen ganger hardt arbeid** – forberedende aktiviteter, studiebesøk, scenarioskaping, utvikling og testing av det intergenerasjonelle pedagogiske spillet CONNECTING GENERATIONS
- 15:10 – 15:30 **Energien til handling mellom generasjoner** – generasjonsarrangementer i Polen, arrangementer innenfor Mobile Intergenerational Integration Centre, generasjonsfrivillige initiativer og sosiale kampanjer på skoler, visning av en film om prosjektet
- 15:30 – 16:00 **Erfaringer fra Norge** – informasjon om intergenerasjonelle arrangementer implementert av den norske partneren - Norsensus Media forum
- 16.00 – 16.30 **Forum for gode praksis – Diskusjonspanel**



Andre aktiviteter innenfor prosjektet

Prosjektet omfattet også aktiviteter knyttet til koordinering og ledelse, evaluering, økonomi- og regnskapstjenester, innkjøp av utstyr og innredning (f.eks. telt) m.m.

3. Noen gode råd – hvordan gjennomføre lignende aktiviteter?

Nedenfor er noen tips og organisatoriske notater for de som er interessert i å drive arrangementer innenfor rammen av vår intergenerasjonelle aktivitetsmodell:

- **Kontrollere situasjonen og gi støtte til animatører**

Arrangementer på tvers av generasjoner bør organiseres av kvalifisert organisasjonspersonell og ledes av erfarne trenere.

Ved store arrangementer som arrangementer kreves involvering av 4 trenere/animatører. For gjennomføring av intergenerasjonsinitiativer (selv de kombinert med en workshopdel), er involvering av 2 animatører tilstrekkelig.

I tillegg kreves det minst 1 person til organisatoriske formål før arrangementet, hvis oppgave vil være å: bestemme stedet og gi nødvendig støtte fra institusjonen der arrangementet arrangeres (f.eks. skole, samfunnshus, sosialhjem), bestille nødvendig materiell til verkstedformål (f.eks. papir, penner, tusjer), bestille matvarer og materialer som skal brukes i pausene (f.eks. økokopper og -tallerkener, småkaker og -tallerkener, varmekaker og -tallerkener), bestille ekstra attraksjoner som tar sikte på å aktivere og integrere deltakere (f.eks. fotoport, felles fotosession, kunstnerisk show, trylleshows osv.), koordinere de ansvarlige for foto og filming av arrangementet.

Personer som driver arrangementet (animatører) bør hele tiden overvåke deltakernes velvære. Når du rapporterer problemer – bør du reagere riktig for å opprettholde komforten til deltakerne.

- **Justere tempoet, ta hensyn til helsestatus og mulig frykt hos deltakerne**

Deltakere i eldre alder kan trenge mer tid for å venne seg til VR-teknologi eller reglene for integrasjonsspillet. Det er verdt å gi alle deltakerne tilstrekkelig tid til introduksjoner og lære reglene. Dersom noen av deltakerne føler ubehag med VR-teknologi eller aldersdressen, skal de ikke tvinges til å utføre alle aktivitetene under workshopene. Du kan imidlertid prøve å tilby dem en annen alternativ type deltakelse, blant annet for å gjøre dem kjent med andre deltakers følelser og opplevelser.

- **La oss oppmuntre til sosiale interaksjoner**

La oss under VR-workshopen (for seniorer), workshopen om alderdom ved bruk av aldersdressen (for unge), under integreringsspillet Connecting Generations og under felles måltider oppfordre deltakerne til å dele sine inntrykk med andre deltakere og vise til egne erfaringer. Skjemaet kan endres avhengig av muligheter og antall deltakere. Dette gir en mulighet til å bygge relasjoner og utveksle erfaringer.

- **Teknisk støtte**

Det er verdt å være forberedt på vanskeligheter som følge av tekniske problemer. Det er verdt å ha noen på stedet som vil kunne hjelpe med tekniske problemer knyttet til datautstyr, VR-briller, aldersdressen, eller elementer av organisering av intergenerasjonstiltak mv.

- **Internett-tilgang og strømforsyning**

Under workshopene er det nødvendig å sørge for internetttilgang (f.eks. trådløst) og strømforsyning (datautstyr, VR-briller)

- **Tilgang til toalett**

På grunn av den relativt lange tiden for gjennomføring av intergenerasjonelle arrangementer, er det nødvendig å gi tilgang til et toalett. I UTENDØRS alternativet - en bærbar toalett type toi toi eller skaffe toalett i en offentlig bygning i nærheten (f.eks. skole, sosialhjem, samfunnshus). I alternativet INNENDØRS - vi gir mulighet for bruk av toalettet i den valgte bygningen hvor arrangementet arrangeres.

- **Ytterligere attraksjoner under intergenerasjonsarrangementer:**

- **FOTO GATES** – på to arrangementer implementerte vi integrasjon i form av en fotoport – og det fungerte veldig bra for oss. Grupper på tvers av generasjoner hadde mye moro og integrert. Vi ga lenker til videoene videre til lærere og seniorer, som viste seg å være en utmerket souvenir fra aktiviteter på tvers av generasjoner.
- **ILLUSJONISTISKE VISER** – på tre frivillige initiativ, som et element som integrerer gruppen og en ekstra attraksjon, arrangerte vi et tryllekunstnershow. Ungdommene og seniorenne var svært interesserte og i sine uttalelser etter workshopene antydte de dette elementet som et av de viktigste positive aspektene. Dessuten var deltakernes engasjement et element i forestillingen, så vi klarte å oppnå en ekstra integrerende effekt.

MERK: en mer detaljert beskrivelse finnes i scenariene: VR-verksted (for seniorer), verksted om alderdom ved bruk av aldersdressen (for unge), i programmet Mobile Intergenerational Integration Center og i beskrivelsen av integrasjonsspillet CONNECTING GENERATIONS.

FRIVILLIGHET

FORENER GENERASJONER

VOLUNTEERING

CONNECTS GENERATIONS

WOLONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA

Et partnerskapsprosjekt gjennomført som en del av konkurransen "Initiativ for intergenerasjonelt samarbeid - BeFORme", finansiert av det bilaterale samarbeidsfondet.

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Sammen jobber vi for et grønt,
konkurransedyktig og inkluderende Europa!

Rapport utarbeidet i 2024-2025 som en del av prosjektet
FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER implementert av:



NorSensus
MEDIAFORUM

www.centrumcreo.pl