

SENIOR MA GŁOS

SCENARIUSZ WARSZTATÓW

Monika Chabior

Spotkania warsztatowe „Senior ma głos” mają na celu wprowadzenie seniorów w tematykę rzecznictwa, uporządkowanie wiedzy, doświadczeń i przemyśleń grupy nt. potrzeb różnych typów osób starszych z powiatu Kartuskiego, jak również zapoznanie ich z możliwościami jakie dają różne rodzaje organizacji obywatelskich. Całość wiedzy pozyskanej od seniorów posłuży także jako wkład do rekomendacji do polityki senioralnej powiatu kartuskiego.

Warsztaty będą zrealizowane z użyciem metod aktywizujących, w tym pracy w grupach, dyskusji moderowanej, scenek, etc. Ponadto spotkanie będzie przebiegać w sposób uwzględniający przerwy oraz elementy ruchowe dostosowane do możliwości grupy zgodnie z rekomendacjami dla seniorów. Osoby uczestniczące zostaną poproszone o wykonanie pracy domowej.

Rama metodologiczna będzie opierać się o model zdrowego starzenia, natomiast do uporządkowania rekomendacji zostanie zastosowana zmodyfikowana metoda SOAR (wyzwania – zasoby – aspiracje – rezultaty – rekomendacje). Duży nacisk zostanie położony na zróżnicowanie potrzeb seniorek i seniorów na poszczególnych etapach starzenia. Ponadto uczestniczki i uczestnicy będą mieli okazję zapoznać się i przećwiczyć dwie metod dobrej komunikacji: wypowiedź rzecznicza i feedback (informacja zwrotna).

W trakcie zajęć będą wprowadzone i używane pojęcia ważne z punktu widzenia działalności obywatelskiej. Uczestniczki i uczestnicy otrzymają listę rekomendowanych treści dzięki, którym będą mogli pogłębić wiedzę zdobytą podczas warsztatów.

Informacje szczegółowe

Cele

Uczestnicy i uczestniczki:

- znają zasady zdrowego starzenia;
- rozumieją podział procesu starzenia się na etapy;
- rozumieją czym jest rzecznictwo i jaką rolę mogą pełnić w dyskursie publicznym jako grupa rzecznicza działająca na rzecz osób starszych;
- przygotowali fiszki SOAR dla wybranych typów osób starszych (należy wybrać typy, np. wg. Etapów: wczesna starość, starość, sędziwa starość, długowieczność; lub wg. Miejsca zamieszkania np. miasto – wieś; lub/i wg. płci – najlepiej dla kategorii stanowiących kombinację)
- przećwiczyli prezentację stanowisk w imieniu wybranych grup;
- przećwiczyli zasady feedbacku;
- przećwiczyli uczestnictwo w spotkaniu interesariuszy.

Produkty:

- Fiszki SOAR dla wybranych kategorii osób starszych

**Pojęcia:**

- Zdrowe starzenie się, zwykłe starzenie się, chorobowe starzenie się
- Etapy starzenia i ich specyfika
- Rzecznictwo
- Typy organizacji obywatelskich
- Interesariusz
- Informacja zwrotna (feedback)
- Rekomendacja
- Polityka publiczna

Materiały

- Flipchart
- Mazaki
- Kolorowe kartki
- Nożyczki
- Fiszka SOAR
- Kwestionariusz dotyczący zdrowego starzenia się
- Prezentacja z bibliografią

Przebieg**Spotkanie 1.**

Zadanie	Przebieg
Wstęp	<ul style="list-style-type: none"> • Przedstawienie się prowadzących i uczestników • Cele i plan spotkania • Nadzieje i obawy
Przerwa	Przerwa
Wprowadzenie pojęć	<ul style="list-style-type: none"> • Rodzaje starzenia się • Zdrowe starzenie się – z użyciem przykładów z warsztatów z Suliną Borowską • Etapy starzenia się
Przerwa	
SOAR część 1.	<p>Ćwiczenie grupowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - podział grupy na pary lub trójki - wyjaśnienie zadania (każda grupa otrzymuje do wypełnienia plakat z czterema pytaniami dotyczącymi sytuacji seniorów w odniesieniu do jednego z elementów zdrowego starzenia. Para/trójka ma odpowiedzieć na pytania - wykonanie zadania
Przerwa	
Podsumowanie	<ul style="list-style-type: none"> - refleksja nad ćwiczeniem - przekazanie pracy domowej (każdy uczestnik/uczestniczka otrzymuje kwestionariusz dotyczący zdrowego starzenia się – celem



Zadanie	Przebieg
	jest autodiagnoza i autorefleksja - wprowadzenie metody feedback - feedback grupy nt. zajęć
Zakończenie	Zakończenie

Spotkanie 2.

Zadanie	Przebieg
Wstęp	<ul style="list-style-type: none"> Przypomnienie poprzedniego spotkania Podzielenie się przemyśleniami z pracy domowej
Przerwa	
SOAR typ 1	- podział grupy na pary lub trójki - wyjaśnienie zadania (każda para otrzymuje odpowiedzi przygotowane podczas poprzedniego spotkania, ale nie te, które wypełniała; dodatkowo wszyscy otrzymują pytania dodatkowe dotyczące różnorodności sytuacji seniorów w aspekcie zdrowia, zamożności, płci, wieku, miejsca zamieszkania, wykształcenia/doświadczenia życiowego; pary mają sprawdzić czy kwestionariusz daje kompletny obraz sytuacji; dodają to, co uważają za ważne)
Przerwa	
SOAR typ 2	Krótkie wprowadzenie na temat rzecznictwa i relacji między organizacjami obywatelskimi, a sektorem publicznym. Prezentacja wyników przed grupą, ale w sytuacji „udramatyzowanej”. Prowadząca odgrywa różne typy osób przed którymi rzecznicy prezentują potrzeby seniorów (np. przedstawiciel klubu sportowego, domu kultury, dyrektor szkoły, wójt, etc.). Prezentujący mają zachęcić rozmówcę do podjęcia działań na rzecz seniorów.
Przerwa	
SOAR typ 3	Podsumowanie warsztatów: <ul style="list-style-type: none"> Przypomnienie nadziei i obaw Przypomnienie przebiegu Rozmowa moderowana
Zakończenie	