

# SCENARIUSZ

## WARSZTAT DLA KOORDYNATORÓW GRUP MIĘDZYPOKOLENIOWYCH

# WOŁONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA



Poznań-Oslo  
2024-2025

NorSensus  
MEDIAFORUM

# VOLUNTEERING

CONNECTS GENERATIONS

# WOLONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA

# FRIVILLIGHET

FORENER GENERASJONER



Projekt partnerski realizowany w ramach konkursu „Inicjatywy na rzecz współpracy międzypokoleniowej – BeFORme” ze środków Funduszu Współpracy Dwustronnej.

Iceland  Liechtenstein  Norway   
Norway grants Norway grants



Wspólnie działamy na rzecz Europy zielonej,  
konkurencyjnej i sprzyjającej integracji społecznej!



**Dokument przygotowany w latach 2024-2025 roku w ramach projektu  
WOLONTARIAT ŁĄCZY POKOLENIA realizowanego przez:**

Stowarzyszenie Centrum Rozwoju  
Edukacji Obywatelskiej CREO  
ul. Kochanowskiego 8A/2  
60-845 Poznań  
[www.centrumcreo.pl](http://www.centrumcreo.pl)



Norsensus Mediaforum (Norwegia)  
Rådhusgata 20  
0151 Oslo  
[www.norsensus.no](http://www.norsensus.no)



# 1. Wprowadzenie do scenariusza

## Cele

Celem warsztatu jest przygotowanie koordynatorów do efektywnego zarządzania grupami międzypokoleniowymi, w których zaangażowani są seniorzy i młodzież.

Warsztat zapewnia uczestnikom narzędzia do:

- rekrutacji,
- motywowania,
- planowania działań,
- zarządzania formalnościami
- organizowania działań integrujących różne pokolenia.

W trakcie spotkania koordynatorzy będą mieli okazję zapoznać się z technologiami wykorzystywanymi w projekcie, takimi jak okularami VR oraz "skafandrem starości", które pomagają w zrozumieniu procesu starzenia się i w budowaniu empatii między pokoleniami. Dodatkowo, uczestnicy zapoznają się ze specyfiką gry integracyjnej ŁĄCZYMY POKOLENIA, która jest częścią działań w ramach projektu.

## Uczestnicy

W warsztacie może wziąć udział grupa do 20 osób.

## Czas trwania

Wydarzenie trwa ok. 6 godzin (z przerwami).

## Metody

- podająca bazująca na prezentacji multimedialnej
- dyskusja
- objaśnienie
- audiowizualna (film STARszaki)

# 1. Program warsztatu

## 1.1. Powitanie i przedstawienie celów warsztatu (30 minut)

Prowadzący wprowadza uczestników w temat warsztatu, przedstawiając główne cele spotkania oraz planowany przebieg. Uczestnicy zostaną zapoznani z grantodawcą oraz organizatorami projektu.

- **Prezentacja programu warsztatu.**
- **Prezentacja organizacji partnerskich:** Krótkie przedstawienie każdej z organizacji partnerskich biorących udział w projekcie, w tym Stowarzyszenia CREO oraz Norsensus Mediaforum, ich ról i doświadczeń w działaniach międzypokoleniowych.
- **Źródła finansowania:** Wyjaśnienie źródeł finansowania projektu, w tym wsparcie z programu „Inicjatywy na rzecz współpracy międzypokoleniowej – BeFORme”, finansowanego przez EEA i Norway Grants.

## 1.1. Wprowadzenie do projektu WOLONTARIAT ŁĄCZY POKOLENIA (30 minut)

W tej części warsztatu koordynatorzy zapoznają się z założeniami projektu, który łączy seniorów i młodzież w działania wolontariackie, umożliwiając wzajemne uczenie się i integrację. Podkreślimy znaczenie międzypokoleniowego zaangażowania oraz zastosowanie innowacyjnych technologii, takich jak VR i "skafandra starości", w celu ułatwienia zrozumienia starzenia się i integracji pokoleń.

- Krótkie wprowadzenie do misji projektu i jego celów.
- Przykłady działań, które planowane są w ramach „Wolontariat Łączy Pokolenia”.
- Korzyści płynące z wykorzystania VR oraz "skanera starości" do lepszego zrozumienia doświadczenia starzenia się i integracji pokoleniowej.

### O projekcie - WOLONTARIAT ŁĄCZY POKOLENIA

---

- Projekt międzypokoleniowy
- Współpraca z partnerem z Norwegii - Norsensus Mediaforum
- Wizyty studyjne w Polsce i w Norwegii
- Przygotowanie modelu rozwoju integracji międzypokoleniowej tzw. Mobilnego Centrum Integracji Międzypokoleniowej

### 1.3. Wprowadzenie do technologii VR i kombinezonu starości (30 minut)

Podczas tego etapu uczestnicy zapoznają się z nowymi technologiami wykorzystywanymi w projekcie. Będą mieli okazję przymierzyć sprzęt, by na własnej skórze doświadczyć, jak technologia może pomóc zrozumieć wyzwania, przed którymi stoją seniorzy w kontekście starzenia się i tego, jak współcześnie czas spędza młodzież (dzięki VR). Ukazanie tej perspektywy i dogłębne zrozumienie jej przez koordynatorów jest bardzo ważne.

- **VR - Wirtualna rzeczywistość:** Użycie okularów VR pozwala na stworzenie symulacji, w której uczestnicy mogą zobaczyć, w jaki sposób czas wolny spędzają młodzi.
- **"Skafander/kombinezon starości":** Urządzenie, które pozwala uczestnikom poczuć, jak zmienia się ciało osoby starszej, w tym ograniczenia ruchowe, wzrokowe i słuchowe, które są powszechnie doświadczane w starszym wieku. Będzie to doskonała okazja, by koordynatorzy mogli lepiej zrozumieć perspektywę seniorów.

#### Działania:

- Prezentacja urządzeń.
- Przymierzanie sprzętu przez uczestników.
- Krótkie omówienie doświadczeń po przymierzeniu okularów VR i skafandra starości.

### 1.4. Specyfika gry integracyjnej ŁĄCZYMY POKOLENIA (15 minut)

W tej części warsztatu uczestnicy zapoznają się z grą, która stanowi jedno z narzędzi wykorzystywanych do integracji pokoleń w projekcie. Gra opiera się na układaniu elementów tangramu w całość, co pozwala uczestnikom na wspólne rozwiązywanie zagadek, rozwijanie współpracy i budowanie więzi. Podczas gry seniorzy i młodzież pracują razem, co wspomaga integrację oraz rozwija umiejętności współpracy międzypokoleniowej.

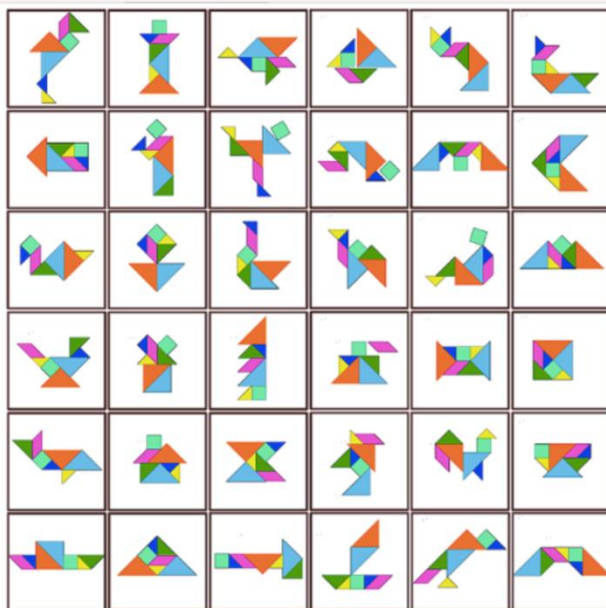


Fotografia: zdjęcie autorstwa Niny Woderskiej zrobione w trakcie pilotażu gry.

**Zasady gry:** Uczestnicy będą mieli okazję poznać zasady gry integrującej pokolenia, opartej na układaniu elementów tangramu. Gra pozwala na wzajemne wsparcie, rozwijanie komunikacji i motywuje do współpracy.

**Przykład zastosowania gry:** Omówienie jak gra może być wykorzystana w praktyce, zarówno w pracy z młodzieżą, jak i z seniorami.

**Praktyczna część:** Koordynatorzy będą mieli okazję spróbować gry, wspólnie układając elementy tangramu, co pozwoli im doświadczyć, jak gra działa w rzeczywistości i jakie korzyści może przynieść w kontekście międzypokoleniowej współpracy.



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

Rycina: Grafika z prezentacji Stowarzyszenia CREO

### 1.5. Różnorodność grup uczestników (45 minut)

W projektach międzypokoleniowych uczestniczyć mogą osoby z różnych środowisk: seniorzy z domów pomocy społecznej, organizacji seniorskich, a także młodzież ze szkół i organizacji pozarządowych. Ta różnorodność stawia przed koordynatorami wyzwania związane z dostosowaniem podejścia do potrzeb różnych grup wiekowych.

- **Zróżnicowane potrzeby i umiejętności:** Omówienie specyficznych potrzeb seniorów i młodzieży w kontekście udziału w projektach międzypokoleniowych. Seniorzy mogą być zmotywowani do angażowania się w działania umożliwiające dzielenie się doświadczeniem, podczas gdy młodsze osoby będą bardziej zainteresowane technologiami, edukacją rówieśniczą czy aktywnościami angażującymi ich pasje.
- **Dostosowanie działań do różnorodnych grup:** Jak ważne jest wzięcie pod uwagę tej różnorodności przy planowaniu aktywności – zarówno w zakresie organizacji, jak i przy tworzeniu harmonogramów i zadań.

## 1.6 Rekrutacja wolontariuszy (45 minut)

Skuteczna rekrutacja do grup międzypokoleniowych wymaga uwzględnienia różnych kanałów komunikacji oraz zrozumienia potrzeb obu grup wiekowych. W tym etapie warsztatu uczestnicy poznają najlepsze praktyki rekrutacyjne i sposoby dotarcia do obu grup.

- **Kanały rekrutacyjne:** Omówienie różnych metod dotarcia do seniorów i młodzieży, takich jak szkoły, organizacje seniorskie, media społecznościowe, plakaty i inne formy promocji.
- **Motywacja i zainteresowania obu grup:** Jak dostosować komunikację, by przyciągnąć obie grupy do wspólnego działania. Seniorzy mogą szukać aktywności dających poczucie celu, młodzież może być zainteresowana wydarzeniami wykorzystującymi nowoczesne technologie lub angażującymi w działania artystyczne.

## 1.7. Planowanie akcji międzypokoleniowych (60 minut)

Celem tego etapu warsztatu jest zaplanowanie konkretnych działań, które będą angażowały zarówno seniorów, jak i młodzież. Uczestnicy warsztatu poznają najlepsze praktyki tworzenia wydarzeń, które integrują różne pokolenia.

- **Przykłady działań międzypokoleniowych:** Warsztaty edukacyjne, spotkania artystyczne, kampanie społeczne, współpraca z organizacjami pozarządowymi.
- **Dostosowanie działań do zainteresowań i potrzeb obu grup:** Jak uwzględnić różnorodność umiejętności i oczekiwań przy tworzeniu projektów, które angażują wszystkie osoby w grupie.
- **Koordynowanie czasu i zadań:** Jak zaplanować czas i zadania, by każda z grup mogła efektywnie uczestniczyć, uwzględniając różnice w tempie pracy i zaangażowaniu.

**W trakcie tej części pokazane zostaną dobre praktyki działań Stowarzyszenia CREO, jak np.** działania realizowane w ramach projektu Poznańska Akademia Wolontariatu Senioralnego, gdzie Seniorzy, uczestnicy projektu, stworzyli karteczki z pozytywnymi i motywującymi słowami, które były przekazywane wolontariuszom działającym w Hospicjum Pallium w Poznaniu. Każda kartka zawierała słowa wsparcia, takie jak „Dziękujemy za Twoje zaangażowanie”, „Masz ogromną wartość” czy „Twój uśmiech daje nadzieję”. Celem było podniesienie na duchu osób wspierających chorych, a jednocześnie umożliwienie seniorom wyrażenia swoich uczuć i wdzięczności.

## 1.8. Motywowanie uczestników do działania (30 minut)

Uczestnicy zapoznają się z technikami motywacyjnymi, które pozwolą utrzymać zaangażowanie seniorów i młodzieży w projektach. Każda z grup wiekowych ma swoje potrzeby i motywacje, które powinny być uwzględniane w pracy z wolontariuszami.

- **Techniki motywacyjne:** Pochwały, nagrody, integracyjne spotkania, które budują pozytywne relacje i zachęcają do dalszego działania.

- **Poczucie użyteczności:** Jak motywować seniorów poprzez poczucie przydatności i wpływu na życie innych, a młodzież poprzez angażujące, dynamiczne działania.

### 1.9. Formalności związane z wolontariatem (30 minut)

Omówienie kwestii formalnych związanych z organizowaniem działań wolontariackich. Uczestnicy dowiedzą się, jak zapewnić odpowiednie ubezpieczenie dla wolontariuszy i jak zarządzać dokumentacją w projektach międzypokoleniowych.

- **Zasady ubezpieczenia i odpowiedzialności prawnej:** Jakie ubezpieczenia są wymagane dla różnych grup wiekowych.
- **Formalności organizacyjne:** Jakie dokumenty są niezbędne do formalizacji współpracy z wolontariuszami, jakie obowiązki ma koordynator.

### 1.10. Dyskusja grupowa i refleksja (20 minut)

Na zakończenie warsztatu uczestnicy podzielą się swoimi doświadczeniami, pomysłami na przyszłość oraz przemyśleniami dotyczącymi realizacji działań w ramach projektu WOLONTARIAT ŁĄCZY POKOLENIA.

Opracowanie: dr Nina Woderska

Zdjęcia: archiwum Stowarzyszenia CREO



# WOLONTARIAT

ŁĄCZY POKOLENIA

# VOLUNTEERING

CONNECTS GENERATIONS

# FRIVILLIGHET

FORENER GENERASJONER



Projekt partnerski realizowany w ramach konkursu „Inicjatywy na rzecz współpracy międzypokoleniowej – BeFORme” ze środków Funduszu Współpracy Dwustronnej.

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants



Wspólnie działamy na rzecz Europy zielonej,  
konkurencyjnej i sprzyjającej integracji społecznej!



Dokument przygotowany w latach 2024-2025 roku w ramach projektu  
WOLONTARIAT ŁĄCZY POKOLENIA realizowanego przez:



NorSensus  
MEDIAFORUM

[www.centrumcreo.pl](http://www.centrumcreo.pl)