

SCENARIO

VERKSTED FOR KOORDINATORER AV GENERASJONGRUPPER

WOLONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA



Poznan-Oslo
2024-2025

NorSensus
MEDIAFORUM

FRIVILLIGHET

FORENER GENERASJONER

VOLUNTEERING

CONNECTS GENERATIONS

WOLONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA

Et partnerskapsprosjekt iverksatt som en del av konkurransen «Initiativer for generasjonssamarbeid – BeFORme » fra ressursene til Bilateralt samarbeidsfond.

Iceland 
Liechtenstein  Norway
Norway grants grants

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

**Dokument 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
Rådhusgata 20
0151 Oslo
www.norsensus.no

NorSensus
MEDIAFORUM

1 . Introduksjon til scenariet

Mål

Målet med workshopen er å forberede koordinatorene til å effektivt administrere generasjonsgrupper som involverer seniorer og ungdom.

Workshopen gir deltakerne verktøy for å:

- rekruttering,
- motiverende,
- planlegge aktiviteter,
- håndtering av formaliteter
- organisere aktiviteter som integrerer ulike generasjoner.

Under møtet vil koordinatorene få mulighet til å sette seg inn i teknologiene som brukes i prosjektet, som VR-briller og «aldringsdrakten», som bidrar til å forstå aldringsprosessen og bygge empati mellom generasjoner. I tillegg vil deltakerne bli kjent med detaljene i integrasjonsspillet CONNECTING GENERATIONS/FORENER GENERASJONER, som er en del av prosjektaktivitetene.

Deltakere

En gruppe på inntil 20 personer kan delta på workshopen.

Varighet

Arrangementet varer i ca. 6 timer (med pauser).

Metoder

- basert på en multimediapresentasjon
- diskusjon
- forklaring
- audiovisuelt (film STARSzaki)

1 . Verkstedprogram

1.1. Velkomst og presentasjon av workshopmål (30 minutter)

Lederen introduserer deltakerne til temaet for workshopen, og presenterer hovedmålene for møtet og det planlagte kurset. Deltakerne vil bli introdusert for tilskuddsgiver og prosjektarrangører.

- **Presentasjon av workshopprogrammet.**
- **Presentasjon av partnerorganisasjoner:** En kort introduksjon til hver av partnerorganisasjonene som er involvert i prosjektet, inkludert CREO Association og Norsensus Mediaforum , deres roller og erfaringer i intergenerasjonsaktiviteter.
- **Finansieringskilder:** Forklaring av prosjektets finansieringskilder, inkludert støtte fra programmet " BeFORme Initiative for Intergenerational Cooperation ", finansiert av EØS og Norge Tilskudd .

1.1. Introduksjon til FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER-prosjektet (30 minutter)

I denne delen av workshopen vil koordinatører bli kjent med forutsetningene til prosjektet som samler seniorer og ungdom i frivillige aktiviteter , noe som muliggjør gjensidig læring og integrering. Vi vil fremheve viktigheten av intergenerasjonsengasjement og bruk av innovative teknologier, som VR og «ageing suits», for å lette forståelsen av aldring og generasjonsintegrasjon.

- En kort introduksjon til prosjektets oppdrag og mål.
- Eksempler på aktiviteter planlagt som en del av «Frivillig arbeid kobler generasjoner».
- Fordeler med å bruke VR og «aldringsskanneren» for å bedre forstå opplevelsen av aldring og generasjonsintegrasjon.

1.3 . Introduksjon til VR og aldringsdrakten (30 minutter)

I løpet av denne fasen vil deltakerne bli kjent med nye teknologier som brukes i prosjektet. De vil få muligheten til å prøve utstyret og oppleve førstehånds hvordan teknologi kan bidra til å forstå utfordringene seniorer møter i forbindelse med aldring og hvordan unge mennesker bruker tiden sin i dag (takket være VR). Det er svært viktig at koordinatører viser dette perspektivet og forstår det grundig.

- **VR – Virtual Reality** : Bruken av VR-briller lar deg lage en simulering der deltakerne kan se hvordan unge bruker fritiden.

- **"Old Age Suit"** : En enhet som lar deltakerne oppleve endringene i en eldre persons kropp, inkludert bevegelses-, syns- og hørselsbegrensninger som ofte oppleves i alderdom. Dette vil være en utmerket mulighet for koordinatorene til å bedre forstå seniorperspektivet.

Aktiviteter :

- Presentasjon av enheter.
- Deltakere prøver utstyr.
- En kort diskusjon av opplevelsen etter å ha prøvd VR-brillene og aldringsdressen.

1.4. Spesifikasjoner for integreringsspillet CONNECTING GENERATIONS (15 minutter)

I denne delen av workshopen skal deltakerne bli kjent med et spill som er et av verktøyene som brukes for å integrere generasjoner i prosjektet. Spillet er basert på å arrangere tangrambrikker til en helhet, som lar deltakerne løse gåter sammen, utvikle samarbeid og bygge bånd. I løpet av spillet jobber seniorer og ungdom sammen, noe som støtter integrering og utvikler samarbeidsevner mellom generasjoner.

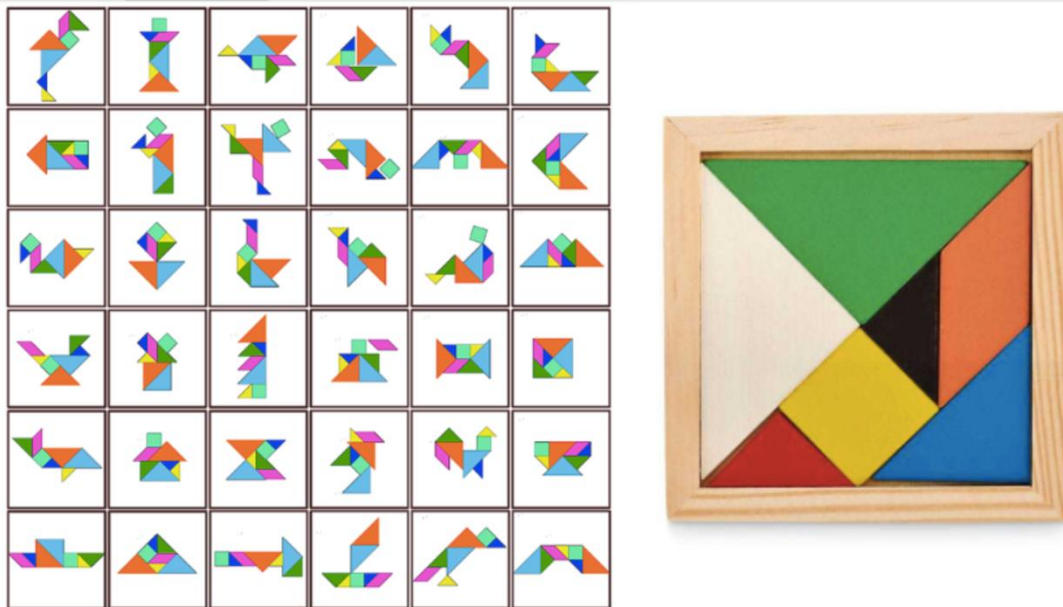


Fotografi: bilde av Nina Woderska tatt under spillets pilot.

Spilleregler : Deltakerne vil få muligheten til å lære reglene for et spill som integrerer generasjoner, basert på å arrangere tangramelementer. Spillet gir mulighet for gjensidig støtte, utvikler kommunikasjon og motiverer til samarbeid.

Eksempel på spillapplikasjon : Diskusjon om hvordan spillet kan brukes i praksis, både i arbeid med ungdom og eldre.

Praktisk del : Koordinatorer vil få muligheten til å prøve spillet ved å arrangere tangramstykker sammen, som vil tillate dem å oppleve hvordan spillet fungerer i virkeligheten og hvilke fordeler det kan gi i sammenheng med samarbeid mellom generasjoner.



źródło: <https://www.printables.com/model/29046-tangram-puzzle/remixes?lang=pl>

Figur: Grafikk fra presentasjonen av CREO-foreningen

1.5. Mangfold av deltakergrupper (45 minutter)

Mennesker med ulik bakgrunn kan delta i prosjekter på tvers av generasjoner: seniorer fra sosialhjem, seniororganisasjoner, samt unge fra skoler og frivillige organisasjoner. Dette mangfoldet gir koordinatorene utfordringer med å tilpasse sin tilnærming til behovene til ulike aldersgrupper.

- **Diverse behov og ferdigheter :** Diskutere de spesifikke behovene til seniorer og ungdom i sammenheng med deltakelse i prosjekter på tvers av generasjoner. Seniorer kan være motivert til å delta i aktiviteter som lar dem dele sine erfaringer, mens yngre mennesker kan være mer interessert i teknologi, likemannsutdanning eller aktiviteter som engasjerer deres lidenskaper.
- **Tilpasning av aktiviteter til ulike grupper :** Hvor viktig det er å ta hensyn til dette mangfoldet når du planlegger aktiviteter – både når det gjelder organisering og når du lager tidsplaner og oppgaver.

1. 6 Frivillig rekruttering (45 minutter)

Effektiv rekruttering til grupper på tvers av generasjoner krever at man tar hensyn til ulike kommunikasjonskanaler og forstår behovene til begge aldersgruppene. I denne fasen av workshopen vil deltakerne lære beste rekrutteringspraksis og måter å nå begge gruppene på.

- **Rekrutteringskanaler** : Diskuter ulike metoder for å nå seniorer og ungdom, for eksempel skoler, seniororganisasjoner, sosiale medier, plakater og andre former for promotering.
- **Motivasjon og interesser for begge grupper** : Hvordan tilpasse kommunikasjon for å tiltrekke begge grupper til å handle sammen. Seniorer kan søke aktiviteter som gir dem en følelse av formål, mens unge kan være interessert i arrangementer som bruker moderne teknologi eller engasjerer seg i kunstneriske aktiviteter.

1.7. Planlegging av handlinger mellom generasjoner (60 minutter)

Målet med denne fasen av workshopen er å planlegge spesifikke aktiviteter som vil engasjere både seniorer og ungdom. Workshopdeltakere vil lære beste praksis for å lage arrangementer som integrerer ulike generasjoner.

- **Eksempler på aktiviteter på tvers av generasjoner** : Utdanningsverksteder, kunstneriske møter, sosiale kampanjer, samarbeid med frivillige organisasjoner.
- **Skreddersy aktiviteter til interessene og behovene til begge grupper** : Hvordan ta hensyn til mangfoldet av ferdigheter og forventninger når man lager prosjekter som engasjerer alle i gruppen.
- **Koordinering av tid og oppgaver** : Hvordan planlegge tid og oppgaver slik at hver gruppe kan delta effektivt, med tanke på forskjeller i tempo og engasjement.

I løpet av denne delen vil god praksis fra CREO Association bli presentert, for eksempel : aktiviteter utført som en del av Poznań Senior Volunteering Academy-prosjektet, hvor seniorer, prosjektdeltakere, skapte kort med positive og motiverende ord som ble gitt til frivillige som jobber ved Pallium Hospice i Poznań. Hvert kort inneholdt støtteord som "Takk for engasjementet ditt", "Du er av stor verdi" og "Smilet ditt gir håp." Målet var å løfte humøret til de som støtter de syke, samtidig som seniorer kunne uttrykke sine følelser og takknemlighet.

1.8. Motivere deltakerne til å handle (30 minutter)

Deltakerne vil lære motiverende teknikker som vil bidra til å holde seniorer og ungdom engasjert i prosjekter. Hver aldersgruppe har sine egne behov og motivasjoner som bør tas i betraktning når man jobber med frivillige.

- **Motiverende teknikker** : Ros, belønning, teambuildingsmøter som bygger positive relasjoner og oppmuntrer til videre handling.
- **En følelse av nytte** : Hvordan motivere seniorer gjennom en følelse av nytte og innflytelse på andres liv, og unge mennesker gjennom engasjerende, dynamiske aktiviteter.

1.9. Frivillighetsformaliteter (30 minutter)

Drøfting av formelle problemstillinger knyttet til organisering av frivillige aktiviteter. Deltakerne vil lære hvordan de gir passende forsikring for frivillige og hvordan de håndterer dokumentasjon i prosjekter over generasjoner.

- **Forsikring og ansvarsforsikring** : Hvilken forsikring kreves for ulike aldersgrupper.
- **Organisatoriske formaliteter** : Hvilke dokumenter er nødvendige for å formalisere samarbeidet med frivillige, hva er koordinatorens ansvar.

1.10. Gruppediskusjon og refleksjon (20 minutter)

På slutten av workshopen vil deltakerne dele sine erfaringer, ideer for fremtiden og tanker om gjennomføringen av aktiviteter innenfor prosjektet FRIVILLIGHET FORENER GENERASJONER.

Utarbeidet av: Dr. Nina Woderska

Bilder: CREO Foreningsarkiv

FRIVILLIGHET

FORENER GENERASJONER

VOLUNTEERING

CONNECTS GENERATIONS

WOLONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA

Et partnerskapsprosjekt iverksatt som en del av konkurransen «Initiativer for generasjonssamarbeid – BeFORme » fra ressursene til Bilateralt samarbeidsfond.

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Norway grants

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

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



NorSensus
MEDIAFORUM

www.centrumcreo.pl