

Stwórzmy razem innowację

TORBA BORBA

Witaj!

Torba Borba to innowacyjny wózek na zakupy dla osób starszych. Torba jest wyposażona w napęd elektryczny, który pomaga przy wchodzeniu po schodach, i system zmiany wysokości koszy na zakupy, który zmniejsza zakres wykonywanych przy torbie ruchów. Ta funkcja jest szczególnie przydatna przy wykładaniu produktów w sklepie na ladę, czy w domu na blat. Wózek z rozłożonymi koszami może zastąpić ten marketowy. Projekt uwzględnia badania dotyczące zdrowia fizycznego i psychicznego seniorów i powstawał w konsultacji z osobami starszymi. Jego głównym założeniem jest dłuższe pozostanie w miejscu zamieszkania, wydłużenie czasu samodzielności osób starszych zależnych oraz nawiązanie relacji sąsiedzkich poprzez pomoc w codziennych zakupach dzięki stworzeniu sieci opartej na współdzieleniu Torby Borby.

Niniejszy pakiet został przygotowany by umożliwić wprowadzenie innowacji w organizacji. Znajdziesz w nim odpowiedzi na następujące pytania:

- na czym polega innowacja?
- jakie niesie ona korzyści?
- gdzie możesz napotkać na trudności i jak sobie z nimi poradzić?
- jak zbudować wspólnotę wokół torby?

Spis treści

- Cel innowacji strony
- Problem na jaki odpowiada innowacja
- Innowacja Torba Borba
- Warunki wdrożenia innowacji
- Korzyści i trudności wprowadzenia innowacji
- Struktura kosztów wprowadzania innowacji
- Odbiorca innowacji - senior potrzebujący wsparcia
- Tworzenie grupy. Społeczność Torby borby
- Materiały rekrutacyjne: broszura i plakaty (informacja o druku)

- Spotkanie 1 informacyjne (ramowy plan szkolenia, tekst do prezentacji) przeprowadzenia spotkania)
- Spotkanie 2 integracyjne (ramowy plan szkolenia, tekst do prezentacji, przeprowadzenia spotkania, fotosort, gra-informacja)
- Spotkanie podczas oczekiwania na torbę
- Spotkanie 3 instruktażowe (ramowy plan szkolenia)
- autorzy innowacji, kontakt

Niniejszy pakiet innowacji stanowi całość z zewnątrz folderem, w którym umieszczone są pliki, o których mowa.

Starość, jak każdy inny etap naszego życia, niesie ze sobą zmiany.
Problemem stają się one wtedy, gdy nie znajdujemy na nie rozwiązania.
Ograniczone możliwości ruchowe i pogarszający się stan zdrowia.
Większa ilość wolnego czasu, wynikająca z przejścia na emeryturę.
Zmniejszenie zakresu obowiązków. Zmiany w kontaktach międzyludzkich.
Innowacja Torba Borba dedykowana jest seniorom, w szczególności seniorom zależnym, czyli takim, którzy z jakichś powodów mają trudności z prowadzeniem samodzielnego życia.



Dłuższe pozostanie w miejscu zamieszkania

Wzrost samodzielności osób starszych zależnych
(poprawa kondycji fizycznej oraz samopoczucia psychicznego)

Nawiązanie relacji sąsiedzkich poprzez pomoc
w codziennych zakupach i włączenie seniorów
w procesy współdzielenia i partycypacji dzięki
stworzeniu sieci opartej na współdzieleniu Torby
Borby

Użytkownikami innowacji będą organizacje lokalne i społeczne takie jak Miejsca Aktywności Lokalnej, Centra Aktywności Lokalnej, Domy Sąsiedzkie, jak również placówki kulturowe i inne miejsca współdzielone i współtworzone przez ludzi charakteryzujących się otwartością, energią i pozytywnym nastawieniem. Mogą to być również wspólnoty mieszkaniowe oraz kluby seniora.

Trudności w prowadzeniu innowacji Torba Borba przez użytkownika mogą wynikać z niestałego zainteresowania grup seniorów tworzących społeczność współdzielącą wózek (malejące lub szybko rosnące). Problemатyczne okazać się może również znalezienie w swojej działalności miejsca zarówno na torbę, jak i na przeprowadzenie cyklu spotkań służących zawiązaniu grupy seniorów. Konieczne w projekcie będzie wyznaczenie spośród pracowników animatora do pracy nad innowacją

Miejsce jednak z pewnością przyniesie wiele korzyści społecznych. Innowacja urozmaici życie organizacji, będzie źródłem rozwoju nowych kontaktów i wiedzy, wpisuje się ona również w trend ekonomii współdzielenia.

Rozbudowywanie więzi społeczności. Rozwojowe zapewnianie wartościowego dla społeczności funkcjonowania placówki.



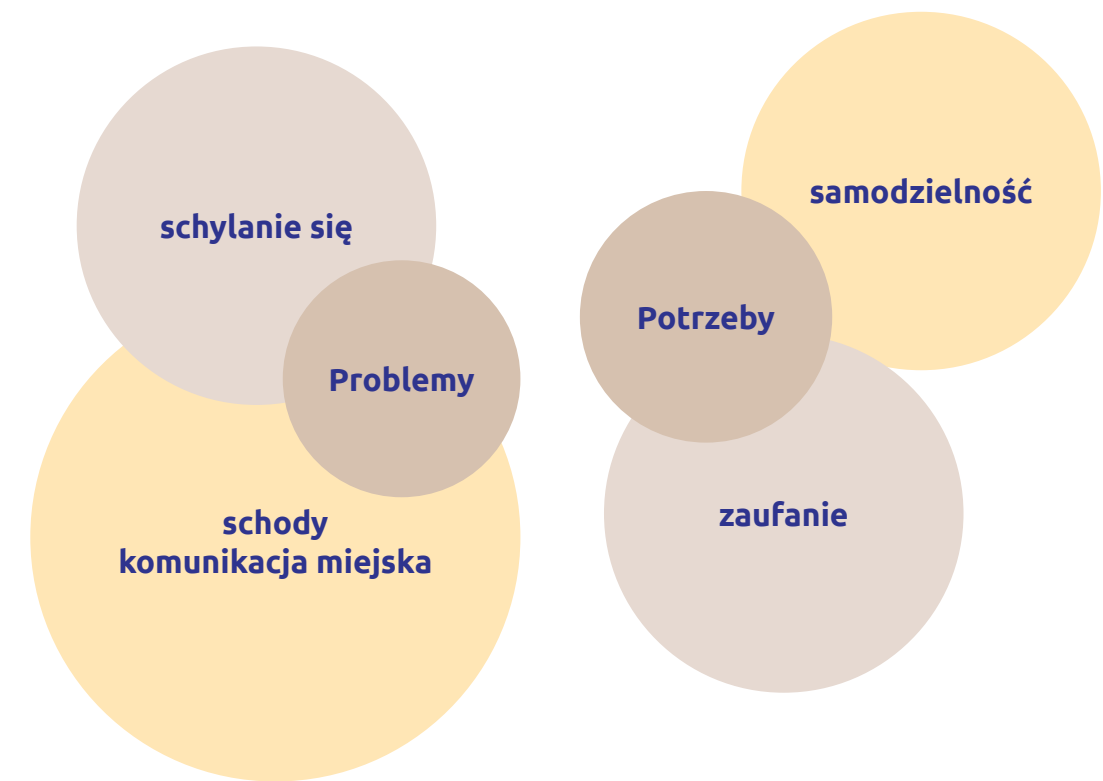
Problem na jaki odpowiada innowacja

Z wiekiem nasza perspektywa się zmienia, i codzienne, pozornie proste czynności zaczynają stanowić nie lada wyzwanie. Innowacja skupia się na prostej i zaskakująco ważnej czynności, jaką są zakupy.

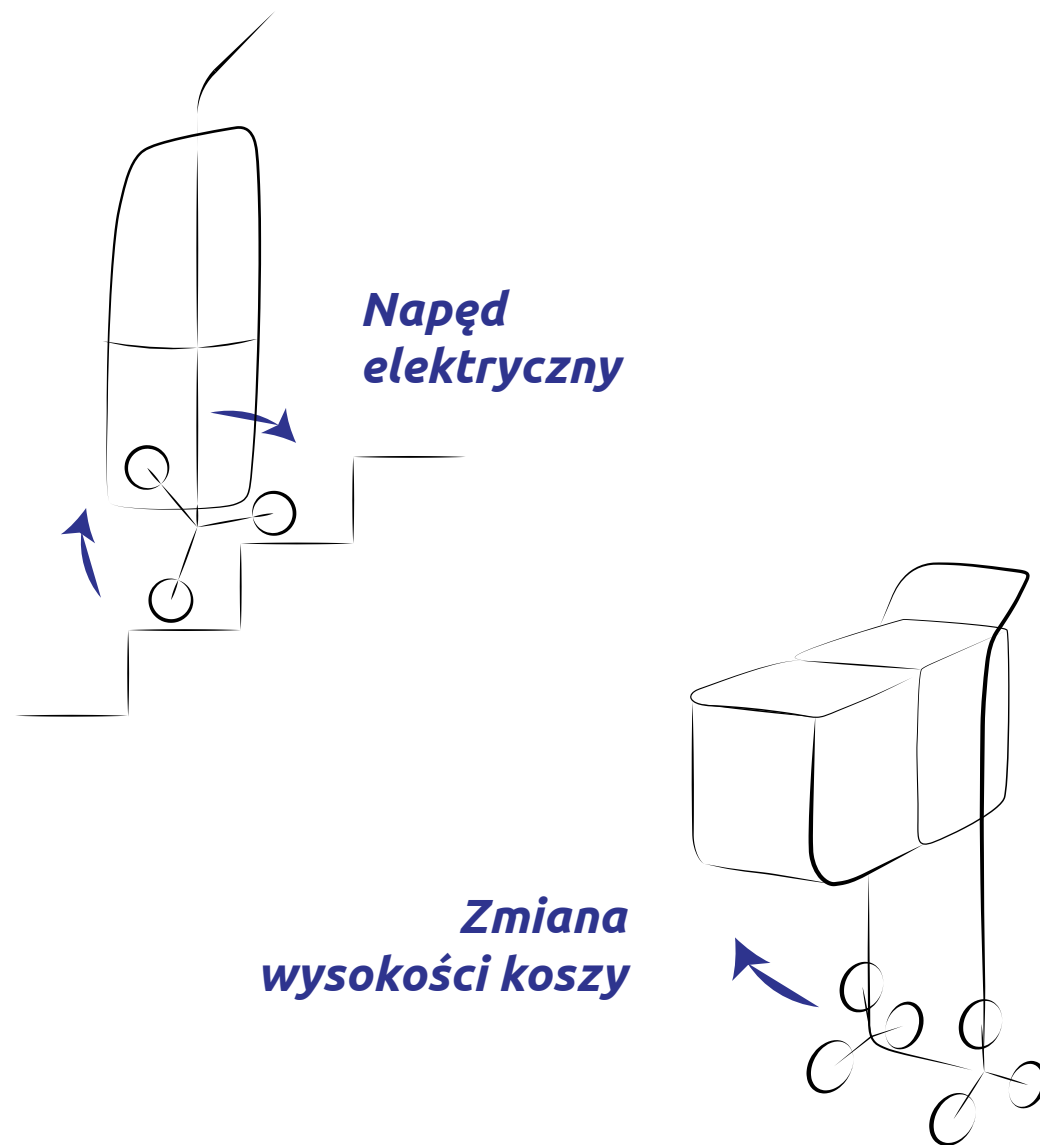


Brytyjskie badania wykazały, że 100% osób starszych i aż 95% osób dotkniętych demencją wychodzi z domu by zrobić zakupy. Czy w Polsce statystyki prezentują się równie dobrze? Ważnymi czynnikami decydującymi o robieniu zakupów poza domem są bowiem nawyki, zaufanie do konkretnych sprzedawców i oferowanych przez nich produktów, chęć utrzymania pewnej sfery niezależności i autonomii, która wykracza poza przestrzeń domu.

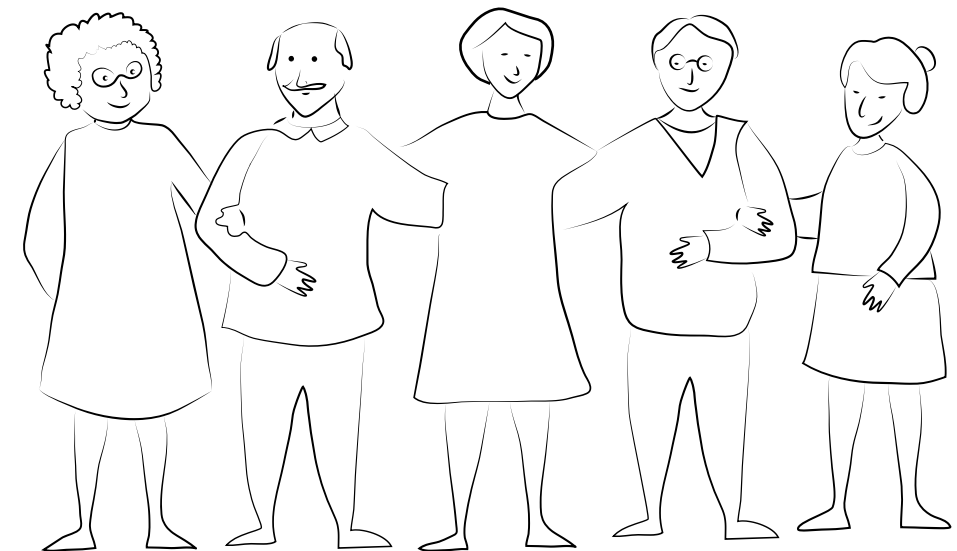
Zakupy online, czy wyręczenie przez wnuczka nie rozwiązuje więc problemu seniorów. Zakupy są obowiązkiem, atrakcją, satysfakcją, pretekstem do ruchu i pretekstem do nawiązywania i podtrzymywania kontaktów międzyludzkich. Dają poczucie samodzielności i bycia potrzebnym, co wpływa na zachowanie chęci do życia i jego znaczne wydłużenie.



Problem z jakim “Borba” się zmierza, to utrudnione lub, z jakiś względów niemożliwe, robienie zakupów przez seniorów. Problemem bywają zarówno fizyczne niepełnosprawności, jak i sytuacja życiowa: bycie opiekunem partnera, miejsce zamieszkania (niedogodna komunikacja, infrastruktura, brak windy), bariery psychiczne (niepewność samodzielności, samotność odbierająca chęci do aktywności). Istotne są również przyzwyczajenia i wyrabiane latami zaufanie do sprzedawców, ze względu na które seniorzy udają się czasem do bardzo odległych sklepów. Projekt innowacji powstał na bazie profesjonalnie przeprowadzonych przez twórczynię badań pod okiem Katarzyny Wali. Autentyczne zakupy, możliwość obserwacji i wywiadu umocniły założenia projektowe.



Torba Borba wyposażona jest w system zmiany wysokości toreb, co minimalizuje potrzebę schylania się. Posiada również system wspomagający wchodzenie z wózkiem po schodach, co pozwala na pozostanie w miejscu zamieszkania, nawet gdy budynek nie jest wyposażony w windę. Torba Borba to nie tylko wózek zakupowy jakiego jeszcze nie było, ale i przedmiot współdzielony, wokół którego tworzy się społeczność seniorów. Torba zakupowa, której innowacyjne modyfikacje ułatwiają czynności zakupowe, wydłuża czas samodzielności seniora. Wychodzenie na zakupy jest ważne dla zdrowia, często jest jedynym pretekstem do wyjścia z domu i kontaktu z drugim człowiekiem. Współdzielenie wózka przez grupę seniorów powoduje, że nawiązują się nowe lub zacieśniają dawne relacje, a użytkownicy chętnie pomagają sobie nawzajem.



Warunki do wdrożenia innowacji

Do zainicjowania "Torby Borby" w danej placówce potrzebny jest chętny do tego animator - jest on sercem i motorem innowacji. W zależności od umiejętności animatorskich, doświadczenia w pracy z seniorami, w tym seniorami zależnymi, i wkładanego w pracę zaangażowania może pojawić się potrzeba powołania więcej niż jednej osoby na to stanowisko. Osoba taka wyznaczana jest przez osobę decydującą. Animatorem może zostać pracownik placówki o charakterze społecznym, jak również osoba niedoświadczona, ale chętna podjąć się koordynacji inicjatywy. Zadaniem animatora jest przygotowanie się do wprowadzenia projektu w życie na podstawie materiałów o innowacji, zebranie grupy, przeprowadzenie spotkań, zawiązanie grupy, zorganizowanie torby, kontrolowanie działania współdzielenia. W Innowacji pojawiają się liderzy - silniej zaangażowani seniorzy. Osoby te są wsparciem w dbaniu o mikrospołeczność. Animator zaopatrzony jest w niezbędne dokumenty prawne, materiały promocyjne, edukacyjne i instrukcje dotyczące prowadzenia innowacji.

klucze do sukcesu



zaangażowany animator



grupa seniorów



miejsce do spotkań



rozpoznanie lokalnego środowiska



zainteresowanie uczestników



wózek zakupowy Torba Borba



szacunek w grupie



środki finansowe na wprowadzenie Innowacji

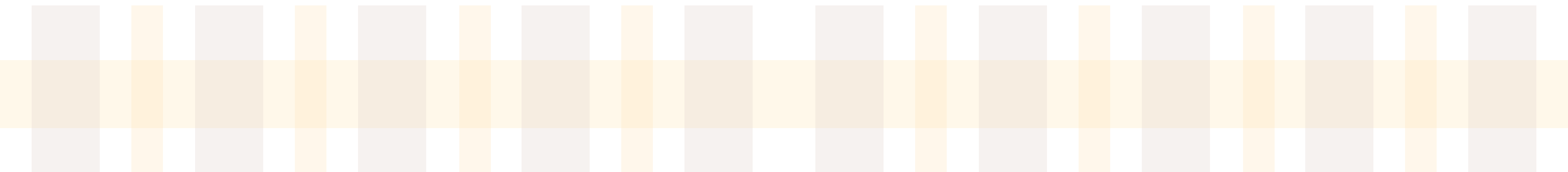
Innowacja wpisuje się w trend współdzielenia (rowery miejskie -Veturilo, rowery transportowe - Cargo, samochody - Car sharing, itp.). Odpowiada również na zjawisko starzejącego się społeczeństwa. Może rozbudować placówkę o takie zagadnienia.

Trudności

- konieczność zatrudnienia animatora, który przeprowadzi projekt;
- znalezienie miejsca, w którym będą się odbywać spotkania;
- trudność w znalezieniu grupy chętnej do współdzielenia i wzięcia współodpowiedzialności za Torbę Borbę.
- trudność w zebraniu owej grupy;
- problem namówienia potencjalnych użytkowników do współdzielenia torby;
- konieczność początkowego aktywnego uczestnictwa animatora w zakupach seniorów, celem objaśnienia funkcji torby
- obawy/niechęć seniorów(ek) przed wszelkiego rodzaju nowościami (specyfika wieku)
- sposób dotarcia do beneficjentów(ek)- nie wystarczy popularna w tych czasach promocja w social mediach, seniorzy(rki) przeważnie nie korzystają z Interne

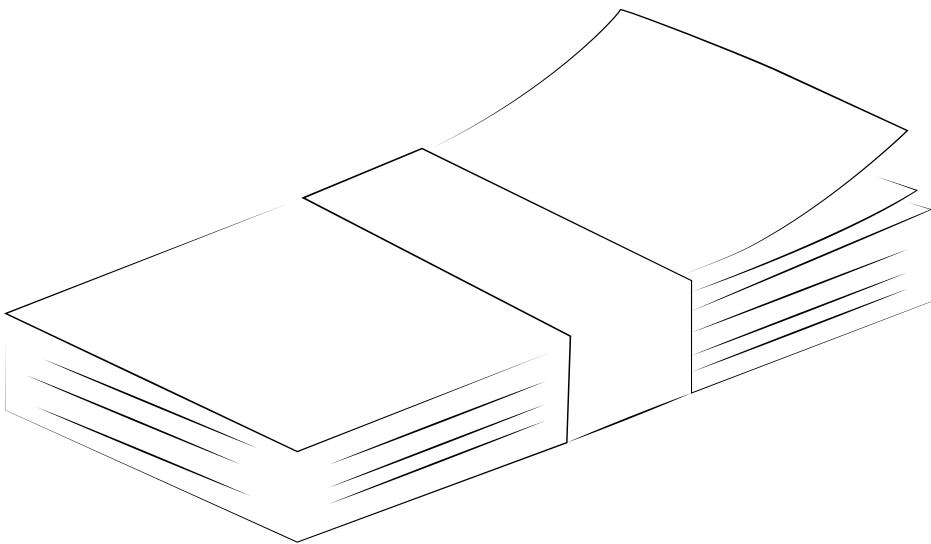
Korzyści

- zacieśnienie więzi placówki z uczestnikami innowacji - grupą seniorów, a także między nimi;
- zainicjowanie istnienia grupy aktywnych seniorów, gotowych do udziału w innych inicjatywach;
- samodzielność seniorów - brak konieczności wyręczania ich (projekt może zastąpić lub opóźnić konieczność budowania windy, w przypadku jej braku);
- jeśli grupa będzie chętna do współdzielenia torby, więzi między sąsiadami mogą się zacieśnić, co ułatwia prowadzenie innych przedsięwzięć we wspólnocie - mieszkańcy, którym zależy na wspólnocie, bardziej dbają o blok i przestrzeń wokół niego.



Do wprowadzenia innowacji w życie należy przeprowadzić spotkania z seniorami i zlecić wykonanie wózka Torba Borba. Zakładając, że placówka dysponuje salą ze stołami, krzesłami, komputerem i rzutnikiem, odbędą się 4 spotkania, w których uczestniczyć będzie prawdopodobnie około 20 osób.

Koszta innowacji są jednorazowe, dalsze wydatki zależą od decydującego placówki (z wyjątkiem amortyzacji Torby Borby, jako wypożyczanego i użytkowanego przedmiotu placówki).

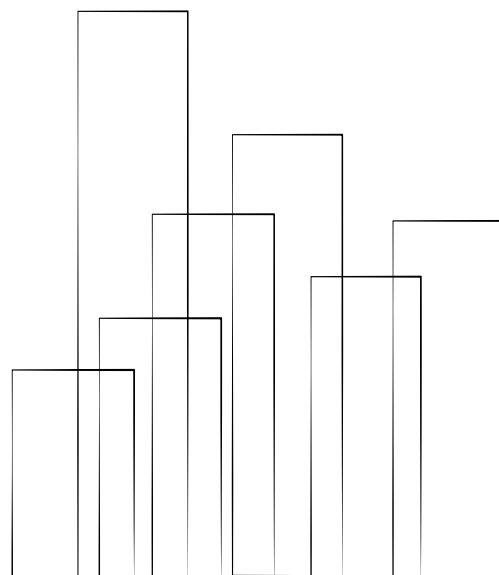


• Czas pracy animatora -przeprowadzenie spotkań z grupą seniorów -utrzymywanie kontaktu z grupą seniorów -promocja innowacji -ewentualnie: jednorazowa pomoc seniorowi w zakupach	6 godzin tygodniowo przez okres 3 miesięcy
• druk materiałów promocyjnych i edukacyjnych -plakaty, broszury, regulaminy, umowy, instrukcje -materiałów do przeprowadzenia gry (plansze, pionki, karty)	1000 zł
• poczęstunek na spotkania seniorów	60 zł /osoba
• zakup Torby Borby	3000 zł
• amortyzacja Torby Borby	1000 zł/rok



Osoba powyżej 65 roku życia, która ze względu na wiek, chorobę lub niepełnosprawność wymaga częściowej lub całkowitej pomocy i opieki osób trzecich w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych.

Im większa miejscowość, tym większy jest odsetek osób starszych mieszkających samotnie. W przypadku Polski to Warszawa jest miastem, w którym najwięcej osób starszych potrzebuje pomocy przy utrzymaniu samodzielności w życiu.



Przykład działania innowacji: „Z roku na rok schody coraz wyższe”
Badana przez nas Pani A. była osobą starszą zależną, pomimo niewielkich dolegliwości fizycznych i otoczenia gronem koleżanek. Jej zależność spowodowana jest jednak czynnikiem zewnętrznym. Kocha miejsce, w którym mieszka od 38 lat z mężem i wyklucza możliwość przeprowadzki. Mąż przez ostatnie lata mocno podupadł na zdrowiu. Porusza się już tylko na niewielkie dystanse przy pomocy chodzika rehabilitacyjnego. Dla seniorki jest to nowa sytuacja. Pani A. nie chce zostawiać męża samego w domu, a wspólne wyjście wiąże się z czterokrotnym pokonaniem 68 stopni. Najpierw sprowadza go na dół, potem wraca po jego 4-kilogramowy chodzik. Wspólnie wychodzą więc tylko raz w tygodniu - do kościoła w niedzielę. Pani A. sama wychodzi po zakupy - również tylko raz w tygodniu. Wózek pełen produktów wciąga po schodach. Kółka blokują się w strukturze klatki schodowej. Torba Borba poprzez stabilność konstrukcji posłużyła za chodzik rehabilitacyjny, dzięki czemu ułatwione było wspólne chodzenie na zakupy, system podnoszenia boksów nie obciążał pleców, a mechanizm wspomagający pokonywanie schodów ułatwił transportowanie zakupów do domu. Sieć kontaktów stworzona dzięki “Torbie” stanowi otuchę i dostarcza potrzebnej dawki kontaktów towarzyskich, a przez to polepsza dobrostan psychiczny korzystających z innowacji.

Odbiorcą innowacji jest senior potrzebujący wsparcia - osoba starsza zależna.

Przyczyny zależności:

Zdrowie fizyczne i psychiczne np. kłopoty z poruszaniem się, schylaniem, wchodzeniem po schodach oraz z poczuciem osamotnienia, brakiem towarzystwa, problemami z pamięcią

Brak udogodnień dla osób starszych np. schody i brak windy, wysokie krawężniki, zbyt wysokie wejścia do autobusów, brak ławek, nieprzystosowane mieszkania np. dywany, chodniki stwarzające możliwość potknięcia się, nisko zamieszczone gniazdko elektryczne, za niski stół

Obszary zależności:

- Codzienne czynności higiena, ubieranie się, przyjmowanie leków, spożywanie zbilansowanych posiłków, robienie zakupów, chodzenie po schodach, samodzielne przemieszczanie się
- Funkcjonowanie w mieszkaniu i najbliższym otoczeniu obsługa domowego sprzętu, utrzymanie porządku, infrastruktura w najbliższej okolicy
- Emocje i funkcjonowanie wśród innych poczucie bycia ważnym i potrzebnym, opieka nad kimś, bliskość, radzenie sobie z konfliktami, artykułowanie potrzeb, realizacja zainteresowań i pasji, rozwijanie umiejętności, chęć pomocy innym, możliwie duża niezależność, spędzanie czasu wolnego
- Komunikacja i zdobywanie informacji wiedza na temat nowych rozwiązań, zdobywanie nowych umiejętności, przełamywanie barier, rozwój osobisty

Innowacja Torba Borba dedykowana jest seniorom potrzebującym wsparcia, seniorom zależnym.

Niedostosowane środowisko (brak windy, pojazdy wysokopodłogowe), aspekt schylania i dźwigania, które towarzyszą zakupom mogą być przyczyną zależności seniora. Skutkiem pozostawienia tego problemu nierozwiązanym jest utrata możliwości efektywnego wykonywania obowiązku, co niesie za sobą często jego zarzucenie i pogorszenie się ogólnego samopoczucia. Dodatkowo, tracąc pretekst do wychodzenia z domu, pogarszają się relacje społeczne seniora. Innowacja wydłuża czas jego samodzielności poprzez supermoce wózka zakupowego - udogodnienia zapobiegające schylaniu i dźwiganiu. Daje to możliwość pozostania w miejscu zamieszkania, nawet jeżeli blok nie posiada windy. Mikrospołeczność jaką tworzą współdzielący wózek pozwala seniorowi na rozbudowywanie i utrzymywanie kontaktów międzyludzkich. Senior dzięki innowacji zyskuje poczucie obowiązku, samodzielności i przynależności do grupy, co, jak wynika z badań, poprawia jakość i wydłuża czas życia.

Jeśli w placówce istnieje już społeczność seniorów, należy sprawdzić możliwość dodania programu "Torby Borby" do ich harmonogramu, w innym wypadku w ramach innowacji trzeba będzie taką grupę stworzyć. W zakresie kompetencji animatora znajduje się wiedza niezbędna do utworzenia i pracy z grupą. Jeśli społeczności placówki jest aktywny senior, animator może mianować go liderem, który również zajmie się zachęcaniem seniorów do dołączenia do udziału w projekcie. Liderem może zostać senior (60+), który wyraża pozytywne nastawienie do projektu, jest otwarty na nowe doświadczenia i znajomości, zapuka do drzwi sąsiada, zapyta o samopoczucie, zachęci innych seniorów do działania.

Z grupą seniorów animator przeprowadzi cykl spotkań (informacyjne, integracyjne, towarzyskie - w trakcie oczekiwania na torbę, i instruktażowe), a następnie będzie koordynował wypożyczanie i współdzielenie torby.

Celem cyklu spotkań jest stworzenie mikrospołeczności "Torba Borba" - grupy seniorów i seniorów zależnych. Animator może adoptować mechanizm wprowadzania innowacji i zasady współdzielenia torby do potrzeby i sytuacji zaistniałej w społeczności, jeśli wprowadzanie zmiany mają na celu uzyskanie celów innowacji (pomoc osobom starszym zależnym).

- spotkanie informacyjne (Seniorzy zapoznani zostają z ideą innowacji i jej funkcjonowaniem w placówce.)
- spotkanie integracyjne (Lekcja współdzielenia poprzez grę seniorów w dedykowaną grę planszową, ustalenie zasad współdzielenia torby w społeczności "Torba Borba".)
- spotkanie instruktażowe (Instruktaż obsługi torby, sporządzenie wstępnego harmonogramu wypożyczania jej przez społeczność pod koordynacją animatora.)



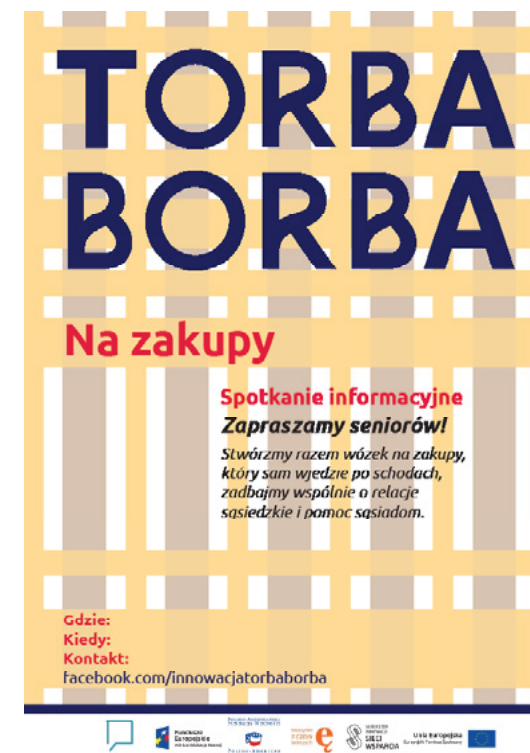
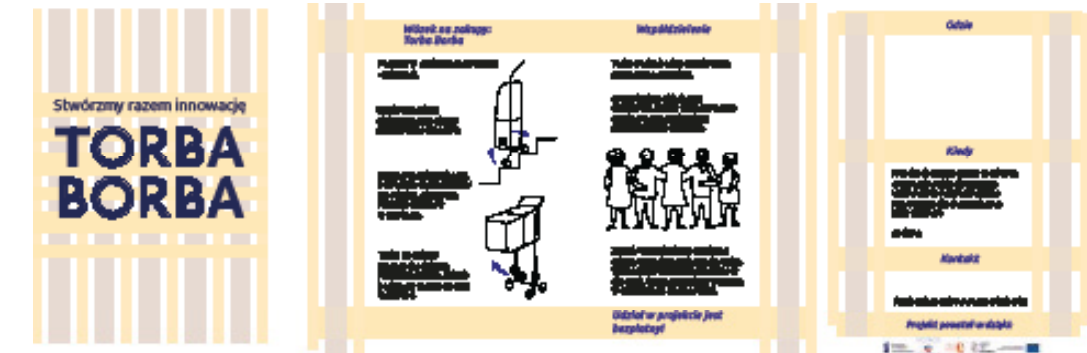
Społeczność seniorów projektu, o otwartym na nowych członków charakterze, utrzymuje się poprzez ciągłe rozszerzanie informacji o projekcie różnymi, adekwatnymi do natury placówki, w której zaistniała, drogami. Najbardziej efektywnym zaproszeniem seniora do udziału w innowacji jest informacja niesiona "drogą pantoflową" między seniorami. Koordynacja działań seniorów w grupie, jak i samodzielne informowanie i zachęcanie potencjalnych nowych uczestników przez animatora jest konieczne do prawidłowego funkcjonowania innowacji. Jeśli zaistnieje taka możliwość, pracę animatora może wspomagać aktywny senior, lider - osoba mocno angażująca się w działania związane z projektem.

W skład materiałów "Pakietu Innowacji Torba Borba" wchodzi materiały rekrutacyjne (inaczej promocyjne), takie jak plakaty i broszura, informujące o projekcie i zachęcające do uczestnictwa. Zadaniem animatora jest rozwieszenie plakatów, rozłożenie broszur, umieszczenie informacji w portalach komunikacji placówki - miejscach, które w placówce są źródłem informacji o wydarzeniach i działaniach placówki, w tym strona internetowa, Facebook placówki.

Przykładowe miejsca adekwatne do zapraszania seniorów potencjalnie zainteresowanych innowacją: tablica ogłoszeń w placówce o charakterze społecznym i/lub kulturowym, Urząd Dzielnicy, Rady Seniorów, szpitale, przychodnie, Ośrodki Pomocy Społecznej, Kluby Seniorów, osiedlowe bazarki, sklepy spożywcze, markety (i inne miejsca, które często odwiedzają seniorzy), UTW (Uniwersytet Trzeciego Wieku), gazety np. Głos Seniora.

Broszura i plakaty znajdują się folderze
Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji

Broszurę wydrukować należy na formacie A4, plakaty na formacie A3.



Ramowy plan szkolenia

Plik pdf. będący slajdami do prezentacji podczas spotkania znajduje się w folderze:

Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji -> prezentacje multimedialne

Cel spotkania: Zapoznanie zebranych na spotkaniu zainteresowanych z Innowacją. Zachęcenie do wzięcia udziału w projekcie. Wstępne wyłonienie seniorów zainteresowanych dalszymi spotkaniami.

Animatorzy: Spotkanie może przeprowadzić jedna osoba. Możliwe jest przeprowadzenie spotkania we dwie osoby: jedna osoba prowadzi spotkanie, druga dba o komfort zebranych na spotkaniu (Czy ktoś nie potrzebuje się napić? / Czy komuś nie przeszkadza klimatyzacja? / Odpowiadanie na bieżąco na pytania i wątpliwości zebranych), notuje spostrzeżenia dla animatora dotyczące relacji między zebranymi seniorami mogącymi pomóc na późniejszym etapie nauki współdzielenia (relacje międzyludzkie warunkują współdzielenie).

Spotkanie 1 informacyjne

Przygotowanie: Zakup poczęstunku i przygotowanie podania go na spotkaniu, przygotowanie sali - ustawienie rzutnika, ekranu -etc. (miejsce do prezentacji prowadzącego spotkanie), i miejsc siedzących dla przybyłych zainteresowanych (pierwsze spotkanie ma charakter wykładu).

Poczęstunek: woda, soki, ciasta, ciasteczka, talerzyki, sztucze, kubki i serwetki

Potrzebne narzędzia i materiały: sala - miejsce spotkania, krzesła odpowiednie dla osób, które mogą mieć problemy ze sprawnością fizyczną

Do wyświetlenia prezentacji: komputer, kabel, rzutnik, ekran, jasna ściana lub duży telewizor

Opcjonalne: aparat do dokumentacji spotkania, w przypadku upałów pomocna będzie klimatyzacja lub wentylator, należy jednak zwrócić uwagę, na komfort seniorów w przygotowanych warunkach

Czas realizacji: 3 godziny

Wymagane kompetencje/umiejętności prowadzącego: umiejętność pracy z grupą, głośne i wyraźne mówienie, komunikatywność, zrozumienie Innowacji (czym jest, jak działa, do kogo jest skierowana, jakie ma funkcje), mile widziane doświadczenie w pracy z seniorami.

Opcjonalne: lektura dla prowadzącego Miasta Przyjazne Starzeniu:

<http://publica.pl/produkt/miasta-przyjazne-starzeniu-przewodnik-2>



TORBA BORBA

Powitanie uczestników.

Zapytaj seniorów, jak powinieneś/powinnaś się do nich zwracać. Upewnij się, że wszyscy cię dobrze słyszą i dostosuj szybkość mówienia do potrzeb słuchających. Poinformuj : ile czasu przewidywalnie potrwa spotkanie (2-3 godziny), o czekającym na nich podczas przerwy poczęstunku, o lokalizacji i dowolnym czasie korzystania z toalety.

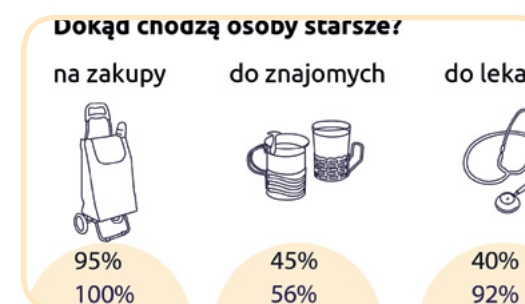
Czas i moment przerwy określ w harmonogramie spotkania, uwzględniając możliwość sygnalizowania przez uczestników potrzeby zmiany w harmonogramie.

Pamiętaj, że dobre samopoczucie i zrozumienie idei innowacji jest celem spotkania. Zaznacz, że udział w projekcie jest darmowy.

Przedstaw krótko temat spotkania: wyjaśnienie, czym jest Innowacja Torba Borba, jak powstawała, co w niej jest nowego i do kogo jest skierowana.

Przedstaw animatorów (jeśli czujesz się z tym komfortowo, zaproponuj zwracanie się do ciebie po imieniu). Poinformuj, że jesteś osobą kontaktową w Innowacji.

Jako ciekawostkę możesz dodać, że innowacja została zaprojektowana przez Ewę Hiller i Magdalenę Katanę, we współpracy z : animatorkami Pauliną z CALu na Pacy W Warszawie, Paulą i Olgą, projektantami: Aleksem i Jarkiem. Projekt opracowywany był przez projektantki w ramach projektu Generator Innowacji Sieci Wsparcia organizowanego przez Stowarzyszenie Inicjatyw Twórczych Ł. Rozwój projektu był finansowany ze środków Unii Europejskiej.



1. Innowacja skupia się na codziennej, każdemu bliskiej, "normalnej" czynności - na zakupach.

2. Projektantki tworząc innowację korzystały z wielu źródeł informacji, m.in. z badań naukowych. Według jednych z nich 100% osób starszych i 95% osób starszych zależnych w Wielkiej Brytanii wychodzi z domu by zrobić zakupy. Są one najczęstszą z ostatnich aktywności seniora. Rzadziej senior czuje potrzebę wyjścia z domu by zobaczyć się ze znajomymi i rzadziej udaje się do lekarza.

3. Zakupy wpływają na utrzymanie niezależności i wykonywania obowiązku, którego posiadanie wpływa na chęć, jakość i długość życia.

Przykład z badań naukowych: W domu opieki przeprowadzone zostało badanie. Podopieczni na jednym piętrze dostali do opieki kwiaty doniczkowe. Na drugim piętrze byli wyręczani ze wszystkich zadań tak, jak zwykle. Po roku tylko osoby zajmujące się kwiatami żyły. Niewyręczanie w obowiązkach, a jedynie wsparcie w kwestiach, w których ktoś tego potrzebuje, jest najlepszą pomocą. Tworzenie udogodnień, które uczynią coś łatwiejszym. Dzięki Torbie Borbie robienie zakupów będzie wymagało mniej sprawności fizycznej, będąc jednocześnie pretekstem do relacji międzyludzkich i ciekawym doświadczeniem, atrakcją.



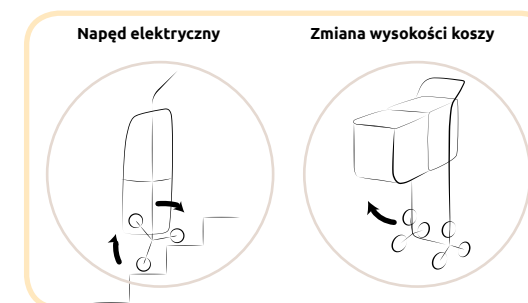
4. Innowatorki podczas projektowania innowacji i torby zakupowej przeprowadziły profesjonalne badania z pomocą badaczki Katarzyny Wali. Z dwoma, uprzejmymi pomocą w projekcie seniorkami, udały się na zakupy w trybie naturalnym do zwykłego dla seniorki (bazar, czas, lista zakupów, podróż komunikacją miejską, nie pomaganie seniorce np. w dźwiganiu). Autentyczne zakupy, możliwość obserwacji i wywiadu były podstawą do określenia wytycznych projektowych torby i metody nawiązywania relacji społecznych seniorów aktywnych i zależnych.

Problem, z jakim zmierza się innowacja, to utrudnione, lub z jakiegoś względów niemożliwe, wykonywanie zakupów przez osoby starsze. Problem tym często nie są fizyczne niepełnosprawności tych osób, lecz warunki lub sytuacja w jakich przyszło im żyć.

Problemy mogą wynikać z miejsca zamieszkania (komunikacja miejska, infrastruktura, brak windy),

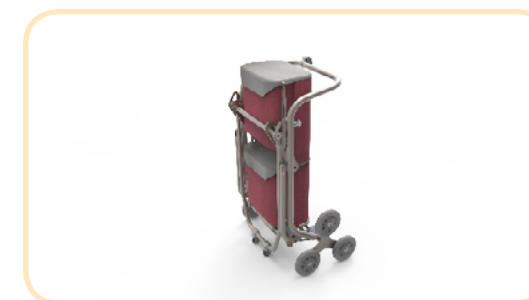
sytuacji życiowej (bycie opiekunem osoby zależnej- partnera), barier psychicznych (niepewność samodzielności, samotność odbierająca chęci do aktywności), osłabionej sprawności fizycznej.

Podstawowe potrzeby seniora w temacie zakupów to samodzielność - chęć wykonywania zakupów samemu, aby jak najdłużej móc samodzielnie wychodzić z domu po zakupy i nie prosić nikogo o pomoc. Jedną z ważnych informacji, którą zaobserwowały innowatorki podczas zakupów z seniorkami przeprowadzanych w ramach badania



użytkownika, była istotność aspektu przyzwyczajień, wyrobionej opinii i zaufania do sprzedawcy. Panie robiły zakupy u znanych im sprzedawców, którzy mieli według nich dobrej jakości produkty. Pani A. była zdolna pojechać 'na drugi koniec miasta' po ulubione jabłka.

5. Przedmiotem innowacji jest innowacyjna torba zakupowa "Torba Borba". Korzystanie z torby zakupowej na kółkach jest jednym z rozwiązań problemu dźwigania zakupów, które obciąża ręce i kręgosłup wpływając na nie negatywnie. Torba Borba, zaprojektowana przez projektantki Ewę Hiller i Magdalenę Katana, wzbogacona została o kolejne udogodnienia dla użytkownika: system zmiany wysokości koszy i system wspomagający wchodzenie z torbą po schodach.



6-9. Torba zakupowa - wózek, posiada dwa, a nie jeden, worki zakupowe - kosze, będące przestrzenią przeznaczoną na transport zakupów. Zmiana ta umożliwia segregowanie zakupów w torbie (seniorki mają w zwyczaju segregowanie zakupów w oddzielne pakunki np. suche, mokre, chemia). Kosze zmieniają położenie względem siebie zależnie od potrzeby użytkownika. Wózek posiada pneumatyczny system zmiany wysokości koszy zakupowych. Pozycja wertykalna (jeden kosz nad drugim) do przemieszczania się z torbą - transport zakupów, zapewnia stabilność i kompaktowość wózka. Pozycja horyzontalna (dwa kosze wysoko, obok siebie) zmniejsza wymagany zakres ruchów, co jest ułatwieniem i uprzyjemnieniem zakupów dla seniora. Stworzona z myślą o wygodzie w sytuacji przy ladzie i kasie w markecie, oraz wypakowywaniu zakupów w domu.



Obecne na rynku rozwiązanie - system trójkótek, ułatwiający pokonywanie nierówności i wspinanie się po schodach, zostało ulepszone pod kątem wygodny użytkownika dodaniem napędu elektrycznego napędzającego kółka podczas wspinaczki po schodach. Użyte do podciągnięcia torby musi być, dzięki temu, znacznie mniej siły, oszczędza to również, nadwyrężany jak dotąd, bark. Napędu używa się tylko podczas pokonywania wzniesień, nie napędza on wózka podczas chodzenia. Uruchamia się go naciskając i przytrzymując guzik na ręczce.

Konstrukcja torby, inspirowana torbą zakupową i wózkiem marketowym jednocześnie, daje możliwość podparcia się o nią. Projektantki celowo nie doprowadziły stabilności konstrukcji torby do możliwości użycia jej jako chodzika rehabilitacyjnego ze względu na zamierzony nie stygmatyzujący wygląd / design. Przedmiot ma być współdzielony przez seniorów aktywnych i seniorów zależnych. Torbę można prowadzić zarówno pchając, jak i ciągnąc ją.

Tkanina z jakiej wykonane są torby jest wodoodporna, co chroni zakupy przed zamoknięciem w przypadku deszczu. Można ją prać w pralce, dbając o higienę współdzielonego przedmiotu.

Torba Borba, jako przedmiot nowatorski, jakiego dotąd nie było, wzbudza ciekawość wśród ludzi. Jest pretekstem do kontaktów międzyludzkich: opowiadanie rodzinie, znajomym, rozmowy z nieznanymi zainteresowanymi na ulicy, sąsiadami, spotkania z społecznością w placówce.

Innowacja i prototyp torby były testowane w środowisku naturalnym (placówka społeczno-kulturowa, grupa seniorów w tym seniorów zależnych).

Więcej informacji na temat działania torby znajdziesz w folderze

Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji -> umowa, regulamin, harmonogram, instrukcja -> instrukcja do torby



10. Współdzielenie jest dla obecnych seniorów drażliwym tematem. Kojarzy się ono negatywnie z historią polityczną i kulturową Polski. Na badaniach innowatorek seniorki recytowały powiedzenia krytykujące współdzielenie np. "Mówiły jaskółki, że niedobre są spółki". Inicjowanie innowacji zostało przetestowane i odniosło sukces, co udowadnia, że tenże Pakiet Innowacji opierającej się na współdzielących seniorach może odnieść sukces, niosąc wielkie korzyści na różnych płaszczyznach.

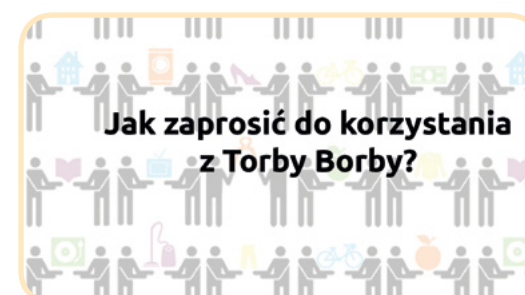


11. Seniorzy często mają "swoje dni na zakupy", stały harmonogram. Duże zakupy robią zazwyczaj raz w tygodniu. Torba Borba przeznaczona jest, ze względu na pojemność odpowiadającą obecnym torbom zakupowym na kółkach, do dużych zakupów. Grupa seniorów współdzieląca torbę może dobrać się w społeczności innowacji biorąc pod uwagę taki harmonogram dni zakupowych każdego z uczestników, dobierając ich w sposób współgrający ze sobą (Pani Krysia w poniedziałek, Pani Maria we wtorek itd.).



Możliwe są też wspólne zakupy, np. w parach 'jedna torba moja, druga twoja'. Współdzielenie niesie wiele korzyści, głównie dla zdrowia psychicznego.

12. Informacje o odbiorcy innowacji - osobie starszej zależnej znajdziesz w niniejszym dokumencie w rozdziale Odbiorca innowacji - senior potrzebujący wsparcia strony 20-23. Zwracając się do seniorów postaraj się nie używać terminów takich jak: "niepełnosprawność" czy "zależność", spróbuj raczej mówić o trudnościach w prowadzeniu samodzielnego życia, które pojawiają się z wiekiem. Nie mów też, że chcesz pomóc seniorom, ale skup się raczej na tym, co Innowacja oferuje (m.in. dłuższe pozostanie niezależnym, jest ciekawym sposobem na spędzenie czasu, poznanie nowych ludzi). Odbiorcą ostatecznym, któremu innowacja próbuje pomóc jest osoba starsza zależna, której nie samodzielność powiązana jest z czynnościami zakupowymi. Zakupy są ważnym elementem zdrowia psychicznego i fizycznego. Są obowiązkiem, pozytywnie wpływającym na samopoczucie, i będącym pretekstem do aktywności ruchowej i wyjścia z domu. Wokół seniorów zależnych często krąży tabu. Ich kontakt z innymi seniorami jest ograniczony. Wstyd przed rosnącymi słabościami odcina ich od społeczeństwa. Niedostosowane środowisko zmusza do zmian, które mogą być trudne do zaadaptowania np. ze względu na brak windy przeprowadzenie się w nowe miejsce, gdzie nikogo się nie zna. Zaufanie nowym osobom, otwarcie się na społeczność, przywyknienie do nowych miejsc, wymagać będzie odwagi i przełamywania własnych barier.



Przywyknięcie do nowego przedmiotu ze wspomagającymi systemami może dla seniora początkowo stanowić wyzwanie, ale po pokonaniu lęku senior może zyskać wręcz nowe życie: nowe środowisko, nowi znajomi, może przyjaciele, nowe tematy do rozmów zarówno w mikrospołeczności jak i szerzej, z rodziną, innymi znajomymi, ludzie zaczepiają na ulicy, w markecie, gazety piszą, radio nadaje. Senior będący częścią Innowacji może o niej wiele opowiedzieć, a słuchany z zaciekawieniem poczuje się ważny, mądry, nawet nowoczesny i odważny.

13. Poproś zebrane na spotkaniu osoby zainteresowane innowacją o zastanowienie się kto z sąsiadów mógłby potrzebować pomocy i odwiedzenie go zapraszając jednocześnie do dołączenia do społeczności innowacji.

Rady dla odwiedzającego seniora o
zaawansowanej zależności:

Znajdź czas - Przygotuj się do spotkania, pomyśl ile takie spotkanie może trwać. Może się zdażyć, że senior zależny odwoła spotkanie, np.przez słabe samopoczucie. Nie odbieraj tego jako porażki, nie zrażaj się.

Nie oceniaj - Każdy może mieć inne zdanie na dany temat. Daj wolność w podejmowaniu decyzji. Nie wymagaj dużego zaangażowania, ale spróbuj przekonać do idei innowacji. Możesz wręczyć seniorowi zależnemu broszurę.

Szanuj - Bądź cierpliwy. Unikaj sformułowań typu „a nie mówiłam”, „nie pamiętasz?”, „już o to pytałeś”. Miej na uwadze, że innowacja może zupełnie nie spodobać się seniorowi zależnemu. Osoby o mniejszym kontakcie ze

światem zewnętrznym mogą mieć problemy w zaakceptowaniu dużych zmian.

Najlepiej prowadzić rozmowę tak, by małymi krokami zmotywować seniora zależnego do działania.

14. Celem innowacji jest pomoc seniorom zależnym, zarówno w zakupach jak i poprawiając ich zdrowie psychiczne, dzięki stworzeniu sieci seniorów współtworzących innowację. Poproś obecnych na spotkaniu seniorów o pomoc w dotarciu do osób, którym Torba Borba mogłaby się przydać. Najbardziej skutecznym nośnikiem informacji i zapraszania seniorów do udziału jest tzw. 'poczta pantoflowa' rozprzestrzeniania przez seniorów wśród przyjaciół, znajomych z widzenia, sąsiadów, członków rodziny. Animator i organizacja inicjująca innowację wspierają seniorów w ich działaniach na rzecz innowacji, seniorzy mogą uzyskać tu wsparcie i rady.

15. Przedstaw harmonogram i tematykę następnych spotkań. Spytaj, czy wybrane przez ciebie terminy i pory spotkań są korzystne, czy nie kolidują z wycieczkami lub innymi wydarzeniami.

Pytania od uczestników. Pamiętaj, że nie musisz odpowiadać na wszystkie pytania na pierwszym spotkaniu, szczególnie jeśli dotyczą one kwestii technicznych lub modelu współdzielenia. Zapewnij jednak seniorów, że będą o wszystkim dobrze poinformowani w odpowiednim momencie projektu. Zachęć do przyścia na następne spotkanie. Podkreśl, że ich obecność jest ważna. Poproś o poinformowanie osób, które mogłyby być zainteresowane Innowacją.

Pojawienie się na następnym spotkaniu nie jest zobowiązaniem. Spotkania będą urządzone tak długo, jak grupa będzie potrzebowała, żeby czuć się dobrze w swoim towarzystwie i żeby każdy senior potrafił bez problemu używać Torby Borby. Jeszcze raz powiedz, że udział w projekcie jest bezpłatny.



Ramowy plan szkolenia

Plik pdf. będący slajdami do prezentacji podczas spotkania znajduje się w folderze Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji -> prezentacje multimedialne

Cel spotkania: pokazanie seniorom, na czym polega współdzielenie, wstępne wyłonienie osób starszych zależnych - poznanie profili uczestników, wyłonienie osób chętnych do udziału w projekcie, integracja

Animatorzy: 2-3 (minimum tyle, ile grup utworzonych do przeprowadzenia gry planszowej, będącej elementem spotkania)

Czas przygotowania: 4 godziny (przygotowanie prezentacji, przygotowanie sali, przygotowanie materiałów do gry i zrozumienie jej zasad)

Czas realizacji: 2-3 godziny

Wymagane kompetencje/umiejętności prowadzącego: umiejętność pracy z grupą, głośne i wyraźne mówienie, komunikatywność, zrozumienie zasad gry, zrozumienie Innowacji (czym jest, jak działa, do kogo jest skierowana, jakie ma funkcje), mile widziane doświadczenie w pracy z seniorami.

Potrzebne narzędzia i materiały: sala, wygodne krzesła, stoły (tyle, ile grup) dokumenty do wypełnienia (jeśli dotyczy), do wypełnienia dokumentów: długopis dla każdego uczestnika + stoliki/twarde teczki (do podłożenia),

Do wyświetlenia prezentacji: komputer + rzutnik + ekran/jasna ściana lub duży telewizor;

Poczęstunek: woda, soki, ciasta, ciasteczka, talerzyki, sztućce, kubki i serwetki;

W przypadku upałów pomocna będzie klimatyzacja lub wentylator;

Aparat/smartfon do dokumentacji spotkania;

Elementy gry podzielone na zestawy dla każdej grup.

Spotkanie 2 integracyjne

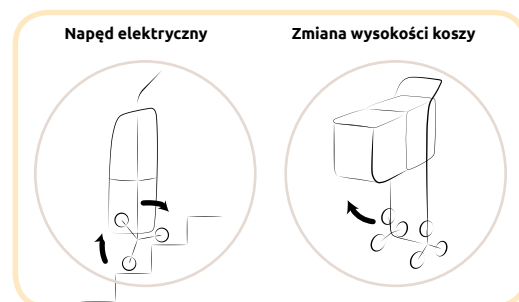
Na tydzień przed spotkaniem animator ma za zadanie: rozwieszenie plakatów (za pozwoleniem np. w: lokalnej piekarni, warzywniaku itp; zapraszanie na spotkanie poprzez: Facebooka, pocztę pantoflową, chodzenie na spotkania różnych grup senioralnych; osobiste zaproszenie seniorów na spotkanie; przygotowanie się na pytania seniorów. - drukowanie, wycinanie itp. : druk mapy; druk dokumentów; druk fotosortu; druk karteczek.

Pliki do druku znajdziesz w folderze

Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji

Tuż przed spotkaniem: zakup ciasta i soków; talerzyki, widelce, serwetki; przygotowanie sali: stoły, krzesła, poczęstunek, komputer + rzutnik, powieszenie mapy, długopisy dla wszystkich seniorów.

TORBA BORBA



1. Przywitaj przybyłych na spotkanie, zwróć uwagę na nowych seniorów jeśli ktoś dołączył. Podkreśl, jak ważne jest zapraszanie znajomych do dołączenia do grupy Torby Borby.

2. Poinformuj seniorów, jaki jest plan i cel dzisiejszego spotkania. Podkreśl, że to oni, podczas pracy w grupach ustalą zasady, na jakich będą współdzielić torbę. Poinformuj, że zagrają w grę planszową i będą mieli okazję się poznać.

3-4. W paru zdaniach przypomnij seniorom o czym jest innowacja. Opowiedz jeszcze raz o torbie.

Współdzielenie



5. W innowacji ważny jest nie tylko sam przedmiot czyli Torba Borba, ale też sposób użytkowania jej, który jest oparty na współdzieleniu. Przypomnij, że użytkowni torby będzie dla seniorów bezpłatne.

6. Podział na grupy. Pomóż seniorom podzielić się na grupy biorąc za kryterium odległość w jakiej od siebie mieszkają. Z każdą grupą pracować powinien jeden animator. (Kwestia zamieszkania będzie istotna w współdzieleniu wózka, wymianianiem się nim. Senior 'zapisany na torbę' we wtorek, może odebrać ją od sąsiada, który korzystał z niej w poniedziałek itd. Istotna jest też sprawność fizyczna seniorów w zmierzeniu z warunkami mieszkaniowymi takimi jak schody/ dostęp do windy. Każda grupa zasiada przy swoim stole, krzesła ustawione dookoła stołu, jeśli możliwe - okrągłe stoły. Zestaw materiałów na każdą grupę: fotosort, plansza, pionki, harmonogram współdzielenia. Na stolikach poczęstunek.

7. Kiedy seniorzy zajmą miejsca, rozpocznij pracę w grupach. Zaproś do dobrej zabawy.



Ta część spotkania ma służyć zapoznaniu się, a także pomóc animatorom poznać profile seniorów. To etap tworzenia bazy informacji dla animatora do budowania wspólnoty.

Materiały: zdjęcia podzielone na dwie grupy: aktywność i problemy.

Runda 1 - Integracja i wstępne określenie sprawności fizycznej uczestników.

Każdy senior wybiera zdjęcie z aktywnością, z którą się utożsamia. Zdjęcia przedstawiają różne formy aktywności np. sport, tv, gotowanie itp. Uczestnik wybiera zdjęcie i używając go, mówi coś o sobie. Animator dopytuje, ożywia rozmowę np. czy uprawia dany sport czy kiedyś go uprawiał. Ta runda ma być przyjemna i ma pomóc ustalić, jak sprawna jest dana osoba.



Runda 2 - Określenie 'trudności dnia codziennego' uczestników, wstępne wyłonienie osób zależnych.

Z drugiej puli zdjęć seniorzy wybierają takie, które pokazuje ich problemy w robieniu zakupów, lub co ogólnie przeszkadza im w życiu. Na zdjęciach są np. schody, upały, tabletki itp. Taki wstęp ma na celu ustalenie, czy w danej grupie jest osoba mająca trudności z samodzielnym życiem. Animatorka stara się przy pomocy zdjęć nakłonić do rozmów. Trzeba dać się wypowiedzieć każdej osobie w grupie. Każdy powinien wybrać swoje zdjęcie, z każdej puli i o nim opowiedzieć. Jeśli ktoś nie chce mówić, nie naciskaj, ale dopytuj kulturalnie, czy może coś innego o sobie powiedzieć. Animator jest czujny i zapamiętuje lub zapisuje odpowiedzi uczestników.



Gra we współdzielenie będąca elementem pakietu innowacji pomaga w zrozumieniu idei współdzielenia w innowacji TORBA BORBA, oswaja seniorów z tematem współdzielenia, który często źle im się kojarzy ze względów historycznych. Podczas gry seniorzy poznają się i uzgadniają zasady wypożyczania wózka. Materiały:

Plansza do gry - wydrukować należy na formacie A3.

Pionki do wydrukowania na drukarkach 3D (np. w przestrzeni prototypowania Fablab).
karta/pionek Torba Borba do wydrukowania na drukarkach 3D

wydrukowana część mapy, która posłuży animatorowi, tak, żeby mógł pomóc seniorom w ustalaniu zasad wymiany torbą;

karty z dniami tygodnia;

karta plus (oznacza, że osoba potrzebuje, żeby ktoś z nią poszedł na zakupy lub dostarczył jej wózek). Na kartę będą nakładane 3 ikonki oznaczające:

1. Pomoc od osoby z placówki (tzn., że osoba nie ma opiekuna, ani nikogo, kto by z nią poszedł i trzeba taką pomoc zorganizować)
2. Pomoc znajomego (opiekun, wnuczek koleżanka)
3. Pomoc osoby z grupy współdzielącej. strzałki, którymi będzie oznaczana kolejność przekazywania Torby Borby i droga jaką będzie przechodził dostarczający Torbę.



Runda 1.

Senior/ka wybiera pionek. Kładzie go na planszy na oknie w miejscu, które umownie opisuje jego miejsce zamieszkania. (Np. okno na parterze w bloku 4-piętrowym). W zależności od wyposażenia bloku, dodajemy ikonkę windy lub schodów. Seniorzy ustalają między sobą dni, w które będą robić zakupy. Do swojego pionka seniorzy dobierają kartkę z dniem tygodnia. Animatorka pomaga im ustalić harmonogram. Jeśli dwie osoby chcą robić zakupy tego samego dnia, ustalają między sobą godziny i animatorka dodaje dodatkową karteczkę z dniem tygodnia. Przy pomocy strzałek uzgadniają, kto komu przekazuje wózek. Animatorka gra pionkiem osoby starszej zależnej, ma kartę z opisem tej osoby.

Runda 2.

Kolejna runda pomaga ustalić dokładniej sposób przekazywania wózka. Jeśli osoba sama odbiera wózek od poprzednika strzałka jest pojedyncza. Jeśli senior nie jest w stanie odebrać wózka sam, a jego poprzednik może mu go dostarczyć, strzałka jest w dwie strony. Jeśli ktoś potrzebuje pomocy w zakupach dodajemy kartę z plusem, na którym piszemy, kto pomoże tej osobie: 1 - ktoś z grupy, 2 - znajomy spoza grupy, 3 - ktoś z placówki. Animatorka opisuje osobę starszą zależną i próbuje dowiedzieć się, czy ktoś z grupy byłby chętny jej pomóc. Zapisuje na karteczce.

Runda 3.

W trzeciej rundzie seniorzy mówią, gdzie mieszkają i czy faktycznie w tej grupie są w stanie współdzielić torbę oraz czy jeżdżą komunikacją miejską i gdzie robią zakupy. Animatorka zapisuje te informacje na karteczkach animatorka. Zaznaczają wspólnie punkty na mapie i próbują ustalić, czy dałoby się w danej grupie współdzielić wózek, czy byłoby to za trudne. Animatorka dopytuje, jak daleko może mieszkać osoba zależna, żeby byli w stanie jej pomóc. Pyta, czy znają taką osobę blisko swojego miejsca zamieszkania i czy mogliby włączyć ją do grupy.

Oczekiwanie na Torbę Borbę

Równoległe z przeprowadzaniem cyklu spotkań, animator ma za zadanie zamówienie torby u wykonawcy.

Rady dla animatora: Należy 'pilnować' wykonawcy. Zarówno terminu jak i jakości. Od początku do końca trwania zlecenia.

Do wykonania torby TB potrzebne będzie znalezienie wykonawcy

- do konstrukcji (gięcie rur aluminiowych, spawanie, frezowanie, montaż..)
- do uszycia elementów z tkaniny
- do napędu elektrycznego

Wykonawcom należy dostarczyć pliki znajdujące się w folderze:

Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji -> torba



Spotkanie podczas oczekiwania

Podczas gdy wykonawca pracuje nad wózkiem, animator utrzymuje grupę. W ramach tego, przeprowadza dwa spotkania (jeśli czas dostarczenia wózka przez wykonawcę wzrośnie, animator musi zareagować kolejnym spotkaniem z grupą lub inną aktywnością).

SPOTKANIA

Forma i treść spotkań zależy od animatora.

personalizacja - Animator zapewni grupie możliwość personalizacji wózka w porozumieniu z wykonawcą. Może to być możliwość wspólnego wyboru koloru materiału, umiejscowienie, ilość i wielkość kieszonek (na portfel, na gazetę) ...

spotkanie relacja - Spotkanie informujące grupę o pracach nad wózkiem. Zalecane pokazanie seniorom zdjęć z produkcji, może nawet wycieczka do wykonawcy? Decyzja animatora.

Ramowy plan szkolenia

Plik pdf. będący slajdami do prezentacji podczas spotkania znajduje się w folderze Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji -> prezentacje multimedialne

Cel spotkania: nauczanie seniorów obsługi Torby Borby, omówienie dokumentów do wypożyczania jej

Animatory: 1

Czas przygotowania: 1 godzina (przygotowanie poczęstunku i sali)

Czas realizacji: 2 godziny

Wymagane kompetencje/umiejętności prowadzącego: umiejętność pracy z grupą; głośne i wyraźne mówienie; komunikatywność; zrozumienie Innowacji (czym jest, jak działa, do kogo jest skierowana, jakie ma funkcje); mile widziane doświadczenie w pracy z seniorami.

Potrzebne narzędzia i materiały: sala; wygodne krzesła;

poczęstunek: woda, soki, ciasta, ciasteczka, talerzyki, sztućce, kubki i serwetki;

w przypadku upałów pomocna będzie klimatyzacja lub wentylator; aparat/smartfon do dokumentacji spotkania; kartki z tabelą na wpisanie harmonogramu.

Spotkanie 3 instruktażowe

Przywitanie

Krzesła ułożone w półokręgu, tak żeby każdy widział siebie nawzajem, a także torbę.

Powitaj zebranych. Przypomnij tematy poprzednich spotkań. Przedstaw harmonogram i cel tego spotkania.

Zaprezentuj działanie Torby Borby.

Ta część będzie trwała minimum 30 min. Cierpliwie odpowiedź na pytania i daj każdemu poprowadzić torbę. Rozdaj instrukcje obsługi, które znajdują się w materiałach innowacji, zaprezentuj działanie torby, zaprosz do testowania.

Przerwa, przygotowanie do kolejnej części spotkania.

Seniorzy odpoczywają na poczęstunku, animator ustawia stoliki tak, aby dobrze pracowało się wspólnie nad ustalaniem harmonogramu (animator widoczny dla każdego obecnego, np. wokół stołu).

Przyszykuj materiały: kartki z dniami tygodnia (pozostałe z gry we współdzielenie), harmonogram wydrukowany na formacie A3, ustaw tablicę z dużą kartką do zapisywania pomysłów, jeśli masz taką, jeśli nie, przygotuj miejsce na własne notatki.



Ramowy plan szkolenia

Ustalenie harmonogramu.

Usiądź razem z seniorami przy stole i ustalcie harmonogram przekazywania Torby w ramach jej współdzielenia. Osoby wypożyczające torbę będą musiały podpisać umowę wypożyczenia i regulamin użytkowania. Są to materiały dla palcówki. Są przygotowane w całości przez innowatorki, w konsultacji z prawnikiem, na potrzeby projektu. Pliki do druku znajdziesz w folderze Innowacja Torba Borba -> Pakiet Innowacji -> umowa, regulamin, harmonogram, instrukcja

Celem spotkania jest stworzenie, co najmniej jednej, grupy składającej się z 6 seniorów w tym 2-3 seniorów zależnych.

Omówienie metody wypożyczania

Grupa seniorów, by wypożyczyć torbę, musi złożyć podpisany przez wszystkich członków grupy harmonogram, umowę i regulamin wypożyczania.

Rozdaj każdemu kopię dokumentów. Przejrzyj je razem z seniorami, odpowiedź na pytania. Zapytaj czy chcą, abyś przeczytał/a cały regulamin czy omówił/a najważniejsze według Ciebie punkty. Przeczytaj na głos całą umowę wypożyczenia i razem, w grupie wypełnijcie całą krok po kroku.

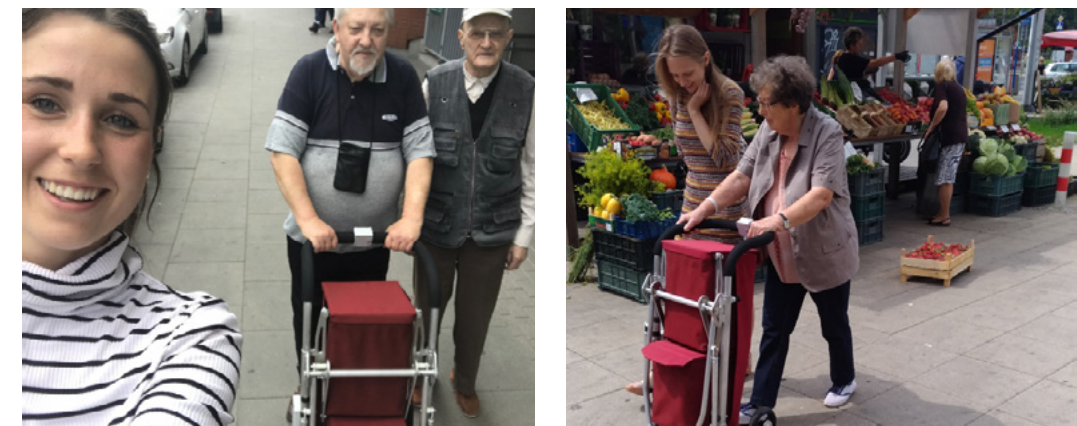
WAŻNE: Jeżeli pojawi się więcej niż 6 osób w jednej grupie, ustal, w danym, wybranym dniu, różne godziny zakupów dopasowując je do możliwości animatorów, tak aby w razie potrzeby animator mógł wyjść razem z seniorem na zakupy.

Pytania od uczestników.

Podziękowanie i zamknięcie spotkania. Zachęć seniorów do przychodzenia do placówki i spotkań w grupie TORBY BORBY, oraz ponownie poproś ich o poinformowanie osób, które mogłyby być zainteresowane Innowacją.

Spotkanie 3 instruktażowe

Przy każdym pierwszym korzystaniu z torby przez seniora, animator udaje się na zakupy wraz z nim. Animator upewnia się tym sposobem, że senior wie jak korzystać z torby i, że nie będzie to dla niego niebezpieczne. Wspólne wyjście może być krótkie, ale zaleca się przetestowanie różnych sytuacji, które senior planuje robić w przyszłości korzystając z torby sam, np. pokonywanie schodów, przejście po torach tramwajowych, wąskie wejście, manewrowanie na bazarze etc. Seniorzy, udając się na zakupy z Torbą Borbą mogą dobierać się w pary.



Wspólne wychodzenie na zakupy niesie wiele korzyści. Daje możliwość rozmowy, buduje relacje międzyludzkie. Seniorzy korzystający z prototypu torby wymyślali jak wygodnie będzie im jej używać. Powstało wiele ciekawych pomysłów na współdzielenie np. „jedna torba moja, druga twoja” (kosz górnym, kosz dolny). Na początku działania innowacji, animator jest w częstym kontakcie z grupą seniorów. Sprawdza, czy uczestnicy są zadowoleni z wybranego modelu współdzielenia, pomaga i wyjaśnia jeśli są pytania lub kłopoty. Zachęca, aby seniorzy włączali nowe osoby do grupy. Po początkowym okresie działania innowacji, animator nadal dba o to, by seniorzy wymieniali się torbą w sposób wspólnie ustalony. Jest osobą, do której seniorzy mogą się zwrócić, w przypadku awarii, czy problemów w dopełnieniu harmonogramu wypożyczania. Co jakiś czas jeśli do grupy dołączy nowa osoba, służy pomocą, wiedzą, wyraża zainteresowanie.

Autorzy innowacji

Projekt Torby Borby
Ewa Hiller, Magdalena Katana
współpraca
Aleksander Margolis,
Jarosław Bartoszek
Animacja i koordynacja spotkań
Paula Matjakowska
współpraca
Olga Sowa, Paulina Wróbel

Projekt powstał w ramach konkursu
Generator Innowacji Sieci Wsparcia,
zorganizowanego przez Towarzystwo
inicjatyw twórczych "e"

Kontakt

facebook.com/innowacjatorbaborba/
innowacjatorbaborba@gmail.com
ewahiller@asp.waw.pl
katanamagdalena@gmail.com



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

