

"Lodołamacz stereotypów i samotności"

MODEL

Innowacja Społeczna realizowana od 22 maja 2018r. do 21 listopada 2018r.
przez



Stowarzyszenie „Karuzela”
Ul. Cicha 8/10/161 26-600 Radom
KRS 0000 293451

Część I O Projekcie

1.	DEFINICJE ZAWARTE W MODELU KONCEPCJI	3
2.	CZYM JEST PROJEKT „CHCEMY PRACOWAĆ - INNOWACJE W ZAKRESIE USŁUG OPIEKUŃCZYCH DLA OSÓB ZALEŻNYCH?	4
3.	POTRZEBA ZASTOSOWANIA TESTOWANEJ INNOWACJI SPOŁECZNEJ	5
4.	REALIZATOR INNOWACJI SPOŁECZNEJ	6

Część II O Innowacji Społecznej „Lodolamacz Stereotypów I Samotności”

1.	CZYM JEST – INNOWACJA SPOŁECZNA „LODOŁAMACZ STEREOTYPÓW I SAMOTNOŚCI”	10
2.	POTRZEBY UCZESTNIKÓW INNOWACJI SPOŁECZNEJ- LUDZI STARSZYCH, OPIEKUNÓW DZIECI, ORAZ DZIECI NIEPEŁNOSPRAWNYCH.....	10
3.	CHARAKTERYSTYKA INNOWACJI SPOŁECZNEJ „LODOŁAMACZ STEREOTYPÓW I SAMOTNOŚCI”	14
4.	MOŻLIWOŚĆ WDROŻENIA ROZWIĄZANIA W INNYCH PODMIOTACH	15
5.	OGRANICZENIA W ZASTOSOWANIU ZAPROPONOWANEJ INNOWACJI	15
6.	ANALIZA RYZYKA	16
7.	GRUPA ODBIORCÓW	16
8.	PLANOWANE DZIAŁANIA PRZY REALIZACJI INNOWACJI.....	18

Część III Przygotowania Do Testowania Innowacji Społecznej I Sposób Jej Realizacji

1.	REKRUTACJA PRACOWNIKÓW	20
2.	REKRUTACJA UCZESTNIKÓW	26
3.	ZAKUP MATERIAŁÓW DLA UCZESTNIKÓW INNOWACJI SPOŁECZNEJ	34
4.	ZAKUP KSIĄŻEK – PORADNIKÓW	34
5.	HARMONOGRAM DZIAŁAŃ ETAPU PRZYGOTOWAWCZEGO	35

Część IV O Działaniach W Innowacji Społecznej „Lodolamacz Stereotypów I Samotności”

1.	WARSZTATY DLA OSÓB STARSZYCH	36
☐	<i>Pomoc Sąsiedzka I Wolontariat</i>	<i>36</i>
☐	<i>Poczucie Własnej Wartości I Motywacja</i>	<i>38</i>
☐	<i>Warsztaty Aktywizujące Społecznie</i>	<i>40</i>
☐	<i>Warsztaty Nt. Specyfiki Funkcjonowania Osób Ze Spektrum Autyzmu, Adhd I Podobnymi.....</i>	<i>41</i>
2.	WARSZTATY DLA OPIEKUNÓW OSÓB ZALEŻNYCH	42
☐	<i>Pomoc Sąsiedzka I Wolontariat</i>	<i>43</i>
☐	<i>Poczucie Własnej Wartości I Motywacja</i>	<i>44</i>
☐	<i>Warsztaty Aktywizujące Społecznie</i>	<i>46</i>
☐	<i>Elastyczne Formy Zatrudnienia</i>	<i>47</i>
3.	WARSZTATY Z KREOWANIA WŁASNEGO WIZERUNKU	48
☐	<i>Warsztaty Kosmetyczne</i>	<i>48</i>
☐	<i>Warsztaty Podologiczne</i>	<i>49</i>
☐	<i>Warsztaty Ze Stylistą</i>	<i>51</i>
☐	<i>Warsztaty Z Autoprezentacji Z Wykorzystaniem Nagrań</i>	<i>52</i>
4.	SPOTKANIE WARSZTATOWO-INTEGRACYJNE	54
5.	WSPARCIE INDYWIDUALNE Z DORADCĄ ZAWODOWYM	56
6.	WSPARCIE INDYWIDUALNE COACHEM	57
7.	TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH.....	61
8.	WYJAZD WARSZTATOWO-INTEGRACYJNY	69
9.	UDZIAŁ W KONFERENCJI PODSUMOWUJĄCEJ	71
10.	HARMONOGRAM DZIAŁAŃ	74

Część V Podsumowanie

1.	O INNOWACJI SPOŁECZNEJ	77
2.	OŚIĄGNIĘTE REZULTATY REALIZACJI INNOWACJI SPOŁECZNEJ	78
3.	PROBLEMY ZWIĄZANE Z TESTOWANIEM INNOWACJI SPOŁECZNEJ	78
4.	WNIOSKI Z PRZEPROWADZONEJ INNOWACJI SPOŁECZNEJ	79

CZĘŚĆ VI WYKAZ WYBRANYCH DOKUMENTÓW PRZYGOWOWANYCH DO TESTOWANIA INNOWACJI

82

CZĘŚĆ I

O PROJEKCIE

1. Definicje zawarte w modelu innowacji społecznej

Europejski Fundusz Społeczny (EFS) – Europejski Fundusz Społeczny (EFS) jest jednym z pięciu głównych funduszy, poprzez które Unia Europejska wspiera rozwój społeczno-gospodarczy wszystkich krajów członkowskich. Jego zasoby finansowe inwestuje się w ludzi. Szczególnie tych, którzy mają trudności ze znalezieniem pracy¹

Innowacje społeczne – „są to nowe działania społeczne, mające na celu polepszenie jakości życia osób, narodów, całych społeczności. Owa nowość może wynikać z wprowadzania unikalnych rozwiązań, ale także z faktu wdrożenia już znanego rozwiązania, występującego w nowym kontekście społecznym. Za innowację społeczną uznaje się także popularyzowanie i upowszechnianie zmian innowacyjnych. Zgodnie z definicją Narodowego Centrum Badań i Rozwoju innowacje społeczne to „rozwiązania, które równocześnie odpowiadają na zapotrzebowanie społeczne, jak i powodują trwałą zmianę w danych grupach społecznych. Te rozwiązania mogą wiązać się z innowacyjnymi produktami, usługami bądź procesami, które umożliwiają odmienne rozwiązywanie typowych problemów społecznych”. Także wiele innych definicji ściśle wiąże innowacje społeczne z rozwiązywaniem problemów społecznych. Przy innowacjach społecznych kluczowe staje się więc rozpoznanie problemów społecznych i dedykowanie im programów, pozwalających na zmiany o trwałym charakterze”²

Innowacja Społeczna – to realizacja działań zgodnych z niniejszym Modelem Koncepcji realizowanych pod nazwą "Lodołamacz stereotypów i samotności"

Realizator Innowacji Społecznej – Stowarzyszenie „Karuzela” KRS 0000 293451

Osoba starsza – to osoba powyżej 60-go roku życia

Osoba zależna – to osoba wymagająca stałej opieki ze względu na stan zdrowia i/lub wiek

Opiekun osoby zależnej – to opiekun osoby wymagającej stałej opieki ze względu na stan zdrowia i/lub wiek.

¹ źródło <http://www.funduszeuropejskie.gov.pl/efs/>

² źródło <http://chcemypracowac.umradom.pl/faq.html>

2. Czym jest projekt „Chcemy pracować - innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych?

Projekt „Chcemy pracować – Innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” realizowany jest przez Gminę Miasta Radomia, Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej z siedzibą w Radomiu przy ul. Jana Kilińskiego 30, 26 – 600 Radom.

Projekt wdrażany ramach IV Osi Priorytetowej Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (Działanie 4.1: Innowacje społeczne), na zlecenie Ministerstwa Rozwoju, współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Celem innowacji społecznej jest poprawa jakości usług społecznych - opiekuńczych dla osób zależnych w następujących obszarach:

- Potrzeba wsparcia rodziców i opiekunów osób niepełnosprawnych intelektualnie, zwłaszcza po zakończeniu udziału tych ostatnich w systemie edukacji. Poza systemem kształcenia formalnego brakuje miejsc opieki instytucjonalnej nad takimi osobami. Prowadzi to do sytuacji, w której opiekunowie osób niepełnosprawnych rezygnują z pracy zawodowej i życia osobistego na rzecz opieki nad nimi.
- Usługi opiekuńczo — asystenckie w miejscu zamieszkania dla niepełnosprawnych osób dorosłych, pozbawionych możliwości wsparcia ze strony rodziny (aby uniknąć umieszczania w instytucjonalnych formach opieki np. DPS). W szczególności występuje potrzeba organizacji zabezpieczenia prawno-organizacyjnego dla osób zależnych na wypadek zniedołężnienia lub śmierci ich rodziców albo opiekunów, a także wprowadzania rozwiązań środowiskowych w tym zakresie.
- Usługi asystenckie dla osób z niepełnosprawnością w zakresie wybranych czynności z życia społecznego i obywatelskiego, np. dla osób niepełnosprawnych ruchowo, wzrokowo czy umysłowo, które są samodzielne w codziennych czynnościach samoobsługowych, ale z uwagi na swoje ograniczenia muszą szukać pomocy np. przy zapoznawaniu się z niektórymi dokumentami, ich redagowaniu, wypełnianiu formularzy urzędowych i innych czynnościach biurowych.

- Potrzeba zapewnienia efektywnych ekonomicznie rozwiązań organizacyjnych w zakresie opieki nad osobami starszymi w miejscu ich zamieszkania, np. z zakresu wolontariatu i pomocy sąsiedzkiej w celu umożliwienia ich opiekunom aktywności zawodowej i społecznej.³

3. Potrzeba zastosowania testowanej innowacji społecznej

Istotnym problem w zakresie usług opiekuńczych jest niska aktywność społeczna i zawodowa opiekunów osób z niepełnosprawnościami i osób zależnych, a także osób starszych, które mimo wieku mogłyby dzielić się swoimi kompetencjami, doświadczeniami i czasem. Z uwagi na wsparcie socjalne rodziców dzieci z niepełnosprawnościami i ustawowe wytyczne dotyczące zasad korzystania z tego wsparcia/zasiłku opiekunowie rezygnują z aktywności zawodowej i społecznej na rzecz opieki nad dzieckiem. Na skutek tego stają się bardziej bierni, częściej popadają w bezradność i zamykają się na życie społeczne a pojawiające się problemy muszą rozwiązywać w osamotnieniu.

Ograniczając kapitał relacji, kontaktów społecznych rodzice dzieci z zaburzeniami rozwojowymi powielają wyuczone schematy radzenia sobie w trudnych sytuacjach, a często nieradzenia sobie z trudnościami, przez co potęgują bierność i bezradność, co w konsekwencji prowadzi do błędnego koła powielanych trudności i wyuczonej bierności i bezradności kolejnego pokolenia, co gorsze wszystkich członków rodziny, także tych, które mogłyby efektywnie funkcjonować. Pokazują to zarówno wyniki badań osób zależnych i ich opiekunów, jak i dane statystyczne GUS oraz doświadczenia członków stowarzyszenia. W Polsce od kilkunastu lat rośnie udział osób starszych w populacji. Na skutek poprawy warunków bytu ludności, wydłuża się średnia długość życia Polaków. Źródłem wiedzy do powyższych konkluzji jest analiza funkcjonowania środowiska rodzin z dziećmi z niepełnosprawnościami, z którymi Stowarzyszenie Karuzela- pomysłodawca od lat współpracuje oraz dane Głównego Urzędu Statystycznego. Ponadto dostępne analizy Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Raporty instytucji publicznych publikowane w Biuletynach Instytucji Publicznych dostępnych online.

³ źródło <http://chcemypracowac.umradom.pl/>

Podopieczni Stowarzyszenia „Karuzela” to rodziny wychowujące dzieci z trudnymi zachowaniami takimi jak autyzm czy ADHD. Kształtowanie prawidłowych postaw i prawidłowych zachowań społecznych u dzieci wymaga ogromnego zaangażowania całej rodziny. Rodzice całe dnie pochłonięci są opieką, edukacją, terapią i rehabilitacją swoich dzieci. Osoby starsze zazwyczaj nie uczestniczą w tym procesie. Nie rozumieją potrzeby intensywnego wsparcia dzieci, zwłaszcza niepełnosprawnych, a brak poświęcanego im czasu odbierają jako odrzucenie. Osoby starsze, które nie utrzymują kontaktów międzypokoleniowych, odczuwają deficyty psychofizyczne i społeczne. Przekłada się to na smutek i żal co skutkuje pogorszeniem się zdrowia psychicznego i fizycznego osób starszych. Powolny wzrost przygnębienia skutkuje wycofywaniem się z życia społecznego. Aktywność spada do niezbędnego minimum

4. Realizator Innowacji Społecznej

Stowarzyszenie Karuzela to profesjonalna organizacja założona przez rodziców dzieci z ADHD, Zespołem Aspergera i autyzmem. Działa od 2007 na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami.

Priorytetowym celem działalności stowarzyszenia jest specjalistyczna i kompleksowa pomoc dzieciom i młodzieży, szczególnie niepełnosprawnej, z trudnościami w zachowaniu, dostosowaniu się do norm i zasad społecznych swojego środowiska, poprzez wszechstronne działania ukierunkowane na wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży oraz na poprawę funkcjonowania społecznego całej rodziny.

W 2011 r. stowarzyszenie utworzyło pierwszą placówkę. Od tego czasu, w odpowiedzi na potrzeby podopiecznych, oferta pomocy stale się powiększa.

Obecnie w ramach **systematycznych** działań Stowarzyszenie Karuzela prowadzi :

- **Poradnię leczniczą**

Stowarzyszenie, jako jedyna placówka w Radomiu, oferuje diagnozę **ADHD oraz innych zaburzeń**. Diagnozę przeprowadza zespół w składzie: psychiatra dziecięcy, psycholog, pedagog i w razie konieczności inni specjaliści.

- **Niepubliczną Poradnię Specjalistyczną**

Stowarzyszenie zapewnia **wczesne wspomaganie rozwoju dziecka**. Są to bezpłatne zajęcia terapeutyczne mające na celu pobudzanie rozwoju psychofizycznego i społecznego dzieci niepełnosprawnych.

Stowarzyszenie zabezpiecza dzieciom pomoc terapeutyczną poprzez udział w **zajęciach terapeutycznych**, które w danym momencie rozwoju przyniosą najkorzystniejsze efekty, takich jak: zajęcia psychologiczne, pedagogiczne, logopedyczne, Integracji Sensorycznej, gimnastyki korekcyjnej i inne.

- **Integracyjne Punkty Przedszkolne**

Stowarzyszenie prowadzi 3 punkty przedszkolne adresowane do dzieci niepełnosprawnych z trudnościami społecznymi. Zajęcia w placówkach prowadzone są przez nauczycieli i terapeutów. Dzięki czemu, prócz edukacji, dzieci zapewnione mają specjalistyczne zajęcia sprzyjające ich rozwojowi. Uczęszczają tu dzieci z autyzmem, ADHD, z porażeniem mózgowym, dystrofią mięśni, dzieci z orzeczeniem o potrzebie specjalnego kształcenia. Pobyt dzieci niepełnosprawnych w placówkach bezpłatny.

Dodatkowo, w **ramach działalności statutowej**, stowarzyszenie prowadzi także:

- **Cotygodniowe spotkania grupy wsparcia**

to spotkania rodziców, mających problemy wychowawcze, lub trudności we współpracy ze szkołą. Jest to miejsce do wymiany doświadczeń, wiedzy w zakresie metod i sposobów wychowawczych, placówek wsparcia i leczenia. Najważniejszy jest fakt, że często dla osoby przychodzącej pierwszy raz na spotkanie jest to jedyne miejsce, gdzie spotyka się z zrozumieniem i akceptacją.

- **Warsztaty i szkolenia dla rodziców i nauczycieli**

prowadzone są przez doświadczonych, znanych i wybitnych specjalistów. Dostarczają rodzicom i nauczycielom wiedzy z zakresu właściwych metod wychowawczych i pracy z dzieckiem niepełnosprawnym w domu i szkole, współpracy pomiędzy szkołą a rodzicem. Wiedza podczas nich zdobyta pomaga zrozumieć chorych, poznać ich punkt widzenia a tym samym potrzeby ich są adekwatnie zaspakajane.

- **Punkt informacji obywatelskiej**

to wyznaczone godziny pracy placówek, gdzie kompetentna osoba udziela podstawowych informacji dotyczących przysługujących uprawnień dla rodzin wychowujących dzieci z trudnościami wychowawczymi i szkolnymi.

- **Kilkudniowe wyjazdy integracyjne, spotkania, pikniki**

podopieczni stowarzyszenia to dzieci i młodzież sprawiająca ogromne problemy wychowawcze. Często nauczyciele nie chcą wziąć odpowiedzialności za zachowanie dziecka na wycieczce i po prostu takie dzieciaki nie mają możliwości uczestnictwa w tego rodzaju imprezach kulturalno - integracyjnych. Stowarzyszenie wypełnia tę lukę organizując wyjazdy, spotkania dla dzieci i młodzieży z trudnymi zachowaniami, tak by mogli odczuć, że są potrzebnymi i wartościowymi ludźmi

- **Treningi umiejętności społecznych**

działanie adresowane do dzieci i młodzieży z trudnościami w zachowaniu i kontaktach społecznych. Dzieci i młodzież znajdują na tych spotkaniach akceptację ze strony terapeutów i uczestników, uczą się pozytywnych zachowań, współdziałania w grupie, akceptacji samych siebie. Efektem działań jest przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu młodych ludzi.

- **Subkonta**

jako Organizacja Pożytku Publicznego stowarzyszenie zakłada i bezpłatnie prowadzi wyodrębnione rachunki dla osób niepełnosprawnych i ich rodzin; osób pozyskujących najczęściej z 1% pieniądze na rehabilitację i terapię dla swoich chorych podopiecznych.

- **Kolonie i turnusy rehabilitacyjne**

Stowarzyszenie okres wakacji przeznacza na rehabilitację społeczną dzieci i młodzieży organizując kolonie, pół kolonie, turnusy rehabilitacyjne.

Stowarzyszenie Karuzela w prowadzonych placówkach edukacyjnych, terapeutycznych i leczniczych obecnie zatrudnia na umowę o pracę ponad 30osób. Są to specjaliści w zakresie kształcenia i wychowywania dzieci: nauczyciele, pedagodzy, oligofrenopedagodzy, psychologzy, logopedzi z doświadczeniem w pracy z dzieckiem niepełnosprawnym. Są to, także psychiatra dziecięcy, neurolog, fizjoterapeuta.

Stowarzyszenie dysponuje lokalem w Radomiu przy ul. Starokrakowskiej 135, gdzie prowadzi placówkę, która posiada wpis do ewidencji placówek niepublicznych, a budynek w którym się znajduje posiada niezbędne odbiory sanepidu i straży pożarnej. Odpowiada normom regulującym pobytu dzieci i młodzieży.

Stowarzyszenie posiada w swoich zasobach niezbędny potencjał techniczny w postaci sprzętu komputerowego oraz zaplecza biurowego, a także wysoki potencjał administracyjno – finansowo – kadrowy.

CZĘŚĆ II

O INNOWACJI SPOŁECZNEJ „LODOŁAMACZ STEREOTYPÓW I SAMOTNOŚCI”

1. Czym jest – innowacja społeczna „Lodołamacz stereotypów i samotności”

Lodołamacz stereotypów i samotności -to model współpracy i integracji środowiska osób starszych tj. pokolenia +60, osób z niepełnosprawnością -osób zależnych w tym dzieci i młodzieży oraz ich opiekunów. Współpraca 3 pokoleń, ze szczególnym uwzględnieniem wymiany doświadczeń między pokoleniem dzieci a pokoleniem osób starszych w ramach Treningu Umiejętności Społecznych jest modelem innowacyjnym, pozwalającym na osiągnięcie trójstronnych korzyści, wynikających ze wzajemnej współpracy i kooperacji. Na rynku usług społ. - opiekuńczych nie istnieją rozwiązania angażujące 3 pokolenia i co kluczowe wspierające dzieci, młode osoby z zaburzeniami a jednocześnie mające na celu przełamywanie stereotypów dotyczących funkcjonowania tychże osób i schematycznego myślenia o nich.

2. Potrzeby uczestników innowacji społecznej- ludzi starszych, opiekunów dzieci, oraz dzieci niepełnosprawnych

W starszym wieku, na skutek zmian w dotychczasowych, podstawowych rolach społecznych, mniej jest naturalnych możliwości zaspokajania potrzeb. Niemożliwość lub ograniczona możliwość zaspokajania swych potrzeb może pociągać za sobą wycofanie się człowieka i przechodzenie w stan oczekiwania. Konsekwencją tego procesu jest samotność społeczna człowieka starszego i ograniczenie jego sprawności społecznej. Z tej samotności społecznej wyłania się potrzeba przystosowanej egzystencji. Potrzeba ta jest zaspokojona wtedy, gdy następuje stan względnej równowagi pomiędzy otoczeniem, środowiskiem człowieka, a jego psychiką. Egzystencja obejmuje zarówno stany oraz zmiany w zakresie zdrowia biologicznego i psychicznego, jak też w zakresie życia społecznego.

Zmienione sytuacje w życiu człowieka starszego, rodzą potrzebę bezpieczeństwa fizycznego i psychicznego. Potrzeba bezpieczeństwa fizycznego jest wynikiem gorszego zdrowia i sprawności ruchowej, gospodarskiej i samoobsługowej. Zagrożenie wynika, więc z faktu, iż w wielu sytuacjach człowiek stary nie może zaspokoić swoich potrzeb podstawowych, co zagraża jego zdrowiu, a nawet życiu. Bezpieczeństwo psychiczne i jego odczuwanie wynika z dwu sfer życia - osobistego i społecznego - oraz takiej jego organizacji, aby zachował się pomiędzy nimi pewien ład, porządek, rytm, tradycja i nawyki. Zmiany wywołują uczucie zagrożenia i narastające niebezpieczeństwo osamotnienia.

Coraz trudniejsze w miarę starzenia się, staje się zaspokojenie potrzeby uznania. Przejście na emeryturę, zmiana pozycji i ról społecznych, osłabienie więzi społecznych nie sprzyjają realizowaniu tej potrzeby. Potrzeba przynależności jest najczęściej realizowana poprzez małe grupy społeczne, jak rodzina i środowisko pracy. Przynależność do grupy daje człowiekowi poczucie własnej wartości, sensu życia, uznania i przydatności. Ważne jest, aby w przewidywaniu nadchodzących zmian w życiu, w sposób świadomy rozszerzać swoje kontakty, przenosząc je na środowisko pozazawodowe i pozarodzinne. Grupy takie będą mogły świetnie zastępować kontakty zawodowe. Takie planowe działanie społeczne, może w znacznym stopniu ułatwić przystosowanie się do starości i dać poczucie ogólnego zadowolenia i sukcesu życiowego.

Możliwości zaspokojenia potrzeb człowieka starego, zarówno biologicznych, jak i psychospołecznych są różnorodne. Jednocześnie jest to proces trudny, wymagający uświadomienia sobie faktu, że potrzeby tkwią w określonej strukturze motywacyjnej człowieka. Nie wystarczy, więc podejmować działania ukierunkowane na określoną potrzebę, związaną treściowo ze swoim przedmiotem. Trzeba pamiętać o konieczności poznania również tych elementów struktury, które wpływają na charakter potrzeb, wartości nadal cenionych motywacji, które popychają do działania i realizowania potrzeb. Stwierdzono, że motywacje stają się coraz słabsze, prawdopodobnie na skutek spadku energii i gorszego działania mechanizmów pobudzenia. Osoby starsze są mniej skłonne do entuzjazmu, wymagają mocniejszych podnieć, zachęty i pomocy przy podjęciu nowej działalności, dlatego też łatwiej rezygnują z rozwiązywania problemu, pracują wolniej i gorzej pokonują trudności.

Z kolei istotnym problem w zakresie usług opiekuńczych jest niska aktywność społeczna i zawodowa opiekunów osób z niepełnosprawnościami i osób zależnych, a także osób starszych, które mimo wieku mogłyby dzielić się swoimi kompetencjami, doświadczeniami i czasem.

Problemem wymagającym systemowego rozwiązania jest na wsparcie socjalne rodziców dzieci z niepełnosprawnościami i ustawowe wytyczne dotyczące zasad korzystania z tego wsparcia/zasiłku. To między innymi w ich wyniku opiekunowie rezygnują z aktywności zawodowej i społecznej na rzecz opieki nad dzieckiem. Na skutek tego stają się bardziej bierni, częściej popadają w bezradność i zamykają się na życie społeczne a pojawiające się problemy muszą rozwiązywać w osamotnieniu.

Ograniczając kapitał relacji, kontaktów społecznych rodzice dzieci z zaburzeniami rozwojowymi powielają wyuczone schematy radzenia sobie w trudnych sytuacjach, a często nieradzenia sobie z trudnościami, przez co potęgują bierność i bezradność, co w konsekwencji prowadzi do błędnego koła powielanych trudności i wyuczonej bierności i bezradności kolejnego pokolenia, co gorsze wszystkich członków rodziny, także tych, które mogłyby efektywnie funkcjonować.

Pokazują to zarówno wyniki badań osób zależnych i ich opiekunów, jak i dane statystyczne GUS oraz doświadczenia członków stowarzyszenia.

Kształtowanie prawidłowych postaw i prawidłowych zachowań społecznych u dzieci wymaga ogromnego zaangażowania całej rodziny. Rodzice całe dnie pochłonięci są opieką, edukacją, terapią i rehabilitacją swoich dzieci. Osoby starsze zazwyczaj nie uczestniczą w tym procesie. Nie rozumieją potrzeby intensywnego wsparcia dzieci, zwłaszcza niepełnosprawnych, a dzieci brak poświęcanego im czasu odbierają jako odrzucenie i stygmatyzację.

Podsumowując należy stwierdzić , iż :

Dominującymi potrzebami osób starszych są:

- ✓ Zwiększenie aktywności społecznej,
- ✓ Zwieszenie sieci kontaktów społecznych,
- ✓ Wzrost poczucia sprawstwa i użyteczności,
- ✓ Wzrost motywacji do działań na rzecz innych osób,
- ✓ Wzrost potrzeby szacunku i uznania,
- ✓ Wzrost poczucia bezpieczeństwa i wsparcia,
- ✓ Nadawanie nowego sensu działaniom w nowej i trudnej fazie życia.

Dominującymi potrzebami opiekunów są:

- ✓ Potrzeba wytchnienia i nowych form uczestnictwa w życiu społeczności.
- ✓ Potrzeba rozwoju zawodowego i planowania aktywności zawodowej.
- ✓ Wzrost kompetencji dających realne szanse na zatrudnienie.
- ✓ Wzrost wiedzy o realiach rynku pracy i formach zatrudnienia dopasowanych do możliwości opiekuna.
- ✓ Poprawa samooceny i zmiana postrzegania własnej osoby.
- ✓ Wzrost umiejętności autoprezentacji i rozwijanie kompetencji społecznych.

Dominującymi potrzebami dzieci niepełnosprawnych są:

- ✓ Potrzeba nowych bodźców rozwojowych.
- ✓ Nabywanie kompetencji pozwalających na zwiększanie samodzielności.
- ✓ Wzrost liczby kontaktów i integracja z otoczeniem.
- ✓ Zwiększenie poczucia akceptacji, bezpieczeństwa i wsparcia.

Pamiętaj!

Zdiagnozowane potrzeby są podstawą formułowania celów i działań innowacyjnych. Planuj tak działania, aby odpowiadały wskazanym i zdiagnozowanym przez Twoją organizację potrzebom beneficjentów. Nie staraj się rozwiązywać wszystkich potrzeb. Jednak dbaj o to, aby w planowanych przedsięwzięciach skoncentrowanych na realizacji wybranej potrzeby, choć w niewielkim stopniu ich całe spektrum uwzględnić.

3. Charakterystyka innowacji społecznej „Lodołamacz stereotypów i samotności”

Innowacyjność pomysłu polega na połączeniu środowiska osób dojrzałych, starszych z dziećmi i młodzieżą z niepełnosprawnościami, w szczególności z zaburzeniami ze spektrum autyzmu itp. oraz ich rodzinami, co przeciwdziała wycofaniu społecznemu, zawodowemu, bierności, służy realizacji wspólnych działań i wzajemnej pomocy.

Innowacją jest zaangażowanie i wykorzystanie wiedzy i doświadczenia osób starszych, uświadomienie źródła wielu wartości, w tym kompetencji merytorycznych i wzajemne przełamanie stereotypów towarzyszących podobnym relacjom międzypokoleniowym.

Model Treningu Umiejętności Społecznych zakłada połączenie w triady jedno dziecko z jego opiekunem i jedną osobą starszą, gdzie każdy z uczestników poznaje drugą stronę, uwrażliwia się na jej potrzeby i możliwości i poznaje obszary potencjalnych usług wzajemnych. Zbuduje przekonanie o potrzebie i możliwości wzajemnego wspierania się i doceniania każdego z pokoleń.

Treningi Umiejętności Społecznych dotychczas realizowane były we współpracy kilkusobowej grupy dzieci z 2 terapeutami, specjalistami młodymi lub z pokolenia rodziców tychże dzieci.

Innowacyjne podejście do powyższego modelu zakłada nie tylko merytoryczne przygotowanie do współpracy oparte na nabyciu podstawowej wiedzy dotyczącej funkcjonowania uczestników, ale także konkretne rozwiązania praktyczne związane z działaniem integracji i organizacji sąsiedzkiej pomocy i wsparcia.

4. **Możliwość wdrożenia rozwiązania w innych podmiotach**

Wdrożenie proponowanego modelu możliwe jest na terenie całego kraju, bowiem problem niskiej aktywności społecznej i zawodowej opiekunów i osób z najbliższego otoczenia osób zależnych dotyka mieszkańców wszystkich regionów Polski. Realizacja powielonego rozwiązania możliwa jest w różnych ośrodkach skupiających grupy seniorów czy dzieci, młodych ludzi z zaburzeniami. A wraz z postępującym wzrostem generacja osób starszych nawet konieczne jest wprowadzanie tego typu działań aktywizacyjnych, opartych na zasadzie wolontariatu i sąsiedzkiej pomocy. Dzięki korzyściom płynącym z wzajemnie świadczonych usług np. nauka obsługi urządzeń tj. komputer, smartfon, tablet, laptop osoby starsze przez dzieci i młodzież, czas wolny dla rodzica na zajęcie się „Sobą”, szukanie pracy, doksztalcanie, każda z grup skorzysta na zaproponowanym i wdrożonym modelu innowacji społecznej. Rodzice dzieci dzięki wsparciu i pomocy osób starszych będą mogli zadbać o swoją aktywność społeczną a nawet zawodową, osoby starsze będą się uczyć nowych technologii, będą „czuć się potrzebne”. Angażując się w zajęcia z dziećmi wykorzystują swoje życiowe doświadczenie i wiedzę, a także zdobędą nowe doświadczenie np. wspólne zakupy, warsztaty, wyjścia. Tym którzy nie mają swoich wnucząt pozwoli na bliski kontakt z młodym człowiekiem. Każda z osób biorących udział w projekcie jest wyposażona w kapitał społeczny rozumiany jako zasoby materialne i niematerialne, do których ona ma dostęp i może je zaktywizować poprzez sieci relacji społecznych, w których uczestniczy.

5. **Ograniczenia w zastosowaniu zaproponowanej innowacji**

Nie występują żadne prawne i ustawowe ograniczenia do zastosowania zaproponowanego narzędzia/metody/rozwiązania.

Wskazane jest by proponowane działania uwzględniały aktualny stan prawny, w tym kwestie prawne dotyczące wolontariatu, weryfikacje dotyczącą niekaralności osób biorących udział w testowaniu modelu, w tym weryfikacje statusu w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym.

6. Analiza ryzyka

Trudność w realizacji innowacji społecznej stanowić może **bierność i niska aktywność społeczna osób, którym innowacja społeczna jest dedykowana**. Ponadto zaplanowane działania wymagają pewnej aktywności i zaangażowania a w związku z tym, że są to rozwiązania nowe, niewystępujące na rynku usług opiekuńczych, mogą wzbudzać niepewność u adresatów, opory przed zaangażowaniem. Trudnością może być wybór wystarczająco zmotywowanych uczestników do udziału w całym modelu, oraz sytuacja, gdy w ostatniej chwili z uczestnictwa Innowacji Społecznej zrezygnuje zleceniobiorca np: specjalista, trener, psycholog itp.

Ograniczeniem wynikającym z charakteru prowadzonych działań może być stan zdrowia opiekunów uniemożliwiający lub utrudniający sprawowanie opieki nad osobami zależnymi.

W celu zminimalizowania tego ryzyka, grantobiorca przygotowuje listę rezerwową osób chętnych do wzięcia udziału w projekcie.

Ograniczeniem organizacyjnym może być również niska aktywność osób starszych. Wnioskodawca w procesie rekrutacji dokona selekcji potencjalnych uczestników wybierając osoby najbardziej zmotywowane.

7. Grupa odbiorców

Głównymi odbiorcami usług z zakresu "Lodołamaczy stereotypów i samotności" będą **osoby starsze 60+, dzieci i młodzież, osoby z niepełnosprawnością, w tym niepełnosprawnością intelektualną oraz ich rodzice/ opiekunowie**. Osoby te ze względu na wiek, niepełnosprawność bądź jej występowanie w rodzinie borykają się z licznymi problemami.

Dostęp do powszechnych usług i samodzielnego funkcjonowanie staje się utrudniony, ponieważ pogarsza się status materialny rodziny, obniża się aktywność społeczna i zawodowa, co pociąga za sobą częste wyobcowanie społeczne. Ogromnym problemem staje się bezradność wynikająca z niepełnosprawności ale również z małej aktywności społecznej rodziny czy środowiska. Skupienie na bieżącej opiece, rehabilitacji czy

zapewnieniu godnego funkcjonowania rodziny sprawia, że ze względów finansowych, czy organizacyjnych aktywność społeczna lub obywatelska schodzi na dalszy plan. Wielu niepełnosprawnym czy ich opiekunom potrzebny jest odpowiedni bodziec motywacyjny, który sprawi, że dzięki wsparciu z zewnątrz podniosą swoją aktywność społeczną a nawet zawodową. Dzięki temu przestaną być całkowicie i wyłącznie zależni od wsparcia finansowego ze strony państwa.

Barierą, która ogranicza aktywność osób z niepełnosprawnościami i ich opiekunów jest **bezradność, która przechodzi w stan permanentny**. Zdarza się, że adresaci wsparcia wybierają bierność społeczną i zawodową ze względu na brak wiary w możliwość zmiany sytuacji życiowej czy obawy o utratę świadczeń finansowych ze strony instytucji państwowych.

Jednocześnie wielu opiekunów jak i osób z niepełnosprawnościami poszukuje pomocy i oczekuje, że instytucje publiczne oraz organizacje pozarządowe staną się dostępne również dla obywateli znajdujących się w trudniejszej sytuacji ze względu na stan zdrowia czy chorobę najbliższych. Aby zachować równość szans i równość dostępu do usług bez względu na niepełnosprawność konieczne jest stworzenie rozwiązań wspierających osoby z niepełnosprawnościami i ich opiekunów. A to jest celem "Łodołamacza stereotypów i samotności".

Przeciwwagą dla tych barier może być wsparcie współpracy międzypokoleniowej i wymiany doświadczeń w ramach Treningów Umiejętności Społecznych i relacji opartych na wolontariacie i pomocy dobrosąsiedzkiej uczestników innowacji społecznej i w ogóle wypracowanego modelu "Łodołamacza".

Realizacja Innowacji Społecznej gwarantuje udział osób starszych w różnorodnych formach aktywności społecznej zapewniając jednocześnie integrację wewnątrz i międzypokoleniową.

Integracja dzieci i osób starszych daje obydwu stronom tej interakcji bardzo wiele korzyści. Dzieci, z jednej strony, mogą uczyć się m.in. takich wartości, jak: szacunek wobec osób starszych, korzystać z ich doświadczenia życiowego, wiedzy, mądrości życiowej. Z drugiej strony, osoby starsze podczas przebywania z dziećmi będą mogły zaczerpnąć wiele radości i dziecięcej żywotności, co przełoży się na poprawę ich zdrowia psychicznego i fizycznego, co w konsekwencji poprawi ich poziom funkcjonowania w życiu

i w społeczeństwie.

Grupą odbiorców usług z zakresu innowacji społecznej "Lodołamaczy stereotypów i samotności" jest:

- 12 osób - osoby starsze 60+
- 12 osób - osoby zależne (dzieci i młodzież, osoby z niepełnosprawnością, w tym niepełnosprawnością intelektualną)
- 12 osób - rodzice/ opiekunowie osób zależnych.

8. Planowane działania przy realizacji innowacji

Model zakłada realizację działań przygotowawczych koniecznych do realizacji działań skierowanych na uczestników Innowacji Społecznej

1. Rekrutacja pracowników,
2. Rekrutacja uczestników,
3. Zakup materiałów dla uczestników,
4. Zakup książek – poradników,

Model zakłada realizację następujących działań skierowanych na uczestników innowacji społecznej;

Warsztaty dla osób starszych - tematyka:

1. - Pomoc sąsiedzka i wolontariat
2. - Poczucie własnej wartości i motywacja
3. - Warsztaty aktywizujące społecznie
4. - Specyfika funkcjonowania osób zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi.

Warsztaty dla opiekunów- tematyka:

1. - Pomoc sąsiedzka i wolontariat
2. - Poczucie własnej wartości i motywacja
3. - Warsztaty aktywizujące społecznie
4. - Elastyczne formy zatrudnienia

Warsztaty z kreowania własnego wizerunku - tematyka:

1. - Warsztaty kosmetyczne
2. - Warsztaty podologiczne
3. - Warsztaty ze stylistą
4. - Warsztaty z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań

Inne działania realizowane w ramach modelu:

1. Spotkanie warsztatowo-integracyjne dla wszystkich uczestników innowacji społecznej.
2. Wsparcie indywidualne z doradcą zawodowym i coachem.
3. Trening Umiejętności Społecznych cykl 10 spotkań.
4. Wyjazd warsztatowo-integracyjny dla wszystkich uczestników innowacji społecznej.
5. Organizacja konferencji podsumowującej testowanie modelu.

CZĘŚĆ III

PRZYGOTOWANIA DO TESTOWANIA INNOWACJI SPOŁECZNEJ I SPOSÓB JEJ REALIZACJI

1. Rekrutacja pracowników

Celem rekrutacji pracowników jest zatrudnienie osób deklarujących zaangażowanie przy wykonywanych pracach.

Właściwą rekrutację należy prowadzić poprzez następujące działania:

- umieszczenie ogłoszeń o pracy w lokalnych gazetach lub portalach społecznościowych lub bezpośrednio zwrócenie się do osób cenionych w swoim zawodzie,
- przeprowadzenie rozmów kwalifikacyjnych,
- weryfikacja dokumentów poświadczających kwalifikacje i doświadczenie,
- przygotowanie i podpisanie umów cywilno- prawnych z psychologiem, pedagogiem, socjologiem, coachem, doradcą zawodowym, ekspertem z zakresu zarządzania

Pamiętaj!

- ✓ Wdrożenie zaproponowanej innowacji wymagało doboru odpowiedniej kadry specjalistów. Niezbędnym było zatrudnienie osób z odpowiednimi do potrzeb innowacji kwalifikacjami, o dużej wiedzy i doświadczeniu zawodowym.
- ✓ Dużym ułatwieniem w zatrudnieniu wymaganej kadry okazało się posiadanie przez pomysłodawcę w zasobach kadrowych większej części specjalistów, którzy wyrazili chęć uczestnictwa w projekcie. Po zapoznaniu się ze złożonymi dokumentami kwalifikacyjnymi dokonano wyboru odpowiednich specjalistów, z którymi przeprowadzono rozmowy kwalifikacyjne w konsekwencji których zawarto właściwe umowy.

Rys. 1 Ogłoszenie o naborze na stanowisko Coach



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



adom
siła w precyzji

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



dopiskiem „**Nabór na stanowisko Coach**” w terminie do dnia 21 czerwca 2018 roku do godz. 16, aplikacje złożone po terminie nie będą rozpatrywane.

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rys. 2 Ogłoszenie o naborze na stanowisko psycholog

Stowarzyszenie Karuzela ogłasza nabór na stanowisko: Psycholog

Do realizacji innowacji społecznej „Lodołamacz stereotypów i samotności” realizowanego w ramach Projektu „Chcemy pracować – Innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” wdrażanego w ramach IV Osi Priorytetowej Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (Działanie 4.1: Innowacje społeczne), na zlecenie Ministerstwa Rozwoju, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Warunki współpracy: umowa zlecenie obejmująca przeprowadzenie warsztatów

1. Wymagania niezbędne:

- obywatelstwo polskie;
- pełna zdolność do czynności prawnych oraz korzystanie w pełni z praw publicznych;
- niekaralność za przestępstwa popełnione umyślnie;
- wykształcenie wyższe; tj. wykształcenie o kierunku/specjalizacji Psychologia
- doświadczenie zawodowe z zakresu psychologii

2. Wymagania dodatkowe:

- prowadzenie warsztatów wsparcia psychologicznego i emocjonalnego uczestników innowacji społecznej
- znajomość procesów psychologicznych
- umiejętności trenerskie, komunikatywność
- umiejętność dostosowania wsparcia do pojawiających się problemów.
- znajomość obsługi komputera

3. Preferowane cechy osobowości kandydata:

- Innowacyjność i kreatywne myślenie
- Wysoka kultura osobista i doskonałe umiejętności komunikacyjne
- Odporność na stres, umiejętność pracy pod presją czasu,

4. Wymagane dokumenty:

- list motywacyjny i CV;
- dokumenty potwierdzające uzyskanie wykształcenie i wymagane doświadczenie (kopie);
- ewentualne referencje;
- oświadczenie, że kandydat nie był karany za przestępstwa umyślne oraz nie toczy się przeciwko niemu postępowanie karne;
- oświadczenie o posiadaniu pełnej zdolności do czynności prawnych, o korzystaniu z pełni

praw publicznych;

- oświadczenie treści: o „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z późniejszymi zmianami)

5. Forma i termin składania aplikacji:

Wymagane dokumenty należy składać osobiście w sekretariacie Stowarzyszenia „Karuzela” ul. Toruńska 12 w Radomiu lub pocztą elektroniczną na adres stowarzyszenie@karuzela.org z dopiskiem „Nabór na stanowisko Psycholog” w terminie do dnia 21 czerwca 2018 roku do godz. 16, aplikacje złożone po terminie nie będą rozpatrywane.

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rys. 3 Ogłoszenie o naborze na stanowisko doradca zawodowy

Stowarzyszenie Karuzela ogłasza nabór na stanowisko: Doradca Zawodowy

Do realizacji innowacji społecznej „Lodołamacz stereotypów i samotności” realizowanego w ramach Projektu „Chcemy pracować – Innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” wdrażanego w ramach IV Osi Priorytetowej Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (Działanie 4.1: Innowacje społeczne), na zlecenie Ministerstwa Rozwoju, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Warunki współpracy: umowa zlecenie obejmująca przeprowadzenie indywidualnych konsultacji i warsztatów.

1. Wymagania niezbędne:

- obywatelstwo polskie;
- pełna zdolność do czynności prawnych oraz korzystanie w pełni z praw publicznych;
- niekaralność za przestępstwa popełnione umyślnie;
- wykształcenie wyższe; tj. wykształcenie o kierunku/specjalizacji Doradztwo zawodowe, lub ukończone studia podyplomowe,
- doświadczenie zawodowe z zakresu doradztwa zawodowego realizowanego w ramach projektów dofinansowanych ze środków unijnych

2. Wymagania dodatkowe:

- znajomość problematyki rynku pracy;
- wiedza z zakresu poradnictwa zawodowego oraz kształcenia ustawicznego;
- znajomość przepisów o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy
- znajomość podstaw prawa pracy. znajomość obsługi komputera

3. Preferowane cechy osobowości kandydata:

- Innowacyjność i kreatywne myślenie

- Wysoka kultura osobista i doskonale umiejętności komunikacyjne
- Odporność na stres, umiejętność pracy pod presją czasu,

4. Wymagane dokumenty:

- list motywacyjny i CV;
- dokumenty potwierdzające uzyskanie wykształcenie i wymagane doświadczenie (kopie);
- ewentualne referencje;
- oświadczenie, że kandydat nie był karany za przestępstwa umyślne oraz nie toczy się przeciwko niemu postępowanie karne;
- oświadczenie o posiadaniu pełnej zdolności do czynności prawnych, o korzystaniu z pełni praw publicznych;
- oświadczenie treści: o „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z późniejszymi zmianami)

5. Forma i termin składania aplikacji:

Wymagane dokumenty należy składać osobiście w sekretariacie Stowarzyszenia „Karuzela” ul. Toruńska 12 w Radomiu lub pocztą elektroniczną na adres stowarzyszenie@karuzela.org z dopiskiem „Nabór na stanowisko Doradcy Zawodowego” w terminie do dnia 21 czerwca 2018 roku do godz. 16, aplikacje złożone po terminie nie będą rozpatrywane.

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rys. 4 Ogłoszenie o naborze na stanowisko doradca zawodowy

Stowarzyszenie Karuzela ogłasza nabór na stanowisko: Pedagog

Do realizacji innowacji społecznej „Lodolamcz stereotypów i samotności” realizowanego w ramach Projektu „Chcemy pracować – Innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” wdrażanego w ramach IV Osi Priorytetowej Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (Działanie 4.1: Innowacje społeczne), na zlecenie Ministerstwa Rozwoju, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Warunki współpracy: umowa zlecenie obejmująca przeprowadzenie warsztatów

1. Wymagania niezbędne:

- obywatelstwo polskie;
- pełna zdolność do czynności prawnych oraz korzystanie w pełni z praw publicznych;
- niekaralność za przestępstwa popełnione umyślnie;
- wykształcenie wyższe; tj. wykształcenie o kierunku/specjalizacji Pedagogika
- doświadczenie zawodowe z zakresu pedagogiki,

2. Wymagania dodatkowe:

- doświadczenie w prowadzeniu warsztatów

- znajomość procesów psychologicznych
- umiejętności trenerskie, komunikatywność
- umiejętność dostosowania wsparcia do pojawiających się problemów.
- znajomość obsługi komputera

3. Preferowane cechy osobowości kandydata:

- Innowacyjność i kreatywne myślenie
- Wysoka kultura osobista i doskonałe umiejętności komunikacyjne
- Odporność na stres, umiejętność pracy pod presją czasu,

4. Wymagane dokumenty:

- list motywacyjny i CV;
- dokumenty potwierdzające uzyskanie wykształcenie i wymagane doświadczenie (kopie);
- ewentualne referencje;
- oświadczenie, że kandydat nie był karany za przestępstwa umyślne oraz nie toczy się przeciwko niemu postępowanie karne;
- oświadczenie o posiadaniu pełnej zdolności do czynności prawnych, o korzystaniu z pełni praw publicznych;
- oświadczenie treści: o „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z późniejszymi zmianami)

5. Forma i termin składania aplikacji:

Wymagane dokumenty należy składać osobiście w sekretariacie Stowarzyszenia „Karuzela” ul. Toruńska 12 w Radomiu lub **pocztą elektroniczną** na adres stowarzyszenie@karuzela.org z dopiskiem **„Nabór na stanowisko Pedagog”** w terminie do dnia 21 czerwca 2018 roku do godz. 16, aplikacje złożone po terminie nie będą rozpatrywane.

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rekomendacja

- Reakcja na umieszczane ogłoszenia jest zadawalająca. Jednak osoby poszukujące pracy oczekują zatrudnienia na umowę o pracę, najlepiej na cały etat.
- Właściwe okazuje się zlecenia zadań tzw. „swoim pracownikom”, których organizacja obecnie zatrudnia.
- Ma to ujemny aspekt finansowy – znacznie większe obciążenie składkami. Natomiast rekompensuje to aspekt społeczny – do realizacji zaplanowanych założeń powierzonego grantu można zatrudnić osoby, co do których istnieje pewność właściwego wywiązywania się ze zleconych zadań.

2. Rekrutacja uczestników

Celem rekrutacji uczestników jest zebranie grupy potencjalnych uczestników innowacji społecznej, którzy po przedstawieniu im założeń innowacji społecznej zadeklarują udział.

Efekt rekrutacji ma być wyłonienie chętnych uczestników, spełniających warunki rekrutacji, oraz utworzenie listy uczestników oraz listy rezerwowej.

Ważne!!!

Dla właściwej rekrutacji należy przeprowadzić następujące działania:

- rozesłanie e-maili informacyjnych o innowacji społecznej,
- przeprowadzenie rozmów telefonicznych z przedstawicielami podmiotów potencjalnie zainteresowanych udziałem w innowacji społecznej,
- organizacja trzech spotkań informacyjnych na temat planowanych działań w projekcie,
- przygotowanie regulaminu udziału w innowacji społecznej,
- przygotowanie planu spotkania wraz z listą informacji do przekazania,
- przygotowanie listy obecności i niezbędnych oświadczeń jak zgoda na ochronę danych osobowych,
- przeprowadzenie rozmów indywidualnych, po spotkaniu grupowym, z potencjalnymi uczestnikami.

Nasze doświadczenia!

- Do rekrutacji uczestników wykorzystano ogłoszenie o naborze na stronie internetowej i social media pomysłodawcy, oraz rozesłanie informacji i kontakt telefoniczny do beneficjentów stowarzyszenia.
- Najlepszy efekt naboru przyniosły osobiste rozmowy telefoniczne.
- Chętne osoby do testowania innowacji podzielono na grupy i zaproszono na spotkania informacyjne.
- Przed pierwszym spotkaniem rekruter przygotował listę informacji do przekazania potencjalnym uczestnikom na spotkaniach organizacyjnych:

- Przedstawienie zasad przystąpienia do innowacji społecznej
- Omówienie działań przewidzianych w innowacji społecznej „Lodołamacz stereotypów i samotności”
- Warsztaty dla osób starszych:
 - Pomoc sąsiedzka i wolontariat
 - Poczucie własnej wartości i motywacja
- Warsztaty aktywizujące społecznie
- Specyfika funkcjonowania osób zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi.
- Warsztaty dla opiekunów:
 - Pomoc sąsiedzka i wolontariat
 - Poczucie własnej wartości i motywacja
- Warsztaty aktywizujące społecznie
- Elastyczne formy zatrudnienia
- Warsztaty z kreowania własnego wizerunku:
- Warsztaty kosmetyczne
- Warsztaty podologiczne
- Warsztaty ze stylistą
- Warsztaty z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań
- Spotkanie warsztatowo-integracyjne
- Wsparcie indywidualne z doradcą zawodowym i coachem
- Trening Umiejętności Społecznych- cykl 10 spotkań trwający po 2 godziny
- Wyjazd warsztatowo-integracyjny
- Konferencja podsumowująca
- Omówienie obowiązków uczestników wynikających z uczestnictwa w innowacji społecznej
- Omówienie obowiązków organizatora

Efekty rekrutacji:

- Podczas przygotowanych spotkań zrekrutowano do innowacji społecznej wymaganą ilość uczestników:
 - 12 osób w wieku 60+
 - 12 opiekunów / rodzic osób z niepełnosprawnością
 - 12 osób zależnych (dziecko lub młodzież z niepełnosprawnością)

Przykładowy wzór

Rys. 5 Ogłoszenie o naborze uczestników do innowacji

 Fundusze Europejskie Wiedza Edukacja Rozwój	 adom siła w precyzji	Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny 
Stowarzyszenie „Karuzela” ogłasza nabór uczestników do innowacji społecznej „Lodolamcz stereotypów i samotności” realizowanego w ramach Projektu „Chcemy pracować – Innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” wdrażanego w ramach IV Osi Priorytetowej Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (Działanie 4.1: Innowacje społeczne), na zlecenie Ministerstwa Rozwoju, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Celem innowacji społecznej jest: integracja i współpraca środowiska dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami, ich opiekunów oraz osób starszych tj. pokolenia babć i dziadków (60+), i podniesienie aktywności społecznej wszystkich grup oraz aktywności zawodowej opiekunów os. zależnych. Uczestnikiem innowacji społecznej może zostać: 1. Dziecko lub młodzież z niepełnosprawnością 2. Opiekun lub rodzic osoby z niepełnosprawnością 3. Osoba w wieku 60 + Zadanie przewiduje m.in. następujące formy wsparcia: 1. Warsztaty podnoszące kompetencje społeczne 2. Indywidualne wsparcie doradcy zawodowego i coacha 3. Trening Umiejętności Społecznych Warunkiem uczestnictwa w innowacji społecznej jest zgłoszenie udziału osobiście w sekretariacie stowarzyszenia przy ul. Toruńskiej 12 w Radomiu lub telefonicznie pod nr 510 832 823 w godzinach przyjęć 9:00 – 16:00 w terminie od 25.05.2018 r. do 30.06.2018 r. W przypadku przesłania zgłoszenia drogą pocztową decyduje data wpływu formularza do realizatora innowacji społecznej. Udział w innowacji społecznej jest bezpłatny. Uczestnicy, którzy zgłoszą chęć uczestnictwa i zostaną zakwalifikowani/e do innowacji społecznej, będą uczestniczyć w działaniach realizowanych w terminie od 25.06 – 21.10.2018 r. Więcej informacji można uzyskać pod numerem telefonu 510 804 807 lub adresem		

e-mail: stowarzyszenie@karuzela.org

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Ważne!

Opracuj regulamin udziału w innowacji społecznej

Rys. 6 Regulamin udziału w projekcie

REGULAMIN INNOWACJI SPOŁECZNEJ

„Lodołamacz stereotypów i samotności”

I. Zasady ogólne

1. Realizacja innowacji społecznej „Lodołamacz stereotypów i samotności” to innowacja społeczna realizowana **przez organizatora Stowarzyszenie Karuzela KRS 000029345** w ramach umowy o powierzenie grantu nr ZS-II.042.1.6.13.2018 zawarta dnia 22.05.2018 roku w zakresie realizacji innowacji społecznej pn. „Lodołamacz Stereotypów i Samotności” w ramach projektu „Chcemy pracować- innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” (nr umowy: POWR.04.01.00-00-1062/15), w ramach programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, zawartej w dniu 12.07.2016 roku pomiędzy Ministrem Rozwoju, z siedzibą w Warszawie Pl. Trzech Krzyży 3/5 a Gminą Miasta Radomia..
2. Usługi realizowane są w budynku przy ul. Starokrakowska 135 w Radomiu oraz na terenie miasta Radom,
3. Uczestnikiem innowacji społecznej może zostać::
 - osoba starsza, czyli osoba powyżej 60-go roku życia
 - osoba zależna, czyli osoba wymagająca stałej opieki ze względu na stan zdrowia i/lub wiek.
 - opiekun osoby zależnej, czyli opiekun osoby wymagającej stałej opieki ze względu na stan zdrowia i/lub wiek.

II. Zgłoszenia do innowacji społecznej

1. Zgłoszenie uczestnika innowacji społecznej odbywa się poprzez słowne wyrażenie chęci udziału w innowacji społecznej osobiście lub telefonicznie pod nr 510 832 823.
2. O udziale w innowacji społecznej decyduje kolejność zgłoszenia.
3. Po zakwalifikowaniu do innowacji społecznej należy wypełnić i podpisać następujące dokumenty:
 - wniosek o przystąpienie do innowacji społecznej,
 - oświadczenie uczestnika grantowego, który stanowi załącznik do wniosku,

- zgodę na udostępnienie wizerunku, która stanowi załącznik do wniosku,
- regulamin, który stanowi załącznik do wniosku.
- 4. Podstawą zakwalifikowania do innowacji społecznej są prawidłowo wypełnione i podpisane dokumenty wymienione w p.3.
- 5. Realizacja usług odbywa się zgodnie z harmonogramem działań.

III. Obowiązki organizatora

1. Zapewnienie odpowiednich warunków lokalowych do prowadzenia zajęć.
2. Zapewnienie niezbędnego wyposażenia dydaktycznego.
3. Zadbanie o właściwy przebieg poszczególnych etapów realizacji innowacji społecznej.
4. Prowadzenie dokumentacji z przebiegu innowacji społecznej.

IV. Obowiązki uczestników innowacji społecznej

1. Uczestnictwo w wybranych z poniżej działach, zgodnie z wymienionymi na wniosku o przystąpienie do innowacji społecznej
 - a) Warsztatach na temat:
 - Pomoc sąsiedzka i wolontariat
 - Poczucie własnej wartości i motywacja
 - Warsztaty aktywizujące społecznie
 - Specyfika funkcjonowania osób zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi
 - Elastyczne formy zatrudnienia
 - b) Warsztatach z kreowania własnego wizerunku:
 - Warsztatach kosmetyczne
 - Warsztatach podologiczne
 - Warsztatach ze stylistą
 - Warsztatach z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań
 - c) Spotkaniu warsztatowo-integracyjnym,
 - d) Wsparciu indywidualnym z doradcą zawodowym i coachem,
 - e) Treningu Umiejętności Społecznych - cykl 10 spotkań trwających po 2 godziny,
 - f) Wyjazdu warsztatowo-integracyjnym,
 - g) Udziału w konferencji podsumowującej
2. Podpisywanie list obecności.
3. Wypełnienie ankiety ewaluacyjnej na rozpoczęcie i zakończenie innowacji społecznej.

V. Postanowienia końcowe

1. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne szkody powstałe w czasie świadczenia usługi.
2. Organizator nie ubezpiecza uczestników od odpowiedzialności cywilnej.
3. Organizator ma prawo odmówić zrealizowania usług:
 - w sytuacjach zagrażających życiu czy zdrowiu uczestników,
 - w przypadkach gdy okoliczności wskazują na możliwość wywołania szkody osobom trzecim lub łamania przepisów prawa,
 - w sytuacjach gdy agresja lub inne zachowania uczestnika nie pozwalają na kontynuowanie

usługi, zgodnie z zasadami regulaminu.

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Przygotuj dokumentację

Rys. 7 Wniosek o przystąpienie opiekuna osoby zależnej do innowacji społecznej

WNIOSEK O PRZYSTĄPIENIE OPIEKUNA OSOBY ZALEŻNEJ DO INNOWACJI SPOŁECZNEJ

„Lodołamacz stereotypów i samotności”

Proszę o objęcie mnie, jako opiekuna osoby zależnej,

(Imię i nazwisko uczestnika), PESEL

adres zamieszkania uczestnika

jako opiekuna osoby zależnej, która wymaga stałej opieki ze względu na stan zdrowia i/lub wiek zajęciami;

✓ Warsztaty:

- Pomoc sąsiedzka i wolontariat
- Poczucie własnej wartości i motywacja
- Warsztaty aktywizujące społecznie
- Elastyczne formy zatrudnienia

✓ Warsztaty z kreowania własnego wizerunku:

- Warsztaty kosmetyczne
- Warsztaty podologiczne
- Warsztaty ze stylistą
- Warsztaty z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań
- ✓ Spotkanie warsztatowo-integracyjne
- ✓ Wsparcie indywidualne z doradcą zawodowym i coachem
- ✓ Wyjazd warsztatowo-integracyjny
- ✓ Udział w konferencji podsumowującej

realizowanymi przez Stowarzyszenie „Karuzela” w ramach projektu „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego (IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1 Innowacje społeczne. p.n. Lodołamacz stereotypów i samotności”

Jednocześnie oświadczam, że zapoznałam/em się z regulaminem innowacji społecznej i w pełni go akceptuję.

Radom, dn.

czytelny podpis uczestnika innowacji społecznej

Do wniosku dołączam następujące dokumenty*:

- zał.1 oświadczenie uczestnika innowacji społecznej
- zał.2 zgoda na udostępnienie wizerunku

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rys. 8 Wniosek o przystąpienie osoby zależnej do innowacji społecznej

WNIOSEK O PRZYSTĄPIENIE OSOBY ZALEŻNEJ DO INNOWACJI SPOŁECZNEJ „Lodołamacz stereotypów i samotności”

Proszę o objęcie

(Imię i nazwisko uczestnika), PESEL

adres zamieszkania uczestnika

jako osoby zależnej, która wymaga stałej opieki ze względu na stan zdrowia i/lub wiek
zajęciami :

- ✓ Spotkanie warsztatowo-integracyjne
- ✓ Trening Umiejętności Społecznych - cykl 10 spotkań trwających po 2 godziny
- ✓ Wyjazd warsztatowo-integracyjny
- ✓ Udział w konferencji podsumowującej

realizowanymi przez Stowarzyszenie „Karuzela” w ramach projektu „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego (IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1 Innowacje społeczne p.n. Lodołamacz stereotypów i samotności”

Jednocześnie oświadczam, że zapoznałam/em się z regulaminem innowacji społecznej i w pełni go akceptuję.

Radom, dn.

.....
czytelny podpis uczestnika innowacji społecznej*

Do wniosku dołączam następujące dokumenty*:

- zał.1 oświadczenie uczestnika innowacji społecznej
- zał.2 zgoda na udostępnienie wizerunku
- zał.3 podpisany regulamin

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rys. 9 Wniosek o przystąpienie osoby starszej do innowacji społecznej

WNIOSEK O PRZYSTĄPIENIE OSOBY STARSZEJ DO INNOWACJI SPOŁECZNEJ „Łodolamacz stereotypów i samotności”

Proszę o objęcie

(Imię i nazwisko uczestnika), PESEL

adres zamieszkania uczestnika

jako osoby starszej, czyli osoby powyżej 60-go roku życia zajęciami :

- ✓ Warsztaty nt. pomoc sąsiedzka i wolontariat
- ✓ Warsztaty - poczucie własnej wartości i motywacja
- ✓ Warsztaty aktywizujące społecznie
- ✓ Warsztaty nt. specyfiki funkcjonowania osób zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi.
- ✓ Warsztaty z kreowania własnego wizerunku: warsztaty kosmetyczne
- ✓ Warsztaty z kreowania własnego wizerunku: warsztaty podologiczne
- ✓ Warsztaty z kreowania własnego wizerunku: warsztaty ze stylistą
- ✓ Warsztaty z kreowania własnego wizerunku: autoprezentacja z wykorzystaniem nagrań
- ✓ Spotkanie warsztatowo-integracyjne
- Wsparcie indywidualne z doradcą zawodowym i coachem
- ✓ Trening Umiejętności Społecznych- cykl 10 spotkań trwających po 2 godziny
- ✓ Wyjazd warsztatowo-integracyjny
- ✓ Udział w konferencji podsumowującej

realizowanymi przez Stowarzyszenie „Karuzela” w ramach projektu „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego (IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1

* W przypadku deklaracji uczestnictwa osoby małoletniej oświadczenie powinno zostać podpisane przez jej prawnego opiekuna.

Innowacje społeczne p.n. Lodołamacz stereotypów i samotności”

Jednocześnie oświadczam, że zapoznałam/em się z regulaminem innowacji społecznej i w pełni go akceptuję.

Radom, dn.

.....
czytelny podpis uczestnika innowacji społecznej

Do wniosku dołączam następujące dokumenty:

- zał.1 oświadczenie uczestnika innowacji społecznej
- zał.2 zgoda na udostępnienie wizerunku
- zał.3 podpisany regulamin

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rekomendacja

- Umieszczanie informacji na stronie organizacji czy na jej profilach społecznościowych nie przyniosło rezultatów rekrutacyjnych uczestników.
- Skuteczne okazało się **osobiste** - poprzez np. rozmowę telefoniczną - **informowanie inne organizacje o realizowanej innowacji z prośbą o przekazanie informacji swoim podopiecznym, oraz kontakt telefoniczny z beneficjentami stowarzyszenia.**
- **Najskuteczniejszą rekrutacją jest nabór wśród byłych lub obecnych beneficjentów organizacji.**
- **Aby nie zawęzić grupy potencjalnych uczestników buduj sieć społeczną swojej organizacji. Zapraszaj znajomych swoich byłych i obecnych beneficjentów.**

3. Zakup materiałów dla uczestników innowacji społecznej

Celem zakupu materiałów szkoleniowych dla uczestników jest udostępnienie narzędzi w tym notesów, książek, pendrive -ów, które zapewnią trwałość innowacji społecznej.

- ✓ Umożliwienie sporządzania notatek i własnych przemyśleń, rozwiązań związanych z omawianymi zagadnieniami pozwoli uczestnikom lepiej je zapamiętać i wrócić do nich po zakończonym udziale w projekcie.
- ✓ W efekcie uczestnicy dłużej będą korzystali z wiedzy pozyskanej w trakcie innowacji społecznej.

4. Zakup książek – poradników

Celem zakupu podręczników/ książek jest przekazanie uczestnikom szerszej wiedzy dotyczącej rozwoju osobistego oraz dobór materiałów, który zachęci do lektury i zastanawiania się nad własnymi aktywnościami życia codziennego. Efektem będzie poszerzanie wiedzy także poza zajęciami oraz zmotywowanie uczestników do pracy nad różnymi obszarami osobowości. Książki otrzymane w ramach innowacji społecznej przedłużą trwałość jego oddziaływania, bo ich poradnikowy charakter zachęca do pracy nad sobą w perspektywie dłuższej niż czas innowacji społecznej, a formuła pozwala wielokrotnie wracać do przeczytanych treści.

Rekomendacja

Planowanie zakupu książek wskazane jest przy doradztwie doświadczonego psychologa, który zna specyfikę i posiada wiedzę na temat odbiorcy testowanej innowacji .

5. Harmonogram działań etapu przygotowawczego

ETAP PRZYGOTOWAWCZY	
I miesiąc	II miesiąc
od 22 maja do 21 czerwca	od 22 czerwca do 21 lipca
Rekrutacja pracowników	
Rekrutacja uczestników	
	Zakup materiałów
	Zakup książek – poradników

Ważne!

- Etap przygotowawczy jest kluczem do sukcesu innowacji społecznej.
- Planuj go starannie i nie spiesz się.
- Staranne przygotowanie dokumentacji, właściwy dobór kadry i uczestników, przygotowanie materiałów wymagają czasu i rozważań.
- Daj sobie szansę !!!

CZĘŚĆ IV

O DZIAŁANIACH W INNOWACJI SPOŁECZNEJ „LODOŁAMACZ STEREOTYPÓW I SAMOTNOŚCI”

1. Warsztaty dla osób starszych

Dla osiągnięcia założonych celów zaplanowano udział uczestników innowacji społecznej w warsztatach podnoszących kompetencje w poszczególnych obszarach, niezbędne przy współpracy z rodziną.

Efektem ma być:

- nabycie wiedzy o aspektach wzajemnej pomocy,
- wzmocnienie poczucia własnej wartości i rozwinięcie motywacji, wzmocnienie poczucia wpływu na sytuacje stresujące i umiejętność radzenia sobie z sytuacjami stresującymi,
- wzrost wiedzy o możliwych formach aktywności i wzrost motywacji i chęci do podejmowania aktywności w życiu społecznym,
- nabycie wiedzy o specyfice zaburzeń osób z ADHD, ZA, autyzmem oraz nabycie umiejętności opieki nad takimi osobami

Przeprowadzone zostaną cztery warsztaty adresowane do osób starszych na temat:

• **Pomoc sąsiedzka i wolontariat**

Celem warsztatów z zakresu **pomocy sąsiedzkiej i wolontariatu** jest uświadomienie uczestnikom (osobom starszym) o istnieniu różnych form kontaktów społecznych i współpracy. Uczestnicy poznają w trakcie warsztatu różne aspekty pomocy sąsiedzkiej i wolontariatu, w tym aspekty społeczne i formalne, oraz prawne. W efekcie przekonają się, że są potrzebni i mogą zaangażować się w różne działania. Ponadto zwiększają swoją aktywność i częściej będą podejmować działania.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Pomoc sąsiedzka i wolontariat

CELEM WARSZTATÓW BYŁO :

- przedstawienie różnorodnych form kontaktów społecznych i współpracy w aspekcie formalnym i prawnym,
- nabycie umiejętności stwarzania relacji międzysąsiedzkich poprzez wzajemne zaufanie ,
- zwiększenie świadomości współodpowiedzialności i wrażliwości społecznej,
- wzmocnienie poczucia bycia potrzebnym,
- zwrócenie uwagi na potrzeby i problemy osób wychowujących dzieci niepełnosprawne,
- omówienie przykładowych spontanicznych działań łączących społeczność lokalną,
- wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości u osób starszych.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Prowadzący warsztat przywitał przybyłych uczestników i przedstawił się przybliżając uczestnikom swoją osobę i doświadczenie zawodowe. Następnie poprosił uczestników o przedstawienie się i powiedzenie przez każdego kilku słów o sobie i oczekiwaniach po uczestnictwie w warsztatach. Następnie przybliżył aspekty formalne i prawne idei wolontariatu. Przedstawiając przykłady zaangażowania seniorów w różnych spontanicznych akcjach społecznych zwrócił uwagę na potrzebę zaangażowania w działania społeczne na rzecz społeczności lokalnej i to jak oni sami seniorzy mogą angażować się w różnego rodzaju pomoc międzysąsiedzką w szczególności osób wychowujących dzieci niepełnosprawne, a tym samym czuć się potrzebni i wartościowi. Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- nabycie wiedzy dotyczącej różnorodnych form kontaktów społecznych i współpracy w aspekcie formalnym i prawnym,
- nabycie umiejętności stwarzania relacji międzysąsiedzkich poprzez wzajemne zaufanie ,
- zwiększenie świadomości współodpowiedzialności i wrażliwości społecznej,
- wzmocnienie poczucia bycia potrzebnym,
- nabycie wiedzy na temat potrzeb i problemów z jakimi borykają się osoby wychowujące dzieci niepełnosprawne,
- wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości u osób starszych.

Wskazówki do realizacji innowacji społecznej

- Przeprowadzając warsztaty dbaj o różnorodność form .Nawet najciekawsza forma jak jest zbyt często prezentowana nudzi !
- Zanim zachęcisz uczestników do autoprezentacji, omów jej istotę i zasady.

- Możesz wykorzystać prezentację multimedialną lub inną formę. Przygotuj ją sam. Inspiracje i wzorce znajdziesz w Internecie i literaturze.
- Dbaj o równowagę w sposobach i czasie prezentacji poszczególnych uczestników. Każdy z uczestników powinien mieć jednakową szansę.
- Możesz dla ułatwienia zapisać na tablicy kluczowe punkty autoprezentacji.
- Zachęcaj nieśmiałych. Stosuj różne sposoby zachęty.
- Dbaj o to, aby uczestnicy otwarcie mówili o swoich oczekiwaniach. Bądź realistą. Otwarcie mów o tych oczekiwaniach, które nie mogą być uwzględnione. Uczciwie wskaż powody.
- Pokaz wolontariat jako wyzwanie, nowe doświadczenie i szansę. Wskaz korzyści stron.
- Wykorzystaj materiały, którymi dysponują Centra Wolontariatu.
- Propaguj dobre praktyki. Jeśli nie możesz wskazać przykładów z najbliższego otoczenia, pokaż inne wzorce.
- Podawaj przykłady działań, w które mogliby włączyć się uczestnicy innowacji społecznej. Podkreślaj ich umiejętności i doświadczenia zaprezentowane w pierwszej części warsztatów.
- Dbaj o atmosferę i odpowiednie przerwy. Pamiętaj, że uczestnicy szybciej się męczą. Estetyczny i smaczny poczęstunek jest ważny i sprzyja integracji uczestników.

- **Poczucie własnej wartości i motywacja**

Celem warsztatów z zakresu **poczucia własnej wartości i motywacji** jest wzmocnienie w osobach starszych przekonania, że są ważni, że posiadają umiejętności, doświadczenia, które mogą wykorzystać pomagając innym. Celem warsztatów jest wzmocnienie chęci do działania i pokazania uczestnikom w jak wielu sytuacjach są potrzebni. W efekcie uczestnicy poprawiają swoją samoocenę i mają większą chęć do podejmowania aktywności.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Poczucie własnej wartości i motywacja do działania

CELEM WARSZTATÓW BYŁO :

- dokonanie samooceny wartościującej siebie samego jako osoby wartościowej, potrzebnej i aktywnej społecznie,
- skoncentrowanie na wartościach, możliwościach, umiejętnościach oraz emocjach i przekonaniach w stosunku do własnej osoby,
- wyzwolenie pozytywnych emocji w obszarze poczucia akceptacji i bycia ważnym dla innych osób,

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Prowadzący warsztaty po przedstawieniu się i zapoznaniu z uczestnikami przeprowadził warsztat w 7 krokach tematycznych, rozdając uczestnikom przygotowane materiały z zagadnieniami.

1. Czym jest poczucie własnej wartości i jakie elementy się na nie składają? Jak się je kształtuje i jaki ma wpływ na całe życie człowieka? Dokonanie własnej analizy przez uczestników.
2. Czym jest samoakceptacja i w jaki sposób pielęgnować to, co jest prawdziwą siłą człowieka.
3. Na czym polega samoświadomość, jak ją powiększać i kształtować w różnym wieku.
4. Jak myśleć o sobie dobrze i taką projekcję przenieść na innych?
5. Odpowiedzialność i asertywność, czyli jak rozwijać w sobie postawę proaktywną? W jaki sposób robić to, co jest całkowicie zgodne z samym sobą, nawet jeśli przeciwstawia się oczekiwaniom innych ludzi?
6. W jaki sposób kierować się swoimi najważniejszymi wartościami i w pierwszej kolejności spełniać własne potrzeby.
7. Samodyscyplina jako kluczowy element poczucia własnej wartości we wspieraniu siebie samego.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- dokonanie samooceny wartościującej siebie samego jako osoby wartościowej, potrzebnej i aktywnej społecznie,
- skoncentrowanie na własnych wartościach, możliwościach, umiejętnościach oraz emocjach i przekonaniach w stosunku do własnej osoby,
- wyzwolenie pozytywnych emocji w obszarze poczucia akceptacji i bycia ważnym dla innych osób.

Wskazówki do realizacji innowacji społecznej

- Przeprowadzając warsztaty o zróżnicowanej tematyce dbaj o jasny podział poszczególnych modułów.
- Zanim zaproponujesz uczestnikom konkretne ćwiczenia zrób krótkie wprowadzenie.
- Wykorzystuj różne formy i w podsumowaniu pokaż ich rolę w przedstawieniu konkretnego problemu.
- Twórz atmosferę otwartości tak, aby uczestnicy bez skrepowania pokazywali swoje emocje.
- Zachęcaj uczestników do pracy nad sobą. Pokaż im możliwości rozwoju poprzez uczestnictwo w projekcie.

• Warsztaty aktywizujące społecznie

Celem warsztatów **aktywizujących społecznie starszych uczestników** jest podniesienie świadomości uczestników dotyczącej różnych form aktywności jakie mogą podejmować oraz wypracowanie w grupie pomysłów na działania, które uczestnicy podejmą. Efektem warsztatów jest wypracowanie pomysłów na różne aktywności, które są atrakcyjne dla konkretnych uczestników. Efektem jest zwiększenie motywacji do podejmowania aktywności społecznej, wychodzenia z domu, współdziałania z innymi oraz utrzymanie sprawności.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Aktywizacja społeczna osób starszych

CELEM WARSZTATÓW BYŁO :

- podniesienie świadomości dotyczące różnorodnych form aktywności,
- motywacja i aktywizacja osób starszych do działań w środowisku lokalnym,
- realizacja własnych pasji,
- nabycie umiejętności nawiązywania nowych kontaktów i relacji międzypokoleniowych,

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Prowadzący warsztaty po przedstawieniu się i zapoznaniu z uczestnikami (element integracji) przedstawił agendę, cele i kontrakt z grupą na czas pracy warsztatów. Poglębił

analizę wybranych obszarów do przepracowania i wspólnie z uczestnikami zdefiniowano luki, oraz nakreślono zmiany, jakie mogą zajść w życiu uczestników. Zdefiniowano rezultaty jakie uczestnicy chcą osiągnąć na zakończenie warsztatów. Określono cele według metody SMART. Zaplanowano i opracowano harmonogram działań tak aby osiągnąć zaplanowane rezultaty.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- podniesienie świadomości uczestników dotyczące różnorodnych form aktywności,
- motywacja i aktywizacja osób starszych do działań w środowisku lokalnym,
- realizacja własnych pasji,
- nabycie umiejętności nawiązywania nowych kontaktów i relacji międzypokoleniowych,

Wskazówki do realizacji innowacji społecznej

- Przygotowując i przeprowadzając warsztaty wykorzystuj wiedzę o uczestnikach uzyskaną przez inne osoby pracujące w projekcie.
 - Wybieraj takie formy aktywności, które zgodne są z zainteresowaniami uczestników.
 - Wykorzystuj ich zasoby, nawet jeśli oni sami nie są ich świadomi.
 - Zanim zaproponujesz uczestnikom konkretne działania zapytaj o opinię. Zachęcaj do otwartości i jasnego wyrażania swoich potrzeb.
 - Motywuj językiem korzyści! W każdym działaniu wskaż nowe możliwości.
 - Trzymaj się realiów. Uwzględniaj środowiskowe możliwości i koszty.
-
- Warsztaty nt. Specyfiki funkcjonowania osób zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi

Celem warsztatów dotyczących specyfiki funkcjonowania osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi zaburzeniami jest przede wszystkim dostarczenie uczestnikom podstawowej wiedzy o wspomnianych zaburzeniach i o tym jak funkcjonują osoby dotknięte nimi. Efektem jest zdobycie bardzo ważnej wiedzy, tym bardziej, że dla wielu starszych uczestników jest to wiedza zupełnie nowa. Poznanie specyfiki zaburzeń sprawia, że uczestnicy są w stanie zrozumieć odmienne zachowania osób

z autyzmem itp., bardziej akceptują takich ludzi, przełamują strach i niechęć do kontaktów a bardzo ważnym efektem jest wzrost integracji społecznej.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Specyfika funkcjonowania osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi zaburzeniami

CELEM WARSZTATÓW BYŁO :

- dostarczenie uczestnikom podstawowej wiedzy na temat zaburzeń ze spektrum autyzmu, ADHD,
- przybliżenie uczestnikom specyfiki funkcjonowania osoby z zaburzeniami rozwojowymi,
- nabycie umiejętności nawiązywania relacji z dzieckiem z zaburzeniami,
- wzrost integracji społecznej,

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Warsztaty odbyły się na profesjonalnej sali do terapii sensorycznej. Uczestnicy po zapoznaniu się z prowadzącym je specjalistą i wysłuchaniu merytorycznej części dostarczającej podstawowej wiedzy na temat zaburzeń i ich specyfikacji, mieli możliwość samodzielnie zapoznać się z odczuciami sensorycznymi jakich doznają osoby z zaburzeniami w rozwoju w kontaktach z otoczeniem poprzez udział w zajęciach terapii integracji sensorycznej.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- nabycie przez uczestników podstawowej wiedzy na temat zaburzeń ze spektrum autyzmu, ADHD,
- poznanie przez uczestników specyfiki funkcjonowania osoby z zaburzeniami rozwojowymi,
- nabycie umiejętności nawiązywania relacji z dzieckiem z zaburzeniami,
- wzrost integracji społecznej.

2. Warsztaty dla opiekunów osób zależnych

Dla osiągnięcia założonych celów zaplanowano udział uczestników innowacji społecznej w warsztatach podnoszących kompetencje w poszczególnych obszarach, niezbędne do zwiększenia aktywności społecznej.

Efektom ma być:

- nabycie wiedzy o aspektach wzajemnej pomocy,

- wzmocnienie poczucia własnej wartości i rozwinięcie motywacji, wzmocnienie poczucia wpływu na sytuacje stresujące i umiejętność radzenia sobie z sytuacjami stresującymi,
- wzrost wiedzy o możliwych formach aktywności i wzrost motywacji i chęci do podejmowania aktywności w życiu społecznym,
- nabycie wiedzy o możliwościach podejmowania pracy zawodowej w elastycznym wymiarze i formach.

Wskazówki do realizacji innowacji społecznej

- Wykorzystaj uwagi dotyczące warsztatów dla seniorów.
- Pamiętaj, że różna sytuacja osób rodzi inny sposób myślenia i działania.
- Opieka nad dziećmi niepełnosprawnymi i troska o ich dobro rodzi naturalny lęk przed dzieleniem się opieką nad dziećmi, zwłaszcza z osobami obcymi. Buduj zaufanie i wskazuj korzyści.
- Ucz opiekunów troski o samych siebie i pokazuj korzyści dla całej rodziny.

W ramach warsztatów dla opiekunów osób zależnych przeprowadzone zostaną cztery warsztaty na temat:

- Pomoc sąsiedzka i wolontariat

Celem warsztatów z zakresu **pomocy sąsiedzkiej i wolontariatu** adresowanych do opiekunów osób zależnych jest uświadomienie uczestnikom o istnieniu różnych form kontaktów społecznych i współpracy. Uczestnicy poznają w trakcie warsztatu różne aspekty pomocy sąsiedzkiej i wolontariatu, w tym aspekty społeczne i formalne, prawne. W efekcie uczestnicy przekonują się, że są ich umiejętności są ważne, że mogą pomagać innym a podnosząc wartość kontaktów sąsiedzkich i społecznych sami też mogą korzystać z pomocy innych. Efektem jest większa aktywność społeczna i wzrost poczucia własnej wartości i przynależności do grupy społecznej, lepsze relacje.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Pomoc sąsiedzka i wolontariat

CELEM WARSZTATÓW BYŁO :

- przedstawienie różnorodnych form kontaktów społecznych i współpracy,
- zwiększenie zaufania i umiejętność stwarzania relacji międzysąsiedzkich,
- zwiększenie świadomości współodpowiedzialności i wrażliwości społecznej,
- wzmocnienie poczucia bycia potrzebnym,
- zwrócenie uwagi na potrzeby i problemy osób mieszkających samotnie,
- zwiększenie ilości spontanicznych działań łączących społeczność lokalną,
- wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Prowadzący warsztat przywitał przybyłych uczestników i przedstawił się przybliżając uczestnikom swoją osobę i doświadczenie zawodowe. Następnie poprosił uczestników o przedstawienie się i powiedzenie przez każdego kilku słów o sobie i oczekiwaniach po uczestnictwie w warsztatach. Następnie przybliżył aspekty formalne i prawne idei wolontariatu. Przedstawiając przykłady angażowania się w różne spontaniczne akcje społeczne zwrócił uwagę uczestników na potrzebę zaangażowania w działania społeczne na rzecz społeczności lokalnej i to jak oni sami mogą angażować się w różnego rodzaju pomoc międzysąsiedzką w szczególności na rzecz osób starszych, by czuli się potrzebni i wartościowi.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- poznanie przez uczestników różnorodnych form kontaktów społecznych i współpracy,
- wzrost zaufania i umiejętności stwarzania relacji międzysąsiedzkich,
- zwiększenie świadomości współodpowiedzialności i wrażliwości społecznej,
- wzmocnienie poczucia bycia potrzebnym,
- zwrócenie uwagi na potrzeby i problemy osób mieszkających samotnie,
- przygotowywanie wspólnych spontanicznych działań łączących społeczność lokalną,
- wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości.

- Poczucie własnej wartości i motywacja

Celem warsztatów z zakresu **poczucia własnej wartości i motywacji** adresowanych do opiekunów jest wzmocnienie w uczestnikach przekonania, że są ważni, że posiadają umiejętności, doświadczenia, które mogą wykorzystać w działaniach społecznych lub pracy zawodowej. Celem warsztatów jest wzmocnienie chęci do działania i pokazania

uczestnikom w jak wielu sytuacjach są potrzebni. W efekcie uczestnicy poprawiają swoją samoocenę, potrafią dostrzec swoje mocne strony i cechy, które są pożądaną w różnych sytuacjach społecznych i zawodowych. Dzięki wzmocnieniu poczucia własnej wartości opiekunowie lepiej funkcjonują, są też bardziej pozytywnie nastawieni do różnych codziennych sytuacji i podejmują więcej działań.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Poczucie własnej wartości i motywacji

CELEM WARSZTATÓW BYŁO :

- dokonanie samooceny wartościującej siebie samego jako osoby wartościowej, potrzebnej, aktywnej społecznie i zawodowo,
- skoncentrowanie na wartościach, możliwościach, umiejętnościach oraz emocjach i przekonaniach w stosunku do własnej osoby,
- wyzwolenie pozytywnych emocji w obszarze poczucia akceptacji i bycia ważnym dla innych osób,

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Prowadzący warsztaty po przedstawieniu się i zapoznaniu z uczestnikami przeprowadził warsztat w 7 krokach tematycznych, rozdając uczestnikom przygotowane materiały z zagadnieniami.

1. Czym jest poczucie własnej wartości i jakie elementy się na nie składają? Jak się je kształtuje i jaki ma wpływ na całe życie człowieka? Dokonanie własnej analizy przez uczestników.
2. Czym jest samoakceptacja i w jaki sposób pielęgnować to, co jest prawdziwą siłą człowieka.
3. Na czym polega samoświadomość, jak ją powiększać i kształtować w różnym wieku.
4. Jak myśleć o sobie dobrze i taką projekcję przenieść na innych?
5. Odpowiedzialność i asertywność, czyli jak rozwijać w sobie postawę proaktywną? W jaki sposób robić to, co jest całkowicie zgodne z samym sobą, nawet jeśli przeciwstawia się oczekiwaniom innych ludzi?
6. W jaki sposób kierować się swoimi najważniejszymi wartościami i w pierwszej kolejności spełniać własne potrzeby.
7. Samodyscyplina jako kluczowy element poczucia własnej wartości we wspieraniu siebie samego.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- dokonanie samooceny wartościującej siebie samego jako osoby wartościowej, potrzebnej, aktywnej społecznie i zawodowo,
- skoncentrowanie na wartościach, możliwościach, umiejętnościach oraz emocjach i przekonaniach w stosunku do własnej osoby,
- wyzwolenie pozytywnych emocji w obszarze poczucia akceptacji i bycia ważnym dla innych osób,

- Warsztaty aktywizujące społecznie

Celem warsztatów aktywizujących społecznie opiekunów osób zależnych jest wzrost wiedzy na temat różnych form aktywności i działań w jakie mogą się angażować oraz wypracowanie w grupie pomysłów na działania, które biorąc pod uwagę opiekę nad osobami zależnymi mogą podejmować. Efektem warsztatów jest wypracowanie pomysłów na różne aktywności, które są atrakcyjne dla konkretnych uczestników. Efektem jest zwiększenie motywacji do podejmowania aktywności społecznej, wychodzenia z domu, współdziałania z innymi oraz otwarcie się na innych i chęć współdziałania.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Aktywizacja społeczna

CELEM WARSZTATÓW BYŁO :

- podniesienie świadomości dotyczące różnorodnych form aktywności społecznej i zawodowej,
- motywacja i aktywizacja do działań w środowisku lokalnym,
- realizacja własnych pasji,
- nabycie umiejętności nawiązywania nowych kontaktów i relacji.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Prowadzący warsztaty po przedstawieniu się i zapoznaniu z uczestnikami (element integracji) przedstawił agendę, cele i kontrakt z grupą na czas pracy warsztatów. Pogłębił analizę wybranych obszarów do przepracowania i wspólnie z uczestnikami zdefiniowano luki, oraz nakreślono zmiany, jakie mogą zajść w życiu uczestników po zaangażowaniu się w działalność społeczną lub podjęcie zatrudnienia. Zdefiniowano rezultaty jakie uczestnicy chcą osiągnąć na zakończenie warsztatów. Określono cele według metody SMART. Zaplanowano i opracowano harmonogram działań tak aby osiągnąć zaplanowane rezultaty. Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- podniesienie świadomości dotyczące różnorodnych form aktywności społecznej i zawodowej,
- motywacja i aktywizacja do działań w środowisku lokalnym,
- realizacja własnych pasji,
- nabycie umiejętności nawiązywania nowych kontaktów i relacji.

- Elastyczne formy zatrudnienia

Celem warsztatów z zakresu elastycznych form zatrudnienia jest przedstawienie uczestnikom alternatywnych form zatrudnienia i aktualnych rozwiązań prawnych oraz organizacyjnych związanych z pracą zawodową, w tym związanych z pracą zdalną, elastycznym czasem i miejscem pracy itp.. W efekcie uczestnicy dowiadują, że mogą podjąć pracę zawodową, którą można pogodzić z innymi obowiązkami, w tym związanymi z opieką nad osobami zależnymi. Efektem warsztatów jest wzrost wiedzy i dzięki temu większa aktywność zawodowa.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Elastyczne formy zatrudnienia

CELEM WARSZTATÓW BYŁO:

Przedstawienie osobom nieaktywnym zawodowo aktualnych rozwiązań prawnych i organizacyjnych poprzez alternatywne formy zatrudnienia, które pozwolą im pogodzić opieką nad osobą zależną z pracą zawodową dostosowaną do ich możliwości i kompetencji.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Prowadzący warsztaty poruszył następujące zagadnienia:

1. Elastyczne formy zatrudnienia na rynku.
2. Istota wdrożenia elastycznych form zatrudnienia jako alternatywy dla osób sprawujących opiekę nad osobą zależną.
3. Czynniki sprzyjające i przeszkadzające we chodzeniu w elastyczne formy zatrudniania wypracowanie skutecznych argumentów i ich znaczenie dla powodzenia w życiu zawodowym.
4. Doskonalenie kompetencji kluczowych do odbycia rozmowy kwalifikacyjnej.
5. Podsumowanie - korzyści wynikające z elastycznych form zatrudnienia.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKT:

- nabycie przez uczestników nieaktywnym zawodowo wiedzy dotyczącej aktualnych rozwiązań prawnych i organizacyjnych poprzez alternatywne formy zatrudnienia, które pozwolą im pogodzić opieką nad osobą zależną z pracą zawodową dostosowaną do ich możliwości i kompetencji.

Pamiętaj!

Długotrwała bierność zawodowa jest też stanem umysłu. Pracuj w pierwszej kolejności nad jego zmianą. Stosuj wizualizacje i mapowanie umysłu do pobudzenia myślenia o aktywności zawodowej i rozwoju kompetencji.

3. Warsztaty z kreowania własnego wizerunku

Dla osiągnięcia założonych celów zaplanowano udział uczestników innowacji społecznej w warsztatach podnoszących kompetencje w poszczególnych obszarach, niezbędne do wzmocnienia poczucia pewności związanej ze stosownym wyglądem co z pewnością wzmocni aktywność społeczną.

Przeprowadzone zostaną cztery warsztaty adresowane do osób starszych i opiekunów os. zależnych z kreowania własnego wizerunku:

- Warsztaty kosmetyczne

Celem **warsztatów kosmetycznych** jest zdobycie wiedzy o elementach higieny i dbałości o skórę, wygląd. W efekcie uczestnicy poznają techniki i sposoby stosowania zabiegów pielęgnacyjnych, określonych kosmetyków. Efektem udziału w takich warsztatach jest poprawa samooceny, większa chęć do zadbania o siebie, co przekłada się na lepsze samopoczucie i chęć do kontaktów społecznych, zawodowych, wzrost akceptacji społecznej.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW

Warsztaty kosmetyczne

CELEM WARSZTATÓW BYŁO:

- zdobycie wiedzy o elementach higieny i dbałości o skórę,
- zdobycie wiedzy o elementach higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny,
- poznanie techniki i sposobów stosowania zabiegów pielęgnacyjnych z dostosowaniem kosmetyków do rodzaju cery.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

W pierwszej części warsztatów prowadzący zapoznał uczestniczki z zasadami stosowanymi na co dzień przez profesjonalistów w pielęgnacji skóry osób w każdym wieku, poczynając od niemowlaka aż do osoby w wieku 60+ i więcej. Przybliżył istotne informacje dotyczące higieny skóry i jej wyglądu, jak należy być pielęgnowana by zachować zdrowy i świeży wygląd, jakich używać kosmetyków, na co zwrócić uwagę dobierając kosmetyk do rodzaju cery. Prowadzący zwrócił uwagę na przybory i narzędzia używane do pielęgnacji skóry a przede wszystkim pielęgnacji twarzy.

W drugiej części każdy uczestnik miał możliwość skorzystania z indywidualnej porady i możliwości wykonania makijażu lub innego zabiegu kosmetycznego pod okiem specjalisty.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- nabycie wiedzy o elementach higieny i dbałości o skórę,
- zdobycie wiedzy o elementach higieny i dbałości o wygląd zewnętrzny,
- poznanie techniki i sposobów stosowania zabiegów pielęgnacyjnych z dostosowaniem kosmetyków do rodzaju cery,
- poprawa samooceny, akceptacji, samopoczucia
- wzrost chęci do kontaktów społecznych i zawodowych.

• Warsztaty podologiczne

Celem **warsztatów podologicznych** jest przekazanie wiedzy dotyczącej higieny i dbałości o stopy, skórę i paznokcie stóp. W efekcie uczestnicy zdobywają ważną wiedzę, wzrasta ich świadomość dotycząca wagi higieny, mają widzę, która pozwoli im szybko interweniować w sytuacji pojawienia się zmian chorobowych, często pojawiających się zwłaszcza w starszym wieku. Efektem udziału w warsztatach jest zwiększenie profilaktyki związanej z różnymi chorobami stóp.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Warsztaty podologiczne

CELEM WARSZTATÓW BYŁO:

- nabycie wiedzy dotyczącej higieny i dbałości o stopy, skórę i paznokcie stóp,
- poznanie techniki i sposobów stosowania zabiegów pielęgnacyjnych na stopach,
- zwrócenie uwagi na zmiany chorobowe występujące na stopach lub paznokciach u stóp,
- przybliżenie wiedzy na temat chorób lub stanów chorobowych, kiedy zgłosić się do dermatologa a kiedy do podologa,
- jak dobierać obuwie do rozmiaru stopy,
- jakie techniki relaksu i ćwiczeń stosować na zmęczone i obolałe stopy.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Podczas warsztatów podolog przekazała uczestnikom wiedzę teoretyczną jak i praktyczną na temat wykorzystania dostępnych na rynku kosmetyków i materiałów do pielęgnacji stóp. W pierwszej części warsztatów podolog przybliżyła istotne informacje dotyczące higieny skóry stóp i paznokci, jej wyglądu, jak należy powinna być pielęgnowana by jak najmniej tworzyło się na niej zrogowaceń, przebarwień, pęknięć, jak obcinać paznokcie by nie wrastały boleśnie w palce. Jakich używać kosmetyków, na co zwrócić uwagę dobierając preparat do pielęgnacji lub higieny stóp. Podolog zwróciła uwagę na przybory i narzędzia używane do pielęgnacji skóry stóp i paznokci. Istotnym elementem warsztatów była nauka umiejętności dobierania obuwia do rozmiaru i wielkości a także kształtu stopy. Wielu uczestników zdało sobie sprawę, iż przez całe dotychczasowe życie źle dobierało obuwie do swojego rozmiaru, wielkości i kształtu stopy, przez co narażało je na dodatkowy dyskomfort i zwyrodnienia.

W drugiej części każdy uczestnik miał możliwość skorzystania z indywidualnej porady i możliwości wykonania zabiegu podologicznego pod okiem specjalisty z wykorzystaniem profesjonalnych preparatów stosowanych w profesjonalnym gabinecie przez specjalistę podologa.

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- nabycie wiedzy dotyczącej higieny i dbałości o stopy, skórę i paznokcie stóp,
- poznanie techniki i sposobów stosowania zabiegów pielęgnacyjnych na stopach,
- nabycie umiejętności technik relaksacyjnych i ćwiczeń na zmęczone i obolałe stopy
- nabycie umiejętności pielęgnacji skóry stóp i paznokci
- nabycie wiedzy dot. zmian chorobowych skórnych na stopach, co to są haluksy i jak im zapobiegać,
- umiejętność doboru obuwia do rozmiaru stopy.

- Warsztaty ze stylistą

Celem **warsztatów ze stylistą** jest przedstawienie uczestnikom zasad związanych do odpowiednim doбором ubioru do różnych typów sylwetek i sytuacji. W efekcie uczestnicy warsztatów dowiadują się jak podkreślić atuty swojego wyglądu a jak ukryć niedoskonałości. Dzięki warsztatom mają okazję skorzystać z indywidualnych podpowiedzi a to przekłada się na wzrost ich samooceny, większą pewność siebie i świadomość tego jak dobierając odpowiedni strój odnajdować się różnych sytuacjach, w tym związanych z poszukiwaniem pracy i innymi.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Warsztaty ze stylistą

CELEM WARSZTATÓW BYŁO:

- przedstawienie uczestnikom jak wyglądać elegancko, wygodnie i modnie jednocześnie- czyli jak odcodować dress code
- przedstawienie uczestnikom zasad związanych do odpowiednim doбором ubioru do różnych typów sylwetek i sytuacji,
- wzrost pewności siebie poprzez samoakceptację wyglądu,
- umiejętność dobierania kolorystycznie garderoby do typu sylwetki i urody.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Przed warsztatami każdy z uczestników został poproszony o przyniesienie na warsztaty 3 ulubionych swoich stylizacji z garderoby.

W pierwszej części warsztatów stylistka pokazała uczestnikom jak określić typ swojej sylwetki i jak dobierać ubranie kolorystycznie i rozmiarowo, ponieważ znajomość kształtu sylwetki zdecydowanie ułatwia właściwy dobór ubioru. Stylistka uświadomiła uczestnikom, że odpowiednio dobrane ubrania potrafią sprawić, że czujemy się i wyglądamy pięknie, a stosując się do kilku zasad można w łatwy sposób podkreślić atuty oraz ukryć wady swojej sylwetki. Świadomość własnego ciała ułatwia wybór fasonów ubrań, w których wygląda się najlepiej. W dalszej części warsztatów stylistka pokazała uczestnikom jak zacząć zmieniać swój dotychczasowy styl na smart casual. Jak połączenie zwykłych, codziennych, czasem sportowych, elementów garderoby z bardziej klasycznymi, ale w taki sposób, żeby całość była spójna, wygodna i w zależności od sytuacji elegancka np. wybierając się na rozmowę kwalifikacyjną, spotkanie ze znajomymi lub po prostu by „dobrze” wyglądać. Uczestnicy nauczyli się jak podkreślić atuty swojego wyglądu a jak ukryć niedoskonałości. Warsztaty zakończyły się wspólnym pokazem mody z garderoby dobranej przy pomocy stylistki

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- poznanie i znajomość zasad dress code,
- wzrost samooceny, samoakceptacji
- wzrost pewności siebie.

- Warsztaty z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań

Celem **warsztatów z autoprezentacji** jest przedstawienie uczestnikom zasad wpływu na wrażenie jakie robimy na innych, kreowania wizerunku i wiedzy jak odbierają nas inni na podstawie naszego wyglądu i zachowania. Efektem udziału w warsztatach jest wzrost świadomości tego, jak sami wpływamy na to jak odbierają nas inni. W efekcie uczestnicy warsztatów potrafią lepiej się zaprezentować w różnych sytuacjach społecznych oraz zawodowych, wzrasta ich wiara w siebie, pewność siebie i chęć do udziału w różnych sytuacjach społecznych. Ważnym efektem udziału wśród uczestników poszukujących pracy jest podniesienie umiejętności zaprezentowania się np. na rozmowie kwalifikacyjnej.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WARSZTATÓW:

Warsztaty z autoprezentacji

CELEM WARSZTATÓW BYŁO:

- przedstawienie uczestnikom zasad wpływu na wrażenie jakie robimy na innych,
- kreowania wizerunku i wiedzy jak odbierają nas inni na podstawie naszego wyglądu i zachowania,
- wzrost stopnia opanowywania emocji i stresu związanego z ekspozycją społeczną,
- nabycie umiejętności prezentacji się w różnych sytuacjach społecznych i zawodowych np. na rozmowie kwalifikacyjnej,
- zwiększenie pewności siebie w komunikacji,
- zwiększenie świadomości czynników odpowiedzialnych za wywierane wrażenie,
- wzrost umiejętności kreowania wizerunku w oparciu o lepszą znajomość siebie i taktyki autoprezentacji.

PRZEBIEG WARSZTATÓW:

Podczas warsztatów prowadzący przekazał uczestnikom wiedzę teoretyczną jak i praktyczną na temat autoprezentacji i zachowania w różnych sytuacjach społecznych i zawodowych.

Zagadnienia poruszane na warsztatach:

1. Ogólne zasady autoprezentacji.
2. Czym jest wizerunek?
3. Taktyki i techniki autoprezentacyjne – katalog technik, mechanizmy ich wpływu i następstwa ich wykorzystania.
4. Rola pierwszego wrażenia i prawidłowości jego tworzenia.
5. Ubiór - znaczenie wyglądu zewnętrznego.
6. Głos – dźwiękowa wizytówka budująca wrażenie.
7. Samoocena – realistyczny obraz siebie,
8. Kim jestem – moje osobiste zasoby.
9. Jak osobiste przekonania wpływają na sukces w budowaniu wizerunku?
10. Budowa i podtrzymywanie poczucia własnej wartości. Praktyka wzmacniania fundamentu pewności siebie i spójnej autoprezentacji.

Warsztaty zakończyły się częścią praktyczną tzn. autoprezentacją uczestników w praktyce – każdy chętny mógł się zaprezentować przed kamerą- video nagrania .

Podczas warsztatów uczestnicy mieli zapewniony poczęstunek i obiad.

EFEKTY:

- poznanie zasad wywierania wrażenia na innych,
- nauka kreowania własnego wizerunku na podstawie wyglądu i zachowania,
- wzrost świadomości i wpływu na postrzeganie przez ludzi,
- nabycie umiejętności prezentacji się w różnych sytuacjach społecznych i zawodowych np. na rozmowie kwalifikacyjnej,
- zwiększenie pewności siebie w komunikacji,
- zwiększenie świadomości czynników odpowiedzialnych za wywierane wrażenie,
- wzrost umiejętności kreowania wizerunku w oparciu o lepszą znajomość siebie i taktyki autoprezentacji.

Rekomendacje

Planowanie wspólnych warsztatów dla osób starszych i dla opiekunów jest dodatkową możliwością do wymiany poglądów i integracji pokoleń.

4. Spotkanie warsztatowo-integracyjne

Celem spotkania warsztatowo integracyjnego jest wzajemne poznanie się uczestników, przełamanie oporów, nieśmiałości, nieufności, stereotypowego myślenia o innych. W efekcie uczestnicy otwierają się na siebie i chętniej aktywnie uczestniczą w zajęciach realizowanych w ramach innowacji społecznej, wzrasta ich poczucie przynależności do grupy, wzajemna sympatia i chęć współpracy.

Efektem spotkania ma być wzajemne poznanie się, poznanie swoich potrzeb i oczekiwań, potencjałów oraz przekonanie, że możliwe są wspólne działania i współpraca przynosząca trzem stronom korzyści.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT SPOTKANIA:

Spotkanie warsztatowo- integracyjne

CELEM SPOTKANIA BYŁO:

- wzajemne poznanie się uczestników, integracja 3 pokoleń,
- przełamanie oporów, nieśmiałości, nieufności,
- zmiana stereotypowego myślenia o innych pokoleniach,

PRZEBIEG SPOTKANIA:

Wszyscy uczestnicy biorący udział w projekcie tj. 3 pokolenia spotkały się na raz w jednym miejscu. Pierwszy element integracji pozwolił wszystkim uczestnikom zapoznać się ze sobą i przełamać pierwsze opory. Spotkanie upłynęło w atmosferze wspólnej zabawy, zadań integracyjnych, animacyjnych, warsztatów manualnych prowadzonych przez psychologa i pedagoga.

EFEKTY:

- wzajemna integracja,
- doskonalenie umiejętności współdziałania w grupie,
- przełamanie nieśmiałości,
- zwiększenie poczucia własnej wartości
- poznanie sposobów na wspólne spędzanie czasu,
- wymiana doświadczeń między pokoleniami
- kształtowanie umiejętności przebywania z innymi ludźmi,
- kształtowanie umiejętności prawidłowego zachowania się w grupie,
- rozwijanie zainteresowań uczestników,

- nabywanie umiejętności pracy zespołowej i odpowiedzialności za wykonywane ,
- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności manualnych
- kształtowanie prawidłowych postaw społecznych

Rys. 10 Lista obecności

 Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój

 siła w precyzji

 Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

LISTA OBECNOŚCI NA WARSZTATACH

.....
temat warsztatów

.....
data warsztatów

	IMIĘ I NAZWISKO	PODPIS
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rekomendacje

Wspólne spędzanie czasu wszystkich uczestników pozwala na wzajemne i lepsze poznanie się uczestników, przełamanie oporów, nieśmiałości, nieufności, stereotypowego myślenia o innych.

W efekcie takiej integracji uczestnicy otwierają się na siebie i chętniej aktywizują się do działania. Wzrasta ich poczucie przynależności do grupy, wzajemna sympatia i chęć współpracy.

5. Wsparcie indywidualne z doradcą zawodowym

Celem indywidualnego wsparcia doradcy zawodowego jest pomoc doradcy zawodowego w określeniu potencjału zawodowego uczestnika, pomoc w określeniu obszarów, w których uczestnik mógłby podjąć zatrudnienie i opracowanie indywidualnego planu działania oraz wsparcie w podjęciu zatrudnienia. W efekcie indywidualnego wsparcia uczestnik ma okazję do określenia swoich predyspozycji zawodowych i profesjonalnego opracowania dokumentów aplikacyjnych. Efektem jest podniesienie samooceny uczestnika, wiary w siebie i lepsze poruszanie się po rynku pracy.

Opis realizacji innowacji społecznej

CEL WSPARCIA:

- określenie zainteresowań,
- określenie predyspozycji zawodowych,
- podniesienie umiejętności poszukiwania pracy,
- opracowanie indywidualnych planów działania,
- nauka umiejętności pisania CV i listu motywacyjnego.

ZAKRES TEMATYCZNY/KRÓTKI OPIS:

spotkania, podczas których doradca zawodowy pomagał rodzicom/opiekunom w osiągnięciu lepszego poznania siebie samego w odniesieniu do środowiska pracy, tak aby umożliwić mu optymalny wybór lub zmianę zatrudnienia lub też osiągnięcie właściwego dostosowania zawodowego. Podczas spotkań uczestnicy poznawali zasady napisania swojego CV i listu motywacyjnego. Zdobywali umiejętności poszukiwania pracy na

portalach internetowych, przygotowywali się do rozmowy kwalifikacyjnej. Poznawali i określali swoje mocne strony jak również własną osobowość - charakter, temperament, styl pracy i myślenia.

REZULTAT WSPARCIA:

- nabycie umiejętności pisania CV i listu motywacyjnego,
- umiejętność określenia własnych zainteresowań,
- określenie predyspozycji zawodowych,
- nabycie wiedzy i umiejętności w poszukiwaniu pracy,
- nabycie umiejętności do zaprezentowania się na rozmowie kwalifikacyjnej,
- opracowanie indywidualnego planu działania dla każdego uczestnika.

Rekomendacje

Doradztwo zawodowe jest niezastąpione dla osób wkraczających na rynek pracy lub powracających po wieloletnim wykluczeniu np. związanym z długotrwałą chorobą lub opieką nad osobą zależną. Zainteresowania, zdolności, umiejętności, cechy charakteru, system wartości, stan zdrowia, predyspozycje zawodowe w planowaniu kariery zawodowej i powrotu na rynek pracy jest niezwykle istotne.

6. Wsparcie indywidualne coachem

Celem indywidualnego wsparcia coacha jest wzmocnienie motywacji uczestników i chęci do działania. W efekcie indywidualnej współpracy z coachem uczestnicy podnoszą swoją samoświadomość i skuteczność w wyznaczaniu i realizowaniu swoich celów, także tych związanych z aktywnością zawodową i społeczną. Efektem jest poprawa funkcjonowania uczestników.

Opis realizacji innowacji społecznej

CEL WSPARCIA:

- wzmocnienie motywacji i chęci do działania,
- nauka zdrowych przekonań w przewyżnianiu trudów dnia codziennego,
- wzmacnianie rodzicielskiej postawy i asertywności,
- nauka umiejętności zarządzania czasem,

- wzmocnienie pewności siebie,
- poszerzenie świadomości i wzmocnienie kompetencji,
- wzmocnienie kompetencji rodzicielskich w wychowywaniu dziecka niepełnosprawnego,
- nauka pozytywnego myślenia,
- odkrywanie mocnych stron,
- pobudzanie do refleksji,
- sprecyzowanie planów rozwojowych,

ZAKRES TEMATYCZNY/KRÓTKI OPIS:

Na spotkaniach coach współpracujący z rodzicami i opiekunami osób zależnych pokazał im narzędzia rozwijające umiejętności i kompetencje osobiste dzięki którym będą przezwyciężać trudne sytuacje życiowe, oraz wykorzystać przy powrocie do aktywności zawodowej i społecznej. Nauczył budowania wartościowych postaw, zachowania, lepszego wykorzystywania swoich umiejętności i zdolności dzięki czemu będą bardziej kreatywni i zwiększą siłę swojej motywacji do osiągania zamierzonych celów. Podczas sesji indywidualnych uczestnicy mieli okazję przyjrzeć się swoim działaniom i temu w jaki sposób wpływają na nie inne sfery „ich” świata: osobiste, systemowe, fizyczne, emocjonalne, rzeczywiste i hipotetyczne. Identyfikowali kluczowe kwestie i motywacje leżące u ich podłoża, uczyli się opowiadać swoje historie w nowy sposób, myśleć inaczej i wykorzystywać zmieniony sposób patrzenia na rzeczywistość oraz planować i wcielać w życie alternatywne zachowania.

REZULTAT WSPARCIA:

- wzmocniona motywacja i chęć do działania,
- umiejętność wykorzystania zdrowych przekonań w przezwyciężaniu trudów dnia codziennego,
- wzmocniona rodzicielska postawa,
- asertywność,
- umiejętność zarządzania czasem,
- pewność siebie,
- poszerzenie świadomości i wzmocnienie kompetencji,
- wzmocnienie kompetencji rodzicielskich w wychowywaniu dziecka niepełnosprawnego,
- pozytywne myślenie,
- identyfikacja mocnych stron,
- pobudzanie do refleksji,
- sprecyzowanie planów rozwojowych.

Rekomendacje

Coaching to jedna z metod rozwoju osobistego. Założeniem w coachingu jest przekonanie, że klient posiada w sobie wszelkie kompetencje i zasoby pomocne w rozwiązaniu problemu, który go nurtuje.

Rolą coacha jest wydobyć na światło dzienne tego potencjału. Dzieje się to między innymi dzięki zadawaniu odpowiednich pytań, uważnej obecności coacha, byciu „tu i teraz”, udzielaniu informacji zwrotnej i stosowaniu wielu adekwatnych do sytuacji narzędzi coachingowych.

Doświadczenia i wskazówki coacha

- Indywidualne sesje coachingowe okazały się ważnym doświadczeniem dla opiekunów osób zależnych. Wielu z nich po raz pierwszy miało okazję do pracy nad sobą w ramach coachingu.
- Coaching jest procesem, w którym to klient, tu uczestnik wyznacza cele i obszary rozwoju osobistego czy działań, nad którymi chce aktualnie pracować. W toku procesu uczestnicy zauważyli, że sami najlepiej znają swoje możliwości, osobiste sytuacje i dlatego sami są odpowiedzialni za podejmowanie działań w swoim życiu.
- Proces współpracy w ramach coachingu został zamknięty w czasie 5 godzin indywidualnych rozmów. Natomiast by jego skuteczność przekładała się na podniesienie aktywności społecznej i zawodowej rekomenduje dalsze działania:
 - Wskazana jest dalsza praca nad sobą i własnym rozwojem.
 - Regularne analizy i podsumowania działań zrealizowanych przez uczestników.
 - Weryfikacja założonych działań i celów.
 - Wyznaczanie nowych celów i obszarów, w których uczestnik ma zrealizować określone przez siebie.

Coach radzi:

- Dobrym rozwiązaniem na samodzielną pracę nad skutecznym działaniem uczestnika jest zorganizowanie grupy wsparcia, która pomoże utrzymać motywację uczestnika do realizacji założonych zadań.
- Ważną wartością, z której uczestnicy mogą korzystać i wspierać się wzajemnie jest grupa uczestników, która zawiązała się przy okazji testowania modelu "Łodolamcze stereotypów i samotności". Wzajemne więzi i integracja uczestników stwarza możliwość

do dalszego wzajemnego wspierania się uczestników.

- Aby utrzymać pozytywne efekty oddziaływania coachingu wskazane jest by uczestnicy nawet po zakończeniu działań sięgali do otrzymanych materiałów, przygotowanych notatek oraz wracali do pewnych modeli postępowania zawartych także w książkach poradnikowych, które w ramach innowacji społecznej otrzymali, właśnie po to by korzystać z nich także po zakończeniu innowacji społecznej.
- Rekomenduję także sięganie do materiałów audiowizualnych, dostępnych online nagrań podobnych sesji coachingowych, po to by pamiętać o postanowieniach wypracowanych w ramach coachingu.
- Uczestnicy innowacji społecznej mogą także korzystać z innych podobnych form wsparcia psychologicznego, bowiem indywidualna praca nad motywacją i realizacja założonych celów wymaga systematyczności a wspierana przez specjalistów przynosi szybciej oczekiwane rezultaty.
- Rekomenduję uczestnikom rozmowy, zwłaszcza z członkami rodziny dotyczące realizacji postanowień, bowiem nawet rozmowy, zwłaszcza w przyjaznym otoczeniu podnoszą chęć realizacji celów. Wskazane jest także zapisywanie postanowionych działań i planów ich realizacji, bo ich spisanie jest kolejnym ważnym elementem, który wspiera motywację do działania, podnoszenia aktywności społecznej i zawodowej.

7. Trening Umiejętności Społecznych

Efektom TUS jest poprawa funkcjonowania dzieci i młodzieży uczestniczących w nim, w aspekcie różnych sytuacji społecznych, dniach codziennego. Efekt wysoce prawdopodobne będzie jeszcze zwielokrotniony z uwagi na bezpośredni kontakt, relacje i emocje powstałe podczas współdziałania każdego młodego uczestnika z uczestnikiem z grupy seniorów. Zakładanym efektem wspólnej realizacji treningów będzie socjalizacja dzieci i młodzieży, jak również seniorów. Tym ostatnim udział w zajęciach uświadomi, że swoją postawą, kompetencjami mogą służyć pomagać innym, co zakładamy wzmocni ich poczucie wartości i zachęci do większej aktywności.

Cele szczegółowe:

- aktywizacja osób zależnych oraz osób starszych (60+)
- integracja osób zależnych z osobami starszymi (60+) (międzypokoleniowa)

- doskonalenie umiejętności współdziałania w grupie
- poznanie technik autoprezentacyjnych
- nauka umiejętności radzenia sobie ze stresem
- zwiększenie poczucia własnej wartości
- poznanie sposobów rozwiązywania problemów
- rozwijanie umiejętności planowania i realizowania własnych celów
- wymiana doświadczeń między pokoleniami
- kształtowanie umiejętności słuchania innych ludzi, ale i zdolność do zadawania pytań
- kształtowanie umiejętności prawidłowego zachowania się w miejscach publicznych
- rozwijanie zainteresowań uczestników
- kształtowanie postawy zaradności
- rozwijanie samodzielności
- nabywanie umiejętności pracy zespołowej i odpowiedzialności za wykonywane
- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności manualnych
- kształtowanie prawidłowych postaw społecznych

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT ZAJĘĆ

Trening Umiejętności Społecznych grupa I osoby zależne dzieci i osoby starsze 60+

1. Poznajmy się.
2. Jaki/a jestem? Jak spostrzegają nas inni?
3. Współpraca się opłaca.
4. Z wizytą w manufakturze słodkości „słodka robotka”
5. Wyjście do kina.
6. Warsztaty manualne.
7. Ruch to zdrowie – zajęcia fitness.
8. Kulinaria – sałatka i deser.
9. Z wizytą w kawiarni – wiem jak się zachowywać.
10. Fajnie spędzam czas – wizyta w kręgielni.

CELEM ZAJĘĆ BYŁO:

- współpraca międzypokoleniowa,
- wymiana doświadczeń między pokoleniem dzieci a pokoleniem osób starszych,
- wzajemna współpraca i kooperacji pomiędzy uczestnikami,

- aktywizacja osób zależnych oraz osób starszych (60+)
- integracja osób zależnych z osobami starszymi (60+)
- doskonalenie umiejętności współdziałania w grupie międzypokoleniowej,
- kształtowanie umiejętności słuchania innych ludzi, ale i zdolność do zadawania pytań
- kształtowanie umiejętności prawidłowego zachowania się w miejscach publicznych
- rozwijanie zainteresowań uczestników
- kształtowanie postawy zaradności
- rozwijanie samodzielności
- nabywanie umiejętności pracy zespołowej i odpowiedzialności za wykonywane
- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności manualnych
- kształtowanie prawidłowych postaw społecznych

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Każda z połączonych ze sobą grup dzieci i młodzieży z osobami starszymi 60+ odbyła 10 spotkań trwających po 2 godziny

I Grupa

Podczas pierwszych zajęć uczestnicy poznali się – każdy spróbował zaprezentować własną osobę. Wspólnie ustalono reguły obowiązujące na zajęciach. Uczestnicy wspólnie zaakceptowali przedstawienie tematyki poszczególnych zajęć w ramach spotkań. Odbyły się zabawy integracyjne aktywizujące, ruchowe.

Podczas drugich zajęć uczestnicy omówili wspólnie z prowadzącymi podstawowe techniki autoprezentacyjnych (komunikacja niewerbalna, werbalna, dress code). Miały miejsce wystąpienia poszczególnych chętnych uczestników. Omówiono podobieństwa i różnice między ludźmi.

Podczas trzecich zajęć odbyły się zajęcia warsztatowe – ćwiczenia w grupach, mające na celu wrócenie uwagi, że dzielenie obowiązków między sobą skraca czas pracy. Rozwijano umiejętności współpracy w międzypokoleniowej grupie. Poznano w jaki sposób pracuje i dokonuje wyborów grupa w oparciu o style: lider, partner. Doskonalono umiejętności twórczego myślenia.

Podczas czwartych zajęć uczestnicy poszli z wizytą do manufaktury słodkości „Słodka Robotka”. Uczestnicy mieli możliwość zobaczyć cały proces powstawiania cukierków i lizaków. Wspólnie przygotowali masę do wykonania lizaków. Każdy z uczestników wykonał przez siebie słodkie upominki dla bliskich: lizaki o różnych kształtach i kolorach. Na zakończenie uczestnicy zapakowali wykonane przez siebie słodkości w kolorowe opakowania.

Podczas piątych zajęć grupa wybrała się do kina na wspólnie wybrany film. Przed seansem dokonano wyboru miejsc na sali oraz poczęstunku wedle gustów uczestników. Po obejrzeniu filmu wspólnie omówiono i podzielono się wrażeniami i spostrzeżeniami.

Podczas szóstych zajęć uczestnicy spotkali się w restauracji MammaLeo na warsztatach manualnych z wykonywania świec w formie ozdobnych zawieszek. Na wstępie omówiono wspólnie sposoby obchodzenia się z gorącą parafiną i gliceryną. Każdy

z uczestników dokonał indywidualnie wyboru materiałów potrzebnych do wykonania jego świecy. Powstały piękne, kolorowe, pachnące zawieszki, które każdy mógł zabrać na pamiątkę.

Podczas siódmych zajęć uczestnicy spotkali się na zajęciach fitness w EsFit Studio w Radomiu. Po przebraniu się w odpowiedni, wygodny strój uczyli się kroków walca angielskiego pod okiem wykwalifikowanego instruktora.

Podczas ósmych zajęć odbyły się wspólne warsztaty kulinarne. Na wstępie omówiono z uczestnikami przebieg zajęć oraz zasady bezpieczeństwa na zajęciach kulinarnych.

Przygotowano wspólnie stanowiska pracy, odpowiednie narzędzia, przybory oraz zakupione wcześniej składniki. Każdy z uczestników otrzymał jeden składnik do pokrojenia na sałatkę, które później zostały połączone. Oprócz pysznej sałatki uczestnicy wspólnie przygotowali także deser : galaretkę z bitą śmietaną i owocami. Na zakończenie zajęć uczestnicy podzielili się wrażeniami z zajęć oraz wspólnie zjedli przygotowane pyszności.

Podczas dziewiątych zajęć uczestnicy wybrali się wspólnie do Restauracji „Parkowa” w Radomiu. Na początku spotkania przypomniano sobie w jaki sposób należy się zachowywać w kawiarni/restauracji. Każdy z uczestników otrzymał swój budżet, który mógł przeznaczyć na dowolne danie z menu, oraz je zamówić. Po posiłku na zakończenie omówiono plan na ostatnie zajęcia.

Ostatnie dziesiąte zajęcia odbyły się w kręgielni Platinium w Radomiu. Chłopcy zapoznali osoby starsze z zasadami gry w kręgle. Później wszyscy mogli spróbować swoich sił w grze w kręgle. Chłopcy ćwiczyli umiejętność czekania na swoją kolej. Na zakończenie spotkania podsumowano cykl zajęć w ramach treningu umiejętności społecznych. Każdy z uczestników otrzymał na pamiątkę wspólnie spędzonego czasu upominek.

EFEKTY:

- trójstronna współpraca międzypokoleniowa,
- wymiana doświadczeń między pokoleniem dzieci a pokoleniem osób starszych,
- wzajemna współpraca i kooperacji pomiędzy uczestnikami,
- aktywizacja osób zależnych oraz osób starszych 60+,
- integracja osób zależnych z osobami starszymi 60+,
- udoskonalenie umiejętności współdziałania w grupie międzypokoleniowej,
- ukształtowanie umiejętności słuchania innych ludzi, ale i zdolność do zadawania pytań,
- nabycie umiejętności prawidłowego zachowania się w miejscach publicznych,
- rozwinięcie zainteresowań uczestników,
- ukształtowanie postawy zaradności,
- rozwinięcie postawy samodzielności u osób zależnych,
- nabycie umiejętności pracy zespołowej i odpowiedzialności za wykonywane ,
- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności manualnych przez uczestników,
- ukształtowanie prawidłowych postaw społecznych

TEMAT ZAJĘĆ

Trening Umiejętności Społecznych grupa II osoby zależne młodzież i osoby starsze 60+

1. Poznajmy się.
2. Idziemy na zakupy.
3. Wyjście do kina.
4. Warsztaty kulinarne.
5. Z wizytą w MCSW „Elektrownia”
6. Ruch to zdrowie – zajęcia fitness.
7. Warsztaty manualne.
8. Kulinaria – robimy sałatki.
9. Z wizytą w kawiarni – wiem jak się zachować.
10. Fajnie spędzam czas – wizyta w kręgielni.

CELEM ZAJĘĆ BYŁO:

- współpraca międzypokoleniowa,
- wymiana doświadczeń między pokoleniem dzieci a pokoleniem osób starszych,
- wzajemna współpraca i kooperacji pomiędzy uczestnikami,
- aktywizacja osób zależnych oraz osób starszych (60+)
- integracja osób zależnych z osobami starszymi (60+)
- doskonalenie umiejętności współdziałania w grupie międzypokoleniowej,
- kształtowanie umiejętności słuchania innych ludzi, ale i zdolność do zadawania pytań
- kształtowanie umiejętności prawidłowego zachowania się w miejscach publicznych
- rozwijanie zainteresowań uczestników
- kształtowanie postawy zaradności
- rozwijanie samodzielności
- nabywanie umiejętności pracy zespołowej i odpowiedzialności za wykonywane
- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności manualnych
- kształtowanie prawidłowych postaw społecznych

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Każda z połączonych ze sobą grup dzieci i młodzieży z osobami starszymi 60+ odbyła 10 spotkań trwających po 2 godziny

II Grupa

Podczas pierwszych zajęć uczestnicy zapoznali się poprzez autoprezentację -powiedzenie kilku zdań o sobie. Ustalono wspólnie zasady obowiązujące na zajęciach. Wspólnie inicjowano zabawy i zajęcia integrujące grupę, oparte na usprawnianiu spostrzeżeń, pamięci, koncentracji uwagi – aktywizujące procesy poznawcze. Omówiono proponowane treści i zagadnienia do poruszenia na kolejnych zajęciach.

Podczas drugich zajęć grupa wspólnie wybrała się na zakupy. Przed wyjściem do sklepu uczestnicy dobrali się w pary i każdy młody człowiek pod okiem osoby starszej sporządził swoją listę zakupów w oparciu o indywidualne potrzeby. Po czym cała grupa wybrała się do sklepu. Osoby starsze monitorowały umiejętności poruszania się oraz wyszukiwania potrzebnych produktów w sklepie przez osoby zależne. Po zakupach omówiono napotkane na zakupach trudności. Na zakończenie zajęć grupa zapoznała się z ofertą kinową i wspólnie dokonano wyboru filmu na kolejne zajęcia.

Podczas trzecich zajęć uczestnicy poszli wspólnie do kina na wcześniej wybrany wspólnie film. Każdy z uczestników (osoba zależna) kupił dla siebie bilet, ponadto wybrał i zakupił prowiant na seans. Po obejrzeniu filmu podzielono się wspólnie wrażeniami i spostrzeżeniami.

Podczas czwartych zajęć grupa wybrała się na warsztaty kulinarne do restauracji MammaLeo. Zaplanowano wspólne robienie pierogów. Uczestnicy podzielili się na zespoły. Przygotowano składniki i omówiono sposób wykonania ciasta pierogowego. Wymieniono się własnymi doświadczeniami z robienia pierogów. Wspólne w grupach wykonano ciasto, przygotowano nadzienie (wałkowanie ciasta, wycinanie). Każdy miał możliwość nauki zlepienia pierogów. Wspólnie posprzątkowano stanowiska i ugotowano przygotowane wspólnie pierogi. Po czym nastąpiła degustacja na pięknie przygotowanym stole. W podsumowaniu na zakończenie zajęć podzielono się wspólnie wrażeniami i spostrzeżeniami.

Podczas piątych zajęć uczestnicy wybrali się MCSW Elektrownia i obejrzeli tam wystawę prac Wojciecha Fangora pt. „Optyczne wibracje”. Zapoznali się z życiorysem oraz twórczością artysty. Następnie wzięli udział w warsztatach plastycznych nawiązujących do twórczości W. Fangora. Wykonano wspólne podczas warsztatów grupowy totem.

Podczas szóstych zajęć uczestnicy spotkali się na zajęciach ruchowych, które odbyły się w EsFit Studio w Radomiu. Uczestnicy przebrani w wygodny i odpowiedni strój wzięli udział w zajęciach ruchowych nauki tańca w parach prowadzonych przez wykwalifikowanego instruktora. Na zakończenie każdy z uczestników mógł zaproponować swoje ulubione ćwiczenie.

Podczas siódmych zajęć grupa uczestniczyła w warsztatach manualnych z wykonania świec ozdobnych w restauracji MammaLeo. Na wstępie omówiono sposoby obchodzenia się z gorącą parafiną i gliceryną. Każdy z uczestników dokonał wyboru materiałów potrzebnych do wykonania świec – zawieszek. Uczestnicy łącząc się w pary wzajemnie sobie pomagali. Na zakończenie warsztatów każdy z uczestników mógł wykonać zdjęcie swojej pracy w przenośnym studio fotograficznym.

Podczas ósmych zajęć uczestnicy zostali podzieleni na dwa zespoły. Każdy zespół miał za zadanie przygotować jedną sałatkę: wybrać składniki, umyć i obrać warzywa, pokroić składniki, doprawić i wymieszać. Następnie wspólne przygotowali stół do degustacji. Omówienie wrażeń z przeprowadzonych zajęć. Wymiana doświadczeń : przepisów na inne sałatki.

Podczas dziewiątych zajęć grupa udała się do Restauracji „Parkowa” w Radomiu. Wcześniej wspólnie omówiono zasady zachowania się w miejscach publicznych oraz sposób zamawiania w restauracji. Każdy z uczestników miał możliwość wybrania z menu dania i napoju oraz samodzielnego złożenia zamówienia. Wspólne spożywanie posiłków było okazją do omówienia planu na kolejne zajęcia.

Ostatnie dziesiąte zajęcia odbyły się w kręgielni Platynium w Radomiu. Chłopcy zapoznali osoby starsze z zasadami gry w kręgle. Później wszyscy mogli spróbować swoich sił w grze w kręgle. Chłopcy ćwiczyli umiejętność czekania na swoją kolej. Na zakończenie spotkania



podsumowano cykl zajęć w ramach treningu umiejętności społecznych. Każdy z uczestników otrzymał na pamiątkę wspólnie spędzonego czasu upominek.

EFEKTY:

- trójstronna współpraca międzypokoleniowa,
- wymiana doświadczeń między pokoleniem dzieci a pokoleniem osób starszych,
- wzajemna współpraca i kooperacji pomiędzy uczestnikami,
- aktywizacja osób zależnych oraz osób starszych 60+,
- integracja osób zależnych z osobami starszymi 60+,
- udoskonalenie umiejętności współdziałania w grupie międzypokoleniowej,
- ukształtowanie umiejętności słuchania innych ludzi, ale i zdolność do zadawania pytań,
- nabycie umiejętności prawidłowego zachowania się w miejscach publicznych,
- rozwinięcie zainteresowań uczestników,
- ukształtowanie postawy zaradności,
- rozwinięcie postawy samodzielności u osób zależnych,
- nabycie umiejętności pracy zespołowej i odpowiedzialności za wykonywane ,
- podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności manualnych przez uczestników,
- ukształtowanie prawidłowych postaw społecznych

Rys. 12 Dziennik zajęć – karta obecności

  											
DZIENNIK ZAJĘĆ (karta obecności) Trening Umiejętności Społecznych											
L.P.	IMIĘ I NAZWISKO	DATA ODBYTYCH ZAJĘĆ									
		OBECNOŚĆ									
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rys. 13 Dziennik zajęć – przebieg zajęć



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



adom
siła w precyzji

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



DZIENNIK ZAJĘĆ

(przebieg zajęć)

Trening Umiejętności Społecznych

TEMAT ZAJĘĆ

CEL ZAJĘĆ

PRZEBIEG ZAJĘĆ

.....
imię i nazwisko osoby prowadzącej zajęcia

.....
podpis

.....
imię i nazwisko osoby prowadzącej zajęcia

.....
podpis

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rekomendacje

- Połączenie i współpraca 3 pokoleń, ze szczególnym uwzględnieniem wymiany doświadczeń między pokoleniem dzieci a pokoleniem osób starszych 60+ w ramach Treningu Umiejętności Społecznych jest modelem pozwalającym na osiągnięcie trójstronnych korzyści, wynikających ze wzajemnej współpracy i kooperacji.
- Połączenie środowiska osób dojrzałych, starszych z dziećmi i młodzieżą z niepełnosprawnością, w szczególności z zaburzeniami ze spektrum autyzmu itp. oraz ich rodzinami przeciwdziała wycofaniu społecznemu, zawodowemu, bierności, służy realizacji wspólnych działań i wzajemnej pomocy.
- Efektem jest zaangażowanie i wykorzystanie wiedzy i doświadczenia osób starszych, uświadomienie źródła wielu wartości, w tym kompetencji merytorycznych i wzajemne przełamanie stereotypów towarzyszących podobnym relacjom międzypokoleniowym.
- Proponowane działania zwiększyły samoocenę uczestników. Wskazały na ich mocne strony, na to jak są postrzegani i doceniani przez innych uczestników innowacji.

8. Wyjazd warsztatowo-integracyjny

Celem wyjazdu warsztatowo-integracyjnego jest wzmocnienie oddziaływania wszelkich działań podjętych w ramach innowacji społecznej oraz zachęcenie uczestników do dalszych aktywności. Efektem wyjazdu wszystkich uczestników będzie umocnienie więzi, co będzie owocowało otwartością po zakończeniu działań innowacji społecznej. Efektem wyjazdu jest chęć kontynuowania takich form aktywności i dobre zapamiętanie treści przekazanych w

ramach warsztatów i wszystkich form zajęć.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT WYJAZDU:

Wyjazd warsztatowo- integracyjny

CELEM WYJAZDU BYŁO:

- wzmocnienie integracji międzypokoleniowej,
- wzmocnienie oddziaływania wszelkich działań podjętych przez uczestników w ramach udziału w projekcie,
- zachęcenie uczestników do samodzielnego dalszego kontynuowania aktywności,
- wzmocnienie kontaktów społecznych i zaangażowania w życie społeczne,
- wyeliminowanie lub ograniczenie bierności i bezradności,
- umocnienie więzi i relacji nawiązanych pomiędzy uczestnikami,

PRZEBIEG WYJAZDU:

I dzień

- wyjazd, zwiedzanie z przewodnikiem
- obiad
- odpoczynek na tarasach i w ogrodach połączony z zajęciami animacyjno- rekreacyjnymi,
- przejazd do miejscowości noclegowej,
- zakwaterowanie w ośrodku
- warsztaty
- kolacja
- warsztaty
- nocleg w ośrodku,

II dzień

- śniadanie, wjazd kolejką na szczyt górski,
- spacer po górach i nad wodospadem
- obiad
- spacer po górach
- kolacja
- warsztaty
- nocleg w ośrodku,

III dzień

- śniadanie, wykwaterowanie,
- zwiedzanie,
- obiad,
- powrót do domu

EFEKTY:

- wzmocnienie integracji międzypokoleniowej,
- wzmocnienie oddziaływania wszelkich działań podjętych przez uczestników w ramach

udziału w projekcie,

- zachęcenie uczestników do samodzielnego dalszego kontynuowania aktywności,
- wzmocnienie kontaktów społecznych i zaangażowania w życie społeczne,
- wyeliminowanie lub ograniczenie bierności i bezradności,
- umocnienie więzi i relacji nawiązanych pomiędzy uczestnikami.

9. **Udział w konferencji podsumowującej**

Celem organizacji konferencji podsumowującej jest dotarcie z informacją o wnioskach z testowanego modelu i zaprezentowanie wyników podjętych w ramach "Lodołamacza stereotypów i samotności" specjalistom, przedstawiciel z środowiska zajmującego się podobną tematyką oraz ogółowi społeczeństwa. Kolejnym celem jest poprowadzenie panelu dyskusyjnego, którego efektem będzie podzielenie się wnioskami i rekomendacjami wynikającymi z przetestowania innowacyjnego modelu społecznej współpracy opartego na aktywizacji i działaniach wolontarystycznych. Efektem konferencji będzie dotarcie z pomysłem aktywizacji społecznej i zawodowej do szerokiej grupy odbiorców oraz możliwość podzielenia się modelem i zastosowaniem go na kolejnych grupach.

Opis realizacji innowacji społecznej

TEMAT:

Konferencja podsumowująca

CELE ORGANIZACJI KONFERENCJI:

- podsumowanie działań realizowanych w projekcie,
- podsumowanie wyników i podzielenie się wnioskami
- przedyskutowanie
- przedstawienie modelu testowanych działań,
- przekazanie publikacji z testowanej innowacji społecznej w celu dalszego jej rozpowszechniania,

PRZEBIEG KONFERENCJI:

Rejestracja Uczestników

- Przywitanie Uczestników i Zaproszonych Gości
- Przedstawienie Modelu Lodołamacze stereotypów i samotności

- Prawa i obowiązki osób z zaburzeniami psychicznymi w aspekcie życia społecznego
- Aktywność osób z niepełnosprawnościami na rynku pracy

Przerwa kawowa

- Poznajmy się! Łamiemy stereotypy i schematy w pracy z dzieckiem

Przerwa obiadowa

- Panel dyskusyjny

EFEKTY:

- podsumowanie działań realizowanych w projekcie,
- przedstawienie modelu testowanych działań,
- podsumowanie wyników i podzielenie się wnioskami
- panel dyskusyjny umożliwiający wymianę spostrzeżeń i doświadczeń wśród uczestników testowanej innowacji
- przekazanie publikacji z testowanej innowacji społecznej w celu dalszego jej rozpowszechniania.

Rys. 144

Przykładowy plakat



**KONFERENCJA
LODOŁAMACZ STEREOTYPÓW I SAMOTNOŚCI**

Miejsce: **Wyższa Szkoła Handlowa w Radomiu ul. Traugutta 61**
18 października 2018 (czwartek)
w godz. od 8.00 do 14.00

**STOWARZYSZENIE**

Rejestracja Uczestników

Przywitanie Uczestników i Zaproszonych Gości

Sylwia Waśkiewicz, Katarzyna Ziętek, Aneta Kośla – Zarząd Stowarzyszenia Karuzela

Lodołamacz stereotypów i samotności – prezentacja modelu

mgr Sylwia Waśkiewicz – Prezes Stowarzyszenia Karuzela, koordynator innowacyjnego modelu „Chcemy pracować”

Prawa i obowiązki osób z zaburzeniami psychicznymi w aspekcie życia społecznego

dr Agnieszka Sadowska – oligofrenopedagog, manager Innowacji i Transferu Wiedzy

Aktywność osób z niepełnosprawnościami na rynku pracy

dr Jolanta Borek – ekonomista, inicjator aktywizacji społecznej i zawodowej

Przerwa kawowa

Leczenie z autyzmu – czy to możliwe? Wzorce postępowania w zaburzeniach odżywiania.

Wpływ diety za zachowanie

lek. med. Hubert Czerniak – lekarz, popularyzator wiedzy o alternatywnych formach leczenia

Poznajmy się! Łamiemy stereotypy i schematy w pracy z dzieckiem

dr Anna Zając – logopeda, blogerka, wykładowca

Przerwa obiadowa

Panel dyskusyjny „Łodołamacz stereotypów...”

Moderatorzy : Jolanta Borek, Sylwia Waśkiewicz

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,
Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Rekomendacje

- Organizując wydarzenia podsumowujące działania innowacji społecznej wykorzystaj sieci społeczne swojej organizacji. Pomoże to w zapewnieniu kompetentnych i znanych referentów, a także zainteresuje większą ilość odbiorców.
- Warto łączyć takie wydarzenia z innymi działaniami swojej organizacji. Buduje to jasny i czytelny przekaz ciągłości działań i ich systematycznego charakteru.
- Kończąc jedno działanie myśl o następnych. Pokaż uczestnikom możliwości i szanse na wykorzystanie zdobytych umiejętności i doświadczeń.
- Zadbaj o właściwą oprawę uroczystości. Świątuj wydarzenie. Pokaż uczestnikom, że warto było się starać, doceniaj ich wysiłek.

Pamiętaj!

Nie zapominaj o uczestnikach po zakończeniu innowacji społecznej.

- ✓ Wspieraj ich środowiskowe działania.
- ✓ Włączaj w krąg działań swojej organizacji.

10. Harmonogram działań

ETAP TESTOWANIA INNOWACJI			
II miesiąc od 22 czerwca do 21 lipca	III miesiąc od 22 lipca do 21 sierpnia	IV miesiąc od 22 sierpnia do 21 września	IV miesiąc od 22 września do 21 listopada
Warsztaty n. t. Pomoc sąsiedzka i wolontariat dla osób starszych			
Warsztaty n. t. Poczucie własnej wartości i motywacja dla osób starszych			
Warsztaty n. t. Aktywizacja społeczna dla osób starszych			
Warsztaty n. t. Specyfika funkcjonowania osób zaburzeniami ze spektrum autyzmu, ADHD i podobnymi.			
Warsztaty n. t. Pomoc sąsiedzka i wolontariat dla opiekunów			
Warsztaty n. t. Poczucie własnej wartości i motywacja dla opiekunów			
Warsztaty n. t. Aktywizacja społeczna dla opiekunów			
Warsztaty n. t. Elastyczne formy zatrudnienia dla opiekunów			
Warsztaty kosmetyczne dla opiekunów i osób starszych			
Warsztaty podologiczne dla opiekunów i osób starszych			
Warsztaty ze stylistą dla opiekunów i osób starszych			
Warsztaty z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań dla opiekunów i osób starszych			
	Spotkanie warsztatowo-integracyjne dla wszystkich uczestników		
	Wsparcie indywidualne z doradcą zawodowym dla opiekunów		
	Wsparcie indywidualne z coachem dla opiekunów		
Trening Umiejętności Społecznych			
		Wyjazd warsztatowo-integracyjny dla wszystkich uczestników innowacji społecznej	
			Konferencja podsumowująca

Ważne!

Testowanie innowacji na swoje reguły i trzeba się im podporządkować. Stąd kumulacja działań w krótkim okresie. Jednak wdrażając to innowacyjne rozwiązanie warto zaplanować dłuższy okres realizacji. Da to organizatorom większe możliwości realizacji zadań w sposób spokojny i systemowy, zaś uczestnikom stworzy możliwości zagospodarowania czasu i aktywności w dłuższej perspektywie. Biorąc pod uwagę możliwości i wiek uczestników nie będzie to także tak absorbujące.

Rekomendacje

Warto przygotować szczegółowy harmonogram. Umożliwia on bieżący nadzór nad merytorycznym i finansowym aspektem działania.

Przykład szczegółowego harmonogramu

Działanie	wynagrodzenie (w zł)	wyżywienie (w zł)	zakup pomocy (w zł)	data
Opracowanie modelowe koncepcji				
Rekrutacja pracowników				
Rekrutacja uczestników				
Zakup materiałów dla uczestników				
Zakup książek				
Grupa 1 TUS				
Grupa 2 TUS				
warsztat opiekun nt. pomoc sąsiedzka i wolontariat				
warsztat opiekun nt. pomoc sąsiedzka i wolontariat				
warsztat os. starsze nt. pomoc sąsiedzka i wolontariat				
warsztat os. starsze nt. pomoc sąsiedzka i wolontariat				
Grupa 1 TUS				
Grupa 2 TUS				
warsztat os. starsze nt. specyfika zaburzeń				
warsztat os. starsze nt. specyfika zaburzeń				
warsztat opiekun nt. wartości i motywacje				
Grupa 2 TUS				
warsztat opiekun nt. wartości i motywacje				

Grupa 1 TUS				
warsztaty z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań				
warsztaty z autoprezentacji z wykorzystaniem nagrań				
warsztat os. starsze nt. aktywność społeczna				
warsztat os. starsze nt. aktywność społeczna				
Grupa 1 TUS				
warsztat os. starsze nt. wartości i motywacje				
warsztat os. starsze nt. wartości i motywacje				
warsztaty ze stylistką				
warsztaty podologiczne				
warsztat opiekun nt. aktywność społeczna				
warsztat opiekun nt. aktywność społeczna				
Grupa 1 TUS				
Grupa 2 TUS				
warsztaty kosmetyczne				
warsztaty kosmetyczne				
warsztaty podologiczne				
spotkanie integracyjne				
warsztat opiekun nt. elastyczne formy zatrudnienia				
Grupa 1 TUS				
warsztaty ze stylistką				
warsztat opiekun nt. elastyczne formy zatrudnienia				
Grupa 2 TUS				
Grupa 2 TUS				
Grupa 1 TUS				
Grupa 2 TUS				
Grupa 1 TUS				
Grupa 2 TUS				
Grupa 1 TUS				
Grupa 2 TUS				
Grupa 1 TUS				
Grupa 2 TUS				
Warsztaty na wyjeździe integracyjnym				
Konferencja				
indywidualne konsultacje prowadzone przez coacha				
indywidualne konsultacje prowadzone przez doradcę zawodowego				
Publikacja				

CZĘŚĆ V

PODSUMOWANIE

1. O innowacji społecznej

Lodołamacz stereotypów i samotności to innowacyjny model współpracy i integracji środowiska:

- osób starszych 60+,
- opiekunów osób zależnych (rodziców dzieci / młodzieży z niepełnosprawnością)
- osób zależnych (dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością)

ze szczególnym uwzględnieniem wymiany doświadczeń między pokoleniem dzieci a pokoleniem osób starszych w ramach Treningu Umiejętności Społecznych, mające na celu przełamywanie stereotypów dotyczących funkcjonowania tychże osób i schematycznego myślenia o nich.

Osoby starsze ze względu na wiek i na skutek zmian w dotychczasowych, podstawowych rolach społecznych, wycofują się z życia społecznego i przechodzą w stan oczekiwania i bierności. Konsekwencją tego procesu jest osamotnienie i pogłębiająca się demencja starcza.

Trudne zachowania osób niepełnosprawnych, ze względu na deficyty zdrowotne i brak zrozumienia a tym samym akceptacji społeczeństwa powodują pogorszenie zdrowia psychicznego. Następują depresje czy, co nierzadko się zdarza, zachowania agresywne.

Opiekunowie osób zależnych często rezygnują z pracy zawodowej na rzecz opieki nad osobą zależną co skutkuje wycofywaniem się z życia społecznego i zawodowego.

Innowacyjny model Lodołamacz stereotypów i samotności oparty na wieloletnim działaniu jakim jest Trening Umiejętności Społecznych połączył w triady jedno dziecko z jego opiekunem i jedną osobą starszą.

Tu każdy uczestnik poznał drugą stronę, uwrażliwiając się na jej potrzeby i możliwości, poznając obszary potencjalnych usług wzajemnych.

To pozwoliło na przekonanie o potrzebie i możliwości wzajemnego wspierania się, wymiany doświadczeń, poglądów i doceniania wzajemnego każdego z pokoleń.

2. Osiągnięte rezultaty realizacji innowacji społecznej

- Nadrzędnym rezultatem jaki został osiągnięty w realizacji innowacji społecznej jest połączenie w triady trzech pokoleń, wymiana doświadczeń między pokoleniem dzieci/młodzieży (osób zależnych) a pokoleniem osób starszych 60+, wspólne zajęcia i wsparcie wzajemne w wykonywaniu różnych czynności, a także integracja i aktywizacja wszystkich pokoleń - osób zależnych, ich opiekunów i osób starszych 60+. Udoskonalenie umiejętności współdziałania w zróżnicowanej wiekowo i pokoleniowo grupie poprzez integrację i wymianę doświadczeń między pokoleniami.

- Ukształtowanie umiejętności słuchania innych ludzi i udoskonalenie zdolność do zadawania pytań co przelożyło się na polepszenie relacji z otoczeniem, wzmocnionym poczuciem własnej wartości i zaradności życiowej.

- Poprzez wspólną pracę zespołową i wspólnie wykonane rozwinęły się zainteresowania i chęć do kontynuowania działań, zaangażowanie się w rozwiązywanie problemów społecznych i zmiana postawy z biernej na odpowiedzialną za środowisko lokalne.

3. Problemy związane z testowaniem innowacji społecznej

- ✓ Jedną z trudności jest rekrutacja uczestników. Nie wszyscy rodzice osób zależnych jak i osoby starsze 60+ są zainteresowani wsparciem skierowanym i dedykowanym ich grupom społecznym. Pokazując tym samym dowód na krótkowzroczność w podejściu do problemów z jakimi borykają się osoby zamieszkujące ich środowisko lokalne.

- ✓ Długotrwała bierność społeczna i zawodowa jest częstym powodem odizolowania i unikania kontaktów społecznych.

- ✓ Ponadto często rodzice/opiekunowie osób zależnych nie interesują się podnoszeniem kwalifikacji zawodowych i podjęciem pracy zarobkowej.

- ✓ Podczas realizacji rekrutacji otrzymywaliśmy informację, że zmiany w życiu zawodowym i podjęcie pracy zarobkowej przez zarówno osoby zależne, jak i rodziców/opiekunów wiążą się z utratą świadczeń socjalnych.

Pamiętaj!

W obliczu problemów bierności i wycofania **zaleca się** zmotywować rekrutowane osoby do podjęcia „małymi krokami” zmian w swoim życiu.

Ważnym jest **ciągle uświadamianie** społeczeństwa, jakie negatywne skutki niesie ze sobą brak aktywności społecznej osób starszych 60+ i społeczno- zawodowej opiekunów osób zależnych oraz podstawowego przygotowania osób zależnych do funkcjonowania w życiu codziennym.

Bardzo ważnym aspektem do realizacji innowacji na innych obszarach kraju jest wykwalifikowana kadra, którą najlepiej jest pozyskiwać wśród znanych nam specjalistów. **Tylko zatrudnienie kadry specjalistów z doświadczeniem, wiedza i chęcią do współpracy zaowocuje i ukierunkuje uczestników na zmiany nie wywołując u nich frustracji.**

4. Wnioski z przeprowadzonej innowacji społecznej

✓ Innowacyjność pomysłu połączenia środowiska osób dojrzałych, starszych z dziećmi i młodzieżą z niepełnosprawną, w szczególności z zaburzeniami ze spektrum autyzmu itp. oraz ich rodzinami, przeciwdziałająca wycofaniu społecznemu, zawodowemu, bierności, służąca realizacji wspólnych działań i wzajemnej pomocy przyniosła zamierzone skutki.

✓ Innowacją było zaangażowanie i wykorzystanie wiedzy i doświadczenia osób starszych, uświadomienie źródła wielu wartości, w tym kompetencji merytorycznych i wzajemne przełamanie stereotypów towarzyszących podobnym relacjom międzypokoleniowym.

✓ Zaproponowany model Treningu Umiejętności Społecznych łączący w triady 1 dziecko z jego opiekunem i 1 osobą starszą, gdzie każdy z uczestników poznaje drugą stronę, uwrażliwia się na jej potrzeby i możliwości, poznaje obszary potencjalnych usług wzajemnych przyniosła nieoczekiwane rezultaty. Uczestnicy pomimo sceptycznego i ostrożnego podejścia do siebie wzajemnie szybko się zintegrowali i wspólnie chętnie uczestniczyli we wszystkich proponowanych w projekcie działaniach wzajemnie się

wspierając i doceniając każde pokolenie.

✓ Zmienił się stereotyp myślenia i postrzegania się wzajemnego 3 pokoleń biorących udział w testowaniu proponowanej innowacji, co zaowocowało konkretnym rozwiązaniem w postaci pomysłów na konkretne rozwiązania praktyczne związane z działaniem integracji i organizacji sąsiedzkiej pomocy i wsparcia.

✓ Wdrożenie proponowanego modelu możliwe jest na terenie całego kraju, bowiem problem niskiej aktywności społecznej i zawodowej opiekunów i osób z najbliższego otoczenia osób zależnych dotyka mieszkańców wszystkich regionów Polski.

✓ Realizacja proponowanego, przetestowanego modelu, powielając rozwiązania modelowe jest możliwa do przeprowadzenia w różnych ośrodkach skupiających grupy seniorów czy dzieci, młodych ludzi z zaburzeniami.

✓ Postępujący wzrost liczebności generacji osób starszych obliguje, a wręcz konieczne jest wprowadzanie tego typu działań aktywizacyjnych, opartych na zasadzie wolontariatu i sąsiedzkiej pomocy.

✓ Dzięki korzyściom płynącym z wzajemnie świadczonych usług, każda z grup skorzysta na zaproponowanym i wdrożonym innowacyjnym modelu działania. Rodzice dzieci dzięki wsparciu i pomocy osób starszych będą mogli zadbać o swoją aktywność społeczną a nawet zawodową, osoby starsze będą wykorzystywać swoją wiedzę i doświadczenie życiowe a tym samym będą „czuć się potrzebne”. Angażując się w zajęcia z dziećmi zdobędą nowe doświadczenie np. wspólne zakupy, warsztaty, wyjścia, obsługa nowych urządzeń typu smartfon itp.. Tym którzy nie mają swoich wnucząt pozwoli na bliski kontakt z młodym człowiekiem.

✓ Każda osoba na świecie jest wyposażona w kapitał społeczny rozumiany jako zasoby materialne i niematerialne, do których ona ma dostęp i może je zaktywizować poprzez sieci relacji społecznych w których uczestniczy.

✓ Wskazane jest by wprowadzanie działań na innych obszarach poprzedzone było rozwiązaniem kwestii prawnych np. dotyczących wolontariatu, bezpieczeństwa, weryfikacją dotyczącą niekaralności osób biorących udział w działaniach wzajemnych.

Rekomendacje

Proponowane przez nas rozwiązanie ma za zadanie poprawić relacje społeczne, społeczno-zawodowe oraz ułatwić funkcjonowanie w środowisku lokalnym osobom starszym 60+, opiekunom osób zależnych i samym osobom zależnym. Nasze rozwiązanie pozwoliło na stworzenie możliwości wzajemnej pomocy dla 3 pokoleń zamieszkujących we wspólnym środowisku i mogących świadczyć sobie wzajemnie pomoc i wsparcie w życiu codziennym. Osoby zainteresowane testowaną innowacją społeczną zapraszamy do zapoznania się z naszym opracowaniem pt. "Lodołamacz stereotypów i samotności"

CZĘŚĆ VI

WYKAZ WYBRANYCH DOKUMENTÓW PRZYGOWOWANYCH DO TESTOWANIA INNOWACJI

Rys. 1	Ogłoszenie o naborze na stanowisko Coach.....	21
Rys. 2	Ogłoszenie o naborze na stanowisko psycholog.....	22
Rys. 3	Ogłoszenie o naborze na stanowisko doradca zawodowy	23
Rys. 4	Ogłoszenie o naborze na stanowisko doradca zawodowy	24
Rys. 5	Ogłoszenie o naborze uczestników do innowacji	28
Rys. 6	Regulamin udziału w projekcie	29
Rys. 7	Wniosek o przystąpienie opiekuna osoby zależnej do innowacji społecznej	31
Rys. 8	Wniosek o przystąpienie osoby zależnej do innowacji społecznej.....	32
Rys. 9	Wniosek o przystąpienie osoby starszej do innowacji społecznej.....	33
Rys. 10	Lista obecności.....	55
Rys. 11	Karta udzielonego wsparcia	59
Rys. 12	Dziennik zajęć – karta obecności.....	67
Rys. 13	Dziennik zajęć – przebieg zajęć.....	68
Rys. 14	Przykładowy plakat.....	72