



*ZŁOTA KSIĘGA*  
*DOBRYCH PRAKTYK*

*na rzecz Społecznego Uczestnictwa Osób Starszych*

*II edycja*



RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH



**Złota Księga Dobrych Praktyk na Rzecz Społecznego Uczestnictwa Osób Starszych  
Edycja II – Publikacja BRPO**

**Redaktor publikacji:**

prof. Barbara Rysz-Kowalczyk

Publikacja powstała w ramach prac Komisji Ekspertów ds. Osób Starszych przy  
Rzeczniku Praw Obywatelskich

**Wydawca:**

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich  
al. Solidarności 77, 00-090 Warszawa

**Koncepcja edytorska:**

Dariusz Supel

[www.rpo.gov.pl](http://www.rpo.gov.pl)

Infolinia Obywatelska 800 676 676

© Copyright by Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich  
Warszawa 2017

ISBN 978-83-65029-26-3

Oddano do składu w marcu 2017 r.  
Podpisano do druku w kwietniu 2017 r.  
Nakład: 500 egz.

**Skład i łamanie:**

Aleksander Gogół, [www.swiatzieleni.eu](http://www.swiatzieleni.eu)

**Druk:**

COMgraph Sp. z o.o., [www.comgraph.com.pl](http://www.comgraph.com.pl)

# Spis treści

<i>Wstęp</i>	5
<i>„AKtywizaCJE SENIORÓW”</i>	6
<i>„Igrzyska dla osób z niepełnosprawnością”</i>	8
<i>„Książka do domu”</i>	10
<i>„Latające Babcie z Plusem”</i>	12
<i>„Park Śląski dla seniorów”</i>	15
<i>„Portal senior.bialystok.pl”</i>	18
<i>„Późne debiuty”</i>	21
<i>„Radomski taniec pod gwiazdami”</i>	24
<i>„Seniorzy i studenci – razem możemy więcej”</i>	26
<i>„Seniorzy seniorom – spotkania wakacyjne”</i>	28
<i>„Spacery i mapy sentymentalne”</i>	30



# Wstęp

Szanowni państwo

Przedstawiamy kolejny zbiór przedsięwzięć wyróżnionych w drugiej edycji „Złotej Księgi Dobrych Praktyk na Rzecz Społecznego Uczestnictwa Osób Starszych”.

Podobnie jak w poprzedniej edycji, wybierając praktyki, które uznaliśmy za „dobre” kierowaliśmy się zestawem wyraźnie sprecyzowanych i wcześniej opublikowanych kryteriów. Obejmowały one zarówno cechy samej praktyki, jak i sposoby jej prezentacji (opisu) przez instytucję zgłaszającą.

Praktyki zakwalifikowane do zamieszczenia w Złotej księdze są różne pod bardzo wieloma względami. Braliśmy bowiem pod uwagę nie tylko całościowe projekty ale także pojedyncze, wyodrębnione formy działania, metody lub rozwiązania organizacyjne. Łączy je natomiast to, że wszystkie są specyficznymi, przemyślanymi, starannie zaplanowanymi, sprawdzonymi w praktyce i odpowiednio opisanymi schematami postępowania. Mają też potwierdzone i pozytywnie ocenione rezultaty, oraz dające się zidentyfikować warunki sukcesu lub przyczyny niepowodzenia. Dzięki tym cechom mogą być wzorami możliwymi do naśladowania i powtórzenia w innym miejscu. Wszystkich, którzy chcieliby wykorzystać je w swoich instytucjach i projektach zachęcamy do bezpośredniego kontaktowania się z ich twórcami i realizatorami (w każdym przypadku udostępniamy odpowiednie informacje).

Zakładamy, że Złota Księga nie będzie wyłącznie instrumentem upowszechniania (dyfuzji) gotowych wzorów. Wierzimy, że zawarte w niej informacje będą inspirowały innych do poszukiwania własnych oryginalnych działań i motywowały do dzielenia się doświadczeniami – choćby w kolejnych edycjach naszego konkursu. Chcielibyśmy, by wszystko to ostatecznie służyło urzeczywistnieniu i wzbogacaniu idei, która leży u podstaw naszego przedsięwzięcia, tj. idei budowania społeczeństwa spójnego, przyjaznego ludziom w każdej fazie życia.

prof. Barbara Rysz-Kowalczyk

### „AKtywizaCJE SENIORÓW”



#### Opis przedsięwzięcia:

„AKtywizaCJE SENIORÓW” to program, który początkowo wprowadzono dla pensjonariuszy Domu Pomocy Społecznej. Polegał na tym, że ofertę stałych zajęć wzbogacono o różne rodzaje aktywności indywidualnej (nordic walking) i grupowej (np. gimnastyka przy muzyce, rywalizacja pod hasłem Active Senior). Stopniowo dodawano kolejne konkurencje sprawnościowe (drzewko szczęścia, butelki itp.) i uczono seniorów różnych gier, takich jak: kręgle, bule, soft petanque, ping-pong. Codzienne prowadzenie rehabilitacji w DPS pokazało bowiem, że osoby starsze i niepełnosprawne nie garną się do tradycyjnej gimnastyki i ćwiczeń, pomimo iż wskazywano im korzyści z zażywania tego typu ruchu. To właśnie z tego powodu podjęto poszukiwania innych form ruchu, starając się przekonać pensjonariuszy, że ćwiczenia nie muszą być nudne i że każdy może wybrać formę aktywności fizycznej dostosowaną do jego możliwości, która może stać się pasją i ulubioną formą spędzania wolnego czasu.

Następnie zrodził się pomysł, aby do zabawy zaprosić również osoby z zewnątrz, czyli zorganizować turnieje o zasięgu lokalnym. Najpierw do projektu dołączyli mieszkańcy innych domów pomocy społecznej, potem uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej, a ostatnio także seniorzy ze środowiska lokalnego. Celem projektu jest wzmocnienie motywacji i pokazanie korzyści płynących z aktywnego trybu życia, uświadomienie konieczności utrzymania dobrego stanu fizycznego i psychicznego, a także integrowanie środowiska seniorów.

Sposoby aktywizacji seniorów inne niż tradycyjna rehabilitacja weszły już na stałe do oferty i kalendarza Domu Pomocy Społecznej w Krakowie przy ul. Kluzka: jedno jako zajęcia stałe – odbywające się w każdym tygodniu – dla mieszkańców domu, inne jako spotkania

towarzyskie (np. rozgrywki w bule) czy cykliczne turnieje z udziałem seniorów i osób z niepełnosprawnościami z Małopolski.

Oferta stałych zajęć sportowo-rekreacyjnych dla mieszkańców jest dostosowywana do ich potrzeb, możliwości i preferencji; zajęcia te zajmują średnio 4 godziny dziennie. Od poniedziałku do piątku odbywają się:

- w godzinach przedpołudniowych: nordic walking, gimnastyka przy muzyce, gry w ping-ponga i w piłkarzyki;
- w godzinach popołudniowych: rozgrywki w kręgle, klasy, drzewko szczęścia (rzut do celu), rzuty obręczą do celu. Każda z konkurencji jest przeprowadzana w formie zawodów (wyniki są zapisywane przez sędziów i pod koniec zajęć są oficjalnie ogłaszane);
- w każdy piątek: rozgrywki (w zależności od pogody) w bule lub soft petanque. Szczególne zaangażowanie seniorzy wykazują w grze w bule. Początkowo była to gra na trawie, a od 2014 roku Dom Pomocy Społecznej posiada profesjonalne pole do gry, co oczywiście mobilizuje do organizowania towarzyskich rozgrywek oraz cyklicznego już turnieju.

W ramach oferty dla środowiska lokalnego są organizowane następujące cykliczne turnieje (w każdym uczestniczy średnio ok. 40 zawodników):

- turniej soft petanque – w lutym,
- turniej gier w holu (butelki, kręgle, świecznik) – w marcu,
- turniej tenis cup – w kwietniu,
- turniej gier podwórkowych (strzały na bramkę, rzut monetą, wyścig pokoju, klasy) – w maju,
- turniej gry w bule – w czerwcu,

- olimpiada ogrodowa (golf, miękkie lądowanie, rzut do kosza, bule) – we wrześniu,
  - turniej gier barowych (piłkarzyki, rzutki, kościany poker) – w listopadzie.
- poprawy ich sprawności fizycznej i utrzymania na bieżąco dobrego stanu psychofizycznego,
  - wzrostu liczby osób starszych i niepełnosprawnych korzystających z różnych form aktywności ruchowej,
  - budowania ich relacji z innymi poprzez utrzymywanie kontaktów oraz rywalizację sportową,
  - sprawiania im satysfakcji i radości płynącej ze wspólnie spędzanego czasu oraz wzmacniania ich poczucia własnej wartości.

Mieszkańcy mają do dyspozycji w DPS: salę rehabilitacyjną wyposażoną w różne sprzęty do ćwiczeń, świetlicę i hol, a na zewnątrz bulodrom oraz ogród i park. Pomieszczenia wewnątrz budynku są wykorzystywane do przeprowadzania stałych zajęć z cyklu: gimnastyka przy muzyce, Active Senior, ping-pong, piłkarzyki. Przestrzeń na zewnątrz domu służy do zajęć z nordic walkingu oraz do gry w bule. Opiekę nad działaniami seniorów sprawują terapeuci – rehabilitanci i instruktor terapii zajęciowej, którzy poza realizowaniem planu stałych zajęć odpowiadają również za organizację turniejów o charakterze lokalnym.

Prowadzenie – wykraczających poza tradycyjne formy rehabilitacji – regularnych zajęć sportowych i rekreacyjnych dla osób starszych i niepełnosprawnych przyczyniło się do:

Warunkiem sukcesu było zaangażowanie pracowników, którzy podjęli trud przekonania osób starszych i niepełnosprawnych do aktywności fizycznej przez stopniowo wprowadzane i odpowiednio dobrane ćwiczenia i zabawy, a następnie przez wytrwałe zachęcanie do sportowej rywalizacji, która zwiększyła motywację. Barierami do pokonania są bowiem nie tylko ograniczenia wynikające ze stanu zdrowia osób starszych, ale także ich niska samoocena, brak wiary we własne możliwości i lęk przed ewentualnym bólem.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Projekt jest przemyślaną, dobrze umotywowaną, starannie i konsekwentnie wprowadzaną formą wzbogacania oferty codziennych zajęć mieszkańców Domu Pomocy Społecznej.

Formy zajęć sportowych są tak dobrane, by były atrakcyjne, a wprowadzane stopniowo – ośmiały i w niewymuszony sposób przyzwyczajały osoby starsze do regularnej aktywności ruchowej. Zaś sam dom i jego sportowe obiekty – uczyniły miejscem otwartym dla innych.

Opis projektu pokazuje, jak można (przy odpowiedniej motywacji), wychodząc od drobnych działań, rozwi-

jać je i modyfikować z sukcesem. Przy okazji zmieniać tradycyjny wizerunek Domu Pomocy Społecznej i jego pensjonariuszy.

Projekt jest niezwykle inspirujący jako wzór działania. Może być jednak skutecznie skopiowany jedynie dzięki podobnej pomysłowości, determinacji oraz równie dużemu zaangażowaniu rehabilitantów i innych pracowników na rzecz dobrego dopasowania oferty do możliwości seniorów, co buduje poczucie bezpieczeństwa u ćwiczących i właściwą atmosferę, zmniejszającą skrupowanie i łagodzącą różnego rodzaju lęki.



## Wnioskodawca i realizator:

Dom Pomocy Społecznej,

31-222 Kraków, ul. Kluzeka 6

tel. (12) 415-25-92, e-mail:dpskluzeka@dpskluzeka.pl;

www.dpskluzeka.pl www.facebook.com – Bulodrom na Kluzeka i DPS Kluzeka, Kraków



### *„Igrzyska dla osób z niepełnosprawnością”*



#### Opis przedsięwzięcia:

„Igrzyska dla osób z niepełnosprawnością” są przedsięwzięciem, które służy poprawie kondycji fizycznej uczestników (osób starszych i z niepełnosprawnościami), nauce współpracy w grupie, wymianie doświadczeń i spędzaniu czasu w gronie osób wzajemnie rozumiejących swoje problemy, a przy tym – integracji tych osób z młodzieżą gimnazjalną.

Inicjatorem tych działań było w 2010 roku Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowym Tomyślu, które podjęło w tej sprawie współpracę z Zarządem Rejonowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów oraz z Gimnazjum im. F. Szoldrskiego. Motywacją podjęcia działania była chęć złagodzenia problemu izolacji społecznej osób starszych i niepełnosprawnych – sygnalizowanego przez pracowników PCPR oraz przedstawicieli PZERiI i Powiatowej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych.

Igrzyska są przedsięwzięciem cyklicznym, corocznym, organizowanym od 6 lat. W tym czasie zainteresowanie różnych środowisk ciągle rośnie. Uczestnikami konkurencji oraz kibicami są osoby starsze i z niepełnosprawnościami, członkowie stowarzyszeń i fundacji z terenu powiatu. Każda drużyna składa się z określonej liczby osób zgłoszonej organizatorom przed igrzyskami. Kibicować można zarówno indywidualnie, jak i w grupach zorganizowanych.

Informacje o igrzyskach są upowszechniane za pomocą plakatów, informacji w lokalnych mediach, przez bezpośrednie kontakty z przedstawicielami różnych instytucji (głównie stowarzyszeń i fundacji z terenu powiatu). Po igrzyskach odbywa się dyskusja nad ich przebiegiem, omawiane są problemy, sugestie, opinie,

opracowywane pomysły ewentualnych zmian i ulepszeń.

Każdy z organizatorów ma określone zadania służące realizacji imprezy integracyjnej:

- Zarząd Rejonowy PZERiI jest odpowiedzialny za różne aspekty organizacyjne, m.in. zapewnienie posiłku (gorąca pożywna zupa), kontakt z wszystkimi zainteresowanymi grupami oraz zakup i organizację materiałów niezbędnych do przeprowadzenia konkurencji.
- PCPR w Nowym Tomyślu jest odpowiedzialne za kontakt oraz informowanie wszystkich uczestników i organizatorów, przygotowanie zaproszeń i plakatów informacyjnych, zakup potrzebnych materiałów, m.in. nagród, zaproszenie władarzy z terenu powiatu oraz gości, organizację przynajmniej jednej konkurencji dla uczestników. Pracownicy PCPR uczestniczą w samych igrzyskach jako osoby wspierające i czuwające nad realizacją całości.
- Nauczyciele i młodzież gimnazjalna są odpowiedzialni za część organizacyjną, obsługę i sędziowanie oraz pilnowanie punktacji i prawidłowości wykonywania zadań przez zawodników. Igrzyska odbywają się w sali gimnastycznej Gimnazjum im. F. Szoldrskiego w Nowym Tomyślu, przy użyciu sprzętu sportowego pozostającego w wyposażeniu szkoły oraz niezbędnych dodatkowych materiałów (w zależności od potrzeb), np. kijków do nordic walking, artykułów papierniczych, plastycznych i in.

Osoby starsze uczestniczą w przedsięwzięciu jako współorganizatorzy, zawodnicy, konsultanci. Młodzież gimnazjalna służy pomocą, obsługuje poszczególne konkurencje sportowe, czuwa nad poprawnością ich

wykonywania i poprawnym przyznawaniem punktów. pomaga przy organizacji konkurencji.

Wszystkie osoby zaangażowane w organizację igrzysk wykonują swoją część zadań nieodpłatnie. Szacunkowe koszty wszystkich sześciu dotychczasowych igrzysk to ok. 12 700 zł. Środki pochodziły z różnych źródeł, w tym z PFRON i PZERiL.

Głównym zamierzonym i osiągniętym efektem jest to, że osoby starsze i z niepełnosprawnościami integrują się między sobą oraz z młodszymi pokoleniami, a przy tym uczestnicy igrzysk podnoszą swoją sprawność fizyczną. Dodatkowym efektem jest niespodziewanie duże zain-

teresowanie igrzyskami wśród osób z niepełnosprawnościami, a także zawiązywanie się nowych, długoletnich znajomości między uczestnikami projektu. Zawarte znajomości stają się często zaczątkiem późniejszych, wspólnych działań.

Najważniejszą barierą do pokonania w tym przedsięwzięciu było stereotypowe myślenie o aktywności i sprawności fizycznej występujące zarówno wśród osób starszych, jak i wśród organizatorów i partnerów. Sukces zapewniło organizowanie aktywności fizycznej w formie przyjemnej, zabawowej, bez jakiegokolwiek zmuszania do wysiłku ruchowego.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Projekt ten jest inspirującym przykładem wykorzystania infrastruktury miasta przeznaczonej zasadniczo dla uczniów (obiekty sportowe szkoły gimnazjalnej) do działań na rzecz seniorów i zaangażowania przy tym potencjału obu tych grup. Zorganizowanie igrzysk w szkole, wspólnie z uczniami, to dobry sposób pokazania młodym obrazu starości i niepełnosprawności odbiegającego od stereotypu. Mimo że igrzyska odbywają się na razie raz w roku, seniorzy mogą przygotowywać się do nich przez cały rok, a co za tym idzie – integrują się, uprawiają sport, działają w grupach, pokonują samotność i brak motywacji.

Z punktu widzenia organizacyjnego przedsięwzięcie jest wpisane w klarowny schemat z wyraźnie postawionym celem, rocznym cyklem działania i oceny, ustalonymi procedurami, rozdzielonymi zadaniami i odpowiedzialnością rozłożoną pomiędzy głównych orga-

nizatorów, tj.: Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, Zarząd Rejonowy Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów oraz nauczycieli i uczniów gimnazjum. Powyższy schemat sprawdził się w praktyce, o czym świadczy fakt, że igrzyska są organizowane corocznie od 2010 roku.

Na podstawie opisu przedsięwzięcia można też określić warunki niezbędne do skopiowania go w innym miejscu – z podobnym sukcesem. Zasadnicza wydaje się zwłaszcza rola Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie polegająca na tworzeniu trwałego partnerstwa instytucji lokalnych, zarówno do organizacji samych zawodów, jak i do rekrutowania drużyn zawodników i kibiców (spośród członków stowarzyszeń, a także osób korzystających z warsztatów terapii zajęciowej i dziennych domów pobytu).



## Wnioskodawca i realizator:

Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Zarząd Rejonowy w Nowym Tomyślu  
64-300 Nowy Tomyśl, ul. Komunalna 2, tel. 61 442 23 80,  
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR)  
64-300 Nowy Tomyśl, ul. Poznańska 30, tel./fax. 61 44 26 773,  
e-mail: pcpr@powiatnowotomyski.pl, www.pcprnt.pl  
oraz Gimnazjum im. Feliksa Szoldrskiego w Nowym Tomyślu,  
64-300 Nowy Tomyśl, os. Północ 25, tel. 61 442 23 91,  
e-mail: sekretariat@gim-nt.com, www.gim-nt.com

### „Książka do domu”



#### Opis przedsięwzięcia:

„Książka do domu” to projekt społeczny kierowany do osób, które samodzielnie nie mogą dotrzeć do biblioteki. Książki ze zbiorów bibliotecznych są dostarczane do domu osobom chorym, niepełnosprawnym, zamieszkałym na terenie miasta Słupska.

Inicjatorami pomysłu byli bibliotekarze Miejskiej Biblioteki Publicznej w Słupsku zainspirowani podobnymi praktykami w bibliotekach na świecie. Głównym celem projektu jest zaspokojenie potrzeb kulturalnych mieszkańców Słupska, a zarazem zwiększenie poziomu czytelnictwa wśród najstarszych spośród nich. Ważnym aspektem realizacji projektu jest przeciwdziałanie izolacji społecznej, poczuciu osamotnienia wśród ludzi starszych, ich postępującej apatii i bezradności.

Usługa jest bezpłatna. Została uruchomiona 15 września 2014 roku. Dostarczaniem książek do domu zajmują się bibliotekarze. Bibliotekarz koordynujący projekt nie tylko dostarcza książki. Jego wizyta jest okazją do rozmowy, poznania osobistej sytuacji danej osoby, jej zainteresowań i preferencji czytelniczych, co pozwala umiejętnie doradzić i dobrać literaturę. Ponadto bibliotekarz pełni bardzo często rolę słuchacza, powiernika, doradcy w codziennych problemach i potrzebach, np. pomaga wypełnić wniosek do urzędu lub wyszukać w Internecie potrzebne informacje. Między bibliotekarzem a czytelnikiem niejednokrotnie nawiązują się życzliwe, a nawet przyjacielskie relacje. Bibliotekarz pamięta o urodzinach, składa telefonicznie bądź osobiście życzenia. Czytelnicy rewanżują się m.in. dobrym słowem lub domowym wypiekami.

W celu zachowania bezpieczeństwa osób korzystających z akcji, bibliotekarze oraz wolontariusze odwiedzają zainteresowane osoby w domach są zaopa-

trzeni w imienny dokument, wystawiony przez dyrektora Miejskiej Biblioteki Publicznej w Słupsku, upoważniający ich do dostarczania książek do domu. Pierwsza wizyta bibliotekarza u osoby zainteresowanej otrzymywaniem książek do domu odbywa się w towarzystwie koordynatora lub kierownika filii usytuowanej najbliżej miejsca zamieszkania osoby zainteresowanej tą usługą. Podczas pierwszej wizyty bibliotekarz zapoznaje czytelnika z regulaminem korzystania ze zbiorów i z usług MBP w Słupsku oraz z regulaminem dostarczania książek do domu, a następnie wypełnia zobowiązanie na podstawie dokumentu tożsamości, które czytelnik potwierdza własnoręcznym podpisem. Jednorazowo czytelnik może wypożyczyć maksymalnie cztery książki. Czytelnik jest obowiązany do dbałości o wypożyczone książki.

Udział osób starszych polega na zgłoszeniu się do biblioteki drogą telefoniczną, samodzielnie lub przez opiekuna czy sąsiada. Podczas rozmowy ustala się, jakie książki senior chciałby zamawiać. Bibliotekarz realizuje zamówienie, a następnie udaje się bezpośrednio do domu czytelnika. Wizyta w domu daje sposobność do dokładnego poznania indywidualnych preferencji czytelniczych seniora oraz rozmowy z jego bliskimi. To sprawia, że czytelnik czuje się dowartościowany. Jest to również dobra okazja do zaproponowania nowości bibliotecznych i innych usług.

Z akcji tej stale korzysta ponad dwustuosobowa grupa czytelników, a promowano ją za pomocą plakatów i ulotek kolportowanych w instytucjach kultury, kawiarniach, przychodniach lekarskich w mieście. Informowano o niej także w radiu, telewizji regionalnej, na stronie internetowej biblioteki i w portalach społecznościowych oraz poprzez nieformalny kanał – pocztę pantoflową.

W ramach akcji biblioteka ponosi koszty dojazdu do czytelnika, tj. koszt biletu komunikacji miejskiej (5 zł). Do osób, które mieszkają w centrum miasta, bibliotekarze docierają pieszo. Czytelnicy korzystają z usługi bezpłatnie.

Efektom usługi „książka do domu” jest zmniejszenie barier dostępu do kultury osób, które do tej pory z powodu zaawansowanego wieku, stanu zdrowia czy niepełnosprawności nie mogły korzystać ze zbiorów biblioteki. Bezpośredni kontakt z bibliotekarzem, który może

poznać indywidualne potrzeby czytelnicze, sprawia, że seniorzy chętnie korzystają z tej formy udostępniania książek. Ważną wartością zaproponowanej usługi jest również utrzymanie kontaktu z członkami rodzin osób korzystających z tejże usługi, zaznajamianie ich z kolejnymi ofertami dla seniorów i osób niepełnosprawnych, a także współpraca z instytucjami powołanymi do udzielania wsparcia stosownego do oczekiwań i możliwości.



### Uzasadnienie wyróżnienia:

Inicjatywa biblioteki jest cenna dla starszych osób pozostających w domu, bowiem w ich przypadku zastąpienie książek papierowych przez wydawnictwa elektroniczne – z oczywistych względów – nie jest tak łatwe jak w przypadku ludzi młodszych. Wartością dodaną projektu jest bezpośredni kontakt z bibliotekarzem, wychodzący poza dostarczenie zamówienia, rozmowę o lekturze i doradzanie w kwestii wyboru wypożyczalnych książek. Bardzo istotne jest też staranie o to, by w przedsięwzięcie włączyć również bliskich osób starszych i niepełnosprawnych.

Projekt został starannie zaplanowany w różnych aspektach: od diagnozy problemu, poprzez ustalenie procedury i zasad postępowania mających na względzie bezpieczeństwo osób odwiedzanych, po zapewnienie sposobów informowania o przedsięwzięciu i jego promocji. Dostarcza więc gotowego wzoru działania, możliwego do powielenia i adaptacji. Nie wymaga spełnienia jakichś szczególnych warunków (poza oczywistymi wymogami odpowiednich zachowań i odpowiedzialności bibliotekarzy odwiedzających osoby starsze w domach) ani ponoszenia wysokich kosztów.



### Wnioskodawca i realizator:

Miasto Słupsk,  
76-200 Słupsk, Plac Zwycięstwa 3;  
Miejska Biblioteka Publiczna im. Marii Dąbrowskiej w Słupsku,  
76-200 Słupsk, ul. Grodzka 3, tel. 69 842 72 01 do 03;  
e-mail: d.sroka@mbp.slupsk.pl, www.biblioteka.slupsk.pl

### „Latające Babcie z Plusem”



#### Opis przedsięwzięcia:

Przedsięwzięcie „Latające Babcie z Plusem” (Plus to Dziadek, który dołączył do Babć w 2013 roku) jest inicjatywą grupy łódzkich seniorów, którzy działają jako wolontariusze, pisząc i prezentując utwory literackie dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Równocześnie rozwijają własne indywidualne umiejętności i zainteresowania.

Seniorzy zasadniczo ukierunkowali się w swych działaniach na dzieci pokrzywdzone przez los i przez dorosłych, chore, niepełnosprawne. Takich dzieci w Łodzi jest sporo. Pod szczególną opieką „latających” znalazły się w pierwszym rzędzie dzieci z Fundacji Dom w Łodzi.

Projekt jest otwarty dla seniorów, którzy chcieliby pisać utwory dla dzieci oraz „latać” z nimi do przedszkoli, szkół i różnych placówek edukacyjno-wychowawczych. Skład zespołu zmienia się okresowo. W chwili zgłoszenia działało w nim dziesięć Babć i jeden Dziadek.

Projekt – pod auspicjami Stowarzyszenia kobiety. lodz.pl – realizowany jest nieprzerwanie od 2009 roku. Jego autorką jest Urszula Machcińska, łódzka emerytka, były bankowiec. Partnerami Latających Babć z Plusem są dyrektorzy placówek, do których seniorzy „latają” – przedszkoli, szkół, fundacji i innych instytucji, np. bibliotek, Akademickiego Ośrodka Inicjatyw Artystycznych (AOIA), Fundacji Edukacji i Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego (FERSO), Centrum Wolontariatu w Łodzi itp.

Informacje o przedsięwzięciu były i są zamieszczane w mediach, na stronach Stowarzyszenia [www.kobiety.lodz.pl](http://www.kobiety.lodz.pl) oraz [www.latajacebabcie.pl](http://www.latajacebabcie.pl). Pewną rolę odegrały też rozmowy wśród przyjaciół i znajomych (poczta pantoflowa). Pierwotny trzon projektu stanowiły osoby

uczestniczące w – zorganizowanych wcześniej w Stowarzyszeniu kobiety.lodz.pl – warsztatach pisania bajek dla dzieci. Uczestniczyła w nich także U. Machcińska. Rekrutację do swojego autorskiego projektu „Latające Babcie” prowadziła w trakcie bezpośredniej rozmowy. Podstawowym kryterium selekcji była gotowość do podjęcia pracy wolontariackiej, bez wynagrodzenia, na rzecz dzieci. Mile widziane były zdolności literackie i/lub aktorskie, ale przyjęto założenie, że każda głowa i para rąk może się przydać, i nikt ze zgłaszających się nie został odrzucony.

Sprawy organizacyjne leżą w gestii autorki projektu, która koordynuje wszystkie działania i wyznacza osoby odpowiedzialne za poszczególne sprawy. Seniorzy – poza występami, pisaniem i udziałem w warsztatach – wykonują dodatkowe zadania (prowadzenie Kroniki, dokumentacja fotograficzna, zamieszczanie tekstów na stronie [www.latajacebabcie.pl](http://www.latajacebabcie.pl), opracowywanie scenografii, rozliczanie konkursów itd.).

Początkowo, utwory pisane przez uczestników projektu były tylko czytane dzieciom, ale z czasem przybrały formę minispektakli, z rekwizytami, dekoracjami i strojami, z aktywnym włączaniem w nie widzowni (rozmowy z dziećmi, wspólna zabawa, rozwiązywanie zagadek itp.). W ten sposób projekt nabrał charakteru interaktywnego i międzypokoleniowego, z dużą liczbą beneficjentów. „Latający” publikują też napisane przez siebie utwory. Do tej pory wydali osiem książek ze swoimi utworami, aktualnie pracują nad następną.

Utwory napisane przez Latające Babcie są konsultowane na warsztatach literackich – zarówno z zespołem, jak i konsultantką w zakresie literaturoznawstwa,



naukowcem z PAN, przez co prezentują dobry poziom językowo-stylistyczny. Z kolei konsultacje z psycholożką powodują, że treść utworów jest zrozumiała dla dzieci, przemawia do ich wrażliwości i wyobraźni, uwzględnia ich wiek, wiedzę i emocje. Psycholożka w projekcie to specjalistka od komunikacji empatycznej (Porozumienie bez Przemocy – ang. Nonviolent Communication, NVC, [www.nvc.org](http://www.nvc.org)). Trzy książki Babć zostały w całości napisane według zasad komunikacji empatycznej.

Na warsztatach teatralnych, prowadzonych przez łódzką aktorkę, przygotowywane są przedstawienia dla dzieci. Trenerka uczy seniorów poprawnej dykcji, ruchu scenicznego, gestykulacji, pomaga w doborze dekoracji, strojów i rekwizytów. Dzięki temu spektakle są kolorowe, wesołe, na dobrym poziomie aktorskim, bardzo żywo odbierane i pozytywnie oceniane przez całą widownię – dzieci i dorosłych. Seniorzy wolontariusze „latają” wszędzie tam, gdzie są zapraszani – do przedszkoli, szkół, bibliotek itd., przy czym priorytet mają placówki integracyjne, specjalne, fundacje, a także dziecięce oddziały szpitalne.

„Latający” jako jedyna grupa seniorów w Polsce przeszli szkolenie w zakresie Porozumienia bez Przemocy i po przeszkoleniu, we współpracy z psycholożką, prowadzili warsztaty komunikacji empatycznej w wybranych przedszkolach i szkołach. W czasie sześciu cyklicznych spotkań omawiano z dziećmi różne emocje, wynikające z nich sytuacje konfliktowe oraz sposoby ich rozwiązywania bez użycia przemocy, z uwzględnieniem potrzeb wszystkich stron. Dzieci uczyły się zachowań empatycznych, tolerancji, asertywności, współdziałania, budowania poczucia własnej wartości. Nauka była łączona z elementami parateatralnymi, z zabawą, aktywnością fizyczną, nieformalnymi rozmowami z psycholożką i babciami aktorkami. Tematyka i sposób prowadzenia spotkań z udziałem psycholożki i seniorów aktorów wydają się całkowicie nowatorskie w dziedzinie edukacji najmłodszych, a atrakcyjność metody jest bezdyskusyjna. Dzięki warsztatom komunikacji empatycznej dzieci się otwierają, zaczynają mówić o swoich uczuciach, zmienia się ich język i zachowanie, co łatwo daje się zaobserwować. Warsztaty są świetną inwestycją w wychowanie najmłodszych, stanowią atrakcyjny sposób uczenia ich tolerancji, otwarcia na inność, współdziałania oraz współodczuwania.

Średni roczny koszt realizacji projektu to ok. 30 tys. zł. Środki pochodzą od sponsorów prywatnych i z dofinansowania w ramach procedur konkursowych organizowanych przez Narodowe Centrum Kultury, ministerstwa i urząd miasta. Pozwala to pokryć koszt wynajmu lokalu, opieki mentorki ze Stowarzyszenia kobiety.lodz.pl, druku książek dla dzieci z utworami seniorów, koszty warsztatów literackich, psychologicznych i aktorskich dla Babć, prowadzonych przez specjalistów, koszty dojazdów, zakupu elementów dekoracji, drobnych upominków dla dzieci. Latające Babcie z Plusem – to wolontariusze, którzy sami przygotowują materiały do występów (stroje, rekwizyty). Zajęcia warsztatowe, próby spektakli, spotkania organizacyjne mają miejsce w siedzibie Stowarzyszenia kobiety.lodz.pl (udostępnia ono także kserokopiarkę). Występy i warsztaty dla dzieci odbywają się w placówkach, do których Latające Babcie z Plusem są zapraszane. Okresowy brak wsparcia finansowego nie przerywał działalności seniorów, którzy zadeklarowali „latanie do dzieci do końca świata i jeszcze dłużej”.

W czasie 7 lat trwania projektu jego wykonawcy odwiedzili ponad 3 tys. dzieci w placówkach edukacyjno-wychowawczych i wydali 8 książek. W ramach projektu Babcie nie tylko piszą dla dzieci oraz „latają” do nich z przedstawieniami opartymi na swoich utworach. Uczestniczą ponadto w warsztatach literackich, psychologicznych i aktorskich, dzięki czemu pogłębiają swoją wiedzę oraz doskonałą umiejętności pisarskie i aktorskie. Jako wolontariusze realizują swoje pasje społecznikowskie i czerpią energię z kontaktów z dziećmi, które okazują seniorom czułość, wdzięczność i szczerą przywiązaną. Projekt w założeniu integruje pokolenia. Uczestniczą w nim: seniorzy 60+, profesjonalni konsultanci i trenerzy (w wieku średnim) i małe dzieci. Czasem przyłączają się wolontariusze zagraniczni (młodzież lub seniorzy) ze Stowarzyszenia kobiety.lodz.pl. „Latający” są prezentowani jako jedna z dobrych wizytówek Łodzi, przykład tego, jak aktywnie i pożytecznie można wykorzystywać wolny czas na emeryturze. Uruchomiona jest także strona internetowa [www.latajacebabcie.pl](http://www.latajacebabcie.pl), promująca i upowszechniająca projekt.

Sukces przedsięwzięciu zapewniło – zdaniem organizatorów – ogromne zaangażowanie wszystkich uczestników. Każdy z seniorów miał różne bariery do

pokonania, np. treść podczas występów, kłopoty z pisaniem, własne problemy zdrowotne, trudności w obsłudze komputera, nieradzenie sobie z emocjami w kontaktach z dziećmi chorymi, ale stopniowo problemy te znikają dzięki m.in. profesjonalnemu wsparciu trenerów i konsultantów. Ważne jest zgranie zespołu, wzajemna pomoc, a przede wszystkim indywidualne talenty seniorów: literackie, plastyczne, aktorskie, umiejętność obsługi urządzeń cyfrowych, np. kamery, smartfona, tabletu itp. Ewentualni naśladowcy powinni kłaść na-

cisk na gotowość do działań wolontariackich w zespole i chęć pracy nad sobą, by szlifować umiejętności i uczyć się nowych rzeczy.

Działania „Latających Babć” zostały docenione przez kapitułę konkursu „Społecznika Roku 2016” prowadzonego przez Newsweeka, który przyznał dwie nagrody główne. Jedną z nich: tytuł „Społecznika Roku 2016” przyznano Urszuli Machcińskiej ze Stowarzyszenia kobiety.lodz.pl, koordynatorce projektu „Latające Babcie”.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Przedsięwzięcie jest oryginalną formą wolontariackiego osó starszych. Wymaga wprowadzenia od seniorów szczególnego rodzaju uzdolnień (literackich, aktorskich), które są rozwijane i wykorzystywane na rzecz środowiska, ale starannie wypracowany (i przez kilka lat twórczo uzupełniany) wzór działania może mieć zastosowanie również do innego rodzaju działalności i w odniesieniu do innych, równie rzadkich czy wyjątkowych talentów i umiejętności osó ze starszego pokolenia.

Znamionami starannego zorganizowania tego projektu są: przemyślane i sprecyzowane role uczestników (lidera, amatorów literatów i aktorów, wspierających ich profesjonalistów, patronów); opracowane metody działania; oszacowane koszty; zdiagnozowane, ocenione i udokumentowane efekty.

W opisie projektu wskazane zostały także istotne warunki, które muszą być brane pod uwagę, by tego rodzaju przedsięwzięcie mogło osiągnąć sukces (m.in.

świadomość odpowiedzialności za treść i formę przekazu kierowanego do dzieci).

Za wartość dodaną wnoszoną przez projekt należy uznać:

- dostrzeżenie i wykorzystanie potencjału i specyficznych walorów osó starszych;
- zapewnienie profesjonalnego wsparcia seniorom w ich amatorskiej twórczości (warsztaty literackie, teatralne i komunikacji empatycznej), co sprzyja ich rozwojowi osobistemu i gwarantuje odpowiednią jakość twórczości;
- stworzenie mechanizmu gwarantującego, że ostateczny produkt działalności amatorskiej (teksty bajek i występy teatralne) jest konfrontowany z wiedzą psychologiczną i pedagogiczną o rozwoju dzieci – i jest w efekcie odpowiedni do ich percepcji, emocji, wrażliwości itp.



## Wnioskodawca i realizator:

Stowarzyszenie kobiety.lodz.pl,  
90-427 Łódź, Al. Kościuszki 48, tel. 42 636 18 50,  
e-mail: biuro@kobiety.lodz.pl www.latajacebabcie.pl.

## „Park Śląski dla seniorów”



### Opis przedsięwzięcia:

Inicjatywa „Park Śląski dla seniorów” składa się z następujących projektów:

1. Parkowa Akademia Wolontariatu (PAW) – projekt ciągły
2. Akademia Aktywnego Seniora (AAS) – projekt ciągły
3. Kongresy „Obywatel Senior” (KOS) – projekt cykliczny
4. Sieć Gmin Przyjaznych Seniorom (GPS) – projekt ciągły

Projekty są skierowane przede wszystkim do osób, które ukończyły 60. rok życia, organizacji, instytucji zajmujących się osobami starszymi, osób interesujących się problematyką starości, samorządowców, polityków, decydentów tworzących prawo oraz mających wpływ na naszą rzeczywistość, komfort życia osób starszych.

Inicjatorem projektu była grupa seniorów, którzy w 2011 roku wystąpili z propozycją, by w Parku Śląskim w Chorzowie zorganizować zajęcia dla osób starszych. Liderami zajęć mieli być właśnie oni. Tak powstała Parkowa Akademia Wolontariatu, nieformalnie zrzeszająca osoby w wieku od 50 do 80 lat. Wolontariusze prowadzili dla innych wolontariuszy bezpłatne zajęcia: językowe, taneczne, malarskie, szachowe. Część zajęć – m.in. komputerowe, dziennikarskie – prowadziły osoby młodsze, spoza PAW. W 2012 roku powstała Fundacja Park Śląski, która podjęła współpracę z wolontariuszami (później do seniorów dołączyli młodsi), zajęcia zostały otwarte dla seniorów spoza wolontariatu. Tak powstała Akademia Aktywnego Seniora.

Potrzeba mówienia o prawach osób starszych i ich przestrzeganiu była z kolei impulsem organizowania dorocznych Kongresów „Obywatel Senior”. Pierwszy – zorganizowany przy współudziale Biura RPO – odbył

się we wrześniu 2012 roku (tj. w Europejskim Roku Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej). W czasie trzydniowej imprezy w Parku Śląskim i w 12 miastach partnerskich odbyły się debaty – m.in. o dyskryminacji osób starszych, roli seniorów w różnych krajach, o seniorze w pracy i w rodzinie, opiece dla seniora, o miastach „dla wszystkich grup wieku”. Towarzyszyły temu zajęcia sportowe, warsztaty, wystawy, koncerty, filmy. W sumie miało miejsce kilkaset wydażeń. Całość debaty transmitowana była przez Internet. Gośćmi kolejnych Kongresów byli seniorzy z całej Polski, politycy, samorządowcy, przedstawiciele organizacji pozarządowych, rady seniorów.

Po II Kongresie organizatorzy – korzystając z efektów kolejnych debat – zaproponowali stworzenie wytycznych dla samorządów, które chcą znacznie poprawić jakość życia starszych mieszkańców. Powstała w tym celu Koalicja na Rzecz Gmin Przyjaznych Seniorom (Fundacja Park Śląski, Park Śląski, Polskie Towarzystwo Gerontologiczne, Fundacja Rozwoju Demokracji Lokalnej). Po przeprowadzeniu ankiety sprawdzającej jakość życia seniorów oraz na podstawie warsztatów i debat opracowano wytyczne dla Gmin Przyjaznych Seniorom. Gminy, które realizują przynajmniej trzy ze wskazanych wytycznych, otrzymują na kolejnych Kongresach certyfikaty dla Gmin Przyjaznych Seniorom. W ten sposób powstaje Sieć Gmin Przyjaznych Seniorom.

Parkowa Akademia Wolontariatu to obecnie ok. 70 wolontariuszy w wieku od 60 do 83 lat oraz (od ponad roku) kilkudziesięciu uczniów. Działają na rzecz Parku Śląskiego w Chorzowie oraz społeczności lokalnej. Głównym terenem działania jest Park. Wolontariusze



pomagają w imprezach organizowanych przez Fundację Park Śląski oraz Park Śląski. Prowadzą m.in.: depozyty i punkty żywieniowe w czasie biegów, kącki opieki i zabaw dla dzieci w czasie różnych imprez, gry terenowe, stałe zajęcia dla seniorów, m.in. językowe, sportowe, komputerowe, taneczne, rękodzielnicze, nordic walking, mobilną bibliotekę dla pacjentów szpitala geriatrycznego (dwa razy w tygodniu o stałych porach). Są też kustoszami i opiekunami wystaw, asystentami osób niepełnosprawnych (certyfikowanymi). Uczestniczą w organizacji kongresów „Obywatel Senior”.

Informacje o potrzebnych do pracy wolontariuszach są umieszczane na stronie Fundacji, rozsyłane, drukowane na miesięcznym planie zajęć Akademii Aktywnego Seniora. Przed każdą pracą chętni do działania przechodzą szkolenie. Wolontariusze podpisują umowy z Fundacją. Raz w roku odbywa się gala wolontariuszy fundacyjnych, w czasie której następuje podsumowanie działania, wręczane są nagrody i odznaczenia dla najaktywniejszych. Mniej uroczyste spotkania wszystkich wolontariuszy odbywają się kilka razy w roku. Wolontariusze mają „firmowe” koszulki, plecaczki i swoją siedzibę – budynek wyposażony w meble, sprzęty do nauki, boom box, sprzęt agd, naczynia. Budynek jest dla nich dostępny całodobowo przez 7 dni w tygodniu.

Akademia Aktywnego Seniora to stałe (również w czasie wakacji) bezpłatne zajęcia dla osób po 60. roku życia prowadzone przez starszych wolontariuszy z Parkowej Akademii Wolontariatu i kilka młodszych osób. Odbywają się zajęcia o różnym profilu, m.in.: komputery i multimedia, język angielski na różnych poziomach, język i kultura włoska, język i kultura rosyjska, gimnastyka i taniec, spacer z kijkami po Parku, fitness, rękodzieło, brydż, joga śmiechu. Prócz tego udzielane są indywidualne porady prawne, odbywają się spotkania z ciekawymi ludźmi, np. lekarzami, aktorami, dziennikarzami, pisarzami.

Zajęcia są prowadzone tak, by każdy mógł się włączyć w dowolnym momencie. Korzystają z nich seniorzy z Katowic, Chorzowa, Bytomia, Siemianowic, Świętochłowic, Zabrze, Piekar, Sosnowca. W każdym uczestniczy od kilkunastu do ponad dwudziestu osób. Do ich dyspozycji jest siedziba wolontariuszy oraz sala do ćwiczeń z piłkami, skakankami, ciężarkami, karimatami, sala komputerowa z laptopami.

Kongresy „Obywatel Senior” to coroczne dwudnio-

we imprezy dla wszystkich seniorów, tych, którzy działają na ich rzecz, i tych, którzy seniorami dopiero będą.

Pierwszego dnia odbywają się m.in.: zajęcia sportowe, fitness, zumba, pilates, nordic walking, treningi rowerowe; wycieczki z ornitologiem, przyrodnikiem, ogrodnikiem, przewodnikiem turystycznym; porady prawne, medyczne, dietetyczne, rehabilitacyjne, o bezpieczeństwie, emeryturach, pomocy społecznej, finansach; warsztaty rękodzieła, pierwszej pomocy; występy zespołów senioralnych; wystawy prac seniorów, zdjęć z działań seniorów wolontariuszy.

Drugiego dnia odbywają się: warsztaty – m.in. dla rad seniorów, liderów w środowisku lokalnym – o przemocy, bezpieczeństwie, prawach konsumenta; wykłady, m.in. o europejskich i polskich projektach dla seniorów, o seksie po sześćdziesiątce, pracy mózgu, szczęściu na emeryturze, dyskryminacji ze względu na wiek; debaty, m.in. o aktywności, podmiotowości, poprawie wizerunku seniorów; wręczenie certyfikatów dla Gmin Przyjaznych Seniorom.

Sieć Gmin Przyjaznych Seniorom to projekt, który ma propagować zachowania i działania sprzyjające starszym mieszkańcom gmin, mobilizować władze gmin do tworzenia warunków przyjaznych seniorom. Jego głównym elementem są – stworzone na podstawie dyskusji oraz ankiet wśród osób starszych – Wytyczne dla Gmin Przyjaznych Seniorom. Wytyczne dotyczą: przestrzeni zewnętrznej i budynków (ludzie starsi powinni móc bezpiecznie i swobodnie poruszać się poza mieszkaniem); transportu (każdego powinno być stać na przejazd w dobrych warunkach); mieszkań (należy je przystosować do różnych poziomów sprawności osób starszych i możliwości finansowych); partycypacji społecznej (ludzie starsi powinni m.in. móc działać w wolontariacie); godności i integracji społecznej (należy zapobiegać wszelkim formom dyskryminacji osób starszych); aktywności obywatelskiej i zatrudnienia (osoby starsze powinny mieć zapewniony udział w procesach podejmowania decyzji, szkoleniach); komunikacji i informacji (powinna docierać do wszystkich i być jasna); wsparcia społecznego i łatwo dostępnych kompleksowych usług zdrowotnych. Gminy, które wprowadziły już projekty znacznie poprawiające jakość życia swoich starszych mieszkańców, otrzymują wyróżnienia lub certyfikaty dla Gmin Przyjaznych Seniorom. Odbywa się to raz w roku w czasie Kongresów „Obywatel Senior” w Parku Śląskim w Chorzowie.

Pomieszczenia dla PAW i AAS (oraz sprzęt, w tym sprzęt sportowy) udostępnia Park Śląski, zajęcia w ramach AAS są bezpłatne (kawę, herbatę, materiały kserowane i materiały do rękodziela uczestnicy organizują we własnym zakresie). W kosztach kongresu partycypują gminy partnerskie i Urząd Marszałkowski, pomocy organizacyjnej i rzeczowej udziela Park Śląski, a uczestnicy przyjeżdżają na własny koszt. Biuro GPS prowadzi Park Śląski. We wszystkich przedsięwzięciach fundamentalne znaczenie ma praca wolontariuszy.

Osoby starsze uczestniczące w przedsięwzięciach to: pomysłodawcy, wolontariusze współorganizatorzy, wolontariusze prowadzący zajęcia, beneficjenci zajęć, konsultanci i audytorzy w projekcie GPS. W efekcie projektu seniorzy dzielą się swoim czasem i umiejętnościami, wykorzystując posiadane kompetencje zawodo-

we lub szkolą się do prowadzenia swoich zajęć (kurs lidera zajęć, kurs opiekuna osoby niepełnosprawnej). Deklarują, że ich działania w wolontariacie przekładają się na lepszą pozycję w rodzinach (na kongresy i zajęcia przychodzą czasem z wnukami). Tworzą grupy, które wspierają się też poza Parkiem, wyjeżdżają wspólnie na wycieczki, do kina, teatru. W zajęciach uczestniczy sporo osób, które wcześniej nie radziły sobie z samotnością, tu zawiązują przyjaźnie, czasem też trwałe związki. Między innymi dzięki PAW upowszechnia się pozytywny wizerunek seniorów. Osoby biorące udział w tym projekcie są bowiem zapraszane na konferencje (również międzynarodowe) jako prelegenci i uczestnicy paneli, wypowiadają się też w mediach – telewizji, radiu, prasie – na temat aktywności seniorów, wolontariatu, praw osób starszych, podmiotowości.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

„Park Śląski dla seniorów” to przykład przedsięwzięcia o wyjątkowo dużej skali, całkowicie oryginalnego, stworzonego oddolnie – ale z systematycznie rosnącą liczbą partnerów, beneficjentów oraz form i dziedzin działania.

Za dobrą praktykę można więc w tym przypadku uznać „otwarty” proces rozwijania i obudowywania pomysłu, początkowo skromnego i spontanicznie zainicjowanego (zorganizowanie w Parku Śląskim kilku zajęć dla osób starszych) – w projekt trwały i obecnie podzielony na cztery duże segmenty.

Każdy z segmentów działa według własnego wzoru: ma własny cel, strukturę, ustalone procedury działania, uczestników, ale wszystkie stanowią całość powiązaną i zakotwiczoną w konkretnej przestrzeni. Park stał się więc swoistym centrum – jako konkretne miejsce w mieście i jako idea.

Innowacyjność projektu przejawia się w kreatywnym łączeniu różnorodnych zasobów w środowisku lokalnym i w kompleksowym działaniu zakładającym: bezpośrednią pracę z seniorami, budowanie partnerstw na rzecz wsparcia aktywności osób starszych, edukację obywatelską starszych mieszkańców oraz pracę z samorządami nad rozwijaniem lokalnych polityk senioralnych. Osoby starsze są nie tylko inicjatorami i beneficjentami, mają udział we wszystkich wymiarach projektu, są też aktywne w działaniach promocyjnych w mediach, występują na konferencjach i w panelach dyskusyjnych.

Wartością dodaną jest to, że osoby starsze stają się bardziej widoczne w przestrzeni publicznej – z całą różnorodnością ich sytuacji, problemów, walorów i wkładu w życie społeczne (w wymiarze wewnątrz- i międzypokoleniowym).



## Wnioskodawca i realizator:

Fundacja Park Śląski,

41-501 Chorzów, al. Różana 6, tel. 66 603 15 14,

e-mail: [fundacja@parkslaski.pl](mailto:fundacja@parkslaski.pl), [www.fundacja.parkslaski.pl](http://www.fundacja.parkslaski.pl), [www.facebook.com/fundacjaparkslaski](http://www.facebook.com/fundacjaparkslaski)

[www.obywatelsenior.pl](http://www.obywatelsenior.pl), [www.facebook.com/kongresobywatelsenior](http://www.facebook.com/kongresobywatelsenior)

### *„Portal senior.bialystok.pl”*



#### Opis przedsięwzięcia:

W 2014 roku Akademia plus 50 po raz pierwszy zaproponowała seniorom w Białymstoku utworzenie portalu internetowego tworzonego przez nich samych, który ma służyć pomocą w pozyskiwaniu informacji przez starszych mieszkańców miasta. W tym celu zaproszono grupę 11 chętnych seniorów, przygotowano ich technicznie i merytorycznie do pracy redakcyjnej i wyposażono w narzędzia pomocne w takich działaniach.

Przez prawie rok uczestnicy uczyli się pisania tekstów, zasad tworzenia informacji w mediach elektronicznych i tradycyjnych (wydania papierowe gazety), redagowania serwisów informacyjnych, składu tekstów, formatowania tekstów, obróbki elektronicznej zdjęć, zasad ilustrowania tekstów. Odbywało się to pod okiem doświadczonych profesjonalnych dziennikarzy, fotografików i redaktorów. W grudniu 2014 roku powstał portal [www.senior.bialystok.pl](http://www.senior.bialystok.pl), a jego zawartość jest od samego początku dziełem seniorów. Pierwotnie redakcja portalu miała zamieszczać informacje na stronie – prowadzonego również przez Akademię plus 50 – Centrum Seniora ([cs.bialystok.pl](http://cs.bialystok.pl)), ale szybko „wybiła się na samodzielność”, jednocześnie poszerzając znacznie zakres tematyczny publikacji.

W skład redakcji portalu wchodzi obecnie 12 bardzo aktywnych senierek podejmujących różne tematy. Piszą m.in. teksty o zdrowym trybie życia, modzie i pielęgnacji urody, o polityce senioralnej, opisują ważne wydarzenia w mieście dotyczące seniorów, zamieszczają swoje recenzje teatralne i filmowe, prezentują też własną twór-

czość. Żadna z redaktorek nie miała wcześniej doświadczeń dziennikarskich.

Grupą docelową są osoby po 60. roku życia, chcące aktywnie włączać się w życie miasta i swoich rówieśników. Obecnie członkami redakcji są osoby mieszkające w Białymstoku, ale zakłada się możliwość zamieszczania wiadomości z regionu, a co za tym idzie – poszerzenia składu redakcji o „korespondentów terenowych”.

Przedsięwzięcie jest realizowane w partnerstwie z Miastem Białystok, Centrum Współpracy Organizacji Pozarządowych, kilkoma organizacjami pozarządowymi skupionymi w Federacji Organizacji Pozarządowych Miasta Białystok, spółką z o.o. Fundus Auxilium (odpowiedzialna za techniczną stronę zadania).

Celem przedsięwzięcia było dostarczenie seniorom medium skierowanego specjalnie do nich, uwzględniającego ich potrzeby i możliwości, redagowanego przez rówieśników, poprawiającego dostęp do informacji o wydarzeniach i usługach. Chodziło także o przełamanie stereotypów na temat możliwości uczenia się i korzystania z technologii informatycznych przez osoby starsze. Zwłaszcza że przeprowadzone w 2014 roku badanie (Fundacja Soclab, Białystok) wykazało, że dla 33% osób starszych korzystanie z Internetu i komputera jest formą aktywności w czasie wolnym. Do postępów w cyfrowej edukacji seniorów przyczyniają się też coraz bardziej mobilne dzieci i wnuki (niejednokrotnie Internet zastąpił tradycyjny telefon i listy w kontaktach z najbliższą rodziną).

Działania związane z promocją i wsparciem redakcji przyszłego portalu były prezentowane na stronach prowadzonych przez Akademię plus 50 oraz na stronie cs.bialystok.pl. Pierwsze ogłoszenie o naborze do warsztatów dziennikarskich zaowocowało skompletowaniem pełnej grupy uczestników. Nie stosowano żadnego kryterium selekcji. Osoby, które się zgłosiły, pochodziły z różnych środowisk i reprezentowały różne organizacje seniorów. W ramach przygotowań zorganizowano dla zespołu redakcyjnego:

- warsztaty dziennikarskie (18 spotkań po 3 godziny) obejmujące ćwiczenie umiejętności kompozycji tekstu, różnicowania form dziennikarskich, pisanie felietonów, reportaży, esejów i innych form;
- warsztaty informatyczne (18 spotkań po 3 godziny) obejmujące ćwiczenia umiejętności publikacji tekstów w Internecie, integracji treści portalu z wybranymi portalami społecznościowymi, archiwizacji danych, obróbki zdjęć. Uczestnicy uczyli się m.in. uruchamiania odpowiednich programów, podłączania aparatu fotograficznego i kart pamięci, nagrywania i edycji filmów wideo;
- indywidualne doradztwo specjalisty programisty.

Wszystkie osoby ukończyły warsztaty i pracują w redakcji. Portal został udostępniony czytelnikom w Dniu Babci, 21 stycznia 2015 roku, i od tego czasu działa nieustannie. Od pierwszego spotkania całego zespołu redakcyjnego, podczas którego pod okiem doświadczonej dziennikarki opracowano tryb pracy redakcji oraz oczekiwaną zawartość strony, realizowano zasadę partycypacyjnego sposobu angażowania grupy. Redaktorki nawiązały kontakt z rzecznikami prasowymi wielu instytucji kultury w mieście, z redakcjami mediów oraz organizacjami senioralnymi i wyposażone w legitymacje prasowe uczestniczą w wydarzeniach kulturalnych, społecznych, piszą recenzje, robią zdjęcia i wywiady, opisują swoje podróże – te małe i te dalekie, zajmują się sprawami interesującymi seniorów.

Całkowity koszt przedsięwzięcia wyniósł 25 400 zł, z czego 10 400 zł było dotacją Urzędu Miasta Białystok. Koordynatora projektu i osoby prowadzące warsztaty zatrudniono na podstawie umowy zlecenia, a z re-

daktorkami portalu podpisano stałe porozumienia wolontariackie. Na spotkania redakcji są udostępniane pomieszczenia Centrum Współpracy Organizacji Pozarządowych Urzędu Miasta Białystok, a na warsztaty i szkolenia – biura i sprzęt Akademii plus 50.

W trakcie kolegiów redakcyjnych – odbywanych raz w tygodniu – na bieżąco jest tworzony i systematycznie aktualizowany kalendarz wydarzeń kulturalnych i społecznych skierowanych do seniorów, prezentowany w dziale pt. *Warto tam pójść*. Do tej pory znalazło się w nim ok. 300 zaproszeń. Na portalu powstał też bardzo ważny dział pt. *Polityka senioralna*, z istotnymi informacjami, m.in. o działaniach na rzecz seniorów w Białymstoku, i omówieniem dokumentów w prostym, zrozumiałym dla wszystkich języku. Redaktorka tego działu weszła w skład zespołu przygotowującego projekt regulaminu Białostockiej Rady Seniorów, na bieżąco relacjonowała też spotkania, dyskusje, posiedzenia komisji i Rady Miasta Białegostoku.

Redakcja senior.bialystok.pl pozyskała grono stałych współpracowników – pięć osób regularnie nadsyła swoje teksty poetyckie i prozę na adres redakcji. Jedna osoba dołączyła do redakcji, oferując swoje piękne, amatorskie zdjęcia. Zainteresowania literackie czytelników strony były też inspiracją do ogłoszenia konkursu literackiego pn. „Srebro nie złoto” – zorganizowanego przez redakcję portalu i Stowarzyszenie Akademia plus 50, którego rozstrzygnięcie zbiegło się z pierwszymi urodzinami portalu. Wszystkie nagrodzone prace, pięknie zilustrowane fotografiami, opublikowano na stronie senior.bialystok.pl w specjalnym dziale pt. *Srebro nie złoto*.

Do sukcesu przyczynia się to, że redakcja kładzie duży nacisk na jakość przekazu, na rzetelność informacji, na dbałość o język i estetykę zamieszczanych artykułów. Portal uwzględnia możliwości percepcyjne osób starszych – zwraca uwagę na wielkość i czytelność czcionki, rozmiar zdjęć czy rozwijanie używanych skrótów.

Organizatorzy projektu (Akademia plus 50) deklarują gotowość podzielenia się doświadczeniem, pokazania pracy redakcji, a także udostępnienia technicznego *know how*.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Tworzenie portalu było przemyślanym, uporządkowanym działaniem o jasno zdefiniowanym celu. O starannym przygotowaniu świadczy fakt, że przez prawie rok uczestnicy uczyli się pisania tekstów, zasad tworzenia informacji w mediach elektronicznych i tradycyjnych, redagowania serwisów informacyjnych, składu tekstów, formatowania tekstów, obróbki elektronicznej zdjęć, zasad ilustrowania tekstów. Zajęcia były prowadzone przez profesjonalnych dziennikarzy, fotografików i redaktorów. Dopiero po gruntownym przygotowaniu osób starszych organizatorzy projektu przeszli do jego drugiego etapu, jakim było założenie portalu.

Uzyskane efekty są bardzo zróżnicowane i wielopoziomowe: aktywizacja i rozwój szczególnych kompetencji niewielkiej grupy seniorów tworzącej zespół

redakcyjny, docieranie z istotnymi informacjami do całej zbiorowości osób starszych w regionie, aktywizacja części czytelników portalu dzięki zorganizowaniu konkursu literackiego. Wartością dodaną jest stały wzrost kompetencji cyfrowych osób starszych jako twórców i jako odbiorców portalu.

Zaletą projektu są stosunkowo niewysokie koszty jego realizacji. Jednak opis projektu wyraźnie sugeruje, że tego rodzaju działania mogą być podejmowane tylko tam, gdzie chętni do pracy seniorzy otrzymają już na starcie profesjonalną pomoc specjalistów, przygotowanych zarówno merytorycznie jak i osobowościowo do poprowadzenia odpowiednich warsztatów.



## Wnioskodawca i realizator:

Stowarzyszenie Akademia plus 50,  
15-668 Białystok, ul. Upalna 22, tel. 48 519 153 194,  
e-mail: kontakt@plus50.org.pl  
[www.senior.bialystok.pl](http://www.senior.bialystok.pl), [www.cs.bialystok.pl](http://www.cs.bialystok.pl), [www.plus50.org.pl](http://www.plus50.org.pl)



## „Późne debiuty”



### Opis przedsięwzięcia:

„Późne debiuty” to nowatorskie przedsięwzięcie w postaci cyklu warsztatów filmowych (dotychczas odbyło się 5 edycji) polegających na zastosowaniu metody wideo uczestniczącego. Metoda ta jest w Polsce prawie nieznaną, natomiast z powodzeniem jest wykorzystywana do pracy z grupami zagrożonymi wykluczeniem m.in. w Wielkiej Brytanii czy Afryce. Zastosowanie tej metody sprawia, że projekt – zarówno w trakcie realizacji, jak i na poziomie produktów – ma maksymalnie oddolny i partycypacyjny charakter, gdyż to uczestnicy (przy wsparciu trenerów i facylitatorów) kształtują całość.

Celem projektu było zwiększenie aktywności osób starszych, poprzez pracę z nowymi technologiami – co pomaga zwalczać zagrożenie wykluczeniem cyfrowym tej grupy. Drugim celem było wzmocnienie głosu osób starszych i pokazanie im możliwości dotarcia z ważnymi dla seniorów tematami do szerokiej grupy odbiorców.

Organizatorem cyklu „Późne debiuty” jest Stowarzyszenie Pracownia Filmowa „Cotopaxi”, bezpośrednimi beneficjentami są seniorzy z Warszawy, a pośrednimi odbiorcami są wszystkie osoby mające kontakt z produktami powstałymi w ramach projektu – filmami zrealizowanymi przez jego uczestników. Partnerami projektu są podmioty lokalne (dotychczas były to: Staromiejski Dom Kultury, Dom Kultury „Zacisze”, Dom Kultury „Świt”, Fundacja „Porozumienie bez Barier”, „Ośrodek Nowolipie”, Klub Seniora DDPS przy ul. Walecznych, Centrum Pomocy Społecznej Dzielnicy Śródmieście).

Projekt jest prowadzony przez zespół składający się z młodych i otwartych ludzi, mających doświadczenie w stosowaniu techniki wideo uczestniczącego, wspieranych przez wolontariuszy i profesjonalistów (trenerów komunikacji i kreatywności, montażystę, kompozytora muzyki). Praca odbywa się na bazie opracowanego scenariusza (stowarzyszenie ma w swoich szeregach osoby zajmujące się gerontologią społeczną i czerpie z ich wiedzy i doświadczenia). Po opracowaniu scenariusza warsztatów, drugim etapem było przeprowadzenie projektu pilotażowego, w trakcie którego ukształtował się model projektu i współpracy z uczestnikami. Obejmuje on następujące kroki:

- Krok 1. Rekrutacja uczestników w ramach danego cyklu odbywa się przy pomocy bezpośrednich kanałów komunikacji, z wykorzystaniem plakatów, ulotek, informacji w Internecie oraz mediów krajowych (np. program TVP 2 pt. *Pytanie na śniadanie*). Na początku tworzona jest baza miejsc, z których korzystają lub w których spotykają się seniorzy. Następnie organizowane są tam spotkania z potencjalnymi uczestnikami wyjaśniające szczegóły projektu. Wraz z partnerem dobrze znającym specyfikę lokalnej społeczności – bądź z inaczej wyodrębnionej grupy przyjmowane są zgłoszenia chętnych. Jedynym kryterium jest wiek. Aby wziąć udział w warsztatach, trzeba przede wszystkim tego chcieć, mieć trochę wolnego czasu i silną motywację. Żadne inne predyspozycje bądź ich brak nie stanowią o doborze uczestników.

- Krok 2. Przez jakiś czas (z doświadczeń wynika, że najlepiej w ciągu ok. 6 tygodni) uczestnicy biorą udział w warsztatach z podstaw pracy filmowca, zaczynając od omówienia gatunków filmowych, przez podstawy kadrowania, ujarzmiania dźwięku, pisanie storyboardu, a kończąc na praktycznych ćwiczeniach z kamerą. Ponieważ założeniem wideo uczestniczącego jest swobodne kształtowanie przekazu przez uczestników, istotna jest dbałość, by zrealizowane obrazy pokazywały to, co jest im najbliższe. Nie narzuca się tematów, o ile projekt nie zakłada wypowiedzi uczestników w konkretnej kwestii (np. ewaluacja działań danej instytucji w stosunku do jej klientów). Warsztaty mają na celu nie tylko dostarczenie potrzebnych umiejętności filmowych, ale i – może przede wszystkim – stworzenie okazji do wymiany poglądów, dzielenia się doświadczeniem i przygotowania własnych, zindywidualizowanych wypowiedzi.
- Krok 3. Po zakończeniu warsztatów uczestnicy podzieleni na grupy przystępują do nakręcenia własnego filmu, według wspólnie wypracowanego scenariusza. Z każdą grupą pracują doświadczeni facylitatorzy, których zadaniem jest przede wszystkim pomoc z zakresu techniki realizacji filmowej i wspieranie przebiegu procesów grupowych. Tak więc, co bardzo istotne, facylitatorzy tylko pomagają – a nie wyręczają – w realizacji pomysłu grupy. Każda grupa pracuje indywidualnie nad realizacją zdjęć.
- Krok 4. Grupy spotykają się w montażowni. Decydują, które ujęcia są najlepsze i nadają ostateczny kształt swemu projektowi. Na montaż filmowy trzeba przeznaczyć wiele godzin spędzonych przy komputerze, by zapewnić wysoką jakość obrazu, dźwięku, efektów i grafiki.
- Krok 5. Prezentacja filmów szerszej publiczności. Zawsze organizowany jest pokaz stworzonych filmów, by społeczność lokalna, z której wywodzą się uczestnicy, mogła obejrzeć efekty ich pracy. To świetny moment na przedyskutowanie w szerszym gronie podejmowanych w filmach tematów, udzielenie odpowiedzi na pytania, czy są to problemy powszechne

i jak można poszukiwać ich rozwiązań. To także moment na uhonorowanie trudu twórców i docenienie inwencji artystycznej.

Koszty projektu zależały od liczby uczestników i czasu trwania danego cyklu (wynosiły od 15 tys. do 200 tys. zł), a środki pochodziły ze źródeł rządowych, międzynarodowych, prywatnych. Projekt wymaga dostępu do następującego specjalistycznego sprzętu: kamer dobrej jakości, statywów, mikrofonów, rekorderów, komputerów wraz z oprogramowaniem, projektorów i monitorów. Ważne jest też udostępnienie pomieszczeń przez instytucje, zwłaszcza te działające na rzecz seniorów (domy kultury, kluby, UTW, ośrodki pomocy społecznej).

Seniorzy pełnią w każdym cyklu rolę beneficjentów, konsultantów, wolontariuszy. W realizacji projektu biorą udział młodzi dorośli jako trenerzy, facylitatorzy i wolontariusze. Efektem projektu jest:

- aktywizacja i integracja wewnątrzpokoleniowa osób w wieku senioralnym poprzez udział w warsztatach, wspólne ćwiczenia, pracę nad scenariuszami i realizację filmów na wszystkich etapach;
- zwiększenie kompetencji uczestników w zakresie komunikacji społecznej;
- integracja międzypokoleniowa dzięki kontaktom seniorów z facylitatorami – młodymi osobami, studentami, filmowcami, którzy mieli za zadanie „ułatwianie” procesu grupowego podczas warsztatów i pracy nad filmami;
- wzbogacanie partycypacyjnych badań społecznych na podstawie metody wideo uczestniczącego.

Projekt „Późne debiuty” zdobył pierwszą nagrodę internautów w konkursie „Dojrzałość w sieci” w 2015 roku i otrzymał nominację do warszawskiej nagrody S3KTOR. Każda edycja jest poddawana ocenie uczestników i osób pracujących przy projekcie.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Przedsięwzięcie ma charakter nowatorski ze względu na wykorzystywaną metodę (wideo uczestniczące) i podejście do uczestników.

Efekty działania są udokumentowane (filmy wyprodukowane przez uczestników projektu dostępne w Internecie, wraz z informacją o nagrodach i nominacjach do nagród). O sukcesie przedsięwzięcia świadczy zrealizowanie pięciu pełnych cykli warsztatów, łamiących stereotyp na temat tego, co można zrobić dla seniorów – i wraz z seniorami.

Autorzy projektu udostępniają – opisany w pięciu krokach – scenariusz organizacji warsztatów, dowo-

dzący ich starannego zaplanowania, przygotowania, postępowania w trakcie realizacji, a także prowadzenia autooceny. Równocześnie, wyraźnie wskazują, że wykorzystanie tego projektu jako przykładu dobrej praktyki wymaga spełnienia wielu istotnych warunków wstępnych, dotyczących zwłaszcza kompetencji i doświadczenia osób prowadzących warsztaty, wyposażenia w odpowiedni sprzęt (spore koszty) i pozyskania wielu partnerów (zapewniających m.in. miejsce do spotkań i prezentacji filmów).



## Wnioskodawca i realizator:

Stowarzyszenie Pracownia Filmowa „Cotopaxi”,  
03-488 Warszawa, ul. Skaryszewska 6 lok. 17, tel. 792 799 550,  
e-mail: [biuro@pracowniacotopaxi.pl](mailto:biuro@pracowniacotopaxi.pl);  
[www.youtube.com/user/PracowniaCotopaxi](http://www.youtube.com/user/PracowniaCotopaxi)



## „Radomski taniec pod gwiazdami”



### Opis przedsięwzięcia:

„Radomski taniec pod gwiazdami” to cykl wieczorów tanecznych, organizowanych na wolnym powietrzu, w stałych terminach (dwa razy w tygodniu) w miesiącach wakacyjnych. Inicjatywa skierowana jest wprawdzie głównie do osób starszych, ale może w niej wziąć udział każdy mieszkaniec – ze względu na to, że impreza jest bezpłatna i odbywa się w otwartej, ogólnodostępnej przestrzeni (tj. na scenie specjalnie zbudowanej na terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji).

Projekt „Radomski taniec pod gwiazdami” powstał z inicjatywy władarzy miasta w efekcie ich rozmów z radomskimi seniorami. Jest odpowiedzią na zgłoszone przez samych seniorów potrzeby i oczekiwania dotyczące aktywnego spędzania czasu. Ma również na celu łagodzenie (zdiagnozowanego na podstawie odpowiednich danych) poczucia osamotnienia, wykluczenia i marginalizacji rosnącej liczby starszych mieszkańców Radomia. Organizatorom zależało ponadto na integracji seniorów z młodym pokoleniem.

Wieczorki taneczne odbywały się w każdy czwartek i każdą niedzielę miesiąca, od 3 lipca do 31 sierpnia 2014 roku, i od 28 czerwca do 30 sierpnia 2015 roku. Każde ze spotkań trwało około 4 godzin i miało swój charakterystyczny muzyczny klimat, w jaki wprowadzał uczestników profesjonalny DJ – didżej.

- Realizatorem (organizatorem) przedsięwzięcia był Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji Sp. z o.o.,

który zapewniał miejsce (scenę) oraz profesjonalną obsługę muzyczną (sprzęt i zatrudnienie didżeja).

- Do działań przedstawicieli Urzędu Miasta należało natomiast zorganizowanie odpowiedniej promocji. Na początku realizacji przedsięwzięcia, w 2014 roku, został przygotowany i wyemitowany w regionalnej telewizji spot promujący wydarzenie. W 2015 roku informacje o przedsięwzięciu były rozpowszechniane głównie przez Urząd Miejski w Radomiu oraz ogłoszenia w kościołach, a także zostały przesłane pocztą bezpośrednio do Klubów Seniora zachęcając do współpracy przedstawicieli Radomskich Klubów Seniora.
- Zakład Usług Komunalnych zagospodarował teren wokół sceny ustawionej przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji i użyczył mebli ogrodowych (stoły, ławki).
- Członkowie poszczególnych Klubów Seniora przygotowywali na każdy wieczorek (w dowolnej formie) krótką prezentację na temat swojej działalności (piosenkę, wiersz lub inny rodzaj występu artystycznego).

Koszty przedsięwzięcia są związane przede wszystkim z zapewnieniem oprawy muzycznej (sprzęt i prowadzenie).

Efekty projektu „Radomski taniec pod gwiazdami” można mierzyć dużą skalą zainteresowania wieczorkami oraz pozytywnymi ocenami miesz-

kanców. Dzięki wspólnej zabawie radomscy seniorzy zostali zachęcani do aktywnego wypoczynku w gronie swoich rówieśników oraz młodszego pokolenia. Z kolei członkowie Klubów Seniora mieli możliwość zaprezentowania i upowszechniania działań swoich instytucji.

Organizatorzy przedsięwzięcia nie wskazali szczególnych barier w jego realizacji. O sukcesie zdecydował – ich zdaniem – otwarty charakter inicjatywy oraz zainteresowanie i zaangażowanie mieszkańców miasta w jej realizację.



### **Uzasadnienie wyróżnienia:**

Projekt „Radomski taniec pod gwiazdami” jest inicjatywą, która niewielkim nakładem pracy i środków finansowych może być zaadaptowana w innym miejscu (mieście lub wsi).

Całość jest ujęta w dający się łatwo odtworzyć, prosty wzór działania: stałe terminy i miejsca spotkań, wyraźny podział zadań pomiędzy organizatorów, zapewniona obecność profesjonalnego didżeja inicjującego i prowadzącego zabawę, zaplanowane działania informacyjne i promocyjne.

Swoją formą projekt odpowiada na bardzo istotne potrzeby osób starszych, jakimi są: integracja, spotkanie towarzyskie w miłej, przyjaznej atmosferze i zabawa w gronie rówieśników. Głównym jego walorem jest dostępność – zabawa odbywa się na wolnym powietrzu, w ogólnodostępnym miejscu, każdy może się w dowolnej chwili przyłączyć, także osoby bez partnerów i takie, które znalazły się w miejscu zabawy przypadkowo, również osoby młodsze.



### **Wnioskodawca i realizator:**

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji Sp. z o.o.,  
26-600 Radom, ul. Narutowicza 9, tel. 48 385 10 00,  
e-mail: sekretariat@mosir.radom.pl

[www.radom.pl/page/4833,ii-radomski-taniec-pod-gwiazdami.html?id=810](http://www.radom.pl/page/4833,ii-radomski-taniec-pod-gwiazdami.html?id=810)

[www.youtube.com/watch?v=EyHfaoSJXOQ](http://www.youtube.com/watch?v=EyHfaoSJXOQ)

[www.dami24.pl/wiadomosci/item/1256-beda-tance-pod-gwiazdami](http://www.dami24.pl/wiadomosci/item/1256-beda-tance-pod-gwiazdami)

## „Seniorzy i studenci – razem możemy więcej”



### Opis przedsięwzięcia:

„Seniorzy i studenci – razem możemy więcej” to warsztaty planistyczne, których uczestnikami byli studenci wydziałów architektury, socjologii, gospodarki przestrzennej oraz seniorzy. Motywacją do zorganizowania warsztatów planistycznych był zły stan przestrzeni polskich miast, ignorujący potrzeby osób starszych, zaś celami warsztatów były: identyfikacja barier przestrzennych w obszarze śródmiejskim Warszawy, wspólne wypracowanie przez studentów oraz seniorów rozwiązań dla przestrzeni przyjaznej starzeniu się, w tym zaprojektowanie przestrzeni sprzyjającej aktywizacji i włączeniu społecznemu osób starszych, uwrażliwienie młodych na potrzeby starszych i zbudowanie relacji opartych na wzajemnym szacunku i tolerancji.

Organizatorami warsztatów były: Instytut Gospodarki Przestrzennej i Mieszkalnictwa, Koło Naukowe Gospodarki Przestrzennej Politechniki Warszawskiej i Fundacja „Zaczyn”.

Warsztaty odbyły się w dniach 8–10 kwietnia 2016 roku. W pierwszym dniu warsztatów miał miejsce wykład wprowadzający, po którym uczestnicy (42 studentów oraz 15 seniorów) zostali podzieleni na 14 grup (3 studentów + 1 senior – w jednym wypadku w grupie było 2 seniorów). Następnie odbył się spacer badawczy po wyznaczonym terenie (okolice stacji metra Raławicka w Warszawie, wzdłuż ul. Raławickiej do ul. Kazimierzowskiej). W trakcie spaceru uczestnicy notowali swoje opinie na temat miejsca, oceniali możliwości poruszania się pieszo, a także obserwowali, jak konkretna przestrzeń wpływa na ich nastrój. Drugiego dnia warsztatów, od godziny 9 do 13, uczestnicy w grupach starali się odpowiedzieć na pytania: co należy zmienić na analizowanym terenie? jak wpłynąć na polepszenie nastroju

w tym miejscu? jak zwiększyć tam aktywność seniorów? Następnie studenci mieli czas na prace nad graficznym przedstawieniem projektu. Ostatniego dnia warsztatów, w niedzielę, uczestnicy przedstawiali swoje koncepcje przed Komisją Ekspertką złożoną z 9 inżynierów architektów, pracowników naukowych uczelni i instytutów badawczych. Komisja wyłoniła 3 najlepsze prace.

Seniorzy dostarczyli przyszłym urbanistom informacji o tym, co przeszkadza im w analizowanym terenie i co chcieliby ulepszyć. Informacje na temat warsztatów były upowszechniane za pośrednictwem Fundacji „Zaczyn”, w trakcie spotkań organizowanych przez Towarzystwo Urbanistów Polskich, przez lokalną parafię, ogłoszenia na piśmie, a także za pomocą mediów społecznościowych i portali związanych z problematyką urbanistyczną. Wobec seniorów nie były stosowane żadne kryteria. Dobór studentów zależał od ich umiejętności posługiwania się programem graficznym i stopnia zaawansowania w studiach. Na zakończenie warsztatów wśród uczestników została przeprowadzona ankieta oceniająca.

Koszty wyniosły ok. 7200 zł. Objęły nagrody, wydruki specjalistyczne i kalki, gadżety promocyjne, koszty podróży i noclegów członków Komisji Ekspertkiej. Środki pochodziły od Wydziału Geodezji i Kartografii, Komisji Dydaktycznej i Funduszu Promocji Uczelni Politechniki Warszawskiej, Instytutu Gospodarki Przestrzennej i Mieszkalnictwa, Fundacji „Zaczyn”. Część kosztów (wyżywienie, noclegi, podróże) ponieśli studenci. Projekt obsługiwało 20 wolontariuszy (opiekunowie, logistyka, komitet organizacyjny).

Warsztaty były pierwszymi w Polsce, w których studenci projektowali przestrzeń wspólnie z osobami starszymi. Dotychczas na wydziałach architektury czy go-

spodarki przestrzennej takie podejście projektowe nie miało miejsca. Planowana jest druga edycja warsztatów. Praca osób młodych i starszych nad jednym wspólnym projektem pozwoliła obalić stereotypy w myśleniu, zbudować wzajemną tolerancję, szacunek oraz pokazać zalety wynikające z kontaktu z innym pokoleniem – przekazywanie pozytywnych wzorców i mądrości życiowych. Osoby starsze poczuły się potrzebne. Grupy bardzo dobrze się zintegrowały. Część osób starszych utrzymuje do dziś kontakt ze studentami ze swojej grupy. Starsi uczestnicy podkreślali fakt, że mogli nauczyć się czegoś nowego, zobaczyli, jak wygląda praca planisty, imponowała im praca w programie graficznym. Wbrew przewidywaniom zainteresowanie warsztatami było znacznie większe wśród studentów niż wśród osób starszych. Mimo początkowej niechęci części starszych

osób, warsztaty im się spodobały do tego stopnia, że większość przyszła również trzeciego dnia (w niedzielę), by prezentować projekty wraz ze swoimi grupami.

O sukcesie przedsięwzięcia – zdaniem organizatorów – w znacznej mierze zadecydowało wyjątkowe zaangażowanie studentów z Koła Naukowego Gospodarki Przestrzennej Politechniki Warszawskiej, którzy z entuzjazmem odnieśli się do pomysłu warsztatów i doskonale wywiązywali się z powierzonych zadań. Wykazywali się oni również inwencją, np. ich pomysłem było zrobienie fotografii każdej z grup. Starsi uczestnicy warsztatów otrzymali na pamiątkę wspólne zdjęcie ze swoją grupą. Barię do pokonania była początkowa rezerwa osób starszych wobec wzięcia udziału w warsztatach – ostatecznie nikt jednak nie zrezygnował.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Warsztaty planistyczne z udziałem studentów i seniorów są – sprawdzonym w praktyce – wzorem do wykorzystania w procesach partycypacyjnego kształtowania przestrzeni miejskiej, przyjaznej osobom starszym.

Cechy dobrej praktyki, decydujące o możliwości zastosowania jej w innym miejscu, można odnaleźć w: wyraźnym sformułowaniu celu i przygotowaniu narzędzi; dokładnym opisie sekwencji działań składających się na etap przygotowania warsztatów, ich przebieg i proces oceny; jasnym podziale zadań pomiędzy różne grupy uczestników (organizatorów, partnerów instytucjonalnych, studentów i seniorów, ekspertów); wskazaniu sposobów ich rekrutacji i informowania o projekcie; oszacowaniu niezbędnych kosztów i wskazaniu rodzajów wydatków.

Projekt ma zidentyfikowane i opisane efekty, zarówno efekty bezpośrednie (diagnoza barier w przestrzeni miejskiej i opracowanie sposobów ich likwidacji; wzbogacenie metod dydaktycznych stosowanych w kształceniu studentów – potwierdzone ocenami i wyróżnieniami przyznanymi przez Komisję złożoną z profesjonalistów), jak i efekty dodatkowe (przełamanie uprzedzeń i integracja pokoleń, wyrażające się w podtrzymywaniu kontaktów pomiędzy uczestnikami po zakończeniu warsztatów).

Za wartość dodaną projektu można uznać współdziałanie łączące specyficzny potencjał młodszych i starszych pokoleń.



## Wnioskodawca i realizator:

Instytut Gospodarki Przestrzennej i Mieszkalnictwa,  
03-728 Warszawa, ul. Targowa 45, tel. (+48 22) 619 13 50, e-mail: igpim@igpim.pl, www.igpim.pl  
Koło Naukowe Gospodarki Przestrzennej Politechniki Warszawskiej,  
00-661 Warszawa, pl. Politechniki 1, Gmach Główny, pok. 405/5  
Fundacja „Zaczyn”  
01-164 Warszawa, ul. Radziwie 5 m. 229, tel. 502-513-775, e-mail: zaczyn@zaczyn.org

## „Seniorzy seniorom – spotkania wakacyjne”



### Opis przedsięwzięcia:

„Seniorzy seniorom – spotkania wakacyjne” to oryginalna forma działalności realizowanej w ramach Lubelskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, przełamująca tradycyjne podejście do organizacji roku akademickiego (z podziałem na 2 semestry i długą przerwę wakacyjną). Spotkania są bowiem organizowane od lipca do września w formie wykładów i dyskusji przygotowywanych i prowadzonych przez samych słuchaczy, którzy wcielają się w rolę wykładowców, oraz cotygodniowych spacerów tematycznych po mieście i całodziennych wycieczek w najbliższej okolicy. Służą one pogłębianiu wiedzy o mieście i regionie, poznaniu ich historii.

Celem podstawowym było zagospodarowanie czasu wolnego osobom starszym spędzającym wakacje w mieście, podtrzymanie więzi i kontaktów podczas prawie trzymiesięcznych wakacji akademickich. Inicjatorem spotkań była przewodnicząca Rady Samorządu Słuchaczy, a Samorząd Słuchaczy jest organizatorem przedsięwzięcia. Organizacja, przygotowanie, logistyka spoczywa na samych seniorach – grupie inicjatywnej wyłanianej rok rocznie spośród słuchaczy.

W czasie wakacji słuchacze UTW, wcielając się w rolę wykładowców, dzielą się z innymi swoją wiedzą, pasjami i umiejętnościami. Wiele z tych prelekcji jest uzupełnianych o samodzielnie przygotowane prezentacje multimedialne, pokazy zdjęć. W cotygodniowych spotkaniach uczestniczy od 100 do 150 seniorów. Wykłady mają charakter otwarty, a oferta jest bardzo zróżnicowana. Przykładowe tytuły wykładów (z lat 2013–2015): *Róża w kulturze, symbolice i życiu codziennym; Refleksje z wycieczki do Chorwacji; Bajki E. Hemigwaya; Polskie pieśni patriotyczne i ich twórcy; Bruno Schulz; Moje odkrycia Macedonii; Kresowe strażnice Rzeczpo-*

*spolitej; Chociaż na chwilę zatrzymaj czas – różne pomysły na dokumentowanie przeszłości; Pałace, dwory i dworki Lubelszczyzny; Gwiazdy międzynarodowego festiwalu kultury i piosenki romskiej w Ciechocinku; Nóż w plecy, czyli agresja ZSSR na Polskę; J. Korczak – w 70 rocznicę śmierci; Inteligencja emocjonalna; Historia sztuców; Jak odzyskałem zdrowie; J. Piłsudski; Relacja z wycieczki na Ukrainę; Wyspy Solowieckie, Karelia i Saamowie według M. Wilka; Kobiety w życiu A. Mickiewicza; Festiwal kwiatów w Holandii.*

Uzupełnieniem dyskusyjnych spotkań wakacyjnych jest prowadzony przez Radę Samorządu cykl spacerów poznawczych oraz wycieczek pod hasłem: Z Radą Samorządu zwiedzamy Lublin i Lubelszczyznę (zainicjowany w 2007 roku). Uczestniczy w nich ok. 30–50 osób. Przykładowe spacery w Lublinie: Jeszywas Chachmej i cmentarz żydowski; ciekawostki i legendy Starego Miasta; szlakiem zdarzeń kryminalnych na kanwie powieści Marcina Wrońskiego; śladami dawnych teatrów lubelskich. Przykłady wycieczek: szlakiem trzech kultur: Włodawa, Romanów, Jabłeczna i Kodeń; wycieczka do Lubartowa (Muzeum Regionalne, Sanktuarium św. Anny z Muzeum Parafialnym i panoramą historyczną Polski); wycieczka do Sandomierza i Baranowa Sandomierskiego; wycieczka do Janowa Lubelskiego (Muzeum Regionalne, Porytowe Wzgórze), Biłgoraja (Zagroda Sitarska) i Nadrzecza; wycieczka do Chełma (podziemia kredowe, zespół katedralny) i Hrubieszowa (Muzeum Regionalne, cerkiew 13-kopułowa); wycieczka na Roztocze: Zwierzyniec, Kaczórki.

Wszystkie działania były podjęte z inicjatywy osób starszych. Również w realizację i promocję zaangażowani są sami seniorzy. W maju każdego roku przy-

gotowują szczegółowy program – grafik wykładów, spacerów i wycieczek. W czerwcu organizowany jest punkt informacyjny. Wykłady odbywają się od lipca do września w stałych terminach (każdy wtorek o godz. 11) i są dostępne dla wszystkich. Spacerory tematyczne po Lublinie odbywają się w każdą środę, a wycieczki poza miasto – w wybranych terminach według grafiku ustalonego na 3 miesiące. Od trzech lat, po zakończeniu wakacyjnych spotkań organizowane jest spotkanie podsumowujące, na którym są zbierane i omawiane opinie i uwagi uczestników. Osoby najbardziej zaangażowane otrzymują oficjalne podziękowania podczas inauguracji nowego roku akademickiego w UTW. Seniorzy – wykładowcy, których zajęcia zyskały szczególne uznanie, mają możliwość prowadzenia ich w czasie roku akademickiego w filiach uniwersytetu.

Uczestnicy spotkań wykładowo-dyskusyjnych i spacerów nie ponoszą żadnych kosztów. Jedynie w przypadku wycieczek poza Lublin ich uczestnicy pokrywają niewielkie koszty przejazdu (nawiązywana jest doraźna współpraca z firmami turystycznymi). Uniwersytet Przyrodniczy w Lublinie udziela bezpłatnie auli wykładowej.

Podstawowym efektem projektu „Seniorzy seniorom – spotkania wakacyjne” jest to, że zostaje zagospoda-

rowany czas wakacyjnej przerwy w działalności UTW. Słuchacze dostają przy tym możliwość wcielenia się w rolę wykładowców, zaprezentowania swojej wiedzy i podzielenia się nią z innymi, poczucia się potrzebnymi i docenionymi. Seniorzy spoza UTW mogą zaś ciekawie spędzić wakacje w mieście (co jest ważne zwłaszcza dla osób samotnych, niezamożnych). Spacerory i wycieczki są dla wszystkich okazją do odkrywania historii miasta i regionu, uczestnictwa w bieżącym życiu kulturalnym miasta. Dodatkowo, młodsze pokolenia w rodzinach seniorów – wykładowców „odkrywały” często nieznanym im i niedocenianym dotąd cechy i możliwości swoich bliskich. Przedsięwzięcie sprzyja więc nie tylko integracji wewnątrzpokoleniowej.

Zdaniem organizatorów, początkowo największą barierą do pokonania był stres związany z prezentowaniem wykładów wśród rówieśników. Docenienie wysiłku wykładowców, publiczne nagradzanie na forum publicznym – ośmielało i wyzwalało motywację zarówno u wyróżnionych, jak i u innych, obawiających się występować publicznie.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Przedsięwzięcie jest oryginalną formą aktywności wykraczającą poza rutynowe działania Uniwersytetów Trzeciego Wieku. Z jednej strony odpowiada na zdiagnozowane wcześniej potrzeby seniorów, z drugiej – jest przez nich realizowane.

Projekt został starannie przygotowany, o czym świadczą: wyraźnie sformułowany cel (zagospodarowanie wakacyjnej przerwy w działalności UTW), powtarzalny schemat działania (stałe terminy wykładów, spacerów i wycieczek), zaplanowany z wyprzedzeniem grafik z konkretnymi tematami spotkań, zadania podzielone pomiędzy organizatorów, zaplanowany system infor-

macji (punkt informacyjny), działania podsumowujące i oceniające.

Całość działań stanowi wzór, który może być nie tylko kopiowany, ale także wzbogacany (pierwotny pomysł ograniczał się do wykładów, a dopiero później został rozwinięty o spacerory i wycieczki). Jednakże warunkiem sukcesu – co zostało wyraźnie stwierdzone – jest to, by wśród słuchaczy znalazły się osoby chętne i przygotowane do podjęcia takiego wyzwania. Podstawową cechą projektu (i jego wartością dodaną) jest bowiem to, że jego wykonawcami są sami słuchacze UTW, wcielający się na czas wakacji w rolę wykładowców.



## Wnioskodawca i realizator:

Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku,  
20-016 Lublin, ul. Narutowicza 41/1, tel./fax 81 537 28 65,  
e-mail: sekretariat.lutw@gmail.com, www.utw.lublin.pl



### „Spacery i mapy sentymentalne”



#### Opis przedsięwzięcia:

„Spacery i mapy sentymentalne” to projekt dający do ręki narzędzia zwiększenia udziału mieszkańców w procesach decyzyjnych dotyczących kształtowania przestrzeni miejskiej. Polega to na prowadzeniu pogłębionych wywiadów z seniorami w trakcie wspólnego spaceru w miejscu ich zamieszkania.

Przedsięwzięcie było realizowane przez gdyńskie Laboratorium Innowacji Społecznych, grafików warszawskiej Pracowni Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia” oraz Studia Graficznego i Filmowego „zespół wspólny”. Spacery z mieszkańcami obejmowały obszar rewitalizowanych dzielnic: Oksywia, Witomina i Chyloni. Pracownicy Laboratorium Innowacji Społecznych, partnerzy z organizacji pozarządowych oraz wolontariusze spotykali się z mieszkańcami tych dzielnic w miejscach najczęściej przez nich uczęszczanych (w okolicy sklepu, lokalnego centrum mieszkańca, klubu seniora). W wyniku wspólnych rozmów oraz spacerów szlakami wspomnień i miejsc ważnych zaznaczano na mapie punkty oraz opisy. Co istotne, kolejnym elementem – kontynuacją przedsięwzięcia – były warsztaty, podczas których seniorzy wspólnie z innymi mieszkańcami dzielnicy opracowywali materiał, brali udział w projektowaniu infografik i tworzeniu opisów.

Równolegle tożsamy projekt zrealizowało gdyńskie stowarzyszenie Traffic Design, obejmując swymi działaniami obszar dzielnicy Oksywie (w zeszłym roku projekt był realizowany w Śródmieściu). Na Oksywiu, dzięki spotkaniom z mieszkańcami, powstała publikacja zawierająca fascynujące i osobiste opowieści grupy seniorów – dzięki nim mijane na co dzień miejsca zyskały nowe znaczenie, a ich relacje o tym, czym kiedyś było Oksywie (najstarsza dzielnica Gdyni), jak tam się żyło

i mieszkało, będą cenną pamiątką dla kolejnych pokoleń.

Dwie drogi realizacji tego przedsięwzięcia są wobec siebie komplementarne, wzajemnie czerpią ze swoich doświadczeń. Tworzenie map sentymentalnych nie jest jeszcze zakończone, ponieważ w najbliższym czasie swoją mapę stworzą mieszkańcy kolejnego z rewitalizowanych obszarów – Babich Dołów.

Spacery i mapy sentymentalne cieszyły się bardzo dużym zainteresowaniem zarówno mieszkańców, jak i partnerów/koalicjantów. Osoby starsze stanowią jedną czwartą mieszkańców Gdyni, dlatego ich głos jest niezwykle istotny. W ramach realizacji projektu seniorzy występowali jako eksperci i konsultanci; dzieląc się swoimi historiami, wnieśli wkład merytoryczny w opracowywanie map, ważny był również ich udział w warsztatach projektowania map i ikonografik i w dyskusjach z przedstawicielami młodszych pokoleń.

Informacje o warsztatach kolportowano różnymi kanałami. Przekazane zostały m.in. do gdyńskiego Centrum Aktywności Seniora, skąd dotarły do działających w dzielnicach klubów seniora. O wydarzeniu zostały również poinformowane działające w dzielnicy organizacje pozarządowe. W dzielnicach i środkach komunikacji miejskiej wywieszono plakaty. Na portalach społecznościowych zamieszczono posty, komunikaty rozsyłano także drogą mailową. W trakcie samych spacerów zachęcano do udziału tych mieszkańców, których spotykano po drodze.

Spacery z seniorami przyniosły następujące efekty:

- jako narzędzie kształtowania przestrzeni miasta pozwoliły uchwycić pewne wymiary życia społeczne-

go, których nie należy zaniedbywać czy lekceważyć, a nie zawsze są one dostrzegane przez urzędników i ekspertów;

- jako narzędzie do diagnozowania potrzeb mieszkańców pozwalały starszym osobom uczestniczącym w projekcie oceniać rozwiązania, z których korzystają na co dzień i – na bazie własnych wspomnień i refleksji – proponować rozwiązania przyjazne nie tylko seniorom, ale także i innym grupom;
- jako narzędzie tworzenia map sentymentalnych kreowały nowy wymiar integracji międzypokoleniowej. Niosące ładunek emocjonalny historie związane z miejscem zamieszkania przywoływane przez starszych zyskały na znaczeniu dla młodszych, tworząc swoiste poczucie wspólnoty. Seniorzy zyskali poczu-

cie, że dzięki nim pewne miejsca i fakty udało się ocalić od zapomnienia.

O udanym udziale seniorów w procesie diagnozowania i projektowania przestrzeni miejskiej zdecydowała – zdaniem organizatorów – nowatorska i atrakcyjna forma partycypacji, a także dbałość o przyjazną atmosferę sprzyjającą przełamywaniu początkowych obaw.

Zdaniem organizatorów, początkowo największą barierą do pokonania był stres związany z prezentowaniem wykładów wśród rówieśników. Docenienie wysiłku wykładowców, publiczne nagradzanie na forum publicznym – ośmielało i wyzwalało motywację zarówno u różnionych, jak i u innych, obawiających się występować publicznie.



## Uzasadnienie wyróżnienia:

Spacery i wspólne tworzenie map, nastawione na zbieranie wspomnień mieszkańców, są atrakcyjną formą angażowania starszych mieszkańców w sprawy dzielnic i edukowania młodszych. Umożliwiają wydobyć mocnych stron rewitalizowanych obszarów, sprzyjają zachowaniu ich dziedzictwa i tradycji, a jednocześnie – wprowadzaniu w przestrzeni miejskiej takich zmian, które są przyjazne osobom starszym. Zbudowane w ten sposób zaangażowanie seniorów może być zasobem w kolejnych etapach procesu społecznej rewitalizacji lub w innych przedsięwzięciach.

Opis projektu zawiera dobrze określone cele działania, wskazuje, że forma działania jest przyjazna, atrakcyj-

na i dopasowana do możliwości seniorów. Nie wymaga od nich specjalistycznej wiedzy o procesach rewitalizacji.

Wymagania wobec organizatorów, zwłaszcza osób prowadzących spacery i warsztaty, są natomiast bardzo duże. Dotyczą m.in. kompetencji potrzebnych do prowadzenia tego rodzaju zajęć, wyposażenia w odpowiednie narzędzia i metody pracy, a także umiejętności komunikacyjnych. Istotnym warunkiem sukcesu jest więc udział profesjonalistów (instytucji) spełniających te warunki.



## Wnioskodawca i realizator:

### Wnioskodawca:

Urząd Miasta Gdynia,

81-382 Gdynia, al. Marszałka Piłsudskiego 52/54, tel. (58) 66 88 000,

e-mail: [umgdynia@gdynia.pl](mailto:umgdynia@gdynia.pl), [www.gdynia.pl](http://www.gdynia.pl)

### Realizatorzy przedsięwzięcia:

gdyńskie Laboratorium Innowacji Społecznych,

graficy z warszawskiej Pracowni Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia” oraz Studia Graficznego i Filmowego „zespół wspólny”.





